

ENFANTS, ADOLESCENTS ET ÉCRANS

Dr Julie BALZER-GRIENENBERGER

Cheffe de Clinique aux Hôpitaux Universitaires de Strasbourg

Service de Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent



Université

de Strasbourg

LES ÉCRANS... UN DÉFIT POUR ENFANTS, ADOLESCENTS ET PARENTS !

- Fracture générationnelle.
- Les écrans : de quoi s'agit-il vraiment ?
- Effet miroir : « *Maman, papa, pourquoi avez-vous un téléphone et pas moi ?* »
- Deux problématiques : limitation **quantitative** et aspect **qualitatif** du contenu des écrans.
« *Quand sont-ils sur les écrans ? Que font-ils sur les écrans ?* »
- Enfance : Rôle parental de protection.
- Adolescence : Rôle parental d'accompagnement à un emploi autonome et responsable des écrans.

LES ENFANTS

VISER UNE PROTECTION QUANTITATIVE ET QUALITATIVE

« La pathologie a cessé de se mesurer à la pendule et nécessite de se renseigner sur l'usage. Car les enfants, guidés et encouragés, sont capables de s'approprier les support créatif de façon incroyable »

TISSERON, S (2024). 8. Construire les droits de l'enfant à l'ère numérique. 3-6-9-12 Apprivoiser les écrans et grandir. Érès, pp. 161-168.

**Nombres d'heures et choix
du contenu des écrans**

Annoncer les temps d'
écrans, choisir des contenus
lents

**Intelligence visuo-spatiale
et narrative**

Place de la culture du livre
pour un emploi enrichissant
des écrans

Comment soutenir
un emploi
intéressant des
écrans ?

**Préalable du corps face à
l'apport des écrans**

Importance de varier les
activités à côté des écrans

**Importance du partage
des temps d'écrans**

La fonction de l'écran dans
la dynamique familial

LES ADOLESCENTS

VISER UN EMPLOI AUTONOME ET ENRICHISSANT DES ÉCRANS

- **Impact sur les sommeil des adolescents :**

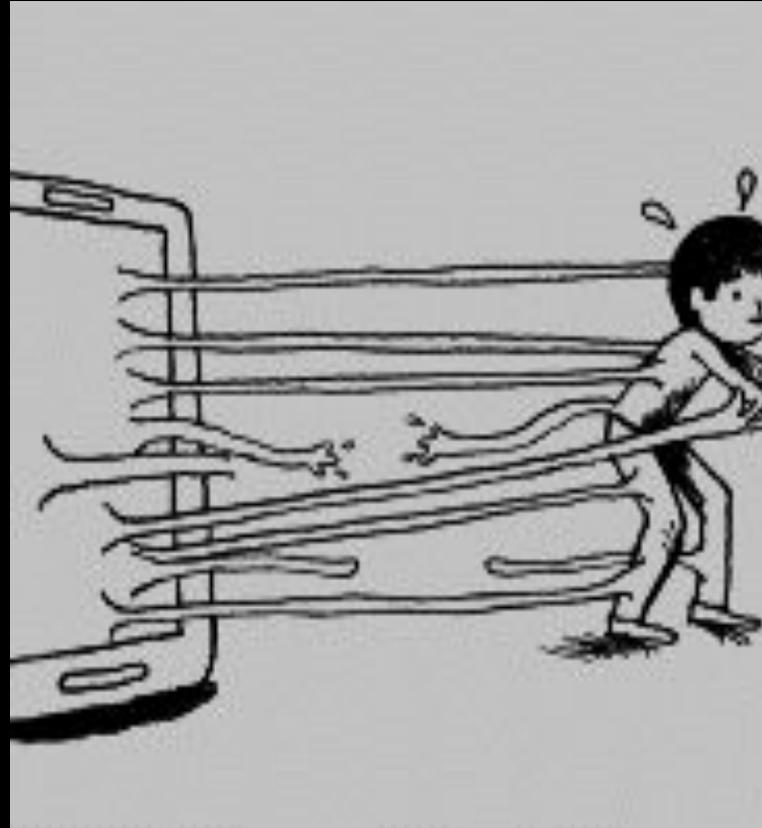
D'avantages sensibles à l'exposition à la lumière bleue des écrans, difficultés d'endormissement.

- **Réseaux sociaux :**

Une manière d'exister, risque de mise en danger de soi.

Enjeu de protection de soi, de son image, de son identité.

Importance de développer un sens critique de ce qui est dit, lu, poster sur la toile.



- **Les écrans, une occasion pour d'échanges avec nos adolescents :**

S'intéresser à leurs activités virtuelles et les considérer.

Partager des temps d'écrans avec eux.

Si trop de tension : proposition d'agenda écrans.

- **Ecrans : dimension plaisir / dimension travail**



**MERCI POUR VOTRE
ATTENTION !**

**ET...
PLACE AUX QUESTIONS !**

BIBLIOGRAPHIE :

TISSERON, S (2024). 8. Construire les droits de l'enfant à l'ère numérique. 3-6-9-12 Apprivoiser les écrans et grandir. Érès, pp. 161-168.

VLACHOPOUCHOU X., MISSONIER S., Les écrans et les âges de la vie, Dans : Psychologie des écrans, Paris : Que sais je ? Puf, 2019.

HOUSIER F., Entre ombre et lumière : le jeu vidéo à l'adolescence, dans psychanalyse de la pop culture, édition ERES, 2020.

BESOMBES N., Exécution et Mindgame dans les jeux vidéo de combat : les deux facettes de la vidéomotricité dans l'e-sport, Mouvement et Sport science dans EDP Science sport, 2018.

Marc VALLEUR M., L'addiction au jeu vidéo : une dépendance émergente ? ERES enfance et psy, 2006, N°31.

STORA M., VIROL B. Concernant la médiation par jeu vidéo, Cyberpsychologie , 2020.

R. COUTELLE, J. BALZER, J. ROLLING, Pr LALANNE, Problematic gaming, psychiatric comorbidities, and adolescence: A systematic review of the literature, Addictive Behaviors 157 (2024) 108091.

Images tirées de <https://yapaka.be/ecrans>