

● **Sur les pages des catalogues, fleurit une nouvelle panoplie de jouets.**

● **Des tablettes électroniques pour les petits de 18 mois à 6 ans.**

● **Pour quels usages et avec quels effets sur le développement de l'enfant ?**

Tablettes pour enfants, cadeau idéal ?

La "diététique des écrans", ou comment réguler leur usage jusqu'à l'âge de 6 ans

Le bon usage L'Académie des sciences française a remis un rapport sur l'impact des tablettes sur les enfants. Il a été assorti de recommandations selon la théorie (recommandée par la Fédération Wallonie-Bruxelles mais décriée par d'autres comme étant trop laxiste) des paliers 3-6-9 et 12 ans. Serge Tisseron, à l'initiative de ces balises, explique : "Les écrans sont un instrument formidable... à condition de bien les utiliser. L'important est de créer des balises. C'est ce que j'appelle la diététique des écrans : on ne met pas de bifteck dans le biberon ! Ce que l'on dénonce, c'est l'usage exclusif des tablettes, qui est néfaste et catastrophique."

"Avant 3 ans, il est préconisé un usage ludique des tablettes sur des périodes courtes, toujours accompagné. Les logiciels sont choisis pour le plaisir partagé qu'on y trouve et qui favorise l'échange. On déconseille son usage en soirée car les lumières LED perturbent le sommeil. Il ne faut par ailleurs pas donner la tablette à l'enfant pour le calmer, durant les repas ou sur le pot."

"A partir de 3 ans, il peut utiliser la tablette sans l'accompagnement du parent, sur des périodes courtes (15 minutes), avec des logiciels que l'on choisit pour lui. Deux encadrements éducatifs sont toutefois importants : le premier est de nommer les durées à l'enfant au

préalable, car les écrans nous font oublier le temps qui passe. La capacité d'autorégulation (décider d'arrêter de regarder l'écran) doit se construire dès que l'enfant est petit. Ces périodes équivalent à une portion alimentaire en diététique. Le deuxième : il est essentiel de demander à l'enfant de raconter ce qu'il a vu et fait. Cela fait fonctionner l'intelligence narrative là où l'écran ne sollicite que l'intelligence visio-spatiale. Il faut que le plaisir de raconter soit associé au plaisir de l'écran."

Partage "Les tablettes doivent être utilisées complémentaires aux jouets traditionnels – que l'on prend en main, qui ont une consistance, un poids; que l'on peut jeter, mettre en bouche, flairer. Ils permettent à l'enfant de construire un rapport au monde qui implique ses 5 sens. Le grand problème de la tablette, c'est qu'elle entretient une sensorialité amputée : l'enfant regarde, écoute et touche du bout du doigt alors que la main est un outil extrêmement complexe qui permet de sentir la consistance, la température, le poids." Les experts se rejoignent sur l'impact néfaste de posséder un outil numérique personnel avant l'âge de 6 ans, qui rend son usage "incontrôlable".

Outil pédagogique ? "Aucun logiciel n'a une valeur éducative démontrée. Avant 3 ans, il n'y a qu'un usage ludique, pour jouer. Les fabricants sont juges et parties. Le seul intérêt d'acheter un logiciel est celui qui permet d'avoir une bonne relation avec l'enfant." **VVVy**

Oui

■ Les écrans sont présents dans l'univers de l'enfant dès son plus jeune âge. Servons-nous-en comme outil intelligent et interactif à son développement. Les tablettes sont un instrument ludique et pédagogique. Par leur format, elles permettent de partager les apprentissages.

LAURE DESCHAMPS

Créatrice de "La Souris grise", guide d'applications pour enfants

Vous répertoriez des applications à usage des enfants. Certaines sont destinées aux tout-petits, dès 18 mois. Quel usage fait-on d'une tablette à un si jeune âge ?

Le marché de la création numérique est très neuf. Et l'offre de qualité à destination des enfants se développe dans une masse de propositions de qualité médiocre. L'objectif est donc d'abord de répertorier des applications intelligentes, innovantes.

