

## **L'utilisation abusive des écrans par les enfants en contexte de la pandémie de Covid-19: Etude qualitative auprès des mamans d'enfants d'âge scolaire.**

**Abusive use of screens by children in Covid-19 pandemic:  
qualitative research with mothers of school aged children.**

**Guerdouh Moufida<sup>\*•1</sup>**

<sup>1</sup>Université Constantine 2 Abdelhamid Mehri (Algérie), [guerdouh2010@hotmail.fr](mailto:guerdouh2010@hotmail.fr)

**Réception :** 31/08/2021

**Acceptation :** 15/12/2021

**Publication:** 30/12/2021

---

**Résumé :** L'irruption des nouvelles technologies dans le grand public au cours de ces dernières années a marqué un bouleversement important dans le monde. Face à l'envahissement des écrans et des outils numériques au sein des familles, les enfants y sont exposés dès le plus jeune âge. Notons par ailleurs que le contexte de la pandémie de Covid-19 en terme de confinement sanitaire, a permis à la jeune population (enfants, adolescents) et même aux adultes d'accentuer l'utilisation des écrans (ordinateurs, Smartphones, tablettes), notamment en l'absence et en la suspension d'activités scolaires et sociales habituelles. De ce fait, nous avons mené une recherche qualitative auprès de 17 mamans d'enfants d'âge scolaire (6-12 ans) pour traiter de la question des effets de l'utilisation abusive des écrans sur ces enfants. Des entretiens semi-dirigés suivis d'une analyse de contenu, dévoilent des troubles du comportement, des répercussions sur la santé physique, sur les apprentissages et l'aspect cognitif, ainsi que sur les interactions sociales de ces enfants.

**Mots-clés :** Utilisation abusive; Ecran; Enfant d'âge scolaire; pandémie de Covid-19; Confinement sanitaire.

**Abstract:** Nowadays, the widespread of modern technology into a large public had greatly affected the whole world; young children are exposed to such phenomena since most families are faced to a huge digital invasion.

In addition, we have noticed that during covid-19 pandemic and the procedures that were taking by the government; the quarantine, have allowed small communities (children, teens) and even mature ones to use more screens (computers, smart phones and tablets), especially during the lack of usual social and educational activities.

Based on those information, we conducted a survey that includes 17 mothers of children of school age (6-12 years old) to determine the most important effects of the excessive use of screens on their kids. Semi-structured interviews followed by the analysis of content unveiled the following: behavioral disturbances, effects on the physical health and knowledge acquisitions, as well as effects on the social interactions of these children.

**Keywords:** excessive use, screens, kids of school age, covid-19 pandemic, quarantine.

---

\* Auteur correspondant.

## I. Introduction:

L'irruption des nouvelles technologies dans le grand public notamment l'utilisation de l'internet au cours de ces dernières années, a marqué un bouleversement important dans le monde. L'évolution accélérée des outils numériques a modifié non seulement la communication interindividuelle, mais a contribué également dans le changement de la représentation du monde lui-même. Face à l'envahissement de ces outils et leur omniprésence au sein des familles, on se retrouve confronté à un phénomène de santé publique pouvant altérer l'hygiène mentale et psychique de l'individu, notamment si on évoque l'intrusion du numérique dans la vie des enfants dès le plus jeune âge.

Mais il serait judicieux de définir au préalable les écrans qui, selon l'INSPQ (l'institut national de la santé publique du Québec : « comprennent tout appareil électronique permettant d'accéder à des contenus en ligne ou hors ligne, que ce soit utilisé à des fins récréatives, scolaires, professionnelles ou utilitaires, par exemple : télévision, ordinateur, téléphone intelligent, tablette électronique et console de jeu vidéo (2020, p.2). Cette définition même si elle nous paraît détaillée, n'établit pas de classification proprement dite des écrans. Pour cela, nous rajoutons celle de Tisseron et Tordo qui intègre une distinction entre les usages des écrans comme suit : « il est essentiel de distinguer entre les usages possibles des écrans non interactifs et non connectés (sur le modèle de la télévision), interactifs et non connectés (c'est notamment le cas de jeux vidéo joués hors connexion), et interactifs et connectés (comme les multiples jeux vidéo en réseau) » (2017, p.2). Quant au mode relationnel établi entre l'utilisateur et l'écran, nous le percevons dans la définition de Lellouche et Raphael qui expliquent que « le terme écran évoque globalement une interface entre un observateur passif, ou rendu actif, et un ensemble infini et permanent d'images, de messages, de connaissances, d'émotions, de mises en relation et de stimulations comportementales » (2004 : cité par haut conseil de la santé publique, 2020, p.3).

