

REPUBLIQUE DU SENEGAL



Un peuple – Un but – Une foi

MINISTRE DE LA JUSTICE



MINISTÈRE DE
LA JUSTICE

CENTRE DE FORMATION JUDICIAIRE



SOUS-SECTION DES EDUCATEURS SPECIALISES

MEMOIRE DE FIN DE FORMATION

**Sujet : Protection de l'Enfance et médias :
l'impact des écrans sur le développement des
enfants.**

**Présenté par :
Adja Fatou Ba NDIAYE**

**Sous l'encadrement de :
Adama SOW
Journaliste-expert-consultant
Formateur en usages numériques et
Protection des enfants en ligne**

PROMOTION 2022-2025

DEDICACE

Je dédie entièrement ce travail à ma chère amie et collègue **Diarra Diouf Ndoye**.

Nous avons commencé cette formation ensemble, nous avons cheminé ensemble durant ces trois années, partageant les mêmes efforts, les mêmes rêves, les mêmes espoirs et la même passion. Malheureusement, tu es partie à trois mois de la fin de ce parcours, en donnant la vie, laissant un vide immense.

Chaque couloir du CFJ, chaque salle de cours, chaque souvenir me ramène à toi, Diarra. Achever cette formation est, pour moi, peut-être, un pas vers le deuil que je n'ai jamais vraiment pu faire.

Depuis ton départ, rien n'est plus pareil, la motivation s'est souvent mêlée à la douleur, mais la formation a été poursuivie, par devoir, par affection et par fidélité à ta mémoire. J'ai poursuivi ce travail pour toi, avec la conviction que terminer ce mémoire, est une manière de te rendre hommage.

Nous prendrons soin de la fille que tu nous as laissée en héritage, comme un prolongement de ton amour et de ta lumière.

Puisse Dieu t'accorder Sa miséricorde et t'accueillir dans Son paradis.

REMERCIEMENTS

Je rends grâce à **Dieu, le Tout-Puissant**, pour la santé, la patience et la force qu’Il m’a accordées pour mener ce travail à terme.

Au terme de ce travail, mes pensées les plus sincères vont à **mon très cher père Mamadou NDIAYE**, pour son dévouement à l’éducation de ses enfants pour son soutien indéfectible, ses précieux conseils et son implication constante. Longue vie à toi papa !

Tu as grandement contribué à la réussite de ce mémoire, par ton aide, ta présence, tes encouragements et ton sens du devoir. Ce travail est aussi le tien, le fruit de ton amour et de ton dévouement.

Je remercie chaleureusement **mon directeur de mémoire Mr Adama SOW**, pour son encadrement rigoureux, sa disponibilité et ses conseils avisés, qui ont guidé ma réflexion et enrichi ce travail.

Ma profonde gratitude va à **mon époux Pape AB DIOUF**, compagnon de vie et de cœur, pour sa patience, son écoute et son soutien inconditionnel tout au long de cette aventure.

Tu as su m’accompagner avec amour et compréhension, même dans les moments les plus exigeants.

À **ma chère mère**, douce et attentionnée, merci pour ton affection, tes prières et ta présence constante à mes côtés. Tu m’as beaucoup aidée tout au long de mon parcours, particulièrement durant cette formation et la réalisation de ce mémoire. Ta bienveillance et ton soutien ont été un véritable moteur dans les moments les plus difficiles. Que ta vie soit bénie chère maman !

Je tiens également à remercier **mon papa et parrain Ousmane NDIAYE**, véritable pilier dans les moments difficiles. Ta sagesse, ta bienveillance et ton soutien ont souvent ravivé ma force intérieure.

À **mes frères et sœurs**, pour vos mots d’encouragement, votre complicité et votre amour constant.

Mention spéciale à toi ma grande sœur, qui m’a montré le chemin. Tu es et resteras mon modèle, mon idole. C’est comme si nos destins étaient liés, tant ton parcours m’inspire et me pousse à donner le meilleur de moi-même.

J’adresse ma tendresse maternelle à **mon fils**, le fait de savoir qu’il est là me donne davantage le courage et la volonté de mener à bien mes travaux.

Puisse le bon DIEU daigne le faire grandir dans la sagesse, la bonne santé et l’intelligence nécessaire.

Mes remerciements vont également à **mon groupe de pairs**, ce groupe d'amis et de collègues avec qui j'ai partagé rires, doutes et solidarité.

À l'administration du CFJ, merci pour votre disponibilité, votre accompagnement et votre engagement tout au long de cette formation.

Enfin je remercie mes camarades de promotion et toutes les personnes qui de près ou de loin ont participé à l'aboutissement de ce travail.

GLOSSAIRE :

- **Addiction numérique :** Dépendance excessive aux outils numériques (téléphones, tablettes, jeux vidéo, réseaux sociaux), qui perturbe la vie quotidienne, les relations sociales ou le développement psychologique.
 - **Algorithme :** Suite d'instructions utilisées par les plateformes numériques pour recommander ou filtrer des contenus. Ces mécanismes influencent les choix et les habitudes des utilisateurs, notamment des enfants.
 - **Cyberharcèlement :** Forme de harcèlement qui se déroule sur Internet ou les réseaux sociaux, prenant la forme d'insultes, de moqueries, de menaces ou de diffusion d'images sans consentement.
 - **Dépendance aux écrans :** Comportement caractérisé par une utilisation excessive et compulsive des écrans, entraînant une perte de contrôle et un désintérêt pour d'autres activités (jeux, sommeil, études, relations sociales).
 - **Éducation aux médias et à l'information (EMI) :** Processus éducatif qui vise à apprendre aux enfants et aux jeunes à comprendre, analyser et utiliser les médias et les outils numériques de manière critique et responsable.
 - **Environnement numérique :** Espace virtuel créé par l'ensemble des technologies de l'information et de la communication, dans lequel les individus interagissent, apprennent et partagent des contenus.
 - **Kër Xaleyï :** Centre de prise en charge psychosociale rattaché à l'hôpital Fann de Dakar. Il accueille et accompagne les enfants présentant des troubles du comportement ou du développement liés à divers facteurs, dont l'usage des écrans.
 - **Littératie numérique :** Compétence qui consiste à savoir utiliser les outils numériques pour rechercher, comprendre, produire et partager de l'information de manière critique et éthique.
 - **Médias :** Ensemble des supports de communication (télévision, radio, presse, Internet, réseaux sociaux) qui diffusent des informations, des images et des représentations influençant les comportements individuels et collectifs.
- Protection de l'enfance :** Ensemble des politiques, dispositifs et actions destinés à prévenir ou à traiter les situations de danger physique, moral ou psychologique dans lesquelles un enfant peut se trouver.

- **Régulation des contenus** : Dispositif juridique, technique ou éthique visant à encadrer la diffusion de programmes, d'images ou de messages, afin de protéger les publics vulnérables, notamment les enfants.
- **Réseaux sociaux** : Plateformes numériques permettant la communication et le partage d'informations entre utilisateurs (Facebook, TikTok, WhatsApp, Instagram...). Leur usage précoce expose les enfants à des risques de dépendance et d'exposition à des contenus inadaptés.
- **Surexposition aux écrans** : Exposition prolongée ou non contrôlée des enfants aux écrans, pouvant altérer la concentration, le sommeil, le langage ou la socialisation.
- **Technologie numérique** : Ensemble des outils électroniques (ordinateurs, tablettes, smartphones, télévisions connectées) permettant la création, le traitement et le partage d'informations numériques.
- **Temps d'écran** : Signifie le temps passé devant un écran, comprenant les téléphones intelligents, les tablettes, les téléviseurs, les jeux vidéo, les ordinateurs ou les technologies portables.

SIGLES ET ABBREVIATIONS :

- **AEMO** : Action Éducative en Milieu Ouvert
- **ANSD** : Agence Nationale de la Statistique et de la Démographie
- **CAPE** : Cellule d'Appui à la Protection de l'Enfant
- **CIDE** : Convention internationale relative aux droits de l'enfant
- **CDP** : Commission de Protection des Données Personnelles
- **CNRA** : Conseil National de Régulation de l'Audiovisuel
- **CONAFE** : Coordination Nationale des Acteurs de la Protection de l'Enfance
- **DGPJS** : Direction de la Protection Judiciaire et Sociale
- **DPE** : Direction de la Protection de l'Enfance
- **EMI** : Éducation aux Médias et à l'Information
- **ICT** : Information and Communication Technologies
- **OMS** : Organisation Mondiale de la Santé
- **ONG** : Organisation Non Gouvernementale
- **ONU** : Organisation des Nations Unies
- **RGPD** : Règlement Général sur la Protection des Données
- **SNPE** : Stratégie nationale de protection de l'enfant
- **TIC** : Technologies de l'Information et de la Communication
- **UNESCO** : Organisation des Nations Unies pour l'Éducation, la Science et la Culture
- **UNICEF** : Fonds des Nations Unies pour l'Enfance

LISTE DES GRAPHIQUES

- **Graphique 1** : Accès aux écrans selon le quartier
- **Graphique 2** : âge de contact avec les écrans
- **Graphique 3** : contenus visionnés par les enfants
- **Graphique 4** : appréciations des parents des effets positifs des écrans
- **Graphique 5** : Appréciations des effets négatifs de écrans sur les enfants
- **Graphique 6** : Besoins et attentes des parents

LISTE DES TABLEAUX

- **Tableau 1** : types d'écrans disponibles dans les foyers enquêtés
- **Tableau 2** : contenu visionné selon l'âge et le quartiers

SOMMAIRE

<i>DEDICACE</i>	<i>i</i>
<i>REMERCIEMENTS</i>	<i>ii</i>
<i>GLOSSAIRE</i> :	<i>iv</i>
<i>SIGLES ET ABREVIATIONS</i> :	<i>vi</i>
<i>LISTE DES GRAPHIQUES</i>	<i>vii</i>
<i>LISTE DES TABLEAUX</i>	<i>viii</i>
<i>INTRODUCTION</i>	<i>1</i>
<i>PARTIE I : CADRE DE REFERENCE</i>	<i>2</i>
<i>CHAPITRE 1 : LA PROBLEMATIQUE</i>	<i>2</i>
<i>CHAPITRE 2 : REVUE DE LA LITTERATURE</i>	<i>4</i>
<i>CHAPITRE 3 : JUSTIFICATION DE LA RECHERCHE</i>	<i>7</i>
<i>CHAPITRE 4: CADRE DE REFERENCE</i>	<i>7</i>
<i>CHAPITRE 5 : OBJECTIFS DE RECHERCHE</i>	<i>9</i>
<i>PARTIE II : METHODOLOGIE</i>	<i>11</i>
<i>CHAPITRE 6 : OPTION METHODOLOGIQUE</i>	<i>11</i>
<i>CHAPITRE 7 : UNIVERS DE LA RECHERCHE</i>	<i>12</i>
<i>CHAPITRE 8 : LA STRATEGIE DE LA RECHERCHE</i>	<i>13</i>
<i>CHAPITRE 9 : LIMITES ET DIFFICULTES DE LA RECHERCHE</i>	<i>16</i>
<i>CHAPITRE 10 : ETHIQUE DE LA RECHERCHE</i>	<i>17</i>
<i>PARTIE III : PRESENTATION DES RESULTATS DE RECHERCHE</i>	<i>20</i>
<i>CHAPITRE 11 : DISPOSITIF NATIONAL DE PROTECTION DE L'ENFANCE ET ENJEUX MEDIATIQUES</i>	<i>20</i>
<i>CHAPITRE 12 : PRESENTATION ET INTERPRETATION DES DONNEES</i>	<i>23</i>
<i>CHAPITRE 13 : RECOMMANDATIONS</i>	<i>31</i>
<i>CONCLUSION</i>	<i>34</i>
<i>REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES</i> :	<i>a</i>
<i>ANNEXES</i> :	<i>c</i>
<i>TABLE DES MATIERES</i>	<i>h</i>

INTRODUCTION

Les écrans sont devenus des objets du quotidien dans la vie moderne. Leur usage, qu'il s'agisse de s'informer, d'apprendre, de jouer, de communiquer ou de travailler, leur confère une présence presque incontournable, tant ils occupent une place centrale dans nos habitudes sociales. Smartphones, tablettes, ordinateurs, consoles de jeux et autres supports numériques façonnent désormais notre manière d'être au monde et sont accessibles à toutes les tranches d'âge.

