

L'exposition aux écrans des enfants de moins de trois ans en Suisse romande, à la suite de la pandémie du COVID-19

E. GILLIOZ, T. BELLUCCI, F. LEJEUNE, É. GENTAZ

RÉSUMÉ : L'exposition aux écrans des enfants de moins de trois ans en Suisse romande, à la suite de la pandémie du COVID-19

Le monde hyper-connecté dans lequel grandissent les enfants implique qu'ils sont constamment et précocement confrontés aux écrans. À l'aide de données récoltées à la fin de la pandémie du COVID-19, via une enquête en ligne, cet article décrit les habitudes d'exposition de 437 enfants de moins de trois ans en Suisse romande. Les résultats principaux montrent que les enfants sont exposés plus de deux heures par jour aux écrans, avec une prévalence marquée chez les enfants dont les parents sont de grands utilisateurs et de statut socio-économique plus faible. Le phénomène de technoférence parentale est également très présent, puisque la majeure partie de cette exposition est indirecte et découle de l'utilisation des écrans par les parents en présence de leur enfant. En ce sens, la sensibilisation des parents à leur propre utilisation serait tout aussi cruciale que la proposition de stratégies pour les aider à réguler l'utilisation des écrans de leur enfant.

Mots clés : Écrans – Jeune enfant – Enquête – Post covid-19.

SUMMARY: Toddler's screen habits in French-speaking Switzerland following the COVID-19 pandemic

The hyper-connected world in which children are growing up implies that they are constantly and precociously exposed to screens. Using data collected at the end of the COVID-19 pandemic via an online questionnaire, this article describes the exposure habits of 437 children under three years old in French-speaking Switzerland. The main results show that children under three are exposed to screens for more than two hours a day, with a marked prevalence among children whose parents are high consumers and of lower socioeconomic status. The phenomenon of parental technoference is also very present, since most of this exposure is indirect and stems from parents' use of screens. In this sense, raising parents' awareness of their own use would be just as crucial as proposing strategies to help them regulate their child's use of screens.

Key words: Screens – Young children – Survey – Post covid-19.

RESUMEN: Exposición a las pantallas de los niños menores de tres años en la Suiza francófona, tras la pandemia COVID-19

El mundo hiperconectado en el que crecen los niños hace que estén constantemente expuestos a pantallas desde una edad temprana. A partir de los datos recogidos al final de la pandemia COVID-19, mediante una encuesta online, este artículo describe los hábitos de exposición de 437 niños menores de tres años en la Suiza francófona. Las principales conclusiones muestran que los niños están expuestos a pantallas durante más de dos horas al día, con una marcada prevalencia entre los niños cuyos padres son grandes consumidores y de nivel socioeconómico bajo. El fenómeno de la tecnoférence parental es también muy prevalente, ya que la mayor parte de esta exposición es indirecta y proviene del uso de pantallas por parte de los padres en presencia de sus hijos. En este sentido, concienciar a los padres sobre

Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation, Université de Genève, Suisse.
Auteur de correspondance
E. Gillioz, Laboratoire du développement Sensori-Moteur, Affectif et Social (SMAS), Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation, Université de Genève, 40, Boulevard du Pont-d'Arve, 1211 Genève 4, Suisse.

Conflits d'intérêts : les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêts.

Pour citer cet article : Gillioz, E., Bellucci, T., Lejeune, F., & Gentaz, É. (2024). L'exposition aux écrans des enfants de moins de trois ans en Suisse romande, à la suite de la pandémie du COVID-19. A.N.A.E., 191, 349-358.

su propio uso de las pantallas sería tan crucial como proponer estrategias que les ayuden a regular el uso de las pantallas por parte de sus hijos.

Palabras clave: Pantallas – Niños pequeños – Encuesta – Post covid-19.

Introduction

Les outils numériques font désormais partie intégrante du quotidien de tout un chacun : ils sont une forme de divertissement, ils nous permettent de créer et de maintenir des liens sociaux, et deviennent même indispensables à la réalisation de tâches quotidiennes telles que faire nos achats et payer nos factures. Cependant, bien qu'ils nous permettent de répondre à différents besoins relationnels et pratiques, le monde hyper-connecté dans lequel grandissent les enfants pourrait conduire à une exposition de plus en plus fréquente et ce, dès leur plus jeune âge. Il a d'ailleurs été montré ces dernières années que l'exposition aux écrans était de plus en plus précoce (Li *et al.*, 2020 ; Medawar *et al.*, 2023), et de plus en plus longue (Chen & Adler, 2019 ; Goode *et al.*, 2020). Les enfants de moins de trois ans sont ainsi exposés en moyenne six jours par semaine entre trente minutes et trois heures par jour (Downing *et al.*, 2015 ; Gueron-Sela *et al.*, 2023).

