

L'usage des écrans au sein des familles

Travail de bachelor effectué dans le cadre de la formation à la Haute École de Travail Social de Genève

Mélanie ISCHER, PT22, éducation
Elisa FAZLIU, PT22, éducation
Olga CHAVES GONCALVES, PT22, éducation

Sous la direction de Laurence BACHMANN

Genève, 24 janvier 2025

Les opinions émises dans ce travail n'engagent que leur.s auteur.es

Résumé

Dans notre travail de recherche, nous nous intéressons à l'utilisation des écrans chez les enfants de 0 à 3 ans au sein des familles. L'objectif est de comprendre comment ces écrans sont intégrés dans leur quotidien et de déterminer si cela varie selon leur classe sociale. Pour ce faire, nous avons mené une recherche en réalisant des entretiens semi-directifs auprès de six familles préalablement sélectionnées selon des critères que nous avons définis, notamment leur appartenance à une classe sociale. Parmi ces familles, trois appartiennent aux classes populaires et trois aux classes moyennes. Les familles ont été contactées, en partie, dans une institution sociale et dans notre entourage.

Toutefois, au cours de notre travail, cette approche s'est avérée limitée. Bien que les catégories sociales soient pertinentes pour analyser des dynamiques globales, elles sont difficiles à appliquer sur le terrain sans risque de stigmatisation. Nous avons donc choisi d'adopter une analyse basée sur les ressources familiales, ce qui est plus adapté pour refléter la diversité des situations.

Notre recherche a ainsi montré que les pratiques numériques des familles semblent davantage influencées par leurs ressources spécifiques que par leur appartenance sociale. Nos résultats mettent également en lumière que les pratiques numériques des parents sont influencées par leur capital culturel, ce qui engendre des inégalités dans la gestion de l'usage des écrans. Par ailleurs, cette thématique est fortement marquée par des influences liées au genre. Les parents se retrouvent face à un dilemme entre l'utilité des écrans et leurs préoccupations éducatives, la gestion de cette question étant fréquemment assumée par les mères.

Remerciements

Nous souhaitons tout d'abord remercier notre directrice de travail de bachelor Laurence Bachmann pour sa patience, sa bienveillance, sa disponibilité et son écoute tout au long de la réalisation de notre travail. Nous remercions également Anne Perriard pour ses précieux conseils et ses échanges enrichissants autour de notre thématique.

Nous remercions d'avance nos jurys, Tamara Bommarito et Emmanuelle Monnier, pour avoir accepté d'être présentes lors de notre soutenance ainsi que pour l'intérêt qu'elles portent à notre travail.

Un immense merci aux familles qui ont généreusement accepté de participer à notre recherche et qui ont contribué activement à la récolte de données. Leur implication a été essentielle pour la concrétisation de ce travail. Nous adressons une pensée particulière à ces familles qui nous ont fait confiance et qui ont choisi de partager une partie de leur quotidien en témoignant à travers les entretiens.

Enfin, nous nous remercions mutuellement pour la collaboration, le soutien et l'amitié qui ont marqué cette aventure. Ces liens nous ont permis de surmonter les moments de doute et de mener à bien cette expérience enrichissante.

Table des matières

Résumé	2
Remerciements	3
1. INTRODUCTION	6
1.1 Thématique de recherche.....	6
1.2 Motivations.....	6
1.3 Objectifs, questions de recherche et hypothèses	7
1.4 Problématique et outils théoriques	8
1.4.1 <i>L'arrivée des écrans dans les familles</i>	8
1.4.2 <i>Écrans : les aspects positifs</i>	9
1.4.3 <i>Écrans : les conséquences sur le développement de l'enfant.....</i>	10
1.4.4 <i>Les classes sociales : le capital culturel et économique</i>	13
1.4.5 <i>Un usage différent des écrans suivant les classes sociales.....</i>	14
1.4.6 <i>Une responsabilité genrée au sein des familles.....</i>	15
1.5 Méthodologie	17
1.5.1 <i>Comprendre les pratiques familiales liées aux écrans au-delà des classes sociales</i>	19
2. ANALYSE	21
2.1 Les dilemmes des écrans : décalage entre les aspirations et les pratiques, ainsi que les tensions que cela génère	21
2.1.1 <i>Les dilemmes quotidiens des parents.....</i>	21
2.1.2 <i>Des parents surchargés peu disponibles pour leur enfant</i>	22
2.2 L'utilisation des écrans chez les enfants : effets positifs et risques pour le développement	23
2.2.1 <i>L'expérience des familles dans la gestion des écrans</i>	23
2.2.2 <i>L'importance des activités ludiques et sans écran</i>	25
2.2.3 <i>Les écrans et l'adaptation à l'âge des enfants</i>	25
2.2.4 <i>L'utilisation des écrans par les parents.....</i>	26
2.3 Une répartition genrée des responsabilités liées à l'encadrement des écrans.....	27
2.4 Les classes populaires et moyennes et le capital culturel	30
2.4.1 <i>Influence de l'entourage sur la régulation des écrans.....</i>	30
2.4.2 <i>Capital culturel : la manière dont les connaissances des parents influencent leur approche vis-à-vis des écrans.</i>	31
2.5 Les inégalités d'outils sur la prévention des écrans.....	33
2.5.1 <i>Formation et sensibilité des professionnel-le-s de la santé et du social</i>	33
2.5.2 <i>Une variation selon la localité</i>	35
2.5.3 <i>Des parents seuls face à leurs recherches</i>	36

3. CONCLUSION	37
3.1 Résumé des éléments de l'analyse	37
3.2 Retour sur l'expérience du travail de bachelor.....	39
3.3 Limites de notre recherche	39
3.4 Ouverture sur notre travail.....	40
3.5 Pistes d'action pour les acteurs et actrices concerné·e·s	41
3.6 Apport pour le travail et la posture professionnelle.....	43
<i>3.6.1 Apport pour le travail social</i>	<i>43</i>
<i>3.6.2 Apport pour notre pratique professionnelle</i>	<i>44</i>
<i>3.6.3 Sur le plan personnel.....</i>	<i>45</i>
4. LISTE DE RÉFÉRENCES.....	46
5. ANNEXES.....	48
5.1 Annexe : Grille d'entretien	48
5.2 Annexe : Prospectus « Pro Juventute » de la commune.....	50

1. INTRODUCTION

1.1 Thématique de recherche

L'omniprésence des écrans dans notre société soulève d'importantes questions éducatives et éthiques, notamment en ce qui concerne leur impact sur le développement des jeunes enfants. Ces dernier·ère·s sont exposé·e·s aux écrans dès leur plus jeune âge, que ce soit à travers la télévision, les ordinateurs, les tablettes ou les smartphones. De plus, l'accès aux écrans et leur utilisation semblent varier en fonction du capital culturel et/ou économique des familles.

Ainsi, ce travail de bachelor (TB) s'intéresse à l'usage quotidien des écrans et à l'impact de ces derniers auprès des enfants de 0 à 3 ans issu·e·s de différentes classes sociales (populaires/moyennes).

1.2 Motivations

En ce qui concerne nos motivations, nous avons toutes les trois effectué une formation pratique dans le champ de l'enfance où nous avons été confrontées à une réalité des écrans qui occupent une place de plus en plus importante dans la vie des enfants. Bien que nous soyons nées à l'ère numérique, nous sommes conscientes des conséquences que cette omniprésence peut avoir sur le développement de ces jeunes enfants. En particulier par l'usage excessif des écrans qui peut, par exemple, nuire à leur concentration et réduire leurs interactions sociales.

Cependant, au-delà des risques, nous pensons tout de même que les écrans peuvent être un outil éducatif intéressant, lorsqu'ils sont utilisés avec l'accompagnement d'un·e adulte. C'est donc l'une des idées que nous souhaitons explorer dans notre travail de bachelor.

Ensuite, les cours sur le développement de l'enfant que nous avons suivis à la Haute école de travail social (HETS) ont non seulement renforcé nos connaissances théoriques, mais ils ont également nourri notre volonté d'approfondir ces connaissances. Ces enseignements nous ont permis d'explorer plus en détail les différentes étapes du développement cognitif, émotionnel et social des enfants, et de mieux comprendre les facteurs qui influencent leur croissance et leur bien-être. Nous avons aussi pris conscience de l'importance d'adopter une approche holistique et contextualisée pour

accompagner les enfants, en tenant compte de leurs besoins individuels, mais aussi des dynamiques familiales, sociales et culturelles qui les entourent.

Enfin, nous pensons que ce travail de bachelor nous sera utile dans notre future pratique professionnelle. En approfondissant notre compréhension des enjeux liés à l'usage des écrans chez les enfants, nous obtiendrons une vision plus claire des défis auxquels les familles peuvent être confrontées, ainsi que des ressources nécessaires pour les soutenir. Cette réflexion nous pousse à aller plus loin dans nos recherches, puisqu'elle nous permet de nous projeter dans des actions concrètes que nous pourrions mettre en place sur le terrain avec les familles et les enfants que nous accompagnerons.

1.3 Objectifs, questions de recherche et hypothèses

Afin d'avoir une recherche claire et précise, nous avons décidé de centrer notre question. Celle-ci est formulée comme suit : « Comment les familles des classes sociales populaires et moyennes utilisent — elles les écrans dans leur quotidien ? »

Dans cette optique, notre objectif est de comprendre les dynamiques familiales tout en analysant les effets de l'utilisation des écrans sur l'éducation et le développement des enfants.

Par ailleurs, nos hypothèses concernant l'utilisation des écrans dans les familles issues de ces deux classes sociales sont les suivantes :

1. Les familles disposant de ressources financières plus restreintes poussent souvent les parents à travailler davantage pour subvenir aux besoins du foyer. Ce manque de temps disponible auprès de leurs enfants peut conduire ces derniers à se tourner vers les écrans comme source de divertissement.
2. Le capital culturel joue un rôle important dans la limitation du cadrage des écrans, indépendamment du capital économique.
3. Plus un parent consacre de temps et d'accompagnement à l'utilisation des écrans avec son enfant, plus cet usage sera transformé en une activité positive. Dès lors, le taux de travail et le temps disponible des parents influencent leur accompagnement vis-à-vis des écrans.
4. Les mères portent tendanciellement une responsabilité morale et effective plus importante que les pères concernant la gestion des écrans, révélant ainsi un biais de genre.

1.4 Problématique et outils théoriques

Pour répondre à notre question de recherche, nous mobiliserons différentes notions et concepts que nous aborderons dans les prochains sous-titres. Nous adopterons une approche basée sur la sociologie de la famille, complétée par des connaissances sur le développement de l'enfant. Cela nous aidera à étudier l'impact des écrans et l'influence des classes sociales, du capital culturel et du genre sur les relations familiales.

Cette approche permettra de mieux comprendre comment les familles interagissent avec le numérique, en prenant en compte les aspects sociaux, économiques et culturels qui les influencent.

Nous souhaitons également comprendre la manière dont ces pratiques peuvent à leur tour influencer sur les normes de genre au sein du foyer, en les reproduisant ou en les remettant en question.

Enfin, nous porterons une attention particulière aux aspects positifs et négatifs des écrans afin de fournir une analyse équilibrée et nuancée. Cette démarche est essentielle pour comprendre les bénéfices que ces technologies peuvent apporter, comme l'accès à l'éducation, tout en identifiant les risques, tels que les effets sur le développement de l'enfant.

