

Les écrans et les jeunes enfants (0-3 ans) dans un contexte de pandémie de COVID-19 : une enquête en ligne conduite auprès de 486 parents

E. GILLIOZ, T. BELLUCCI, A. BORGHINI, É. GENTAZ, F. LEJEUNE

RÉSUMÉ : Les écrans et les jeunes enfants (0-3 ans) dans un contexte de pandémie de COVID-19 : une enquête en ligne conduite auprès de 486 parents

Afin de connaître l'utilisation des écrans par les jeunes enfants, diverses données ont été récoltées dans cette étude via un questionnaire en ligne qui s'intéressait principalement à l'équipement des foyers en écrans ainsi qu'aux différentes habitudes d'utilisation et de consommation des écrans par les enfants et leurs parents en 2021. Les résultats principaux montrent que le nombre moyen d'écrans par foyer se monte à sept et que les enfants entre un mois et trois ans y sont exposés en moyenne cinq heures par semaine. De plus, et bien que la majorité des parents aient affirmé connaître les recommandations et règles d'usage mises en place, les résultats montrent que seulement 15,23 % des enfants bénéficient d'un accompagnement parental interactif au cours du visionnement. Finalement, la quasi-totalité des parents affirment passer du temps devant les écrans alors que leur enfant est présent dans la pièce, l'exposant ainsi indirectement et involontairement aux différents écrans.

Mots clés : Écran – Jeune enfant – Enquête – Pandémie.

SUMMARY: xxxxx

In order to find out about the use of screens by young children, various data were collected in this study via an online questionnaire which mainly focused on the equipment of households with screens as well as the different habits of use and consumption of screens by children and their parents in 2021. The main results showed that the average number of screens per household was seven and that children between one month and three years of age were exposed to them for an average of five hours per week. In addition, although the majority of parents claim to be aware of the recommendations and rules of use in place, only 15.23 % of children are adequately accompanied during viewing. Furthermore, almost all parents claim to spend time in front of the screens while their child is present in the room, thus indirectly and involuntarily exposing them to the various screens.

Key words: Screen – Young child – Survey – Pandemic.

RESUMEN: xxxxx

xxx

Palabras clave: xxxxx

Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation, Université de Genève, Suisse.
Correspondance :
Estelle Gillioz, Laboratoire du développement Sensori-Moteur, Affectif et Social (SMAS), Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation, Université de Genève, 40, Boulevard du Pont-d'Arve, 1211 Genève 4, Suisse.

.....
Conflits d'intérêts : les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêt.

Pour citer cet article : Gillioz, E., Bellucci, T., Borghini, A., Gentaz, É., & Lejeune, F. (2022). Les écrans et les jeunes enfants (0-3 ans) dans un contexte de pandémie de COVID-19 : une enquête en ligne conduite auprès de 486 parents. A.N.A.E., 178, 000-000.

Introduction

Depuis quelques années, les écrans et les nouvelles technologies font partie intégrante de notre quotidien. Une multitude d'études ont alors été menées pour analyser les effets positifs et négatifs qu'ils peuvent avoir sur divers aspects du développement cognitif et comportemental de l'enfant et de l'adolescent (pour une revue de la littérature voir par exemple Kostyrka-Allchorne, Cooper & Simpson, 2017). Les données scientifiques concernant les enfants en bas âge sont cependant encore partielles et peu nombreuses, bien que les premiers résultats semblent suggérer un lien négatif entre la durée totale d'exposition et le développement des capacités langagières (Madigan et al., 2020), ainsi qu'une association entre le visionnement de contenus violents avant l'âge de trois ans et le développement ultérieur de troubles du comportement externalisé (Zimmerman & Christakis, 2007). De plus, il a été montré que l'exposition directe des enfants aux différentes technologies n'est pas le seul facteur de risque à prendre en considération dans la problématique des écrans chez les tout-petits : l'utilisation excessive des écrans par les parents peut en effet limiter la qualité des interactions et avoir un effet conséquent sur le développement cognitif, langagier et émotionnel de l'enfant (McDaniel & Radesky, 2018). À l'aide de ces premiers résultats, diverses recommandations concernant l'usage des écrans ont été diffusées ces dernières années. L'*American Academy of Pediatrics* préconise par exemple de proscrire toute exposition avant l'âge d'une année et demie à l'exception des appels vidéo, puis de limiter le temps d'exposition au maximum tout en favorisant un accompagnement parental adapté au cours du visionnement à chaque fois que cela est possible (Pappas, 2020), alors que d'autres organisations telles que l'OMS et la *Société Canadienne de Pédiatrie* recommandent de bannir les écrans avant l'âge de deux ans puis de limiter ensuite l'exposition à une heure par jour entre deux et cinq ans (Ponti et al., 2017 ; *World Health Organization*, 2019). Bien que ces différentes recommandations se fondent sur un principe de précaution, il paraît important de se demander si elles sont connues et respectées par la majorité de la population, et ce d'autant plus dans le contexte sanitaire particulier qui a marqué ces deux dernières années. Entre le confinement et le télétravail rendu obligatoire, ces mesures ont démultiplié l'utilisation des nouvelles technologies, et tout particulièrement à domicile. Les personnes ont dû se réinventer, trouver de quoi s'occuper, travailler depuis chez elles, combattre l'isolement social et rester en contact avec leurs proches,

et tout cela a potentiellement impliqué que les enfants en bas âge aient été involontairement et indirectement exposés davantage aux écrans. Alors, qu'en est-il réellement de l'utilisation des écrans au quotidien par les jeunes enfants ?