Mais cette omniprésence, qui peut sembler anodine, devient particulièrement préoccupante lorsqu'elle touche les enfants, parfois dès leurs premiers mois de vie. L'exposition précoce et prolongée aux écrans soulève des interrogations majeures chez les parents, les éducateurs et l'ensemble des acteurs chargés de la protection de l'enfance. Beaucoup expriment une réelle inquiétude, mais aussi une forme d'impuissance face à un phénomène qui évolue plus vite que les repères éducatifs traditionnels.

Les risques liés à cette surconsommation sont multiples : perturbations du sommeil, difficultés d'attention, impacts sur le développement cognitif et émotionnel, retards de langage ou encore entraves à la socialisation. À cela s'ajoutent les dangers propres à l'environnement numérique, exposition à des contenus inadaptés, hyperstimulation, dépendance, qui complexifient davantage les pratiques d'encadrement.

Ainsi, dans un contexte où la société se digitalise à grande vitesse, comprendre la place des écrans dans la vie des enfants n'est plus un simple sujet d'intérêt, mais un enjeu essentiel pour la protection de l'enfance. C'est ce questionnement, à la fois social, éducatif et humain, qui donne tout son sens à ce travail.

PARTIE I : CADRE DE REFERENCE

CHAPITRE 1 : LA PROBLEMATIQUE

1.1 Problème général

Les évolutions récentes de la technologie ont entraîné une accélération du développement des moyens de communication numériques au point de reléguer médias traditionnels au second plan. De par leur facilité d'utilisation qui ouvre à toutes les franges de la population un accès très large et en temps réel aux contenus, les enfants sont devenus au même titre que les adultes, des utilisateurs de ces nouveaux outils de communication.

De point de vue, l'irruption des systèmes et outils numériques dans l'espace médiatiques et le développement des réseaux sociaux posent naturellement de nouveaux défis à la protection des enfants. Et soulève un certain nombre de questions liées au développement et à la protection des enfants à savoir : dans quelles mesures les nouveaux outils influencent-ils les comportements et l'éducation des enfants au Sénégal et quels sont les risques auxquels les enfants sont exposés ?

En effet, les écrans sont devenus des objets du quotidien de la vie moderne. Leur usage tant pour s'informer, apprendre, jouer, communiquer, travailler les rend quasiment incontournables en raison de leur utilité sociale. En effet, les supports numériques qui les représentent smartphone, tablette, ordinateur, consoles de jeux et autres objets connectés sont devenus accessibles à toutes les tranches d'âge. Mais c'est l'exposition des enfants de très âge qui semble la plus problématique. Face à une telle propension à l'utilisation des écrans notamment chez les enfants, les parents et acteurs de l'éducation et la protection des enfants ne cessent d'exprimer leur inquiétude et leur incapacité à maîtriser le phénomène eu égard aux risques qu'ils comportent notamment pour les enfants dans leur santé mentale, leur développement cognitif et leur socialisation¹.

La prégnance de la question a conduit des institutions comme l'UNICEF d'enjoindre les Etats d'élaborer une charte de protection des enfants par rapport aux media en se fondant sur la convention internationale des droits de l'enfant (CIDE) qui dans son article 17 stipule que : « Les États favorisent l'élaboration de principes directeurs appropriés destinés à protéger l'enfant contre l'information et les matériels qui nuisent à son bien-être. » Quoique qu'elle promeut la liberté d'expression et d'information des enfants (article 13.1) : « L'enfant a droit à la liberté d'expression. Ce droit comprend la liberté de rechercher, de recevoir et de répandre des

¹ UNICEF (2017). *Children in a Digital World*. New York : UNICEF.

informations et des idées de toute espèce, sans considération de frontières, sous une forme orale, écrite, imprimée ou artistique, ou par tout autre moyen du choix de l'enfant ».²

Les études qui sont jusque-là réalisées n'arrivent pas à établir de manière claire le rapport avantages et risques de cette utilisation des écrans par les enfants et les adolescents. À travers le monde, il n'existe pas encore de consensus scientifiques sur les effets des écrans sur les comportements des enfants. Toutefois des études font état de risques liés à un usage abusif des outils numériques en général par les enfants. Elles s'accordent toutes sur le caractère massif de l'utilisation de ces supports par les enfants et les adolescents et dans la plupart des cas avec le consentement des parents. Cependant la plupart des études mettent au jour la nature des risques qui couvrent un large spectre qui va des troubles de comportements, de la violence, d'une sexualité inconvenante, aux contre-performances scolaires, aux maladies, au cyberharcèlement et intimidation. Ainsi que d'autres types de manipulations qui peuvent être préjudiciables aux enfants. D'ailleurs des études selon les types de support la télévision, les jeux vidéo, smartphone et Internet, les ordinateurs et la télévision donnent lieu à des appréciations différentes quant aux risques qu'ils comportent.

Pour ce qui concerne les réseaux sociaux, des études mettent en évidence des situations de vulnérabilité des enfants qui y accèdent. Les risques qui sont en rapport au fait que les espaces qui ouvrent des possibilités d'interactions entre les enfants et des adultes ou d'enfants même plus âgés : exploitation sexuelle, de harcèlement et intimidation et d'autres type de manipulations qui peuvent être préjudiciables aux enfants

Au Sénégal, bien il n'existe pas encore des études systématiques sur leurs effets des media numériques et particulièrement des écrans sur le développement psychologique des enfants, beaucoup d'acteurs des milieux de l'éducation expriment une certaine inquiétude quant à l'exposition des enfants.

Par rapport à la question de la protection des enfants dans les réseaux sociaux les positions sont divergentes sur l'opportunité et les manières de la faire. Si les uns suggèrent l'interdiction des réseaux sociaux aux enfants de moins de 16 ans. D'autres par contre au nom du droit à l'information jugent efficace le fait d'interdire les enfants à l'accès aux réseaux sociaux.

Les recherches récentes font état de positions radicales de nombreuses institutions qui s'occupent de santé et du bien-être des enfants et n'encouragent pas l'utilisation des écrans (télévision, jeux vidéo, tablette et téléphone) par les enfants de moins de 2 ans. Elles préconisent de limiter l'utilisation quotidienne des médias à moins d'une heure par jour chez les enfants de

² Nations Unies (1989). *Convention relative aux droits de l'enfant*

2 à 5 ans et de deux heures par jour pour les enfants plus âgés. Ainsi pour l’OMS propose un ciblage plus stratifié où l’utilisation d’écran est prohibée avant 1 an et le temps d’utilisation ne doit pas dépasser plus de 60 minutes par jour pour les 1 à 5 ans³.

Pour ce qui concerne les réseaux sociaux, même si les producteurs d’application comme WhatsApp, YouTube, Instagram et Tik Tok veulent faire preuve d’un sens de responsabilité en proposant un système pour verrouiller les accès à des contenus jugés à risque pour les enfants d’un certain âge, mais ni les réseaux sociaux, ni les parents, ni les écoles n’en tiennent compte. Mais il reste des personnalités influentes s’insurgent contre une utilisation des écrans par les enfants. Dans une chronique pour le quotidien « Les Echos », le philosophe et écrivain Gaspard Koenig appelle cette interdiction de ses vœux en avançant des arguments d’ordre sanitaire.

Au même moment le sénat américain se penche sur l’impact d’Instagram sur la santé des adolescents. À cet effet un responsable de Instagram est auditionné pour rendre des comptes sur les effets négatifs du réseau social sur la santé des adolescents.

En tout état de cause il n’existe pas d’étude scientifique qui établirait de façon systématique les règles et conduites à adopter. Et cela soulève les questions suivantes : est-ce qu’il faut interdire ou non, ou est ce qu’il faut limiter l’accès des écrans aux enfants et adolescents, et surtout à quel âge ?

1.2 Problèmes spécifiques

Dans le cadre de cette recherche nous nous intéressons particulièrement aux risques liés à l’utilisation des écrans par les enfants sur leur développement cognitif et psycho affectif et sanitaire. Ainsi que des moyens de protection disponibles tant sur le plan juridique que sur le plan social. Ce problème spécifique de recherche nous a amène à poser deux questions spécifiques de recherche formulées ainsi qui suit :

- Comment les parents et les éducateurs et les acteurs de la protection de l’enfance appréhendent ces risques ?
- Les instruments juridiques qui existent sont-ils adaptés pour permettre la protection les enfants par rapport à ces risques ?

CHAPITRE 2 : REVUE DE LA LITTERATURE

Au cours des deux dernières décennies, le nombre d’études scientifiques sur les rapports des enfants avec les technologies numériques a certes augmenté rapidement. Cependant, il y a encore des lacunes importantes compte tenu de la complexité du phénomène et la diversité des

³ Organisation mondiale de la santé (2019). *Directives sur l’activité physique, la sédentarité et le sommeil chez l’enfant*.

positions des auteurs de ces études sur les risques et les avantages de l'utilisation de tels outils par les enfants. À la vue de cette hétérogénéité des études sur le sujet, cette recherche tentera une vue d'ensemble des résultats sans accorder une prééminence d'une étude sur une autre. Tout en essayant d'opérer une synthèse des résultats qui semblent le plus rendre compte de notre problématique de recherche. De ce fait nous intéressons des résultats de recherche sur les risques que comporte l'utilisation des écrans sur le développement cognitif et attention, sur la santé des enfants

Les recherches effectuées par le Center on Media and Child Health de Boston montrent que chaque heure supplémentaire d'écran quotidienne chez les enfants de moins de 5 ans est associée à une réduction de 9% du développement du langage et de 10% des capacités d'attention.

Les effets psychologiques L'exposition précoce et intensive aux écrans peut également avoir des conséquences sur la santé mentale.

Une étude publiée dans JAMA Pediatrics (2023) portant sur plus de 40 000 enfants a établi une corrélation significative entre le temps d'écran quotidien et les symptômes d'anxiété et de dépression. Les enfants passant plus de 4 heures par jour devant des écrans présentaient un risque accru de 44% de développer des troubles d'anxiété par rapport à ceux limités à moins d'une heure. Le phénomène de cyberharcèlement touche également des enfants de plus en plus jeunes. Selon l'UNESCO (2022), 33% des enfants âgés de 8 à 12 ans déclarent avoir déjà été victimes de harcèlement en ligne, avec des conséquences parfois dramatiques sur leur estime de soi et leur bien-être psychologique.

En 2021, des cas graves de cyberharcèlement et d'exposition à des contenus violents ou pornographiques ont été signalés chez des enfants dès 10 ans, entraînant des troubles psychologiques sévères, voire des tentatives de suicide. Ces situations rappellent l'importance d'une surveillance active des activités numériques des enfants.

