

SYNTHESE DE LA JOURNEE D'INTERVENTION

Public

Acteurs de l'accompagnement à la scolarité soutenus par le CLAS parisien 2019

Objectifs

- Enrichir sa connaissance sur les aspects positifs et négatifs des écrans
- Aider les jeunes et leurs familles à gérer les écrans
- Aider les enfants/jeunes à décrypter les images ou messages de la télévision et des réseaux sociaux

Méthodologie utilisée

- Mises en situation
- Etudes de cas
- Apports méthodologiques

Programme de la formation

- Connaître les impacts négatifs des écrans sur le plan physiologique, psychologique, cognitif et social
- Analyser les points positifs des écrans
- Savoir gérer les écrans en fonction de l'âge et de la maturité des enfants et des adolescents
- Elaborer des pistes pour aiguïser l'esprit critique des jeunes et leur permettre de gérer eux-mêmes les écrans.

BILAN QUALITATIF ET QUANTITATIF

4 participantes

6 heures de formation

4 associations de Paris

3 évaluations recueillies, 100% de satisfaction (voir détail évaluation en fin de compte-rendu)

Soutien

Cette formation a pu être réalisée grâce au soutien de la Caisse d'allocations familiales (CAF) de Paris dans le cadre du Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité (CLAS).

Présentation du formateur

Théo Cabrero est formateur des PEP - Pupilles de l'Enseignement Public (Essonne), réseau de 123 associations de proximité fédérées au sein d'une Fédération Générale qui agit pour une société inclusive. Ces dernières années, elle a promu la notion de société inclusive, garante de l'accès de tous aux droits communs : droit à l'éducation, à la culture, aux loisirs, aux soins, à la vie sociale et à l'emploi. Elle intervient dans les domaines de la Petite Enfance, de l'Éducation, des loisirs, du social, du médico-social et du sanitaire, sur l'ensemble des départements français. Théo travaille également en tant que chargé de projet à l'association Siana (un centre de ressources pour les cultures numériques en Essonne).

Activité brise-glace de présentation

Présentation des participantes et discussion sur les moyens numériques utilisés au sein des associations. Quelques activités proposées aux enfants liées aux écrans: les recherches internet pour les exercices et les exposés, les comptes rendus, etc. Pourtant, malgré les avantages, les participantes rencontrent beaucoup de difficultés dans l'utilisation de la technologie : difficulté à mémoriser les mots de passe, gestion des problèmes de sécurité, entre autres.

Quelques cas d'usages : aux jeunes et jeunes enfants

A consulter : Serge Tisseron, 2008, Balises 3-6-9-12 Apprivoiser les écrans et grandir (facile à lire)

Recommandations :

- Pas de TV avant 3 ans
- Pas de console de jeu personnelle avant 6 ans
- Internet après 9 ans
- Les réseaux sociaux après 12 ans

Pour plus d'infos, voir le site : <https://www.3-6-9-12.org/>

Apprivoiser les écrans et grandir

3 - 6 - 9 - 12

À tout âge, choisissons ensemble les programmes, limitons le temps d'écran, invitons les enfants à parler de ce qu'ils ont vu ou fait, encourageons leurs créations.

Avant 3 ans
L'enfant a besoin d'apprendre à se repérer dans l'espace et le temps.

De 3 à 6 ans
L'enfant a besoin de découvrir ses sens dans des activités et manuels.

De 6 à 9 ans
L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social.

De 9 à 12 ans
L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde.

Après 12 ans
L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux.

De 6 à 9 ans
Je fixe des règles claires sur le temps d'écran, et je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait.

Après 12 ans
Mon enfant « surfe » seul sur le Web, mais je fixe avec lui des horaires à respecter.

Jouez, parlez, arrêtez la télé!

Limitez les écrans, partagez-les, parlez-en en famille!

Créez avec les écrans, expliquez-lui Internet!

Apprenez-lui à se protéger et à protéger ses échanges!

Restez disponibles, il a encore besoin de vous !

« J'ai imaginé les repères 3-6-9-12 comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues. » Serge Tisseron

3-6-9-12. Apprivoiser les écrans et grandir, t.o. évier

Cette affiche peut être téléchargée sur <http://3-6-9-12.com/> ou <http://sergetisseron.com>

Les questions et constats récurrents

- Les écrans: une drogue?**

La question de l'addiction aux écrans comme une maladie mentale est encore très discutée sur le plan scientifique... Tout commence par l'éducation. Avec l'omniprésence des moyens technologiques, il y a de nombreux jeunes qui sont accros aux écrans.