Une étude de suivi de la cohorte française Elfe (étude longitudinale française depuis l'enfance, N = 18 000 enfants nés en 2011) a pour but d'aborder de multiples aspects de la vie d'une personne, de sa naissance à l'âge adulte, notamment sous l'angle de la santé, de l'environnement, et des sciences sociales. Parmi les très nombreuses données récoltées, elle inclut des informations concernant l'équipement des foyers en écrans, la fréquence d'exposition et/ou de contacts des enfants avec les différents écrans au cours des deux premières années de leur vie, c'est-à-dire entre 2011 et 2013, ainsi que des données sur l'impact de l'exposition aux médias et aux nouvelles technologies sur le développement physique et intellectuel des enfants en bas âge (Charles et al., 2011). À l'aide de ces données, Berthomier et Octobre (2019) ont ainsi pu mettre en évidence qu'en 2012 les écrans étaient très présents dans l'environnement domestique des enfants de la cohorte Elfe, alors âgés d'une année seulement. Que ce soit la télévision, l'ordinateur, le téléphone portable, un lecteur DVD, une console de jeux, ou encore d'autres types de média tels que des logiciels éducatifs et/ou culturels, 97 % des foyers étaient multi-équipés et la moyenne d'écrans par foyer se montait à sept. De surcroît, ces écrans n'étaient pas seulement omniprésents au sein des foyers, mais également visionnés et utilisés de plus en plus précocement par les enfants dès l'âge de deux ans. En 2013, ils étaient déjà 87 % à regarder la télévision, dont 68 % quotidiennement, et plus de la moitié d'entre eux la regardaient plus de quatre heures et demie par semaine. La télévision était alors considérée comme l'invité permanent des foyers, au contraire de l'ordinateur et des téléphones portables. Seulement 36 % des enfants de deux ans avaient déjà utilisé un ordinateur lors de l'enquête, dont 12 % quotidiennement, et la durée médiane d'utilisation était d'une heure et quarante-cinq minutes par semaine. L'utilisation de téléphones portables par les enfants était quant à elle encore moins répandue : 26 % d'entre eux en avaient déjà eu un entre les mains, mais seulement 10 % l'utilisaient quotidiennement. En moyenne, 9 % des enfants de l'échantillon total n'avaient jamais utilisé d'écran à l'âge de deux ans, alors que 4 % des enfants utilisaient entre trois et quatre écrans différents tous les jours. Ces écarts dans les habitudes de consommation étaient influencés en partie par le niveau d'édu-

cation du parent, la taille de la fratrie, ainsi que la consommation du parent lui-même. Les enfants de parents issus des milieux populaires ainsi que les enfants uniques et ceux de grands consommateurs semblaient être les enfants les plus exposés aux écrans. Le contexte de vie et les normes éducatives imposées par les parents jouent donc un rôle dans la restriction ou non du temps passé devant les écrans.

Ces données concernent cependant des enfants nés en 2011. Le changement des conditions de vie dans lesquelles les enfants grandissent aujourd'hui, l'avancée technologique fulgurante de ces dix dernières années et le contexte pandémique mondial sont des facteurs marquants de changement qui pourraient impacter la consommation des écrans par les enfants en bas âge. Bergmann et al. (2022) ont d'ailleurs mis en évidence une différence significative du temps passé devant les écrans chez les enfants en bas âge avant et pendant le premier confinement au sein de différents pays. L'objectif de cette enquête est alors de présenter l'équipement des foyers en écrans en 2021 et puis d'analyser la fréquence d'exposition des enfants aux différents écrans existants au cours des trois premières années de leur vie, l'utilisation des écrans par les parents eux-mêmes, ainsi que l'accompagnement parental qu'ils apportent à leur enfant.

Méthode

Participants

Dans cette étude, 598 parents d'enfant entre un mois et trois ans ont ouvert le lien du questionnaire et accepté le formulaire de consentement, puis 486 participants au total ont terminé la complétion. Sur l'ensemble de cet échantillon ($N = 486$), tous les participants sont francophones, et la grande majorité habite en France et en Suisse. Leur position socio-économique est calculée à partir d'une formule mathématique qui prend en considération l'âge, le niveau de formation et la catégorie professionnelle des deux parents (Genoud, 2011). L'indice ainsi trouvé permet de diviser les familles en cinq classes sociales : *classe inférieure* (1-35 ; 20,2 % de la population générale), *moyenne-inférieure* (36-54 ; 20 %), *moyenne* (55-67 ; 19,6 %), *moyenne-supérieure* (68-80 ; 20,9 %) et *supérieure* (> 80 ; 19,3 %). Cependant, au vu des faibles effectifs de l'échantillon dans les classes *inférieure* et *moyenne-inférieure*, nous avons décidé de les réunir et ainsi séparer notre échantillon en quatre classes : *classe inférieure* (1-54, $N = 54$, $M = 40,56$; $ET = 10,79$), *moyenne* (55-67,

$N = 91$, $M = 63,36$; $ET = 3,05$), *moyenne-supérieure* (68-79, $N = 258$, $M = 73,62$; $ET = 3,26$), et *supérieure* (> 80, $N = 83$, $M = 85,27$; $ET = 9,52$). La position socio-économique moyenne des participants de l'échantillon se situe dans la classe *moyenne-supérieure* ($M = 69,92$; $ET = 13,8$). L'âge moyen des enfants pour lesquels les parents ont répondu au questionnaire est de 22 mois ($ET = 10$; $Min = 1$; $Max = 40$). Les 95 % d'entre eux vivent avec leurs deux parents sous le même toit, et 55 % de ces enfants sont enfants uniques. Les 45 % restants ont en moyenne un frère et/ou une sœur ($M = 1,42$; $ET = 0,75$; $Min = 1$; $Max = 5$).