1.4.1 *L'arrivée des écrans dans les familles*

Dans un monde en constante évolution, l'arrivée des technologies numériques transforme les dynamiques familiales et éducatives. Les écrans s'imposent de plus en plus dans la vie quotidienne, des questions éducatives, éthiques et sociales émergent quant à leur impact et leurs conséquences sur le développement des enfants. Cette transformation numérique pose des enjeux complexes aux parents qui sont confrontés entre les avantages des écrans pour l'éducation de leurs enfants et les risques associés à une exposition excessive.

Afin d'appuyer cette réflexion, l'auteure Sophie Jehel (2021), chercheuse et professeure, démontre l'importance croissante de l'éducation numérique dès le plus jeune âge, tout en soulignant les pressions exercées sur les parents pour intégrer les technologies dans l'éducation de leurs enfants. Dans son article, elle explique que les pouvoirs publics voient dans le numérique un moyen d'améliorer l'accès à la connaissance et de faciliter cet accès pour les personnes en situation de précarité. Selon elle, les outils numériques offrent des alternatives aux ressources traditionnelles, souvent coûteuses ou

inaccessibles, permettant ainsi un accès élargi à des contenus éducatifs et culturels gratuits.

Jehel (2021) se concentre principalement sur les parents issus des milieux populaires, pour qui le numérique représente bien plus qu'un simple outil éducatif. Il est souvent perçu comme un moyen de pallier le manque d'accès à certains biens et services. Elle affirme que « ces inégalités peuvent rendre compte des difficultés particulières dans lesquelles certains parents des milieux populaires peuvent se trouver face à l'injonction d'éviter les écrans » (p.87).

Cette citation montre que, pour ces familles, l'accès au numérique devient une nécessité afin de compenser les inégalités d'accès aux ressources éducatives et culturelles, malgré les contraintes et les injonctions contradictoires auxquelles elles sont confrontées.

1.4.2 Écrans : les aspects positifs

Pour garantir une compréhension commune, nous avons décidé de préciser la signification des termes principaux utilisés dans notre travail.

Selon Larousse (s.d.), les écrans désignent un « appareil sur lequel sont affichés les caractères, les illustrations, les données ou les résultats d'opérations effectuées sur un matériel électronique ».

Ensuite, en ce qui concerne le terme « l'usage des écrans », d'après nous, il fait référence à la manière dont les gens utilisent les appareils numériques. Cela englobe plusieurs activités, telles que regarder une vidéo, utiliser les réseaux sociaux, naviguer sur internet et travailler sur des documents.

Concernant les aspects positifs, les chercheur·euse·s en psychologie Ava Guez et Franck Ramus (2019) mettent l'accent sur l'effet de l'exposition aux écrans sur le développement cognitif des enfants. Bien que plusieurs études aient montré que plus de temps devant les écrans est lié à des compétences cognitives moins bonnes chez les enfants, il est difficile de dire si cela en est vraiment la cause. Ces mêmes chercheur·euse·s précisent que :

En deuxième lieu, l'exposition aux écrans est un terme vaste recouvrant une large variété d'outils et d'utilisations différentes : s'il est possible que certains aient un effet délétère sur le développement cognitif, d'autres pourraient au contraire avoir le potentiel d'améliorer les capacités cognitives. (pp. 15-16)

Par ailleurs, il existe d'autres facteurs, tels que l'environnement familial, facteurs prénataux, ou des prédispositions génétiques, qui peuvent impacter le développement cognitif de l'enfant.

Les différents types d'écrans vus dans cet article, comme la télévision, les tablettes, les jeux vidéo et les ordinateurs, ont des conséquences différentes sur les capacités cognitives de l'enfant. À titre d'exemple, Guez et Ramus (2019) expliquent que la tablette semble avoir un effet positif par rapport à la télévision en raison de l'interactivité qu'elle permet. Les deux chercheur·e·s démontrent qu'il est important de ne pas tirer de conclusions trop rapidement sur l'utilisation des écrans par les enfants, puisque cela pourrait inquiéter et alarmer les parents sans raison :

Cette étude suggère qu'il existe bel et bien un effet délétère du temps passé devant les écrans sur le développement cognitif de l'enfant. Néanmoins, cet effet est très faible, sans doute trop faible pour justifier des recommandations alarmantes de santé publique. (p.18)

Cependant, Guez et Ramus (2019) reviennent sur l'idée que l'enfant, confronté à l'exposition des écrans pendant une longue durée chaque jour, manquera d'interaction sociale et verbale, ce qui est essentiel pour leur développement.

Dans un autre article écrit par les chercheur·euse·s Estelle Gillioz et al. (2022), ils·elles évoquent qu'il est effectivement très difficile d'étudier et de définir un lien entre l'exposition des enfants aux écrans et leur développement psychologique, quelles que soient les méthodes de mesure utilisées et les analyses statistiques effectuées. Les auteur·e·s précisent que les écrans peuvent parfois aider à l'apprentissage du langage, mais uniquement si les contenus diffusés sont éducatifs et adaptés à l'âge de l'enfant, et si les parents interagissent avec lui·elle pendant qu'il·elle regarde. Cependant, il est important de rester prudent, étant donné qu'il n'y a pas toujours de consensus sur ce qui est éducatif ou non.

1.4.3 Écrans : les conséquences sur le développement de l'enfant

Malgré le manque de preuves, il semble que l'exposition précoce aux écrans puisse avoir un impact négatif sur le développement de l'attention et des compétences linguistiques chez les enfants de 0 à 3 ans. Selon Gillioz et al. (2022), le temps passé devant ces écrans est considéré comme du temps volé aux différents processus

d'apprentissage, ce qui pourrait entraver le développement global de l'enfant. Le développement du langage, notamment, est un phénomène universel qui se produit lorsque les enfants interagissent avec leurs parents ou d'autres personnes. S'ils-elles passent trop de temps devant les écrans, cela peut affecter leur langage, à court terme et à long terme. Les enfants risquent de ne pas avoir assez d'interactions importantes pour développer leur langage.

Dans ce même article, il est également important de considérer que ce ne sont pas seulement les écrans auxquels les enfants sont directement exposé·e·s qui posent problème, mais aussi le temps que les parents passent sur ces appareils numériques. Cela peut entraver les interactions et avoir un impact sur le développement cognitif, linguistique et émotionnel des enfants. Lorsque les parents utilisent leur téléphone, ils sont moins présents pour leurs enfants. Cette absence d'attention peut affecter le sentiment de sécurité des enfants et altérer la relation parent-enfant. Il est donc nécessaire que les parents passent du temps avec leurs enfants, que ce soit en regardant la télévision ensemble ou en faisant d'autres activités. Cependant, il est fréquent que les parents utilisent la télévision ou d'autres appareils numériques pour occuper leurs enfants et leur permettre d'avoir un peu de temps pour eux-mêmes. Une des solutions serait d'encourager les parents à regarder la télévision avec leurs enfants, cela peut aider à réduire le temps que les enfants passent devant les écrans et atténuer la culpabilité des parents à ce sujet (Gillioz et al., 2022).

De plus, nous avons visionné une conférence à Genève avec comme porte-parole Edouard Gentaz (2023), un professeur de psychologie du développement. Selon lui, il est difficile d'effectuer des recherches sur ce sujet, étant donné que les technologies se développent très vite et produisent donc des désarrois entre les professionnel·le·s.

Lors de la conférence, il a abordé une étude appelée « elfe » qui a été effectuée en France sur 12 558 enfants de 1 à 4 ans. Les résultats de l'étude montrent que plus les enfants commencent tôt à regarder les écrans, plus ils ont de chance d'en regarder davantage par la suite. Par ailleurs, le temps d'écran est davantage élevé chez les familles ayant des origines immigrées et/ou un niveau d'étude de la mère qui est faible. L'étude sur le développement psychologique de l'enfant révèle que, en moyenne, le langage se développe à 2 ans, le raisonnement non verbal à 3 ans et demi, et le développement cognitif global se poursuit de 3 ans et demi à 5 ans et demi. Cependant, l'étude montre aussi que l'impact des écrans sur le développement cognitif diminue

considérablement lorsque les facteurs familiaux sont pris en compte, réduisant l'effet de 40 % à 80 %. Ce chiffre baisse encore de 10 % à 20 % lorsque les chercheur·euse·s considèrent également les autres activités des enfants.

En ce qui concerne les effets spécifiques de l'exposition aux écrans, l'étude met en évidence que chaque heure passée devant un écran équivaut à 0,5 point de QI en moins. Parmi les enfants de 2 ans, 2 % d'entre eux, et 3 % des enfants de 5 ans, dont l'exposition à l'écran atteint quatre heures par jour, voient leur QI baisser de 2 points. En outre, l'acquisition du langage oral est affectée chez 41 % des enfants de 2 ans qui regardent la télévision pendant les repas. Cette baisse équivaut à 1,5 point de QI en moins par rapport à ceux·celles qui ne la regardent pas.

Pendant cette conférence, le professeur a parlé d'une étude qui a été faite à Genève, en 2021, elle a été effectuée avant et après la covid-19 avec 500 enfants qui avait pour la majorité moins de 3 ans. Ils·elles étaient exposé·e·s aux écrans plus de six jours par semaine entre trente minutes et trois heures par jour. La covid-19 a donc augmenté l'usage des écrans et depuis la fin de la covid cela n'a pas diminué (Gentaz, 2023).

Concernant les bébés, toujours dans le cadre de la conférence, Cristina Bodarradori-Tolsa (2023), spécialiste en pédiatrie, explique que la création du lien d'attachement entre le parent et l'enfant est importante pour le développement socio-affectif de l'enfant. Le bébé utilise le sourire, les vocalises, les regards et les gestes pour être en lien et attirer l'attention de ses parents. C'est grâce à ces relations réciproques que les bébés vont apprendre à s'auto-réguler. L'expérience du « still face » a démontré que les bébés ont un besoin de synchronie dans les interactions avec leurs parents. Il est observé que lorsque la mère coupe l'interaction avec son enfant, le bébé déploie donc très rapidement toute stratégie pour renouer l'interaction, jusqu'à ce qu'il n'en puisse plus et qu'il finisse par pleurer. C'est pour cela que si l'écran est introduit dans l'interaction entre le parent et le bébé, cette interaction est coupée. Cela peut provoquer chez l'enfant des effets négatifs, notamment sur le développement du langage oral chez les moins de trois ans ainsi que sur la concentration et la régulation des émotions chez les enfants d'âge scolaire. Malheureusement, plusieurs pédiatres ont constaté que certains parents ne savent pas ce qu'ils peuvent faire avec leur enfant en fonction de leur âge, ce qui les pousse davantage à leur donner les écrans. D'autre part, le temps que les enfants passent devant les écrans est du temps qu'ils·elles ne consacrent pas à des interactions sociales, ni à développer leur activité physique et émotionnelle.

Enfin, Gentaz (2023) recommande de limiter au maximum l'exposition aux écrans ainsi que de contrôler et réguler les contenus. Il préconise également de ne pas laisser l'enfant regarder les écrans durant les repas ni le matin au réveil, et de ne pas le laisser seul face à l'écran. De plus, l'âge de l'enfant doit être pris en compte pour adapter l'utilisation des écrans. Pour conclure, il souligne l'importance d'encourager et d'accompagner les parents face à leurs comportements vis-à-vis des écrans, car les enfants apprennent principalement par l'imitation.

1.4.4 Les classes sociales : le capital culturel et économique

Pour aborder ce point, nous souhaitons tout d'abord définir les classes sociales et leur lien avec le capital culturel et économique, qui influence les pratiques familiales. D'après le dictionnaire Larousse (s.d.), elles se définissent par :

Groupe d'individus ayant une place historiquement déterminée au sein de la société et se distinguant par son mode de vie (habitat, éducation, travail, etc.), son idéologie et, pour les marxistes, par sa place dans le processus de production, à la fois réelle et vécue comme telle par ceux qui la composent (conscience de classe).

