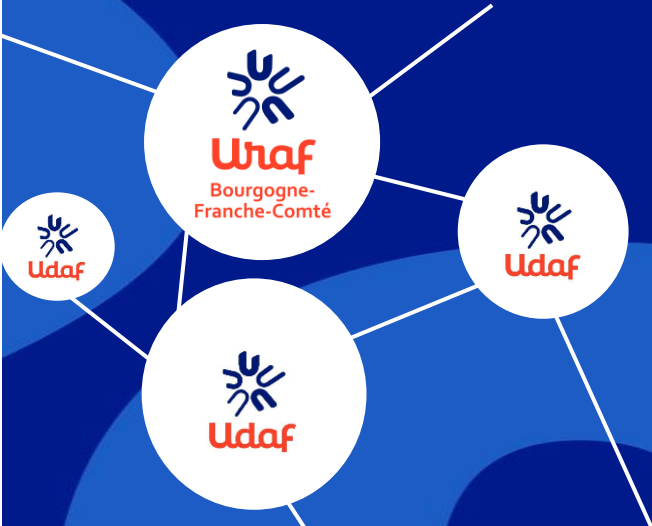




Observatoire de la famille



Pistes de réflexion :
Comment accompagner les parents face aux écrans ?

**Union Régionale des
Associations Familiales**

12 rue de la famille
25000 Besançon

Tél. : 03.81.47.85.06

urafbourgognefrancheconte@gmail.com

Les écrans : Quelle place dans la vie des familles en Bourgogne-Franche-Comté ?

Une enquête et quelques pistes de réflexion.

La place des écrans dans la vie familiale constitue un enjeu majeur. En 2024, l'Uraf Bourgogne-Franche-Comté via l'Observatoire de la famille mettait en avant qu'il était compliqué pour un parent sur deux de gérer l'utilisation des écrans par leurs enfants. Le réseau **Udaf-Uraf de Bourgogne-Franche-Comté** a donc souhaité faire le point sur les réalités vécues par les parents **en répondant favorablement à la sollicitation de Nathalie Chapon et Annie Lasne, chercheuses à l'Université Marie et Louis Pasteur, pour participer à leurs travaux de recherche sur les représentations et les pratiques parentales associées à l'usage du numérique.**

Entre mars et mai 2025, ensemble nous avons lancé une enquête qui a rencontré un écho remarquable.

5 331 parents de la région, représentant 11 422 enfants, ont accepté de partager leurs pratiques et leurs préoccupations.

Les écrans sont pleinement intégrés dans la vie des familles

Si les outils numériques font partie de la vie des familles, les parents ont intégré la norme sociale consistant à protéger les enfants des excès en établissant un cadre. Chaque famille s'efforce de définir des limites adaptées à sa propre situation.

Aujourd'hui, rares sont les enfants qui n'ont pas accès à des outils numériques. La télévision demeure l'écran le plus regardé et l'âge reste un déterminant à leur appropriation. Avant 3 ans, très peu d'enfants en utilisent. Entre 4 et 6 ans, la télévision devient omniprésente. Le téléphone, (21%), la console (14%) la tablette (19%) sont introduits progressivement. C'est entre 7 et 9 ans que les usages se diversifient. Mais c'est entre 10 et 13 ans que les usages sont réellement multiples. Toutefois, les enfants sont rarement seuls face aux écrans avant l'adolescence. Leur utilisation se fait généralement sous la supervision d'un adulte.

Les outils numériques participent aux interactions familiales et sont largement utilisés à des fins de divertissement, même si l'éducation aux usages numériques reste présente en arrière-plan. Afin d'éviter que les écrans n'entrent en concurrence avec d'autres temps de vie familiale, les parents fixent des règles d'utilisation. Celles-ci concernent notamment le temps passé ainsi que l'autorisation préalable pour accéder aux réseaux sociaux ou aux vidéos en ligne.

L'exemple du smartphone

Parmi les équipements numériques utilisés par les jeunes, le smartphone est sans doute celui qui concentre le plus l'attention des parents. Véritable outil multifonction, il permet d'accéder à Internet, aux contenus culturels, aux réseaux sociaux et aux différents moyens de communication. Les premiers résultats des travaux menés montrent qu'il s'agit de l'appareil que les mineurs possèdent le plus souvent à titre personnel, son acquisition intervenant généralement autour de l'âge de 12 -13 ans.

Le smartphone apparaît d'abord comme un outil facilitant l'exercice de la parentalité et l'organisation du quotidien. Il constitue un facteur de réassurance pour les parents, qui apprécient de pouvoir rester en contact avec leurs enfants et les joindre facilement. Son usage est également considéré comme un véritable objet d'éducation, au même titre que d'autres dimensions de la vie familiale. Les parents définissent des règles auxquelles ils accordent une réelle importance.

Le dialogue occupe une place centrale dans cet accompagnement. Huit parents sur dix déclarent échanger souvent, voire très souvent, avec leur enfant au sujet de ses usages numériques. Plus ces échanges sont fréquents, plus les parents estiment connaître les activités de leurs enfants sur leur smartphone.