Questionnaire

Le questionnaire proposé aux participants est composé de 46 questions, dont certaines se divisent en plusieurs sous-questions en fonction des réponses données, ce qui fait un total de 82 questions pour les participants amenés à répondre à l'ensemble d'entre elles. Ces questions se divisent en quatre grandes parties. Dans la première partie, nous recueillons différentes informations générales concernant le participant et sa famille telles que son âge, l'âge de l'enfant, son activité professionnelle, la composition du foyer, le nombre d'enfants dans la fratrie, etc. La seconde partie, *parents et écrans*, s'intéresse principalement au nombre d'écrans au sein du foyer ainsi qu'à l'utilisation quotidienne de ces différents écrans par le parent. La troisième partie, *écrans et enfants*, est la partie la plus conséquente du questionnaire. Nous nous intéressons à la durée d'exposition moyenne des enfants, mais également aux moments de la journée durant lesquels cette exposition a lieu, aux différents contenus visionnés, à l'accompagnement parental au cours du visionnement, ainsi qu'aux conséquences directes de cette exposition sur le comportement de l'enfant. La dernière partie interroge les parents sur leurs connaissances générales à propos des éventuels effets des écrans sur le développement de l'enfant et de l'adolescent, ainsi que sur les recommandations actuelles formulées et diffusées aux parents. Toutes les questions proposées aux participants sont rédigées uniquement en français.

Procédure

Cette recherche a été acceptée par la commission d'éthique de la Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation de l'Université de Genève. La durée de l'enquête s'est étendue du mois d'avril au mois de novembre 2021. L'ensemble des données récoltées fait donc

partie intégrante du contexte pandémique mondial dans lequel la société est baignée depuis le début de l'année 2020.

Le questionnaire a été diffusé sur de nombreux groupes *WhatsApp*, sur différents réseaux sociaux tels que *Facebook* et *Instagram*, aux participants du MOOC sur le développement psychologique de l'enfant de l'Université de Genève, ainsi qu'au sein de différentes structures en lien avec la petite enfance, principalement des crèches, des jardins d'enfants, et des cabinets de pédiatre. De plus, le lien était également disponible sur différents sites internet tels que celui de la Fondation Action Innocence à Genève et celui du Laboratoire du développement Sensori-Moteur, Affectif et Social de l'Université de Genève. La durée moyenne de complétion du questionnaire se monte à environ 28 minutes. Toutes les personnes qui reçoivent le lien du questionnaire sont complètement libres de participer ou non à cette enquête. Sur la première page, une brève explication de l'étude leur est donnée. Il leur est ensuite indiqué les conditions de participation à l'étude, la durée totale moyenne de complétion, ainsi que différentes informations concernant l'anonymisation des données et l'aspect volontaire de la participation, de façon à ce que leur consentement soit totalement éclairé. Pour commencer la complétion du questionnaire, tous les participants doivent ensuite cocher la case oui en bas de page, et ainsi donner leur accord pour l'utilisation des données à des fins scientifiques.

Résultats

Cette section se divise en trois grandes parties : nous nous intéressons tout d'abord à l'équipement des foyers en écrans, puis à l'utilisation de ces différents écrans par les enfants en bas âge, et finalement à l'utilisation des écrans par les parents eux-mêmes, que celle-ci soit en présence ou non de leur enfant.

Équipement des foyers en écrans

Le *smartphone* est l'écran le plus présent au sein des foyers puis vient l'ordinateur, la télévision, les tablettes, les consoles de jeux, la catégorie *Autres*, et puis les jeux éducatifs numériques (figure 1 et 2). Le nombre d'écrans moyen par foyer se monte à sept ($M = 7,23$; $ET = 4,01$; $Min = 0$; $Max = 40$). En comparant le nombre d'écrans par foyer en fonction du statut socio-économique des familles (*moyenne-inférieure* vs. *supérieure*), aucune différence statistiquement significative n'est trouvée, $t(135) = .904$, $p = .368$. Puisque nous avons comparé les deux classes sociales pour

lesquelles l'écart semble être le plus grand (figure 3) et que les résultats ne sont pas significatifs, il est possible de conclure que les familles possèdent en moyenne le même nombre d'écrans, qu'elles soient aisées ou non. Des résultats similaires sont obtenus pour le nombre d'enfants dans la fratrie (enfant unique, $N = 270$ vs. non, $N = 216$), $t(484) = .840$, $p = .401$. Le nombre d'écrans moyen par foyer reste donc identique que les enfants fassent partie d'une fratrie ou non.

Figure 1. Pourcentage de l'échantillon qui possède les différents types d'écrans au sein de leur foyer.

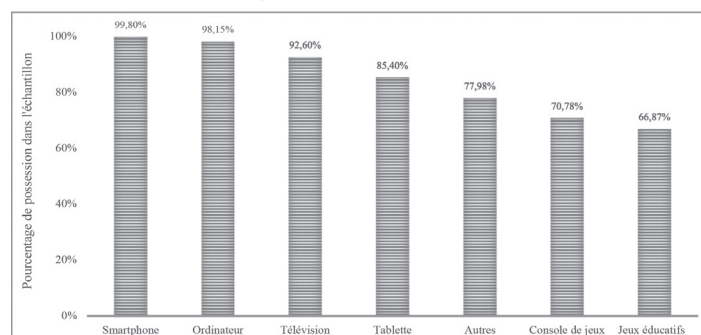


Figure 2. Nombre moyen d'écrans possédés au sein des foyers pour chacun des types d'écrans.