Comme expliqué précédemment, nous nous concentrons principalement sur les classes populaires et moyennes. C'est pourquoi il nous semble également nécessaire de définir ces deux classes sociales :

- Les classes populaires : selon Amossé (2019),
Lorsqu'elle est utilisée dans les publications de l'Insee¹, principalement sous le vocable de « classes populaires », l'expression désigne de façon imagée un vaste ensemble composé des populations ayant des ressources économiques et culturelles limitées, qui occupent des emplois subalternes ou vivent des minimas sociaux.
- Les classes moyennes : selon Damon (2012), « les classes moyennes, auxquelles s'identifient majoritairement les Français, rassemblent les individus situés entre les moins bien lotis et les plus fortunés. »

¹ Insee : institut national de la statistique et des études économiques

Concernant la réflexion des classes sociales, nous nous sommes référées à Pierre Bourdieu (2015), sociologue, qui a développé l'idée que le capital culturel, tout comme le capital économique, est un facteur clé de la stratification sociale. La stratification sociale est l'organisation de la société en couches hiérarchique basée sur des critères comme la richesse, le pouvoir et l'éducation. Cela crée donc des inégalités entre les différents groupes sociaux en termes d'accès aux ressources et aux opportunités. Le capital culturel, lui, se réfère à l'ensemble des ressources culturelles (connaissances, compétences et habitudes) acquises par un individu au cours de sa vie. Bourdieu (2015) souligne que le capital culturel joue un rôle essentiel dans la reproduction sociale. Sa répartition est inégale dans la société, et les individus ou groupes sociaux en possèdent en quantité variable en fonction de leur position sociale.

1.4.5 Un usage différent des écrans suivant les classes sociales

Le temps passé avec les enfants et la manière dont celui-ci est consacré influencent directement les pratiques parentales en matière d'écrans. Par exemple, pour les parents qui ont un capital culturel plus élevé, l'utilisation des écrans est souvent encadrée et contrôlée. Ces parents, bien qu'à l'aise avec les outils numériques dans leur vie professionnelle et/ou personnelle, cherchent à limiter l'exposition de leurs enfants aux écrans, en privilégiant des activités hors ligne. Selon Jehel (2021), ils sont particulièrement conscients des risques liés à l'usage excessif des écrans, en particulier pour les jeunes enfants, et mettent un point d'honneur à favoriser des interactions sociales et affectives directes, essentielles au bon développement des tout-petits.

À l'inverse, dans les familles issues des classes populaires, les parents font face à des contraintes de temps plus importantes, souvent dues à des emplois précaires ou à des horaires de travail rigides. Cette situation les amène parfois à laisser leurs enfants devant un écran sans accompagnement, ce qui peut avoir des conséquences sur leur développement. L'absence de supervision pendant l'utilisation des écrans peut exposer les enfants à des contenus inappropriés, tout en limitant les opportunités d'échanges affectifs et sociaux avec leurs parents. Gillioz et al. (2022) soulignent que « les écrans limiteraient les échanges affectifs et sociaux de l'enfant avec son parent, nécessaires à son bon développement » (p.317). Cette absence d'interaction peut freiner le développement cognitif et social de l'enfant, en réduisant les moments d'apprentissage informels et de communication.

1.4.6 Une responsabilité genrée au sein des familles

Dans ce travail de bachelor, nous aborderons la place des mères, puisqu'elles sont souvent considérées comme moralement responsables des usages numériques au sein du foyer.

Il est donc important pour nous de pouvoir définir le patriarcat et de reconnaître que le rôle parental est encore fortement genré dans les familles, où les femmes portent majoritairement la charge de la sphère domestique et éducative. Carol Gilligan, philosophe et psychologue, et Naomi Snider, psychanalyste (2019), expliquent que :

... le patriarcat se définit comme une culture fondée sur la binarité et la hiérarchie des genres, un cadre ou une lunette qui :

1. Nous pousse à percevoir certaines compétences humaines comme « masculines » ou « féminines » et nous enjoint à favoriser ce qui relève du masculin.
2. Éleve certains hommes à un rang supérieur à celui d'autres hommes, et tous les hommes au-dessus des femmes.
3. Impose une scission entre l'individu et le collectif, de sorte que les hommes ont leur identité propre, tandis que les femmes sont idéalement sans individualité propres et désintéressées. Les femmes se tournent ainsi vers les autres afin de nouer des relations qui servent subrepticement à répondre aux besoins des hommes. (pp. 13-14)

Cette définition du patriarcat nous permet de comprendre que cette organisation hiérarchique renforce les stéréotypes de genre, attribuant aux femmes une responsabilité prédominante dans l'éducation des enfants et, par extension, dans la gestion des écrans.

Pour illustrer cette dynamique genrée, un discours omniprésent tend à placer les mères comme les principales responsables de l'usage des écrans et du temps d'écran des enfants, ce qui engendre chez elles un sentiment de culpabilité et de stigmatisation. La sociologue Claire Balleys (2021) met en évidence, avec bien d'autres chercheur·euse·s, la nature genrée des rôles parentaux dans ce domaine. Les mères assument principalement la surveillance et la régulation du temps d'écran, tandis que les pères tendent à autoriser des usages plus longs ou à participer activement à ces activités, sans toutefois être associés à une charge morale ou éducative équivalente. Cette répartition

sexuée des responsabilités domestiques renforce les stéréotypes de genre. Balleys (2021) souligne qu'« en résumé, c'est la mère qui s'inquiète et c'est le père qui joue le rôle de celui qui rassure en passant à l'action du contrôle spontané » (p.233). Elle illustre également cette dynamique dans les familles de classe moyenne, en précisant que « ce sont les mères qui expriment la plus "grande fatigue" face à la régulation quotidienne des écrans, puisqu'elles en assument majoritairement la charge » (p.232).

Pour aborder la thématique de l'usage des écrans au sein des familles, il est important de porter un regard critique sur la manière dont la responsabilité sociale est assignée aux mères pour tout ce qui touche la sphère domestique. Il est nécessaire d'adopter une approche globale et inclusive pour mieux comprendre les dynamiques familiales et les enjeux liés à l'utilisation des écrans.

Cela souligne que les rôles parentaux restent profondément marqués par des normes genrées, notamment par une norme sociale intériorisée qui place les mères comme garantes du bien-être des enfants, les rendant responsables de leur usage des écrans. Gilligan et Snider (2019) ainsi que Balleys (2021), expliquent que les mères, particulièrement dans les classes populaires et moyennes, endossent une plus grande charge morale et pratique dans la régulation des écrans. Cette pression sociale perpétue des inégalités et mérite d'être remise en question. En interrogeant les pratiques parentales et les dynamiques familiales, nous pourrions également mieux comprendre comment l'usage quotidien des écrans peut à la fois reproduire et remettre en cause les normes de genre au sein des foyers.

1.5 Méthodologie

Afin de répondre à notre question de recherche, nous avons d'abord cherché à identifier des familles de notre entourage ayant des enfants âgés de 0 à 3 ans. Dans un souci de diversité, nous avons voulu inclure des familles issues de classes sociales différentes. Cette démarche nous a donc poussés à équilibrer le nombre de familles issues de chacune des classes.

Pour élargir notre recherche, une d'entre nous a pris contact avec son lieu de première formation pratique, où nous avons pu obtenir l'accord pour réaliser des entretiens avec les parents. Nous avons donc eu l'opportunité de nous rendre dans une institution accueillant des enfants de 0 à 3 ans, accompagné·e·s de leurs parents et fratries. Ce cadre nous a permis d'échanger avec des parents vivant dans cette structure, mais également avec leurs éducateur·trice·s référent·e·s, ce qui a enrichi notre perspective sur les dynamiques familiales et éducatives.

Au total, nous avons interviewé six parents provenant de différentes classes sociales, dont deux mères monoparentales et un père monoparental, les autres familles étant constituées de couples mariés. Les entretiens ont eu lieu à la fois dans l'institution et dans notre entourage, ce qui nous a permis de diversifier les points de vue. Nous avons structuré nos échanges autour d'une grille d'entretien² que nous avons préparée en amont, afin d'effectuer des entretiens semi-directifs. Cette grille d'entretien nous a également aidées à garantir une certaine cohérence et comparabilité dans nos données.

Une fois les entretiens réalisés, nous avons procédé à une analyse comparative des différents témoignages, en les confrontant aux textes théoriques que nous avons lus. Cette méthode nous a permis de croiser les perspectives pratiques et théoriques et de dégager des conclusions pertinentes pour notre recherche.

Cela nous amène donc à présenter ci-dessous le corpus de données recueillies lors de nos entretiens, essentiel pour comprendre les situations des parents dans leur contexte spécifique et pour éclairer l'analyse de nos axes.

Dans ce tableau, l'âge des parents et leur statut ont été pris en compte afin de mieux comprendre les différentes étapes de leur vie, qui façonnent non seulement leurs priorités et responsabilités familiales, mais aussi l'enrichissement de leurs expériences et connaissances. De même, la profession des parents, leur taux de travail et leur

² Voir annexe 1

formation reflètent leur niveau de responsabilités professionnelles et leur capital culturel, ce qui influence l'organisation familiale en termes de temps et d'énergie disponibles pour réguler l'utilisation des écrans. Pour finir, les communes révèlent des inégalités géographiques qui influencent les ressources et les opportunités à disposition des familles. Ainsi, ces différences, combinées à l'âge et à la profession des parents, mettent en lumière les disparités dans les pratiques éducatives et l'accès à des alternatives aux écrans.³

PRÉNOMS D'EMPRUNT	ÂGES	PROFESSIONS ET TAUX DE TRAVAIL	COMMUNES
Elena Son mari	26 ans 30 ans	Mère au foyer, coiffeuse de formation Employé dans une entreprise du bâtiment à 80 %	Ville de Genève
Sara Son mari	22 ans 27 ans	Étudiante à la HEDS Employé dans une entreprise du bâtiment à 50 %	Carouge
Lucie Luca (son mari)	40 ans 48 ans	Employée dans une banque à 80 % Électricien à 100 %	Confignon
Melissa (mère célibataire)	31 ans	Mère au foyer, diplômée en psychologie au Mexique	Ville de Genève Petit – Saconnex
Pierre (père célibataire)	30 ans	Père au foyer, sans formation	Lancy
Marie (mère célibataire)	27 ans	Femme de ménage sur appel sans formation	Lancy

³ Les corrections concernant l'orthographe, la syntaxe, et l'amélioration de la fluidité rédactionnelle du texte ont été apportées avec l'aide de ChatGPT, un modèle d'intelligence artificielle.

1.5.1 Comprendre les pratiques familiales liées aux écrans au-delà des classes sociales

Dans le cadre de notre travail, nous avons initialement choisi d'explorer l'usage des écrans à travers le prisme des classes sociales, en partant de l'hypothèse que les pratiques différaient entre les classes populaires et moyennes. Nous voulions prendre cette hypothèse au sérieux, tout en restant nuancées dans notre analyse. Cependant, en avançant dans notre recherche, nous nous sommes aperçus qu'il était difficile de catégoriser les familles en fonction des classes sociales.

