



LES ÉCRANS EN SERVICE DE GARDE pour ou contre?



Télévision, ordinateurs, jeux vidéo. Les écrans n'ont pas que des mauvais côtés. Mais sous quelle forme, quand et à quelle dose les autoriser?

Parlons statistique un peu :

Au Québec, les enfants de 2 à 11 ans consomment près de 20 heures de télévision par semaine. Ils y voient jusqu'à 20 000 messages publicitaires et 12 000 actes violents par année. Malgré ces chiffres, un fait demeure : à certaines conditions, les écrans peuvent être utiles pour l'apprentissage des enfants.

Une étude réalisée révélait que la majorité des petits personnages des émissions canadiennes étaient positifs pour les enfants. La plupart des émissions stimulent les relations sociales, l'apprentissage et l'aventure. La majorité des personnages seraient même gentils, affectueux et joyeux!

Le MFA (ministère de la Famille et des Aînés) **Règlement Art.115** dit :

«Le prestataire de services de garde ne peut utiliser un téléviseur ou tout autre équipement audiovisuel que si leur utilisation est intégrée au programme éducatif».

L'ÉCRAN ET LES ENFANTS : les POUR et les CONTRE

LES POUR :

- les jeux vidéo peuvent apporté l'esprit d'analyse, la persévérance, l'esprit de compétition et une certaine rapidité d'exécution;
- Dans certaines maisons, la console de jeu a sa place dans l'apprentissage et le divertissement, au même titre que les livres et le bricolage;
- fournissent une forme sociale et amusante de divertissement;
- encouragent le travail d'équipe et la coopération;
- initient les enfants à la technologie;
- accroissent l'estime et la confiance en soi des enfants lorsqu'ils maîtrisent un jeu donné;

- développent des habiletés scolaires, comme la lecture et les mathématiques;
- améliorent leur capacité à résoudre des problèmes, leur coordination, leur rapidité

Quant à la télévision, elle apporterait, à certaines conditions, plusieurs bénéfices. Lorsqu'elle est de qualité et bien utilisée:

- stimule l'imaginaire et permet aux jeunes de partager ces expériences culturelles avec les autres;
- donne l'occasion à tous les membres de la famille de passer du temps ensemble;
- peut être utilisée comme catalyseur pour amener les enfants à lire, en approfondissant un sujet à l'aide de livres;
- peut transmettre des valeurs importantes et donner des leçons de vie aux enfants;
- traite souvent de sujets délicats ou controversés, ce qui peut faciliter la discussion entre parents, éducateurs et enfants;
- peut développer les habiletés d'apprentissage, aider les jeunes à mieux connaître d'autres cultures et leur permettre de s'ouvrir à la musique et aux arts (documentaires et émissions éducatives) ;
- peut initier la famille aux classiques hollywoodiens et aux autres films étrangers qui ne sont pas disponibles au club vidéo.

LES CONTRE

- Il y a un million d'activités beaucoup plus dynamiques, enrichissantes, intéressantes et mieux adaptées aux jeunes enfants. Les jeux extérieurs, les bricolages, les casse-têtes et les activités de jeux de rôles apportent davantage au développement.
- La télévision et les jeux vidéo ne remplaceront jamais les activités réelles et interactives, indispensables au développement de l'enfant. Bien au contraire, si l'écran monopolise l'enfant aux dépens de ces autres jeux, il nuira à son développement.
- Les enfants ont besoin de manipuler, de bouger et d'explorer pour intégrer les apprentissages. «Ils ont besoin d'utiliser activement leurs cinq sens pour développer leurs capacités psychomotrices, affectives et leur pensée. C'est à la base du développement». Regarder la

- télévision n'est donc pas le moyen idéal pour apprendre, car c'est une activité passive.
- Le bébé a besoin qu'on lui montre les choses pour qu'elles deviennent intéressantes. Il a besoin d'interagir pour se développer et doit aussi utiliser tout son corps pour apprendre. Même s'il est vrai que certains enfants enrichissent leur vocabulaire grâce à certains programmes, il a été prouvé que l'enfant retient beaucoup plus ces apprentissages s'ils viennent des parents ou personnes significatives».
 - Ainsi, pour chaque heure passée par jour à regarder un DVD d'éveil cognitif, les nourrissons comprennent en moyenne six à huit mots de moins qu'un autre ne les regardant pas. La raison est simple : aucune émission ne stimule autant que les échanges avec un adulte!

