

Laisser les enfants devant les écrans est préjudiciable

LE MONDE | 08.02.2013 à 16h09 • Mis à jour le 10.02.2013 à 16h00

Par

Michel Desmurget, directeur de recherche en neurosciences à l'Inserm ;
Laurent Bègue, professeur de psychologie sociale ; Bruno Harlé,
pédopsychiatre



Des chercheurs affirment que l'Académie des sciences a tort de minimiser les effets de la télévision, d'Internet et des jeux vidéo sur les jeunes. | AFP/YASUYOSHI CHIBA

L'Académie des sciences a publié, le 17 janvier, un avis intitulé "L'enfant et les écrans". Les recommandations avancées sont si surprenantes, au regard des données d'ensemble de la littérature scientifique et des prises de position récentes de plusieurs institutions sanitaires majeures, que l'on peut s'interroger sur le soin apporté à la rédaction de ce travail.

Lorsque l'Académie américaine de pédiatrie rédige un avis sur l'usage des écrans, elle fait appel à des spécialistes reconnus du domaine. Ici, les membres du groupe de travail ne sont, en grande majorité, nullement experts du sujet traité, ce qui semble assez étonnant au vu des enjeux de santé publique engagés. Par exemple, le premier signataire du texte est, d'après l'Académie des sciences, spécialiste du système immunitaire. C'est ennuyeux parce que la littérature scientifique sur les écrans est imposante et complexe. Confie-on à un spécialiste des écrans la rédaction d'un avis sur les allergènes du jaune d'oeuf ?

L'usage veut que les avis officiels soient adossés à l'état du savoir scientifique. Le travail de l'Académie semble de ce point de vue largement défailant. Une grande partie des affirmations avancées dans ce rapport sont dénuées de tout fondement scientifique et ne reflètent que les préjugés ou opinions des auteurs.

Par exemple, nos académiciens expliquent que *"les tablettes visuelles et tactiles suscitent au mieux (avec l'aide des proches) l'éveil précoce des bébés (0-2 ans) au monde des écrans, car c'est le format le plus proche de leur intelligence"*.

Aucune donnée n'est présentée pour étayer ces assertions ou simplement montrer que cette exposition précoce est souhaitable. C'est malheureux, parce que, même si les tablettes sont trop récentes pour que des études fiables existent quant à leurs influences, il apparaît au vu de la littérature scientifique disponible qu'un petit enfant aura toutes les chances de grandir infiniment mieux sans tablette. En effet, certains déficits établis, liés à l'usage de la télévision ou des jeux vidéo, concernent aussi les tablettes.

INFLUENCES DÉLÉTÈRES IMPORTANTES

De la même manière, le texte parle constamment de pratiques *"excessives"* mais ne définit jamais clairement ces dernières. Aux Etats-Unis (seuls chiffres globaux précis) les 8-18 ans consacrent plus de 7 h 30 par jour à l'usage, essentiellement récréatif, d'un écran ou d'un autre. En France, sur une tranche d'âge comparable, on est autour de 4 h 30 pour le seul couple télévision-Internet (Médiamétrie, étude EU KidsOnline).

Est-ce excessif ? L'Académie semble considérer que non, lorsqu'elle s'abstient de la moindre recommandation quantitative, et conclut que, de toute façon, *"il ne sera possible que de réduire à la marge le temps d'exposition aux écrans"*.

Pourtant, des milliers de recherches scientifiques signalent des influences délétères importantes de la télévision, d'Internet ou des jeux vidéo sur le développement intellectuel, la sociabilité et la santé, bien au-delà des premiers âges de la vie et pour des consommations largement inférieures à deux heures quotidiennes.

A ce sujet, on peut s'interroger sur certaines "erreurs" des auteurs. Ils citent une étude selon laquelle *"au-delà de deux heures par jour passées devant un écran non interactif par un enfant en bas âge, et pour chaque heure supplémentaire, il a été noté une diminution de 6 % sur les habiletés mathématiques à 10 ans"*.