D'autre part, même si l'on évoque l'exposition des enfants aux écrans dans les conditions de vie normale, nous pensons qu'elle s'est intensifiée durant une période de vie inédite qu'a connu le monde entier et qui a été causée par la pandémie de COVID-19. En effet, la maladie du coronavirus 2019, abrégée en COVID-19 (acronyme anglais signifiant coronavirus disease 19), est une maladie infectieuse émergente de type zoonose virale, provoquée par le coronavirus SARS – CoV – 2 (ex 2019 – nCoV), responsable d'une pandémie ayant débuté en décembre 2019 dans la ville de Wuhan en Chine centrale. Elle peut être responsable d'infections gastro-intestinales et du système nerveux<sup>2</sup>, des insuffisances pulmonaires ou cardiaques, et ainsi être mortelle (La synthèse du Web, 2020). Notons par ailleurs que le problème majeur des maladies virales, se représente dans le fait qu'elles puissent se propager vite et facilement d'où le concept de maladies émergentes qui sont définies par Vidal et Gonzalez comme « des maladies radicalement nouvelles dont l'incidence parmi les populations humaines progresse rapidement, au point de poser un important problème de santé publique » (2004, p.7).

Suite à cette vérité scientifique, et dans le même ordre d'idées, le coronavirus (Covid-19) en tant que maladie virale, s'est propagé dans le monde de façon remarquable, mettant nombreux pays dans une situation sanitaire critique, d'où la contrainte de nombreux gouvernements dont le gouvernement algérien, à décréter ou à installer un confinement pour une durée de plusieurs semaines extensibles à partir du mois de mars 2020. Toutes les tranches d'âge se trouvent dès lors confrontées à une période de vie inédite. Le confinement sanitaire comme mesure indispensable à préserver les vies humaines, a posé en revanche un vécu psychique spécifique. Ceci se confirme par le biais des propos de Cyrulnik : « Le mot confinement cum : ensemble, fini : finitude ; il y a une limite, on se met dans un espace limité. Mais ce n'est pas une punition, on s'y met volontairement parce que ce confinement nous apporte une protection physique mais cela ne veut pas dire qu'il nous apporte une protection psychique (Cyrulnik a, 2020).

Le contexte de la pandémie de Covid-19 en terme de confinement sanitaire, a permis à la jeune population (enfants, adolescents) et même aux adultes d'accentuer l'utilisation des écrans (ordinateurs, Smartphones, tablettes), notamment en l'absence et en la suspension d'activités et de distractions habituelles (travail, études, sport, musique,...). Pour intégrer les données scientifiques les plus récentes sur ce sujet, nous faisons allusion aux statistiques avancées par l'INSPQ : l'institut national de santé publique du Québec (2020) qui cite une étude réalisée en Chine auprès de 2500 enfants et adolescents âgés de 6 à 17 ans, concluant que le temps total d'écran (récréatif et scolaire) a augmenté de façon significative entre Janvier et Mars 2020, soit entre la déclaration de l'urgence sanitaire et durant la pandémie. Le temps total d'écran est passé de 610 à 2340 minutes par semaine, une augmentation de près de 5 heures par semaine.

Dans cette perspective, nous ne pouvons ignorer l'utilité de la nouvelle technologie dans la vie des individus car elle leur procure les moyens de loisirs, d'apprentissage et de communication. Mais malgré leurs multiples avantages, les outils numériques peuvent être aussi porteurs de véritables dangers. C'est ce qui est avancé par Bach et al : « néanmoins, il est très vite apparu que l'utilisation, souvent démesurée, de toutes les modalités d'outils numériques, désormais accessibles (jeux vidéo, internet, téléphone portable, tablette numérique, réseaux sociaux ...) et que nous avons regroupés sous le dénominateur commun de l'utilisation d'écrans, peut avoir des effets négatifs parfois sérieux » (2013, p.11).

Pour notre part, nous nous sommes penchés sur ce phénomène en nous intéressant tout particulièrement aux enfants d'âge scolaire qui, durant la période de confinement ont accentué l'usage des écrans et se sont livrés à une utilisation abusive. Notre questionnement fondamental serait alors : quels sont les effets de l'utilisation abusive des écrans sur les enfants d'âge scolaire en contexte de la pandémie de Covid-19 ?