Télé et ordinateurs sont-ils souhaitables en milieu de garde?

Il y a beaucoup mieux à offrir aux enfants. L'ordinateur peut faire partie des choix que l'on offre aux enfants en petits groupes, car il existe des logiciels stimulants au niveau des connaissances et des associations. Mais le problème de l'ordinateur et de la télévision, c'est qu'ils créent une grande **accoutumance**. Et à cet âge, ce sont les interactions sociales ou encore la manipulation concrète des objets qui importent le plus pour l'enfant.

Des périodes de télévision peuvent être proposées exceptionnellement lors d'une matinée de pluie, par exemple. Mais la télévision ne devrait pas être proposée régulièrement, et encore moins quotidiennement. Les types d'émissions devraient être choisis en lien avec les activités abordées avec les enfants ou les thèmes de l'année.

L'ordinateur peut être proposé également, à un ou deux enfants à la fois, pour des périodes de temps précises et non pour de longues périodes.

On sait depuis longtemps qu'il existe un lien entre le temps passé devant un écran, le manque d'activité physique, les mauvaises habitudes alimentaires et l'obésité. Selon la Société canadienne de pédiatrie, l'enfant voit des milliers de messages publicitaires par année à la télévision. Plus de 60 % de ces messages font la promotion de céréales sucrées, de bonbons, d'aliments

riches en matières grasses ou de jouets. Les messages faisant la promotion d'aliments sains ne représentent que 4 % des publicités diffusées pendant les heures d'écoute des enfants. Il y a alors un risque accru que les enfants conservent ces mauvaises habitudes en vieillissant.

L'utilisation de l'ordinateur et des consoles vidéo ne feraient pas exception : peu importe le contenu, le temps passé devant le petit écran accroît les risques de devenir obèse.

Enfin, passer trop de temps devant un écran a un effet sur les relations sociales. «Face à la télé ou à l'ordinateur, on est ensemble, mais seuls. Cette diminution des échanges humains a des conséquences : elle nuit au développement social, au développement du langage, au processus d'identification et à la qualité des relations familiales. L'enfant rivé à l'écran ne pratique pas les habiletés sociales dans le milieu humain, mais observe passivement des formes artificielles de socialisation».

La Société canadienne de pédiatrie affirme qu'il existe plus de 1000 études confirmant le fait qu'une consommation excessive de violence télévisuelle accroît les comportements agressifs, surtout chez les garçons. En plus, dans la plupart des émissions pour enfants, la souffrance de la victime n'est pas exposée; la violence est présentée avec humour et les agresseurs ne sont pas punis.

«Même s'il existe encore de la controverse au sujet de l'impact de cette violence télévisuelle, on sait que certains enfants sont plus à risque de reproduire ces modèles violents. Ce sont ceux qui regardent la télé seuls, sans contrôle parental, ceux qui consomment plusieurs heures de télévision par jour, ceux qui subissent eux-mêmes de la violence familiale ou ceux qui souffrent de troubles affectifs».



De plus, la violence télévisuelle peut avoir un impact sur leur sommeil. Elle empêche parfois les enfants de s'endormir ou provoque des cauchemars. Cela a un effet direct sur leurs apprentissages et leur capacité à rester concentrés.

Les effets sur le comportement

Les enfants intègrent facilement les valeurs que véhicule la publicité. Ces valeurs vont de la consommation à outrance jusqu'aux stéréotypes sexuels. Ces influences sont déterminantes pour la conception du monde que se font les enfants, de même que pour celle des normes sociales, du développement de leur image corporelle et de leur estime de soi. Moins visibles que les problèmes de poids, les effets sur leurs comportements sont pourtant tout aussi graves.

Hypersexualisation

Régulièrement exposés à la sexualité dans un environnement idéalisé, les enfants tentent de reproduire les modèles masculins et féminins stéréotypés. Ce comportement se traduit notamment par des relations sexuelles de plus en plus précoces.

Banalisation

Une exposition répétée à des produits pour adultes, par exemple l'alcool, peut conduire à une banalisation de ce type de consommation.

Fillette objet

Plus les jeunes filles consomment des images stéréotypées, plus elles souffrent de troubles alimentaires et de faible estime de soi. Cette attitude peut nuire à leur réussite.

«Je le veux maintenant!»

