

## Résumé d' l'intervention de Marie Claude Bossière, pédopsychiatre pendant la journée CoSE du 24 Septembre 22

Et bien, c'est tout ce qui participe de l'interaction : l'échange par le regard, la construction du langage, le holding (la façon dont le bébé est tenu)... Un enfant ne peut se construire qu'au travers de la relation, « un enfant seul, ça n'existe pas », selon la phrase célèbre de D.W.Winnicott, pédiatre et psychanalyste anglais.

- le regard : Les bébés, même s'ils ne voient ni nettement, ni très loin à la naissance, ont tout de suite une attirance innée pour les visages et savent différencier très tôt un visage joyeux ou triste, ils construisent leurs émotions dans le miroir que représente le visage de l'adulte : alors si son parent est déconnecté de l'interaction parce qu'il regarde son smartphone, le bébé ne peut plus rien lire dans les yeux de son parent, il est perdu.
- Les jeunes enfants ont comme nous une attirance pour les lumières et les sons, cela fait partie des compétences préhistoriques des humains, et cette attirance est d'autant plus forte que les sons ou les images varient rapidement et ne permettent pas de s'en détacher par habitude, c'est à dire ne permettent pas aux bébés de préserver leur attention et leur repos.
- C'est dans des échanges précoces qui peuvent paraître sans importance que se prépare pourtant le langage ; en effet, le langage n'arrive pas miraculeusement dans la vie du bébé, il se développe bien avant l'apparition des premiers mots. Quand le bébé a satisfait sa faim, il est éveillé, attentif, il réagit au regard et aux mots de ses parents ; c'est d'ailleurs à ces moments-là, que, sans en être toujours conscients, les adultes adaptent leurs façons de parler au bébé, prennent une voix plus aiguë, font des phrases courtes, s'arrêtent, recommencent plus lentement ou plus vite en fonction de l'état d'éveil du bébé. Les échanges lors de l'allaitement ou de la prise de biberon sont le lieu et le moment d'échanges très intenses et parfaitement synchronisés entre le bébé et son parent. Par exemple, les écarts entre vocalises des bébés et les réponses de l'adulte sont très codifiées, et l'adulte adapte de façon très précise sa réponse à la capacité d'attention, ou au contraire de fatigue, ou de sur-stimulation du bébé. Tout cela construit les pré-requis du langage, il y a des temps de silence, comme si le parent attendait la réponse du bébé : c'est comme ça que le bébé est installé dans le langage.
- Mais si le parent est capté par son smartphone, le bébé n'est pas installé dans le langage. La déconnexion du parent, lorsqu'il regarde son SP est perçue par le bébé comme quelque chose d'énigmatique, une absence incompréhensible d'autant qu'elle fait rupture avec l'intensité interactive antérieure. Le parent n'a plus la même attention, son visage devient a-réactif, son tonus change, le bébé perçoit tout cela sans avoir les outils pour le comprendre. Ce sont donc des perturbations très précoces et répétées, que les parents font vivre à leurs jeunes enfants, sans vouloir mal faire évidemment. Mais ils ne savent pas toujours l'importance fondamentale qu'ils ont dans le développement de leur enfant. Ils pensent souvent que ce sont les mots et les chansons entendus sur Youtube qui alimentent le bébé : c'est faux !
- Les enfants n'apprennent pas de langue étrangère avec les écrans, les mots étrangers n'ont pas de sens pour les petits s'ils ne sont pas répétés et repris par des humains. On ne peut certainement pas parler d'interactivité des tablettes ! les tablettes ne sont pas interactives contrairement à ce qu'on lit souvent, ceux qui parlent d'interaction ne savent pas ce que sont ces échanges extrêmement subtils entre parent et enfant.

- Devant une application, un dessin animé, le bébé n'est évidemment pas capable de choisir de regarder ou pas, pas plus que le jeune enfant, il est captif. Et s'il est capté par un programme, on peut parler de vigilance, mais pas d'attention choisie, pas d'attention profonde nécessaire aux apprentissages.

- Le numérique distrait les adultes sans conséquences trop graves pour eux, ce n'est pas le cas pour de jeunes enfants qui ne sont pas des adultes en miniature et ont bien d'autres besoins. Précisons ces choses très importantes : il faut lutter contre la confusion qui règne quand on parle des effets des écrans : ne pas confondre un enfant de moins de 3 ans avec un enfant de 6 à 11 ans, ni avec un ado, ni avec un adulte : chaque âge a ses possibilités, ses impossibilités, ses risques.

Ma mobilisation de pédopsychiatre s'est construite à partir des constats que j'ai pu faire, comme de nombreux autres cliniciens, concernant les effets de la surexposition des jeunes enfants aux écrans, le syndrome EPEE ( Exposition Précoce et Excessive aux Ecrans) : des enfants jeunes qui ne répondent pas à l'appel de leur nom, semblent « dans leur bulle », sans langage ou avec un pseudo langage consistant en récitations de chiffres et couleurs en anglais, une absence de jeu, des difficultés motrices, et un intérêt quasi-exclusif pour les écrans. Ce qui m'a mobilisée, c'est l'amélioration rapide et souvent spectaculaire de ces symptômes quand la famille arrive à remplacer les écrans par des interactions avec eux, des jeux, des mots et des sorties : c'est toujours très impressionnant et chargé d'émotions!

La présence d'un smartphone, ou d'un ordinateur, ou d'une TV qui capte l'attention de l'adulte attaque tout ce qui fait les besoins fondamentaux d'une jeune enfant : la sécurité, la fiabilité, la permanence et surtout l'attention d'un adulte. Rappelons qu'aucune étude ne vient démontrer le moindre effet positif d'un écran chez le jeune enfant : l'OMS préconise même le moins d'écran possible avant 5 ans !

Alors, pourquoi les écrans sont-ils omniprésents dès le plus jeune âge, dès la maternité, puis à la maison ?

D'abord, reconnaissons que ce sont des objets addictifs, chaque adulte ici présent sent qu'il passe parfois trop de temps sur son écran, d'autant que cela est de plus en plus prescrit par les services, y compris publics : rien ne devient possible sans le passage par l'écran.

Les raisons invoquées sont la fatigue, l'isolement, la conviction que les écrans vont être bons pour le développement, que les enfants vont apprendre des langues étrangères et chanter les chansons mieux que les parents eux-mêmes... On peut rajouter à ces facteurs individuels des éléments économiques, au regard des sommes colossales que les GAFAM veulent continuer à engranger grâce à la publicité et les contenus addictogènes de leurs algorithmes, des questions politiques du côté d'une dévalorisation du soin à l'enfance et d'une absence de volonté de régulation, philosophiques au regard de la question du numérique dans la construction individuelle et collective, sociologiques quant à la place des smartphones dans les familles isolées et précarisées.

En conclusion, on peut rajouter à ces facteurs individuels mais largement partagés:

- des éléments économiques, au regard des sommes colossales que les GAFAM veulent continuer à engranger grâce à la publicité et les contenus addictogènes de leurs algorithmes,

- des questions politiques du côté d'une dévalorisation du soin à l'enfance et d'une absence de volonté de régulation,
- philosophiques au regard de la question du numérique dans la construction individuelle et collective,
- sociologiques quant à la place des smartphones dans les familles isolées et précarisées.

Tous ces éléments nécessitent réflexion, mais pendant ce temps, le plus important est d'abord de protéger nos enfants et notre avenir : pas d'écrans avant 3 ans !