eu un énorme succès partout en France. Pas d'écran le matin avant l'école, car cela surstimule l'attention réflexe aux dépens de l'attention volontaire. Pas d'écran durant les repas, car c'est à peu près le seul moment où l'enfant et ses parents peuvent échanger et cela a un impact important sur les compétences langagières. Pas d'écran avant de s'endormir, car, contrairement à ce que l'on pourrait croire, ce n'est pas une activité calmante et, en outre, les écrans diffusent une lumière bleue qui inhibe la mélatonine, une neurohormone nécessaire à l'endormissement. Enfin, pas d'écran dans la chambre de l'enfant, car les parents perdent tout contrôle sur le temps qu'il y consacre et le contenu qu'il visionne.[6]

Z : Pour en revenir au contenu, il y a aussi toute la problématique liée au porno…

S. D. : Un tiers des vidéos qui s'échangent sur le Net sont en effet à caractère pornographique. Donc, si vous laissez votre enfant naviguer seul sur le web, vous lui ouvrez forcément la porte vers des contenus hypersexualisés et violents.
Une étude de 2018 a estimé que 1 adolescent sur 5 aurait été exposé à du matériel pornographique de manière accidentelle. Une autre a montré qu'en France, 58% des garçons et 45% des filles avaient vu leur première image pornographique avant l'âge de 13 ans.

Ces images que les enfants ne comprennent pas peuvent tout à la fois les exciter et les dégoûter. Elles ont un effet direct sur la construction de leur sexualité et ont sur eux un impact traumatique. Cela peut engendrer des comportements inédits chez de jeunes enfants comme des doigtés dans les couloirs, des fellations dans les toilettes du collège, et même à l'école primaire. On ne voyait jamais ça avant.

Quand ces dérives sont apparues, au début, mes collègues et moi-même nous posions la question du visionnage par les parents de films porno en présence de l'enfant et/ou d'un climat familial incestueux. Et en fait non, dans la majorité des cas, il s'est avéré que les parents ne surveillaient pas la navigation de leur enfant qui, une fois qu'il avait été exposé à du contenu pornographique, y retournait à leur insu.

L'enfant apprend par imitation et tout ce qu'il voit, il va tenter de le reproduire. Le problème du porno, c'est qu'il agit comme un viol psychique sur le petit. Tous les champs de son développement affectif et cognitif peuvent être atteints. Une génération entière d'enfants est ainsi sacrifiée au profit des intérêts de l'industrie.

Z : Que peuvent faire les parents pour résister à la déferlante du numérique, des écrans et de la pornographie sur le web ?

S. D. : Seules des lois suffisamment fortes pour lutter contre la dictature numérique permettront aux parents de reprendre le contrôle de l'éducation de leurs enfants. Malheureusement, de nos jours, les adultes ne sont pas en mesure d'assurer la sécurité des enfants. Et que font nos gouvernements ? Ils misent uniquement sur le dialogue et la prévention. En soi, c'est une démarche positive. À condition de ne pas oublier qu'un enfant est un être en construction qui a besoin d'être guidé dans ses choix, d'être protégé par des lois et de savoir ce qui se passera s'il enfreint les règles.

L'école, par le biais notamment de l'éducation à la sexualité, peut inculquer des notions positives, comme celles du consentement et du plaisir féminin, complètement négligées dans nos sociétés patriarcales. À condition qu'elles soient introduites au bon moment, quand l'adolescent a acquis une maturité physique et psychique suffisante.

Mais décrire les techniques sexuelles ne doit pas faire l'objet d'un enseignement scolaire. Pour que la sexualité reste une expérience qui rend heureux, elle doit s'en tenir au domaine de l'intime, sinon elle devient aliénante.

Combien de fois ai-je entendu en thérapie un homme, une femme, cherchant à comprendre l'échec de son couple, qui disait: *« Je ne comprends pas, on s'entendait bien, sexuellement ça fonctionnait et pourtant il m'a quitté(e). »* Croire que la sexualité pratiquée comme un comportement détaché de la relation à un/une autre est garante de notre bonheur est une erreur.

Z : Aujourd'hui, on parle de plus en plus de l'intelligence artificielle. En regard des problèmes que vous avez soulevés, celle-ci peut-elle apporter des solutions ou ne fera-t-elle qu'aggraver la situation ?

S. D. : Cela va l'aggraver, bien sûr. L'éducation, ce n'est pas le conditionnement. C'est quelque chose qui se fait d'être humain à être humain depuis des millénaires, des parents vers leurs enfants, des enseignants vers leurs élèves. L'objectif, c'est que l'élève n'ait plus besoin du maître, qu'il soit capable d'être un sujet autonome, qui pense par lui-même, qui est conscient de ses choix et de ses actions et qui en est entièrement responsable. À partir du moment où la transmission passe par une machine, on n'est plus dans de l'éducatif mais dans du formatage.

On parle toujours de progrès technique comme si ces deux mots étaient forcément liés, mais la technique n'est pas nécessairement un progrès du point de vue de notre humanité. Internet, c'est formidable à condition que cela ne nous dépossède pas de nos capacités à penser par nous-mêmes. Sinon, on vacille dans un monde totalitaire…

1 *Il ne décroche pas des écrans ! La méthode des 4 pas pour protéger le cerveau des enfants*, août 2020, Poche Marabout.
2 *Critiques de l'école numérique*, ouvrage collectif, coordonné par C. Biagini, C. Cailleaux et F. Jarrige, 2019, L'Échappée.
3 « Psychopathologie quotidienne de l'enfant au pays des nouveaux médias : une approche neuroscientifique », Bruno Harlé et Sabine Duflo-Compoint, in Neurosciences, psychothérapie et développement affectif de l'enfant, 2014, Liber.
4 https://surexpositionecrans.fr/
5 Sénat. Question orale n° 037735.
6 « Mon enfant face aux écrans : 4 pas pour mieux grandir » : http://www.sabineduflo.fr/vous-et-les-ecrans-conseils-pratiques