

Les écrans ?
Apprendre à s'en servir
pour ne pas les subir

TOUTES NOS SOLUTIONS SUR
clemi.fr



Avec le soutien du ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse

Parentalité numérique – les ressources du CLEMI pour donner des clés de communication supplémentaires pour parents et enfants

La campagne de sensibilisation nationale

Un kit de 5 affiches, complété de nombreuses ressources pour accompagner les parents.



Lancée en novembre 2022, la campagne de sensibilisation « Les écrans ? Apprendre à s'en servir pour en pas les subir. » s'appuie sur cinq affiches accompagnées de ressources (vidéos, podcasts, conseils pratiques, articles) ainsi que des informations indispensables et des clés pour aller plus loin. L'ensemble de ces ressources sont à retrouver sur le site du CLEMI.

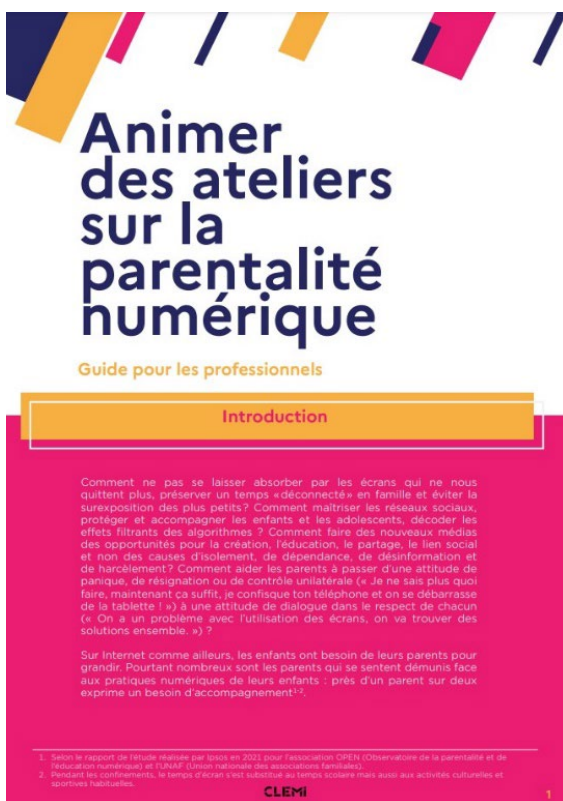
Une campagne d'affichage nationale d'une de ces affiches est offerte par le département « grandes causes » du groupe JC DECAUX. Après une première diffusion la semaine du 20 mars, elle sera diffusée dans toute la France du 3 au 10 juillet sur 800 000 spots d'affichage numérique

Cette campagne de sensibilisation est un projet développé dans le cadre des Cités éducatives, avec le soutien du ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse.

A retrouver sur clemi.fr.

Animer des ateliers sur la parentalité numérique, un kit pour les professionnels

Un kit de médiation : la ressource indispensable pour les parents et les professionnels



Comment ne pas se laisser absorber par les écrans, qui ne nous quittent plus ? Comment préserver un temps déconnecté en famille ? Comment protéger et accompagner les enfants et les adolescents, en particulier sur les réseaux sociaux ?

Dans le cadre de la campagne de sensibilisation nationale « Les écrans ? Apprendre à s'en servir pour ne pas les subir. », le CLEMI lance une nouvelle ressource à destination de la communauté éducative pour accompagner les parents dans cette nouvelle parentalité numérique, à un moment où ils se sentent souvent démunis face aux pratiques numériques de leurs enfants.

Ce kit de médiation, conçu avec une spécialiste en éducation, croise l'expertise en éducation aux médias et à l'information du CLEMI et une approche de la parentalité positive axée sur des clés de communication.

Il se propose comme un outil clé en main pour les professionnels et comporte :

- **Un guide de médiation** avec des ressources en EMI et des conseils pratiques pour animer les ateliers ;
- **Quatre scénarios ateliers**, entièrement rédigés et modulables ;
- **Quatorze jeux de rôle** à mobiliser dans les ateliers. Ils ont pour ambition de contribuer à donner davantage confiance aux parents dans leur capacité à parler du numérique avec leurs enfants, en particulier quand les situations « crispent » les rapports.

« Ce kit adopte une démarche « pas à pas » qui permet à de nombreuses personnes de s'en emparer pour animer des cafés parents et les jeux de rôle sont sa grosse plus-value. » *Stéphanie Valade, chargée de parentalité numérique au CLEMI*

Introduction

Pour répondre de façon innovante aux enjeux de la parentalité numérique, nous proposons dans ce guide une approche mixte basée sur une complémentarité entre des outils utilisés en éducation aux médias et à l'information et des outils issus de la parentalité positive. Il présente des ressources du CLEMI conçues spécialement pour les familles, intégrant des conseils d'animation et des clés de communication inspirées du courant Faber et Mazlish. Cette approche originale répond à un triple objectif :

