



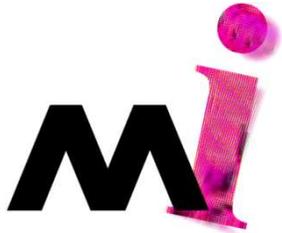
# Rencontre professionnelle Promeneurs du Net – parentalité *Ressources*

Noémie Rubat du Mérac

[noemie.rubat@maison-image.fr](mailto:noemie.rubat@maison-image.fr)

[www.maison-image.fr](http://www.maison-image.fr)

***Les « écrans » : un sujet de parentalité comme le sommeil, l'alimentation, les limites... où, n'ayant pas reçu de modèles éducatifs, les parents, peuvent rencontrer des difficultés.***



La Maison de l'Image

# La Maison de l'Image [www.maison-image.fr](http://www.maison-image.fr)

lieu ressource en éducation aux images et aux médias

- Des **formations professionnelles** :
  - À la réalisation photographique et vidéo
  - De médiateurs : éducation aux images et aux médias, parentalité numérique, les pratiques numériques des ados...
  - Ainsi que des formations sur mesure.
- Les **Rendez-vous de l'Image**, rencontres professionnelles dédiées aux questions d'éducation aux images et aux médias
- Le **Mois de la Photo**, festival de photographie
- Des **actions culturelles** sur le temps scolaire et hors temps scolaire, de la lecture à la création d'images.
- Des **actions parentalité numérique**, pour accompagner les parents et les familles
- Le **studio 97, un médialab** espace de création et d'expérimentation
- **Une chaîne Youtube avec des conférences, des interviews, des créations vidéo...**
- Un centre d'archives du Centre audiovisuel de la Villeneuve



**VIDÉOGAZETTE.net**

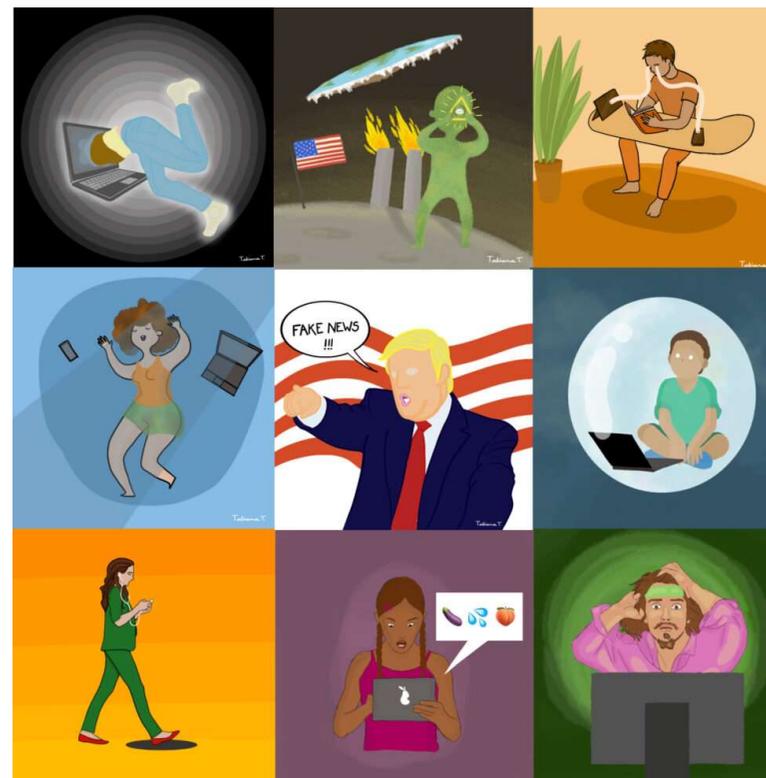
Une autre télévision à Grenoble (1972-1976)

# *Le photoblaba sur les écrans*

*Cet outil permet de travailler les représentations du numérique et des écrans. Ils se compose d'illustrations réparties en plusieurs catégories : Enfance, Adolescence, Santé, Société.*

**Un outil gratuit à télécharger et imprimer :**

<https://www.bornybuzz.fr/photoblaba-sur-les-ecrans-outil/>



# Technoférence... kézako ?

= Lorsque l'écran fait écran à la relation

« On apprend toujours mieux, quand on est très petit, dans une interaction sociale et directe. »