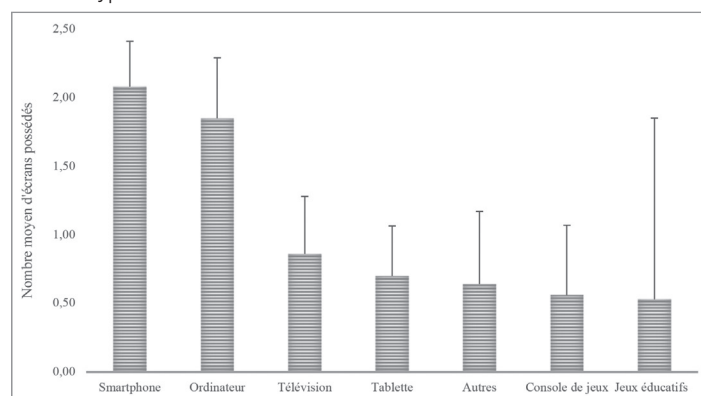
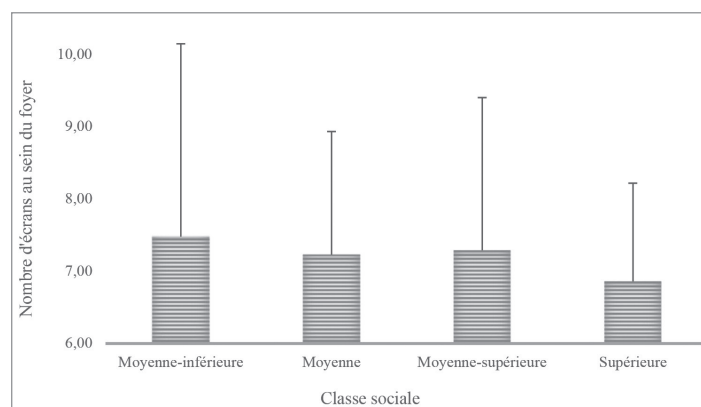


Figure 3. Moyenne d'écrans possédés par foyer en fonction de la classe sociale des familles.

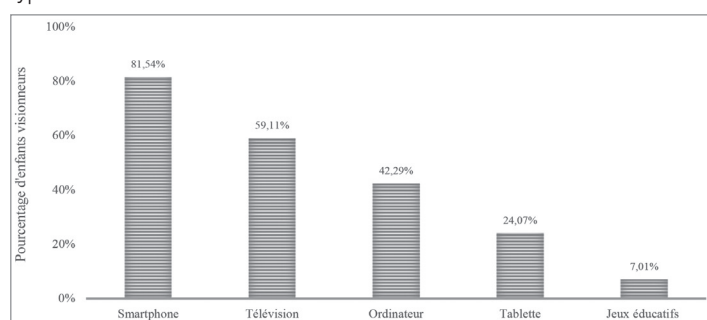


Enfants et écrans

Une grande majorité des enfants de l'échantillon (88,07 %) ont déjà été exposés aux

écrans (Annexe 1, Q24). Les analyses suivantes sont donc effectuées sur ces $N = 428$ enfants (M âge = 23 mois ; $ET = 10$). Les parents estiment que le premier contact visuel de leur enfant avec un écran s'est fait en moyenne à l'âge de 9 mois ($ET = 7$; Annexe 1, Q26), mais qu'ils auraient donné la permission à leur enfant de regarder un écran de manière intentionnelle seulement à l'âge de 17 mois en moyenne ($ET = 8$; Annexe 1, Q27). L'écran le plus regardé et/ou utilisé par les enfants en bas âge est le *smartphone* (81,54 % de l'échantillon y sont exposés), puis la télévision (59,11 %), l'ordinateur (42,29 %), et la tablette (24,07 %). Seulement 7,01 % des enfants de l'échantillon jouent à des jeux numériques éducatifs (figure 4).

Figure 4. Pourcentage d'enfants qui regardent les écrans en fonction du type d'écran visionné.



Les durées d'exposition sont calculées séparément pour les jours de la semaine et du weekend (Annexe 1, Q28-Q29). En moyenne, les enfants regardent les écrans presque 3 heures par semaine ($M = 2,9$; $ET = 4,67$; $Min = 0,5$; $Max = 50$) et puis 2 heures en weekend ($M = 2,17$; $ET = 4,10$; $Min = 0,5$; $Max = 35$), pour une durée totale d'exposition hebdomadaire de 5 heures en moyenne ($M = 4,96$; $ET = 6,24$; $Min = 30$; $Max = 52,5$), ce qui correspond à une vingtaine de minutes par jour ($M = 25,51$; $ET = 57,67$; $Min = 0$; $Max = 728$). Cette exposition a lieu principalement dans le courant de la matinée (20,43 %) ou de l'après-midi (40,87 %), mais également lors des repas (11,78 %) ou avant le coucher (7,21%).

L'âge de l'enfant est corrélé significativement au temps passé devant les écrans, $r = .169$; $p < .001$. Plus les enfants sont âgés, plus ils sont exposés (figure 5). Les enfants de moins d'une année sont exposés en moyenne une quinzaine de minutes par jour ($M = 14,34$; $ET = 33,39$), ceux entre 13 et 30 mois en moyenne une vingtaine de minutes par jour ($M = 21,98$; $ET = 48,23$), et puis les enfants de deux ans et demi et plus sont exposés en moyenne plus de quarante minutes par jour ($M = 43,33$; $ET = 82,7$; figure 6).

Figure 5. Corrélation entre l'âge de l'enfant et son nombre d'heures d'exposition hebdomadaire.