- Les enfants sont de formidables imitateurs**

Si le parent donne le mauvais exemple devant son enfant, il multiplie le risque que l'enfant l'imites.

- Passé-temps télévisuel: question de la durée**

Dès 3 ans, il faut associer les écrans à une durée: on mange par portion, on doit donc consommer les écrans par tranche horaire. Regarder c'est bien; en parler c'est

mieux. Il faut préciser la possession du moyen aux enfants, c'est compliqué à gérer car les enfants sont touchés par la technologie depuis le très jeune âge.

- **Le smartphone, cet outil magique**

Steve Jobs a eu intuition remarque de créer des interfaces qui correspondent à la sensibilité, la curiosité des enfants: une relation sensorimotrice au monde.

- **Jouer et apprendre sur tablette**

Pour un jeune enfant, ce qui est important; c'est la relation: le parent doit trouver un outil qui l'amuse avant de le proposer à son enfant.

- **Jeux vidéo et isolement**

Aujourd'hui on ne joue plus tout seul mais avec d'autres joueurs en réseau (connus ou inconnus) : il est donc important de parler des pratiques et favoriser les démarches créatives. Malgré la favorisation de communication en ligne, la notion de temps est dangereuse. Le parent doit parler avec l'enfant sur le jeu vidéo. Il n'y a pas de contrôle en laissant un enfant avec un appareil dans sa chambre. Cela commence très tôt, dès le plus jeune âge. Les enfants aiment jouer avec les interdits. On peut aussi appliquer le jeu vidéo comme moyen d'éducation (par exemple : Minecraft et Assassin's Creed qui permettent d'illustrer des cours de l'Histoire).

- **Le cyberharcèlement**

Beaucoup de cas de harcèlement en ligne naissent d'un harcèlement dans la réalité. Internet est un outil qui alimente la caricature et la propagation. Le harcèlement devient très vite incontrôlable. Dès qu'une personne partage une photo à son ami ou sur Internet, elle a perdu la possession de cette photo.

Pourtant, *le droit d'oubli* nous permet de demander le retrait de l'information sur le site d'origine.

- **“Se montrer” sur les réseaux sociaux**

Nous sommes en 2019 et nous disposons aujourd'hui d'outils nous permettant de créer des images valorisantes. Mais aussi compromettantes.

Vidéos : ["Adieu sommeil"](#) (Datagueule) et “Inconvénients de la lumière”

Les participantes sont invitées à regarder deux vidéos dont l'une est une enquête de sommeil et l'autre concerne l'influence de la lumière bleue sur notre corps. Exposé à la lumière bleue, le processus de production de mélatonine est rompu et retarde le sommeil. L'influence des livres et celle des écrans sont différentes car la mobilisation de notre cerveau pour ces deux activités n'est pas la même.

Les statistiques remarquables

D'après une enquête effectuée par [We are social](#) en Janvier 2019

Facebook est le réseau social le plus utilisé avec 2,3 Milliards d'utilisateurs du monde
En France, il y a 60,42 Millions d'utilisateurs d'Internet dont 38 Millions d'utilisateurs actifs de médias sociaux.

Utilisateur actif : qui connecte sur le réseau au moins une fois par semaine.

Les publics des réseaux sociaux sont majoritairement les 25-34 ans.

Le temps moyen passé sur Internet est de presque 5 heures par jour.

La pyramide de Maslow : hiérarchie des besoins



Les réseaux sociaux se présentent comme un moyen pour répondre au désir de mettre en scène toutes les activités. Ce sont les besoins d'appartenance et d'amour, et les besoins de reconnaissance.

Il y a une tendance à tout montrer, tout exposer sur les réseaux sociaux, particulièrement pour les jeunes : ils communiquent sur les lieux visités, les restaurants où ils mangent, les plats qu'ils dégustent, etc.

Facebook, Instagram, Twitter, Tiktok... sont les plateformes sociales qu'on peut utiliser gratuitement mais en revanche, elles amassent énormément de données des utilisateurs et les vendent pour créer de la publicité.

Atelier : Des activités à déployer

Les participantes discutent ensemble des activités qu'elles pourraient proposer aux enfants/jeunes dans le cadre de l'accompagnement scolaire.

