

# Ecrans en famille

Et si on s'intéressait à la « technoférence » ?



**CPTS**  
Cœur de Savoie

# On pourrait parler des écrans pour nos enfants...

- 📱 Les contenus...
- 📱 Le temps d'écran...
- 📱 L'utilisation accompagnée...
- 📱 Les moments d'utilisation...
- 📱 Le contrôle parental...
- 📱 L'apprentissage d'une utilisation sécurisée (intimité, esprit critique)...



📱 Et si on parlait plutôt de l'utilisation de **NOS** écrans avec nos enfants ?



# La « technoférence » Qu'est-ce que c'est ?

- 📱 McDaniel (2012) a évoqué le terme de « technoférence » pour désigner les intrusions et perturbations quotidiennes au sein des échanges interpersonnels en raison de la technologie
- 📱 Plus simplement, c'est l'utilisation par les parents des outils numériques en présence de leurs enfants
- 📱 « microruptures relationnelles »



CPTS  
Cœur de Savoie

# Uniquement dans la relation parent-enfant ? Pas du tout !

- 📱 Etude initialement dans le couple (Mc Daniel 2012) : plus de conflits et une moindre satisfaction dans la relation amoureuse
- 📱 Le « pubbing » (contraction de « phone snubbing », soit de téléphone et de snober) qui consiste à accorder plus d'attention à son téléphone qu'à la personne avec qui on est



# Conséquences documentées sur la relation parent-enfant



- 📱 Interactions de moins bonne qualité
- 📱 Paradoxe de la présence-absence : le parent est physiquement présent mais partiellement indisponible
- 📱 Parent moins attentifs à l'enfant
- 📱 Parent moins sensible (capacité du parent à percevoir les signaux verbaux ou non verbaux émis par l'enfant, et les interpréter avec justesse)
- 📱 Le parent fait davantage preuve de sévérité envers l'enfant

📱 *Arnaudeau, S., Hofer, C., & Danet, M. (2024). La technoférence parentale : Revue de littérature des liens avec la qualité de la parentalité et le développement socioémotionnel du jeune enfant*

📱 *Écran et technoférence chez le bébé de 6 à 12 mois, [Emmanuel Devouche](#), [Françoise Morange-Majoux](#), [Maëlle Lebouc](#)*



# Conséquences documentées sur l'enfant pendant l'utilisation parentale

- 📱 Effets négatifs sur les affects
- 📱 Dysrégulation émotionnelle
- 📱 Problèmes de comportement de l'enfant externalisé (s'agite, se met en colère) ou internalisé (pleurniche, fait la tête...)
- 📱 *Arnaudeau, S., Hofer, C., & Danet, M. (2024). La technoférence parentale : Revue de littérature des liens avec la qualité de la parentalité et le développement socioémotionnel du jeune enfant*
- 📱 *Marie Danet, Claire Hofer. Liens entre technoférence parentale et comportements socio-émotionnels des enfants d'âge scolaire : la place de la dysrégulation émotionnelle. A.N.A.E. Approche neuropsychologique des apprentissages chez l'enfant, 2024, 191, pp.367-376.*



# Conséquences évoquées sur le développement de l'enfant

- 📺 Altération du développement socioémotionnel du jeune enfant
- 📺 Retentissement sur le langage
- 📺 Troubles attentionnels
- 📺 Manque de concentration
- 📺 Baisse de l'empathie



**CPTS**  
Cœur de Savoie

# Comment éviter la technoférence ?

- 📱 Prendre conscience de notre propre utilisation des écrans
- 📱 **Reconnecter avec les temps morts** : accepter quelques minutes de libre sans smartphone dans les transports en commun, dans une file à l'épicerie ou dans une salle d'attente... surtout si notre enfant nous accompagne.
- 📱 Des temps sans interruption en famille ?



**CPTS**  
Cœur de Savoie