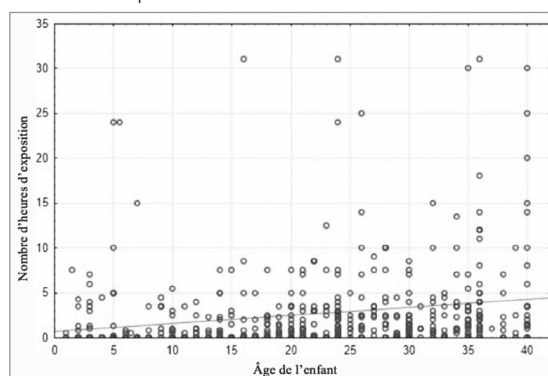
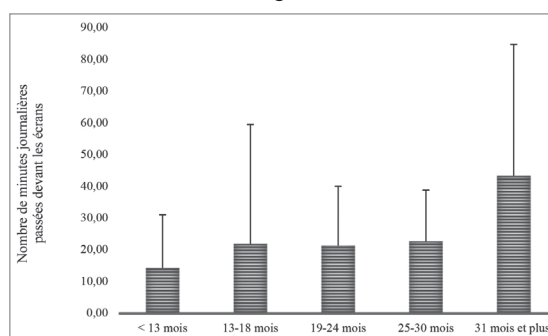


Figure 6. Nombre de minutes journalières passées devant les écrans en fonction de l'âge de l'enfant.



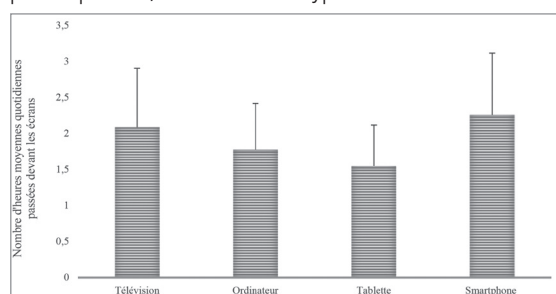
De plus, ces durées d'exposition sont statistiquement différentes en fonction de l'exposition des parents (0-3 heures journalières, $N = 258$, $M = 1,81$; $ET = 1,03$ vs. 4 et plus, $N = 228$, $M = 6,3$; $ET = 3,43$), $t(484) = -2,56$; $p = .003$, mais non en fonction de leur statut socio-économique (*moyenne-inférieure vs. supérieure*), $t(135) = 1,33$; $p = .059$, bien que ce résultat tende vers la significativité. Les enfants de grands consommateurs d'écrans sont donc eux-mêmes davantage exposés aux écrans, alors que leur temps d'exposition ne change pas en fonction du niveau socio-économique de leurs parents. Finalement, aucune différence statistiquement significative n'est trouvée en fonction du nombre d'enfants dans la fratrie (enfant unique vs. non), $t(484) = -.159$; $p = .874$. Le temps passé devant les écrans est donc similaire que les enfants fassent partie d'une fratrie ou non.

Parents, écrans, et accompagnement parental

La majorité des parents (76,75 %) travaillent à temps plein ou à temps partiel, en moyenne à 80,48 % ($ET = 19,66$). Dans ces moments, les enfants sont gardés principalement en crèche (39,43 %), par une personne de la famille (25,93 %) ou encore par une maman de jour (20,26 %), et 9,67 % des parents affirment ne pas avoir connaissance de la fréquence d'exposition de leur enfant lorsqu'il n'est pas à domicile.

La consommation récréative des écrans par les parents est d'environ deux heures par jour en moyenne pour la télévision, l'ordinateur, la tablette et le *smartphone* (figure 7). Ces durées d'exposition sont statistiquement différentes en fonction de leur statut socio-économique (*moyenne-inférieure* vs. *supérieure*), $t(135) = -1.13$; $p = .037$. La consommation récréative journalière des écrans par les parents de la classe sociale *supérieure* ($M = 4,23$ heures ; $ET = 4,35$) est en moyenne plus haute que celle des parents de la classe *moyenne-inférieure* ($M = 3,48$ heures ; $ET = 2.73$).

Figure 7. Consommation récréative journalière des écrans par les parents, en fonction du type d'écran utilisé.



Une majorité des parents (86,63 %) affirment qu'ils passent du temps devant les écrans alors que leur enfant est présent dans la pièce, en moyenne deux à quatre fois sur dix (45,84 %), cinq à six fois sur dix (22,33 %), et même parfois systématiquement (2,38 %).

En réponse à la question : « *Regardez-vous la télévision et/ou les écrans avec votre enfant ?* », 53,76 % des parents répondent oui, et 16,26 % affirment le faire systématiquement et/ou la plupart du temps. La signification de ce co-visionnement varie cependant énormément : pour 15,23 % des parents de l'échantillon, il s'agit d'interagir avec l'enfant, de lui poser des questions sur ce qu'il se passe à l'écran et/ou encore de nommer et de pointer les contenus, alors que pour 8,64 % de l'échantillon total il s'agit simplement d'être présent dans la pièce en réalisant une autre activité et/ou d'être assis à côté de son enfant sans interagir ni communiquer (Annexe 1, Q35b).

Lorsque les parents sont interrogés sur les recommandations actuelles et la durée d'exposition moyenne recommandée pour les enfants de moins de trois ans, ils sont 88,28 % à répondre « *Aucune exposition* » et 8,85 % à répondre « *Moins de 30 minutes* ». De plus, 61,34 % des parents affirment se sentir suffisamment informés au sujet des écrans et de leurs effets potentiels sur le développement de l'enfant.

Discussion

Les buts de cette recherche sont multiples : nous voulions pouvoir fournir un aperçu de l'équipement des foyers en écrans en 2021, analyser la fréquence d'exposition des enfants aux différents écrans existants au cours des trois premières années de leur vie, ainsi que celle de leurs parents.

Équipement des foyers en écrans

Notre enquête révèle que le nombre de foyers multi-équipés est de 98,15 %, et que la moyenne d'écrans par ménage se monte à sept. Ces chiffres vont alors dans le sens des mesures réalisées au sein de la cohorte Elfe il y a une dizaine d'années déjà, montrant un multi-équipement quasiment présent dans l'ensemble des foyers interrogés.