Chez l'enfant, la publicité fait naître des besoins qu'il veut combler immédiatement. L'enfant insiste souvent de façon très persistante.

Santé mentale

La publicité peut aussi affecter la santé mentale des enfants. Incité par une publicité, l'enfant voudra répondre à cet appel à la consommation. S'il ne peut pas le faire, sa frustration augmentera et elle pourra le mener à des comportements violents. De plus, le matérialisme à outrance, encouragé par la publicité, aurait des conséquences sur l'estime de soi et sur les valeurs des enfants. En fin de compte, l'enfant pourrait développer des sentiments de narcissisme et d'insatisfaction.



- La danse, ça fait bouger! Un bon CD, et c'est parti pour au moins 20 minutes d'activité !
- Des accessoires comme la corde à danser, cerceaux, ballons ou autres.
- Courir les activités et festivals organisés dans votre municipalité : on y trouve toujours de bonnes occasions de bouger.
- La télé peut nous mettre en forme ! Glisser dans le lecteur DVD ou le magnétoscope un DVD ou une vidéocassette d'exercices (de Josée Lavigueur, par exemple), ou encore, enregistrer les émissions télévisées de mise en forme.

Pour d'autres idées :

www.defisante530.com
www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca
www.participation.com

Et internet ?

Avant six ans, la plupart des experts estiment qu'internet n'est pas adapté aux tout-petits. Par contre, quand ils seront à l'école et qu'ils sauront lire, ils pourront y trouver une foule d'informations, avec vos bons conseils. Le seul usage d'internet qui peut les intéresser à cet âge, ce sont les petits jeux gratuits en ligne, ainsi que les idées de coloriage ou de bricolage à imprimer.

Voici quelques bons sites, à découvrir en famille :

- www.poissonrouge.com
- www.wumpasworld.com
- www.lemondedevictor.net
- <http://onfjeunesse.ca>
- www.radio-canada.ca/jeunesse/petits
- <http://toutpetits.telequebec.tv>
- www.naitreetgrandir.net/Fiches-activites
- www.biengrandir.org





CONSEILS POUR UNE BONNE UTILISATION DES ÉCRANS

- Limiter le temps devant l'écran

Quelles sont les recommandations officielles?

La Société canadienne de pédiatrie ainsi que l'American Pediatric Society suggèrent de limiter la télévision et autres écrans à une à deux heures par jour, pour les enfants de deux à cinq ans.

Par contre, ils suggèrent une interdiction totale aux moins de deux ans.

Sylvie Bourcier, donne son avis;

«Pour les tout-petits, trente minutes à une heure par jour me paraît un maximum. Et à trois ou quatre ans, une cassette entière ou un DVD, à l'occasion»,

Pour mieux guider vos choix télévisuels, voici les questions que le Réseau Éducation-Médias suggère de se poser :

- Est-ce que l'émission sollicite activement l'enfant sur le plan physique ou intellectuel?
- Ai-je du respect pour cette émission?
- L'enfant se reconnaît-il dans cette émission?
- Comment les concepteurs de cette émission voient-ils l'enfant : comme un consommateur? Un futur citoyen engagé dans sa communauté? Un enfant dont la seule préoccupation est de jouer?
- Créer ensemble un programme d'écoute pour la semaine et expliquer vos choix aux enfants.
- Encourager les enfants à écouter des émissions sur des thèmes variés.
- Se référer au classement des films fait par la Régie du Cinéma et au classement du ESRB (Entertainment Software Rating Board ; en anglais) pour les jeux vidéo.
- Si votre télé est pourvue d'une puce antiviolence, vous en servir.



- Jeter un regard critique sur vos propres habitudes télévisuelles. Les enfants reproduisent les habitudes de leurs parents ou des personnes significatives. Ils sont sensibles à ce qu'ils voient et entendent à la télé, même s'ils ne comprennent pas ce qui s'y déroule !
- En ce qui a trait aux jeux vidéo, parler à d'autres parents ou éducatrices, demander conseil aux libraires en fonction de vos souhaits et consulter les sites offrant des critiques de jeux. Les bibliothèques publiques en prêtent également.

Accompagner et superviser votre enfant

L'importance d'être le partenaire éducatif de votre enfant face à l'écran
 «Les effets négatifs se font sentir surtout en l'absence des parents, lorsque l'enfant est isolé et que l'écran sert de gardien. Avec les tout-petits, il faut participer et, chez les plus vieux, développer l'esprit critique!», rappelle Sylvie Bourcier.

