

# 1 Avant 3 ans, pas d'écrans, c'est plus prudent !

Dans certaines maisons, la télé est allumée un peu, beaucoup... et tellement qu'on l'appelle « Télé-Tapisserie » ! Certains parents pensent que le bébé ne la regarde pas, or la télé qui diffuse beaucoup d'images violentes et de messages bruyants va envahir la vie du bébé.



Mais bébé en a-t-il besoin?

quels risques représentent les écrans pour le bébé?

Le bébé a besoin de beaucoup d'attention et d'amour. Il est comme toi, il a besoin qu'on le regarde, qu'on le rassure, qu'on l'écoute, qu'on le comprenne, qu'on lui réponde. La télé, les écrans ne font pas cela. Devant l'écran, le bébé est seul, isolé, abandonné.

Un bébé a besoin de bouger, d'exercer tous ses muscles, et surtout ses petites mains, si curieuses avec lesquelles il portera à la bouche tout ce qu'il découvre pour goûter, reconnaître... Bébé qui grandit est de plus en plus à l'aise avec son corps dont il découvre toutes les possibilités. Il a besoin d'agir sur le monde pour mieux le comprendre.



*As-tu remarqué comme le bébé est curieux de tout, comme il s'intéresse à tout ce que font ses parents, les membres de sa famille et même les animaux familiers ?*

*L'as-tu vu les imiter ?*

*Pointer pour questionner ?*

*Recommencer sans cesse la même expérience ?*

**Et oui, c'est ainsi qu'il développe son cerveau.**

Mais devant l'écran, le bébé ne fait pas attention à ceux qui l'entourent. Il les connaît moins, il s'y attache moins. Il apprend moins, il ne développe ni sa curiosité, ni son langage.

Si les parents sont captivés par un écran, le bébé suivra leur regard et trouvera... l'écran !

Et si la télé reste allumée tandis que les parents sont occupés ailleurs et que le bébé est en train de jouer, un son plus fort ou une image venant de l'écran l'attireront. Il s'arrêtera de jouer, de manipuler, il abandonnera son jeu ou bien, il cessera de communiquer avec ses parents, frères ou soeurs. Les images qui bougent et brillent, les musiques et les bruits de l'écran attirent l'attention du bébé et l'empêchent de faire toutes les expériences dont il a besoin pour bien grandir.



Bébé a surtout besoin du regard d'amour de ses parents pour être heureux et bien se développer.

L'écran qui attire le bébé ne fait pas cela, au contraire...

**Il faut donc éviter tous les écrans  
avant 3 ans**

## 2 Tablette et smartphone : de drôles de cadeaux pour les bébés !

Tablette ou bien smartphone se retrouvent quelquefois dans les mains des bébés. Tu l'as peut-être remarqué : dans la poussette, au supermarché, dans les salles d'attente, dans la voiture, à la maison, chez les grands-parents... « ça l'occupe, ça le calme. Avec ça, il est très sage... »



### Les tablettes et smartphones sont-ils bons pour les bébés ?

Les tablettes et les smartphones sont légers, et les bébés, si on leur propose, savent très vite les utiliser, c'est ce qui émerveille leurs parents !

La publicité, pour les vendre, assure que les tablettes sont pédagogiques, ce qui rassure les parents ...

Mais attention, un bébé peut vite devenir « accro » !

#### • Le cercle vicieux

« Le bébé s'attache à celui qui le regarde. » Si on le place devant un écran, c'est à l'écran qu'il s'attachera, plus qu'à ses proches. Et quand les parents le réalisent, il est déjà bien tard !!! Quand on voudra le séparer de l'écran, le petit enfant fera des crises violentes, interminables.

... Certains petits se roulent par terre, pleurent à chaudes larmes, et semblent « souffrir » réellement. Les parents ne réussissent pas à les consoler. L'enfant repousse les câlins et tout ce qu'on lui présente pour le distraire. Il n'a qu'un objectif : retrouver son écran. Souvent le parent cédera et présentera à nouveau l'écran à cet enfant ou un autre écran et le petit se tiendra à nouveau « très sage ». C'est un cercle vicieux ! L'enfant s'enfermera de plus en plus dans la solitude.

### • Apprendre à parler

#### Comment un bébé apprend-il à parler ?

- Quand on lui parle, en le regardant, lentement, précisément.
- Quand on commente ce qu'il fait, ainsi que ses réactions.
- Quand on comprend le moindre son qu'il émet, qu'on y répond en écho : c'est un échange.
- Quand on lui désigne les objets, le geste et le regard accompagnent la parole.
- Quand on l'encourage dans ses initiatives et ses découvertes.

Avec une tablette, le petit n'apprend pas à parler, par contre il peut répéter des phrases ou des chiffres sans en comprendre le sens, même en anglais !