Les minutes, voire les heures, passées quotidiennement devant ces écrans sont considérées comme du temps « volé » aux différents processus d'apprentissage et affecteraient par conséquent le développement de l'enfant à plusieurs niveaux, principalement au niveau cognitif, langagier et socio-émotionnel. Les premiers résultats d'études scientifiques concernant les enfants en bas âge s'accordent ainsi à dire qu'une forte exposition aux écrans pourrait avoir un effet plutôt négatif sur le développement des capacités attentionnelles et langagières de l'enfant lorsqu'il se retrouve seul face à ces écrans (Gillioz *et al.*, 2022a ; Kostyrka-Allchorne *et al.*, 2017 ; Madigan *et al.*, 2020), et que l'utilisation des écrans par le parent en sa présence pourrait impacter, quant à elle, la relation parent-enfant, le lien d'attachement créé, ainsi que le développement socio-émotionnel du tout-petit. À long terme, cela pourrait conduire au développement de troubles internalisés, définis comme des symptômes de type anxieux et des difficultés sociales, ainsi qu'au développement de problèmes externalisés, associés aux troubles des conduites et à l'hyperactivité (Arnaudeau *et al.*, 2024 ; Komanchuk *et al.*, 2023 ; Sundqvist *et al.*, 2020). Ce phénomène se nomme la technoférence parentale et fait référence aux coupures interactionnelles provoquées par l'utilisation d'outils numériques en présence de l'enfant (McDaniel & Radesky, 2018). Il a toutefois été montré que ces différents effets pouvaient être atténués par des facteurs tels que le style parental ou la pratique d'un visionnement interactif au moment de l'exposi-

tion, qui favorise les échanges dyadiques et la relation parent-enfant (Linebarger *et al.*, 2014 ; Swider-Cios *et al.*, 2023 ; Xie *et al.*, 2024), et qu'ils pouvaient même disparaître lorsque des facteurs confondants tels que le statut socio-économique sont pris en considération (Schmidt *et al.*, 2009).

Que les effets des écrans sur le développement des enfants soient dus à leur exposition directe ou alors à travers l'utilisation des écrans par leurs parents, la facilité d'accès des outils numériques et la crise sanitaire mondiale de ces dernières années due à la pandémie du COVID-19 ont rendu ces phénomènes d'autant plus alarmants. Entre les mesures restrictives de confinement et le télétravail rendu obligatoire, l'utilisation massive des technologies numériques à domicile a conduit à une augmentation significative de l'exposition aux écrans par les enfants de moins de trois ans durant le confinement en comparaison à leur utilisation antérieure dans plus de douze pays étudiés (Bergmann *et al.*, 2022 ; Combes *et al.*, 2022). Une enquête menée auprès de 486 familles francophones au cours de la pandémie du COVID-19 a ainsi montré que les enfants entre un mois et trois ans étaient exposés aux écrans de manière directe, intentionnelle et volontaire en moyenne cinq heures par semaine, et ce bien souvent sans accompagnement parental (Gillioz *et al.*, 2022b), alors que les recommandations et règles d'usage préconisent globalement de proscrire toute exposition avant l'âge d'une année et demie voire de deux ans, puis de limiter le temps d'exposition à une heure par jour au maximum durant l'âge préscolaire. Elles conseillent également de privilégier des usages courts, limités et accompagnés (Hawkey, 2019 ; Pappas, 2020 ; World Health Organization, 2019). Bien que la majorité des parents affirment connaître ces règles d'usage, elles ne sont que très peu respectées au quotidien (Poncet *et al.*, 2022) et génèrent bien souvent des sentiments de stress et de culpabilité importants chez les parents qui n'arrivent pas à les suivre (Wolfers *et al.*, 2024). De plus, les premières études menées sur l'après-pandémie semblent indiquer un maintien de ces habitudes d'utilisation nouvellement créées chez les jeunes enfants (voir par exemple Gueron-Sela *et al.*, 2023).

Dans ce contexte, il paraît nécessaire de se demander ce qu'il en est aujourd'hui des habitudes d'utilisation des écrans des enfants entre zéro et trois ans en Suisse romande. Quelles sont-elles ? Sont-elles similaires aux habitudes prises au cours des périodes de confinement ou est-il au contraire possible d'observer un retour à la norme de l'avant-pandémie ? Sont-

elles influencées par certains facteurs socio-démographiques ?

Afin de répondre à ces différentes questions, les objectifs de cette enquête sont les suivants :

- 1) apporter un éclairage sur les habitudes d'utilisation des écrans des enfants de moins de trois ans à la suite de la pandémie du COVID-19 en Suisse ;
- 2) comparer ces chiffres aux données récoltées dans l'étude de Gillioz et al. (2022b) au cours de la pandémie afin de discuter de la potentielle stabilité des habitudes d'utilisation prises au cours des périodes de confinement ;
- 3) analyser les facteurs socio-démographiques qui pourraient avoir une influence sur cette exposition.

Cela permettra d'apporter de nouvelles pistes de compréhension aux professionnels de la petite enfance, puis de les guider dans leurs actions de prévention, ainsi que dans les recommandations promulguées aux parents.

Méthode

Participants

Cette enquête recueille les données de $N = 437$ parents d'enfants entre un mois et trente-six mois ($M = 22$ mois, $ET = 10$ mois) de langue maternelle française et résidant en Suisse romande, renseignées dans 86 % des cas par les mères des enfants. La position socio-économique des participants est calculée à partir d'une formule mathématique qui prend en considération l'âge, le niveau de formation, et la catégorie professionnelle des deux parents (Genoud, 2011). L'indice ainsi trouvé permet de diviser les familles en cinq classes sociales : *classe inférieure* (1-35 ; 20,2 % de la population générale), *moyenne-inférieure* (36-54 ; 20 %), *moyenne* (55-67 ; 19,6 %), *moyenne-supérieure* (68-80 ; 20,9 %) et *supérieure* (> 80 ; 19,3 %). La position socio-économique moyenne des participants de l'échantillon se situe à l'entrée de la classe socio-économique moyenne-supérieure ($M = 68,7$, $ET = 13,016$). Les 97 % des enfants vivent avec leurs deux parents sous le même toit, et 47 % d'entre eux sont enfants uniques. Les 53 % restants ont en moyenne un frère et/ou une sœur ($M = 1,39$, $ET = 0,838$, $Min = 1$, $Max = 8$).