Sensibilisation aux écrans: initiez les élèves aux différents types d'écrans (émission de télévision, ordinateur, jeu vidéo, etc.) et invitez-les à cibler ceux qu'ils utilisent le plus souvent.

- Avec maximum 8 enfants par groupe (convenable pour l'animateur), on écrit sur le tableau les types d'écrans.
- Durée de l'activité: une heure

Les écrans et moi: invitez les élèves à remplir un graphique sur leur mode de vie pour les aider à s'interroger sur la façon dont ils occupent leur temps dans une journée.

- Le graphique est divisé par couleurs
- Analyse des graphiques des élèves
- Durée de l'activité : une heure et demie

Temps d'écran et système du corps humain: sensibilisez les élèves aux effets du temps d'écran sur les systèmes du corps humain (c'est-à-dire système cardiovasculaire, respiratoire, musculaire, nerveux et digestif).

- Préparez des documents (extraits de vidéos, photos, schémas) en fonction des sujets (petits enfants ou adolescents)
- Invitez des intervenants (si possible) pour parler des effets négatifs des écrans

Défi troquer 30 : lancez aux élèves le défi Troquer 30 dans le but de modifier leurs habitudes en échangeant 30 minutes d'écran à des fins récréatives contre 30 minutes d'une activité comportant des mouvements.

- Demander aux jeunes ce qu'ils veulent faire pendant 30 minutes
- Les activités corporelles : les sports, la danse...
- Jouer au mime
- Jeu de société: Time's up (sur les sujets liés aux écrans)
- Escape game
- Les activités environnementales : ramasser les mégots, des plastiques

Défi un jour sans écran: aidez les élèves à visualiser mentalement la réussite de leur défi en dessinant une activité sans écran qu'ils pourraient pratiquer le jour même.

- Une journée dans la nature (écologique)

Utilisés à bon escient, les écrans peuvent répondre à des objectifs pédagogiques. En connaissant leurs inconvénients, on utilise les écrans de manière différente, plus consciente mais aussi créative ! Par exemple, [Adobe Spark](#) est un outil permettant de créer, éditer des petites vidéos, pour raconter un récit. Les enfants peuvent utiliser

cet outil afin de faire eux-mêmes une reproduction (un vlog ou un blog par exemple). Par ailleurs, [Declick](#), un produit de Colombbus permet d'aborder les bases du code informatique et de les appliquer à travers des projets, individuels ou collectifs, d'applications ou de jeux vidéo.

Synthèse des évaluations

3 évaluations recueillies sur 4 participant(e)s à la formation

1/ Par quel moyen avez-vous été informé(e) de cette formation ?

Par mon association (x1)
Par la lettre d'information du Programme AlphaB (x2)
Par le site d'Internet du Programme AlphaB (x1)

2/ Etes-vous satisfait de cette formation ?

Très satisfait (x3)

3/ Qu'attendiez-vous de cette formation ? A-t-elle répondu à vos besoins ?

« Tout à fait et même plus »
« Découvrir davantage le numérique et des idées autour de l'animation sur le sujet »

4/ Un point que vous avez trouvé particulièrement intéressant ?

« L'atelier de l'après-midi »
« La sensibilisation aux méfaits des écrans »
« Les jeux en réseau, pratique social et l'exercice commun »

5/ La méthodologie et les supports utilisés par l'intervenant vous ont-ils semblé pertinents ?

Très pertinents (x3)

6/ Pensez-vous que cette formation vous sera utile à l'avenir ?

Très utile (x3)

7/ Un point que vous pensez transférer dans vos pratiques ?

« L'exercice commun pour la sensibilisation aux écrans »
« Troc du temps pris par l'utilisation des écrans »

8/ Pensez-vous partager les connaissances acquises lors de cette formation ?

Oui (x3)
Si oui, à qui (bénévoles, coordinateurs, etc.) et comment ?
« A mes collègues bénévoles via mon cahier et le CR qui suivra »
« Avec l'équipe de l'association »

9/ Etes-vous satisfait de l'organisation générale de la formation ? (durée, rythme, format, etc.)

Très satisfait (x3)

10/ Sur quels outils thématiques souhaiteriez-vous que Tous Bénévoles organise des formations ?

« Astuces ordinateurs, créations de blog/vlog »
« Enfants en difficulté pour lire CP et CE1 (non lecteurs), quels outils ? »

11/ Avez-vous des suggestions et/ou propositions à faire ?

« Décryptage du smartphone »