

Serge Tisseron

3-6-9-12
Apprivoiser les écrans
et grandir

“ En quelques années, les technologies numériques ont bouleversé notre vie publique, nos habitudes familiales et même notre intimité. Les parents et les pédagogues en sont souvent désorientés.

La règle que j'ai appelée « 3-6-9-12 » donne quelques conseils simples, articulés autour de quatre étapes essentielles de la vie des enfants : l'admission en maternelle, l'entrée au CP, la maîtrise de la lecture et de l'écriture, et le passage en collège.

À nous d'inventer de nouveaux rituels. ”



Serge Tisseron

est psychiatre, docteur en psychologie habilité à diriger des thèses. Auteur de nombreux ouvrages sur les relations que nous entretenons avec les images et les écrans, il a participé à la rédaction de l'avis de l'Académie des sciences *L'enfant et les écrans* (2013).

ISBN : 978-2-7492-3897-5

Prix : 10 €

Imprimé en France

www.editions-eres.com



et +

Conception de la couverture :
Corinne Dreyfuss

Réalisation de la couverture :
Anne Hébert

ISBN : 978-2-7492-3897-5

ME - 5000

© Éditions érès 2013

33, avenue Marcel-Dassault - 31500 Toulouse

www.editions-eres.com

Aux termes du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction ou représentation, intégrale ou partielle de la présente publication, faite par quelque procédé que ce soit (reproduction, microfilmage, numérisation...) sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.
L'autorisation d'effectuer des reproductions par reprographie doit être obtenue auprès du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC), 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris, tél. : 01 44 07 47 70 - Fax : 01 46 34 67 19.

Introduction

« 3-6-9-12 », cela évoque bien sûr quatre étapes essentielles de l'enfance : 3 ans, c'est l'admission en maternelle ; 6 ans, l'entrée en CP ; 9 ans, l'accès à la maîtrise de la lecture et de l'écriture ; et 11-12 ans le passage en collège. Mais ce sont aussi d'excellents repères pour savoir à quel âge et comment introduire les différents écrans dans la vie de nos enfants. En effet, de la même façon qu'il existe des règles pour l'introduction des laitages, des légumes et des viandes dans l'alimentation d'un enfant, il est possible de concevoir une diététique des écrans, afin d'apprendre à les utiliser correctement, exactement comme on apprend à bien se nourrir. Mais pour cela, il nous faut renoncer à deux tentations : idéaliser ces technologies, et les diaboliser. Attendre des miracles des écrans serait en effet tout aussi stérile que vouloir s'en passer. Ce ne sont que des outils. Ne leur demandons pas plus qu'ils ne peuvent donner, mais apprenons à leur demander tout ce qu'ils peuvent nous offrir ! Et pour commencer, introduisons-les au bon moment et à leur juste place.

Reconnaissons pourtant qu'établir une feuille de route des écrans pour chaque âge est loin d'être facile. Tout dépend de la maturité de l'enfant, de la relation qu'il a avec ses parents, et des pratiques

qui ont cours dans sa maison, à l'école et parmi ses camarades. L'idée s'est néanmoins imposée à moi en 2007, aussitôt après que j'eus lancé une pétition pour faire interdire les chaînes de télévision à destination des enfants de moins de 3 ans. J'ai alors imaginé la règle « 3-6-9-12 » comme une façon de répondre aux questions les plus urgentes en rappelant aux parents, sous une forme facile à mémoriser, quatre repères : 3, cela signifie éviter de mettre un enfant de moins de 3 ans devant la télévision ; 6, ne pas lui offrir une console de jeu personnelle avant 6 ans ; 9, l'accompagner sur Internet entre 9 ans et 11-12 ans ; 12, ne pas le laisser se connecter de façon illimitée lorsqu'il est en âge de surfer seul.

La solution à tous les problèmes se trouve-t-elle pour autant dans ces conseils ? Hélas non ! chacun sait que de telles campagnes ne sont guère suivies d'effets tout simplement parce que les écrans sont largement utilisés par les adultes eux-mêmes pour tenter d'oublier les difficultés de leur vie. Les usages excessifs et/ou problématiques des écrans ne sont pas seulement une cause de problèmes, ils sont aussi et d'abord la conséquence de souffrances quotidiennes qu'il nous faut prendre en compte. C'est pourquoi des campagnes invitant à un bon usage des écrans sont absolument indispensables, mais elles ne sont pas suffisantes. Tout d'abord, rien ne sert de dénoncer les risques que les écrans nous font courir si on ne réfléchit pas en même temps aux raisons pour lesquelles tant de parents laissent leurs enfants devant la télévision allumée et à l'extrême solitude où sont la plupart d'entre eux par rapport à ces problèmes. Et ensuite, nous verrons que l'évolution très rapide des possibilités offertes par les

technologies numériques nous invite à considérer les jeunes comme des partenaires et des acteurs du changement, au même titre que leurs parents. L'encouragement de leurs pratiques créatrices s'avère souvent bien plus efficace que les injonctions à consommer moins.