Mesures

Les habitudes quotidiennes d'utilisation des écrans de l'enfant et de sa famille ont été renseignées à l'aide d'un questionnaire *Qualtrics* (Qualtrics, Provo, UT) à remplir en ligne comprenant plus de quatre-vingts questions sur

la thématique, allant du nombre d'écrans au sein du foyer à des questions plus spécifiques centrées sur les âges, les temps et les lieux d'exposition, les contenus, et les stratégies d'accompagnement au cours du visionnement. Il s'agit du même questionnaire que celui proposé aux familles de pays francophones dans l'enquête s'intéressant aux habitudes d'utilisation des écrans des enfants entre zéro et trois ans au cours de la pandémie du COVID-19 (pour plus d'informations, voir Gillioz et al., 2022b). Les réponses aux différentes questions nous ont permis de renseigner entre autres :

- 1) le temps d'exposition directe des enfants, qui correspond au nombre de minutes passées quotidiennement et intentionnellement par les enfants devant les écrans ;
- 2) le temps d'exposition indirecte des enfants, qui correspond au nombre de minutes quotidiennes rapportées par le parent comme étant du temps durant lequel lui-même ou un autre membre de la famille vivant sous le même toit utilise ses écrans en présence de l'enfant ;
- 3) le temps d'exposition totale des enfants, donné par l'addition des temps d'exposition directe et indirecte des enfants.

Procédure

Cette recherche a été acceptée par la commission d'éthique de la Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Éducation de l'Université de Genève. Le questionnaire a été diffusé principalement au sein de différentes structures en lien avec la petite enfance telles que des crèches, des jardins d'enfants, et des cabinets de pédiatre. De plus, le lien était disponible sur différents sites Internet tels que celui de la Fondation Action Innocence à Genève et celui du Laboratoire du développement Sensori-Moteur, Affectif et Social de l'Université de Genève. Toutes les personnes qui ont reçu le lien du questionnaire étaient complètement libres de participer ou non à cette enquête. Sur la première page, une brève explication de l'étude leur était donnée. Il leur était ensuite indiqué les conditions de participation à l'étude, la durée totale moyenne de complétion, ainsi que différentes informations concernant l'anonymisation des données et l'aspect volontaire de la participation, de façon à ce que leur consentement soit totalement éclairé.

Toutes les données de cette enquête ont été récoltées à la suite de la pandémie du COVID-19 en Suisse, une fois les mesures restrictives et de confinement abolies, c'est-à-dire du mois de décembre 2021 au mois de novembre 2023.

Résultats

Les résultats de cette enquête sont présentés en deux parties. Tout d'abord, les habitudes d'utilisation des écrans par les enfants de moins de trois ans sont décrites, puis comparées aux données de l'étude de Gillioz et al. (2022b) récoltées au cours de la pandémie du COVID-19. L'influence de certains facteurs socio-démographiques tels que le statut socio-économique des foyers est ensuite analysée et présentée. L'ensemble des analyses statistiques réalisées sont des test t de Student à échantillons indépendants, avec un seuil de significativité fixé à .05.

Utilisation des écrans par les enfants de moins de trois ans

Les principaux chiffres concernant les écrans et leur utilisation au sein des foyers sont résumés dans le *tableau 1* et concernent uniquement les

enfants de notre échantillon qui sont exposés aux écrans de manière récurrente avec l'autorisation de leur parent ($N = 341$). Les parents estiment que le premier contact visuel de leur enfant avec un écran s'est fait en moyenne à l'âge de 9 mois, mais que la permission de regarder un écran de manière intentionnelle leur aurait été donnée à l'âge de 13 mois. L'écran le plus regardé et/ou utilisé par les enfants en bas âge est le *smartphone* (82,7 % y sont exposés), suivi de la télévision (59,8 %) et de l'ordinateur (41,3 %).

De manière similaire aux chiffres retrouvés dans l'étude de Gillioz et al. (2022b), qui s'est intéressée aux habitudes d'utilisation des écrans durant les périodes de confinement, ces écrans sont regardés par les enfants en moyenne presque trois heures par semaine, ce qui correspond environ à une demi-heure quotidienne (*tableau 2*).

Tableau 1. Les écrans et leur utilisation au sein des foyers suisses romands.