- 1 Donner des clés aux parents pour agir face aux problématiques des usages des écrans, en mettant en valeur leurs compétences relationnelles et éducatives**
- 2 Responsabiliser les parents sans les culpabiliser et leur apprendre à mieux communiquer avec leurs enfants sur l'usage du numérique**
- 3 Mobiliser des analyses d'experts pour trouver des solutions et résoudre des situations de tensions liées aux écrans**

La parentalité à l'ère du numérique

Dans le monde virtuel comme dans le monde réel, les parents doivent être des modèles responsables et créer – plus que jamais – les conditions de la communication et de la confiance qui permettront à leurs enfants de parler ouvertement des activités auxquelles ils se livrent en toute indépendance dans le monde virtuel. (...) Ils doivent veiller à protéger leurs enfants dans le monde du numérique, à comprendre et utiliser les paramètres de confidentialité sur les comptes ouverts sur les réseaux sociaux, à comprendre et surveiller, le cas échéant, l'empreinte et l'identité numériques de leur enfant, et à poser des limites appropriées aux activités en ligne de leurs enfants.

Extrait issu du rapport La parentalité à l'ère du numérique, Conseil de l'Europe par le D. Elizabeth Mironov, J.D., 2020.

Ce guide s'adresse aux professionnels chevronnés mais aussi moins aguerris. Il s'accompagne de :

Quatre scénarios d'ateliers

Entièrement rédigés et modulables, ils permettent de s'adapter à des durées différentes et à tous les types de publics. Les scénarios portent sur les thèmes suivants :

- Atelier 1**
Être parent à l'heure du numérique
- Atelier 2**
Maîtriser le temps d'écran en famille
- Atelier 3**
Accompagner son adolescent sur les réseaux sociaux
- Atelier 4**
S'informer sur les réseaux sociaux, ça s'apprend !

Quatorze jeux de rôles

Ils mettent en scène des cas concrets avec des enfants de tout âge. Ces jeux de rôles ont ainsi une place centrale dans la méthode d'animation exposée dans ce guide car ils permettent aux parents d'exprimer les situations du point de vue de l'enfant ou de l'adolescent, afin de développer une communication plus sereine.

N.B. : La démarche exposée dans ce guide est une proposition qui ne vise nullement l'exhaustivité et n'exclut pas l'usage d'autres outils ou ressources.



2 ANIMER DES ATELIERS

2 ANIMER DES ATELIERS

Introduction à la méthode de la parentalité positive

La parentalité positive en trois questions, par Genevieve Desplas, formatrice en communication positive

Pouvez-vous nous expliquer en quelques mots ce qu'est la parentalité positive, et en particulier l'approche Parler/Ecouter de Faber et Mazlish ?

J'aime définir la parentalité couramment appelée « positive » ou « bienveillante » comme une parentalité consciente dont le but principal est de créer une communication constructive entre adulte et enfant, en tenant compte de leur condition humaine, de leurs capacités et de leur dignité, dans une dynamique d'écoute et de respect mutuel. Cela permet une cohérence entre ce que l'on fait, ce que l'on dit et l'amour que l'on éprouve pour nos enfants. L'approche (ou méthode) Parler/Ecouter d'Adèle Faber et Elaine Mazlish présente un ensemble d'outils, que nous allons ici appeler aussi des « clés », qui permettent de passer de la théorie à la pratique en s'adressant, je cite les auteures, « à ce qu'il y a de meilleur chez nos enfants, leur intelligence, leur initiative, leur sens des responsabilités, leur sens de l'humour, leur capacité à être sensible aux besoins des autres », sans discours qui blessent et avec « un langage qui nourrit l'estime de soi ».

Comment utiliser cette méthode professionnellement ?

L'ensemble de ces ateliers pour des groupes de parents et de professionnels de l'enfance, petite enfance et adolescence, en suivant le format créé par Faber et Mazlish, j'ai choisi cette approche d'abord parce qu'elle m'a beaucoup aidée dans mon rôle de maman. Son aspect concret et réaliste m'a permis de passer des grandes théories à la pratique quotidienne. Et elle est en accord avec mon parcours et mes études en sciences de la communication.

Comment cette approche permet-elle d'aider les parents dans le cadre de la parentalité numérique ? Quel est son apport spécifique ?

Un certain nombre de recherches scientifiques ont montré l'intérêt de changer le regard porté sur l'enfant. Il est temps de passer du mode statique et binaire du parent témoin, voire dépressif, du parent qui devient violent malgré lui, à une vision où chaque individu, peu importe son âge, devient acteur de chaque situation dans sa vie. Les parents sont vite dépassés par l'évolution et les supports numériques et cela provoque des tensions au quotidien. L'approche Parler/Ecouter a toute sa pertinence dans l'accompagnement en parentalité numérique parce qu'elle fournit des clés pour créer un climat émotionnel qui encourage les enfants à coopérer et à réfléchir. Les parents et les enfants font équipe dans la résolution des difficultés. Dans mes groupes de parents, les écrans représentent souvent un problème et c'est grâce aux habiletés qu'ils arrivent à le prendre en main, activement. L'approche présente des exemples concrets pour que chacun exprime ses émotions et ses besoins. Les exercices proposés permettent un effet miroir et une prise de conscience qui motive fortement et éveille le potentiel de chacun pour aller de l'avant.