L'Organisation Mondiale de la Santé a officiellement reconnu en 2018 le trouble du jeu vidéo comme une pathologie mentale. Une enquête menée par Santé Publique France en 2023 estime que 8% des 10-17 ans présentent des comportements problématiques liés à l'usage des écrans, avec des signes cliniques similaires à ceux observés dans d'autres formes d'addiction.

Le cas de Lucas, 12 ans, relaté dans la revue médicale Pediatrics, illustre cette problématique. Cet adolescent passait jusqu'à 14 heures par jour devant des écrans, au point de développer des troubles du sommeil sévère, un décrochage scolaire complet et des signes de dénutrition. Sa prise en charge en service spécialisé a nécessité plusieurs mois de traitement.

Des études sur l'exposition des enfants à la télévision ont démontré que des tests pratiqués auprès d'enfants de toutes conditions par Edouard GENTAZ Professeur de Psychologie du Développement Directeur du Centre Jean Piaget de l'université de Genève ont prouvé qu'un enfant qui regarde la télévision est plus éveillé d'esprit et développe un sens critique et une capacité de compréhension qu'un enfant qui ne regarde la télévision. À côté des données d'étude démontrent les effets négatifs de l'exposition à la violence, à une sexualité inconvenante sont des risques réels pour des enfants.

Sur un autre plan, des études établissent un lien entre les émissions de télévisuelles violentes et la manifestation de comportements violents chez les enfants. Par exemple des études révèlent également qu'une addiction à la télévision contribue à un accroissement de l'incidence d'obésité juvénile. Tout comme elle peut avoir un effet nuisible sur l'apprentissage et le rendement scolaire puisque le temps passé devant la télévision a un impact sur temps à consacrer à la lecture et les devoirs. Des études récentes révèlent qu'un temps d'exposition quotidien de seulement une à deux heures à la télévision peut avoir effets néfastes sur les performances scolaires des enfants, et surtout dans l'apprentissages de la lecture.

Des chercheurs danois révèlent qu'en général, les enfants qui passent trop de temps devant les écrans, qu'il s'agisse de téléphones, de tablettes ou de téléviseurs, ont un risque accru de développer des maladies cardiaques et métaboliques.

Les divers organismes en pédiatrie s'accordent sur cet excès l'utilisation d'écran pour dire que « moins, c'est mieux », particulièrement pour les moins de 5 ans. L'utilisation à bas âge peut créer une dépendance, et une surexposition qui augmente la probabilité de surutilisation plus tard. Ce que semble confirmer la Société canadienne de pédiatrie pour qui : « Les habitudes relatives à la santé, y compris l'utilisation des médias par la famille, se cristallisent plus facilement pendant la petite enfance que plus tard. La propension à l'utilisation d'écrans tend à augmenter au fur et à mesure l'âge de l'enfant pour inclure des divertissements.

Le Journal of the American Heart, a publié une étude qui révèle que chaque heure passée par un enfant et même un adolescent devant un écran les expose à une augmentation du risque de maladies cardio-métaboliques. L'auteur principal, David Horner, chercheur à l'université de Copenhague au Danemark affirme « qu'un enfant passant trois heures supplémentaires devant un écran par jour présenterait un risque augmenté de 25 % à 50 % d'avoir une maladie cardio-vasculaire, par rapport aux enfants qui ne sont pas autant exposés aux écrans », a-t-il déclaré. Ce dernier exprime son inquiétude des résultats, qui concernent potentiellement beaucoup d'enfants et d'adolescents qui sont dans cette situation. Donc sur le plan sanitaire de corrélations ont établis entre le temps passé sur les écrans et les facteurs de risque métaboliques. Par ailleurs

les études ont révélé un lien entre le temps d'exposition aux écrans et les risques cardio-métaboliques et cardiovasculaires était plus importante chez les enfants et les adolescents dont la durée du sommeil était réduite.

CHAPITRE 3 : JUSTIFICATION DE LA RECHERCHE

Cette recherche sur l'impact des écrans sur le développement des enfants revêt une pertinence scientifique (3.1) et une pertinence sociale (3.2)

3.1 Pertinence scientifique

Cette étude entend apporter une contribution scientifique aux travaux sur les effets des écrans sur le développement de l'enfant au Sénégal. Si au niveau international la réflexion sur les effets des écrans sur le développement des enfants en général et sur leur bien-être physique, cognitif, émotionnel et relationnel en particulier suscite de plus en plus d'intérêt, Il n'en demeure qu'au Sénégal, la question reste faiblement investie. Ce travail sans prétendre être une étude systématique se veut une exploration de la problématique au niveau local afin de proposer sur le plan scientifique et professionnel des pistes de réflexion sur des impacts possibles de l'utilisation des médias sur le développement de l'enfant dans les sociétés où les enjeux de l'utilisation des media par les enfants ne semblent pas être suffisamment maîtrisés et documentés.

3.2 pertinence sociale

Sur le plan social, cette recherche revêt un intérêt particulier dans un contexte marqué par une accessibilité croissante des enfants aux écrans, souvent en l'absence de contrôle parental et de régulation adaptée. Face aux risques liés à l'usage excessif ou inapproprié des écrans tels que le retard de langage, les troubles du comportement, la baisse des performances scolaires, les troubles du sommeil et l'isolement social, il apparaît nécessaire de mieux comprendre les pratiques actuelles et leurs conséquences. Les résultats de cette étude pourraient ainsi servir de base pour l'élaboration de politiques publiques et de campagnes de sensibilisation visant à protéger les enfants des effets négatifs des écrans, tout en valorisant leurs usages éducatifs et responsables.

CHAPITRE 4: CADRE DE REFERENCE

4.3 Clarification conceptuelle

Avant d'analyser les effets des écrans sur le développement des enfants, il convient de clarifier les concepts clés autour desquels s'articule cette recherche. La définition rigoureuse de ces

notions permet de lever toute ambiguïté terminologique et de poser les bases théoriques du travail.

- **Protection de l'enfance**

La protection de l'enfance désigne l'ensemble des mesures, dispositifs et interventions mises en œuvre par les pouvoirs publics, les familles et les structures sociales pour garantir la sécurité, le bien-être physique, psychologique et moral de l'enfant. Elle vise à prévenir et à répondre aux situations qui mettent en danger les droits et l'intégrité des enfants, qu'il s'agisse de maltraitance, de négligence, d'exploitation ou d'exposition à des contenus ou environnements préjudiciables à leur développement. Selon l'UNICEF (2022), elle repose sur le respect des droits fondamentaux de l'enfant tels que définis dans la Convention relative aux droits de l'enfant (CDE) de 1989.

- **Médias**

Le terme médias désigne l'ensemble des moyens techniques de diffusion et de transmission de l'information et des contenus culturels auprès du grand public. Traditionnellement, cela inclut la presse écrite, la radio et la télévision. Avec l'avènement du numérique, les nouveaux médias intègrent également Internet, les réseaux sociaux, les jeux vidéo et toutes les plateformes interactives accessibles via des appareils connectés. Ils jouent un rôle central dans la socialisation des enfants et dans la construction de leurs représentations sociales et culturelles.

- **Écrans**

Les écrans, dans le cadre de ce mémoire, renvoient aux dispositifs techniques permettant l'affichage d'images et de contenus numériques. Ils comprennent notamment les téléviseurs, les smartphones, les tablettes, les ordinateurs et les consoles de jeux vidéo. Ces supports donnent accès à une variété de contenus et d'applications susceptibles d'influencer, positivement ou négativement, le développement de l'enfant selon l'âge, la durée d'exposition et la nature des contenus consommés.

- **Développement de l'enfant**

Le développement de l'enfant désigne l'ensemble des transformations biologiques, cognitives, affectives et sociales qui s'opèrent de la naissance à l'adolescence. Il englobe le développement physique (croissance, santé), cognitif (apprentissage, langage, mémoire), émotionnel (gestion des émotions, construction de l'identité) et social (relations avec les autres, intégration sociale). Ce processus est influencé par plusieurs facteurs dont l'environnement familial, scolaire, social et médiatique.

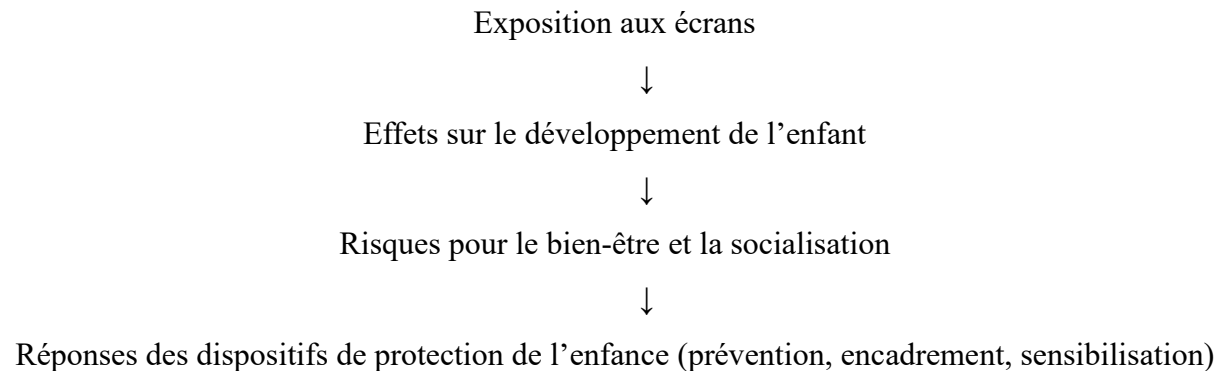
4.2 Cadre conceptuel

Le cadre conceptuel de cette recherche repose sur une approche causale qui met en relation l'exposition des enfants aux écrans, les effets observables sur leur développement, et les réponses des dispositifs de protection de l'enfance. L'objectif est de comprendre comment l'usage des écrans influence le développement cognitif, émotionnel et social des enfants, et dans quelle mesure les acteurs de

4.2.1 Principaux éléments du cadre conceptuel

- Facteur d'influence : l'exposition aux écrans (durée, type de contenus, âge de l'enfant, cadre d'utilisation)
- Variable affectée : le développement de l'enfant (langage, attention, comportement, socialisation)
- Variable régulatrice : les mécanismes de protection de l'enfance (encadrement parental, école, institutions, politiques publiques)

4.2.2 Schéma conceptuel (logique causale)



Ce cadre permet d'analyser les usages des écrans comme facteur déclencheur d'éventuels troubles chez l'enfant, et de mesurer la capacité des structures de protection à répondre efficacement aux défis posés par ces nouveaux usages médiatiques.

CHAPITRE 5 : OBJECTIFS DE RECHERCHE

5.1 Objectif général de la recherche

Cette étude a pour objectif général de produire des connaissances scientifiques sur les effets de l'usage des écrans par les enfants. Ceci à travers une analyse des comportements individuels de protection des enfants par les parents. Mais aussi une analyse des mécanismes juridiques et législatifs sénégalais visant à protéger les enfants sur les effets possibles de l'utilisation de écrans sur leur développement et leur bien-être.

5.2 Objectifs spécifiques de la recherche

1. Identifier les pratiques d'utilisation des écrans chez les enfants.
2. Examiner les effets des écrans sur le développement cognitif, émotionnel et social des enfants.
3. Apprécier la perception des parents, éducateurs et professionnels de la protection de l'enfance face aux risques liés à l'usage des écrans.
4. Proposer des recommandations pour un meilleur encadrement de l'utilisation des écrans et le renforcement de la protection des enfants.