Ceci nous renvoie aux questionnements partiels suivants :

- Quels sont les troubles du comportement observés par les mamans chez leurs enfants d'âge scolaire (6-12 ans) durant la période de confinement, et qui sont renvoyés par celles-ci à la surexposition aux écrans ?
- Quel impact sur la santé physique, observé chez les mêmes sujets et qui est lié par les mamans à la même cause ?
- Quelles répercussions sur les apprentissages de l'enfant et son aspect cognitif ?
- Quel effet de cette utilisation abusive des écrans, dans le même contexte, sur les interactions sociales de ces enfants ?

### **I.1. Objectifs de la recherche:**

Notre recherche vise essentiellement à :

- relever les effets de l'utilisation abusive des écrans chez les enfants d'âge scolaire (6-12 ans) en contexte de la pandémie de Covid-19, et ceci selon le point de vue des mamans d'où il s'agit de :
- identifier les troubles du comportement observés par les mamans chez ces enfants ;
- repérer les conséquences possibles sur leur santé physique ;
- détecter les répercussions sur les apprentissages de l'enfant et son aspect cognitif ;
- décrire les interactions sociales de ces enfants, telles qu'elles sont perçues par leurs mamans.

### **2. Méthode et outils :**

Notre réflexion nous a amenés à procéder par une méthode qualitative reposant essentiellement sur des entretiens semi-dirigés à partir d'un guide d'entretien, menés auprès des mamans d'enfants d'âge scolaire c'est-à-dire ceux âgés entre 6 et 12 ans, donc fréquentant nécessairement l'école.

---

#### **- L'entretien semi dirigé à visée de recherche :**

Nous avons mené un entretien semi directif à visée de recherche qui, selon Hampartzoumian : « est un entretien qui oscille constamment entre la liberté qui favorise la parole et la directivité qui répond aux exigences de l'enquête » (2005, p.120).

Le choix de cet outil est justifié par notre volonté d'accéder à un discours aussi riche que possible, tout en veillant sur les objectifs déterminés au préalable. Concrètement, nous avons orienté l'entretien de l'enquête selon une grille ou appelée encore un guide d'entretien constitué de trois volets principaux où chacun d'entre eux est renvoyé à une seule question comme suit :

**1<sup>er</sup> volet :** quels sont les troubles comportementaux observés chez les enfants et qui peuvent être renvoyés à la surexposition de l'écran durant la période de confinement sanitaire ?

**2<sup>ème</sup> volet :** quel impact sur la santé physique de l'enfant ?

**3<sup>ème</sup> volet :** Quelles répercussions sur les apprentissages de l'enfant et son aspect cognitif ?

**4<sup>ème</sup> volet :** Quel effet de l'utilisation abusive de l'écran par l'enfant d'âge scolaire, dans les mêmes conditions de confinement, sur ses interactions sociales ?

L'entretien est suivi d'une analyse de contenu qui a eu lieu tout juste après le recueil de données, selon les étapes suivantes :

- Analyse de contenu thématique qui consiste en une analyse verticale des données reposant sur une catégorisation ; relever les verbatims et les classer par thème ;
- Analyse quantitative des différentes catégories (calcul des fréquences) ;
- Analyse qualitative visant le sens attribué à chaque catégorie inhérente à la thématique de notre recherche.

Notons que le quantitatif et le qualitatif se succèdent et se complètent pour former la recherche qualitative, comme le souligne Widener : « Dans les concepts grossiers dont nous usons aujourd'hui, il faut néanmoins convenir que la recherche qualitative précède et inclut la recherche quantitative puisque l'adéquation causale présuppose l'adéquation de sens (2006, cité par Paillé et Muccheilli, 2021, p. 82).

#### **- L'échantillon de l'enquête :**

Il s'agit alors d'une étude qualitative réalisée entre Mars et Mai 2020 dans le constantinois. Les données ont été recueillies auprès d'un échantillon ciblé de 17 mamans ayant au moins un enfant scolarisé, âgé entre 6 et 12 ans. Les autres critères d'inclusion étaient : accepter de participer à l'enquête ; l'enfant devait avoir une tablette ou un Smartphone en pouvant accéder seul à internet. Aussi faudrait-il préciser que l'âge a été fixé entre 6 et 12 ans afin d'inclure les effets de la rupture de l'enfant avec la scolarité lors du confinement sanitaire.