De plus, notre enquête révèle que les *smartphones* et les ordinateurs sont présents dans respectivement 99,8 % et 98,15 % des foyers, devançant ainsi la télévision, l'écran prédominant dans les foyers au début du XXI^e siècle. Ce changement dans les routines d'usage et d'achat peut s'expliquer par la diversification de l'offre proposée : depuis l'apparition sur le marché des téléphones et des ordinateurs portables, la création de différents modèles à des prix plus ou moins attractifs les a rendus de plus en plus accessibles au grand public. Le statut socio-économique des familles ne semble d'ailleurs plus jouer un rôle crucial dans le nombre d'écrans présents au sein des foyers. De plus, dans les pays occidentaux, l'utilisation du *smartphone* est très vite devenue indispensable dans la vie de tous les jours, pour payer ses factures par exemple. La substitution du poste de télévision par les ordinateurs et les *smartphones* ne signifie cependant pas que l'attrait pour la télévision ait totalement disparu. En effet, il est désormais possible de regarder un programme télévisé sur son ordinateur, sa tablette, et/ou encore son *smartphone*. L'attrait pour les écrans reste donc important, mais ce sont leurs usages qui ont évolué.

Enfants et écrans

La majorité des enfants de notre échantillon ont déjà été exposés à un écran quel qu'il soit, et les parents affirment que la première exposition volontaire et autorisée a eu lieu en moyenne à 17 mois. Les durées d'exposition se montent à cinq heures par semaine en moyenne pour l'ensemble de l'échantillon, mais il est possible d'observer qu'elles augmentent avec l'âge. Alors que les enfants de moins d'une année regardent les écrans une

quinzaine de minutes par jour, cette durée est triplée dès l'âge de deux ans et demi.

Bien qu'il manque différentes données liées à l'étude de la cohorte française Elfe qui nous permettraient de comparer statistiquement ces deux échantillons, les résultats de notre enquête semblent aller dans le sens de ceux obtenus au sein de cette cohorte, lorsque les enfants étaient âgés de deux ans en moyenne. Ces dernières années, un accent tout particulier a été mis sur la prévention contre les effets des écrans : plusieurs campagnes ont été menées, et les recommandations adressées aux parents se font de plus en plus nombreuses. Elles semblent alors toucher l'ensemble des couches de la population. En effet, l'utilisation des écrans par les parents est différente en fonction de leur statut socio-économique alors que celle de l'enfant n'est pas affectée par la classe sociale de son parent. Les parents semblent donc appliquer les recommandations préconisées, et ce peu importe leur propre rapport aux écrans. Ces éléments mis ensemble pourraient expliquer pourquoi, même dans un contexte de pandémie mondiale et de confinement, les temps d'exposition des enfants aux différents écrans semblent aller dans le sens des études menées sur ce sujet, telles que celle réalisée au sein de la cohorte Elfe.

Par ailleurs, il a été montré à plusieurs reprises que le nombre d'heures passées devant les écrans variait en fonction de la catégorie socio-professionnelle des parents, du revenu moyen du foyer, ainsi que de l'âge des parents : plus les parents sont âgés et plus leur statut socio-économique est élevé, et moins les enfants sont exposés aux écrans (Berthomier & Octobre, 2019 ; Aishworiya et al., 2019 ; Prieur, 2020 ; Bergmann et al., 2022). Ces liens ne sont cependant pas observés dans notre étude : que les enfants soient issus de familles à haut niveau socio-économique ou non, leur durée d'exposition moyenne ne sont statistiquement pas différentes.

Finalement, une grande majorité des parents affirme passer du temps devant les écrans alors que leur enfant est présent dans la pièce, parfois même systématiquement. Les enfants seraient donc exposés involontairement et indirectement aux écrans utilisés par leurs parents. Cependant, comme les questions posées aux parents concernant l'utilisation des écrans par leur enfant se focalisent uniquement sur une exposition volontaire, ces minutes ne seraient pas comptabilisées, et cela bien que l'enfant soit exposé indirectement à travers l'utilisation des écrans par son parent. Il serait pourtant important de considérer cette exposition, car

elle peut s'avérer néfaste pour le développement de l'enfant (Courage et al., 2010 ; Hood et al., 2021 ; McDaniel & Radesky, 2018). Elle peut en effet créer une forme d'interférence dans les interactions dyadiques entre le parent et son enfant, et cette coupure interactionnelle ainsi que l'indisponibilité soudaine du parent face aux signaux de son enfant semblent favoriser l'émergence de différents troubles internalisés et externalisés chez l'enfant (Clément, 2020).

Parents, écrans, et accompagnement parental

Les recommandations actuelles formulées pour les enfants en bas âge préconisent de limiter leur exposition avant l'âge d'une année et demie (à l'exception des appels vidéo), puis de limiter ensuite le temps d'exposition au maximum tout en favorisant un accompagnement parental adapté au cours de l'exposition à chaque fois que cela est possible (Pappas, 2020). Les résultats obtenus suggèrent ici que 53,76 % des parents accompagnent leur enfant au cours du visionnement, dont 16,26 % la plupart du temps ou systématiquement, ce qui semble aller dans le sens des résultats obtenus au sein de la cohorte Elfe, avec des chiffres qui se montaient à respectivement 52 % et 22 %. Il semble cependant nécessaire de se questionner sur les définitions du co-visionnement utilisées dans ces deux études. Lorsque les recommandations actuelles préconisent un accompagnement parental adapté à chaque fois que cela est possible, il s'agit d'une présence active et interactionnelle de la part du parent, et non pas seulement d'une présence passive dans la pièce au moment de l'exposition. Or, la question posée aux parents à partir de laquelle ces résultats sont donnés les interroge simplement sur leur présence au cours du visionnement (« *Regardez-vous avec votre enfant la télévision ou un écran ?* »), et non sur la manière d'accompagner leur enfant dans le visionnement, ce que nous avons ensuite fait dans cette étude. Les résultats alors obtenus suggèrent que seulement 15,23 % des parents favorisent l'échange interactif au cours du visionnement, dont 8,23 % très souvent ou systématiquement. Alors que la majorité des parents de l'échantillon (61,34 %) se sentent suffisamment informés au sujet des écrans et de leurs effets éventuels sur le développement de l'enfant, ils sont très peu à suivre cette recommandation de manière adaptée.