PARTIE II : METHODOLOGIE

Toute recherche scientifique repose sur une démarche méthodologique rigoureuse qui permet de produire des résultats fiables, pertinents et vérifiables. Cette seconde partie du mémoire expose l'approche méthodologique adoptée pour étudier l'impact des écrans sur le développement des enfants dans le cadre de la protection de l'enfance au Sénégal.

CHAPITRE 6 : OPTION METHODOLOGIQUE

6.1 Méthode de recherche

La présente étude s'appuie principalement sur une approche qualitative, centrée sur la compréhension en profondeur des effets de l'exposition aux écrans sur le développement des enfants, ainsi que sur les perceptions des différents acteurs impliqués : parents, éducateurs, enseignants, pédopsychiatres⁴...

L'objectif n'est pas seulement de recueillir des faits, mais de donner sens aux expériences vécues, de comprendre comment les familles et les institutions s'adaptent face à l'omniprésence des écrans dans le quotidien des enfants au Sénégal.

Cette approche privilégie l'analyse des discours, des attitudes et des pratiques sociales, afin de saisir la diversité des points de vue et les logiques qui les sous-tendent.

Elle permet de révéler des réalités souvent peu visibles dans les études purement statistiques, comme les stratégies familiales de régulation, les représentations culturelles des écrans ou les limites institutionnelles en matière de protection de l'enfance.

Toutefois, une petite composante quantitative a été intégrée à la démarche⁵. À travers un questionnaire simple, administré auprès de parents, certaines tendances générales ont pu être identifiées : le temps moyen d'exposition, les types d'écrans les plus utilisés ou encore les habitudes de contrôle parental.

Ces éléments chiffrés n'ont pas pour but de généraliser les résultats, mais de soutenir et illustrer les observations qualitatives issues des entretiens et des observations.

En combinant ces deux dimensions, la recherche vise à offrir une lecture à la fois riche et nuancée du phénomène, en articulant le vécu des familles et les données objectives sur leurs pratiques.

⁴ Paillé, P. & Mucchielli, A. (2012). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Paris : Armand Colin.

⁵ Ghiglione, R. & Matalon, B. (1998). *Les enquêtes sociologiques*. Paris : Armand Colin

Cette complémentarité permet de mieux comprendre les défis éducatifs, sociaux et culturels que posent les écrans dans la vie des enfants d'aujourd'hui.

6.2 Type de recherche

Cette recherche adopte une démarche à la fois **exploratoire et descriptive**. Le caractère exploratoire tient du fait que le phénomène étudié à savoir l'impact des écrans sur le développement des enfants dans le contexte sénégalais n'est pas suffisamment étudié et documenté. L'aspect descriptif vise à faire un état des lieux des usages actuels des écrans chez les enfants, afin d'en identifier les effets potentiels et en même temps faire le point sur les dispositifs de protection existants.

Cette démarche permet de mieux cerner le phénomène étudié, d'en dégager les enjeux et d'ouvrir des perspectives pour d'éventuelles recherches futures ou actions de terrain.

CHAPITRE 7 : UNIVERS DE LA RECHERCHE

Après avoir défini la méthode adoptée pour la conduite de cette étude, il est essentiel de situer le cadre dans lequel la recherche a été menée. L'univers de la recherche permet de comprendre le contexte social, géographique et institutionnel dans lequel les données ont été recueillies, ainsi que les caractéristiques des populations concernées.

La présente étude s'est déroulée dans deux quartiers de la région de Dakar : Hann Maristes et Dalifort. Ces deux zones, bien que géographiquement proches, présentent des profils socio-économiques et éducatifs contrastés, ce qui en fait un terrain idéal pour comprendre la diversité des usages et des perceptions liés aux écrans dans les familles dakaroises.

Situé dans la commune de Hann-Bel Air, Hann Maristes est un quartier résidentiel moderne, caractérisé par un développement urbain rapide. Il abrite une population issue majoritairement des classes moyennes et supérieures, avec un accès privilégié aux infrastructures : écoles privées, services de santé, espaces verts et connexion Internet de qualité.

Les familles y disposent généralement de plusieurs équipements numériques (télévisions, tablettes, smartphones, ordinateurs portables), ce qui favorise une présence constante des écrans dans le quotidien des enfants.

Toutefois, cette exposition s'accompagne d'une certaine conscience éducative : les parents cherchent souvent à encadrer l'usage des écrans, à fixer des limites ou à privilégier des contenus éducatifs, même si les contraintes professionnelles et la vie urbaine limitent le temps de supervision.

A l'opposé, le quartier Dalifort situé dans la commune de Pikine présente un profil socio-économique plus populaire.

La densité de population y est élevée, les logements sont plus modestes, et les conditions de vie plus précaires.

Dans ce contexte, l'écran est souvent perçu comme un moyen d'évasion, de distraction et de socialisation pour les enfants. Les familles disposent de moins de ressources éducatives et de temps pour un encadrement actif, mais elles expriment une réelle préoccupation face aux effets des écrans et une volonté de mieux comprendre les comportements de leurs enfants. Cette réalité témoigne d'une sensibilité parentale parfois sous-estimée, et d'un besoin accru d'accompagnement en matière d'éducation numérique et de sensibilisation à la protection de l'enfance.

Cette double implantation permettra :

- D'identifier des similitudes et divergences dans les usages des écrans,
- D'apprécier les différents niveaux de conscience et de réaction parentale,
- Et d'évaluer la portée des mécanismes de protection dans des contextes urbains hétérogènes

Cet univers constitue ainsi un terrain pertinent pour analyser les multiples dimensions sociales, culturelles et éducatives de la relation entre enfance, médias et développement.

CHAPITRE 8 : LA STRATEGIE DE LA RECHERCHE

Après avoir défini l'univers de la recherche, il convient de préciser la stratégie mise en œuvre pour atteindre les objectifs fixés. La stratégie de recherche regroupe l'ensemble des démarches méthodologiques adoptées pour recueillir, organiser et analyser les informations nécessaires à la compréhension du phénomène étudié. Pour cette étude, la stratégie de recherche se déploie autour de trois étapes essentielles : le choix de l'échantillon (**section 1**), la collecte des données (**section 2**) et leur traitement (**section 3**). Chacun de ces volets a été pensé pour garantir la pertinence et la fiabilité des informations recueillies tout en respectant le contexte et la diversité des participants.

8.1 L'échantillonnage

Dans une recherche, il est essentiel de préciser la manière dont les participants ont été sélectionnés. Le choix de l'échantillon constitue une étape déterminante, car il conditionne la qualité et la pertinence des informations recueillies.

Cette étude vise à mieux comprendre l'impact des écrans sur le développement des enfants, en recueillant les perceptions et expériences des parents, des enseignants et des acteurs concernés. Pour saisir la diversité des situations, elle se déroulera à la fois dans un quartier en ville et dans un quartier en banlieue, afin de prendre en compte les contextes socio-économiques différents et les réalités de vie variées.

Le mode d'échantillonnage est de type non probabiliste puisque nous ne disposons pas de bases de sondage au niveau des deux quartiers choisis. Cette recherche est centrée sur les familles vivant la réalité quotidienne de l'exposition des enfants aux écrans.

L'étude a concerné des parents d'enfants âgés de 3 à 12 ans, une période de la vie où les apprentissages, les émotions et les comportements sont particulièrement influencés par les interactions avec les médias numériques.

Au total, quarante (41) parents ont été rencontrés, répartis de manière équilibrée entre Hann Maristes et Dalifort, soit vingt (20) à Hann Maristes et vingt et un (21) à Dalifort.

La sélection s'est faite de maison en maison, selon un principe simple : interroger une famille, en laisser deux, puis reprendre avec la suivante, jusqu'à atteindre le nombre souhaité.

Cette démarche a permis de toucher des profils variés, des familles modestes, des ménages de classe moyenne ou aisée, et de saisir des réalités sociales différentes mais souvent traversées par les mêmes inquiétudes face aux écrans.

8.2 La collecte de données

Pour comprendre au mieux l'expérience des enfants face aux écrans, deux approches de collecte de données ont été mobilisées : une approche qualitative, visant à comprendre les effets de l'exposition aux écrans sur le développement des enfants et des perceptions qu'en ont les différents acteurs concernés (parents, éducateurs, professionnels de la protection de l'enfance). Elle a consisté à une analyse des discours tirés des entretiens individuels avec des acteurs de l'éducation, des professionnels de la protection des enfants et à une observation directe libre qui a offert un regard attentif sur le comportement des enfants dans leur quotidien.

L'approche quantitative adoptée vise à connaître dans quelle mesure l'utilisation des écrans par les enfants ainsi que les modes d'utilisation et les types d'écrans dont les enfants ont accès dans leur environnement. La collecte des données quantitatives a été faite sur la base d'un questionnaire élaboré par l'outil Kobocollect qui permet une administration par smartphone. Cet outil permet de générer une base de données exploitable sur excel.

En combinant ces approches, il a été possible de mieux comprendre le quotidien des enfants et d'apprécier la variété des points de vue concernant leur interaction avec les écrans.

8.3 Le traitement des données

Après la collecte des informations sur le terrain, il a fallu les organiser, les comprendre et en tirer du sens.

Cette étape d'analyse a permis de faire parler les données, de dégager des tendances, mais aussi de donner une place à la parole et à l'expérience de chaque participant.

Le traitement des données a combiné une approche qualitative, centrée sur la compréhension des discours et des observations, et quelques éléments quantitatifs issus du questionnaire pour illustrer certaines tendances générales.

Les entretiens avec les professionnels ont d'abord été écoutés, relus et retranscrits avec soin. J'ai pris le temps d'en dégager les idées principales : les habitudes d'usage des écrans, les effets observés sur les enfants, les difficultés rencontrées et les stratégies d'encadrement.

Ces réponses ont ensuite été classées par thèmes, afin d'identifier ce qui revenait le plus souvent et les différences de perception entre les familles et les professionnels.

Les propos les plus marquants ont été cités dans le mémoire, sans nommer les personnes, pour respecter leur anonymat.

Les réponses au questionnaire ont été regroupées dans un tableau Excel. J'ai ensuite observé les tendances générales : combien de temps les enfants passent devant les écrans, quels types de contenus ils consomment, le niveau d'instruction des parents ou encore si des règles familiales sont mises en place. Ces données chiffrées n'ont pas servi à faire des statistiques complexes, mais à illustrer et renforcer les constats issus des entretiens.

Les observations directes réalisées dans les familles ont permis de voir concrètement comment les enfants utilisent les écrans et comment les adultes réagissent.

Ces moments simples du quotidien, comme un parent qui donne le téléphone pour calmer l'enfant, un parent qui allume la télévision pour occuper l'enfant pendant qu'il prépare le repas ou un enfant qui réclame le téléphone dès le réveil ont aidé à comprendre la réalité vécue, au-delà des mots.

En parallèle, les documents consultés ont été analysés pour replacer les résultats dans un cadre théorique, national et international, et montrer que la question de la protection numérique des enfants est au cœur des enjeux éducatifs actuels.

En résumé, l'analyse a consisté à relier les différentes informations recueillies.

Cette démarche, à la fois rigoureuse et humaine, a permis de dégager une vision claire du rapport entre les enfants, les écrans et leur environnement éducatif.

Elle ouvre la voie à la présentation des résultats et interprétations qui seront développés dans la partie suivante.