D'une part, chacune d'entre nous avait une perception différente des critères permettant de définir à quelle classe sociale appartient une famille. Cette difficulté est loin d'être un cas isolé. Comme le souligne Denis Phan (2011), docteur en économie, une grande majorité des individus, notamment les Français, tend à s'identifier aux classes moyennes, indépendamment de leur position socio-économique réelle. Cela illustre à quel point la notion de classe sociale est à la fois vague et marquée par la subjectivité. Les individus interprètent souvent leur position sociale en fonction de leur vécu, de leurs aspirations ou encore de leur peur du déclassement, ce qui complique l'utilisation de ces catégories pour analyser les pratiques sociales.

D'autre part, les témoignages recueillis et nos lectures ont montré que, même si les classes sociales exercent une certaine influence, elles ne constituent pas le facteur déterminant dans les pratiques liées à l'usage des écrans. Ce qui semble jouer un rôle plus décisif, ce sont les ressources propres à chaque famille qu'elles soient éducatives ou culturelles. Par exemple, le capital culturel des parents, tel que le niveau d'études ou l'accès à des contenus éducatifs, peut avoir un impact direct sur les pratiques numériques des enfants, indépendamment de leur appartenance à une classe sociale. Pour refléter cette complexité, nous avons choisi de ne pas classer les familles dans des catégories rigides. Ce type de classification, en plus d'être difficile à établir de manière consensuelle, peut également être perçu comme stigmatisant. De plus, d'après nos recherches et nos lectures sociologiques, les classes sociales sont des catégories théoriques qui, bien qu'utiles pour comprendre certaines dynamiques globales, restent délicates à appliquer directement sur le terrain. Elles ne permettent pas toujours de saisir la diversité des situations individuelles et familiales.

Dès lors, pour éviter de réduire les familles à des étiquettes qui ne refléteraient pas la richesse de leur réalité, nous avons opté pour une approche plus nuancée. Nous mentionnons les professions des parents et leur taux de travail ou, lorsqu'il s'agit de personnes au foyer, leur niveau de formation. Cette méthode offre une meilleure compréhension des contextes sociaux sans enfermer les familles dans des cadres préétablis. Elle nous permet également de respecter la diversité des situations tout en rendant compte de facteurs plus pertinents pour expliquer les pratiques liées aux écrans.

2. ANALYSE

2.1 Les dilemmes des écrans : décalage entre les aspirations et les pratiques, ainsi que les tensions que cela génère

En analysant les entretiens effectués auprès des parents, nous constatons que les écrans font désormais partie de notre quotidien et peuvent être très utiles, mais ils suscitent aussi des inquiétudes. Bien qu'ils permettent d'accéder facilement à des informations ou de se divertir, un usage excessif peut causer des tensions, en particulier au sein des familles.

2.1.1 Les dilemmes quotidiens des parents

Par l'analyse de nos entretiens, nous avons remarqué que les parents se retrouvent face à un dilemme entre leur désir de préserver un cadre éducatif sans écran et la nécessité de faire face aux contraintes de la vie quotidienne. Le recours à l'écran devient parfois un moyen de gestion de l'épuisement parental, même si cela ne correspond pas toujours aux intentions initiales.

Comme nous l'avons observé lors de nos entretiens, le cas d'une enquêtée que nous avons prénommée Elena⁴ (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) montre la manière dont elle a recours aux écrans comme un réconfort face aux défis d'avoir deux jeunes enfants. Elle affirme que :

Pour être honnête, tout dépendra du comportement que ma fille aura. Par exemple, pour Dinis⁵, il n'est pas simple au quotidien [rire]. Pour pouvoir le calmer, le poser un moment durant la journée, j'ai vraiment trouvé du réconfort dans l'écran, surtout quand je venais d'accoucher du deuxième enfant. Mais sûrement pas tout de suite les écrans pour ma fille. Puis je ne pense pas faire un autre enfant, alors je pense que j'aurais plus de temps à passer avec elle, donc peut-être un peu plus tard l'écran, à voir.

⁴ Première personne qui apparaît dans l'analyse

⁵ Prénom d'emprunt

Pour elle, l'écran s'est transformé en solution temporaire pour apaiser son fils, bien que cette approche évolue pour sa fille en fonction de ses propres attentes et de ses ressources en tant que mère.

D'autres parents se heurtent à la question de l'équité entre les enfants d'une même fratrie, comme Sara (22 ans, étudiante à la HEDS, mariée) qui se questionne sur le moment idéal pour introduire l'écran de façon juste :

Oui je suis plutôt à l'aise avec le sujet. La seule question qu'on se pose et qui nous préoccupe, c'est vu que nos deux fils ont 11 mois d'écart, est-ce que finalement on commence à trois ans du coup le côté écran, mais c'est difficile d'en autoriser un et d'en priver l'autre. Ou est-ce qu'on attend que le plus grand ait quatre ans, pour que le plus petit ait trois ans, pour vraiment respecter cette règle des trois ans. Parce que c'est vrai qu'il y a aussi un côté éducatif, en fonction de ce qu'on peut faire avec les écrans à trois ans, qu'on souhaiterait utiliser. Donc vraiment, la question qu'on se pose est quand intégrer les écrans et de quelle façon. Mais aussi par rapport à nos deux enfants, comment être juste pour intégrer en même temps et correctement.

Pour elle, introduire les écrans n'est pas seulement une question de maturité ou d'âge, mais cela implique également une réflexion sur la façon de maintenir une forme de justice éducative entre ses enfants pour éviter des tensions ou des jalousies. Ce besoin de cohérence et d'équité entre les enfants amène donc des questionnements complexes.

Ces exemples montrent à quel point l'usage des écrans soulève de multiples enjeux éducatifs et éthiques. Entre le soulagement offert par l'écran et l'objectif de respecter des valeurs éducatives, les parents naviguent souvent entre l'envie de protéger leurs enfants de l'omniprésence des écrans et le besoin de les utiliser pour gérer le quotidien. Les écrans représentent donc une solution parfois nécessaire.

2.1.2 Des parents surchargés peu disponibles pour leur enfant

Les parents ont tous une vie très chargée par le travail et surtout les mères à qui incombe souvent la responsabilité des enfants, ce qui leur laisse peu de temps de répit. Il est donc parfois avantageux pour eux de mettre leurs enfants devant les écrans afin qu'ils puissent effectuer d'autres tâches ou qu'ils puissent souffler un peu. Conscients que les enfants sont captivé·e·s par les écrans, les parents choisissent généralement de ne pas les déranger.

Le cas d'Elena (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) illustre bien les défis quotidiens auxquels les parents sont confrontés. Lors d'un entretien, elle nous a expliqué qu'elle se trouve seule le soir, car son mari travaille dans le secteur du bâtiment et rentre tard. Pour l'aider à gérer l'heure du repas, la douche et le coucher de son enfant, elle lui donne le téléphone, ce qui lui facilite la tâche pendant cette période où elle doit jongler avec plusieurs responsabilités.

2.2 L'utilisation des écrans chez les enfants : effets positifs et risques pour le développement

L'utilisation des écrans par les enfants peut avoir des effets à la fois positifs et négatifs. En effet, cela peut offrir des ressources éducatives qui aident les enfants à développer diverses compétences. Toutefois, une exposition excessive peut limiter les interactions sociales et physiques, essentielles à leur développement. Passer trop de temps devant les écrans peut également perturber leur sommeil et réduire le temps consacré à des activités plus enrichissantes comme le jeu en plein air ou la lecture. C'est pourquoi les expert·e·s préconisent qu'il est important de fixer des limites afin d'encourager un usage équilibré et adapté à leur âge.

2.2.1 L'expérience des familles dans la gestion des écrans

Certains parents adoptent des cadres stricts autour des écrans pour gérer le temps d'écran de leurs enfants. Elena (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) par exemple, explique :

Oui, il y a un cadre, mais qui concerne seulement notre fils. Le matin, quand il se réveille et pour qu'il puisse manger son petit déjeuner, je lui accorde environ entre 30 et 40 minutes. Ensuite, il y a une longue pause durant la journée sans écrans, car nous pensons qu'il est important qu'il se concentre sur d'autres activités. Le soir, pour qu'il puisse manger le repas du soir, je lui laisse entre 30 et 40 minutes de temps d'écran.

Cette approche structurée permet non seulement de limiter le temps passé devant les écrans, mais aussi d'encourager des moments en famille pendant les repas. Elle ajoute également que « pour les écrans, Dinis doit passer par nous. Il y a certes des écrans à

la maison, mais pour les utiliser, notre enfant doit passer soit par moi, soit par mon mari, ou un adulte de la famille. »

Nous trouvons que ce contrôle direct garantit que les enfants n'accèdent qu'à des contenus appropriés et aide à établir des règles claires autour de l'utilisation des écrans, favorisant ainsi un environnement familial plus serein.

Certaines familles choisissent même d'interdire totalement les écrans pendant la journée. Sara (22 ans, étudiante à la HEDS, mariée) partage :

Mon mari et moi n'allumons pas la TV la journée, tout simplement, car pour nous, les écrans sont interdits pour nos enfants. Nous évitons d'allumer la TV, parce que généralement ils jouent au salon, dans le même espace que cet écran, et nous voulons éviter qu'ils le regardent.

Selon nous, cette approche vise à encourager des jeux interactifs et créatifs, loin de l'inactivité que peuvent induire les écrans.

Marie (27 ans, femme de ménage sur appel, sans formation, célibataire) observe également les effets des écrans lorsqu'ils sont allumés en arrière-plan : « Parfois, la télé est allumée, mais elle ne regarde même pas ; elle joue sur le tapis de jeux que j'ai installé, parfois elle attend et râle un peu. » Cela démontre que, même si la télévision est présente, l'enfant peut choisir de s'engager dans d'autres activités. Cependant cela peut également générer une certaine frustration, soulignant la nécessité d'une gestion attentive du temps d'écran.

Ces différents cadres montrent que chaque famille met en place ses propres stratégies pour gérer l'influence des écrans, selon ses valeurs et ses ressources comme le temps et les connaissances pour le développement de l'enfant. Chacune de ces approches reflète des préoccupations quant à l'impact des écrans sur la concentration, le comportement et les interactions familiales.

2.2.2 L'importance des activités ludiques et sans écran

Par l'analyse de nos entretiens, nous avons constaté que de nombreux parents encouragent les activités non numériques pour favoriser le développement global de leurs enfants. Elena (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) raconte : « Mon enfant adore jouer avec le ballon, sortir avec son vélo adapté, et il apprécie beaucoup les jeux Montessori que nous avons à la maison. » Elle souligne également l'importance de partager ces moments : « Toutes les activités sans écran, comme la peinture, les jeux Montessori, joués au basket avec le petit panier qu'on a chez nous, sont vraiment des moments que j'aime passer avec lui. »

Sara (22 ans, étudiante à la HEDS, mariée) exprime aussi cette valeur : « Oui, nous encourageons vraiment les activités manuelles et ludiques, aller dehors avec les enfants et sortir faire des activités dès que possible. »

D'après nous, ces pratiques visent à renforcer l'autonomie et la créativité des enfants. Cependant, certaines familles, bien qu'elles en reconnaissent les bénéfices, rencontrent des contraintes de temps et de ressources qui limitent leur capacité à proposer régulièrement ces alternatives aux écrans. Tel que nous l'avons précisé dans la section des parents surchargés peu disponibles pour leur enfant⁶, certains utilisent les écrans pour combler un manque de disponibilité, ce qui réduit parfois les opportunités d'activités extrascolaires pour les enfants.

