Groupe scolaire des Servites de Marie

HORS SÉRIE

LES ÉCRANS ET NOS ENFANTS

Vacances de Toussaint 2024

ÉDITO

Madame, Monsieur,
Chers parents,

À l'occasion des vacances scolaires, nous avons le plaisir de vous adresser cette Lettre « Hors-série » qui a pour thème « Les écrans et nos enfants » pour ce premier numéro.

En tant qu'établissement scolaire, nous avons fait le choix depuis un certain nombre d'années maintenant de nous positionner assez clairement sur la question des écrans et spécifiquement des téléphones portables chez les plus jeunes.

Ce sujet commence enfin à faire l'unanimité et à prendre une place importante dans les préoccupations de santé publique, et les recommandations de l'éducation nationale, pour preuve le dernier rapport remis au chef de l'état en tout début d'année 2024.

Nous vous partageons ici les dernières actualités autour du sujet des écrans, des effets sur le climat scolaire et la santé mentale des élèves, avec une conséquence : le cyberharcèlement.

Vous trouverez également des pistes de réflexions, des articles pour comprendre comment tout cela fonctionne, et d'autres qui nous amènent à nous questionner sur notre propre rapport aux écrans.

Le sujet concerne tous les élèves, sans distinction, dès lors qu'ils ont un écran ou un smartphone.

Le sujet est complexe, et nous souhaitons y faire face avec vous.
Nous sommes convaincus d'être sur la bonne voie.
À l'approche des fêtes, un smartphone n'est pas un cadeau de noël ou de 'bon carnet' pour des élèves de primaire ou collège !

Nous vous souhaitons une bonne lecture et de belles vacances.

Pour l'équipe de direction,

Martine Reichert,
Bruno Mathelin-Rivoire,
Guillaume Heuchel,
Francis Boyer.

1 // Le rapport de l'association e-enfance : des chiffres alarmants

2 // Les spécialistes alertent sur les effets de la surexposition aux écrans

3 // Pourquoi passe-t-on autant de temps sur les écrans ? Ce n'est pas un hasard…

4 // Notre politique et nos règles dans le groupe servite

5 // Pour aller plus loin…

©AFP / Studios / Connect Images

1 // Le rapport de l'association e-enfance : des chiffres alarmants

Les 6-10 ans, premières victimes du harcèlement

L'association **e-Enfance / 3018** dévoile les résultats de son 4ème baromètre annuel sur le harcèlement scolaire et le cyberharcèlement, réalisé en France. (Institut Audirep, avec le soutien de la Caisse d'Epargne).

Les chiffres révèlent une tendance alarmante : le rajeunissement des victimes de harcèlement et cyberharcèlement.

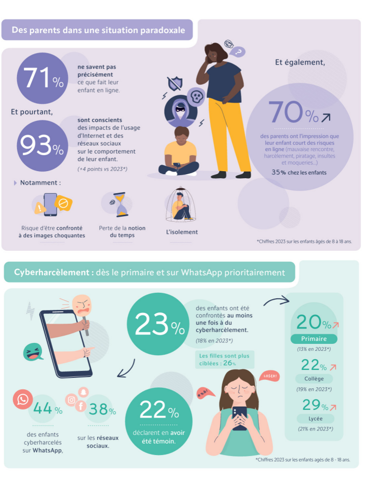
27% des élèves de primaire en France ont déjà été confrontés au harcèlement scolaire, un taux supérieur à celui observé chez les collégiens (25%) et les lycéens (19%).

67% des élèves de primaire déjà inscrits sur les réseaux sociaux.

Une hyper-connexion dès 6 ans qui expose les enfants au cyberharcèlement. 20% des élèves de primaire y ont déjà été confrontés.
Un phénomène en hausse depuis l'année passée (13% en 2023).
Et plus globalement, 44 % des 6-18 ans ont déjà été cyberharcelés **sur un groupe Whats App**.

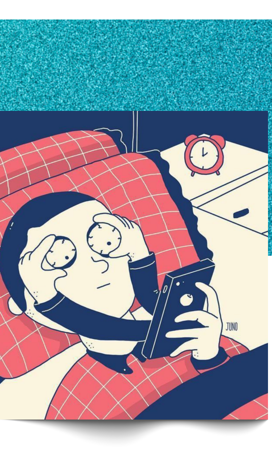
"Malgré l'interdiction d'accès aux moins de 13 ans, on constate que dès la sortie de la maternelle, la majorité des enfants sont déjà inscrits sur les réseaux sociaux. Ce phénomène atteint des proportions inquiétantes, avec 93% des collégiens et 96% des lycéens présents sur ces plateformes. En conséquence, une génération entière est exposée de manière croissante et dangereuse aux risques de cyberharcèlement, mettant en péril leur santé mentale."

Justine Atlan, Directrice Générale de l'Association e-Enfance / 3018



Retrouvez ici l'infographie complète

Retrouvez ici le site de e-enfance



2 // Les spécialistes alertent sur les effets de la surexposition aux écrans

Depuis plusieurs années, notre établissement est en lien étroit avec le collectif CoSE, qui rassemble des cliniciens, des praticiens hospitaliers, psychomotriciens, psychologues, orthophonistes, pédopsychiatres, pédiatres…, et qui alerte sur les conséquences de la surexposition aux écrans : retard important dans le développement de la communication, du langage et de la cognition chez les enfants, dès le plus jeune âge.