Le recrutement a été effectué sur un mode indirect auprès de mamans appartenant à notre entourage, en procédant par échantillonnage en boule de neige qui nous semble opérationnel et raisonné.

Sur ce, notre échantillonnage a abouti à un échantillon portant certaines caractéristiques : nous constatons alors d'après le tableau n°1 (voir annexe de tableaux) que l'âge des mamans qui constituent l'échantillon de l'étude, varie entre 29 et 53 ans avec ; une majorité (52,94 %) âgée entre 31 et 40 ans, et moins que la moitié (41,17 %) âgée entre 41 et 53 ans, reste une seule maman âgée de 29 ans. Aussi faudrait-il mentionner que la plupart de ces mamans sont actives (58,82 %), c'est-à-dire qu'elles exercent un métier, et de ce fait, elles étaient concernées par le confinement sanitaire durant la période de notre enquête.

Quant aux enfants, objets de descriptions de la part de ces mamans, ils sont représentés par un taux élevé (58,82 %) de garçons en comparaison avec les filles qui ne constituent qu'un taux de (41,18 %). Aussi la majorité des enfants (64,7%) enregistre de bons résultats scolaires.

Arrivant au temps d'exposition de ces enfants à l'écran, il varie selon le tableau n°1 entre 6 et 14 heures par jour d'où une moyenne de 10,06 heures par jour, ce qui indique une

consommation excessive voire abusive de l'écran pendant la période du confinement imposée lors de la pandémie Covid- 19.

### 3. Résultats et discussion :

Nos résultats que nous avons récapitulés dans des tableaux (voir annexe de tableaux) exposent d'abord les fréquences des différentes catégories relevées à partir des entretiens menés avec l'ensemble de l'échantillon de notre enquête. De prime abord, avant de passer à l'analyse proprement dite, une lecture purement statistique s'impose.

Le tableau n°2 (voir annexe de tableaux) fait apparaître certains troubles du comportement chez les enfants tels qu'ils sont perçus par leurs mamans et tels qu'ils sont renvoyés à l'utilisation abusive de l'écran par ces mêmes enfants. A priori, l'agressivité enregistre le taux le plus élevé (76,47 %), suivie de la violence verbale dont fait preuve ces enfants pour 64,70 % des mamans, tandis que 52,94 % d'elles évoquent à la fois des accès à la colère, des comportements d'opposition chez leurs enfants et des changements dans leurs habitudes. Enfin, moins que la moitié (47,06) des mamans de l'enquête remarquent que leurs enfants sont agités. Nous remarquons également que dans 58,82% des réponses, les mamans affirment que leurs enfants se livrent aux écrans afin de combattre l'ennui et le stress créés par le confinement sanitaire, tandis que 41,17% d'entre elles pensent tout simplement que leurs enfants adoptent le même comportement que celui de leurs parents, qui eux aussi, n'échappent pas à cette surexposition à l'écran.

Pour ce qui est des troubles physiques repérés chez les enfants par leurs mamans, celles-ci évoquent en premier lieu le problème de la sédentarité et de l'inactivité physique (82,35 %), suite à l'exposition excessive aux écrans (tablette, Smartphone) où les enfants se livrent uniquement à la vie virtuelle en maintenant la position assise ou allongée et en s'abstenant de toute activité physique. D'autre part, les troubles alimentaires apparaissent dans 64,70 % des réponses des mamans où il s'agit beaucoup plus de retarder l'heure du repas, manger vite pour regagner la tablette ou le Smartphone ou tout juste grignoter et passer à côté des repas principaux. S'ajoutent à cela, les troubles du sommeil (58,82 % des réponses) qui se conjuguent naturellement avec les heures prolongées de l'exposition aux écrans, de ce fait, l'enfant ne dort pas suffisamment et son sommeil se trouve perturbé. Un peu plus que la moitié des mamans enquêtées (52,94 %) témoignent avoir remarqué chez leurs enfants des plaintes somatiques notamment des maux de tête, comme elles constatent également chez eux une perte de poids.