2.2.3 Les écrans et l'adaptation à l'âge des enfants

Comme évoqué dans la partie théorique, certains parents ne savent pas toujours adapter l'activité en fonction de l'âge de l'enfant. Le cas de Lucie (40 ans, employée dans une banque à 80 %, mariée) montre qu'elle choisit avec soin les programmes télévisés, afin de limiter les effets négatifs des écrans sur ses enfants :

Ils ont commencé à utiliser les écrans en regardant les programmes éducatifs anglais de la BBC, et sinon, ils regardent surtout des dessins animés. Si c'est un nouveau film, nous le regardons avec eux pour nous assurer qu'ils comprennent bien et que le contenu est adapté à leur âge.

En sélectionnant ainsi les contenus, Lucie met en place un encadrement qui permet de réduire les risques liés aux écrans, comme l'exposition à des scènes inappropriées ou

⁶ Voir p.22

la surstimulation. Cette approche transforme le temps passé devant les écrans en une activité encadrée, plus enrichissante et adaptée aux besoins de ses enfants.

2.2.4 L'utilisation des écrans par les parents

De nos jours, les parents passent beaucoup de temps sur leurs écrans, ce qui n'est pas forcément bénéfique pour leur enfant. En observant leurs parents, les enfants peuvent eux aussi adopter des habitudes d'utilisation excessive des écrans, réduisant le temps consacré à des activités plus bénéfiques. Les parents cherchent alors un équilibre et restent présents lors des moments clés en famille.

À ce titre, les propos de Sara (22 ans, étudiante à la HEDS, mariée) illustrent bien cela :

Voilà, donc la TV le soir. Et même nous, on essaye de ne pas être trop sur notre téléphone la journée. Parce que c'est vrai que parfois quand on fait des mails, des documents, qu'on répond à des messages, alors on se retrouve vite aspirés par le téléphone et après on s'y perd. Donc on essaye vraiment de faire ces choses-là le soir, devant la TV quand on est posé, et la journée de ne pas y être trop dessus.

En revanche, Elena (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) raconte une autre expérience :

Nous utilisons très souvent les téléphones et aussi la TV. Les téléphones, on les utilise pour communiquer avec la famille et les amis. Mon mari, lui, utilise son téléphone pour le travail. Mais aussi, simplement pour regarder des vidéos de divertissement, pour passer le temps.

Comme le montre la littérature, ce n'est pas seulement l'exposition directe des enfants aux écrans qui est problématique, mais aussi le temps que les parents passent dessus. Cela peut limiter les interactions parent-enfant et avoir des répercussions sur le développement cognitif, émotionnel et linguistique des enfants. Quand les parents sont pris par leurs écrans, ils ont moins de temps pour s'occuper de leurs enfants, ce qui peut affecter le lien affectif et le sentiment de sécurité de l'enfant (Gillioz et al., 2022). Il est donc essentiel de sensibiliser les parents dans leur gestion des écrans, car les enfants apprennent en grande partie par imitation (Gentaz, 2023).

2.3 Une répartition genrée des responsabilités liées à l'encadrement des écrans

Un autre axe fort qui se dégage de notre analyse est la répartition genrée des responsabilités liées à l'encadrement des écrans. Effectivement, les mères s'engagent dans une gestion éducative qui va au-delà de l'aspect pratique, englobant aussi des dimensions émotionnelles et morales. Elles sont souvent les premières à ressentir de la culpabilité lorsque les enfants dépassent les limites ou développent des comportements préoccupants liés aux écrans. Comme mentionné dans la littérature, cette culpabilité est liée aux attentes sociales pesant davantage sur les mères et qui responsabilisent les femmes sur des aspects qui pourraient pourtant être partagés équitablement entre les parents (Balleys, 2021).

Dans nos entretiens, cela se traduit souvent par des dilemmes pour les mères, qui, bien que convaincues des effets néfastes d'une exposition excessive aux écrans, se sentent parfois obligées de l'autoriser. Lucie (40 ans, employée dans une banque à 80 %, mariée) exprime ce conflit en déclarant que :

C'est assez dur, car on sait que ce n'est pas forcément positif, mais pour nous cela va dépendre surtout du temps qu'ils y passeront, on va continuer à limiter le temps et favoriser d'autres activités. En même temps, il y a des supers applications pour développer les enseignements qu'ils ont à l'école ou à la crèche. Par exemple, à la crèche, ils font de la musique et ils travaillent en parallèle avec une application. Il y a aussi des aspects positifs.

Cette ambivalence illustre bien les enjeux auxquels peuvent être confrontées les mères, prises entre leur culpabilité, leur volonté de préserver l'équilibre et le développement de leurs enfants, tout en s'adaptant aux réalités du quotidien.

Concernant l'inégalité de genre au sein des foyers, les mères sont souvent les principales responsables de l'éducation des enfants, notamment en ce qui concerne la régulation du temps d'écran. Melissa (31 ans, mère au foyer, diplômée en psychologie au Mexique, célibataire) témoigne de cette réalité :

Oui, en tant que mère d'une famille nombreuse, c'est moi qui ai défini le cadre et je dois moi-même limiter le temps d'écran. Ce n'est pas facile, car les grands sont plus souvent sur leur téléphone alors que les petits sont censés moins l'être.

Toujours dans l'analyse du cas de Mélissa, cette dernière illustre bien la division genrée du travail et de l'espace social que nous avons vu dans la partie introductive de ce travail. Malgré la compréhension des règles qu'elle a fixées, le père s'appuie parfois sur les écrans par manque de confiance en ses capacités à gérer seul, renforçant ainsi une répartition inégale des responsabilités éducatives : « Le père a compris mes règles avec les écrans et il essaie de les appliquer aussi. Mais parfois c'est la peur qui prend le dessus, il pense ne pas pouvoir gérer sans les écrans. »

De ce fait, les propos d'Elena (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) sont également très révélateurs. Elle explique qu'elle a établi des règles d'utilisation des écrans pour Dinis, et que ce dernier respecte ce cadre. Son mari, en revanche, serait plus enclin à lui accorder davantage de temps devant les écrans :

C'est moi qui ai défini ce cadre, où Dinis a le droit aux écrans durant ces moments. Dinis comprend le cadre, parce que je dirais qu'il n'a pas une dépendance aux écrans. Oui il s'intéresse à ce qu'il regarde, mais il arrive aussi à s'intéresser rapidement à d'autres activités. Et pour mon mari [rire], il comprend le cadre, mais vraiment s'il pouvait le laisser plus longtemps devant les écrans, il l'aurait fait.

De plus, Elena amène un autre point où elle reconnaît que le cadre d'utilisation des écrans n'est pas strict, car en son absence, son mari laisse souvent leur fils devant l'écran plus longtemps pour pouvoir accomplir d'autres tâches :

Oui c'est difficile. Quand je ne suis pas là, mon mari le laisse plus souvent devant les écrans. Par exemple, s'il doit faire le ménage, faire à manger ou autre chose, alors il va le laisser devant les écrans, et Dinis va regarder encore plus longtemps. Donc ce n'est pas un cadre fixe et strict. Parfois, on ne respecte pas ce cadre.

Dès lors, nous comprenons qu'Elena et Melissa expriment avoir une plus grande responsabilité concernant les règles qui sont fixées pour leurs enfants. En parallèle, les pères apparaissent comme plus permissifs ou moins impliqués dans cette régulation.

Ces analyses d'entretien rejoignent la théorie sur la division sexuelle du travail et les rapports sociaux de sexe de la sociologue Danièle Kergoat (2001). Cette dernière explique que le travail domestique, souvent perçu comme un prolongement naturel du rôle des femmes dans la sphère privée, est invisibilisé parce qu'il est non rémunéré et considéré comme allant de soi. Elle met également en lumière que ce manque de reconnaissance du travail domestique des femmes contribue à sa naturalisation : les mères gèrent le cadre éducatif, non seulement parce que la société l'attend d'elles, mais aussi parce qu'il est considéré comme naturel qu'elles s'en occupent. Ce processus renforce les inégalités dans la répartition des responsabilités parentales.

De ce fait, la gestion des écrans s'inscrit bien dans la lecture de Kergoat (2001) des rapports sociaux de sexe : elle illustre la charge invisible et non reconnue que les femmes endossent dans la sphère domestique. Les cas de Lucie, Elena et Melissa nous montrent donc que ce sont les mères qui prennent davantage en charge la régulation de l'usage des écrans pour les enfants et qu'elles endossent un sentiment de culpabilité lorsque les règles ne sont pas respectées.

2.4 Les classes populaires et moyennes et le capital culturel

Au fil de nos entretiens, nous avons rencontré des parents issus de divers parcours scolaires, certains ayant suivi des études supérieures, d'autres ayant un cursus plus court ou interrompu. De plus, leur âge varie : certains sont jeunes, autour de 20 ans, tandis que d'autres ont autour de la trentaine et la quarantaine. Ces différences générationnelles et de formation influencent leur approche vis-à-vis des écrans.

Par ailleurs, dans l'analyse de nos entretiens, nous avons observé que la régulation de l'utilisation des écrans chez les enfants est fortement influencée par le capital culturel que les parents ont acquis. Ce capital, enrichi par leur formation, leurs références culturelles et celles de leur entourage, façonne les valeurs et les normes qu'ils transmettent autour de l'usage des écrans.

2.4.1 Influence de l'entourage sur la régulation des écrans

Les parents issus de différents milieux sociaux cherchent souvent à encadrer l'utilisation des écrans en se basant sur les conseils et les pratiques observées au sein de leur réseau social. De cette manière, cet entourage, composé d'amis·e·s ainsi que de membres de la famille, joue un rôle dans leurs pratiques éducatives. À titre d'exemple, Sara (22 ans, étudiante à la HEDS, mariée) illustre cet aspect en disant :

Oui, comme je disais, nous nous sommes appuyés sur les conseils de nos proches qui ont déjà des enfants [...] ou par des proches qui travaillent dans le domaine de la santé, soit du monde de l'éducation, car ils ont un avis assez recherché sur le sujet, et ils s'y connaissent.

De la même manière, Marie (27 ans, femme de ménage sur appel, sans formation, célibataire) témoigne :

Alors, pas à moi directement, mais j'ai déjà entendu une infirmière dire à une autre mère, que je connais, que le volume pour son fils était trop fort et que ce n'est pas bon. Il est encore trop petit, il faut lui donner autre chose.

En conséquence, cela nous amène à comprendre que les parents peuvent valoriser les conseils provenant de personnes de confiance et aux connaissances spécifiques, ce qui renforce la transmission d'un capital culturel partagé au sein de leur cercle.

De plus, cette influence externe permet aux parents de mieux comprendre les effets des écrans sur les enfants, en équilibrant les conseils reçus avec leurs principes éducatifs et leurs besoins quotidiens. Par exemple, Elena (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) tente de concilier les avantages pratiques des écrans avec ses préoccupations concernant leurs effets potentiellement négatifs :

Oui, j'ai cherché à comprendre les conséquences négatives des écrans sur l'enfant. [...] J'essaye de trouver un juste milieu et d'établir un cadre pour l'utilisation des écrans, car c'est vrai que cela me facilite mon quotidien en tant que maman.

Les propos d'Elena nous montrent qu'elle adopte une posture réflexive sur l'utilisation des écrans, cherchant à comprendre leur impact tout en mettant en place des stratégies qui facilitent son quotidien.

Ainsi, cet ajustement, entre vigilance face aux risques et prise en compte des besoins pratiques dans l'éducation des enfants, illustre comment le réseau social peut aider les parents à définir des pratiques équilibrées pour la gestion des écrans. En nous appuyant sur l'analyse de nos entretiens, nous comprenons qu'il y a des décisions de la part des parents concernant l'usage des écrans. Ces décisions ne se prennent pas isolément : elles sont le fruit de discussions, d'échanges d'idées, et de conseils au sein d'un réseau de confiance. Les parents tendent à adopter des pratiques similaires à celles de leur entourage. Cependant, il est important de garder à l'esprit que certains parents, cherchent simplement à gérer leur quotidien, ont recours aux écrans par manque d'autres solutions.

