



Estelle Gillioz ; Fleur Lejeune ; Edouard Gentaz

Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Education, Université de Genève, Suisse

Tiziana Bellucci

Fondation Action Innocence, Genève, Suisse

Coupures interactionnelles et *technoférence* parentale : les effets des nouvelles technologies sur le développement socio-émotionnel du jeune enfant – 7 minutes de lecture

Les écrans font partie intégrante de notre environnement. Smartphones, tablettes, ordinateurs, nous les utilisons quotidiennement à des fins personnelles et professionnelles. Ils sont une forme de divertissement, ils nous permettent de maintenir et de créer des liens sociaux, et deviennent même nécessaires à la réalisation de tâches quotidiennes telles que payer nos factures. Cependant, les effets de ces outils digitaux sont doubles. Bien qu'ils nous permettent de répondre à différents besoins relationnels, en nous permettant par exemple de maintenir des contacts sociaux et familiaux à distance, ils peuvent aussi nous éloigner de l'interaction humaine et des personnes qui nous entourent. Le regard fixé sur l'écran et notre attention capturée très régulièrement par les notifications, nous pouvons être moins réceptifs aux sollicitations de nos interlocuteurs et de notre environnement (Braune-Krickau et al., 2021). Lorsque que nous interrogeons des enfants, ils rapportent même se sentir frustrés, tristes et en colère face à l'utilisation des smartphones par leurs parents, affirmant qu'ils doivent « se battre » pour réussir à attirer leur attention (Steiner-Adair & Barker, 2013). Qu'en est-il alors des ressentis des plus jeunes enfants, qui n'ont pas les mêmes capacités pour les exprimer si explicitement ?

Imaginez un moment d'échange entre un bébé et son parent : ils se regardent, se sourient, le petit babille, son parent l'imité et lui répond. Un cercle vertueux se crée autour de cet échange, permettant au bébé de développer un lien d'attachement fort et sécurisé avec son parent, lorsque soudainement la sonnerie d'un téléphone portable retentit ... L'attention du parent est alors redirigée, son visage se fige et l'interaction est interrompue, il n'est plus autant disponible pour répondre adéquatement aux besoins de son enfant. Ce phénomène est appelé la *technoférence* parentale et fait référence aux interruptions dans les échanges dyadiques entre le parent et son enfant, provoquées par l'utilisation des nouvelles technologies au moment de l'interaction (McDaniel & Radesky, 2018). Ces coupures interactionnelles peuvent entraver la construction du lien d'attachement et avoir un effet sur le développement cognitif, langagier et socio-émotionnel de l'enfant puisque 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 un phénomène étudié en psychologie du développement depuis plusieurs décennies, déjà bien avant l'arrivée des technologies dans le quotidien du jeune enfant. À l'aide du paradigme du *Still Face* (Tronick et al., 1978 ; Mesman et al., 2009), les chercheurs ont étudié l'effet des coupures interactionnelles sur le développement émotionnel des bébés âgés de deux à neuf mois, en demandant aux mères d'adopter soudainement un visage impassible et de couper toute forme de communication avec leur enfant. Il est ressorti de ces études que ces situations étaient particulièrement stressantes pour le bébé, amenant avec elles une tonalité affective très négative (pleurs, montées de stress, puis résignation sans régulation émotionnelle). La reprise de la communication est alors une phase clé dans ce paradigme, car elle permet au bébé de retrouver un certain équilibre et de se réguler (<https://www.youtube.com/watch?v=leHcsFqK7So>).

Lorsque les parents utilisent leur smartphone en présence de leur bébé, il est possible d'observer un phénomène relativement similaire : il y a une interruption dans les échanges dyadiques au moment où les écrans accaparent l'attention du parent, qui devient impassible aux signaux de son bébé. Le bébé va alors adopter des comportements agressifs, pleurer et crier pour attirer l'attention de son parent, puis va finalement se sentir angoissé et désemparé (Barr et al., 2018). Il est en effet impossible pour lui de se réguler seul face à cette montée de stress : c'est uniquement à l'aide de la régulation mutuelle entre le parent et son bébé que de telles capacités peuvent s'acquérir et que le jeune enfant devient autonome pour réagir adéquatement aux situations stressantes.

