

Journée CoSE du 24 septembre 2022

Résumés des 6 ateliers

NB : Nous avons essayé de retranscrire au plus près de ce qui a été formulé lors de cette première journée CoSE. Nous n'avons pas toujours pu retrouver toutes les personnes qui ont participé aux différents groupes.

Toutes nos excuses pour ceux qui n'ont pas été mentionnés.

Atelier 1- accompagnements des jeunes enfants

Constitution du groupe

Flora, psychomotricienne, 74

Karim, ophtalmologue-neurobiologiste, fondateur de l'association Attention DEFI, 75

Géraldine, mère d'enfant surexposé, créatrice du groupe facebook « Alerte : les écrans sont dangereux pour vos enfants », Angleterre

Joëlle, médecin de PMI

Isabelle, pédiatre, 92

Enora, psychologue en protection de l'enfance, 49

Joane, kinésithérapeute, a fait son mémoire sur la création de 15 items recommandant ce qui peut être mis en place dans les pratiques pour sensibiliser à l'usage des écrans, 75

Walder, réalisateur, producteur de film aux Etats-Unis.

Anne-Lise, médecin de PMI et formatrice, 30

Sarah, infirmière-puéricultrice, 77

Constats et freins

- L'arrivée massive des écrans est un phénomène nouveau avec le constat que la majorité des adultes à ce jour n'a pas grandi avec des écrans. L'usage massif des écrans dans le quotidien est survenu pour eux à l'âge adulte ou à l'adolescence.
- Les effets des écrans sur le développement de l'enfant sont mal connus des professionnels.
- Les professionnels peuvent utiliser les écrans comme une récompense ou comme une solution pour résoudre des problèmes. Par exemple, un casque virtuel qui est utilisé pour détourner l'attention de l'enfant lors d'un acte médical potentiellement douloureux. Cependant cette utilisation n'est pas accompagnée d'une explication soulignant la ponctualité et la particularité de cet usage. Après discussion dans le groupe, il a été évoqué qu'il y aurait plus de sens à essayer d'autres méthodologies (livres, histoire par le parent, jouets, interactions...) afin d'éviter de faire passer un message confusionnant aux parents du type « les écrans sont une solution immédiate et bénéfique ».
- Les médecins peuvent dire que l'écran « va calmer l'enfant »
- Les diagnostics qui figent l'enfant, posés par les médecins, non formés à la question des écrans.
- L'utilisation des écrans est soutenue par les lobbys – ENTEC et les applications de l'Education Nationale. OPEN qui forme des professionnels aux écrans en expliquant qu'il n'y a pas de danger. Les associations de parents d'enfants autistes défendent l'idée des bienfaits des écrans et la non corrélation avec les syndromes de leurs enfants mais aussi des enfants des autres. La création de contenus qui stimulent le circuit de la récompense.
- Il y a des biais de la recherche

- Les parents sont en difficultés pour réduire leur propre consommation. L'addiction des parents implique une présence importante des écrans dans les foyers.
- Les caractéristiques de l'écran en lui-même, il capte l'attention avec la lumière bleue notamment.
- Les croyances de chacun, et majoritairement que les écrans ont un effet éducatif, que l'enfant fait des progrès, que l'enfant a des compétences bien qu'il répète machinalement le contenu de l'écran.
- Les parents et les professionnels manquent de connaissance sur le développement de l'enfant. Les familles sont isolées.
- L'interculturalité peut parfois mettre des familles en difficultés, ne retrouvant pas le soutien et l'entourage qu'ils auraient au pays.
- L'urbanisation, l'extérieur vécu comme un danger, la précarité.

Points d'appui

- Impliquer les parents dans l'accompagnement afin qu'ils agissent au quotidien. Sensibiliser l'entourage de l'enfant et de la famille.
- Informer, mettre des affiches sur les écrans pour ouvrir la discussion sur ce sujet
- S'appuyer sur la loi, par exemple il y a une loi pour interdire les led sur les jouets. Mais pas sur les écrans pour le moment.
- Des professionnels mobilisés et formés
- La mise en place d'action collective : exemple dans le groupe des « café-biberon » pendant la pesée du bébé par la puéricultrice ; une semaine de sensibilisation aux écrans
- Lire et remplir le carnet de santé
- La possibilité d'une progression suite à un sevrage complet en quelques semaines
- Des actions de guidance parentale
- La formation des services entiers pour soutenir une cohérence des professionnels auprès des familles
- La création de la délégation parlementaire aux droits de l'enfant. Notamment avec la députée Franceska Manon-Pasquini
- Les collectifs, comme le collectif Attention
- Les témoignages de parents