Arrivant aux effets de la surexposition des enfants aux écrans sur leurs apprentissages et leur aspect cognitif –et ceci toujours durant la période du confinement sanitaire- les mamans affirment d'abord dans 94,12 % de leurs réponses, que leurs enfants se focalisent sur les jeux, et éprouvent un désintérêt pour les études dans 88,23% des réponses. Dans le même ordre d'importance, 82,35 % des réponses avancent que les mêmes enfants éprouvent un désintérêt total pour la lecture, tandis que 64,70 % des mamans soulignent que leurs enfants sont complètement désintéressés des cours mis en ligne par le ministère de l'éducation nationale lors du confinement sanitaire et la suspension de l'enseignement présentiel. Ceci est renforcé par le fait que 58,82 % des mamans remarquent que leurs enfants ont perdu certains pré-requis scolaires et qu'ils font preuve de troubles de l'attention, malgré que la majorité de ces enfants (64,7%) avait de bons résultats scolaires.

Au final, en observant les données du tableau représentatif des troubles interactionnels inhérente à l'utilisation abusive des écrans par les enfants, ceux-ci sont renvoyés par les sujets de l'enquête à l'isolement et au retrait au premier rang, avec un taux de 70,59 % des réponses. En revanche, 58,82 % de ces sujets, témoignent d'une régression de la communication observée chez leurs enfants, avec les membres de la famille, ce qui explique une affinité avérée pour les interactions virtuelles.

Pour passer à la discussion de tous ces résultats et en réponse à nos questionnements de départ, notre enquête visait à traiter de l'impact de l'utilisation abusive des écrans par les enfants d'âge scolaire, sur leurs comportements, leur santé physique, leurs apprentissages ainsi que leurs interactions sociales, et ceci en contexte de la pandémie de Covid-19. En effet

nous nous sommes penchés sur les enfants âgés entre 6 et 12 ans rappelons-le, afin d'inclure l'effet de la suspension des cours lors du confinement sanitaire survenu après la propagation de la Covid-19, et l'arrêt de toutes les activités physiques ou sociales exercées auparavant par ces enfants. Aussi, il est primordial de mentionner que les mamans concernées par les entretiens de notre enquête, étaient elles également confinées à la maison avec leurs enfants, elles pouvaient donc les observer inévitablement de très près.

Notons en premier lieu que le confinement que nous avons défini au préalable dans notre introduction, constitue en lui-même pour Cyrulnik « une immense agression psychique » (Cyrulnik b, 2021), c'est-à-dire que certains individus qu'ils soient enfants ou adultes, pourraient développer des symptômes ou des comportements inadéquats suite au contexte de vie et à l'isolement social qu'impose la situation de confinement. Chacun d'entre eux, se trouve dans l'obligation de confronter cette situation selon ses propres moyens voire ses propres défenses. Sur ce, les mamans enquêtées avancent à propos de leurs enfants qu'ils ont trouvé refuge dans l'écran (tablette ou Smartphone) afin de combattre l'ennui et le stress causés par le confinement sanitaire. D'ailleurs la majorité de ces mamans ne s'attardent pas à révéler que leurs enfants adoptent le même moyen que leurs parents, qui pourraient eux aussi être branchés à leurs écrans, à des moments de la journée ou de la nuit, en même temps que leurs enfants. Mais ceci ne les empêche pas de marquer les effets négatifs de l'exposition accrue de leurs enfants aux écrans durant cette période de confinement, car nous pensons que les parents, même s'ils adoptent le même comportement que leurs enfants ; ils sont quand même capables de se contrôler tandis que les enfants en général en tant qu'individus en plein développement, ont besoin d'être encadré par l'adulte. Dans cette optique, Cyrulnik affirme que « l'enfant ne doit pas accéder à internet avant 9 ans, et même après cet âge il a besoin d'être encadré » (Cyrulnik c, 2018). Mais certains chercheurs ont essayé d'interpréter le processus psychique intervenant dans la relation de l'individu aux écrans, citons à titre d'exemple Tisseron et Tordo qui expliquent : « Tout d'abord, tout se passe comme si les images compensaient leur incapacité à nous contenir en réalité par l'offre qu'elles nous font de nous y projeter en pensée. A défaut d'y entrer physiquement, nous y entrons psychiquement. Cela porte un nom dont il est beaucoup question aujourd'hui autour des jeux vidéo, et plus encore de la réalité virtuelle : l'immersion » (2017, p.19).

