

Écrans interactifs

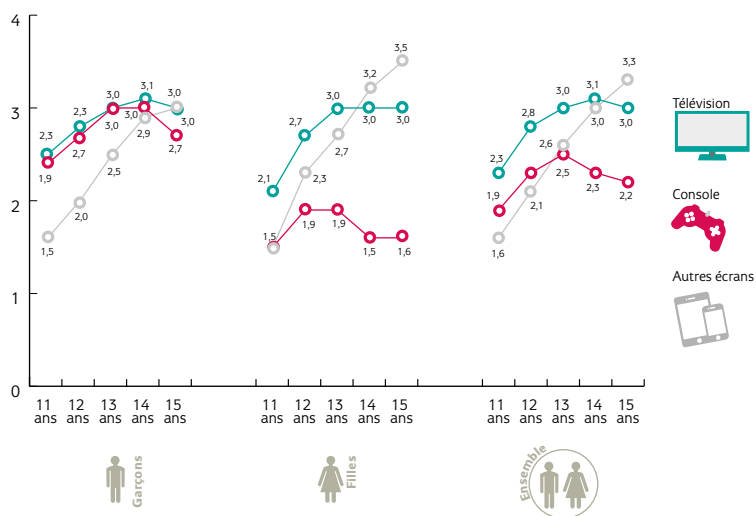
Antoine Philippon, Alex Brissot, Olivier Le Nézet, Stanislas Spilka

Le taux d'équipement des ménages en appareils électroniques munis d'écrans, le plus souvent nomades et offrant un accès à Internet, a quasiment doublé ces dix dernières années en France (INSEE, 2016). L'intensification de l'utilisation des ordinateurs, consoles de jeu et autres types d'écrans (outre la télévision) est de plus en plus manifeste parmi les plus jeunes. Cette omniprésence des écrans marque une rupture culturelle et générationnelle inédite (Obradovic *et al.*, 2014), dont les conséquences sur le développement cognitif et social sont encore mal connues. En l'absence d'études menées en population adulte, ce chapitre dresse un état des lieux des usages d'écrans interactifs chez les adolescents, usages qui n'ont eu de cesse de s'intensifier et se diversifier.

Les collégiens et collégiennes face aux écrans

Les résultats de l'enquête Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) 2014 montrent que les durées cumulées passées devant un écran (tous types confondus) atteignent en moyenne 5,8 heures par jour à 11 ans et 8,4 heures à 15 ans. Les résultats de l'enquête témoignent de la difficulté de mesurer ces usages cumulés,

Figure 1. Moyennes quotidiennes des heures passées devant différents types d'écrans selon l'âge



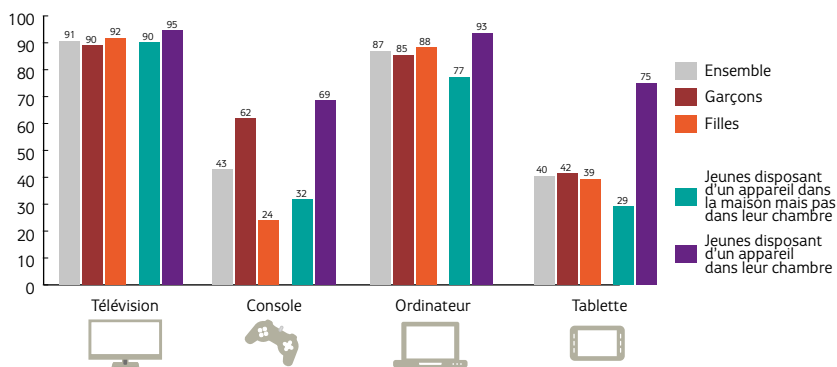
Source : HBSC 2014

qui diffèrent selon les centres d'intérêt et le sexe des répondants (figure 1). Ainsi, les consoles de jeu sont particulièrement prisées par les garçons, qui déclarent y jouer chaque jour en moyenne une heure de plus que les filles. Dans les deux cas, après une légère augmentation entre l'âge de 11 et 13 ans, le nombre d'heures passées à jouer sur une console baisse au profit des autres pratiques d'écran. L'utilisation d'un écran d'ordinateur pour faire des devoirs, envoyer des mails, communiquer sur des réseaux sociaux et surfer sur Internet progresse avec l'âge : de 1,6 heure par jour en moyenne chez les 11 ans, ce temps passe à 3,3 heures par jour chez les élèves de 15 ans. Les collégiens passent jusqu'à 3 heures par jour devant la télévision. Ce niveau maximum est atteint à 14 ans sans différence entre les sexes.