Solution

- Créer une association de parents d'enfants surexposés en s'appuyant sur le témoignage des parents.
- Continuer d'écrire aux politiques
- Créer des crèches inclusives de type « les Bullotins », avec des professionnels formés et une équipe pluridisciplinaire
- S'appuyer sur la mise en place de planning écrans
- Favoriser des temps à l'extérieur
- Encourager les regroupements de parents
- Sensibiliser pendant la grossesse, atelier de préparation à l'accouchement, lors des rdv obligatoires
- Créer un dépliant donné à la maternité
- Former aux grands axes du développement, avec une attention particulière, des conseils et repères sur les écrans, les signes, les professionnels à contacter.
- Intégrer au code civil la maltraitance provoquée par les écrans
- Faire une nouvelle vidéo avec les témoignages des parents
- Etablir des règles de protection

- Proposition locale : se rapprocher des CPTS (Coordination professionnels de Santé du territoire), ARS et CPAM
- Créer des consultation écrans
- Former les professionnels dès le début des cursus
- Faire des études de terrain pour la CIM-11

Atelier 2- accompagnements des jeunes enfants

Constitution du groupe

Emmanuelle, infirmière, adjointe de crèche, 75
Sylvie, pédiatre, 93
Véronique, puéricultrice, 94
Jennifer, maman témoin et infirmière en psychiatrie, 93
Xavier, psychologue EN, 45
Marie Pierre, puéricultrice, 93
Claudie, psychologue EN, 29
Clémentine, étudiante éducateur jeune enfants, 75
Marie Laure, infirmière scolaire, 30
Christine, orthophoniste 77
Cynthia, orthophoniste, Genève
Armelle, psychologue EN, 29

Constats et freins

Légitimité du rôle du parent : le parent doit reprendre sa place, doit protéger
Différence entre demande institutionnelle et demande parentale
Comment convaincre nos collègues ?
Certains pédopsychiatres non convaincus, prescripteurs de ritaline
Notion de « croyance » sur l'impact des écrans : on y croit, on n'y croit pas
Coût pour la société majeur des situations de handicap par rapport à une prévention précoce et généralisée
Banalisation, faut vivre avec son temps
Reproduction de ce que font les autres parents
Parents non disponibles, sur la défensive ; parents absents
Qu'est ce qu'on fait avec son enfant quand on arrête les écrans ? Il faut réapprendre à jouer avec son enfant
Pourquoi peu de fréquentation lors des cafés des parents ou autres sensibilisations
Disqualifier dans sa profession car les médecins ne soutiennent pas, ne sont pas informés des effets des écrans

Points d'appui

Connaitre la possibilité de financement CAF pour maintien en creche
Mobilisation de certaines municipalités comme Bordeaux qui distribue des outils pour les parents
Connaitre la plasticité cérébrale et utiliser un graphique pour la visualiser, voire montrer des images d'IRM pour convaincre les parents
Carnet de santé : bilan des 2 ans ; dépistage retard langage
Préoccupation partagée dans des milieux professionnels différents
Un livre : « puisque c'est ça je pars »
L'information passe

Solutions

Formation des enseignants
Formation des toutes les spécialités autour de l'enfant : éducateur, médecin, orthophonie, psychologue ...
Diffusion de l'information sur la problématique des écrans au niveau municipal aux forums des associations

Multiplier les cafés des parents

Faire des informations précoces dès la maternité, et plus tard dès la rentrée scolaire

Maternité : un bébé = un livre pour la promotion du langage

En orthophonie : pas de prise en charge tant que le sevrage d'écran n'a pas eu lieu ; Prise en charge rééducation si temps d'écran respecté. En Suisse, les orthophonistes parlent de la place des écrans systématiquement

Consultation de puéricultrice pour informer les parents

Parler des troubles de la vue pourrait être plus convainquant auprès des parents

Atelier 3 – accompagnements des petits enfants

Constitution du groupe :

Marie Claude, pédopsychiatre, 75 et 93
Veronique, psychologue EN, 77
Marie Agnès, orthophoniste, Alsace
Martine, pédiatre, 94
Barbara, psychologue EDA, 75
Apolline, professeur des écoles,
Simone, maitre d'école primaire, Milano
Laurence, cheffe d'établissement, 94
Christine, psychologue EN, 77
Christine, orthophoniste, 77
Nadine, secrétaire médicale, 94
Djamila, puéricultrice, 75
Lydia, enseignante RASED, 75

Questions abordées : comment sensibiliser les parents? comment passer l'information?
que leur proposer concrètement?