Afin de mieux saisir la relation de l'enfant avec cette réalité virtuelle, notre lecture des différentes catégories se rattachant à la dimension « troubles du comportement », montre que la majorité des enfants en raison de leur exposition excessive à l'écran et la connexion abusive à internet lors du confinement sanitaire, sont devenus sur le plan comportemental agressif et font recours même à la violence verbale, qu'ils étaient irritables et avaient également des accès de colère. Ces enfants étaient agités et oppositionnels vis-à-vis de leurs parents. Tout cela explique les changements dans leurs habitudes

Au- de-là de ces troubles, si on évoque le problème de la surexposition aux écrans, nous constatons déjà que la moyenne du temps passé par les enfants de notre enquête devant les écrans est de 10,06 heures par jour, un temps qui n'est pas du tout négligeable voire inquiétant en matière d'effets néfastes sur leur santé psychique et physique. Cette utilisation accrue de l'écran est parfois rattachée à sa propre définition citons Poissant et Tremblay qui le conçoivent comme « un objet qui conditionne notre regard pour nous faire oublier qu'on le regarde » (2011, p. 347). Ceci dit, les mamans soulignent que sur le plan physique, leurs enfants étaient sédentaires et complètement inactifs car, collés à leurs écrans et absorbés par leur contenu attractif durant des heures prolongées, ils ne sont pas tentés par d'autres occupations pouvant les mettre en mouvement physique. Ceci peut engendrer les troubles alimentaires évoqués par les mamans où il s'agit évidemment de tout juste grignoter et passer à côté des repas consistants afin de ne pas se déconnecter de la vie virtuelle. D'autre part, le manque de sommeil en plus de ces troubles alimentaires, pourrait justifier la perte de poids relevée par la plupart des mamans de notre enquête chez leurs enfants. Notons que ceux-ci se plaignent aussi de maux de tête que ces mêmes mamans lient directement à l'exposition prolongée de l'enfant à l'écran. Ces résultats vont dans le même sens que les propos de Bach

et al, quand ils évoquent les répercussions néfastes de la surexposition des enfants d'âge scolaire aux écrans : « une pratique excessive des écrans à cet âge a des effets négatifs : manque d'activités physiques et sociales, de sommeil, risque accru de troubles ultérieurs de la vision » (2013, p.24).

Ce qui retient encore notre attention lors des propos des mamans, c'est que leurs enfants posaient certains problèmes d'allure cognitive et d'autres problèmes dans les apprentissages, mais qu'elles jugent inhérents au mésusage de l'écran en tenant toujours compte de la situation du confinement sanitaire. Pour presque l'ensemble des mamans interviewées, leurs enfants focalisaient durant cette période sur les jeux en ligne et n'éprouvent aucun intérêt pour les études là où l'école faisait lacune suite au confinement et à la suspension des cours, même si le ministère de l'éducation nationale a essayé de trouver des solutions pour mener les programmes scolaires à leur terme et assurer l'acquisition du maximum de compétences scolaires en mettant des cours en ligne, les élèves ne s'y intéressaient encore guère. La place du livre comme le sous entend les mamans, a été cédée à la connexion à internet, ce qui explique naturellement la perte de certains pré-requis scolaires existant avant le confinement, quoique la majorité ait de bons résultats. Les troubles de concentration et d'attention sont apparus dans la plupart des cas d'enfants abusant des écrans. Nous rejoignons ainsi par ces résultats, ce qui a été démontré par les recherches récentes et qui a été rapporté par le neuroscientifique Kardara comme suit : « un nombre croissant de recherches cliniques font le lien entre les écrans et des perturbations psychiatriques telles que les troubles du déficit de l'attention, l'hyperactivité, l'addiction, l'angoisse, les comportements agressifs et même les psychoses. Plus choquant encore, des études récentes d'imagerie cérébrale démontrent sans l'ombre d'un doute qu'une exposition excessive aux écrans peut endommager les neurones d'un enfant en plein développement de la même façon qu'une addiction à la cocaïne » (2019, p.2). Cet auteur nous renvoie alors aux risques et aux dangers du mésusage de l'écran par les enfants, du point de vue neuropsychiatrique, ces risques peuvent aller du trouble comportemental isolé jusqu'aux troubles psychiatriques avérés.