Ce phénomène pourrait s'expliquer en partie par la montée en puissance des nouvelles technologies. Comme en témoignent les différents résultats de notre étude, les enfants complètent

de plus en plus leur exposition télévisuelle par une utilisation récurrente de tablettes et/ou de *smartphones*, qui peuvent être considérés par certains parents comme étant éducatifs et interactifs. Il est alors possible que les parents pensent qu'au cours de cette utilisation, aucun accompagnement n'est nécessaire, contrairement aux moments d'exposition télévisuelle. Cependant, les enfants n'utilisent pas toujours ces nouvelles technologies de manière interactive et éducative. Ils peuvent par exemple être simplement en train de regarder une vidéo sur internet, et cette utilisation requerrait un réel accompagnement parental pour limiter les potentiels effets négatifs des écrans sur le développement de l'enfant.

Limites

Il existe des limites propres à toutes les enquêtes, et par conséquent à notre étude. La première réside dans la récolte des données, réalisée par questionnaire. Il s'agit en effet d'une mesure auto-rapportée qui peut conduire à différents biais et erreurs de mesure tels qu'une sous-estimation du temps d'exposition aux écrans.

La seconde concerne la représentativité de notre échantillon. Il ne se compose que de 486 participants, qui plus est de niveau socio-économique relativement élevé. Bien que les différentes données récoltées puissent amener un éclairage intéressant sur les habitudes d'utilisation des écrans chez les enfants en bas âge et leurs parents, la prudence reste alors de mise dans la généralisation de nos conclusions.

Conclusion

Les résultats de cette étude révèlent qu'à une exception près, tous les participants possèdent au moins un *smartphone* et que le multi-équipement est très présent au sein des foyers. En effet, le nombre d'écrans moyen par famille se monte à sept. Une grande majorité des enfants y sont alors exposés dès leur plus jeune âge cinq heures par semaine en moyenne, et seulement 15,23 % d'entre eux bénéficient d'un accompagnement parental enrichissant et interactif au cours du visionnement. De plus, les résultats montrent un lien entre la consommation du parent et celle de son enfant : les enfants de grands consommateurs sont eux-mêmes davantage exposés aux écrans. Finalement, une grande majorité des parents affirment passer du temps devant les écrans alors que leur enfant est présent dans la pièce, parfois même systématiquement.

Au vu de ces résultats, il pourrait être intéressant d'investiguer toutes les questions qui entourent l'impact direct des écrans sur le développement des tout-petits. En analysant ces données en lien avec les comportements observables des jeunes enfants, cela permettrait d'avoir de plus amples connaissances scientifiques pour améliorer le bien-être et la santé des enfants, ainsi que pour développer du matériel de prévention en lien avec la réalité des familles et la vie du XXI^e siècle.

RÉFÉRENCES

- Aishworiya, R., Cai, S., Chen, H. Y., Phua, D. Y., Broekman, B. F., Daniel, L. M., Chong, Y. S., Shek, L. P., Yap, F., Chan, S.-Y., Meaney, M. J., & Law, E. C. (2019). Television viewing and child cognition in a longitudinal birth cohort in Singapore: the role of maternal factors. *BMC pediatrics*, 19(1), 286-293.
- Bergmann, C., Dimitrova, N., Alaslani, K., Almohammadi, A., Alroqi, H., Aussems, S., Barokova, M., Davies, C., Gonzalez-Gomez, N., Gibson, S.P., Havron, N., Horowitz-Kraus, T., Kanero, J., Kartushina, N., Keller, C., Mayor, J., Mundry, R., Shinsky, J., & Mani, N. (2022). Young children's screen time during the first COVID-19 lockdown in 12 countries. *Scientific Reports*, 12(1), 1-15.
- Berthomier, N., & Octobre, S. (2019). Enfant et écrans de 0 à 2 ans à travers le suivi de cohorte Elfe. *Culture études*, 1(1), 1-32.
- Charles, M., Leridon, H., Dargent, P., Geay, B., & l'Équipe Elfe (2011). Le devenir de 20 000 enfants. Lancement de l'étude de cohorte Elfe. *Population & Sociétés*, 475, 1-4.
- Clément, M. N. (2020). Les 0-6 ans et les écrans digitaux nomades. Évaluation de l'exposition et de ses effets à travers la littérature internationale. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 68(4), 190-195.
- Courage, M. L., Murphy, A. N., Goulding, S., & Setliff, A. E. (2010). When the television is on: The impact of infant-directed video on 6-and 18-month-olds' attention during toy play and on parent-infant interaction. *Infant Behavior and Development*, 33(2), 176-188.
- Felisoni, D. D., & Godoi, A. S. (2018). Cell phone usage and academic performance: An experiment. *Computers & Education*, 117, 175-187.
- Forget-Dubois, N. (2020). *Les discours sur le temps d'écran : valeurs sociales et études scientifiques* (ISBN 978-2-550-87382-2). Conseil supérieur de l'éducation. <https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2020/09/50-2110-ER-Temps-ecran.pdf>
- Genoud, P. A. (2011). *Indice de position socioéconomique (IPSE) : un calcul simplifié*. Université de Fribourg. Available online at : www.unifr.ch/cerf/fr/indice-de-position-socioeconomique.html.
- Hood, R., Zabatiero, J., Zubrick, S. R., Silva, D., & Straker, L. (2021). The association of mobile touch screen device use with parent-child attachment: A systematic review. *Ergonomics*, 64(12), 1606-1622.
- Juhel, J., & Rouxel, G. (2005). Effets du contexte d'évaluation sur les dimensions de la désirabilité sociale. *Psychologie du Travail et des Organisations*, 11(1), 59-68.
- Kostyrka-Allchorne, K., Cooper, N. R., & Simpson, A. (2017). The relationship between television exposure and children's cognition and behaviors: A systematic review. *Developmental Review*, 44, 19-58.
- Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., & Christakis, D. A. (2020). Associations Between Screen Use and Child Language Skills: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA pediatrics*, 174(7), 665-675.
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2018). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child development*, 89(1), 100-109.
- Pappas, S. (2020). What do we really know about kids and screens? *American Psychological Association*, 51(3), 42.
- Ponti, M., Bélanger, S., Grimes, R., Heard, J., Johnson, M., Moreau, E., Norris, M., Shaw, A., Stanwick, R., Van Lankveld, J., & Williams, R. (2017). Screen time and young children: Promoting health and development in a digital world. *Paediatrics & Child Health*, 22(8), 461-477.