Enfin, contrairement à certaines idées reçues, les tensions liées à l'utilisation du smartphone demeurent limitées. Les conflits autour de cet équipement n'apparaissent pas comme la principale difficulté rencontrée par les familles interrogées.

Propositions :

- Les parents sont des acteurs clés face aux défis du monde numérique. Ils accompagnent chaque jour leurs enfants à travers la discussion et l'échange à travers des activités numériques. L'accompagnement à la parentalité numérique ne doit pas être dissociée d'autres enjeux et questions liés à la parentalité.
- Les politiques publiques ne doivent pas se résumer à la gestion des risques mais favoriser la maîtrise de l'outil numérique et une appropriation de la culture et de la citoyenneté. Les usages numériques sont à considérer comme un levier de socialisation.
- Les parents ont des besoins évolutifs en fonction de leur culture numérique et de l'âge de leurs enfants, de leur compréhension des enjeux numériques. Les parents ont besoin de solutions d'accompagnement et d'information souples, diversifiées et adaptées à leurs besoins.
- Les parents ont besoins de conseil en face à face autant que des réponses via les outils numériques.

L'Uraf et les Udaf en chiffres

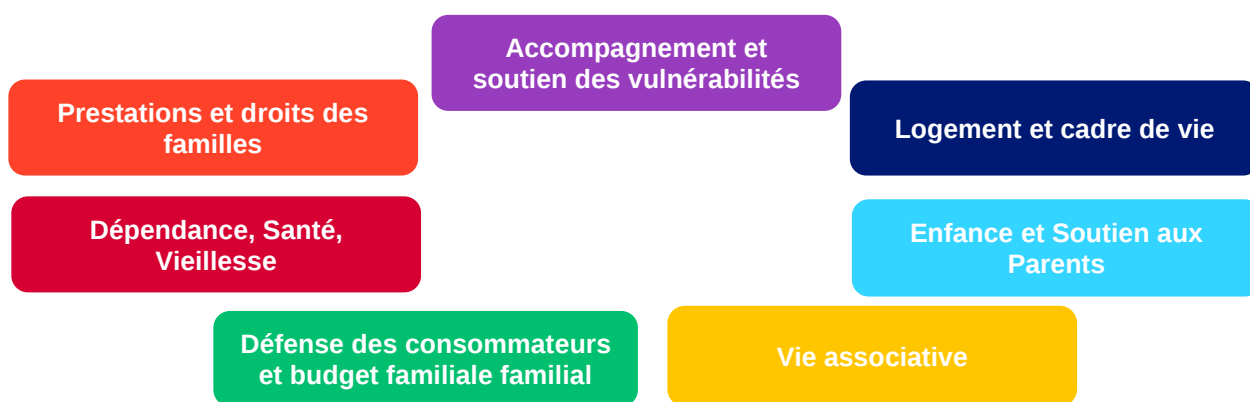
4 missions pour améliorer la vie des familles.

Udaf, Uraf mènent 4 missions complémentaires pour améliorer le quotidien des **787 000 familles établies dans la région**, elles sont :

- **Porte-parole** des familles
- **Expert** de leurs réalités de vie
- **Réseau** de services aux familles
- **Animateur** associatif

L'Uraf et les Udaf de Bourgogne-Franche-Comté constituent un réseau uni pour les familles qui :

- Mobilise **1200** bénévoles et salariés
- Suit **16 000** ménages quotidiennement
- Intervient dans **7** domaines de la vie des familles.



L'Observatoire de la famille

Service d'études du réseau des Udaf/Uraf de Bourgogne-Franche-Comté dont la mission générale est de développer des outils de connaissances et d'informations sur la vie de l'ensemble des familles

Objectif : mieux connaître les familles pour mieux les représenter.

Retrouvez toutes les études sur le site : www.uraf-bfc.fr

Quelques thèmes déjà traités

- Etre parent

- Entre désir et réalité : avoir des enfants aujourd'hui en Bourgogne-Franche-Comté (BFC)
- Quels arbitrages et changements d'habitudes les ménages opèrent-ils face à l'augmentation des prix de l'énergie en Bourgogne-Franche-Comté ?
- Comment les familles réussissent-elles à concilier leur vie familiale avec leur vie professionnelle en BFC ?
- Confinement : conditions de vie des majeurs protégés et relations avec les services des Udaf de la région.
- Place et rôle des grands-parents dans la famille.
- Familles nombreuses.
- Le parcours de soins en santé mentale des personnes vulnérables.
- Le virage ambulatoire.
- Etre parent d'enfants âgés de 6 à 12 ans.
- Vacances et loisirs en famille.
- Solidarités familiales, solidarités publiques, quelles complémentarités ?
- Les valeurs et besoins des adolescents.
- La vie des familles monoparentales

Contact : Observatoire de la famille / Uraf Bfc – 03.81.47.85.06 – urafbougognefranchecomte@gmail.com