Au final, en ce qui a trait à la dimension consacrée aux troubles interactionnels, nous constatons que la plupart des mamans ont décrit leurs enfants, suite à l'utilisation excessive des écrans (tablette, Smartphone) pendant le confinement, comme enfants vivant l'isolement et le retrait par rapport aux autres membres de la famille. Ce qui va évidemment avec la réduction de la communication de l'enfant avec ses parents, ses frères et sœurs et justifie sa grande affinité pour les interactions virtuelles. Dans ce contexte Cyrulnik résume les effets négatifs de la surexposition de l'enfant à l'écran comme suit : « un Smartphone ou un écran n'établit pas d'interactions, s'il y'a trop d'écran, l'enfant a un trouble de l'empathie et va être soumis à ses pulsions, le plaisir ou la violence agressive » (Cyrulnik c, 2018).

#### **4. Conclusion:**

Nous pouvons dire en guise de conclusion, que le confinement sanitaire imposé lors de la propagation de la pandémie de Covid-19, avec la suspension des cours et de toute activité sociale, a poussé les enfants d'âge scolaire à adopter des comportements inadéquats pour y faire face. Envahis par l'ennui et le stress, ils se sont alors retournés vers l'utilisation excessive des écrans (tablette, Smartphone) comme seul moyen de combattre le vécu pénible du confinement. Mais cette surconsommation, a malheureusement engendré chez ces enfants – d'après leurs mamans - des troubles à la fois comportementaux, physiques, cognitifs et interactionnels. Pour échapper à ces dérives, Cyrulnik, en menant une réflexion sur les incidences du confinement selon l'âge, confirme la difficulté de vivre l'isolement mais il souligne la nécessité d'expliquer aux enfants le danger du virus et les solutions possibles dont le confinement. Pour lui, il est impératif de mettre les mots sur ce qui se passe et ne jamais livrer l'enfant à l'ambiguïté. En revanche et dans le même ordre d'idées, notre chercheur propose trois mots clés pour affronter le confinement sans qu'il y est des répercussions négatives sur la santé physique et mentale de l'individu : il désigne en premier lieu l'action qui se représente dans le besoin d'avoir un minimum d'activités physiques ; en seconde position vient l'affection qui est un vrai tranquillisant et qui réside dans l'attachement avec un

familier sécurisant ; le troisième moyen d'affronter le confinement c'est la réflexion, en comprenant ce qui nous arrive et en sachant comment s'en sortir (Cyrulnik d, 2020).

Outre ces recommandations, nous pensons qu'il est souhaitable voire nécessaire de prendre en charge les enfants en utilisation abusive de l'écran, et ceci après le confinement et la reprise de la scolarité et les tâches habituelles, afin de retracer un cadre meilleur d'utilisation des écrans et songer à redresser les anomalies observées en cette période. Nous suggérons dans cette perspective qu'un véritable partenariat devrait s'installer entre l'école et les parents pour que l'enfant puisse tirer le meilleur profit de ces outils numériques et le protéger contre leur mésusage. Cet objectif ne pourra se réaliser que si les deux partenaires entreprennent une sensibilisation de l'enfant sur les risques pour sa santé psychique et physique et l'éducation de celui-ci au bon usage des écrans, en l'incitant à réduire le temps passé et en contrôlant le contenu consulté afin de passer à une utilisation raisonnée et éviter la dépendance pathologique. Aussi, on devrait songer à éduquer l'enfant à savoir alterner entre la culture du livre et la culture numérique, et veiller à combler ses besoins développementaux quelque soit le contexte. La pandémie de Covid-19, même si elle impose un vécu pénible avec le confinement sanitaire, celui-ci devrait être transformé en une opportunité féconde de vie.

