

UN QUOTIDIEN STIMULANT AVEC DES MÉDIAS DIGITAUX

Prof. Dr Daniel Süss

Traduction Rudolf Schlaepfer

Introduction

La question si les médias peuvent contribuer à un quotidien stimulant pour les enfants ou si au contraire elles compromettent leur développement, est toujours et encore objet de discussions dans le milieu de la recherche sur les effets des médias ¹⁾. Le désaccord est encore plus grand dans la pratique éducative. La tendance est plutôt au pessimisme culturel, nourri par des publications vulgarisées comme celles du chercheur spécialiste du cerveau et psychiatre Manfred Spitzer ²⁾. En même temps, la numérisation de la société est déclarée publiquement une mégatendance souhaitable et l'économie comme le système éducatif appellent à une plus ample utilisation des médias numériques dans tous les domaines, afin de façonner une société pérenne ³⁾. Les parents de jeunes enfants d'aujourd'hui ont grandi eux-mêmes avec les médias numériques et les utilisent tout naturellement au quotidien. En tant que parents ils sont néanmoins préoccupés de savoir quelle façon d'utiliser les médias est adaptée en présence de leurs enfants, ou dans quelles situations ils devraient se remettre en question. Cela commence à «l'heure zéro»: les sages-femmes se préoccupent de l'utilisation de smartphones en salle d'accouchement ⁴⁾. Les parturientes chattent entre deux contractions pour faire participer leur entourage social à l'événement. Les pères de leur côté se trouvent face à un dilemme: que faire en premier, le selfie avec la maman et le bébé ou chercher le contact affectueux par le toucher? L'étude à large échelle BLIKK 2016-2017 en Allemagne donne de premières indications sur de possibles effets négatifs par l'utilisation de médias numériques mobiles sur le développement de liens ainsi que des troubles de l'alimentation et du sommeil des nourrissons ⁵⁾. Plus de 5500 enfants ont été questionnés par des pédiatres, dans le cadre d'examen préventifs, sur leur utilisation des médias et sur leur santé. Néanmoins la corrélation est probablement plus complexe de ce qui paraît à première vue. Il faudra attendre des analyses ultérieures des données. La discussion publique de premiers résultats tend à des raccourcis méthodologiques inappropriés, notamment en raison de la logique qui guide l'attention des médias.

Pendant chaque phase du développement de l'enfant il faut réévaluer quels médias utiliser et où se trouvent les risques et les avantages ⁶⁾. Il est alors important d'avoir un regard différencié. Ne pas laisser de petits enfants seuls jouer pendant des heures avec une tablette ou un smartphone, est certaine-

ment approprié ⁷⁾. Des parents qui ont une telle idée ont certainement une relation avec leur petit enfant et vis à vis de leur rôle éducatif qui est différente de celle d'autres parents. L'utilisation d'un média par un enfant développe un potentiel négatif ou positif en fonction de la personnalité, de l'entourage social et de l'éventail global de ses activités. Si nous voulons donc comprendre le comportement face aux médias d'un enfant, nous ne pouvons pas nous limiter aux activités liées aux médias, mais devons nous forger une image globale de l'enfant, de ses compétences et de son contexte.

Études concernant les médias au quotidien

En tant que professionnel (pédiatre, psychologue scolaire, etc.) on n'a en général pas une vision de tout le spectre des habitudes de consommation médiatique par les enfants, mais seulement celui des enfants présentant certains troubles. Il est donc utile de connaître des études qui fournissent des aperçus représentatifs sur l'utilisation de médias (cf. *links internet ci-dessous*). Pour l'Allemagne ce sont les études du *Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (KIM, JIM, FIM et MiniKIM)*, pour la Suisse les études *MIKE* et *JAMES*, effectuées depuis 2010 par la Haute école des sciences appliquées de Zurich. Une image plus large, incluant 20 pays, fournissent les études *Eu-Kids online* et le réseau de recherche *Global Kids online*. Des aspects complémentaires pour la Suisse apportent des études qualitatives comme les études *ADELE* et *Generation Smartphone*. Ces études mettent en évidence autant les avantages que les risques de l'utilisation de médias par les enfants et adolescents, et peuvent s'opposer aux généralisations parfois hâtives tirées d'observations au quotidien ou dans des contextes cliniques. Des enfants de 6-13 ans en Suisse, questionnés p.ex. quant à leurs loisirs préférés, ne mentionnent pas en premier lieu les jeux vidéo ou le portable, mais jouer avec des copains ou un sport comme le foot ⁸⁾. Ils accordent aussi une grande importance à la lecture de livres. La *figure 1* illustre: plus les caractères d'un mot sont grands, plus souvent les enfants l'ont nommé comme loisir préféré.