Les points de blocage à un changement sont :

- le numérique est un progrès, il faut vivre avec son temps
- c'est éducatif
- ça donne des bébés performants (fierté des parents, confusion des âges)
- facilité, captation, faire disparaître les conflits, l'enfant »dérange »,
- charge mentale des mères ; mères discréditées, seules, impression de ne rien savoir... mal être des parents
- place des enfants dans la société : mal tolérés, l'enfant « dérange »

Les solutions pourraient être :

le savoir
les études, les données
des normes
apprendre ce qu'est un écrans, savoir les utiliser
proposer par quoi remplacer les écrans

Les actions sur le plan national tardent à venir !!!

Les actions sur le plan local pourraient être :

prévention dans les écoles par rapport aux écrans, et valoriser la place de la lecture
café des parents/ lecture
contact par sms individuel et contacts téléphoniques pour faciliter l'entrée des parents dans
les écoles

Les solutions ne peuvent être individuelles, elles devraient être multifactorielles ; le message seul ne suffit pas ; il faut miser sur le collectif : lieux d'accueil, groupes de mères, ludothèques, bibliothèques...

Il n'y a pas UNE réponse, ce n'est pas la faute des parents, il faut faire équipe entre professionnels et parents, le problème est collectif, il faudrait aussi informer les enfants, ne pas les considérer comme passifs

Revoir la place des écrans pour s'en servir positivement :spots publicitaires, SMS, certaines applications

s'engager, cliquer, devenir actif, trouver des messages positifs (qu'allez-vous gagner si...?

se servir du levier de l'information

poser des questions sur le quotidien qui montrent les répercussions des écrans : qu'en est-il des sorties, des amis, des jeux...? compter le temps d'écrans, pourquoi tant d'écrans?, qu'est-ce qui vous manque? qu'est-ce que l'écran vous empêche de faire?

Imaginer des interventions positives :
- questionnaire sur le temps d'écrans
- petites saynettes de la vie quotidienne
- plaisir d'accompagner son enfant

Atelier 4 – accompagnements des grands enfants

Constitution du groupe

Sabine, psychologue, 45

Yves, journaliste, 13

Isabelle, directrice d'école, 94

Florence enseignante spécialisée en rased, Bourges

Florence enseignante spécialisée, Paris

Thibault, professeur des écoles

Claudie psychologue Brest

Albin, professeur des écoles, 75

Les enseignants ont constaté la difficulté à mettre en place une sensibilisation efficace des parents et des enfants /ados à cette thématique lorsque cela ne fait pas parti d'un projet global de l'établissement. Les conférences sur cette thématique réunissent en général les parents qui ont mis des règles, ont un certain contrôle concernant l'usage et le contenu de ce que leur enfant regarde. Le soutien du directeur de l'établissement, l'engagement de tous les enseignants sur cette thématique : réduction du temps d'écran, mise en place d'autres activités au quotidien est efficace en terme de résultats, surtout dans le cadre des semaines sans écrans qui engagent tout l'établissement.

Au collège, comme au lycée : besoin d'une réflexion des enseignants sur l'utilisation des ordinateurs en classe.

Au collège, les devoirs mis sur Pronote, les cahiers de texte en ligne piègent les élèves car dès qu'ils sont connectés, ils vont sur les réseaux sociaux, jouent en ligne. Très grande difficulté des parents à cet âge à contrôler ce que font leurs ados et le temps qu'ils y passent.

De plus, à l'adolescence, installer un/des logiciels de contrôle parental (du temps passé et des contenus) n'est pas forcément une réponse qui envoie le bon message puisque l'adolescence doit trouver une autonomie d'action et de pensée.

Toutes les personnes présentes constatent les effets « pervers » de l'acquisition d'un téléphone portable connecté, avant 15 ans. Mais la pression des ados est telle que les parents n'osent pas acheter un téléphone portable sans connexion, d'autant que le portable est parfois demandé par les enseignants en classe pour « travailler ».