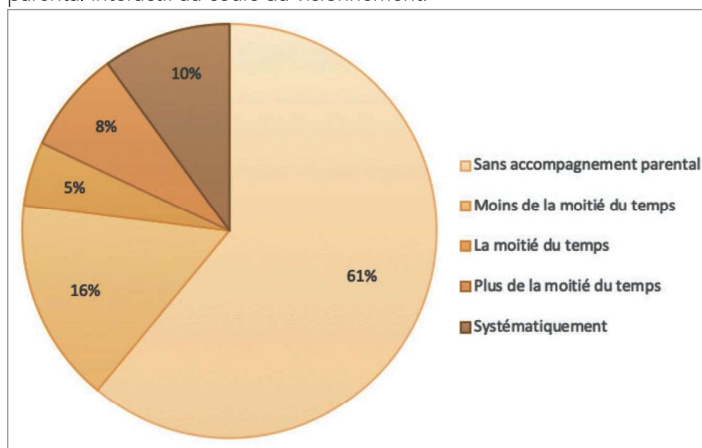
		Moyenne	Écart-type	Minimum	Maximum
Nombre moyen d'écrans au sein des foyers	Total	7,05	3,13	0	16
	Ordinateur	1,91	0,55	0	4
	Smartphone	1,74	0,77	0	4
	Télévision	0,36	0,49	0	3
	Tablette	0,16	0,48	0	4
	Autres	0,08	0,36	0	6
	Consoles de jeux	0,04	0,23	0	6
	Jeux éducatifs	0,09	0,69	0	5
Âge d'exposition des enfants en mois	Première exposition	9	7	0	28
	Autorisation par le parent	13	7	0	36
Minutes d'exposition quotidiennes des enfants	Directe	26	47	0	360
	Indirecte	95	77	0	420
	Total	121	102	0	600
Heures d'exposition quotidiennes des parents	Vie professionnelle	6	4	0	15
	Utilisation récréative	4	2	0	14
	Total	10	5	0	18

Tableau 2. Comparaison des habitudes d'utilisation des écrans par les enfants durant la pandémie (Gillioz et al., 2022b) et après la pandémie.

		Moyenne	Écart-type	t	p-val
Nombre d'écrans moyen au sein des foyers	Durant la pandémie ($N = 416$)	7,36	4,21	1.195	.232
	Données actuelles ($N = 341$)	7,03	3,28		
Âge en mois de la première exposition	Durant la pandémie ($N = 416$)	9,55	7,09	.910	.363
	Données actuelles ($N = 341$)	9,09	6,67		
Minutes d'exposition directe et quotidiennes des enfants	Durant la pandémie ($N = 416$)	29,79	61,31	.894	.372
	Données actuelles ($N = 341$)	26,19	46,58		
Heures d'exposition récréative quotidiennes des parents	Durant la pandémie ($N = 416$)	4,02	3,33	.002	.999
	Données actuelles ($N = 341$)	4,02	2,54		

Cette exposition a lieu principalement dans le courant de la matinée (22 %) ou de l'après-midi (41 %), mais également lors des repas (12 %) ou avant le coucher (5 %), et dans la plupart des cas les enfants se retrouvent seuls devant ces écrans. Seulement 10 % des parents affirment accompagner leur enfant systématiquement et de façon interactive, tel que stipulé dans les recommandations d'usage (figure 1). De plus, les enfants sont exposés involontairement et indirectement aux écrans plus d'une heure et demie par jour, lorsque les parents les utilisent en leur présence. En moyenne, la durée d'exposition totale des enfants de moins de trois ans se monte donc quotidiennement à plus de deux heures (tableau 1).

Figure 1. Pourcentage d'enfants qui bénéficient d'un accompagnement parental interactif au cours du visionnement.



Exposition aux écrans et facteurs socio-démographiques

Des différences significatives ont été observées entre les temps d'exposition indirecte et totale des enfants en fonction de l'âge de la première exposition, respectivement $t(339) = 2.384, p = .018$ et $t(339) = 2.559, p = .011$. Les enfants exposés pour la première fois avant l'âge d'une année et demie ont des temps d'exposition indirecte et totale significativement plus élevés que les enfants exposés

pour la première fois après l'âge d'une année et demie. Les résultats ont également mis en évidence des différences significatives entre les temps d'exposition des enfants en fonction de l'exposition récréative des écrans par leurs parents, respectivement $t(339) = 2.923, p = .004$ pour l'exposition directe, $t(339) = 3.314, p = .001$, pour l'exposition indirecte, et $t(339) = 3.863, p < .001$ pour l'exposition totale. Les enfants dont les parents utilisent les écrans plus de quatre heures par jour à des fins récréatives ont des temps d'exposition significativement plus élevés. Finalement, des différences significatives ont été observées entre les temps d'exposition des enfants en fonction de leur statut socio-économique, respectivement $t(103) = 2.632, p = .01$ pour l'exposition directe, $t(103) = 2.397, p = .018$, pour l'exposition indirecte, et $t(103) = 3.07, p = .003$ pour l'exposition totale. Les enfants qui se trouvent à moins d'un écart-type de la moyenne au niveau de leur statut socio-économique ont des temps d'exposition significativement plus élevés que les enfants qui se trouvent à plus d'un écart type de la moyenne. L'ensemble de ces résultats est résumé dans le tableau 3.

Discussion

Les objectifs de cette enquête étaient multiples. Nous voulions apporter un éclairage sur les habitudes d'utilisation des écrans des enfants de moins de trois ans à la suite de la pandémie du COVID-19 en Suisse romande, comparer ces chiffres aux données récoltées dans l'étude de Gillioz et al. (2022b) au cours de la pandémie, puis finalement analyser les facteurs socio-démographiques qui pourraient avoir une influence sur cette exposition.

Utilisation des écrans par les enfants de moins de trois ans

Les principaux résultats de cette enquête ont montré que les temps d'exposition directe

Tableau 3. Lien entre les temps d'exposition des enfants et différents facteurs socio-démographiques tels que l'âge de la première exposition, l'utilisation des écrans par les parents ainsi que le statut socio-économique du foyer.