2.4.2 Capital culturel : la manière dont les connaissances des parents influencent leur approche vis-à-vis des écrans.

Outre l'influence de leur entourage, les connaissances acquises par les parents, liées à leur capital culturel, jouent un rôle clé dans leurs choix éducatifs. Dans le cadre de nos entretiens, les préoccupations des parents concernant l'utilisation des écrans par leurs enfants reposent sur les informations et recommandations qu'ils ont reçues à travers leur propre formation et éducation. Ce savoir leur permet de reconnaître les effets potentiellement nuisibles des écrans sur le développement des enfants. Par exemple,

Sara (22 ans, étudiante à la HEDS, mariée) déclare : « Je dirais que pour le côté nuisible, les écrans sont à bannir jusqu'à trois ans pour le développement du cerveau. »

Cette perception des risques liés aux écrans inclut également les préoccupations concernant la concentration et la gestion des émotions des enfants, comme le montre Lucie (40 ans, employée dans une banque à 80 %, mariée) : « Cela peut être bénéfique à son développement si l'activité a un cadre, pour un temps donné, et dans le but de lui apporter quelque chose. »

Pierre (30 ans, père au foyer, sans formation, célibataire) mentionne qu'il suit également les recommandations et fixe ainsi un âge minimum pour l'introduction des écrans, en indiquant que « trois ans, c'est bien » pour commencer.

Les connaissances des parents peuvent aussi les sensibiliser aux effets physiologiques que les écrans peuvent entraîner, tels que les troubles du sommeil ou le comportement agité. Lucie remarque : « L'utilisation des écrans le soir peut perturber leur sommeil, les rendant plus agités ou ayant des difficultés à s'endormir. »

De ce fait, les préoccupations des parents, comme Elena, Lucie et Pierre, issus-e-s de différents milieux, révèlent leur volonté de trouver des ressources afin de réguler l'utilisation des écrans de manière réfléchie.

2.4.3 Du point de vue de la littérature

Les entretiens menés avec ces parents illustrent la pertinence de la théorie de Bourdieu (2015) selon laquelle le capital culturel, acquis par l'éducation et les expériences partagées, joue un rôle important dans la stratification sociale. Ce n'est donc pas uniquement la position économique qui détermine les choix éducatifs, mais également la manière dont les parents s'appuient sur leur richesse de connaissances culturelles. Ces entretiens montrent que leur approche de l'utilisation des écrans s'appuie sur les conseils de leur entourage ainsi que sur leurs propres connaissances. Cette démarche leur permet d'établir un cadre équilibré, prenant en compte à la fois les bénéfices et les risques des écrans pour le développement de leurs enfants. Malgré les disparités économiques, ces familles démontrent leur capacité à mobiliser leur capital culturel pour adopter des pratiques éducatives adaptées.

2.5 Les inégalités d'outils sur la prévention des écrans

En interviewant ces parents, nous avons constaté d'importantes inégalités d'outils sur la prévention des écrans auprès des jeunes enfants. Cette disparité a attiré notre attention, puisqu'elle soulève des enjeux importants en matière d'égalité des chances et d'accompagnement des familles face aux défis du numérique. C'est pourquoi nous avons jugé intéressant d'aborder ce point dans notre analyse.

2.5.1 Formation et sensibilité des professionnel·le·s de la santé et du social

L'utilisation des écrans par les jeunes enfants suscite de nombreuses réflexions chez les parents qui se tournent vers différentes recommandations, comme celle des professionnel·le·s de la santé et/ou du social. Dans ce contexte, les pédiatres et les sages-femmes jouent un rôle clé en sensibilisant aux risques liés à une exposition précoce aux écrans. Leur accompagnement contribue au bon développement des enfants. Certains parents ont pu bénéficier des conseils et de l'accompagnement de ces professionnel·le·s de la santé et du social, tandis que d'autres parents se sont retrouvés seuls et démunis face aux enjeux liés aux écrans.

Le cas de Sara (22 ans, étudiante à la HEDS, mariée) nous montre que :

Nous avons beaucoup parlé avec des personnes sur le sujet, mais aussi avec des professionnels comme la pédiatre ou encore la sage-femme. Et c'est vrai qu'il est énormément venu que, jusqu'à trois ans, le cerveau est encore en développement, donc qu'avant cet âge ce n'était pas bon pour les enfants, et que de toute manière il n'y avait aucune utilité d'utiliser les écrans avant trois ans.

Ce témoignage met en évidence l'impact des discours des professionnel·le·s sur la sensibilisation des parents concernant le développement des jeunes enfants, en insistant sur le fait que l'usage des écrans avant trois ans n'est ni nécessaire ni bénéfique, en raison de la fragilité du cerveau à cet âge.

De la même manière, Lucie et Luca (40 ans et 48 ans, employée dans une banque à 80 % et électricien à 100 %, marié·e·s) témoignent :

Nous avons déjà l'intention de faire attention aux écrans, mais la pédiatre nous a confortés dans le fait que c'était très important et qu'à ce stade-là, ça pouvait être très mauvais pour le développement de l'enfant d'avoir accès aux écrans trop tôt.

Cette citation met en lumière l'influence que la pédiatre a eue sur la prévention des écrans auprès des parents. Bien qu'ils aient déjà envisagé de limiter l'accès aux écrans, l'avis de la pédiatre leur a non seulement confirmé leur intention, mais leur a également fourni des informations fiables sur les risques pour le développement de leur enfant.

En revanche, Elena (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) raconte une autre expérience qui souligne l'inégalité d'accès à l'information et au soutien face aux dangers que les écrans peuvent représenter pour les jeunes enfants. Elle nous explique qu'aucun·e professionnel·le, y compris sa pédiatre, ne l'a informée ni sensibilisée sur ce sujet. Son expérience nous montre que l'accompagnement des familles n'est pas égal pour tout le monde et que cela dépend des professionnel·le·s.

De plus, une infirmière de l'institution dans laquelle nous nous sommes rendues pour les entretiens a apporté un éclairage intéressant sur ces écarts. Elle a expliqué que souvent les pédiatres abordent le sujet des écrans en fonction des priorités spécifiques de chaque famille. Ils·elles peuvent se concentrer sur des thématiques qu'ils·elles jugent plus urgentes ou importantes dans le contexte familial. Par exemple, un·e pédiatre privilégiera une discussion sur le handicap moteur de l'enfant plutôt que d'aborder la question des écrans (communication personnelle, 29 mai 2024). De plus, au sein de cette même institution, les professionnel·le·s du social ont joué un rôle sur la prévention des risques liés à l'utilisation des écrans. Certains parents ont pu bénéficier de leurs conseils afin de mieux réguler l'exposition de leurs enfants aux écrans. Par exemple, Pierre nous explique qu'une sage-femme lui a recommandé de ne pas placer l'écran près des yeux de son enfant, étant donné qu'il est encore un bébé.

2.5.2 Une variation selon la localité

En plus de l'accompagnement des professionnel-le-s, certaines communes ainsi que certaines crèches distribuent des prospectus pour informer et sensibiliser les parents à l'utilisation des écrans et aux dangers que cela peut avoir sur leur enfant. Toutefois, là encore, l'accès à ces ressources varie en fonction des localités. Nous allons voir ci-dessous les différences observées entre la commune de Confignon et celle du Petit Saconnex, à travers deux témoignages.

Lucie (40 ans, employée dans une banque à 80 %, mariée) partage que :

C'est la pédiatre qui nous a parlé du sujet et nous avons également la commune de Confignon qui nous a donné un petit prospectus « pro juventute »⁷ chaque mois de la vie de ton enfant, tu reçois une petite brochure avec le cadre d'évolution et de développement de ton enfant. Puis, après ça continue jusqu'à 3 ans et ça correspond vraiment à quoi ton enfant est exposé ou sensibilisé dans son environnement, y compris les écrans. En parallèle de ça, on a reçu du canton une petite brochure « cadre de prévention » qui concerne les écrans, les ustensiles dangereux à la maison, l'électricité, le comportement de l'enfant pour se rendre à l'école face à la route, etc.

Nous pourrions faire l'hypothèse que la commune de Confignon peut être perçue comme une commune bourgeoise qui s'investit et favorise davantage la sensibilisation et la communication sur l'usage des écrans envers les parents.

Au contraire, Mélissa (31 ans, mère au foyer, diplômée en psychologie au Mexique, célibataire) qui vit en Ville de Genève montre qu'elle n'a rien reçu de la part de sa commune. En revanche, la crèche participe en offrant de petits documents pour sensibiliser les enfants, mais aussi les parents à l'utilisation des écrans pour les petits enfants.

Ainsi, il est intéressant de voir que les communes et les crèches jouent un rôle pour les parents dans la prévention aux écrans. Cependant, tous les parents n'ont pas accès à de telles ressources, ce qui crée une nouvelle forme d'inégalité à ce sujet.

⁷ Voir annexe 2

2.5.3 Des parents seuls face à leurs recherches

Certains parents, face à l'absence ou l'insuffisance d'accompagnement de la part des professionnel·le·s de santé et/ou du social, choisissent de faire leurs propres recherches sur le sujet. Par exemple, ils participent à des cours ou s'informent à travers les réseaux sociaux. Ces démarches individuelles se prolongent, dans des discussions informelles ou les parents partagent leurs expériences, leurs découvertes et leurs questionnements. Ces moments de partage révèlent fréquemment que les informations obtenues varient considérablement d'un parent à l'autre. Ces échanges amènent les parents à prendre conscience des limites des informations disponibles et du besoin d'un accompagnement plus accessible de la part des professionnel·le·s.

De ce fait, les propos de Mélissa (31 ans, mère au foyer, diplômée en psychologie au Mexique, célibataire) nous montrent qu'elle a participé à un cours pour la monoparentalité. Dans ce cours, les formateur·trice·s lui ont donné des documents concernant l'utilisation et la prévention des écrans chez les tout petits.

Le cas de Elena (26 ans, mère au foyer, coiffeuse de formation, mariée) illustre parfaitement l'information à travers les réseaux sociaux :

Je dirais que c'est vrai qu'il ne faut pas se fier à 100 % à Internet et aux réseaux sociaux, mais il y a parfois, certains professionnels que je suis sur mes propres réseaux, comme une pédopsychiatre qui explique et aborde des questions que les jeunes parents se posent, et cela me permet de comprendre le monde des écrans avec les enfants, et comment faire.

Dès lors, ces deux situations démontrent que l'autonomie des parents dans la recherche d'information peut être essentielle lorsque le soutien des professionnel·le·s est insuffisant. Cependant, elles révèlent également des inégalités selon les ressources des parents.

3. CONCLUSION

Pour conclure ce travail de bachelor, il nous semble important de revenir sur nos hypothèses. Ces dernières nous ont guidées dans notre réflexion et nous ont permis de découvrir que, contrairement à ce que nous envisagions, les familles disposant de ressources financières limitées ne travaillent pas nécessairement davantage pour subvenir à leurs besoins. De plus, l'analyse des entretiens a révélé que plusieurs parents interrogés étaient au foyer, consacrant leur temps principalement à l'éducation de leurs enfants. Ces éléments nous ont donc amenés à nuancer cette hypothèse et à ne pas catégoriser les familles en fonction de leur classe sociale.