Dès 18 mois, il y a énormément de possibilités d'applications qui permettent l'interac-

tion. Il s'agit de livres et albums, d'abécédaires, d'applications musicales, de jeux sur les dimensions (des poupées numériques qui réagissent et expriment des émotions). Plus tard, les applications peuvent même aussi compléter les apprentissages scolaires, et cela s'avère très utile.

Les tablettes et leurs applications ont donc des vertus éducatives et pédagogiques, et ce dès le plus jeune âge ?

Evidemment. Il convient de préciser que l'apport pédagogique est systématiquement lié au caractère ludique d'un logiciel. L'un ne va pas sans l'autre, particulièrement pour les enfants de moins de 6 ans. En deçà de cet

âge, le jeu a toujours, d'une manière ou d'une autre, une visée ludique et éducative: l'apprentissage des premiers gestes, chiffres et sons; la découverte du corps, la spatialisation, les émotions.

Tous les jeux tangibles partent du principe que c'est en jouant que l'enfant apprend, imite, se développe, valide ses expériences. Ce que les parents attendent des applications répond à cette même demande: qu'elles soient des outils qui participent à l'éveil de l'enfant, que la tablette accompagne les premiers apprentissages de la vie. Les éditeurs de qualité font d'ailleurs valider leurs applications par des enseignants et des experts en la matière.

N'y a-t-il pour autant pas de garde-fous nécessaires à l'usage de ces tablettes ?

Les atouts et le potentiel de ces tablettes pour le développement de l'enfant sont évidents, à condition que l'on choisisse les bons contenus, que ces tablettes viennent en complément des autres jouets et que l'on respecte certaines balises sur leur usage: des temps de sessions courts et déterminés, un accompagnement et un encadrement des parents pour ne pas laisser l'enfant seul face à un écran initialement prévu pour des adultes.

Leur présence ne pousse-t-elle pas à une manière très individualiste d'apprendre, plutôt que d'interagir ?

La taille de la tablette fait qu'on peut la partager. On ne pousse d'ailleurs pas à ce que chaque enfant d'une fratrie ait sa propre tablette mais qu'il partage l'amusement. Qu'ils partagent ce nouveau monde à plusieurs. C'est un outil de réunion et non de division.

Les tablettes à destination des enfants ne surchargent-elles pas un paysage qui sature déjà d'écrans ?

La volonté n'est pas d'équiper les enfants. Je pars du constat suivant: les enfants sont de toute façon entourés d'écrans. C'est un fait. C'est une réalité dans la famille; elle se fait et se fera encore de plus en plus prégnante. Le jeune enfant a donc nécessairement accès à tous ces écrans. A partir de là, puisque l'on ne peut nier cet état de fait, utilisons-les le plus intelligemment possible. Servons-nous-en comme de réels instruments favorables à son développement.

Les appareils de téléphonie, en ce compris les tablettes, émettent un type d'émissions ("mélangées" et "saccadées") que d'aucuns estiment extrêmement néfastes pour les enfants. L'utilisation précoce de ces instruments n'accroît-elle pas les risques de troubles chez les plus petits ?

Elles ne sont pas plus néfastes que des écrans de télévision. Par ailleurs, les applications ne demandent pas nécessairement d'être connectées à Internet. Aucun éditeur jeunesse sérieux ne propose une application jeunesse qui comporte des liens Internet ou une obligation à se connecter.

Entretien : Valentine Van Vyve

Non

■ Il est important que l'enfant puisse développer toutes les compétences nécessaires à son développement. Or les tablettes sont des capteurs extrêmes de l'attention, qui l'enferment et réduisent les temps de partage pourtant indispensables aux apprentissages.

SABINE DUFLO

Psychologue clinicienne, thérapeute familiale dans un centre médico-psychologique

Quels sont les effets de l'usage précoce des tablettes sur le développement des enfants ?