		Nombre de minutes quotidiennes d'exposition des enfants								
		Exposition directe			Exposition indirecte			Exposition totale		
		M(ET)	t	p-val	M(ET)	t	p-val	M(ET)	t	p-val
Âge de la première exposition	< 18 Mois (N = 287)	27.96(49.701)	1.648	.100	99.41(79.961)	2.384	.018	127.37(106.77)	2.559	.011
	> 18 Mois (N = 54)	16.59(22.254)			72.22(57.55)			88.81(66.786)		
Exposition récréative quotidienne des parents	< 4 h/jour (N = 190)	19.65(30.938)	2.923	.004	82.89(66.129)	3.314	.001	102.55(83.153)	3.863	< .001
	> 4 h/jour (N = 151)	34.34(59.974)			110.46(87.455)			144.81(118.524)		
Statut socio-économique	< 1 ET de la moyenne (N = 65)	46.35(68.257)	2.632	.010	130.62(85.255)	2.397	.018	176.97(124.932)	3.070	.003
	> 1 ET de la moyenne (N = 40)	17.08(21.151)			89.25(86.865)			106.33(94.961)		

Note. M(ET) = Moyenne et écart-type, N = Nombre de participants concernés, t = Valeur du test-t, p-val = P-valeur associée au test-t avec un seuil de significativité fixé à .05

des enfants de moins de trois ans en Suisse romande se montait en moyenne à trente minutes par jour, le plus souvent dans le courant de l'après-midi. Bien que ces chiffres soient nettement inférieurs aux temps d'exposition généralement retrouvés dans d'autres études (Brushe *et al.*, 2023 ; Dieu Osika *et al.*, 2023), nos résultats indiquent une stabilité des temps d'utilisation des écrans chez les enfants de moins de trois ans en comparaison aux périodes de confinement. Les habitudes nouvellement prises dans ce contexte particulier semblent donc s'être maintenues à moyen terme. Il est également important de souligner que le *smartphone* est désormais l'écran prédominant au sein des foyers et le plus souvent regardé et/ou utilisé par les enfants en bas âge, au détriment de la télévision (Berthomier & Octobre, 2019). Les outils numériques prennent en effet une place de plus en plus importante dans la durée d'exposition totale des enfants, et ce même avant les modifications contextuelles liées à la pandémie et l'introduction, par exemple, du télétravail (Beatty & Egan, 2020). La preuve en est également avec l'utilisation des écrans par les parents en présence de leur enfant, qui se monte quotidiennement à plus d'une heure et demie dans notre échantillon, puisqu'il a été montré que plus de 60 % des coupures interactionnelles qui découlent de ces situations sont causées par l'utilisation d'un *smartphone* (Carson & Kuzik, 2021).

Exposition aux écrans et facteurs socio-démographiques

Les résultats ont montré que les enfants exposés précocement aux écrans avaient des temps d'exposition indirecte significativement plus élevés que les enfants exposés plus tardivement. Cela signifie que les parents qui ont exposé le plus précocement leur enfant aux écrans seraient également ceux qui ont tendance à utiliser davantage leur *smartphone* et/ou tout autre outil numérique en leur présence, augmentant ainsi les temps d'exposition indirecte et totale de leur enfant. Une tendance se dessine alors : plus les parents repoussent l'âge de la première exposition de leur enfant aux écrans, et plus ils sont attentifs à leur propre utilisation en leur présence. *A contrario*, il semblerait qu'il y ait moins de précautions de la part des parents quant à leur utilisation des outils numériques en présence de leur enfant du moment où celui-ci a été exposé précocement et que les recommandations d'âge de la première exposition n'ont pas été respectées. Il semblerait ainsi qu'il y ait un lien entre l'autorisation donnée à l'enfant et celle que le parent se donne à lui-même. Bien que l'enfant ne soit pas exposé davantage de manière directe et intentionnelle,

l'augmentation des coupures interactionnelles qui découlent de ces schémas de pensées et de cette utilisation croissante des outils numériques en présence de l'enfant est d'autant plus préjudiciable dans ces conditions qu'elles ont lieu davantage précocement dans la vie de l'enfant et qu'il s'agit d'une période charnière de son développement. C'est au cours de ces premiers mois que le lien d'attachement se crée : pour favoriser son développement, l'enfant a besoin de la proximité d'une personne adulte sensible et à l'écoute, qui répond de manière congruente à ses besoins. Cependant, face aux écrans, le parent n'est plus autant disponible pour répondre adéquatement aux signaux de détresse envoyés par son enfant et répondre à ses besoins en termes de régulation émotionnelle et de communication (McDaniel, 2020). Le sentiment de frustration que peut ressentir l'enfant dans ces situations d'indisponibilité parentale est comparable à celui qui découle des situations de *Still Face*, largement étudiées en psychologie du développement (Tronick *et al.*, 1978 ; Mesman *et al.*, 2009). En jouant un rôle comparable, la technoférence parentale semble donc influencer les interactions parent-enfant de manière négative en altérant la réponse émotionnelle de l'enfant, puis en limitant sa motivation sociale à entrer en interaction avec son parent (Komanchuk *et al.*, 2023). Il a en effet été montré qu'une utilisation quotidienne plus élevée des écrans par le parent, en présence de l'enfant ou non, était associée à une moins bonne phase de réunion avec lui, c'est-à-dire contenant moins d'expressions d'affects positifs et moins d'engagement de la part de l'enfant (Myruski *et al.*, 2018 ; Stockdale *et al.*, 2020). De surcroît, il est plus difficile pour le parent de rediriger son attention sur les signaux envoyés par son enfant et de réinitier un échange de qualité lorsque l'interaction a été coupée par un *smartphone* en comparaison à d'autres distractions de la vie quotidienne, impactant par conséquent le développement des capacités d'attention conjointe de l'enfant (Krapf-Bar *et al.*, 2022 ; Lemish *et al.*, 2020). De plus, les résultats ont montré des différences significatives entre les temps d'exposition directe et indirecte des jeunes enfants en fonction des habitudes sous-jacentes d'utilisation de leurs parents. Les enfants de grands consommateurs seraient eux-mêmes davantage exposés aux écrans.