« Pour apprendre à parler, les enfants ont besoin d'être en relation avec les adultes (disponibles, présents). »

*Grégoire Borst, professeur du développement et des neurosciences cognitives de l'éducation à l'université Paris-Cité et directeur de laboratoire au CNRS*

**LE MEILLEUR ECRAN C'EST LE PARENT**



<https://www.internetsanscrainte.fr/ressources/affiche-technoference>

# Apprivoiser les écrans et grandir

3 - 6 - 9 - 12



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

Jouez, parlez, arrêtez la télé



**De 3 à 6 ans**  
L'enfant a besoin de découvrir ses sens sensoriels et manuels

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



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

Créez avec les écrans, expliquez-lui Internet



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

Apprenez-lui à se protéger et à protéger ses échanges



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

Restez disponibles, il a encore besoin de vous !

« J'ai imaginé en 2008 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, Ed. érès

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

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.

3 - 6 - 9 - 12, des écrans adaptés à chaque âge

## Avant 3 ans

Jouer avec votre enfant est la meilleure façon de favoriser son développement.

Je préfère les histoires lues ensemble à la télévision et aux DVD.

La télévision allumée nuit aux apprentissages de votre enfant même s'il ne la regarde pas.

Jamais de télé dans la chambre.

J'interdis les outils numériques pendant le repas et avant le sommeil. Je ne les utilise jamais pour calmer mon enfant.

## De 3 à 6 ans

Je fixe des règles claires sur les temps d'écran.

Je respecte les âges indiqués pour les programmes.

La tablette, la télévision et l'ordinateur, c'est dans le salon, pas dans la chambre.

J'interdis les outils numériques pendant le repas et avant le sommeil. Je ne les utilise jamais pour calmer mon enfant.

Jouer à plusieurs, c'est mieux que seul.

## De 6 à 9 ans

Je fixe des règles claires sur les temps d'écrans, et je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait.

La tablette, la télévision et l'ordinateur, c'est dans le salon, pas dans la chambre.

Je paramètre la console de jeux.

Je parle du droit à l'intimité, du droit à l'image, et des 3 principes d'Internet :

- 1) Tout ce que l'on y met peut tomber dans le domaine public ;
- 2) Tout ce que l'on y met y restera éternellement ;
- 3) Il ne faut pas croire tout ce que l'on y trouve.

## De 9 à 12 ans

Je détermine avec mon enfant l'âge à partir duquel il aura son téléphone mobile.

Il a le droit d'aller sur Internet, je décide si c'est seul ou accompagné.

Je décide avec lui du temps qu'il consacre aux différents écrans.

Je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait.

Je lui rappelle les 3 principes d'Internet.

## Après 12 ans

Mon enfant « surfe » seul sur la toile, mais je fixe avec lui des horaires à respecter.

Nous parlons ensemble du téléchargement, des plagiats, de la pornographie et du harcèlement.

La nuit, nous coupons le WIFI et nous éteignons les mobiles.

Je refuse d'être son « ami » sur Facebook.

Diffusons cette affiche.

C'est tous ensemble que nous modifierons notre relation aux écrans.

érès

# 3-6-9-12 des repères pour aider à poser un cadre aux usages des « écrans »

- **Avant 3 ans** : Jouons, parlons, arrêtons la télé (ou accompagnée/limitée).
- **De 3 à 6 ans** : limitons les écrans, partageons-les, parlons en famille
- **De 6 à 9 ans** : créons avec les écrans, expliquons-lui Internet
- **De 9 à 12 ans** : apprenons-lui à se protéger et à protéger ses échanges
- **Après 12 ans** : Restons disponibles

... et toujours : parlons-en famille

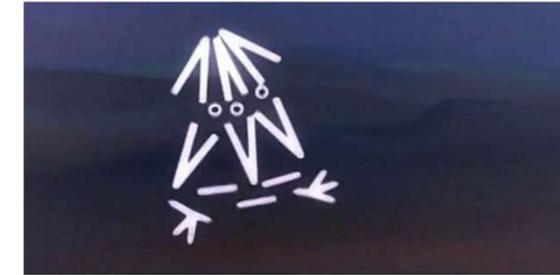
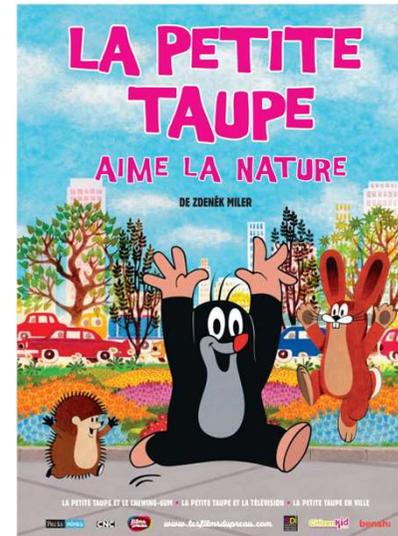
# Les dernières études sur les écrans et les enfants