En fait, cette étude montre une baisse de 6 % par heure de télévision hebdomadaire (!) soit 42 % par heure de télévision quotidienne, dès la première heure ; cette étude ne permet pas d'extrapoler au-delà de deux heures de consommation quotidiennes, qui constituent la limite supérieure de son échantillon. Ces arrangements avec la réalité sont fâcheux dans un texte censé faire référence.

APOLOGIE DU POTENTIEL PÉDAGOGIQUE DES JEUX VIDÉO

De manière frappante, ce texte offre une surprenante apologie du potentiel pédagogique des jeux vidéo et logiciels éducatifs. Quelques travaux montrent que certains jeux vidéo peuvent améliorer certaines capacités périphériques

d'attention et de sélection visuelle. Cependant, selon les termes mêmes de l'avis, ces jeux vidéo sont "*souvent*" des "*jeux violents*".

Or, les jeux vidéo violents, déconseillés pour la plupart aux moins de 16 ans, voire 18 ans, sont associés, comme l'indique l'Académie américaine de pédiatrie dans sa dernière synthèse, "*à une variété de problèmes physiques et mentaux chez les enfants et les adolescents*".

Pas sûr, dès lors, que le rapport bénéfice/risque soit positif. Pas sûr non plus que soit recevable la tentative faite par nos académiciens de généraliser les effets positifs locaux, observés dans des tâches artificielles d'attention visuelle, au fonctionnement cognitif dans son ensemble.

Cette réserve semble d'autant plus fondée que les auteurs de l'avis négligent à la fois de citer la moindre étude corroborative et de prendre en compte une masse imposante de résultats contraires à leurs propos.

Par exemple, rien n'est dit de toutes les études scientifiques et institutionnelles, comme celle du Programme for International Student Assessment (PISA), liant causalement la consommation numérique, interactive ou non, des enfants et adolescents avec l'existence de troubles de l'attention et de difficultés scolaires.

Rien non plus sur les évaluations indépendantes du département de l'éducation américain montrant que les onéreux logiciels éducatifs sont parfaitement inefficaces. Rien encore sur le fait qu'aux Etats-Unis, face à ces observations, des écoles initialement en pointe dans le domaine numérique retirent aujourd'hui les ordinateurs des salles de classe. Rien !

PLUSIEURS GRANDS PROBLÈMES DE SANTÉ PUBLIQUE

Etonnamment, les effets massifs et reconnus des écrans sur plusieurs grands problèmes de santé publique sont, eux aussi, presque totalement oubliés des académiciens. Rien sur la sédentarité et ses effets sur l'espérance de vie, rien sur l'alcoolisation et le tabagisme (la télévision est le premier facteur d'entrée dans le tabagisme des adolescents), rien sur les troubles du comportement alimentaire, rien sur la violence scolaire, etc.

Concernant ce dernier sujet, les influences des images et jeux vidéo violents sur les comportements agressifs sont minimisées avec un aplomb désarmant par les auteurs de l'avis, qui n'y voient "*qu'un facteur parmi des centaines d'autres*".

Des milliers d'études, de revues de la littérature et de méta-analyses (impliquant jusqu'à 130 000 individus) confirment cette influence, dont l'ampleur est comparable à celle qui associe cancer du poumon et tabagisme.

Au-delà de tous ces éléments, ce texte est inquiétant en ce qu'il porte la marque d'une sidérante démission éducative. Comment peut-on renoncer à l'avance à toute réduction du temps d'usage des écrans ?

Il est heureusement possible à tous les parents d'agir en ce domaine. Le sentiment de cette nécessité n'émergera toutefois que si ces parents sont

loyalement et précisément informés. Par sa pauvreté et son parti pris, l'avis de l'Académie est loin de fournir les bases d'une telle information.

Michel Desmurget, directeur de recherche en neurosciences à l'Inserm ;
Laurent Bègue, professeur de psychologie sociale ; Bruno Harlé,
pédopsychiatre

[Liste intégrale des signataires](#)