

Apprivoiser les écrans et grandir



3 - 6 - 9 - 12



Avant 3 ans

L'enfant a besoin de construire ses repères spatiaux et temporels

De 3 à 6 ans

L'enfant a besoin de découvrir toutes ses possibilités sensorielles et manuelles

De 6 à 9 ans

L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social

De 9 à 12 ans

L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde

Après 12 ans

L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux

Pas de TV avant **3** ans

Pas de console de jeu personnelle avant **6** ans

Internet après **9** ans

Les réseaux sociaux après **12** ans

“ J'ai imaginé les repères « 3-6-9-12 » comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues. ”
Serge Tisseron
www.sergetisseron.com



**À tout âge, limitons les écrans,
choisissons les programmes, invitons
les enfants à parler de ce qu'ils ont vu ou fait,
encourageons leurs créations.**



3 - 6 - 9 - 12, des écrans adaptés à chaque âge

Avant 3 ans

Préférons les jeux traditionnels et les histoires qu'on raconte à la télévision et aux DVD.

Un enfant qui semble s'ennuyer imagine souvent ses prochains jeux.

Si nous avons une tablette tactile, privilégions le jeu partagé avec l'enfant, sans autre but que de jouer ensemble.

De 3 à 6 ans

Etablissons des règles claires sur le temps d'écrans et respectons les âges indiqués pour les programmes.

Mettons la télévision et l'ordinateur dans une pièce commune.

Préférons les jeux vidéo qu'on joue à plusieurs à ceux qu'on joue seul.

De 6 à 9 ans

Etablissons des règles claires sur le temps d'écrans et respectons les âges indiqués pour les programmes.

Mettons la télévision et l'ordinateur dans une pièce commune.

Paramétrons la console de jeu du salon.

Prenons le temps de parler du droit à l'intimité et du droit à l'image de chacun.

De 9 à 12 ans

Internet est un droit, accompagné ou seul.

Rappelons que :

1. Tout ce que l'on y met peut tomber dans le domaine public ;
2. Tout ce que l'on y met y restera éternellement ;
3. Il ne faut pas croire tout ce que l'on y trouve.

Déterminons avec notre enfant l'âge à partir duquel il aura son téléphone mobile.

Continuons à établir des règles claires sur le temps d'écrans.

Après 12 ans

Notre enfant « surfe » seul sur la toile, mais convenons d'horaires à respecter.

Evitons une connexion nocturne à Internet depuis sa chambre.

Apprenons à couper le WIFI, notamment la nuit.

Parlons du téléchargement, des plagiats, de la pornographie et du harcèlement.

Refusons d'être son « ami » sur Facebook.

Diffusons cette affiche partout où elle invitera à en parler.

Nous ne modifierons notre relation aux écrans que tous ensemble.