- Pour les jeunes enfants, avant 3 ans, on observe des effets négatifs mais aussi positifs :
  - Le temps d'écran global a un effet **négatif** sur le langage – surtout quand il y a un écran en bruit de fond.
  - Mais il y a un effet **positif** du « **co-visionnage** » : **regarder ensemble et en parler**, cela développe le langage. A condition d'un contenu adapté, sur un temps choisi et limité aux capacités d'attention de l'enfant.
- Pour tous, **les impacts négatifs** sont surtout portés sur le **sommeil** et la **sédentarité**. C'est là qu'il faut intervenir : le sommeil est très important pour l'apprentissage et la régulation émotionnelle.

*Grégoire Borst, professeur du développement et des neurosciences cognitives de l'éducation à l'université Paris-Cité et directeur de laboratoire au CNRS*

# Choisir un programme adapté

- A l'âge
  - A la sensibilité de l'enfant
  - De qualité
  - Eviter les images de flux, difficiles à réguler et ritualiser
- 
- <https://www.films-pour-enfants.com/> : des films de qualité, classés par âge, en libre accès, sans pub.
  - <https://www.filmspourenfants.net/> : un classement des films par âge avec résumé, points sensibles.



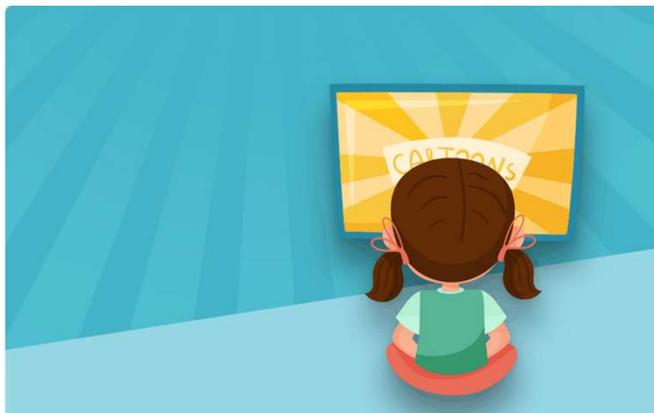
Le Merle  
3 ans, Musical, Abstrait

QUELS **FILMS**  
POUR NOS **ENFANTS?**



## Les contenus « enfants », oui mais lesquels ?

PAR MEELE - PUBLIÉ 13 DÉCEMBRE 2021 - MIS À JOUR 11 JANVIER 2022

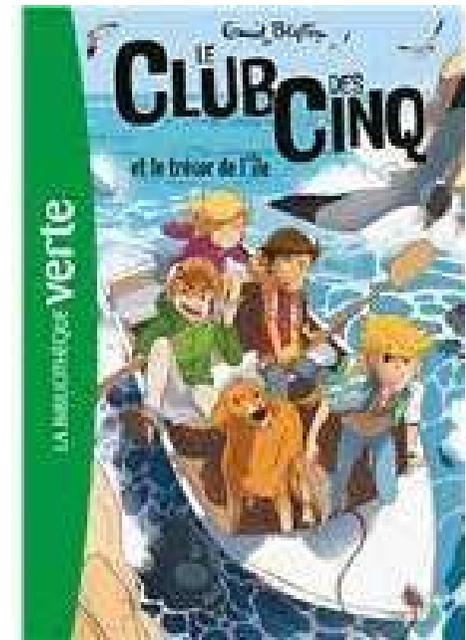
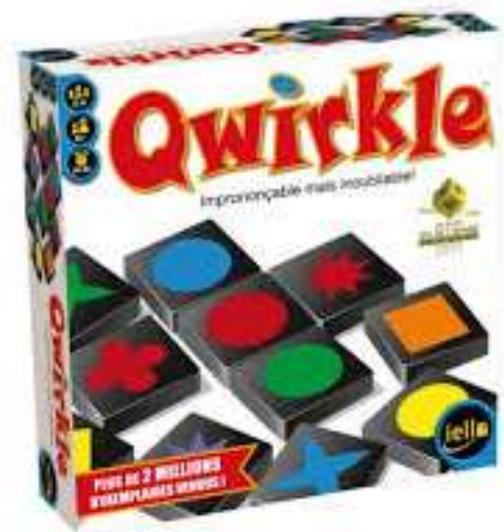


des conseils de plateformes de contenus vidéo « enfants » avec leurs avantages et leurs limites