Les lycéens et Internet

Plus de la moitié des lycéens interrogés dans le cadre de l'enquête European School Survey Project on Alcohol and Others Drugs (ESPAD) en 2015 déclarent se connecter à Internet 4 heures ou plus par jour et plus de 80 % d'entre eux 2 heures ou plus. Les réseaux sociaux sont en tête : la moitié des lycéens les consultent au moins 2 heures par jour. Viennent ensuite les activités de téléchargement et de streaming (43 % y consacrent au moins 2 heures quotidiennes), puis les recherches et lectures (32 %), et enfin les jeux vidéo en ligne (24 %). Au lycée, contrairement au collège, la durée d'utilisation d'Internet est semblable entre les sexes. Certaines distinctions se font cependant jour : les filles se disent sensiblement plus actives sur les réseaux sociaux, ce qui suscite, selon leurs dires, des tensions au sein de leur famille, alors que les garçons demeurent plus enclins à la pratique des jeux vidéo, dont l'usage excessif est reconnu par l'OMS comme un trouble mental (WHO, 2018). À l'approche des épreuves du baccalauréat, l'utilisation des réseaux sociaux et des jeux vidéo recule en faveur d'un temps accru consacré à la lecture et aux recherches sur Internet en lien avec les devoirs et les révisions.

Figure 2. Taux d'usage hebdomadaire d'appareils électroniques (en %)



Source : ESCAPAD 2017, OFDT

Les résultats scolaires restent corrélés au temps passé devant les écrans : les adolescents passant plus de 4 heures quotidiennes devant un écran sont plus nombreux à déclarer des résultats au-dessous de la moyenne, ce que confirme la littérature scientifique (Sharif et Sargent, 2006). Le temps passé devant les écrans a également une incidence négative sur le temps de sommeil, indispensable à la santé des adolescents (Léger *et al.*, 2012). En outre, selon les études internationales utilisant divers critères de définition, 1 % à 5 % des adolescents seraient dépendants aux jeux vidéo (Kuss et Griffiths, 2012).

Les écrans à 17 ans

La plupart des jeunes de 17 ans utilisent un ordinateur au moins une fois par semaine (87 % d'entre eux, figure 2). Quatre jeunes sur dix (40 %) indiquent passer plus de 2 heures par jour devant l'ordinateur. À 17 ans, neuf jeunes sur dix ont regardé la télévision durant la semaine précédant l'enquête (91 %) et plus de un jeune sur trois (36 %) le fait en moyenne au-delà de 2 heures par jour. Quelque quatre jeunes sur dix ont utilisé une console de jeu au cours de la semaine écoulée (43 %, dont 62 % des garçons et 24 % des filles). Quatre jeunes sur dix déclarent avoir utilisé une tablette durant les 7 jours précédant l'enquête (40 %). Ils sont 12 % à l'utiliser plus de 2 heures par jour et 4,0 % plus de 6 heures. Enfin, six jeunes sur dix disent ne jamais éteindre leur téléphone portable lorsqu'ils dorment, les deux tiers ne jamais l'éteindre lorsqu'ils sont en cours et les trois quarts (74 %) le gardent toujours allumé lorsqu'ils font leurs devoirs ou révisent.

Évolutions récentes

À mesure de leur avancée en âge, les adolescents passent de plus en plus de temps devant des écrans interactifs. Les usages qu'ils en font sont variés : il s'agit principalement d'échanges sur des réseaux sociaux, mais aussi de consommation de contenus culturels, de recherche d'information et de jeux vidéo. Si l'usage excessif de ces derniers est susceptible de générer des troubles mentaux, il convient de noter que les adolescents passant le plus de temps devant des écrans, y compris pour d'autres usages, ont davantage tendance à être en échec scolaire.