### Referrals and references:

- Bach, J-F. et al (2013). *L'enfant et les écrans : un avis de l'académie des sciences*. Paris, France : Ed Le pommier.
- Cyrulnik a (2020, 6 mai). *Vivre le confinement : entrevue avec Boris Cyrulnik*. [vidéo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=wHXec-J60ZE>.
- Cyrulnik b (2021, 17 janvier). *Boris Cyrulnik : « le confinement est une immense agression psychique »*. [vidéo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=HUTqyR2XN-A>
- Cyrulnik c (2018, 20 juin). *Boris Cyrulnik dans la tête de nos enfants*. [vidéo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=3dHpdIFz0HQ>
- Cyrulnik d (2020, 24 avril). *le confinement selon Boris Cyrulnik*. [vidéo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=XRmiz4BphKE>
- Hampartzoumian, S. (2005). *Réussir sa licence de sociologie. France : Studyrama*.
- Haut conseil de la santé publique. (2020). *Effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans*. Repéré à [file:///C:/Users/PC/Downloads/hcspa20191212\\_effedelexpodesenfaetdesjeunauxcr%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/PC/Downloads/hcspa20191212_effedelexpodesenfaetdesjeunauxcr%20(1).pdf), consulté le 10/06/2021.
- Institut national de santé publique du Québec (2020). *L'utilisation des écrans en contexte de pandémie de COVID-19 – quelques pistes d'encadrement*. Repéré à
- Kardaras, N. (2019). *Hypnotisés : Les effets des écrans sur le cerveau des enfants*. Paris, France : Ed Desclée de Brouwer.
- La synthèse du Web (@ Janvier 2020). *Tout savoir sur ... le coronavirus COVID-19*.
- Paillé, P. et Muccheilli, A. (2021). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales (2<sup>e</sup> ed)*. Paris, France : Ed Armand Colin.
- Poissant, L. et Tremblay, P. (2008). *Prolifération des écrans*. Québec, Canada : Ed presses de l'université du Québec.
- Saluzzo, J-F., Vidal, P. et Gonzalez, J-P. (2004). *Les virus émergent*. Paris, France : Ed IRD.
- Tisseron, S. et Tordo, F. (2017). *L'enfant, les robots et les écrans : Nouvelles médiations thérapeutiques*. Paris, France : Ed Dunod.

### Annexe des tableaux et figures graphiques :

**Tableau (1) : Récapitulatif des caractéristiques de l'échantillon de l'enquête**

N°	Age de la mère	Profession de la mère	Enfant		Résultats scolaires	La moyenne du temps d'écran (H/J)
			sexe	âge		
1	29 ans	Sans	Fille	7 ans	Bons	9h
2	31 ans	Sans	Fille	6 ans	Bons	8h

3	32 ans	Secrétaire	Garçon	6 ans	Moyens	7h
4	34 ans	Cadre moyen	Garçon	8 ans	Médiocres	11h
5	34 ans	Cadre moyen	Garçon	10 ans	Bons	12h
6	35 ans	Sans	Fille	8 ans	Bons	9h
7	36 ans	Cadre moyen	Garçon	11 ans	Moyens	11h
8	37 ans	Enseignante	Garçon	6 ans	Moyens	8h
9	39 ans	Sans	Fille	7 ans	Médiocres	8h
10	40 ans	Enseignante	Fille	9 ans	Bons	9h
11	41 ans	Secrétaire	Garçon	10 ans	Bons	7h
12	43 ans	Médecin	Garçon	12 ans	Bons	13h
13	44 ans	Sans	Fille	11 ans	Bons	12h
14	48 ans	Médecin	Garçon	12 ans	Bons	10h
15	49 ans	Enseignante	Garçon	11 ans	Bons	13h
16	51 ans	Sans	Fille	12 ans	Moyens	10h
17	53 ans	Sans	Garçon	12 ans	Bons	14h

**Tableau (2) : Troubles du comportement**

Dimension	catégories	Fréquences	%
Troubles du comportement	Agressivité	13	76,47
	Violence verbale	11	64,70
	Accès à la colère et irritabilité	9	52,94
	Attitudes d'opposition	9	52,94
	Changement d'habitudes	9	52,94
	Agitation	8	47,06
	Combattre l'ennui et le stress du confinement	10	58,82
	Adopter le même comportement que celui des parents	7	41,17

**Tableau (3) : Troubles physiques**

Dimension	Catégories	Fréquence	%
Troubles physiques	Sédentarité et inactivité physique	14	82,35
	Troubles alimentaires	11	64,70
	Troubles du sommeil	10	58,82
	Maux de tête	9	52,94

Perte de poids	9	52,94
----------------	---	-------

**Tableau (4) : Apprentissage et aspect cognitif**

Dimension	Catégories	Fréquence	%
Apprentissage	Focalisation sur les jeux en ligne	16	94,12
	Désintérêt pour les études	15	88,23
	Désintérêt pour la lecture	14	82,35
	Désintérêt pour les cours mis en ligne durant le confinement	11	64,70
	Perte de certains pré-requis scolaires	10	58,82
	Troubles de l'attention et de la concentration	10	58,82

**Tableau (5) : Troubles interactionnels.**

Dimension	Catégories	Fréquence	%
Troubles interactionnels	Retrait/ Isolement	12	70,59
	Régression de la communication avec les membres de la famille	10	58,82
	Affinité pour les interactions virtuelles	10	58,82