Le tableau est comparable pour les adolescents lorsqu'il s'agit de nommer ce qu'ils préfèrent faire avec leurs camarades (*fig. 2*). Néanmoins les jeux vidéo prennent plus d'importance que chez les enfants plus jeunes. Par contre, dès que les rendez-vous et les fêtes deviennent d'actualité, la plupart des adolescents perdent à nouveau l'intérêt pour les jeux vidéo ⁹⁾.



Daniel Süss

ZHAW-Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften Psychologisches Institut Pfingstweidstrasse 96 8037 Zürich

Correspondance: daniel.suess@zhaw.ch



Figure 1: *Loisirs préférés d'enfants de 6-13 ans en Suisse (étude MIKE 2017)*



Figure 2: *Loisirs préférés d'adolescent-e-s de 12-19 ans en Suisse, lorsqu'ils sont avec des ami-e-s (étude JAMES 2018)*

Tendances de ces dernières années

En observant les habitudes de loisirs des enfants et adolescents sur plusieurs années, on constate tout d'abord une grande constance. Bien que les médias numériques se répandent de plus en plus et que les enfants y ont accès à un âge toujours plus jeune, de nombreuses préférences de loisirs restent étonnamment constantes. Ce fait est mis en évidence aussi par les études JIM en Allemagne, qui se basent sur des enquêtes régulières auprès d'adolescents réalisées depuis 20 ans ¹⁰⁾. Apparaît aussi une corrélation entre l'utilisation des médias par les parents et les enfants. D'une part les parents consomment des médias avec leurs enfants, d'autre part ils accordent plus de liberté aux enfants dans l'utilisation d'un média lorsqu'ils ont eux-mêmes du plaisir à l'utiliser et qu'ils le jugent positivement. Les parents sont très sceptiques vis à vis des jeux vidéo. Ces jeux sont considérés comme une perte de temps, les parents craignent un effet addictif et des répercussions négatives par les mises en scènes violentes. Regarder la TV, utiliser internet, lire des livres et écouter de la musique sont des activités régulières et appréciées tant par les parents que les enfants, ces derniers s'amusant plus souvent seuls avec des jeux vidéo, les parents écoutant plus souvent seuls la radio. Aller au cinéma est au début un programme familial mais devient dès la puberté une activité entre pairs.

De même, le portable est un moyen que les enfants utilisent au début pour rester en contact avec les parents, ce qui permet plus de flexibilité aux deux, alors que par la suite il devient plutôt un moyen de communication et d'amusement entre pairs. Les portails vidéo comme YouTube font partie des sites web et applications préférées des enfants et adolescents. Leur utilisation devient de plus en plus variée: pas seulement pour de la musique, des films ou des séries, mais aussi pour la recherche d'informations et de contenus p.ex. pour les devoirs. L'évaluation de la pertinence des sources et contenus présuppose *visual literacy* et compétence médiatique. La fréquence et le naturel avec lesquels les médias numériques sont consommés ne garantissent pas une utilisation critique et compétente. Sans éducation aux médias en famille et un enseignement correspondant à l'école, l'utilisation reste naïve. Les soi-disant «*digital natives*» ne sont en aucun cas supérieurs dans ce domaine aux autres générations ¹¹⁾.

Ambivalence de la disponibilité permanente

Certains parents offrent très tôt un smartphone à leur enfant, parce que cela leur permet de le surveiller en permanence à l'aide d'une application. Ils sont rassurés de savoir que rien ne peut lui arriver et qu'ils assurent à tout moment leur devoir de surveillance. Le traçage par GPS est parfois ouvertement déclaré mais se fait parfois aussi sans que l'enfant en ait connaissance. Cela est particulièrement gênant pour le développement de la responsabilité personnelle et de l'estime de soi. En effet les «parents hélicoptère» sont en général plus facilement peureux et méfiants, ce qui se répercute sur les enfants et compromet le développement de l'autonomie, avec ou sans traçage GPS. Les enfants surprotégés s'enhardissent moins, deviennent peureux, explorent moins le monde et accumulent les déficits en expériences et connaissances.

