

# «Rompre la lune de miel avec le numérique» : un rapport recommande d'interdire les écrans aux enfants de moins de 3 ans

Par Le Figaro avec AFP

Publié le 29/04/2024 à 22:29, Mis à jour le 30/04/2024 à 18:08

La commission explique avoir été «bousculée» devant «les stratégies de captation de l'attention des enfants».

La commission qui a remis ses conclusions au gouvernement ce mardi met en garde contre «la réalité de l'hyper connexion subie des enfants» et préconise d'interdire les téléphones portables pour les moins de 11 ans.

Un rapport d'experts, remis ce mardi 30 avril au gouvernement, préconise d'interdire l'usage des [écrans aux enfants](#) de moins de trois ans et de [téléphones portables](#) aux moins de 11 ans, en limitant strictement l'accès les années suivantes pour les adolescents. Dans ce document de 142 pages révélé lundi soir par plusieurs quotidiens régionaux et intitulé «Enfants et écrans, à la recherche du temps perdu», la commission d'experts spécialement missionnée par l'exécutif alerte sur «la réalité de l'hyper connexion subie des enfants» et «les conséquences pour leur santé, leur développement, leur avenir», mais aussi pour l'avenir «de notre société, notre civilisation».

«Il faut pouvoir rompre la lune de miel entre les enfants et le numérique», ont martelé les deux présidents de la Commission, Servane Mouton, neurologue et neurophysiologiste spécialisée dans les troubles de l'apprentissage scolaire et Amine Benyamina, psychiatre addictologue à l'Hôpital Universitaire Paul Brousse de Villejuif.

## **Les réseaux sociaux, «facteur de risque»**

La commission, note le rapport, «a été bousculée par les constats qu'elle a eus à faire sur les stratégies de captation de l'attention des enfants, où tous les biais cognitifs sont utilisés pour enfermer les enfants sur leurs écrans, les contrôler, les réengager, les monétiser». «Il s'est dégagé un consensus très net sur les effets négatifs, directs et indirects, des écrans», notamment sur «le sommeil, la sédentarité - qui favorise l'obésité - ou encore la myopie», est-il ajouté.

De même, les experts ont été alarmés «par certaines représentations, de la femme par exemple, que le numérique hyperamplifie, et par ce qu'il peut imposer aux jeunes filles dans leur vision d'elles-mêmes ou des comportements "attendus" d'elles».

Les experts pointent également les réseaux sociaux, «facteur de risque» de dépression ou d'anxiété, en cas de «vulnérabilité préexistante». Par ailleurs, «le niveau d'exposition des enfants» à des contenus pornographiques et violents «apparaît alarmant», écrivent-ils. Ils estiment que «les écrans ne sont pas à l'origine de troubles du neurodéveloppement» mais appellent à la «vigilance» pour «éviter l'amplification de symptômes».

## **«Reprendre le contrôle»**

Pour «*reprendre le contrôle*», les auteurs énumèrent 29 mesures articulées autour de six axes. Parmi les propositions chocs, l'une d'elles conseille d'empêcher tout usage des écrans par des enfants de moins de trois ans, en ouvrant ensuite, entre trois et six ans, un accès «*fortement limité*», «*avec des contenus de qualité éducative et accompagné par un adulte*». Il faut «*limiter autant que possible*» l'usage des téléphones portables et des [téléviseurs](#) dans les maternités, propose encore la commission, qui voudrait voir interdire les ordinateurs et téléviseurs dans les crèches et les classes maternelles. Elle appelle à des «*actions renforcées*» auprès des assistantes maternelles.

La commission préconise aussi de n'autoriser le téléphone portable qu'à partir de 11 ans, via un téléphone sans internet jusqu'à 13 ans. À partir de 13 ans, elle propose de donner un smartphone sans accès aux réseaux sociaux, puis d'ouvrir cet accès à partir de 15 ans, uniquement sur des réseaux «*éthiques*». Des mesures véritablement applicables ou simplement utopiques ? «*Il n'y aura pas de policiers devant chaque maison (...) Mais les parents pourraient se saisir de ces recommandations*», balayent les auteurs du rapport.

## **Flou sur les tablettes au collège**

Étrangement, la question des tablettes numériques au collège n'a pas été tranchée, «*faute de convergence*» entre les membres de la commission. En revanche, les experts sont favorables à ce qu'il n'y ait pas d'écran en maternelle et pas d'écran personnel en cours élémentaire, c'est-à-dire du CP au CM2.

Le groupe d'experts appelle enfin à lutter contre les «*services prédateurs*» des acteurs économiques, comme le «*fil de déroulement infini*» ou le «*lancement automatique de vidéos*», et à permettre aux utilisateurs de mieux paramétrer les fonctionnalités des applications et le contrôle parental.

---

La rédaction vous conseille

- [Vincent Montagne : «La France doit limiter l'accès aux écrans pour les plus jeunes afin de les inciter à lire»](#)
- [«Nous sommes accaparés par la charge mentale du travail et l'addiction aux écrans» : comment réapprendre à profiter de notre temps libre](#)
- [Écrans : en fait-on vraiment assez pour protéger les enfants ?](#)

Sujets

- [rapport](#)
- [écrans](#)
- [Gouvernement](#)