Ensuite, la réalisation de notre travail de bachelor nous a permis de mieux comprendre les enjeux liés à l'utilisation des écrans par les enfants et les défis auxquels sont confrontés les parents. Néanmoins, les contradictions présentes dans la littérature et la difficulté d'accès à des données nous ont rappelé que ce domaine reste encore largement en débat et qu'il est essentiel de continuer à explorer ces questions pour mieux accompagner les familles dans la gestion de cette problématique.

3.1 Résumé des éléments de l'analyse

Tout d'abord, les écrans, bien qu'utiles au quotidien, suscitent des dilemmes chez les parents entre les avantages pratiques des écrans et leurs préoccupations éducatives. En effet, certains parents utilisent les écrans pour faciliter leur quotidien, même si cela entre en contradiction avec leurs valeurs éducatives, tandis que d'autres cherchent à gérer l'accès aux écrans de manière équitable entre leurs enfants. Ces tensions sont accentuées par un manque de temps, particulièrement pour les mères, qui utilisent parfois les écrans comme un moyen de gérer leur surcharge quotidienne tout en restant conscientes des enjeux éducatifs. Nous avons alors remarqué que la gestion des écrans demeure souvent une responsabilité genrée, les mères portant une charge éducative et émotionnelle plus importante et éprouvent un sentiment de culpabilité si les enfants dépassent les limites de temps d'écran. Cette répartition des rôles reflète une inégalité de genre dans le travail domestique et éducatif, souvent invisibilisée et considérée comme naturellement assumée par les mères.

De plus, l'utilisation des écrans par les enfants de 0 à 3 ans peut présenter des effets positifs, notamment en offrant un accès à des ressources éducatives. Néanmoins, cela peut également avoir des effets négatifs, tels que la réduction des interactions sociales et des activités physiques.

Face à cela, les parents mettent en place des stratégies variées, comme limiter le temps d'écran ou interdire les écrans pendant la journée, pour favoriser des activités plus enrichissantes. Cependant, le temps que les parents passent eux-mêmes sur leurs écrans peut nuire à leurs interactions avec leurs enfants, affectant ainsi leur développement.

Par ailleurs, l'approche des parents issus de différentes classes sociales concernant l'utilisation des écrans est fortement influencée par leur capital culturel, qui englobe leurs connaissances, leur formation et les conseils qu'ils reçoivent de leur entourage. Ces parents s'appuient sur les recommandations d'amis·e·s, de famille ou de professionnel·le·s pour réguler l'usage des écrans, cherchant à équilibrer les bénéfices et les risques pour leurs enfants. Les parents ayant un capital culturel élevé, souvent lié à une meilleure formation, sont plus conscients des dangers des écrans et établissent des règles strictes. En revanche, ceux confrontés à des contraintes pratiques ont tendance à adopter des approches plus permissives. Cela montre ainsi que le capital culturel joue un rôle déterminant dans les pratiques éducatives des parents, indépendamment de leur statut économique.

Enfin, nous observons des inégalités dans l'accès aux ressources permettant de prévenir les risques liés aux écrans. Certains parents bénéficient de l'accompagnement de professionnel·le·s ou d'informations fournies par les communes et les crèches, alors que d'autres doivent se débrouiller seuls, accentuant les inégalités dans la gestion de l'usage des écrans.

Pour conclure, divers facteurs influencent l'usage des écrans dans les familles, mais l'élément central qui émerge est l'importance des ressources disponibles pour accompagner les enfants dans cette pratique. Selon leur profession, leur niveau de formation et leur lieu de résidence, les parents disposent de ressources variées pour gérer cette question. Un manque de moyens, en particulier de temps, peut limiter leur capacité à encadrer efficacement l'utilisation des écrans. En outre, la formation des parents, leur perception des écrans et, surtout, la disponibilité des mères se révèlent être des facteurs clés dans cette gestion.

3.2 Retour sur l'expérience du travail de bachelor

Au cours de notre travail de bachelor, nous avons acquis une meilleure compréhension des inégalités liées au genre et au rôle du capital culturel dans la gestion de l'utilisation des écrans chez les enfants. Nous avons découvert que ces problématiques sont complexes et multifactorielles, ce qui nous a permis d'approfondir nos réflexions sur la manière dont ces facteurs influencent les pratiques parentales. Effectivement, les différences sociales et éducatives peuvent amener les parents à adopter des stratégies distinctes pour encadrer l'exposition des enfants aux écrans.

Ensuite, nous avons pris plaisir à le réaliser, en grande partie grâce à notre bonne organisation. Cette dynamique de groupe a facilité notre progression et nous a permis de surmonter les défis rencontrés. Toutefois, nous avons parfois ressenti un manque de temps pour approfondir certains aspects de notre recherche, ce qui nous a amenées à faire des choix et à prioriser certaines thématiques.

Enfin, cette expérience a été marquée par la découverte d'une nouvelle institution pour deux d'entre nous, tandis que la troisième, ayant déjà une connaissance de cet environnement, a pu y revenir avec une thématique précise. Cette immersion nous a permis de mieux comprendre le fonctionnement d'un environnement spécifique et d'observer directement les enjeux liés à notre problématique de recherche. Cela a enrichi notre travail en apportant une dimension pratique à nos réflexions théoriques.

3.3 Limites de notre recherche

Durant la rédaction de notre travail, nous avons été confrontées à deux limites. Tout d'abord, lorsque nous avons dû sélectionner des familles pour nos entretiens, nous avons rencontré des difficultés à les classer selon leur catégorie sociale, telles que « classes populaires » ou « classes moyennes ». Cette classification s'est avérée complexe, puisque les critères ne sont pas toujours évidents à définir. Par exemple, certains éléments comme le revenu, le niveau d'éducation ou le type d'emploi ne suffisent pas pour placer une famille dans une catégorie précise. De plus, dans les couples, les deux conjoints peuvent exercer des professions différentes, appartenant parfois à des milieux sociaux distincts. Par ailleurs, certaines familles ne s'identifient pas à ces classifications, ce qui complique davantage leur catégorisation. Cette difficulté a

eu un impact sur notre travail, puisqu'elle a parfois limité notre capacité à analyser les différences entre les milieux sociaux et leurs influences sur l'usage des écrans. En outre, nous avons ressenti un certain malaise face à cette approche, car l'utilisation de ces catégories comporte un risque de stigmatisation pour certaines familles.

Ensuite, le thème des écrans est de plus en plus étudié, mais les recherches restent limitées. En effet, les sources sur le sujet des écrans sont relativement pauvres et souvent contradictoires, ce qui a rendu l'élaboration de notre cadre théorique difficile. La difficulté d'accès à des études fiables et actualisées sur ce thème a également parfois freiné notre progression. Les recherches dans ce domaine sont encore en cours, et les résultats ne sont pas toujours convergents, ce qui complique l'établissement de conclusions claires, définitives et unifiées du sujet.

3.4 Ouverture sur notre travail

Les limites expliquées ci-dessus soulignent l'importance de continuer à approfondir les recherches sur les écrans et leur utilisation au sein des familles afin de mieux comprendre ce sujet et d'approfondir son étude à l'avenir.

Nous avons également constaté que les parents rencontrent des difficultés à se positionner face à l'utilisation des écrans, en raison des divergences entre les sources d'information disponible et de l'accès limité à des ressources fiables pour les guider. Ce constat ouvre des perspectives intéressantes pour de futures recherches, en particulier sur la manière dont les parents accèdent à l'information et s'approprient les conseils disponibles pour accompagner leurs enfants dans l'usage des écrans. De plus, le temps consacré à leurs obligations professionnelles, dans un contexte capitaliste, représente un obstacle majeur. Les exigences liées au travail laissent peu de place pour se former ou pour mettre en œuvre des stratégies éducatives, ce qui complique davantage la gestion de l'utilisation des écrans au sein du foyer.

3.5 Pistes d'action pour les acteurs et actrices concerné·e·s

Nous avons pu observer, à travers la littérature, que de nombreux parents utilisent la télévision ou d'autres appareils numériques comme outils de divertissement pour leurs enfants, ce qui leur permet de bénéficier d'un moment de répit. Cependant, une piste d'action suggérée par Gillioz et al. (2022) serait d'encourager les parents à regarder les écrans avec leurs enfants. En adoptant cette démarche d'accompagnement active, les parents seraient non seulement mieux à même de comprendre le contenu visionné par leurs enfants, mais aussi favoriser un moment de partage et d'interaction qui enrichit la relation parent-enfant. Cela pourrait, par ailleurs, contribuer à réduire le temps passé devant les écrans et à diminuer la culpabilité ressentie par les parents concernant l'utilisation des appareils numériques.

Toutefois, cette solution pourrait se révéler plus facile à mettre en œuvre dans le cadre d'un couple hétérosexuel ou homosexuel, où les responsabilités parentales peuvent être partagées. Dans le cas d'Elena, l'une de nos enquêtée, cette approche semble plus complexe, puisqu'elle doit gérer seule les besoins de son enfant et les contraintes de son quotidien.

Face aux enjeux actuels liés à l'augmentation de la charge de travail, au burn-out professionnel et à la pression croissante sur les individus, il est important de reconsidérer la place des parents dans leur rôle familial. Les exigences professionnelles, souvent caractérisées par des horaires prolongés et un stress permanent, réduisent considérablement le temps consacré à la vie familiale. Dans ce contexte, une initiative populaire, portée par des associations familiales, des syndicats ou des collectifs citoyens, pourrait être mise en œuvre pour alléger la charge mentale et physique des parents.

Une telle démarche viserait à favoriser un meilleur équilibre entre vie professionnelle et vie familiale, permettant ainsi aux parents de passer davantage de temps avec leurs enfants. Cela offrirait non seulement la possibilité d'organiser plus d'activités en famille, mais aussi de mieux réguler le temps passé devant les écrans, réduisant ainsi l'exposition des enfants aux contenus numériques. Cette initiative pourrait également contribuer à réduire la fatigue parentale et à promouvoir une parentalité plus sereine et disponible.

Actuellement, de nombreux·euses professionnel·le·s de la santé alertent sur l'augmentation des retards de langage liés à une exposition excessive aux écrans. Pour mieux accompagner les parents dès la naissance de leur enfant, il serait pertinent, voire essentiel, de leur remettre un fascicule informatif sur l'utilisation des écrans. Ce document aurait pour objectif de sensibiliser les parents aux risques d'une exposition précoce et de leur fournir des conseils et des recommandations adaptés à chaque tranche d'âge.

Cette démarche permettrait de mieux informer les parents et de leur donner les outils nécessaires pour encourager le développement harmonieux de leurs enfants. Cela met également en lumière l'importance d'un accès équitable aux ressources, afin que tous les parents, quel que soit leur contexte, soient soutenus, informés et préparés à prévenir les impacts négatifs d'un usage inadapté des écrans.

3.6 Apport pour le travail et la posture professionnelle

3.6.1 *Apport pour le travail social*

Notre travail de bachelor apporte un éclairage au domaine du travail social en explorant l'usage des écrans dans les familles issues de différentes classes sociales, avec une attention particulière portée sur les enfants âgés de 0 à 3 ans. En étudiant les pratiques parentales et leurs influences sur le développement des tout-petits, ce travail met en lumière une problématique contemporaine à laquelle les professionnel·le·s du social sont de plus en plus confronté·e·s.

En effet, l'intégration des écrans dans les foyers, accélérée par l'évolution technologique, bouleverse les dynamiques familiales et éducatives (Balley, 2021). Ces transformations, souvent marquées par des inégalités sociales, nécessitent des réponses adaptées de la part des intervenant·e·s sociaux·ales. Les effets d'un usage excessif des écrans sur le développement cognitif et social des enfants, comme le retard de langage ou la diminution des interactions, représentent des enjeux majeurs pour les familles et la société qui nécessite des actions de prévention et d'accompagnement.