CHAPITRE 9 : LIMITES ET DIFFICULTES DE LA RECHERCHE

Comme tout travail de recherche, ce mémoire n'a pas échappé à certaines limites et difficultés.

Cette partie revient sur les principales limites méthodologiques, les contraintes rencontrées sur le terrain et les éventuels biais qui ont pu influencer le déroulement de la recherche.

En reconnaître l'existence, c'est aussi affirmer une démarche sincère et lucide.

9.1 Limites méthodologiques

La première limite de ce travail réside dans son approche essentiellement qualitative.

Ce choix a permis d'aller en profondeur dans la compréhension des réalités vécues, mais il ne permet pas de généraliser les résultats à l'ensemble des familles sénégalaises.

Les témoignages recueillis traduisent des expériences précieuses, mais propres aux contextes de Hann Maristes et de Dalifort, deux quartiers qui diffèrent beaucoup sur le plan social et économique.

Une autre limite importante tient au fait qu'aucun enfant n'a été directement interrogé.

Ce choix a été fait pour des raisons éthiques, afin d'éviter toute forme d'exposition ou d'inconfort pour les plus jeunes. Cela a pu restreindre l'accès à la parole des enfants eux-mêmes, même si leurs expériences ont été évoquées à travers les observations et les récits des adultes.

9.2 Difficultés rencontrées sur le terrain

Le travail de terrain a été une expérience humaine riche, mais aussi parfois exigeante.

Dans certaines familles, il a fallu du temps pour établir un climat de confiance. Parler de l'éducation ou des pratiques parentales n'est jamais anodin : certains parents craignaient d'être jugés, surtout lorsqu'il s'agissait de l'usage des écrans, un sujet souvent sensible.

La disponibilité des participants a aussi été un défi. Entre les obligations professionnelles, familiales et personnelles, il n'était pas toujours facile de trouver un moment pour échanger calmement.

Les déplacements entre Dalifort et Hann Maristes ont également demandé du temps et de l'organisation. Certaines journées ont été longues, mais elles ont permis de vivre pleinement la diversité du terrain.

Une autre limite de cette recherche concerne les moyens disponibles. Le travail a été mené avec des ressources matérielles et financières modestes, ce qui a restreint la possibilité de multiplier les déplacements, d'imprimer des supports ou d'étendre le nombre d'entretiens.

De même, l'absence de financement institutionnel a rendu nécessaire une gestion rigoureuse du temps et des moyens personnels.

Malgré ces contraintes, le travail a pu être mené à bien grâce à la collaboration bienveillante des participants.

Cette expérience a montré qu'une recherche peut être menée sérieusement, même avec peu de moyens, lorsqu'elle repose sur la conviction et l'engagement personnel.

Malgré cela, la participation globale a été encourageante, signe de l'intérêt que suscite la question de la protection des enfants face aux écrans

9.3 Biais possibles

Comme toute démarche humaine, cette recherche n'est pas exempte de biais.

Le premier est le biais d'interprétation : même avec la volonté d'être neutre, la façon d'écouter, de reformuler ou de comprendre les propos peut être influencée par la sensibilité personnelle de la chercheuse.

Un autre biais possible est celui de la désirabilité sociale : certains participants ont pu présenter leurs pratiques de manière plus positive, par peur d'être jugés ou mal compris.

C'est une réaction naturelle lorsqu'on aborde des sujets liés à l'éducation ou à la parentalité.

Enfin, le biais de contexte mérite d'être mentionné. L'usage des écrans évolue très vite : de nouvelles plateformes apparaissent, les habitudes changent, et ce qui est observé aujourd'hui pourrait se transformer demain. Les résultats de cette étude s'inscrivent donc dans une période précise, marquée par une forte évolution technologique et sociale.

CHAPITRE 10 : ETHIQUE DE LA RECHERCHE

Mener une recherche sur les enfants et leur environnement numérique demande beaucoup de délicatesse. Dès le départ, il a été essentiel d'agir avec empathie, prudence et respect, car derrière chaque témoignage, il y a des histoires de vie, des émotions et des valeurs familiales.

Ce chapitre présente la manière dont les principes éthiques ont été intégrés tout au long du travail, depuis la rencontre avec les participants jusqu'à l'analyse des résultats.

10.1 Le respect des personnes et du consentement

La première règle a été de ne jamais forcer la participation de qui que ce soit. Tous les parents, enseignants et professionnels rencontrés ont été informés du but de la recherche et ont accepté d'y participer librement et volontairement. Ils savaient qu'ils pouvaient refuser de répondre à certaines questions ou se retirer à tout moment, sans aucune conséquence.

Cette liberté de choix a permis d'instaurer un climat de confiance et de sincérité, indispensable pour obtenir des échanges authentiques.

Par souci de protection, aucun enfant n'a été directement interrogé. Ce choix n'est pas anodin, il repose sur le respect de leur âge, de leur vulnérabilité et de leur droit à la tranquillité.

Les informations concernant les enfants ont donc été recueillies indirectement, à travers le regard des adultes qui les accompagnent au quotidien parent, enseignants, éducateurs et professionnels de santé.

10.2 La confidentialité et l'anonymat

Tout au long de la recherche, une attention particulière a été portée à la confidentialité des informations.

Les participants ont été assurés que leurs propos ne seraient utilisés que dans le cadre académique du mémoire. Aucun nom, aucune information personnelle ne figure dans le texte, pour préserver son anonymat.

Les enregistrements d'entretiens, les notes et les documents ont été conservés de manière sécurisée.

Cette discrétion était essentielle pour garantir la confiance mutuelle et encourager des paroles franches, surtout sur un sujet aussi intime que l'éducation et la gestion du numérique dans la famille.

10.3 La posture du chercheur

Réaliser ce travail a aussi demandé de la neutralité et de l'humilité. Face à des réalités parfois différentes de ses propres convictions, nous avons cherché à écouter sans juger et à comprendre avant d'interpréter.

Chaque entretien a été mené avec respect, en laissant aux participants la liberté d'exprimer leurs opinions, leurs inquiétudes ou leurs contradictions.

L'analyse des propos a été faite avec prudence et honnêteté, en évitant toute généralisation hâtive.

Le but n'était pas de pointer du doigt certaines pratiques, mais de mettre en lumière les défis réels que rencontrent les familles face aux écrans.

Cette posture bienveillante a permis d'aborder le sujet sensible de la parentalité numérique sans blesser ni culpabiliser.

10.4 Le cadre académique et la rigueur scientifique

Le mémoire a été conduit dans le respect des règles académiques et déontologiques en vigueur au sein du centre de formation judiciaire et des principes de recherche en sciences sociales.

Toutes les sources ont été citées avec rigueur, et les documents utilisés ont été exploités dans un esprit de transparence et d'honnêteté intellectuelle.

Aucun propos n'a été déformé, et les données ont été traitées avec soin, dans le seul but de comprendre la réalité du terrain.

En définitive, cette recherche a été conduite dans un climat de respect, d'écoute et de responsabilité. Chaque précaution a été prise pour protéger les personnes impliquées, assurer la confidentialité des données et maintenir une posture neutre et bienveillante.

L'éthique s'est ainsi imposée non pas comme une formalité, mais comme une valeur centrale, au cœur même de la démarche scientifique et humaine.

PARTIE III : PRESENTATION DES RESULTATS DE RECHERCHE

CHAPITRE 11 : DISPOSITIF NATIONAL DE PROTECTION DE L'ENFANCE ET ENJEUX MEDIATIQUES

Le Sénégal dispose d'un ensemble d'acteurs institutionnels, juridiques et associatifs investis dans la protection de l'enfance. Ces acteurs s'efforcent aujourd'hui d'adapter leurs interventions aux défis posés par l'omniprésence des médias et des écrans dans la vie quotidienne des enfants. Si les politiques publiques se sont d'abord concentrées sur la prévention des violences physiques, économiques ou sexuelles, elles s'ouvrent progressivement à une protection élargie, intégrant la dimension numérique et médiatique.

Sur le plan institutionnel, le Conseil national de régulation de l'audiovisuel (CNRA) joue un rôle central dans la régulation des contenus médiatiques. Il œuvre à la protection du jeune public en veillant à ce que les programmes diffusés respectent les normes de décence et de moralité. Sous l'impulsion du défunt président Babacar Touré, le CNRA a plaidé pour une éducation aux médias et pour une prise de conscience nationale sur la responsabilité partagée des médias, des parents et des éducateurs dans la formation des enfants. Cette orientation marque une étape importante dans la reconnaissance du rôle éducatif des médias au Sénégal⁶.

La Commission de protection des données personnelles (CDP) constitue un autre pilier essentiel du dispositif. Elle veille à la sécurité numérique et à la protection de la vie privée des enfants dans un contexte de numérisation croissante des interactions sociales.

Par ses campagnes de sensibilisation et ses actions de formation, la CDP attire l'attention sur les risques liés à la diffusion d'images d'enfants, au partage excessif d'informations personnelles sur les réseaux sociaux, et à l'exposition à des contenus inadaptés⁷. Elle milite ainsi pour une culture du numérique responsable, adaptée à la vulnérabilité des mineurs. Dans son avis trimestriel n°02-2025, la CDP a confirmé cette orientation à travers une communication sur le cadre juridique de la protection des enfants en ligne, insistant sur la nécessité d'une éducation numérique préventive et d'une coordination institutionnelle renforcée.

⁶ CNRA (2020). *La protection du jeune public : vers une éducation aux médias*. Discours de Babacar Touré, président du CNRA.

⁷ CDP (2022). *Campagne nationale sur la protection des mineurs et la vie privée en ligne*.

La Direction générale de la Protection Judiciaire et Sociale (DGPJS), rattachée au Ministère de la Justice, constitue un maillon essentiel du dispositif national de protection de l'enfance au Sénégal.

Elle est investie d'une mission de prévention, de protection, de rééducation et de réinsertion sociale des enfants victimes, en conflit avec la loi, témoins ou en danger moral.

À travers son action, la DGPJS veille à la mise en œuvre effective des droits reconnus aux mineurs, en mobilisant les outils juridiques, sociaux et éducatifs nécessaires à leur prise en charge.

Dans un contexte où les nouvelles technologies de communication transforment profondément les modes de socialisation des enfants, la DGPJS s'intéresse de plus en plus aux formes de vulnérabilité liées à l'usage du numérique.

Les professionnels de la protection constatent que certains enfants suivis dans ses structures présentent des troubles ou des comportements influencés par une surexposition aux écrans : repli sur soi, imitation de contenus violents, troubles du sommeil ou de l'attention.

Face à ces réalités, la DGPJS s'attache à intégrer la dimension numérique dans ses actions éducatives et de prévention, notamment à travers la sensibilisation des familles et des éducateurs sur l'impact psychologique et social de l'usage excessif des écrans ainsi que sur la nécessité de protéger les enfants en ligne

Dans le prolongement de ses missions traditionnelles, la DGPJS développe des actions de prévention et d'éducation, notamment sur l'utilisation des écrans, les comportements en ligne et les impacts psychologiques liés à la surexposition numérique.

Elle travaille en étroite collaboration avec les structures communautaires et les acteurs associatifs pour promouvoir un environnement protecteur et équilibré pour l'enfant.

La Coordination nationale des acteurs de la protection de l'enfance (CONAFE) et la Cellule d'Appui à la Protection de l'Enfant (CAPE) jouent un rôle complémentaire sur le terrain.

Elles mènent des campagnes de sensibilisation à destination des familles et des écoles sur les risques liés à une consommation excessive d'écrans et à la violence des contenus médiatiques.

