

Quand l'écran interagit avec le développement

Résumé

La surconsommation d'écrans (télévision, tablette, smartphone, jeux vidéos, ...) a des conséquences néfastes sur le **développement des enfants**, et donc sur leur **santé**, que ce soit au niveau somatique, comportemental, cognitif et/ou social (Harlé & Desmuguet, 2012 ; Tisseron, 2010).

Dans un contexte de santé communautaire, nous avons développé une intervention de prévention avec *Action Innocence*, qui promeut une pratique sécurisée des écrans et d'internet, dans le but de préserver la dignité et l'intégrité des enfants, et *Camarada*, qui a accueilli 1004 femmes migrantes en 2018.

But : informer des femmes migrantes au sein de *Camarada* de l'impact des écrans sur les enfants et des moyens d'en réduire les effets négatifs.

Contexte

Public cible → 29 femmes originaires de 18 pays différents.
Pertinence du projet → *Camarada* rend accessible diverses interventions de prévention comme celle-ci, à un public de bas niveau de littératie.



Revue de littérature

Risques de la surconsommation des écrans : (Harlé & Desmuguet, 2012 ; Tisseron, 2010)

- ❖ Surpoids
- ❖ Baisse de la concentration
- ❖ Fixation identitaire
- ❖ Attitude intolérante
- ❖ Contenus inadéquats
- ❖ Aggressivité
- ❖ Échec scolaire
- ❖ Angoisse
- ❖ Cyberharcèlement

Recommandations pour les enfants :

- ❖ Recommandations selon l'âge : **3-6-9-12** (Tisseron, 2010)
- ❖ Pratiquer des activités à l'extérieur
- ❖ Limiter le temps des écrans
- ❖ Favoriser les jeux interactifs
- ❖ Éviter avant/après repas
- ❖ Éviter avant de se coucher
- ❖ Éviter dès le réveil

Bibliographie

Confédération suisse. (2018). *Enfants et écrans : l'éducation commence à la maison*. Accès <https://www.admin.ch/gov/fr/accueil/documentation/communiqués/mag-14-99957.html>
Genner, S., Suter, L., Schoch, P., Willems, I., & Süss, D. (2017). *Mike – Medien, Interaktion, Kinder, Eltern : Ergebnisbericht zur MIKE-Studie 2017*. Zürich : ZHAW. Accès https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienspsychologie/mike/Bericht_MIKE-Studie_2017_V2.pdf
Harlé, B. & Desmuguet, M. (2012). Effets de l'exposition chronique aux écrans sur le développement cognitif de l'enfant. *Archives de pédiatrie*, 19(2012), 772-776.
OMS. (2019). *Le message de l'OMS au jeune enfant : pour grandir en bonne santé, ne pas trop rester assis et jouer davantage. Nouvelles lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique, les comportements sédentaires et le sommeil de l'enfant de moins de cinq ans*. Accès : <https://www.who.int/fr/news-room/detail/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>
Statpop. (2017). Population selon le statut migratoire. *Office fédérale de la statistique*. Accès <https://www.bfs.admin.ch/bfs/fr/home/statistiques/population/migration-integration/selon-statut-migratoire.html>
Tisseron, S. (2010) Les effets de la télévision sur les jeunes enfants : prévention de la violence par le "jeu des trois figures". *Devenir*, 1(22), 73-93.

Epidémiologie

- ❖ En 2017, **37,2%** de la population Suisse de plus de 15 ans sont des personnes issues de la migration **dont 51% sont des femmes** (OFSP, 2017).
- Chez les enfants:
- ❖ **86%** utilisent internet et **> 1/10** se sont déjà sentis harcelés en ligne
- ❖ Temps moyen d'écran des 11-15 ans **4.4h/j** en semaine, **7.4h/j** le weekend
- ❖ Plus de **7%** ont des problèmes d'addiction liés à l'usage d'internet. (Confédération suisse, 2018; Genner et al., 2017; Action Innocence, 2016).



Processus d'intervention

Conception → Rencontre avec les responsables de deux associations: sensibilisation aux besoins des femmes migrantes et stratégies de communication. Revue de littérature: mise à jour des connaissances.

Planification → Choix du matériel adéquat au niveau de littératie. Répartition du travail et création du matériel. Organisation des tâches avec les associations.

Réalisation → 2 interventions de 2h30 auprès de 3 classes de français. Matériel pédagogique élaboré: Horloge schématisant une journée type; pictogrammes; dépliant contenant les messages clés. Boîtes "attrape-peurs" et bandes dessinées distribuées (Action Innocence).

Terminaison → Hétéro-évaluation par les femmes et les partenaires.

Intervention

1. Définition des écrans à partir des connaissances des femmes
2. Horloge: utilisation des écrans par les enfants durant la journée
3. Avantages et inconvénients
4. Recommandations et alternatives
5. Hétéro-évaluation par les femmes.



Techniques de communication: reformulation, langage simplifié, débit de parole adapté, langage non verbal.

Résultats

Forces :

- ❖ Création d'une dynamique de groupe
- ❖ Techniques de communication adaptées
- ❖ Qualité du matériel créé

Difficultés :

- ❖ Public cible hétérogène : Culture et niveau de littératie

Hétéro-évaluation selon 4 critères : utilité, temps, compréhension et ennui, ainsi que par des mots-clés à la fin de la présentation.

Les principaux éléments retenus par les femmes après l'intervention sont : les risques liés aux écrans, l'adaptation du temps, du contenu en fonction de l'âge de l'enfant et les activités alternatives.

L'évaluation tant quantitative que qualitative de notre présentation était majoritairement positive.

AABI Yasmiin, ABDYLI Alma, COSTA SOUSA Catarina, DE OLIVEIRA POUSEIRO Artur, DUMONT Marie-Béatrice, SEBILLE-DANET Amélie, SIMKHOVITCH Noémie, SOLIS SUAREZ Annette