Les effets des coupures interactionnelles découlant de l'utilisation des écrans sont d'autant plus préjudiciables de nos jours car elles se produisent de plus en plus précocement dans le développement, parfois même dès les premières semaines de la vie de l'enfant. Au cours de l'allaitement par exemple, un moment privilégié dans la construction du lien d'attachement, la mère stimule moins son bébé lorsqu'elle se trouve devant un écran (Ventura et al., 2019). De plus, les outils digitaux sont connus pour accaparer davantage l'attention du parent en comparaison à d'autres distractions de la vie quotidienne (Lemish et al., 2020). La reprise du lien et de la communication est alors plus compliquée à gérer pour le bébé et son parent, car il est plus difficile pour le parent de réinitier un échange de qualité et de rediriger son attention sur les signaux de son bébé lorsqu'il a été absorbé par son écran.

En conclusion, pour grandir et se développer, le jeune enfant a besoin de vivre des moments d'échange avec ses parents : les interactions en face-à-face, le contact visuel, l'attention partagée, ainsi que la sensibilité du parent aux signaux de son bébé sont toutes des composantes qui lui permettent de développer des compétences socio-émotionnelles adaptées et de construire un lien d'attachement sécure, lui permettant de se développer sereinement au cours des premières années de sa vie. Une grande majorité des parents affirment cependant passer du temps devant les écrans lorsque leur jeune enfant est présent dans la pièce, parfois même systématiquement (Gillioz et al., 2022), et plus de 60% des coupures interactionnelles sont causées par l'utilisation du smartphone (Carson & Kuzik, 2021). La présence d'écrans au sein des foyers et leurs usages par les parents pourraient être associés à certaines difficultés développementales du jeune enfant (pour une revue question, cf. Gillioz, Lejeune & Gentaz, 2022 ; voir aussi la conférence sur le site de l'APPEA : <https://youtu.be/Hq6Fq03yBoM9>). La sensibilisation des parents à ces notions et la promotion des échanges de qualité, exempts d'écran le plus régulièrement possible sont des pistes possibles et nécessaires (voir par exemple <https://www.actioninnocence.org/publication/grandir-avec-les-ecrans-2/>). Des études scientifiques sont également nécessaires pour valider et expliciter davantage ce phénomène et l'effet de ces coupures interactionnelles, qui perturbent le quotidien du jeune enfant.

ANAE N° 178 - Effets des "écrans" sur le développement des enfants coordonné par Edouard.
<https://www.anae-revue.com/2022/05/03/anae-n-178-effets-des-%C3%A9crans-sur-le-d%C3%A9veloppement-des-enfants/>

Références

- Barr, R., McClure, E., & Parlakian, R. (2018). What the research says about the impact of media on children aged 0-3 years old. *Zero to three*, 1-24.
- Braune-Krickau, K., Schneebeli, L., Pehlke-Milde, J., Gemperle, M., Koch, R., & von Wyl, A. (2021). Smartphones in the nursery: Parental smartphone use and parental sensitivity and responsiveness within parent-child interaction in early childhood (0-5 years): A scoping review. *Infant Mental Health Journal*, 42(2), 161-175.
- 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.
- Gillioz, E., Lejeune, F. & Gentaz, É. (2022). 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.
- Gillioz, E., Bellucci, T., Borghini, A., Gentaz, É., & Lejeune, F. (2022). 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.
- 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.
- McDaniel, B. T. (2020). Technoference: 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). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child development*, 89(1), 100-109.
- 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.
- Steiner-Adair, C., & Barker, T. H. (2013). *The big disconnect: Protecting childhood and family relationships in the digital age*. New York, NY: Harper Business.
- Tronick, E., Als, H., Adamson, L., Wise, S., & Brazelton, T. 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.
- Ventura, A. K., Levy, J., & Sheeper, S. (2019). Maternal digital media use during infant feeding and the quality of feeding interactions. *Appetite*, 143(104415), 1-7.