aff-Appriv. RoVo Pediatres-24-10-14 24/10/14 10:57 Page1

Apprivoiser les écrans et grandir

3 - 6 - 9 - 12

Avant 3 ans

L'enfant a besoin de construire ses repères spatiaux et temporels

De 3 à 6 ans

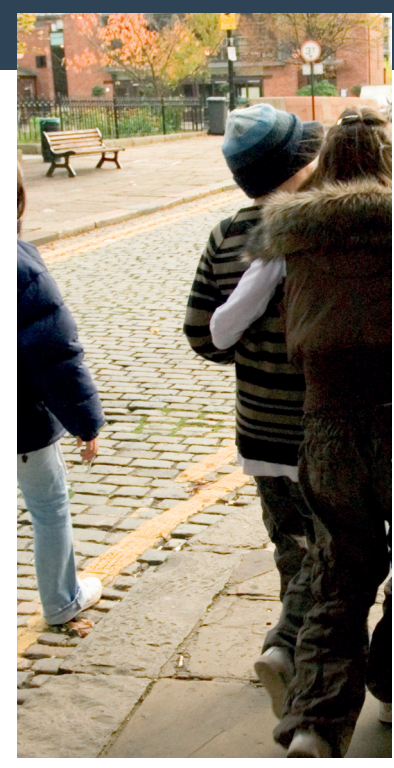
L'enfant a besoin de découvrir toutes ses possibilités sensorielles et manuelles

De 6 à 9 ans

L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social

De 9 à 12 ans

L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde



Après 12 ans

L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux

La TV, pas avant 3 ans

La console personnelle, pas avant 6 ans

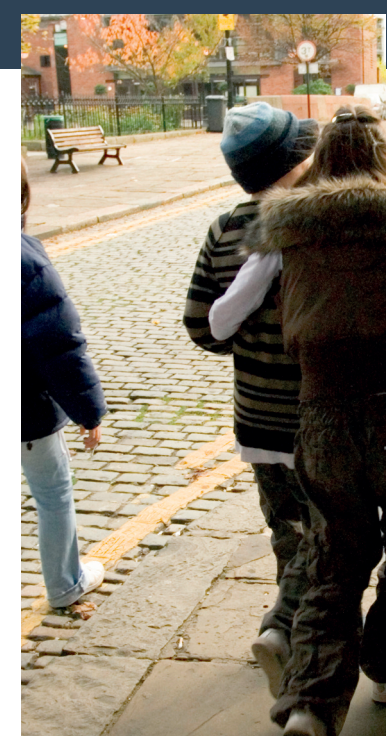
Internet après 9 ans

Les réseaux sociaux après 12 ans

> **« J'ai imaginé les repères « 3-6-9-12 » comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues. »**
>
> **Serge Tisseron**
>
> *3-6-9-12. Apprivoiser les écrans et grandir*, Ed. érès

aff-Appriv. RoVo Pediatres-24-10-14 24/10/14 10:57 Page2

À tout âge, limitons les écrans, veillons à la qualité des programmes, invitons les enfants à parler de ce qu'ils ont vu ou fait, encourageons leurs créations.



3 – 6 – 9 – 12, des écrans adaptés à chaque âge

Avant 3 ans

Le meilleur des jouets, c'est celui qu'il fabrique ; le meilleur des écrans, c'est le visage de l'adulte.

Je préfère les jeux traditionnels et les histoires lues ensemble à la télévision et aux DVD.

Je laisse à mon enfant le temps de s'ennuyer pour imaginer ses prochains jeux.

La tablette, c'est fait pour jouer à deux.

De 3 à 6 ans

Je fixe des règles claires sur le temps d'écrans.

Je respecte les âges indiqués pour les programmes.

La tablette, la télévision et l'ordinateur, c'est dans le salon, pas dans la chambre.

Je privilégie les jeux vidéo qu'on joue à plusieurs plutôt que ceux qu'on joue seul.

De 6 à 9 ans

Je fixe des règles claires sur le temps d'écrans, et je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait.

La tablette, la télévision et l'ordinateur, c'est dans le salon, pas dans la chambre.

Je paramètre la console de jeux.

Je parle du droit à l'intimité, du droit à l'image, et des 3 principes d'Internet :

1) Tout ce que l'on y met peut tomber dans le domaine public ;

2) Tout ce que l'on y met y restera éternellement ;

3) Il ne faut pas croire tout ce que l'on y trouve.

De 9 à 12 ans

Je détermine avec mon enfant l'âge à partir duquel il aura son téléphone mobile.

Il a le droit d'aller sur Internet, je décide si c'est seul ou accompagné.

Je décide avec lui du temps qu'il consacre aux différents écrans.

Je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait

Je lui rappelle les 3 principes d'Internet.

Après 12 ans

Mon enfant « surfe » seul sur la toile, mais je fixe avec lui des horaires à respecter.

Nous parlons ensemble du téléchargement, des plagiats, de la pornographie et du harcèlement.

La nuit, nous coupons le WIFI et nous éteignons les mobiles.

Je refuse d'être son « ami » sur Facebook.

Diffusons cette affiche.

Nous ne modifierons notre relation aux écrans que tous ensemble.

Pédiatres