

Table des matières

INTRODUCTION.....	7
LES ÉCRANS, LA RÉVOLUTION NUMÉRIQUE.....	13
Description technique.....	13
<i>Différences techniques et d'usage entre les appareils</i>	13
<i>La révolution numérique</i>	14
<i>Les objets connectés</i>	15
<i>Les symboles comme alternative au récit</i>	16
Nature et usage des écrans en France.....	16
<i>Équipements</i>	17
<i>Conditions et modalités d'usage</i>	19
Conditions d'usage dans le temps et suivant l'environnement.....	35
<i>Les écrans avant et après la pandémie de Covid</i>	35
<i>Motifs et facteurs favorisant l'exposition aux écrans</i>	45
LA DURÉE ET L'UTILISATION PROBLÉMATIQUE.....	55
La durée d'exposition.....	55
<i>Valeur du critère pour les moins de 3 ans</i>	55
<i>Caractéristiques de l'exposition à un âge précoce</i>	58
<i>Valeur de la durée de l'exposition chez les adolescents</i>	63
L'utilisation problématique.....	67
<i>Contours d'un critère d'analyse</i>	67
<i>De l'utilisation problématique à l'addiction</i>	69
<i>L'addiction aux jeux vidéo</i>	70
Durée de l'exposition et usage problématique des écrans	74
Conclusion.....	77

MÉCANISMES À L'ŒUVRE DANS L'EXPOSITION AUX ÉCRANS...	79
Traitement sensoriel	79
<i>Les canaux sensoriels empruntés par la technologie</i>	79
<i>Importance de la sensori-motricité chez le bébé</i>	81
<i>La voie d'action directe du sensoriel</i>	82
<i>Le profil sensoriel</i>	85
<i>Traitement sensoriel de l'exposition aux écrans</i> <i>chez les jeunes enfants</i>	89
Réduction des échanges dans les interactions	92
<i>Importance des interactions chez les moins de 3 ans</i>	92
<i>Interactions chez les adolescents</i>	105
Attention et régulation émotionnelle	111
<i>Apport des neurosciences</i>	111
<i>Régulation des émotions chez les moins de 3 ans</i>	113
<i>Régulation des émotions chez les adolescents</i>	116
La croisée des mécanismes	118
<i>Croisée des mécanismes en jeu</i> <i>chez les moins de 3 ans – Synthèse</i>	119
<i>Les troubles du déficit de l'attention avec ou sans</i> <i>hyperactivité</i>	122
Les contenus des médias numériques à l'adolescence...	125
<i>L'adolescence, période de vulnérabilité et de potentialités</i> ..	125
<i>Confrontation aux contenus des médias sociaux</i>	127
Principaux mécanismes en jeu	131
<i>Atteinte du traitement sensoriel</i>	131
<i>Perturbation des interactions et technoférence</i>	131
<i>Défaut de régulation émotionnelle</i>	131
Conclusion : processus d'élaboration clinique	132
<i>Processus d'investigation</i>	132
QUAND LES ÉCRANS FONT ÉCRAN À LA VIE DE L'ENFANT	133
Effets des écrans chez les moins de 3 ans.....	133
<i>Atteinte du sommeil et activités physiques réduites</i>	134
<i>Effets sur le développement du langage</i> <i>et des capacités cognitives</i>	136
<i>Sur les comportements autistiques et les troubles de</i> <i>l'attention</i>	143
Effets des écrans chez les adolescents	145
<i>Le corps</i>	145