Hannah Arendt écrivait dans *La crise de la culture* : « L'éducation est le point où se décide si nous aimons assez le monde pour en assumer la responsabilité et, de plus, le sauver de cette ruine qui serait inévitable sans ce renouvellement et sans cette arrivée de jeunes et de nouveaux venus. C'est également avec l'éducation que nous décidons si nous aimons assez nos enfants pour ne pas les rejeter de notre monde, ni les abandonner à eux-mêmes, ni leur enlever leur chance d'entreprendre quelque chose de neuf, quelque chose que nous n'avions pas prévu, mais les préparer d'avance à la tâche de renouveler un monde commun¹. » Ce programme doit être le nôtre aujourd'hui : donner à nos enfants la chance d'entreprendre quelque chose de neuf que nous n'avions pas forcément prévu, et les préparer à la tâche de renouveler le monde. Et nous verrons que sur ce chemin, le problème des écrans ne se pose pas seulement dans une dimension individuelle ou familiale. Il est sociétal : le remède au « trop d'écrans » n'est pas dans la dénonciation et la culpabilisation des usagers, mais dans la redécouverte des multiples formes du lien social, et dans notre capacité d'y associer nos enfants au sein de projets créatifs et socialisants. C'est la condition pour leur permettre d'apprendre des choses neuves, et – pourquoi pas ?

1. H. Arendt, *La crise de la culture*, Paris, Gallimard, 1972, p. 251.

— pour faire en sorte qu'ils nous en apprennent eux aussi. Bref, nous ne changerons notre rapport aux écrans que tous ensemble. C'est pourquoi la règle « 3-6-9-12 » concerne non seulement la famille, mais aussi la santé, l'école et les pouvoirs publics.

Elle est ainsi une pièce essentielle du vaste chantier d'apprivoiser les écrans, mais nous verrons qu'elle n'est pas la seule.

Conclusion

De la même façon que les nouvelles sources d'alimentation introduites dans l'histoire de l'humanité n'ont pas fait disparaître les anciennes, mais les ont diversifiées, les technologies numériques doivent être considérées comme de nouveaux outils qui diversifient nos possibilités. Avec les écrans interactifs, l'être humain possède, pour la première fois, un support pour son intelligence spatialisée aussi important que l'écriture et le livre le sont pour son intelligence narrative. À condition toutefois de ne pas oublier que leurs bienfaits sont plus facilement accessibles à ceux qui ont appris au préalable à maîtriser la pensée linéaire et l'intelligence narrative !

Mais à peine avons-nous commencé à comprendre les enjeux spécifiques des écrans qu'un autre changement est en train d'advenir sous nos yeux. En permettant de mélanger textes et images, les outils numériques contribuent en effet à croiser, bien mieux que toutes les technologies précédentes, les deux modes de pensée qui y correspondent. Deux innovations récentes le montrent. La première concerne les tablettes de lecture : elles ont intégré une visualisation des pages déjà lues et des pages encore à lire afin de permettre au lecteur de mesurer d'un seul coup d'œil son parcours,

exactement comme le permet le livre traditionnel. La seconde de ces innovations est encore plus spectaculaire. Avant 2012, tous les documents déposés au jour le jour sur Facebook s'entassaient en vrac dans un espace un peu comparable à la boîte à chaussures dans laquelle on rangeait les photographies de famille au XX^e siècle. Et, de la même façon, il était souvent bien difficile d'y retrouver ce qu'on y cherchait ! Mais en 2012, Facebook a introduit la *Timeline*, d'abord optionnelle, puis obligatoire. En pratique, cela signifie que tous les documents mis sur une page s'alignent selon l'ordre chronologique de leur dépôt de façon à constituer une biographie de chacun visible d'un clic. La publicité pour cette innovation technologique était d'ailleurs remarquable : alors que la Toile est classiquement présentée comme un espace qui valorise l'horizontalité, la publicité pour la *Timeline* était tout entière construite sur un modèle vertical ! Mais tout va si vite avec les technologies numériques que cette révolution pourrait bientôt être elle-même menacée par l'importance du corps et du mouvement dans les interfaces. Les sensorialités et les motricités pourraient alors prendre une importance dont nous n'avons aujourd'hui aucune idée.

Mais puisque ce livre veut guider les lecteurs vers une utilisation raisonnée des écrans, terminons par deux conseils. Tout d'abord, n'oublions pas que le livre a été conçu par l'être humain avant les écrans, et que cette antériorité doit nous guider dans l'éducation des enfants. Celui qui n'a pas intégré les repères spatiaux et temporels court le plus grand risque de se perdre dans les écrans. Les enfants qui savent utiliser des cubes réels augmenteront peut-être certaines

de leurs capacités en empilant des cubes virtuels sur un écran, mais ceux qui n'ont jamais joué avec des cubes réels n'y gagneront probablement rien, et risqueront même d'y perdre un temps précieux pour des apprentissages impliquant le corps et les sens.

Notre second conseil porte sur les formidables pouvoirs de création des médias numériques. Nous savons tous que les enfants, bien encouragés et guidés, sont incroyablement créatifs. À nous de nous rendre disponibles à cette découverte. L'encouragement des bonnes pratiques – et notamment des pratiques partagées et/ou créatrices – est en effet la meilleure façon de s'opposer à celles qui favorisent l'isolement et la désocialisation.

Enfin, la règle « 3-6-9-12 », aussi importante soit-elle, n'est qu'un élément de ce dispositif, au même titre que le « Jeu des trois figures », le module pédagogique proposé par l'Académie des sciences, la « Main à la pâte », la « Dizaine pour apprivoiser les écrans » ou encore les festivals de créations adolescentes. C'est maintenant à nous de nous en emparer et de les mettre partout en place. Car le temps presse. Il serait inacceptable que les enfants qui ont aujourd'hui 3 ans apprennent seuls à apprivoiser les écrans, exactement comme l'ont malheureusement fait la plupart des adolescents d'aujourd'hui, à leurs risques et périls.