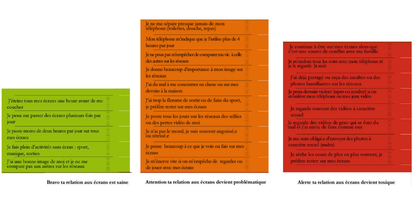
Les élèves de 6e bénéficient tous d'une séance sur les écrans et l'attention avec Mme Job-Pigeard, orthophoniste et membre du collectif, dans le cadre des JDDP (Journées de Découverte et de Développement Personnel).

Le docteur Sylvie Dieu Osika, cofondatrice du collectif CoSE, pédiatre et praticienne attachée à l'hôpital Jean Verdier à Bondy intervient au collège pour une séance à destination des parents.

Vous trouverez également **sur leur site** un nombre considérable de conseils, d'outils, et de recommandations. À consulter sans modération !

Collectif surexposition écrans COSE

Parce qu'il est intéressant d'évaluer notre relation au numérique, le collectif a développé un outil : l'**écrantomètre** que vous pouvez consulter en cliquant sur l'image ci-dessous :



3 // Pourquoi passe-t-on autant de temps sur les écrans ? Ce n'est pas un hasard…

Il est important de comprendre le phénomène de '**captologie**' appliqué aux jeux vidéos, aux réseaux sociaux, aux vidéos courtes de Tik Tok, Instagram, You tube... Cette notion, étudiée par JF Fogg dès1996 dans le laboratoire de Stanford University Behavior Design, est confirmée par plusieurs facteurs :

- Attirance par les couleurs, les formes …
- Système de notifications et d'alerte sans cesse
- Stimulation du circuit de récompense dopaminergique
- Ciblage comportemental en ajustant le fil d'actualité
- Effet de la récompense aléatoire
- Adaptation du niveau du jeu au joueur
- Incitation à ne pas quitter le jeu ou le réseau social
- Incitation à continuer à visionner par exploitation de l'inertie

4 // Notre politique et nos règles dans le groupe servite

Depuis plusieurs années, notre établissement a fait le choix d'adopter une position claire sur le sujet des écrans, avec notamment l'interdiction du téléphone portable pour les élèves de collège.

Dans un esprit de cohérence, et en lien avec les partenaires spécialisés dans le domaine, nous nous efforçons d'adopter des règles pour tous qui visent à permettre aux enfants de grandir, évoluer dans un cadre de travail serein, propice à leur équilibre.

L'établissement s'engage pour lutter contre la surexposition aux écrans //

- **L'établissement fourni à tous les élèves à l'entrée au collège un téléphone portable** sans application, réseaux sociaux ou groupes de messagerie.

- **Le téléphone portable est interdit au collège**. Seul le modèle fourni par l'établissement est toléré dans l'enceinte de l'établissement.

- **Nous déconseillons fortement aux parents d'équiper leurs enfants de smartphone avant l'obtention du Brevet**, et les invitons à s'engager avec nous dans cette voie pour une action éducative porteuse de sens.

- **Le collège interdit par conséquent la création de groupes de classe sur les réseaux sociaux**.

- **Les parents sont invités à contrôler l'âge d'inscription aux réseaux sociaux de leurs enfants**, conformément à la loi sur la majorité numérique.

*À noter que **Whats App** est identifié comme un vecteur de cyberharcèlement, et qu'il doit être considéré par les parents comme un support à bannir pour les enfants, au même titre que les réseaux sociaux classiques.*

Le modèle de téléphone choisi par l'établissement répond aux besoins des parents (permet d'appeler, d'envoyer des messages pour être rassuré et s'organiser) et suffit aux besoins des enfants.

Pour les familles qui voudraient équiper leur enfant avant l'entrée en 6e d'un téléphone, nous recommandons de fournir le modèle de téléphone validé par le groupe scolaire :

Le Nokia 105

5 // Pour aller plus loin…

Voici ce que préconise le collectif CoSE pour des relations en famille apaisées.

Éviter de consulter votre tablette ou votre Smartphone quand vous êtes en famille

Pas d'écran le matin avant l'école et pas avant une certaine heure le week-end et les vacances

Pas d'écran au moins une heure avant de se coucher

Pas d'écran en mangeant

Pas d'écran seul dans sa chambre

Respecter les âges mentionnés sur les jeux

Prévoir d'acheter un réveil classique pour les ados

Faire des activités physiques quotidiennement

ÉCOUTER (45 min)

Entendu dans l'émission ***'Grand bien vous fasse'***
de mardi 15 Octobre, ***Pourquoi sommes-nous accro au scrolling ?***

"Le verbe scroller est apparu récemment dans notre vocabulaire. Le dictionnaire Le Robert en donne pour définition de "faire défiler un contenu sur un écran informatique".

Quel que soit notre âge, de façon automatique, pavlovienne, nous scrollons du matin au soir, sur nos smartphones et nos tablettes. Au moindre moment d'ennui, de pause, de temps mort, nous dégainons nos écrans et y passons plus de temps que nous ne le voudrions.

Mais pourquoi sommes-nous collectivement devenu une civilisation de nuque penchée sur ces lucarnes lumineuses, une civilisation qui caresse du doigt à l'infini ces écrans appétissants ?

Comment nos cerveaux se laissent-ils piéger ? Et comment se libérer de ce piège ?

GROUPE SCOLAIRE DES SERVITES DE MARIE
1 place Charles de Gaulle
93250 Villemomble