Atelier 5 – accompagnements des grands enfants

Constitution du groupe

Lise, pédopsychiatre, 34

Catherine, psychologue EN, 45

Sonia,

Karine, agent de prévention, 93

Nathalie, psychologue, 75

Valérie, entrepreneuse sociale, 77

Michalis, Geneve

Nathalie,

Valentin, doctorant en sociologie, 75

Valérie, éducatrice, 77

THEMATIQUES SOULEVEES :

- Comment informer les parents en amont de l'impact de trop d'écrans sur le développement de leurs enfants et de la réversibilité de cette surexposition.

Une association de parents "pas ou pas cap" dans la région parisienne se mobilise activement pour proposer des cafés-discussions aux parents directement devant l'école et faire un travail de prévention précieux.

Une psychologue de l'éducation nationale informe les parents et leur donne des documents étayants.

Une infirmière scolaire fait des réunions d'informations auprès des jeunes et leur donne des outils comme les 4 PAS, ou des articles.

Nous avons visionné le court métrage concernant l'impact des écrans sur le cerveau au niveau neurones ("la plasticité cérébrale" de Céline Alvarez).

- Comment redonner leur bon sens aux parents, qui se sentent aux prises avec les « règles sociétales » folles concernant « les ados ont tous leur smartphone ».

Certains accompagnent leurs enfants, au plus près, mais tous constatent que les familles non informées et confuses à cause de cet envahissement numérique, ne posent pas de limites claires et sensées. Ils voient l'addiction à laquelle sont sujets quasi tous les enfants et ados que ce soit à TikTok, aux jeux, aux réseaux sociaux, à Youtube. Le groupe souhaite une intervention du gouvernement, quel qu'il soit, pour faire une campagne de prévention nationale sérieuse pour informer et guider les familles sur les âges et les temps d'usage des outils informatiques et visuels des enfants et des ados.

Le groupe aimerait que les lois qui existent déjà pour protéger les enfants soient appliquées : pas de téléphone au collège, pas de réseaux sociaux avant 13 ans, loi contre le harcèlement en ligne...

C Vidal et L Barthélemy.

Atelier 6 – accompagnements des grands enfants

Constitution du groupe

Sophie psychologue

Janine créatrice de l'association enfance télé danger, 62

Corinne directrice d'école, 91

Michel pédiatre, 94

Maelig responsable informatique

Bruno créateur de digit et moi

Axelle orthophoniste, 02

Eric pédiatre, 94

Les difficultés rencontrées

Histoire vécue : Difficulté de faire accepter aux ados « pas de smartphone avant quinze ans ». Peut on avoir une vie normale sans smartphone ?

Besoin d'avoir un outil de communication simple comme les 4 pas mais pour les ados ?

Besoin d'avoir une signalétique commune sur les écrans pour les petits et les grands et des règles de conduite comme sur la route : panneau danger, interdiction etc (exemple Zone Numérique Protégée ou Zone Numérique Raisonnable »)

Travailler la notion d'isolement avec les ados ; les parents ne sont pas les mieux placés pour échanger avec les enfants là-dessus car l'intimité doit être respectée.

Etudes cyberharcèlement et réseaux sociaux : le rôle des parents est primordial ; nécessité de mettre des limites mais aussi de partager

Mettre un permis numérique pour les ados

Les problématiques ne sont pas les mêmes en fonction du milieu social

Un levier : travailler sur le groupe social (parents/jeunes) initier des groupes de travail dans les collèges

Ceux qui ont le plus de poids sur les ados ce sont les autres ados

Mais l'adolescence c'est aussi un moment où on a besoin de s'isoler, d'être seul ou au moins d'être entre ados. Quel est la limite ? la norme ? Faire remarquer aux ados que les plateformes entre ados sont fabriquées par des adultes avec des problématiques marchandes de type adulte « derrière nos écrans de fumée » documentaire Netflix à faire voir à tous les ados

Est-ce que tous les parents ont conscience des enjeux, des risques

Il faut déjà que les gens soient sensibilisés à la déconnexion numérique

Tout le monde le fait : comment travailler sur le libre arbitre ? comment leur apprendre à se démarquer du groupe ?

Construire un argumentaire pour les parents pour qu'ils puissent répondre à leur ados

Parents qui refusent la mise en danger, qui refusent que leur enfant aille acheter le pain à la boulangerie et qui préfèrent les laisser à la maison sur Internet.

Propositions d'actions

Travailler par groupe de pairs : inventer la notion de parrain numérique ou de grand frère numérique

Sensibiliser les autres professionnels : proposer des formations écrans dans toutes les formations enfance

Faire une signalétique claire pour ados

Faire un argumentaire clair pour les parents avec des phrases chocs faciles à retenir