Ces campagnes encouragent une parentalité numérique responsable, fondée sur le dialogue et la régulation du temps d'écran⁸.

Elles mobilisent également les médias communautaires pour relayer des messages positifs sur le bon usage des technologies.

⁸CONAFE (2023). *Campagnes de sensibilisation communautaire sur les risques numériques et les écrans.*

En septembre 2025, le Ministère de l'Éducation nationale du Sénégal a pris une mesure importante en interdisant l'usage du téléphone portable dans tous les établissements scolaires, publics comme privés⁹.

Cette décision, motivée par les perturbations observées sur la concentration, la discipline et le comportement des élèves, s'inscrit dans une démarche de prévention et de protection du jeune public face aux effets négatifs des écrans.

En effet, l'usage incontrôlé des téléphones portables en milieu scolaire expose les enfants à des risques de cyberharcèlement, de dépendance numérique et à une baisse du rendement scolaire. L'école étant un lieu d'apprentissage et de socialisation, cette interdiction vise à restaurer un cadre éducatif propice à la réussite et au bien-être de l'enfant.

Par ailleurs, cette mesure illustre la volonté de l'État sénégalais d'intégrer la protection de l'enfance dans l'environnement numérique au sein de ses politiques éducatives.

Elle montre que la régulation des écrans ne relève pas uniquement de la sphère familiale, mais qu'elle fait désormais partie d'un dispositif national global de protection, mobilisant l'école comme acteur central de prévention.

Toutefois, malgré ces efforts, le cadre juridique sénégalais présente encore des lacunes en matière de protection médiatique et numérique des enfants.

En effet, le projet de Code de l'enfant, censé harmoniser et moderniser les textes existants, n'a pas encore été adopté. Les textes en vigueur notamment la Constitution (2001), la loi sur la protection des données personnelles (2008) et les décrets sectoriels n'abordent que partiellement les enjeux liés à la surexposition aux écrans ou à la protection des enfants dans l'espace médiatique¹⁰.

Cette situation limite la portée juridique des actions menées et rend difficile la mise en place d'un cadre unifié face aux défis numériques contemporains.

Le dispositif national repose donc sur une volonté réelle, mais encore fragmentée, d'intégrer la dimension médiatique et numérique dans la protection de l'enfance.

Les interventions du CNRA, de la CDP, de la DGPJS, de la CONAFE et de la CAPE démontrent une prise de conscience progressive des risques liés aux écrans : dépendance, troubles de l'attention, exposition à des contenus violents, atteintes à la vie privée.

Cependant, ces actions gagneraient à être intégrées au sein de la SNPE qui sera fondée non

⁹ Communiqué du Ministère de l'Éducation Nationale du 22 septembre 2025 « Interdiction de l'usage du téléphone portable en milieu scolaire », site officiel education.sn

¹⁰ Loi n°2008-12 du 25 janvier 2008 portant sur la Protection des données à caractère personnel

seulement sur la régulation, mais aussi sur la prévention, l'éducation et la participation active des enfants à la société numérique.

CHAPITRE 12 : PRESENTATION ET INTERPRETATION DES

DONNEES

12.1. Profil des répondants

L'étude a concerné 41 parents répartis dans deux quartiers de Dakar : Hann Maristes (Zone A) et Dalifort (Zone B). La répartition est équilibrée, avec 20 répondants (48,78 %) à Hann Maristes et 21 répondants (51,22 %) à Dalifort.

Les répondants sont majoritairement des mères (73 %), tandis que les pères ne représentent que 2,44 % des personnes interrogées. Cela montre que la gestion quotidienne de l'éducation et du suivi des enfants, y compris l'encadrement numérique, repose essentiellement sur les femmes, souvent premières garantes de la protection de l'enfant au sein du foyer.

Sur le plan professionnel, près de la moitié (48,78 %) des parents exercent une activité indépendante ou libérale, 34,15 % sont employés, et 17,07 % sont sans emploi. Cette diversité socio-économique permet de croiser des perceptions issues de milieux différents, allant de foyers relativement aisés à d'autres plus modestes.

La majorité des familles interrogées compte deux à trois enfants et en moyenne 2,47 enfants utilisent un écran dans chaque foyer.

Les deux quartiers ciblés par l'étude présentent des profils démographiques légèrement différents. En effet bien que nombre de foyers enquêtés soit le même, le nombre total d'enfants dans les ménages est en moyenne 100 enfants dont les 54% résident à Dalifort et les 46 % à Hann Maristes.

12.2 Accès aux écrans et pratiques d'utilisation

Les données de l'enquête réalisée dans les deux quartiers ciblés par l'étude révèlent une présence importante de supports numériques dans les foyers. En effet 90,24 % des foyers enquêtés disposent d'un poste téléviseur. 85,37 % des foyers sont possession de smartphones. Tandis que les autres appareils électroniques que sont les tablettes, les ordinateurs et les consoles de jeux comptent respectivement pour 43,9 %, 31,71 % et 4,63 % des supports numériques utilisés par les enfants. Cette situation renseigne sur un large accès des enfants à des écrans.

Postes téléviseurs	Smartphones	Tablettes	Ordinateurs	Consoles de jeu vidéo
90%	85%	43,9 %,	31,71%	4,63%

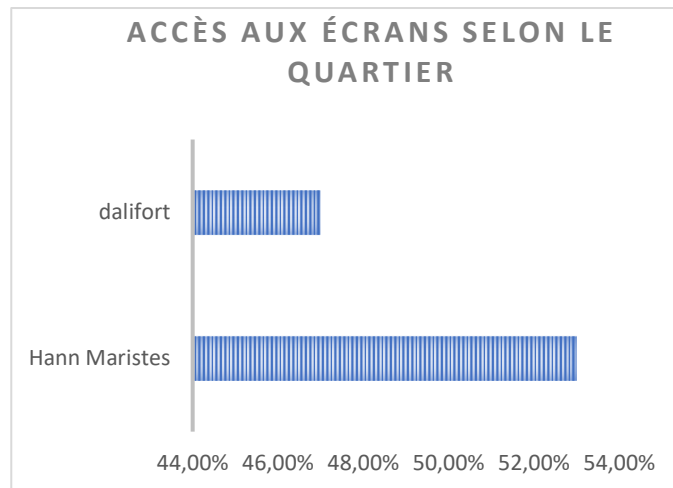
Tableau 1 : types d'écrans disponibles dans les foyers enquêtés

L'analyse de la variable accès tous les types confondus selon les quartiers montre qu'à Hann Maristes 48% des foyers possèdent les différents types supports contre 51% à Dalifort. En termes d'utilisation, ce sont 42% des enfants de Dalifort accèdent aux écrans contre 58% à Hann Maristes. Cette différence dans l'utilisation s'explique par le fait que 45% des enfants de Hann Maristes ont accès à des supports plus individuels tels les tablettes, les ordinateurs et les consoles de jeu vidéo. Tandis qu'à Dalifort seuls 5% des enfants ont accès à ces types de supports. Dans le même temps les supports comme les postes téléviseurs et les smartphones sont les plus utilisés par les enfants de Dalifort 25% que ceux Hann Maristes 75%

Dans les quartiers résidentiels comme Hann Maristes les foyers disposent d'une variété de supports électroniques traduisant un certain niveau de vie. Et le mode de vie dans ces quartiers impose aux enfants de rester la plupart du temps chez eux et de privilégier les loisirs individuels (jeux vidéo, réseaux sociaux, plateformes comme Youtube... etc. L'autre facteur à prendre en considération dans l'explication du contraste entre la présence et l'utilisation entre les deux quartiers est le fait que les foyers de Dalifort comptent un nombre d'enfants plus important. Et l'accès aux écrans est plus libre surtout la télévision qui est le support médiatique le plus présents dans les foyers

Dans le quartier de Dalifort, l'accès aux écrans est en général plus important, mais il est plus limité selon les types. Cela peut s'expliquer d'une part par la différence de profils démographiques entre les deux quartiers. En effet

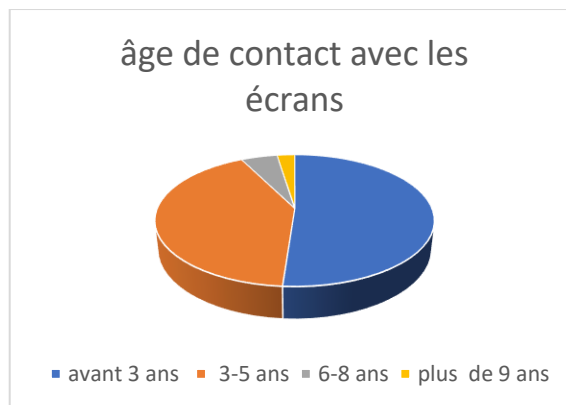
Mais à Hann Maristes les démontrent d'une plus grande maîtrise dans l'utilisation des objets connectés et une utilisation à des fins éducatives plus importantes, mais les enfants utilisent plus les écrans en raison de la disponibilité et de l'accessibilités des objets connectés.



Graphique 1 : Accès aux écrans selon le quartier

L'âge de contact avec les écrans par les enfants

Les données d'enquête montrent que 51,22 % des enfants ont commencé avant 3 ans et 41,46 % des enfants de la tranche d'âge de 3-5 ans ont accès aux écrans. Ceci renseigne sur un contact précoce des enfants avec les écrans.



Graphique 2 : âge de contact avec les écrans

L'utilisation des écrans par les enfants de la tranche 9–12 ans semble plus autonome et plus diversifiée : divertissement, apprentissage scolaire ou socialisation en ligne. En outre cette tranche d'âge représente un moment critique de l'évolution de l'enfant où l'écran devient un moyen d'expression et de curiosité, mais aussi un risque accru d'exposition à des contenus inadaptés.

En outre l'enquête a révélé que la majorité des foyers interrogés ont au moins un enfant à bas âge (moins de 6 ans). Cette période correspond à celle où les besoins de socialisation et d'interactions essentiels au développement cognitif et émotionnel pour l'enfant. Donc

l'utilisation précoces des écrans pendant cette période peut avoir un impact négatif sur les apprentissages à la vie sociale.

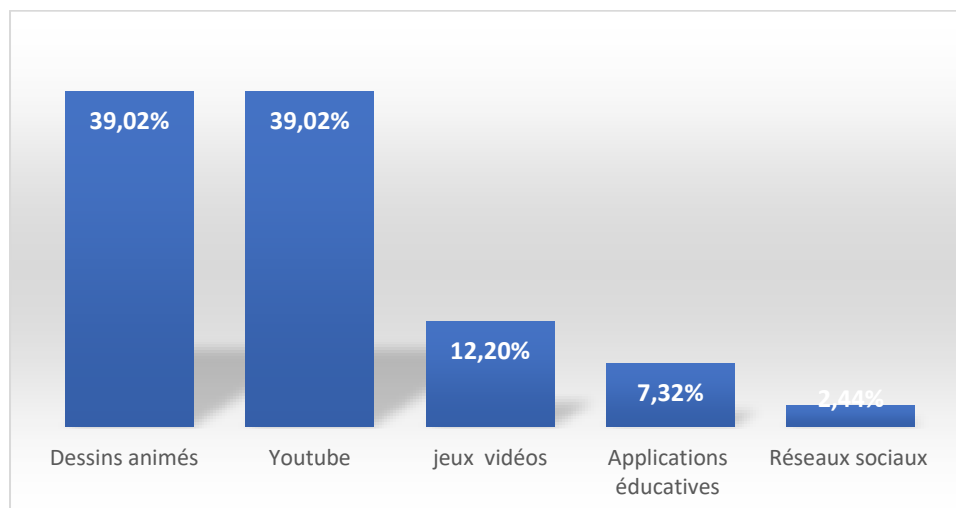
Même si pour Marie Gauthé (2019) dans son étude sur l'utilisation des écrans chez les enfants de 0 à 6 ans, a relevé que l'usage précoce des outils numériques est devenu une norme familiale et est souvent considéré comme un moyen d'occupation ou d'apprentissage. Ces comportements des enfants vis-à-vis des écrans selon l'âge met ainsi en évidence la nécessité d'une approche éducative différenciée en tenant compte les étapes du développement.

