



Les jeunes, Internet et les écrans

Les parents sont parfois dépassés par les pratiques numériques de leurs enfants. La Fondation Action Innocence dispense quelques conseils.

Cyberharcèlement, mauvaises rencontres en ligne, exposition à des contenus inadaptés de représentations de la violence ou à caractère sexuel... Internet peut réserver de malheureuses expériences aux jeunes. Des risques que la Fondation Action Innocence tente de limiter en menant notamment des campagnes de sensibilisation. Responsable du pôle prévention, Carole Barraud Vial a d'ailleurs quelques conseils à adresser aux papas et mamans: «De la même manière qu'ils vont le faire pour des activités comme la peinture ou le football, les parents devraient s'intéresser à ce que leurs enfants font sur les écrans. Ce qui, précisons-le, ne veut pas dire aimer et devenir de grands fans de ces espaces très investis par nos bambins.»

Vous souhaiteriez mieux connaître ce que fait votre fille ou garçon sur son smartphone,



mais avez peur de n'y rien comprendre? «Pas grave», assure Carole Barraud Vial. Votre progéniture représente justement un excellent interlocuteur pour vous aider à y voir plus clair. «Plus il y aura d'échanges au sujet de ces pratiques, plus les risques seront limités, poursuit-elle. Car le jour où un problème se présentera, le jeune identifiera le parent comme une ressource.»

I Temps d'écran

Autre thématique brûlante: combien de temps d'écran doit-on autoriser, notamment chez les tout petits? À ce sujet, la fondation n'émet pas de préconisation de durée précise, mais plutôt des principes à suivre pour éviter de

fâcheuses conséquences sur le développement, autant au niveau cognitif que socio-émotionnel. «Nous conseillons de limiter le plus possible l'écran "baby-sitter" devant lequel l'enfant se retrouve seul, passif et obnubilé, indique Carole Barraud Vial. Les bambins apprennent par les échanges avec leurs parents, l'adulte peut partager ce moment en interaction comme s'il racontait une histoire. De manière générale, la priorité doit rester les activités qui permettent de bouger, de sauter, de manipuler des objets et d'utiliser ses cinq sens, tout ce qu'il est par exemple possible de faire sur une place de jeu. Les écrans ne doivent en aucun cas entraver le mouvement, ni l'alimentation ou le sommeil.»