On voit arriver des enfants de 3-4 ans qui ont été stimulés quasiment uniquement par les tablettes. Ils présentent un certain nombre de symptômes importants, notamment un retard de langage, tant au niveau de l'expression que de la communication. L'enfant apprend à parler, à communiquer, il s'intéresse aux objets qui sont autour de lui par la médiation de l'adulte. L'adulte est un médiateur indispensable à l'ouverture au monde. Le langage naît dans l'échange alors que la machine n'est pas capable de la même souplesse, adaptation dans la réponse qu'elle donne.

Les tablettes, parce qu'elles captent extrêmement fortement l'attention de l'enfant – nous parlons ici de l'attention involontaire et exogène – le coupe de ces moments-là. L'effet est double : il est direct, car il ne stimule pas de la même manière qu'un jouet traditionnel. Il est indirect car il vole du temps nécessaire au développement de compétences. Chaque heure passée devant un écran est du temps perdu pour l'échange et l'intégration d'apprentissages; ce sont des mots que l'enfant n'apprend pas; ce sont des connexions qui, au niveau du cerveau, ne se font pas. Ces retards accumulés sont compliqués à rattraper.

Parleriez-vous d'une sensorialité "amputée" ?

La tablette sollicite essentiellement deux sens : l'audition et la vue. Même en imaginant que les plus perfectionnées puissent solliciter le toucher ou l'odorat, le problème restera le même. Avec la tablette, l'enfant fait l'expérience d'une sensorialité éclatée.

Dans le réel, l'enfant se constitue une image de l'objet parce qu'il le manipule de manière répétée et que tous ses sens sont alors en activité. Prenez l'exemple d'un ballon en mousse : c'est rond, mou, ça roule. Au début, l'expérience sensorielle est éclatée mais elle s'unifie progressivement autour d'un objet. La tablette ne permet pas cette expérience. Le ballon de la tablette est sans profondeur, sans masse, ne rebondit pas. J'ai vu des enfants qui, confrontés à ce ballon, n'avaient pas l'idée de le faire rouler !

Les tablettes entravent-elles la créativité ?

Je parlerais plutôt d'imaginaire. Vers 5 ans déjà, l'enfant commence à se raconter des histoires. Si la tablette capte son attention, il ne sera pas en mesure de construire un scénario continu car l'imagination a besoin de moments d'attention moins forte, où l'enfant s'extrait de l'objet qu'il manipule pour laisser aller son seul esprit.

Ils ne sont donc pas éducatifs ?

Cet argument est un prétexte utilisé par les vendeurs pour dédouaner les parents d'une certaine mauvaise conscience à acheter ces logiciels.

Faut-il éloigner les tablettes des enfants ?

La tablette n'est pas un bon outil de stimulation. Pour autant, je ne rejette pas en bloc son utilisation. Nous sommes dans un univers d'écrans. Mais je constate que si la tablette est introduite trop tôt, de manière trop intense et sans attention portée au contenu, on voit apparaître des symptômes qui sont parfois irréversibles. Il faut s'assurer que l'enfant ait en lui toutes les compétences nécessaires (le langage, la capacité à penser et à se penser, une sociabilité adaptée) avant de lui mettre dans les mains cet objet qui, alors, pourra de-

venir un outil intéressant. Par analogie, il ne nous viendrait pas à l'idée de mettre un conducteur de 1 an au volant. Il n'en a pas les compétences...

Que recommandez-vous, dès lors que les écrans font partie de l'univers des enfants ?

Je ne résonne pas en termes de limite de temps et d'âge : cela ne fonctionne pas dans les familles où il y a plusieurs enfants confrontés à plusieurs écrans. Je fonctionne plu-

tôt en termes de temps dégagé sans écran selon la "règle des 4 pas" : jamais d'écran le matin car c'est le moment où il pourra développer au mieux son attention volontaire; jamais pendant les repas familiaux afin de préserver cet espace d'échanges; jamais le soir avant de se coucher car cela nuit à la qualité du sommeil ; jamais dans la chambre de l'enfant.

Entretien : VVVy