12.3 Durée d'exposition des enfants aux écrans

L'analyse de la variable durée d'exposition montre que 46,34 % des enfants sont en contact avec les écrans entre 1 et 2 heures/jour. Tandis que 20 % des enfants utilisent les écrans entre 3 et 4 heures. Et 12,2 % des enfants passent plus de 4 heures/jour avec les écrans. Ce qui démontre que, même si les parents cherchent à limiter le temps d'exposition aux écrans, une proportion importante des enfants dépasse les recommandations de l'OMS, qui préconise moins d'une heure par jour avant 5 ans. Alors que pour les plus de 5 ans elle recommande une utilisation modérée et contrôlée sans pour autant fixer des limites temporelles.

Le pédopsychiatre compare l'enfant surexposé à un ballon trop gonflé : submergé, il éclate intérieurement. Il ne sait plus ni où il est, ni qui il est. Cette saturation crée un traumatisme de débordement, un trop-plein sensoriel destructeur.

12.4 Les contenus les plus visionnés par les enfants sur les écrans



Graphique 3 : contenus visionnés par les enfants

L'analyse des données relatives aux centres d'intérêts montrent que les dessins animés et YouTube représentent (39,02 %) des contenus regardés par les enfants. Suivis des jeux vidéo

pour (12,2 %), tandis que les applications éducatives ne comptent pour (7,32 %). Et enfin les réseaux sociaux concernent (2,44 %). Il faut relever que la part éducative reste marginale et que les plateformes comme YouTube proposent des contenus ne faisant l'objet d'aucune restrictions exposant ainsi les enfants à des contenus non contrôlés, confirmant la nécessité d'un contrôle parental renforcé et d'une éducation telle que préconisée par le CNRA.

L'analyse de la variable contenue visionné selon les quartiers montre les enfants dans les quartiers ciblés regardent principalement les contenus Youtube et les dessins animés.

Quels types de contenus regarde-t-il ou utilise-t-il ?			
Étiquettes de lignes	Hann Maristes	Dalifort	Total général
Applications éducative	4,88%	2,44%	7,32%
Dessins animés	17,07%	21,95%	39,02%
3-5 ans	4,88%	7,32%	12,20%
3-5 ans 6-8 ans	0,00%	4,88%	4,88%
3-5 ans 6-8 ans 9-12 ans	2,44%	2,44%	4,88%
6-8 ans	4,88%	2,44%	7,32%
9-12 ans	4,88%	4,88%	9,76%
Jeux vidéo	7,32%	4,88%	12,20%
3-5 ans 6-8 ans 9-12 ans	2,44%	2,44%	4,88%
6-8 ans	2,44%	0,00%	2,44%
9-12 ans	2,44%	2,44%	4,88%
Réseaux sociaux	0,00%	2,44%	2,44%
9-12 ans	0,00%	2,44%	2,44%
YouTube	19,51%	19,51%	39,02%
3-5 ans	4,88%	0,00%	4,88%
3-5 ans 6-8 ans	4,88%	0,00%	4,88%
3-5 ans 6-8 ans 9-12 ans	0,00%	4,88%	4,88%
3-5 ans 9-12 ans	4,88%	2,44%	7,32%
6-8 ans	2,44%	4,88%	7,32%
9-12 ans	2,44%	7,32%	9,76%
Total général	48,78%	51,22%	100,00%

Tableau 2 : contenu visionné selon l'âge et le quartiers

Les niveaux de visionnage pour ces types de contenus sont presque identiques. 50%. Pour les jeux vidéo toutes catégories confondues. L'écart n'est pas très grand entre les 2 quartiers pour ce qui des jeux vidéo. C'est pour les applications éducatives et les réseaux sociaux où la différence est observée. Avec 2% des enfants de 9-12 ans de Dalifort qui fréquente les réseaux sociaux et 5% des enfants de Hann Maristes qui regardent les applications éducatives contre 2% seulement pour ceux de Dalifort.

12.5 Encadrement et régulation de l'utilisation des écrans par les enfants

La majorité des parents (75,61 %) interrogés déclarent avoir instauré des règles d'utilisation des écrans pour les enfants. Ces règles sont général d'ordre restrictif ou limitatif. Par exemple 85 % d'entre eux affirment interdire aux enfants les écrans pendant la prise des repas et aux moments de faire des devoirs. Cependant, seuls 58,54 % des personnes enquêtées disent qu'elles discutent fréquemment avec leurs enfants des contenus visionnés.

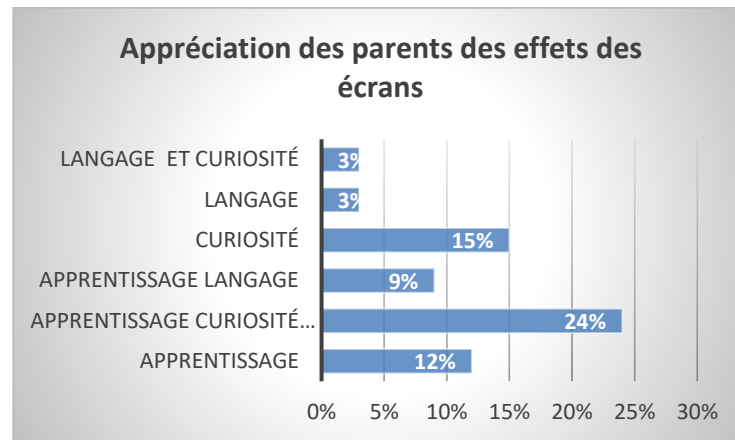
Le pédopsychiatre insiste sur la fermeté bienveillante des parents. Pour lui « « Une autorité stable et empathique permet de remplacer l'écran par une présence rassurante. Cette contenance symbolique la parole, le regard, les gestes, aide l'enfant à supporter la frustration. Un parent cohérent et disponible vaut mieux qu'un écran silencieux »

12.6 Appréciations des effets positifs et négatifs des écrans

Les effets des écrans ont été analysées selon qu'ils sont perçus positivement ou négativement par les personnes interrogées. Trois effets positifs ont été mis en évidence par les données d'enquête à savoir : le développement du langage, l'aiguïsement de la curiosité et la facilitation de l'apprentissage chez l'enfant. Ainsi 24% des personnes interrogées affirment que l'utilisation des écrans a des effets positifs sur le développement de la curiosité et sur l'apprentissage. Dans le même temps 12% des répondants disent que le l'utilisation des écrans facilitent l'apprentissage chez l'enfants. Mais au regard des réponses obtenues, les effets positifs sur le langage qui restent relativement faibles. Même s'il est difficile d'affirmer que l'utilisation a un impact négatif sur le développement du langage chez l'enfant. En tout cas la situation d'isolement dans lequel se retrouve un enfant qui utilise un écran peut ne favoriser les interactions nécessaires au développement de cette faculté dont l'acquisition relève de l'ordre du processus de socialisation latente.

L'avis du pédopsychiatre est formel par rapport au développement du langage « Avant trois ans, l'exposition aux écrans empêche le développement du langage, bloque l'exploration sensorielle et freine la socialisation. Pour lui cette période est cruciale « tout se joue dans la relation

humaine, le toucher et la parole. Les trois premières années doivent être sans écran ou accompagnées activement par le parent ».



Graphique 4 : appréciations des parents des effets positifs des écrans

Les personnes interrogées imputent des effets négatifs à l'utilisation des écrans. Ainsi 56% des répondants affirment que les enfants souffrent de troubles du sommeil parmi les effets négatifs constatés, 32% des répondants font part de comportements d'agitation et 12% disent percevoir des retards de langage chez les enfants qui utilisent les écrans. Ces constats corroborent les propos du pédopsychiatre pour qui « une exposition prolongée conduit à des troubles multiples : sommeil, attention, langage, socialisation. Pour lui la dépendance de l'enfant de la stimulation visuelle lui fait perdre sa créativité puisque l'écran capte l'attention de l'enfant et finit par détruire la concentration.

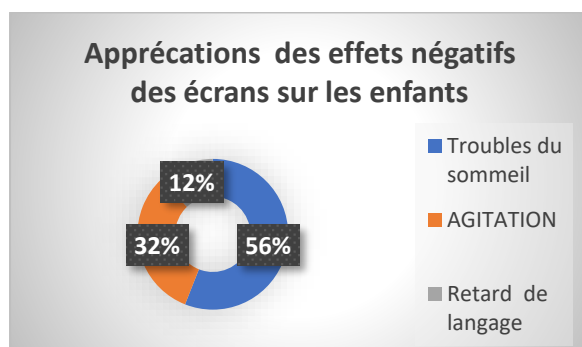
Sur le plan affectif le pédopsychiatre explique l'addiction de l'enfant pour les écrans tient du fait l'écran est pour l'enfant comme un support de sécurité : un appui symbolique, comparable au rôle du parent. Quand le parent remplace sa présence par un écran, l'enfant s'y attache comme à un substitut. Lorsqu'on retire l'écran sans offrir d'alternative relationnelle ou ludique, l'enfant réagit par des crises ou de la détresse. L'écran comble un vide affectif, mais au prix d'une perte de lien humain.

De l'avis du pédopsychiatre l'usage excessif des écrans par les enfants reflète une pauvreté relationnelle entre ces derniers et leurs parents. Pour lui sociétés en développement imitent les pays riches sans tenir compte de leurs erreurs. C'est la raison pour laquelle il préconise la construction d'une approche locale, adaptée à nos réalités culturelles et économiques. Sans tomber dans la diabolisation des écrans le pédopsychiatre, il plaide pour un usage accompagné et réfléchi, où l'écran devient un outil de médiation entre le parent et l'enfant. Pour lui ce n'est

pas l'écran qui détruit, mais l'absence de relation autour de lui. Les écrans ne remplacent pas l'amour ni la présence. « Pour préserver le développement de l'enfant, il faut restaurer le lien humain, la communication réelle et la présence parentale ».

En revanche l'éducateur interrogé sur les effets possibles des écrans sur les enfants exprime un avis plus nuancé puisqu'il relève les effets positifs de l'utilisation dans le domaine de l'apprentissage, tout en mettant en garde contre l'excès. Pour lui « l'écran peut présenter des aspects positifs comme négatifs en rapport avec le contenu. Un usage modéré et encadré peut-être bénéfique, surtout dans le cadre des apprentissages. Néanmoins, le véritable souci réside dans l'usage excessif. Dans ce cas, il peut être nuisible au développement de l'attention, au sommeil, à l'évolution cognitive et surtout aux interactions sociales ».