# Les besoins de l'enfant de 6 à 9 ans



- L'âge où on apprend les règles sociales
  - Discuter et échanger avec les autres
  - Travailler en coopération
  - Se lancer des défis
  - Apprendre le respect des autres et de soi
  - Développer sa curiosité et sa créativité
- ...**sans** les écrans, outils numériques  
Et dès 9 ans, **avec** ces outils.





ACCOMPAGNER MON ENFANT

COMPRENDRE LE JEU VIDÉO

SUJETS SENSIBLES

PÉDAGOJEUX

AMBASSADEURS



Depuis 2008, PédaGoJeux accompagne les parents et les professionnels pour favoriser une pratique sereine du jeu vidéo dans les familles.

## Le Collectif PédaGoJeux



JEUXONLINE



Action Innocence Monaco @ime

Cravac.org

LES MEMBRES FONDATEURS

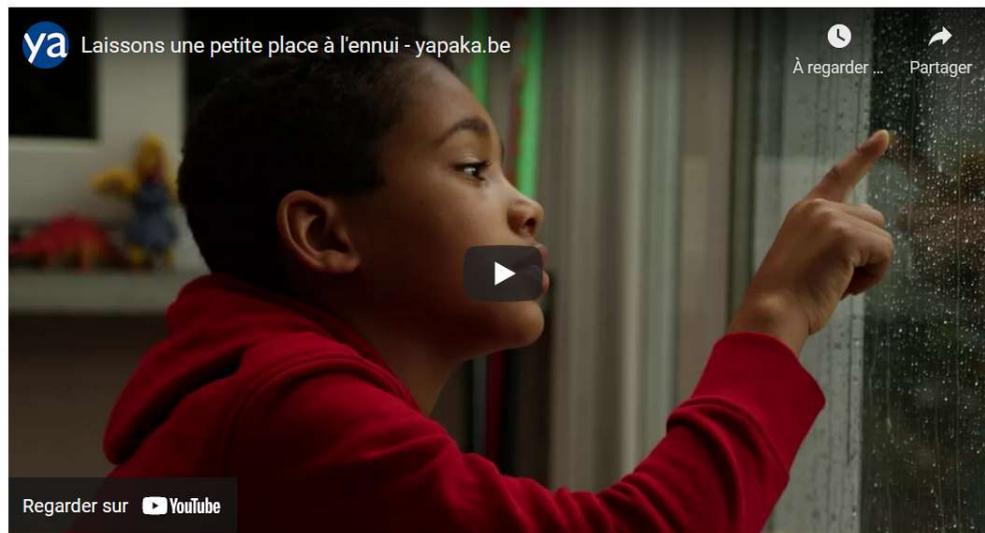
<https://www.pedagojeux.fr/> articles, conseils et fiches pratiques pour accompagner les enfants sur le jeu vidéo

# L'ennui

« *S'ennuyer permet la croissance des enfants* »

**Sophie Marinopoulos**, psychologue, psychanalyste, spécialisée dans les questions de l'enfance et de la famille

<https://www.yapaka.be/video/video-vive-lennui>



## Je protège mon enfant

la plateforme d'information et d'accompagnement à la parentalité numérique

**Attention : un logiciel de contrôle parental ne doit pas nous faire oublier de dialoguer avec nos enfants sur ce qu'ils regardent**

### Vos outils

Comment installer et configurer le contrôle parental sur vos appareils et consoles ? Comment paramétrer le filtrage de certains contenus sur les réseaux sociaux ?

Comment activer un outil de limitation de temps d'écran ? Retrouvez ici toutes les informations utiles.

À noter : cette plateforme est le fruit d'une démarche concertée. Certaines marques et entreprises n'ont pas souhaité y participer : vous trouverez directement sur leur site les informations portant sur leurs politiques de protection des mineurs.

