

Société | Le numérique, pour se perdre ou se trouver : Serge Tisseron au congrès de la FNAREN



Internet et le numérique en général ont révolutionné notre rapport à la réalité, aux autres, à nous-mêmes. Rien de nouveau dans un tel constat, si ce n'est peut-être que les transformations s'accélèrent. C'est sous l'angle de cette question très actuelle que s'est tenu à Cenon, du 24 au 27 juin, le 30ème congrès de la FNAREN. La manifestation proposait aux psychiatres, philosophes et chercheurs invités d'intervenir autour du thème « L'enfant et les images, entre virtuel et réel ». Parmi eux, Serge Tisseron, psychiatre et docteur en psychologie.

Vivre avec les écrans « Le monde actuel est totalement différent de celui d'hier. Peu importe comment nous gérons les "écrans", ils changent tout dans notre vie. Et ils se développent de plus en plus vite ». Pour le psychiatre, il est illusoire de voir les nouvelles technologies comme de simples outils. Le tournant du XXIème siècle a amené une révolution totale : dans notre relation au savoir comme à l'apprentissage ; dans notre fonctionnement psychique comme dans notre rapport aux autres. « L'être humain finit toujours par avoir l'idéologie de ses technologies. C'est pour cela qu'il vaut mieux y regarder à deux fois avant de les adopter ». Internet et les écrans sont déjà parmi nous ; ils y sont même plébiscités. L'enjeu est maintenant de mieux comprendre en quoi ils nous transforment.

Pour Serge Tisseron, « il y a un danger à croire que le virtuel s'oppose au réel ». La distinction ne fait plus sens. Difficile d'avancer aujourd'hui que les rencontres sur Internet mènent forcément à des liens moins solides, ou moins humains. Dans les relations humaines, les nouvelles technologies créent simplement d'autres modalités de présence, d'autres modes de communication. S'ils sont encore récents, et frustrants pour certains, ils n'en sont pas moins valables. Le « virtuel » a également le pouvoir d'aider les individus à vivre le réel. Les Google Glasses pourraient ainsi bientôt trouver leur utilité en psychiatrie. Utilisées sur des patients terrorisés par les aéroports ou les ascenseurs, elles permettraient un premier pas dans la lutte contre leur phobie, sans pour autant les placer directement dans la situation redoutée. Un traitement moins violent ; moins coûteux aussi.

L'ère du livre est derrière nous Nos sociétés voient aujourd'hui grandir des générations d'enfants

pour lesquelles l'avant-Internet ne renvoie qu'aux souvenirs de leurs parents, et aux manuels d'histoire. Des jeunes nés entourés de smartphones et de tablettes, pour lesquels les réseaux sociaux sont un prolongement naturel des relations quotidiennes. Sur le plan cognitif, il y a rupture. Des idées que nous croyions immuables se révèlent n'être que le reflet d'une époque. La conviction qu'il est toujours mieux de lire les livres un par un, du début jusqu'à la fin, est aujourd'hui dépassée. Celle qu'il est impératif de ne faire qu'une tâche à la fois pour la faire correctement aussi.

L'ère de l'écran amène avec elle un nouveau mode d'attention. L'*hyperattention*, ou attention distribuée, consiste en une attention extrêmement intense et soutenue, par opposition à une *deep attention* plus longue et plus relâchée. Multitâche, l'hyperattention ne peut être mobilisée que sur des laps de temps courts (généralement de 10 à 20 minutes). Si elle est facilement assimilée à une forme de zapping, le parallèle est réducteur. L'hyperattention permet un raisonnement « spatial », fondamental dans la résolution des problèmes parce qu'il aide à articuler les éléments en présence, qu'il s'agisse d'objets ou de concepts. L'attention distribuée est d'une grande aide dans ce processus. Elle offre aussi à l'enfant qui s'en saisit une capacité d'association très riche et une pensée non cloisonnée qui le poussent à la créativité. Comme le rappelle Serge Tisseron, « La majorité des grandes inventions viennent du fait d'appliquer à d'autres champs des procédés qui ne leur sont pas destinés ».



Mais grandir en 2.0 comporte aussi des risques. « On voit de plus en plus d'enfants qui n'identifient pas les émotions de base, et les mimiques qui vont avec. Je pense que le paysage audiovisuel y est pour quelque chose » Plus que le message ou la trame des contenus proposés aux enfants, c'est le rythme qui pose problème « Le souci

avec les programmes pour enfant, ce n'est pas que la représentation des émotions soit erronée, mais que ça se passe trop vite. C'est aussi le cas dans les films pour adultes, mais les adultes ont normalement déjà acquis de quoi décoder. Les enfants, eux, ne repèrent rien »

Un défi pour l'école Pour la même raison, beaucoup d'enfants d'aujourd'hui font preuve de difficultés à raconter, ou à expliquer. « On sent clairement un désir de mettre en scène, mais la capacité est troublée. On rencontre régulièrement des enfants qui arrivent à résoudre une tâche, mais qui ne savent pas comment ils ont fait pour réussir » Le psychiatre diagnostique un besoin de travailler sur l'oralité, l'expression de soi-même. Beaucoup plus considérée par les Anglo-saxons, cette capacité à se raconter fait cruellement défaut à l'éducation d'un certain nombre de petits Français. « Il est essentiel de montrer à l'enfant qu'on prend plaisir à ce qu'il raconte. Ce qui manque aux enfants, ce ne sont pas les livres, c'est la narrativité ».

Seulement, comment faire fonctionner une classe d'enfants qui ne peuvent se concentrer que par à-coups, sur des phases de quelques minutes à peine ? Pour le psychiatre, il y a effectivement problème. Non seulement pour l'enseignant, placé dans une position très délicate, mais aussi pour les élèves incapables de s'adapter. « Ce qui est nouveau, ce n'est pas qu'il y ait des enfants qui n'écoutent rien. Il y en a toujours eu. Seulement, ceux d'autrefois pensaient qu'ils n'étaient pas faits pour l'école. Ceux d'aujourd'hui estiment plutôt que c'est l'école qui n'est pas faite pour eux. Et ils protestent. »

La question de comment élever des enfants dans le monde d'aujourd'hui reste entière. Pour Serge Tisseron, la clarté est primordiale. Les enfants ne doivent pas grandir dans une confusion trop marquée entre ce qui se déroule sur les écrans et ce qui se passe autour d'eux. En 2007, le psychiatre mettait au point les repères « 3-6-9-12, pour apprivoiser les écrans », qui suggèrent à quel âge et comment introduire les différents écrans dans la vie de nos enfants. L'objectif n'est pas de les en tenir toujours éloignés, mais de comprendre qu'il y a un temps pour tout.

Joséphine Duteuil

Crédit Photo : Joséphine Duteuil

Publié sur aqui.fr le 02/07/2015

[Url de cet article](#)