Les parents qui utilisent beaucoup les écrans, que ce soit en présence de leur enfant ou non, auraient donc tendance à avoir des règles plus laxistes concernant l'usage des écrans par leur enfant, principalement au niveau de l'âge de la première exposition, et utiliseraient davantage les technologies en leur présence.

Les résultats ont également montré une différence significative des temps d'exposition directe et indirecte des enfants en fonction de leur niveau socio-économique. Les enfants de l'échantillon qui se trouvent dans les classes socio-économiques les plus faibles sont davantage exposés aux écrans que les enfants qui appartiennent aux classes socio-économiques les plus élevées. L'effet du niveau socio-économique sur les temps d'exposition des enfants est un effet quelque peu controversé dans la littérature scientifique. Alors qu'il a été montré à plusieurs reprises que le nombre d'heures passées devant les écrans variait en fonction de la catégorie socio-professionnelle des parents et du revenu moyen du foyer, cette différence ne se retrouve pas systématiquement (Veldman *et al.*, 2023), et ne s'était pas retrouvée non plus durant les périodes de confinement, où les enfants de tout niveau socio-économique étaient exposés de manière similaire (Berthomier & Octobre, 2019 ; Gillioz *et al.*, 2022b). Il semblerait ainsi que la modification contextuelle liée à la pandémie ait atténué voir aboli temporairement cet effet. Cependant, puisque le temps passé devant les écrans par les enfants en bas âge est resté relativement stable ces deux dernières années, il semblerait alors qu'une fois les mesures restrictives abolies, les familles au niveau socio-économique les plus bas aient davantage exposé leur enfant aux écrans alors que les familles au niveau socio-économique les plus élevées tendent à diminuer cette consommation, marquant un retour de l'importance du statut socio-économique sur les temps d'exposition des enfants.

Dans le champ des pratiques éducatives et familiales, le développement et l'épanouissement des enfants sont influencés par le capital économique et culturel des familles, c'est-à-dire par les ressources financières, matérielles, ainsi que par les connaissances et les compétences des parents qui donnent accès à différents avantages culturels. La propension des classes inférieures à utiliser plus fréquemment les écrans peut donc être expliquée par différents facteurs, notamment par le fait qu'elles disposent de moins de ressources économiques pour la réalisation d'activités alternatives variées, qui soutiennent le développement psychologique global de l'enfant. Ce sont également des familles qui ont une attitude plus positive à l'égard des écrans, qui les utilisent davantage au quotidien, et qui admettent établir moins de règles limitant les temps d'exposition (Beyens & Eggermont, 2014). Au-delà du capital économique plus faible de ces familles, il semblerait donc que les pratiques et les normes sociales propres à ces milieux,

façonnées par un environnement où l'utilisation des écrans est plus acceptée et encouragée, puissent contribuer à une exposition plus élevée des enfants de manière précoce. De plus, l'environnement culturel des familles, et par conséquent l'environnement dans lequel grandissent les enfants, peut également exercer une influence sur les habitudes d'utilisation des écrans, au-delà de leur statut socio-économique : les enfants résidant aux États-Unis ont par exemple des temps d'exposition largement supérieurs aux enfants finlandais (Combes *et al.*, 2022). Ce n'est donc pas le simple fait d'appartenir à une classe socio-économique spécifique qui conduit à ces différences, mais l'environnement culturel, les ressources et les attitudes, entre autres facteurs, qui sous-tendent les classes.

Conclusion

Les temps d'exposition des enfants de moins de trois ans en Suisse romande semblent rester stables depuis la pandémie du COVID-19 et se montent ainsi à plus de deux heures quotidiennes. Ce sont généralement les enfants issus des milieux populaires ainsi que les enfants dont les parents sont de grands consommateurs qui sont les plus concernés par ce phénomène (Bernard *et al.*, 2023). La grande majorité de cette exposition découle cependant de l'usage des écrans par les parents en leur présence. Sensibiliser les parents à leur propre utilisation serait en ce sens tout aussi crucial et nécessaire que la proposition de dispositifs d'accompagnement destinés à guider les parents dans la régulation des usages des écrans par leur enfant (Ponti, 2023 ; Vincent, 2023), d'autant plus que les recommandations d'usage sont globalement très peu suivies et qu'il peut leur sembler difficile de suivre de tels programmes (Poncet *et al.*, 2022). De plus, il est nécessaire de s'intéresser aux différents facteurs entourant l'exposition directe des enfants. Par exemple, l'enfant est-il accompagné au cours du visionnement ? À quel moment de la journée est-ce que cette exposition a-t-elle lieu ? Et quels sont les contenus qu'il regarde ? Tous ces facteurs peuvent venir médiatiser l'effet de l'exposition aux écrans sur les différents pans du développement de l'enfant, en les atténuant, par exemple lorsque l'accompagnement est présent et interactif, ou au contraire en les exacerbant, lorsque l'exposition a lieu au cours des repas, avant le coucher, ou qu'il s'agit de contenus violents et non-adaptés (Yang *et al.*, 2023).