<https://jeprotegemonenfant.gouv.fr/ecrans/vos-outils-ecran/>

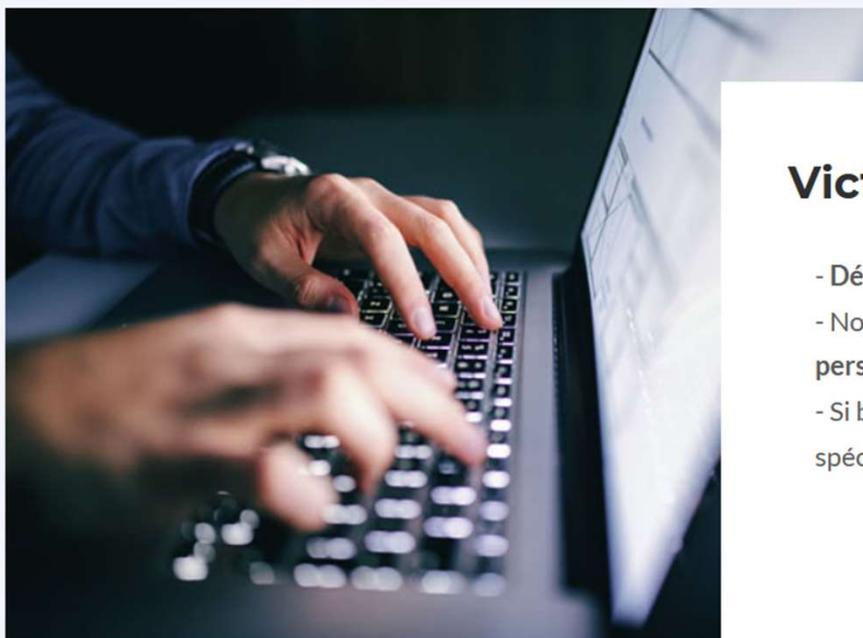
[Accueil](#) / [Dossiers](#) / [Parentalite-numer...](#)

# Parentalité numérique

Des conseils et des ressources pour accompagner les parents dans l'éducation au numérique à la maison

<https://www.internetsanscrainte.fr/dossiers/parentalite-numerique>

DES SERVICES POUR :

[PARTICULIERS](#)[PROFESSIONNELS](#)[COLLECTIVITÉS](#)

## Victime de cybermalveillance ?

- Décrivez votre problème en répondant à quelques questions.
- Notre outil vous proposera un **diagnostic et des conseils personnalisés**.
- Si besoin vous pourrez être **mis en contact avec un prestataire spécialisé** (prestation payante).

[DÉMARRER LE DIAGNOSTIC →](#)[EN SAVOIR PLUS](#)

**Site ressource en cas  
d'attaque en ligne :  
piratage, arnaque, cyber  
harcèlement, etc.**

**Comprendre l'importance des séances d'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle.**

**Un podcast très bien fait à destination des adultes (parents, enseignants, etc.)**

**Comprendre le rôle de cette éducation afin que nos enfants puissent trouver des réponses adaptées à leur âge.  
+ Nombreuses ressources adaptées aux enfants sur le site.**



**Hors-série**

**« C'est quoi l'amour, maîtresse ? » par Lolita Rivé**

binge

<https://www.binge.audio/podcast/le-coeur-sur-la-table/cest-quoi-lamour-maitresse-par-lolita-rive>

## CONCLUSION

- Continuer à s'informer en essayant de rester critique et de ne pas succomber aux paniques morales
- Rester attentif aux besoins de l'enfant, en parler autour de soi en étant conscient que chaque enfant est différent/n'a pas forcément les mêmes besoins, que vous n'avez pas le même vécu.
- Être attentif aux besoins et réalité de chaque famille.

## POUR EN SAVOIR PLUS

<https://www.1000-premiers-jours.fr/fr/limiter-les-ecrans-pour-bebe>

Interview de Sophie Marinopoulos :

"[Les écrans ne sont pas néfastes, c'est la manière dont on les utilise](#)"

<http://3-6-9-12.org> : campagne de prévention, articles

<https://www.yapaka.be> : articles, vidéos, podcasts sur l'éducation, pour professionnels et parents

*Les enfants et les écrans*, Anne Cordier et Séverine Erhel . Retz, 2023.

**MERCI!**

