

SOCIÉTÉ • LES DÉBATS SUR L'ÉDUCATION

« Le droit des élèves à la déconnexion doit être formellement reconnu »

TRIBUNE

Collectif

Le temps d'écran des enfants augmente sans garde-fou, avec de graves conséquences sur leur santé physique et mentale, alerte un collectif d'enseignants, de médecins, de chefs d'entreprise, de directeurs de grande école, d'éditeurs et d'artistes, qui appelle à enrayer une catastrophe sanitaire.

Publié aujourd'hui à 06h30, modifié à 08h05 | Lecture 3 min.

Article réservé aux abonnés

🔊 Cette tribune paraît dans « Le Monde de l'éducation ». Si vous êtes abonné au *Monde*, vous pouvez vous inscrire à cette lettre hebdomadaire [en suivant ce lien](#).

Le 30 avril, le rapport « Enfants et écrans » était remis au président de la République. Il met en lumière « *la réalité de l'hyperconnexion subie des enfants et des conséquences pour leur santé, leur développement, leur avenir, pour notre avenir aussi... celui de notre société, celui de notre civilisation, et peut-être même celui de notre humanité* ».

Devant un tel enjeu, que peut faire concrètement l'école pour protéger ses élèves ? Continuer à subir, ou sortir de l'impasse ? Impossible de passer à côté : la liste des risques sanitaires liés à l'activité numérique des enfants et des adolescents est accablante. Retards de langage, sédentarité, troubles de la vue, perturbation du sommeil, anxiété, dépression...

LA SUITE APRÈS CETTE PUBLICITÉ

En France, les jeunes de 16-19 ans passent en moyenne cinq heures dix minutes par jour à visionner un écran à usage strictement récréatif, et douze minutes seulement à lire un livre pour le loisir, selon une étude Ipsos pour le Centre national du livre.

Lire aussi | [Commission « écrans » : la place du numérique à l'école fait débat](#)

Le temps d'écran de nos enfants augmente sans garde-fou, sans cadre ni limite, et nous savons que les conséquences sur leur santé physique et mentale sont graves. Il est urgent d'agir pour enrayer cette catastrophe sanitaire. Chacun, parents, enseignants, médecins, responsables politiques, doit le faire à son niveau.

Crise numérique

Malgré cette prise de conscience collective, l'éducation nationale poursuit sa numérisation. La volonté de moderniser l'institution est louable. Cependant, le mésusage du numérique à l'école renforce l'hyperconnexion des élèves à leurs dépens.

Cours en ligne, cours du soir, ateliers : développez vos compétences

Découvrir

Dès la 6^e, les établissements scolaires fournissent aux élèves des tablettes ou des ordinateurs. Ces équipements individuels numériques transforment les pratiques d'apprentissage : les élèves n'utilisent plus d'agenda (l'enseignant note à leur place les devoirs à faire sur le cahier de textes en ligne), n'ont plus de manuels papier (ceux-ci étant progressivement remplacés par leur version numérique), et perdent l'habitude d'écrire (les cours étant téléchargeables sur les espaces collaboratifs).

Il ne s'agit pas que du temps passé à l'école : l'écran individuel est rendu indispensable aussi pour les devoirs à la maison. Par cette approche, l'école rend progressivement les élèves passifs en classe et dépendants du numérique.

Lire aussi | [L'OCDE appelle à une « lutte contre la distraction » provoquée par l'exposition aux écrans à l'école](#)

Certains acteurs du système éducatif mettent en avant la visée pédagogique de certaines applications numériques. « Ne diabolisons pas l'écran ! », « l'usage seul est problématique », « haro sur le numérique récréatif, vive le numérique éducatif ! », voilà la position de ceux qui n'envisagent pas de remettre en question la numérisation accélérée de l'école.

Nous les entendons, mais nous ne pouvons ignorer le constat de la commission d'experts : quel que soit leur usage, récréatif ou éducatif, les écrans affectent gravement la vue et le sommeil des jeunes. Alors, comment ne pas s'inquiéter qu'un élève passe la journée devant sa tablette, et se reconnecte ensuite le soir pour faire ses devoirs, quand bien même son usage du numérique serait purement éducatif ?

Face à la crise numérique, l'action ne peut être que collective. Le collectif Education numérique raisonnée appelle enseignants et parents à adopter une démarche coéducative pour réguler les écrans à l'école comme à la maison. Sans cette cohérence, la sensibilisation des élèves à un usage raisonné du numérique est vouée à l'échec.