Au vu de l'omniprésence des écrans dans notre quotidien, il peut sembler difficile pour

les jeunes parents de faire sans ces écrans et de ne jamais exposer leur enfant, mais il est néanmoins possible de limiter les risques en favorisant un accompagnement adapté ainsi que des moments d'échange sans écrans, par exemple durant les repas et avant le coucher. Il est également nécessaire de responsabiliser les parents sur leur propre utilisation des écrans et leur apprendre à utiliser leurs outils numériques différemment et de manière plus réfléchie lorsque les enfants sont présents dans la pièce. L'ensemble de ces éléments pourraient ainsi être des leviers importants de changement et permettraient d'atténuer les risques potentiels liés à une forte exposition.

RÉFÉRENCES

- Arnaudeau, S., Hofer, C., & Danet, M. (2024). *La technoférence parentale : Revue de littérature des liens avec la qualité de la parentalité et le développement socioémotionnel du jeune enfant*. Canadian Psychology. Advance online publication.
- Beatty, C., & Egan, S. (2020). Screen Time in Early Childhood: A Review of Prevalence, Evidence, and Guidelines. *Journal of Early Childhood Studies*, 13(1), 17-32.
- Bergmann, C., Dimitrova, N., Alaslani, K., Almohammadi, A., Alroqi, H., Aussems, S., Barokova, M., Davies, C., Gonzalez-Gomez, N., Gibson, S.P., Havron, N., Horowitz-Kraus, T., Kanero, J., Kartushina, N., Keller, C., Mayor, J., Roger Mundry, R., Shinsky, J., & Mani, N. (2022). Young children's screen time during the first COVID-19 lockdown in 12 countries. *Scientific Reports*, 12(1), 1-15.
- Bernard, J. Y., Poncet, L., Saïd, M., Yang, S., Dufourg, M.-N., Gassama, M., & Charles, M.-A. (2023). Temps d'écran de 2 à 5 ans et demi chez les enfants de la cohorte nationale Elfe. *Bull Epidemiol Hebd*, 6, 98-105.
- Berthomier, N., & Octobre, S. (2019). Enfant et écrans de 0 à 2 ans à travers le suivi de cohorte Elfe. *Culture études*, 1(1), 1-32.
- Beyens, I., & Eggermont, S. (2014). Putting young children in front of the television: Antecedents and outcomes of parents' use of television as a babysitter. *Communication Quarterly*, 62(1), 57-74.
- Brushe, M. E., Lynch, J. W., Melhuish, E., Reilly, S., Mittynty, M. N., & Brinkman, S. A. (2023). Objectively measured infant and toddler screen time: Findings from a prospective study. *SSM - Population Health*, 22, 101395.
- Carson, V., & Kuzik, N. (2021). The association between parent-child technology interference and cognitive and social-emotional development in preschool-aged children. *Child: Care, Health and Development*, 47(4), 477-483.
- Chen, W., & Adler, J. L. (2019). Assessment of screen exposure in young children, 1997 to 2014. *JAMA pediatrics*, 173(4), 391-393.
- Combes, C., Guerra, A., Létang, C., & Roy, A. (2022). Usages des écrans : État des lieux auprès d'une cohorte d'enfants français. *A.N.A.E.*, 178, 333-343.
- Dieu Osika, S., Issaeva, L., Boutin, E., & Osika, E. (2023). Screen time of toddlers in Paris suburbs: Quantitative and qualitative analysis. *Archives de Pédiatrie*, 30(8), 558-562.
- Downing, K. L., Hnatiuk, J., & Hesketh, K. D. (2015). Prevalence of sedentary behavior in children under 2 years: A systematic review. *Preventive Medicine*, 78, 105-114.
- Genoud, P. A. (2011). *Indice de position socioéconomique (IPSE) : un calcul simplifié*. Université de Fribourg. www.unifr.ch/cerl/fr/indice-de-position-socioeconomique.html.
- Gillioz, E., Bellucci, T., Borghini, A., Gentaz, É., & Lejeune, F. (2022b). Les écrans et les jeunes enfants (0-3 ans) dans un contexte de pandémie de COVID-19 : une enquête en ligne conduite auprès de 486 parents. *A.N.A.E.*, 178, 321-331.
- Gillioz, E., Lejeune, F., & Gentaz, É. (2022a). Les effets des écrans sur le développement psychologique des très jeunes enfants : une revue critique des recherches récentes. *A.N.A.E.*, 178, 309-320.
- Goode, J. A., Fomby, P., Mollborn, S., & Limburg, A. (2020). Children's technology time in two US cohorts. *Child Indicators Research*, 13(3), 1107-1132.
- Gueron-Sela, N., Shalev, I., Gordon-Hacker, A., Egotubov, A., & Barr, R. (2023). Screen media exposure and behavioral adjustment in early childhood during and after COVID-19 home lockdown periods. *Computers in Human Behavior*, 140, 107572.
- Hawkey, E. (2019). *Media use in childhood: Evidence-based recommendations for caregivers*. CYF News. [En ligne]. <https://www.apa.org/pi/families/resources/newsletter/2019/05/media-use-childhood>
- Komanchuk, J., Toews, A. J., Marshall, S., Mackay, L. J., Hayden, K. A., Cameron, J. L., ..., & Letourneau, N. (2023). Impacts of parental technoférence on parent-child relationships and child health and developmental outcomes: a scoping review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 26(8), 579-603.
- Kostyrka-Allchorne, K., Cooper, N. R., & Simpson, A. (2017). The relationship between television exposure and children's cognition and behaviour: A systematic review. *Developmental Review*, 44, 19-58.
- Krapf-Bar, D., Davidovitch, M., Rozenblatt-Perkal, Y., & Gueron-Sela, N. (2022). Maternal mobile phone use during mother-child interactions interferes with the process of establishing joint attention. *Developmental Psychology*, 58(9), 1639-1651.
- Lemish, D., Elias, N., & Floegel, D. (2020). "Look at me!" Parental use of mobile phones at the playground. *Mobile Media & Communication*, 8(2), 170-187.
- Li, C., Cheng, G., Sha, T., Cheng, W., & Yan, Y. (2020). The relationships between screen use and health indicators among infants, toddlers, and preschoolers: A meta-analysis and systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7324-7343.
- Linebarger, D. L., Barr, R., Lapierre, M. A., & Piotrowski, J. T. (2014). Associations Between Parenting, Media Use, Cumulative Risk, and Children's Executive Functioning. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 35(6), 367-377.
- Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., & Christakis, D. A. (2020). Associations Between Screen Use and Child Language Skills: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA pediatrics*, 174(7), 665-675.
- McDaniel, B. T. (2020). Technoférence: Parent mobile device use and implications for children and parent-child relationships. *Zero To Three*, 41(2), 30-36.
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2018). Technoférence: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child development*, 89(1), 100-109.
- Medawar, J., Tabullo, Á. J., & Gago-Galvagno, L. G. (2023). Early language outcomes in Argentinean toddlers: Associations with home literacy, screen exposure and joint media engagement. *British Journal of Developmental Psychology*, 41(1), 13-30.
- Mesman, J., Van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2009). The many faces of the Still-Face Paradigm: A review and meta-analysis. *Developmental Review*, 29(2), 120-162.
- Myruski, S., Gulyayeva, O., Birk, S., Pérez-Edgar, K., Buss, K. A., & Dennis-Tiway, T. A. (2018). Digital disruption? Maternal mobile device use is related to infant social-emotional functioning. *Developmental Science*, 21(4), e12610.
- Pappas, S. (2020). What do we really know about kids and screens. *American Psychological Association*, 51(3), 42.
- Poncet, L., Saïd, M., Gassama, M., Dufourg, M. N., Müller-Riemenschneider, F., Lioret, S., ..., & Bernard, J. Y. (2022). Sociodemographic and behavioural factors of adherence to the no-screen guideline for toddlers among parents from the French nationwide Elfe birth cohort. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(104), 1-11.
- Ponti, M. (2023). Screen time and preschool children: Promoting health and development in a digital world. *Paediatrics & Child Health*, 28(3), 184-192.
- Schmidt, M. E., Rich, M., Rifas-Shiman, S. L., Oken, E., & Taveras, E. M. (2009). Television Viewing in Infancy and Child Cognition at 3 Years of Age in a US Cohort. *Pediatrics*, 123(3), e370-e375.