Pour un enfant, les publicités sont de belles images et des sons amusants qui proviennent d'un univers magique. C'est si fascinant et attirant! En bas âge, le jugement de l'enfant n'est pas assez développé. C'est pourquoi il a tendance à percevoir et à accepter ces messages comme étant la représentation de la réalité.

- Placer votre téléviseur dans un endroit central. Vous pourrez ainsi aisément le surveiller, gérer la réaction de vos enfants, voir ce qu'ils consultent, etc. Ne placer aucun téléviseur, aucune console de jeu et aucun ordinateur dans la chambre de vos enfants.
- Encourager vos petits à participer. Les inviter à chanter, à taper des mains, à danser au son de la musique ou à repérer quelque chose : un animal, un enfant, un bon aliment. Cela fera de la télévision un passe-temps actif.
- Utiliser la télé comme catalyseur pour amener vos enfants à lire, en approfondissant un sujet à l'aide de livres.
- Leur apprendre à distinguer les émissions des annonces publicitaires. Jusqu'à près de huit ans, les enfants ne savent pas les distinguer.
- Au fur et à mesure qu'ils grandissent, discuter de ce qui se passe dans l'histoire.



Vous aurez avantage à leur poser des questions comme :



o Est-ce que tu aimes cette émission? Cela leur permet de former leur propre opinion, de faire des liens avec leurs centres d'intérêt, etc.

o Que ressens-tu? De la joie, de la peine, de la peur? Cela pourra les aider à prendre conscience de leurs émotions et les soulager au besoin.

o Est-ce que c'est possible, dans la «vraie» vie? Ils pourront ainsi distinguer la réalité de la fiction.

o Comment penses-tu que l'histoire va finir? Cela permet d'imaginer, de dédramatiser, de prédire le déroulement, puis, une fois que c'est fini, de réécrire le scénario.

o Que ferais-tu pour régler ce problème-là? Vos enfants peuvent alors faire la différence entre la réalité et la fiction, puis critiquer les solutions trouvées à la télé en émettant leurs propres idées.

Comment aborder avec eux les scènes de violence

C'est prouvé : l'attitude des enfants face aux conflits et à la violence relève davantage de l'influence de leurs parents que de celle de la télévision. Une bonne raison de regarder la télévision avec eux et d'en discuter!

- Demander à vos enfants ce qui a motivé le personnage à agir violemment et s'il y avait une solution non violente à son problème.

- Leur faire remarquer que les gens recourent rarement à la violence pour résoudre leurs problèmes.

- Demander quelles conséquences cela peut entraîner, en s'intéressant notamment à la victime. «À la télévision, on a toujours le point de vue de l'agresseur et très peu celui de la victime. Il est donc important, chez les petits surtout, de développer la sensibilité à l'égard de l'autre et de demander : "Comment crois-tu qu'il se sent, le petit garçon?"», conseille Sylvie Bourcier.



À RETENIR

- Superviser l'accès à la télévision et aux jeux vidéo des tout-petits.
- Regarder la télévision avec eux en sélectionnant les programmes.
- Parler de ce qu'ils voient à la télé ou de ce à quoi ils jouent.
- Montrer l'exemple en sélectionnant vous-même soigneusement vos programmes.
- Savoir éteindre pour allumer vos échanges.

En considérant que le téléviseur est en quelque sorte un bon sauveteur pour certains parents bousculés par le temps, nous vous suggérons d'avoir, le moins possible, recours à la télévision dans votre service de garde.

Vous pouvez vous référer à la partie pédagogique de votre programme. Si vous le désirez, vous pouvez communiquer avec nous pour avoir des trucs pour faciliter les transitions en évitant la télévision



Bonne activité avec vos petits!

Références :

Bien Grandir, Marie Charbonniaud

Sylvie Bourcier, intervenante en petite enfance

Gilles Cantin, professeur spécialisé en éducation à la petite enfance

J.B. Berros Génération télévision, La relation controversée de l'enfant avec la télévision

www.media-awareness.ca

www.act-aet.tv - L'Alliance pour l'enfant et la télévision

www.cps.ca

Nathalie Gignac et Andrée Côte
Agente de soutien pédagogique et technique