### • Apprendre à vivre avec les autres

L'enfant « collé » devant l'écran rate les occasions de prendre sa place dans le groupe. Il n'apprend pas à :

- connaître les autres,
- se confronter aux autres,
- accepter les différences,
- composer, perdre,
- être persévérant,
- être solidaire,
- être confiant ou pouvoir se confier.

« Scotché » devant l'écran, l'enfant n'apprend pas à se socialiser.

### Devant les écrans on ne fait pas attention aux autres

#### Devant les écrans, les enfants s'enferment dans une bulle.



*As-tu vu ce clip diffusé dans un JT de France 2, où des enfants sont occupés à jouer sur leur tablette autour de la table de la cuisine ?*

*Ils ne remarquent pas qu'on en a changé le décor, ni que les parents sont eux-mêmes remplacés par d'autres personnes....*

**Ce n'est qu'à la coupure de courant que les enfants ont réalisé cela !**

L'écran captive l'enfant à tel point qu'il en oublie son corps, son environnement, et même ses parents et ses proches.

### • C'est trop facile !

La tablette qui présente aussi toutes sortes d'exercices intéressants, fait souvent appel aux réflexes, elle « robotise »... Il faut répondre vite. Elle termine aussi le geste de l'enfant qui s'habitue ainsi à une réussite facile. Par exemple, la tablette va finir de colorier pour lui un endroit du dessin où il y a encore des trous.

### • La main molle

Un enfant a besoin d'utiliser tous ses doigts pour développer son adresse ! Avec la tablette, l'enfant utilise surtout son index, il tapote ou bien il « scrolle », c'est-à-dire qu'il le fait glisser sur la surface pour faire apparaître une nouvelle image. Les jeunes enfants habitués aux tablettes répètent ce geste sur toute surface. Ils n'utilisent pratiquement que ce doigt dont la dernière articulation peut même finir par se plier à l'envers. Ils se privent aussi de l'utilité des autres doigts qu'il faut exercer pour qu'ils deviennent agiles, forts, adroits et précis. Beaucoup d'enfants souffrent actuellement de maladresse et un phénomène nouveau bien inquiétant apparaît : **La main molle**<sup>1</sup> - Des enfants bientôt incapables d'écrire à la main ? Avec la tablette, les jeunes enfants n'utiliseraient plus les muscles nécessaires à l'apprentissage de l'écriture.

Nota : la pâte à modeler et faire la brouette renforcerait leurs petits doigts.



**Fais cette expérience** : présente à un enfant « accro aux tablettes » un vrai puzzle... tu découvriras que l'enfant a bien du mal à le réaliser, qu'il va se fâcher, se décourager. En effet, il faut du temps, de la patience, de la finesse pour réussir, il faut aussi avoir pu s'exercer. Ne pas réussir du premier coup est pourtant très utile, c'est ce qui permet de questionner, coopérer, se dépasser, être fier d'avoir réussi. Trompé par la tablette, l'enfant ne développe pas son sens de l'effort, pourtant indispensable dans la vie. Il ne supportera pas de tâtonner, de recommencer, d'échouer, d'être frustré.

### • A quel âge la tablette ?

#### Au-delà de 6-7 ans, c'est préférable !

Quand les parents proposent une tablette à leur enfant, ils doivent l'accompagner dans ses découvertes, ce sera alors un vrai moment d'apprentissage et de partage et il faudra réguler aussi le temps d'utilisation : pas plus de 20 minutes par jour.

Mais l'enfant à qui on ne propose pas de tablette ne présentera pas de retard. Bien au contraire, il aura plus de temps pour s'exercer dans la vraie vie. Il sera même un meilleur utilisateur des

1 • Méthode d'écriture Danièle Dumont. Éditions Larousse

Super-héros plus forts que les écrans !

écrans plus tard, car il aura acquis plus de compétences et se servira de l'écran de façon plus intelligente et plus critique.

### • Et le smartphone ?

Le smartphone n'est pas un jouet ! Il émet des ondes. Il est totalement déconseillé aux enfants. Il est petit, interactif et facile à manipuler et retiendrait très vite toute l'attention de l'enfant qui ne pourrait plus s'en passer et s'isolerait. Or, le petit apprend en imitant ce que font ses proches. Il a surtout besoin de sa relation avec ses parents et ses frères ou sœurs pour se sentir heureux au monde. Leur voix, leur regard, leur sourire, leurs câlins, leur attention, voilà ce qui est bon pour lui.



Tablettes et autres écrans :

Pas avant 3 ans, voire 6 à 7 ans.

Les écrans gênent chez le jeune enfant les apprentissages naturels, ceux qui développent son adresse, son intelligence et sa persévérance.

**La tablette : jamais seul et pas plus de 20 min par jour.**