Dans le contexte de l'accès mobile à internet, un sujet important est comment répartir l'attention entre le face à face avec les personnes présentes et le réseau social numérique potentiellement constamment atteignable¹²⁾. On décrit le «*phubbing*», un néologisme composé de «*phone*» et «*snubbing*», comme le fait qu'une personne se sente ignorée (snobée) parce-que son vis-à-vis se laisse distraire par des signaux sur son smartphone. Les enfants et adolescents doivent apprendre comment gérer ces tentations. L'exemple des adultes a toute son importance, mais les groupes de pairs développent aussi des règles informelles sur ce qui est acceptable et ce qui est impoli¹³⁾. Le fait d'avoir de temps en temps d'autres contacts et de ne pas se sentir isolé dans son rôle de parent, peut avoir un effet psycho-hygiénique pour les parents de petits enfants. Il peut tout autant s'avérer utile pour des enfants atteignant la puberté d'avoir, pendant des fenêtres temporelles définies, un contact numérique avec leurs camarades. Ils participeront plus volontiers à des activités familiales que s'ils sont totalement coupés de leur cercle d'amis. Cela devient problématique lorsqu'une personne doit régulièrement se connecter par peur de rater quelque chose (*fear of missing out*, *FOMO*). Ce comportement peut devenir une addiction aux médias numériques. C'est l'expression d'une faible estime de

Formation continue

soi et de doutes concernant l'amitié et l'intérêt de la part des personnes de référence et des amis. D'autre part *FOMO* peut aussi se développer lorsqu'un enfant a été victime de cyber-mobbing et qu'il craint constamment d'être à nouveau la cible d'attaques en ligne. Il est donc dans tous les cas important de s'intéresser aux causes d'une perte de contrôle et d'un besoin d'accessibilité et disponibilité constants.

Des règles concernant la disponibilité numérique doivent être négociées en famille, dans les institutions et les équipes de travail. L'homme a besoin de phases de non-disponibilité autorisée. Il est important de définir les transitions, pas seulement entre amis, mais aussi dans les rapports d'enseignement et de travail. Si des parents doivent être constamment atteignables par leur employeur, il leur sera difficile d'expliquer à leurs enfants pourquoi ils ne devraient pas être à leur tour en tout temps atteignables par leurs copains.

Une vie riche on- et offline

En utilisant une métaphore culinaire, on peut désigner les médias comme un aliment, une denrée d'agrément ou une substance addictive. Dans notre société médiatique, la socialisation en vue de devenir un acteur compétent de sa propre vie et de la société, n'est possible que si l'on maîtrise le potentiel et les risques des médias. Pour cela il faut des compétences médiatiques, personnelles et sociales. Savoir consommer des médias est un élément de la compétence médiatique. La capacité critique seule ne donne pas accès aux techniques culturelles modernes. Les médias numériques et analogiques racontent les grandes et les petites histoires de l'humanité, peuvent stimuler la gestion de tâches et développements et sont l'expression de processus créatifs. En même temps les médias peuvent compliquer des développements ou freiner la créativité s'ils sont utilisés de manière unilatérale et compulsive¹⁴⁾. Les jeux numériques, les réseaux sociaux, les jeux de hasard et les mises en scène sexuelles sont particulièrement addictifs.

Pour conseiller les enfants, les adolescents et les parents dans leur gestion des médias, il s'avère utile de s'interroger comment favoriser la qualité de vie et le développement par un mélange optimal d'activités numériques et non-numériques. Ce mélange ne s'obtient pas uniquement en limitant le temps destiné aux médias mais en posant sans préjugés la question, quels besoins, capacités et passions sont liés à une activité déterminée (médiatique ou non, numérique ou analogique) de l'enfant – ou d'un parent. Une utilisation décontractée des médias, mais aussi des échanges auto-critiques entre tous les membres d'une famille sur les expériences faites avec des médias, peut favoriser un bon équilibre au quotidien. Des exercices et des suggestions à ce propos, qui peuvent aussi amuser, se trouvent p.ex. dans le manuel du psychiatre Jan Kalbitzer¹⁵⁾ et le manuel du pédagogue des médias Detlef Scholz¹⁶⁾.