Prieur, C. (2020). Exposition des enfants de 0 à 3 ans aux écrans : résultats des cohortes de naissance sur les déterminants et les conséquences en termes de développement. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 68(3), 143-149.

World Health Organization (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behavior and sleep for children under 5 years of age*.

Zimmerman, F. J., & Christakis, D. A. (2007). Association between content types of early media exposure and subsequent attention problems. *Pediatrics*, 120, 986-992.

ANNEXES

Annexe 1 : Questions principales utilisées dans l'analyse des résultats

Q24 : Votre enfant a-t-il déjà regardé un écran quel qu'il soit ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Q26 : À quel âge pensez-vous que votre enfant a eu un contact visuel avec un écran pour la première fois (en semaines ou en mois) ?

Q27 : À quel âge avez-vous laissé votre enfant regarder un écran pour la première fois (en semaines ou en mois) ?

- ☐ Âge :
- ☐ Il n'a pas la permission de regarder les écrans dans la vie de tous les jours mais il peut le faire exceptionnellement (p. ex. : lors de déplacements hors-domicile, chez ses grands-parents, lors d'appels vidéo, etc.).
- ☐ Il n'a pas la permission de regarder les écrans et ne les regarde jamais.

Q28 : Combien de fois en moyenne votre enfant utilise-t-il et/ou regarde-t-il cet (ces) écran(s) au cours d'une semaine habituelle (du lundi au vendredi) ?

- ☐ Plusieurs fois par jour
- ☐ Une fois par jour
- ☐ Trois à quatre fois par semaine
- ☐ Une à deux fois par semaine
- ☐ Moins d'une fois par semaine
- ☐ Il ne regarde pas et/ou n'utilise pas d'écran pendant la semaine.

Q28a : Quelle est la durée moyenne de chaque exposition ?

- ☐ Moins de 30 min.
- ☐ 30 min. à 1 h
- ☐ 1 h à 2 h
- ☐ 2 h à 3 h
- ☐ 3 h à 4 h
- ☐ Plus de 4 h

Q28b : À quel moment de la journée cette utilisation a-t-elle lieu en général ? (Plusieurs réponses possibles)

- ☐ Au réveil
- ☐ Lors du petit-déjeuner
- ☐ Dans le courant de la matinée
- ☐ Lors du repas de midi
- ☐ Dans le courant de l'après-midi
- ☐ Lors du repas du soir
- ☐ Avant les moments de sommeil
- ☐ Lors de vos activités quotidiennes (ménage, préparation du repas, dans les transports publics, etc.)

Q29 : Combien de fois en moyenne votre enfant utilise-t-il et/ou regarde-t-il cet (ces) écran(s) pendant le weekend (samedi et dimanche) ?

- ☐ Plus de trois fois par jour
- ☐ Deux à trois fois par jour
- ☐ Une fois par jour
- ☐ Une fois par weekend
- ☐ Moins d'une fois par weekend
- ☐ Il ne regarde pas et/ou n'utilise pas d'écran durant le weekend

Q29a : Quelle est la durée moyenne de chaque exposition ?

- ☐ Moins de 30 min.
- ☐ 30 min. à 1 h
- ☐ 1 h à 2 h
- ☐ 2 h à 3 h
- ☐ 3 h à 4 h
- ☐ Plus de 4 h

Q29b : À quel moment de la journée cette utilisation a-t-elle lieu en général ? (Plusieurs réponses possibles)

- ☐ Au réveil
- ☐ Lors du petit-déjeuner
- ☐ Dans le courant de la matinée
- ☐ Lors du repas de midi
- ☐ Dans le courant de l'après-midi
- ☐ Lors du repas du soir
- ☐ Avant les moments de sommeil
- ☐ Lors de vos activités quotidiennes (ménage, préparation du repas, dans les transports publics, etc.)

Q35b : Qu'est-ce que « regarder les écrans avec votre enfant » signifie pour vous ? (Plusieurs réponses possibles)

- ☐ Vous êtes présent(e) dans la pièce mais en train de réaliser une autre activité (cuisine, ménage, repassage, jeux sur votre téléphone, etc.).
- ☐ Vous regardez les écrans en sa compagnie sans les commenter.
- ☐ Vous commentez ce qu'il se passe à l'écran (par ex. : en pointant et/ou en nommant les contenus) sans forcément attendre une réponse de la part de votre enfant.
- ☐ Vous interagissez avec lui sur ce qu'il se passe à l'écran (par ex. : en lui posant des questions sur les contenus, en lui demandant pourquoi telle chose s'est passée, etc.).
- ☐ Autres (à préciser)