- Stockdale, L. A., Porter, C. L., Coyne, S. M., Essig, L. W., Booth, M., Keenan-Kroff, S., & Schvaneveldt, E. (2020). Infants' response to a mobile phone modified still-face paradigm: Links to maternal behaviors and beliefs regarding technofence. *Infancy*, 25(5), 571-592.
- Sundqvist, A., Heimann, M., & Koch, F. S. (2020). Relationship between family technofence and behavior problems in children aged 4-5 years. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(6), 371-376.
- Swider-Cios, E., Vermeij, A., & Sitskoorn, M. M. (2023). Young children and screen-based media: The impact on cognitive and socioemotional development and the importance of parental mediation. *Cognitive Development*, 66, 101319.
- Tronick, E., Als, H., Adamson, L., Wise, S., & Brazelton, B. (1978). The infant's response to entrapment between contradictory messages in face-to-face interaction. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 17(1), 1-13.
- Veldman, S. L. C., Altenburg, T. M., Chinapaw, M. J. M., & Gubbels, J. S. (2023). Correlates of Screen Time in the Early Years (0-5 years): A systematic review. *Preventive Medicine Reports*, 33, 102214.
- Vincent, V. (2023). Les dangers de l'exposition précoce aux écrans : quelle prévention en pratique ? *Journal de Pédiatrie et de Puériculture*, 36(6), 253-258.
- Wolfers, L. N., Nabi, R. L., & Walter, N. (2024). Too Much Screen Time or Too Much Guilt? How Child Screen Time and Parental Screen Guilt Affect Parental Stress and Relationship Satisfaction. *Media Psychology*, 1-32.
- World Health Organization (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*.
- Xie, W., Lu, J., & Lin, X. (2024). Is screen exposure beneficial or detrimental to language development in infants and toddlers? A meta-analysis. *Early Child Development and Care*, 194(4), 606-623.
- Yang, S., Saïd, M., Peyre, H., Ramus, F., Taine, M., Law, E. C., ... & Bernard, J. Y. (2023). Associations of screen use with cognitive development in early childhood: the ELFE birth cohort. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 65(5), 680-693.