Liens internet pour études et matériel

www.jeunesetmedias.ch

Programme national de promotion des compétences médiatiques et de protection de la jeunesse.

www.mpfs.de

Études allemandes sur les médias au quotidien des petits enfants (*Mini-KIM*), enfants (*KIM*), adolescents (*JIM*) et familles (*FIM*).

www.zhaw.ch/de/psychologie/forschung/medienpsychologie/mediennutzung/

Études en Suisse sur les médias au quotidien de petits enfants (*ADELE*), élèves de degré primaire (*MIKE*) et adolescents (*JAMES*). Site en allemand et anglais (Rapports *ADELE* et *JAMES* aussi en français).

www.generationsmartphone.ch

Rapport sur l'utilisation du smartphone; matériel vidéo et visuel pour l'éducation aux médias (*Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW* et *Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW*).

www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/eu-kids-online

Réseau de recherche européen *EU-Kids online* et *Global Kids online*.

Références

- 1) Süß D, Lampert C, Trültzsch-Wijnen C. Medienpädagogik. Ein Studienbuch zur Einführung. 3., aktualisierte Auflage. Wiesbaden, Springer VS, 2018.
- 2) Spitzer M. Digitale Demenz. Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen. München, 2012.
- 3) Genner S. Digitale Transformation. Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche in der Schweiz – Ausbildung, Bildung, Arbeit, Freizeit. Bericht zuhanden der Eidgenössischen Kommission für Kinder- und Jugendfragen. Zürich: ZHAW, 2017.
- 4) Baumann S, Seiler L. Smartphone – der ständige Begleiter beeinflusst die Mutter-Kind-Beziehung. Hebamme.ch, (12), 2017: 8-11.
- 5) Riedel R, Büsching U, Brand M. BLIKK-Medien: Kinder und Jugendliche im Umgang mit elektronischen Medien. Abschlussbericht. Universität Duisburg-Essen und RFH Köln. 2018, Online: https://www.drogenbeauftragte.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Berichte/Abschlussbericht_BLIKK_Medien.pdf.
- 6) Willemse I. Altersgerechter Medienkonsum. Wie kann man dieses Ziel erreichen? Pädiatrie, 3, 2018: 12-16.
- 7) Tisseron S. Kampf dem Missbrauch von Bildschirmen: Kinderärzte an vorderster Front. Paediatrica, 29 (4), 2018: 9-12.
- 8) Genner S, Suter L, Waller G, Schoch P, Willemse I, Süß D. MIKE – Medien, Interaktion, Kinder, Eltern. Ergebnisbericht der MIKE-Studie 2017. Zürich, ZHAW, 2017. Online: www.zhaw.ch/psychologie/mike
- 9) Suter L, Waller G, Bernath, J, Külling, C, Willemse, I, Süß, D. JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz. Ergebnisbericht der JAMES-Studie 2018. Zürich, ZHAW, 2018. Online: www.zhaw.ch/psychologie/james.
- 10) Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest. JIM-Studie 2018. Jugend, Information, Medien. Online: www.mpfs.de/studien/jim-studie/2018/.
- 11) Schulmeister R. Vom Mythos der Digital Natives und der Net Generation, BWP Berufsbildung in Wissenschaft und Praxis, 2012 (3): 42-46. Online: <https://www.bibb.de/veroeffentlichungen/de/bwp/show/6871>.
- 12) Genner S. On/Off – Risks and rewards of the Anytime-Anywhere Internet. Zürich, vdf, 2017.
- 13) Genner S, Suter L. Generation Smartphone. 900 Tage Smartphone-Nutzung Jugendlicher: Chancen, Risiken und Dilemmata. merz medien + erziehung (5), 2018: 62-68.
- 14) Willemse I. Onlinesucht. Ein Ratgeber für Eltern, Betroffene und ihr Umfeld. Bern, Hogrefe, 2016.
- 15) Kalbitzer J. Digitale Paranoia. Online bleiben, ohne den Verstand zu verlieren. München, C.H. Beck, 2017.
- 16) Scholz D. #Familie – Entspannter Umgang mit digitalen Medien. Heidelberg, Carl Auer, 2016.

L'auteur n'a déclaré aucun lien financier ou personnel en rapport avec cet article.