Écouter aussi | [Ecrans : quels risques pour les enfants, selon la science](#)

En communiquant clairement auprès des familles, les établissements scolaires peuvent inciter les parents à instaurer à la maison un cadre de vie basé sur la règle des « quatre pas », proposée par la psychologue Sabine Duflo : pas d'écran avant d'aller en classe, ni avant de dormir, ni à table, ni dans la chambre à coucher. L'école peut aussi recommander que l'acquisition du premier smartphone soit retardée jusqu'à l'âge de 15 ans, comme le préconise la commission écrans.

Outil complémentaire

Mais, avant tout, l'éducation nationale doit agir de manière exemplaire. Le droit des élèves à la déconnexion doit être formellement reconnu grâce à une charte qui peut être rédigée par les

établissements scolaires dès à présent de façon à être signée par l'élève, ses parents et les enseignants. Ce droit à la déconnexion engage les enseignants à donner des devoirs à la maison ne nécessitant pas de recours aux écrans.

Il n'entrave nullement la liberté pédagogique des professeurs qui voudraient utiliser ponctuellement le numérique en classe lorsqu'ils le jugent opportun. En revanche, il permet de réserver aux devoirs à la maison un temps de concentration libre de toute activité numérique, et de réduire ainsi l'exposition des élèves aux écrans.

Lire aussi | [Les écrans à l'école ou le règne des injonctions contradictoires](#)

Instaurer le droit des élèves à la déconnexion est une manière simple et lisible de remettre le numérique à la place qui devrait être la sienne dans l'éducation : celle d'un outil complémentaire qui ne peut se substituer à la lecture de livres imprimés, à la prise de notes manuscrites, aux travaux de rédaction et aux interactions réelles.

Le droit à la déconnexion est aussi un moyen évident de limiter les risques de glissement vers des usages numériques récréatifs dont on connaît les conséquences. Ne pas agir maintenant, alors que tous les signaux sont au rouge et que la source du problème est clairement identifiée, serait collectivement irresponsable.

¶ **Signataires principaux : professeur Amine Benyamina**, psychiatre-addictologue, chef du département de psychiatrie-addictologie à l'hôpital Paul-Brousse (AP-HP) ; **Isabelle Carré**, actrice ; **Antoine Compagnon**, de l'Académie française ; **Alain Ducasse**, chef cuisinier ; **Mercedes Erra**, présidente et fondatrice de BETC Group ; **Jean-Pierre Farandou**, PDG du groupe SNCF ; **Franck Gervais**, directeur général du Groupe Pierre & Vacances-Center Parcs ; **professeure Marion Leboyer**, professeure de psychiatrie, université Paris-Est-Créteil et directrice de la Fondation FondaMental ; **Enrique Martinez**, directeur général de Fnac Darty ; **Romain Soubeyran**, directeur général de Centrale-Supélec...

Philosophes/écrivains/essayistes

Eliette Abécassis, philosophe et écrivaine ; **Olivier Babeau**, universitaire, consultant et essayiste ; **Philippe Bihoux**, ingénieur et essayiste ; **Miguel Benasayag**, philosophe ; **Antoine Compagnon**, de l'Académie française ; **Thomas d'Ansembourg**, psychothérapeute, écrivain et conférencier ; **Julien Damon**, enseignant à Sciences Po et à HEC. **Max Engammare**, historien ; **Jean-Gabriel Ganascia**, professeur à la Sorbonne Université. **Denis Kambouchner**, philosophe, professeur émérite à l'université Panthéon-Sorbonne ; **Gaspard Koenig**, philosophe et écrivain ; **Jean-Marc Le Gall**, consultant, ancien professeur associé au CELSA. **Karine Mauvilly**, autrice ; **Vincent Mignerot**, essayiste.

• Artistes

Jean-Efflam Bavouzet, pianiste ; **Valérie Bonneton**, actrice ; **Isabelle Carré**, actrice et écrivaine ; **Charlelie Couture**, artiste multiste ; **Henri Jobbé-Duval**, Président de la Source, Garouste Hermine ; **Cédric Klapisch**, réalisateur ; **Bruno Moinard**, designer, architecte d'intérieur, peintre et scénographe. **Pascal Rophé**, chef d'orchestre.