En proposant une analyse des pratiques éducatives des familles, ce travail valorise une approche holistique. Celle-ci prend en compte la diversité des contextes familiaux et favorise des interventions personnalisées de la part des professionnel·le·s, respectant les habitudes et les valeurs propres à chaque famille. Cela implique de considérer les contraintes et les besoins spécifiques des familles, en particulier celles qui se trouvent en situation de vulnérabilité sociale ou économique. Ce travail souligne également le rôle central des mères, souvent au centre de la gestion des écrans, et la nécessité de leur offrir un soutien adapté.

Pour finir, ce travail de bachelor s'inscrit dans une démarche cohérente avec le Code de déontologie du travail social en Suisse, qui met en avant l'équité, le respect des réalités familiales et l'éthique dans les interventions. Il renforce la réflexion des professionnel·le·s sur leurs pratiques et les invite à développer des compétences pour mieux accompagner les familles dans une société de plus en plus marquée par les technologies numériques (Beck et al., 2010).

3.6.2 Apport pour notre pratique professionnelle

La réalisation de notre travail de bachelor nous a permis de renforcer notre posture professionnelle en tant que futures travailleuses sociales en développant une approche nuancée face à l'usage des écrans dans les familles.

Premièrement, ce travail nous a apporté une perspective critique sur cet enjeu majeur de la société actuelle, tout en prenant en compte les particularités et les dynamiques familiales. Nous avons acquis une meilleure compréhension de l'impact des écrans sur le développement des jeunes enfants. Cela nous sera utile pour notre future pratique professionnelle afin d'aborder cette thématique de manière informée et en respectant les valeurs de chaque famille.

Deuxièmement, ce travail nous a également aidées à mieux saisir les dilemmes auxquels les parents sont confrontés : jongler entre les pressions sociales, des ressources limitées et la volonté d'offrir un environnement sécurisant et bienveillant à leurs enfants. Cette réflexion a nourri notre capacité à concevoir des interventions adaptées, intégrant à la fois une approche préventive et éducative, essentielle pour accompagner efficacement les familles.

Enfin, nous avons pris conscience de l'importance de collaborer avec les parents pour encourager une utilisation réfléchie des écrans, en tenant compte des ressources et des réalités sociales de chacun. Par ailleurs, ce travail nous a apporté une perspective précieuse pour intervenir auprès des enfants, en intégrant nos connaissances liées aux écrans.

3.6.3 Sur le plan personnel

Sur le plan personnel, ce travail nous a permis d'explorer des questions complexes telles que la responsabilité genrée et le capital culturel dans le contexte de l'usage des écrans au sein des familles.

Nous avons pris davantage conscience de l'influence des rôles genrés sur les pratiques éducatives, notamment en ce qui concerne la gestion de l'exposition des enfants aux écrans. Cela nous a amenés à réfléchir à la façon dont ces différences de rôle impactent la perception des parents face aux risques liés aux écrans et leurs effets sur l'équilibre familial. L'absence de reconnaissance du travail domestique place souvent les femmes sous une pression morale supplémentaire, les rendant plus attentives aux enjeux éducatifs. Dans les couples hétérosexuels, cette dynamique est souvent renforcée par une sous-estimation du rôle des femmes dans ces responsabilités.

En parallèle, nous avons exploré le rôle du capital culturel dans la gestion de l'usage des écrans par les familles. Cette réflexion nous a permis de mieux comprendre son influence sur la manière dont elles abordent la question. Elle nous a également poussées à nous interroger sur la façon dont nous pourrions accompagner les familles en offrant une aide ciblée et adaptée à leur niveau d'information sur le sujet.

Ce travail nous a également permis de prendre conscience des inégalités d'accès aux outils de prévention liés à l'usage des écrans, auxquelles les parents sont confrontés. Toutes les familles ne disposent pas du même niveau d'information, ce qui crée des inégalités importantes dans leur capacité à encadrer et accompagner leurs enfants face aux écrans.

En conclusion, l'ensemble du travail de bachelor nous a amenées à saisir pleinement l'importance de la sensibilisation aux écrans dans notre pratique de travailleuse sociale. Cela nous incite à être plus attentives aux réalités de chaque famille et à adapter nos interventions pour répondre à leurs besoins spécifiques.

4. LISTE DE RÉFÉRENCES

- Amossé, T. (2019). Quelle définition statistique des classes populaires ? Propositions d'agrégation des situations socioprofessionnelles des ménages. *Sociétés contemporaines*, 114(2), 23-57. <https://doi.org/10.3917/soco.114.0023>
- Beck, S., Diethelm, A., Kerssies, M., Grand, O., Schmocker, B. (2010). *Code de déontologie du travail social en Suisse. Un argumentaire pour la pratique*. AvenirSocial.
https://avenirsocial.ch/wpcontent/uploads/2018/12/SCR_Berufskodex_Fr_A5_db_221020.pdf
- Balleys, C. (2021). Légitimité parentale et idéal de résistance aux écrans : les principes à l'épreuve des pratiques. *Réseaux*, 230(6), 217-248.
<https://doi.org/10.3917/res.230.0217>
- Bourdieu, P. (2015). *La distinction : critique sociale du jugement*. Les Éditions de Minuit.
- Centre Jean Piaget (2024, 26 février). *Les effets des « écrans » sur le développement des jeunes enfants par Édouard Gentaz* [Vidéo]. Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=kXtX3C9SchE&list=PLIZdvmQB3mW5U8ZvnqNQxvh57Eb-9aAB3&index=2>
- Damon, J. (2012). Les classes moyennes : définitions et situations. *Études*, 416(5), 605-616. <https://doi.org/10.3917/etu.4165.0605>
- Gentaz, E., Borradori-Tolsa, C. (2023, 14 novembre). *Nos jeunes enfants face aux écrans : quels risques pour le développement ?* [Vidéo]. Vimeo.
- Gillioz, E., Lejeune, F., Gentaz, E. (2022). Les effets des écrans sur le développement psychologique des très jeunes enfants : une revue critique des recherches récentes. *Approche neuropsychologique des apprentissages chez l'enfant*, 178, 309-320.

- Guez, A., & Ramus, F. (2019). Les écrans ont-ils un effet causal sur le développement cognitif des enfants ? *Revue suisse de pédagogie spécialisée*, 9(4), 14–21.
- Jehel, S. (2021). Les paradoxes du numérique pour la petite enfance : des difficultés accrues pour les parents des milieux populaires. In A. Dupuy, C. Menesson, M. Kelly-Irving, & C. Zaouche-Gaudron (Éds.), *Socialisation familiale des jeunes enfants* (pp. 87–101). Érès. <https://doi.org/10.3917/eres.dupuy.2021.01.0087>
- Kergoat, D. (2001). Division sexuelle du travail et rapports sociaux de sexe. *Genre et économie : un premier éclairage*, 2. <https://doi.org/10.4000/books.iheid.5419>
- Larousse. (s.d.). Les classes sociales. In *Larousse*. Consulté 18 juin 2024, à l'adresse https://www.larousse.fr/encyclopedie/divers/classe_sociale/34366
- Larousse. (s.d.). Écran. In *Larousse*. Consulté 18 juin 20214, à l'adresse https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/%C3%A9cran/27712#:~:t_ext=1.,voir%20%3A%20Un%20%C3%A9cran%20de%20fum%C3%A9
- Phan, D. (2011). Chapitre 5. Stratification sociale perçue : une société de « classe moyenne » ? In M. Forsé & O. Galland (Éds.), *Les Français face aux inégalités et à la justice sociale* (pp. 60–72). Armand Colin. <https://doi.org/10.3917/arco.galla.2011.02.0060>

5. ANNEXES

5.1 Annexe : Grille d'entretien

« Comment les familles des classes sociales populaires et moyennes utilisent-elles les écrans dans leur quotidien ? »

Brève introduction :

Tout d'abord, nous voulons préciser que vos réponses seront utilisées pour notre recherche de TB et que votre nom et prénom seront anonymisés.

Ensuite, nous avons conscience que l'écran est un sujet tabou dans la société actuelle. L'utilisation des écrans suscite parfois des débats, certains parents se font juger, car ils donnent les écrans à leurs enfants. D'après nous, il y a un tout de même un côté positif et parfois éducatif à cette utilisation. Nous cherchons donc à comprendre quelle place l'écran occupe au sein de vos familles, les difficultés rencontrées, et comment il est utilisé, et cela sans aucun jugement.

Avant de débiter l'entretien de manière plus précise, pourriez-vous nous donner quelques informations générales sur votre famille : combien de membres compte-t-elle ? Quels sont les âges des membres de votre famille ? Est-ce que vous (et votre partenaire, si vous êtes en couple) exercer une activité professionnelle ?

Les habitudes quotidiennes

1. Quels types d'écran possédez-vous à la maison ?

Question de relance : quels sont les principaux usages des écrans au sein de votre famille ? (Ex : pour la communication, le travail, ou l'éducation)

Les pratiques quotidiennes

2. Existe-t-il un cadre établi pour l'utilisation des écrans dans votre famille ?
 - Si oui, pouvez-vous détailler ce cadre ?
 - Qui l'a défini et est-ce qu'il est bien compris par tous ?
 - Dans les familles, il est souvent difficile de respecter le cadre autour des écrans, est-ce que dans votre famille le cadre est respecté ou pas ?
3. Les écrans sont -ils facilement accessibles aux enfants dans votre foyer ?
4. Il y a-t-il des moments spécifiques où les enfants sont autorisés à utiliser les écrans ?

5. Pourriez-vous décrire la journée d'hier de votre enfant en ce qui concerne son utilisation des écrans, depuis son réveil jusqu'à son coucher ?

Le rapport subjectif

6. Vous sentez-vous à l'aise avec le sujet des écrans ? Y a-t-il des aspects qui vous préoccupent particulièrement ?
7. Comment vous et votre conjoint utilisez-vous les écrans au quotidien ? Y a-t-il des règles ou des pratiques spécifiques que vous suivez ensemble ?

Le contenu et le contrôle

8. À quel âge les enfants ont-ils commencé à interagir avec les écrans ?
9. Accompagnez-vous votre enfant lorsqu'il utilise les écrans ? Si oui, pourriez-vous préciser ce qu'il regarde ? Est-ce des programmes éducatifs ou plutôt du divertissement ?
10. Comment gérez-vous les moments où les enfants réclament l'utilisation des écrans ?
11. Avez-vous déjà utilisé des programmes éducatifs sur les écrans avec votre enfant, comme des vidéos pour apprendre l'alphabet ou d'autres sujets similaires ? Si oui, comment cela s'est-il passé et quelles ont été vos impressions ?
12. Dans quelles mesures pensez-vous que l'utilisation des écrans peut être bénéfique ou nuisible au développement de vos enfants ?

Les alternatives aux écrans

13. En dehors de l'utilisation, des écrans quelles sont les activités préférées des enfants ?
14. Encouragez-vous activement d'autres formes de divertissement ou d'apprentissage en dehors des écrans ?

Les recherches de conseils ou de soutiens

15. Avez-vous cherché des conseils ou des recommandations sur la façon de gérer l'utilisation des écrans par les jeunes enfants ?
16. Comment les professionnels de la petite enfance comme les pédiatres ou les éducateurs ont-ils influencé vos décisions concernant l'utilisation des écrans ?

Question de fin

Auriez-vous quelque chose à ajouter sur le sujet, que nous n'avons pas encore abordé ?

5.2 Annexe : Prospectus « Pro Juventute » de la commune