21. Interview Faber et Elaine Mazlish, Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent, éditions de France, 2012.

4 JEUX DE RÔLES ET SAYNÈTES

JEU DE RÔLE 7

« Temps de qualité... Pour qui ? »

Conseillé pour les ateliers 2 et 3

Jeu de rôle à deux personnages : un parent et un enfant de 11-12 ans

SITUATION DU PARENT

Vous remarquez que votre enfant, depuis sa rentrée au collège, passe plus de temps sur son téléphone. D'un côté vous pensez que c'est normal parce qu'il grandit et d'un autre côté vous êtes inquiet de voir qu'il a remplacé son jeu favori par du temps d'écran. Vous avez pour vous sa santé. Heure aussi que son temps dédié à des activités créatives et à la lecture diminue. Il aime lire mais depuis quelques mois ses livres s'accumulent à côté de son lit et il se couche plus tard.

Vous pensez que le téléphone devrait être utilisé uniquement pour des recherches « intéressantes ». Vous ne le lui avez pas offert pour perdre son temps, mais parce que vous voulez lui offrir toutes les chances de réussir. Vous cherchez à le motiver pour voir du contenu plus « intéressant », selon vous, que les vidéos TikTok.

SITUATION DE L'ENFANT Raphaël, 11-12 ans

Depuis ta rentrée au collège, tu découvres, grâce à tes camarades, beaucoup de contenus ouais ou moins intéressants sur internet. Tu t'imagines pas à quel point c'était un univers si vaste ! Certains de tes camarades ont même des comptes TikTok et des chaînes YouTube alors que tu penses que cela était réservé à des « grands ados » qui connaissent très bien les fonctionnalités des plateformes et des applications.

L'un de tes copains a remarqué que tu n'étais pas très branché et il essaie de te mettre à jour sur certains comptes TikTok, en plus il sait que tu aimes les livres, tout comme lui. Alors il te montre des chaînes de livres qui parlent de cela et c'est trop cool ! Un nouveau monde s'ouvre à toi ! En même temps, quand tu es sur ton téléphone, ce copain discute avec toi et te pose des questions sur des sujets que tu connais très bien, par exemple des sujets de maths que tu maîtrises mieux que lui. Tu te sens fier de lui rendre service. Il te met aussi en garde au sujet d'un livre qu'il trouve un peu dérangeant. Et c'est vrai que tu te poses récemment la question sans forcément en parler à tes parents de leur rôle ne se méfient de ce que tu lis...

Tu te sens à la fois émerveillé de tout ce que te rest à découvrir mais aussi un peu « largué » lorsque les copains et copines parlent de cela.

Tes journées passent trop vite, tes devoirs augmentent. Ton emploi du temps a changé par rapport à tes journées en primaire.

Ce kit de médiation s'accompagne de 5 vidéos d'experts pour compléter les éléments proposés pour aborder des thématiques :

- **“Parlons information et désinformation chez les jeunes”** avec Karen Prévost-Sorbe, référente académique en Éducation aux Médias et à l'Information de l'académie d'Orléans-Tours et coordinatrice CLEMI ;
- **“Parlons temps d'écran et qualité des contenus”** avec Grégoire Borst, professeur de psychologie du développement et de neurosciences cognitives de l'éducation à l'université Paris-Cité et directeur du Laboratoire de psychologie du développement et de l'éducation de l'enfant au CNRS ;
- **“Parlons cyberharcèlement”** avec Justine Atlan, directrice générale de l'association e-enfance et du numéro 30 18 ;
- **“Parlons réseaux sociaux”** avec Vanessa Lalo, psychologue clinicienne spécialisée dans les pratiques numériques ;
- **“Parlons parentalité à l'heure du numérique”** avec Genoveva Desplas, formatrice en communication selon l'approche Faber et Mazlish.

Retrouvez l'ensemble des vidéos sur le [site du CLEMI](#)

Et toujours

L'ouvrage « Nos ados sur les réseaux sociaux »



La journaliste et autrice Béatrice Kammerer mène une grande enquête auprès de chercheurs en éducation aux médias et à l'information, de professionnels de santé et d'acteurs associatifs pour dédramatiser les pratiques des ados. Elle propose des clés pour instaurer un dialogue constructif et agir différemment.

Que signifie être parent à l'ère du numérique ? Comment réguler le temps d'écran de ses enfants ? Les prémunir des infos ? Comment accompagner leur socialisation en ligne et les aider à devenir adulte sur internet ? Autant de thèmes examinés à la loupe par l'autrice pour nous encourager à dépasser nos peurs et à entamer un dialogue constructif avec nos ados.



« La famille tout écran »

Réalisée en partenariat avec France Télévisions et la Caisse nationale d'allocations familiales, cette mini-série en quatre saisons, propose d'interroger le rôle et la place des écrans dans nos pratiques et dans nos organisations familiales autour de la famille d'Erwan et Myriam et leurs trois enfants, Juliette, Théo et Mélina.

[Revoir la série](#)

Suivez l'actualité du CLEMI et de l'Education aux médias et à l'information sur

