



Les écrans : un défi quotidien pour les parents

17.05.2022 par ro
num.319 juin 2022 p.07

Comment mieux gérer l'utilisation des écrans à la maison? Quelle posture adopter en tant que parent? Comment renouer des liens avec ses enfants face à l'omniprésence des écrans? Ces questions préoccupent régulièrement les familles qui semblent bien souvent démunies. Pour en parler, l'Association des Parents d'Elèves des Ecoles primaires de Versoix (APEV) a organisé le 10 mai dernier un «café de parents» autour de cette thématique, avec un accent mis sur les jeux vidéo et les réseaux sociaux. A cette occasion, Madame Carole Barraud Vial de la Fondation «Action Innocence» était présente pour échanger avec les participants.

D'emblée, le ton est donné. Et si on prenait le point de vue des enfants? Qu'est-ce qui est important pour eux? Qu'est-ce qui est important pour les parents? Au fond, il s'agit de trouver un équilibre qui convienne à la vie de famille, tout en ayant à l'esprit qu'il vaut mieux encadrer plutôt qu'interdire, au risque de rompre les liens.

Pour y parvenir, il faut passer par différentes étapes. La première consiste à s'intéresser aux pratiques des jeunes et aux contenus auxquels ils sont exposés. Car les représentations sont nombreuses et bien souvent erronées. Les jeux vidéo par exemple, sont avant tout des espaces de socialisation. Et chaque jeu a ses codes. Une partie de Fortnite dure une vingtaine de minutes et monte en intensité progressivement. Interrompre l'adolescent au milieu pour l'intimer de venir souper revient plus ou moins à interrompre un match de foot pour en retirer l'enfant. Pour certains jeunes, regarder une compétition de e-sport (jeux vidéo en ligne) se révèle aussi intense qu'une finale avec Federer pour les adultes. Ne pas le reconnaître, c'est déjà être en décalage avec leurs pratiques et leurs émotions.

Autre sujet d'intérêt : les réseaux sociaux. Quelles sont les applications que les jeunes utilisent? Que permettent-elles de faire? Comme partout, il y a les bons et les mauvais côtés. Oui, on peut trouver du contenu à caractère sexuel sur TikTok. Oui, les puissants algorithmes identifient et amplifient les contenus sur lesquels on a passé du temps, même s'ils nous ont été suggérés contre notre gré. Oui, une géolocalisation sur un réseau social peut être vue par des inconnus. Pourtant des solutions techniques existent, comme l'application My Twiga, par exemple, qui permet de paramétrer les appareils des enfants afin de les protéger de ces risques.

En marge de ce type de contrôle, le rôle des parents est d'accompagner les jeunes et de leur expliquer pourquoi ils doivent se protéger. Enfin, les chartes et les plannings rédigés ensemble aident à trouver un rythme familial et une utilisation des écrans saine et éclairée.

La rencontre s'est terminée autour d'un apéritif convivial où les participants ont pu partager leur expérience et bonnes pratiques.

Pour découvrir les activités de l'association, rendez-vous sur le site APEV.ch

Sandra Zanelli

Encadré

Pour toute question ou inquiétude liée à la santé mentale ou physique de l'enfant, la Fondation Action Innocence est à disposition pour venir en aide aux familles (www.actioninnocence.org).

auteur : rédacteur occasionnel