L'enseignant interrogé sur les effets de l'utilisation des écrans par les enfants semble abonder dans le même sens que l'éducateur en reconnaissant d'abord les effets positifs notamment pour les apprentissages. Selon lui le plan cognitif des jeux éducatif ou documentaire peuvent stimuler l'apprentissage de l'enfant bien avec un suivi parental. Cependant, une utilisation prolongée sur peut avoir des effets négatifs sur le comportement de l'enfant tels que la réduction de la capacité d'attention. Mais il souligne toutefois la nécessité d'un encadrement de la part des parents. « Je pense que les écrans font désormais partie intégrante du quotidien des enfants. Ils peuvent être utiles pour apprendre, se divertir et découvrir pleines de connaissances si leur usage reste encadré. L'utilisation excessive des écrans peut rendre certains enfants plus agités mais surtout distraits et dépendants. Ils ont parfois du mal à se concentrer ou à gérer leurs émotions face à certains contenus. Sur le plan social, je pense que les écrans peuvent isoler les enfants surtout s'ils y passent la majeure partie de leur temps et ceci peut entraîner un repli sur soi même. Et sur le sur le plan émotionnel, certains contenus violents ou anxiogènes peuvent les perturber et créer des troubles chez l'enfant tel que la peur dans le noir, peur d'être seul, des troubles de sommeil, changement d'humeur voire même le repli sur soi »



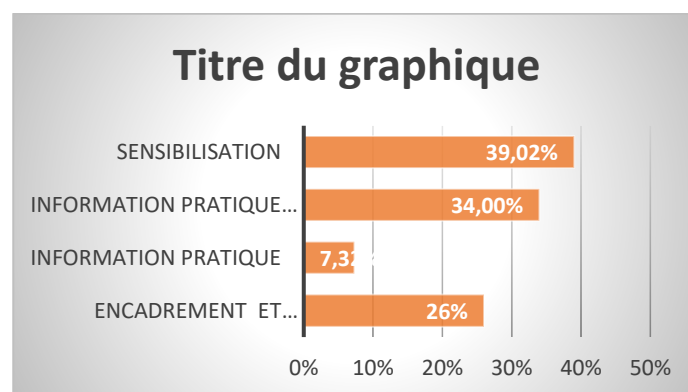
Graphique 5 : Appréciations des effets négatifs de écrans sur les enfants

En somme les avis du pédopsychiatre, de l'éducateur et de l'enseignant convergent tous et mettant en lumière les conséquences psychologiques, comportementales et sociales de la surexposition des enfants aux écrans. Tout en soulignant le rôle déterminant des parents, des institutions et de l'État dans l'encadrement et la régulation de cet usage.

À ce titre le pédopsychiatre dénonce les défaillances institutionnelles : manque de psychologues, précarité familiale, absence de dispositifs d'écoute. Il appelle à une action collective : accompagner les parents, former les éducateurs, et donner à l'État un rôle de soutien. Protéger l'enfant est une responsabilité partagée.

12.7 Besoins et attentes

Trois types de besoins ont été exprimés par les personnes interrogés, soit de manière isolée ou de façon associée. Ainsi 39% des répondants expriment le besoin de sensibilisation traduisant ainsi une prise de conscience des parents de la problématique l'utilisation des écrans par les enfants qui s'est imposée sans que les parents ne soient préparés à y faire face. Mais 53 % des parents disent qu'il faut des informations pratiques associée à une sensibilisation et un encadrement sous forme de conseils de la part des autorités pour avoir une maîtrise sur le phénomène. Ce signifie que les personnes interrogées ne sont pas outillées pour prendre en charge la gestion de l'utilisation des écrans par les enfants. Ces besoins de par leur nature est un appel des parents adressé aux autorités, aux éducateurs devant une question pour lequel ils n'ont de réponses.



Graphique 6 : Besoins et attentes des parents

CHAPITRE 13 : RECOMMANDATIONS

Les résultats de la recherche montrent que les écrans soulèvent aujourd'hui des défis éducatifs, sociaux et psychologiques qui ne peuvent être relevés sans une action collective.

La protection de l'enfance à l'ère du numérique repose sur une responsabilité partagée où les

familles, l'école, les médias et les institutions publiques jouent chacun un rôle complémentaire. Les recommandations suivantes s'appuient sur les réalités sénégalaises et visent à renforcer la prévention, la régulation et l'accompagnement dans l'usage des écrans par les enfants.

D'abord nous avons les familles qui demeurent le premier espace de socialisation de l'enfant. Dans un contexte où le numérique s'impose dans la vie quotidienne, les parents doivent être soutenus pour assumer pleinement leur rôle d'accompagnateurs. Il ne s'agit pas de diaboliser les écrans, mais de favoriser une parentalité numérique consciente et équilibrée, fondée sur la proximité et le dialogue. Les parents gagneraient à instaurer des moments sans écran (repas, devoirs, coucher ; etc.) et à s'impliquer dans les choix de contenus. Cette dynamique doit s'inscrire dans une éducation parentale participative, où les familles, les associations et les institutions locales travaillent de concert.

Cette démarche ne peut se faire sans soutien. Les services AEMO jouent un rôle important dans cet accompagnement des familles. Placés sous la tutelle de la Direction générale de la Protection Judiciaire et Sociale (DGPJS), ces services interviennent auprès des parents confrontés à des difficultés éducatives, en favorisant la prévention, la médiation et la guidance parentale¹¹.

Leur implication pourrait être renforcée par des sessions de sensibilisation spécifiques sur l'impact des écrans, l'usage du numérique à la maison et les outils de contrôle parental.

Ainsi, la protection de l'enfant face aux écrans deviendrait aussi un projet collectif familial et communautaire, soutenu par les institutions de proximité.

Ensuite il y a l'école, elle occupe une place stratégique dans l'éducation aux médias et à la citoyenneté numérique.

Les enseignants doivent être formés à aborder avec les élèves les risques liés aux écrans : dépendance, exposition précoce, désinformation, mais aussi à valoriser les opportunités qu'offre le numérique pour l'apprentissage.

L'introduction d'une matière d'éducation aux médias et à l'information dès le primaire contribuerait à renforcer l'esprit critique des enfants et à encourager une consommation responsable des contenus.

¹¹ Décret n° 81-1047 du 29 octobre 1981 fixant les règles d'organisation et de fonctionnement des services extérieurs de l'ancien Direction de l'Éducation Surveillée et de la Protection Sociale (DESPS), qui est maintenant la Direction Générale de la Protection de la Jeunesse et de la Scolarité (DGPJS).

L'interdiction récente de l'usage du téléphone portable dans les écoles sénégalaises constitue un exemple concret de régulation éducative visant à protéger les enfants des effets néfastes des écrans.

Toutefois, cette mesure gagnerait à être accompagnée d'une démarche éducative et participative. Il serait souhaitable que les établissements scolaires développent, parallèlement à cette interdiction, des activités d'éducation au numérique afin d'apprendre aux élèves à utiliser les outils technologiques de manière responsable et raisonnée. Des projets pédagogiques tels que les clubs médias scolaires ou les ateliers de création numérique peuvent aussi favoriser un usage actif et créatif du numérique plutôt que passif.

Enfin, un suivi régulier de l'application de cette interdiction, en concertation avec les enseignants et les associations de parents d'élèves, permettrait d'en mesurer l'impact réel sur le comportement et la réussite scolaire des élèves.

Également, les médias audiovisuels et numériques exercent une influence considérable sur les représentations de l'enfance.

Ils doivent veiller à produire et diffuser des programmes adaptés, respectueux et éducatifs.

Le CNRA pourrait accentuer la sensibilisation des professionnels à la protection du jeune public, en encourageant la production locale de contenus valorisant la culture sénégalaise, la citoyenneté et les comportements responsables en ligne.

Les campagnes de communication pourraient également inclure des messages de prévention sur les effets de la surexposition aux écrans, notamment à travers des chroniques éducatives ou des spots télévisés.

Enfin, l'État doit assurer la cohérence des politiques publiques en matière de protection de l'enfance et de régulation du numérique.

La mise en place d'une Stratégie nationale d'éducation aux médias et à la parentalité numérique intégrant les ministères de la Justice, de l'Éducation, de la Santé et de la Communication permettrait d'articuler les actions déjà engagées par la DGPJS, la CDP et le CNRA.

CONCLUSION

Cette recherche avait pour but comprendre l'impact de l'exposition aux écrans sur le développement des enfants et à cerner les mécanismes de protection mis en place par les familles et les institutions au Sénégal.

À travers une approche à la fois qualitative et quantitative, elle a permis d'identifier les pratiques familiales, déterminer les effets observés sur les plans cognitif, social et émotionnel, analyser les dispositifs existants et proposer des pistes d'action pour un usage équilibré du numérique.

Les résultats montrent que les écrans occupent désormais une place centrale dans la vie des enfants, quels que soient leur âge ou leur milieu de vie. À Hann Maristes, l'accès plus large aux technologies favorise des usages multiples, souvent éducatifs mais parfois excessifs. À Dalifort, l'accès est plus restreint, mais l'encadrement reste faible, faute de sensibilisation. Dans les deux contextes, la présence ou l'absence de contrôle parentale détermine largement l'effet des écrans.

Les professionnels rencontrés soulignent la même réalité : les écrans peuvent stimuler la curiosité et l'apprentissage lorsqu'ils sont accompagnés, mais deviennent sources d'isolement et de troubles du comportement lorsqu'ils remplacent la relation et l'échange. Ces constats rappellent que la protection de l'enfance face aux écrans doit passer par l'éducation, le dialogue et la responsabilité partagée.

Le travail met aussi en évidence les limites du cadre juridique national, encore fragmenté, ainsi que le besoin de renforcer la coordination entre les acteurs comme le CNRA, la CDP, la DGPJS et la CONAFE. Le développement d'une stratégie nationale d'éducation aux médias et au numérique apparaît essentiel pour mieux soutenir les familles et les écoles dans cette mission éducative.

Dans cette perspective, la protection des enfants en ligne devient un enjeu majeur. Les risques liés à l'exposition précoce, au cyber harcèlement ou à la diffusion non maîtrisée d'images exigent une réponse collective. Il s'agit non seulement de protéger, mais aussi de former les enfants à un usage responsable du numérique, en leur donnant les outils nécessaires pour comprendre, choisir et se prémunir.

En définitive, cette étude rappelle que la question n'est pas de bannir les écrans, mais de trouver un équilibre entre éducation, accompagnement et vigilance. La protection de l'enfant à l'ère du

numérique doit être une démarche vivante, partagée et humaine, portée par la famille, l'école et l'État, au service du développement harmonieux de chaque enfant.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES :

Le temps d'écran, une autre habitude de vie associée à la santé Topo : Synthèses de l'équipe Nutrition-Activité physique-Poids. Numéro 12.

https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/2154_temps_ecran_habitudes_vie.pdf

Ponti, M. (2019). Les médias numériques : la promotion d'une saine utilisation des écrans chez les enfants d'âge scolaire et les adolescents. Société canadienne de pédiatrie. Document de principe <https://www.cps.ca/fr/documents/position/les-medias-numeriques>

Centre Canadien d'éducation aux médias et de littératie numérique (2017) Te respecter et respecter les autres en ligne. <http://habilomedias.ca/litteratie-numerique-et-education-aux-medias/e-tutoriels/atelier-te-respecter-et-respecter-les-autres-en-ligne>

François Charron.com (2020). Médias sociaux et enfants: quoi faire avec Facebook et MSN? <http://www.francoischarron.com/medias-sociaux-et-enfants--quoi-faire-avec-facebook-et-msn--/k6xTyBDmER/>

Réseaux sociaux : attention à l'empreinte numérique des enfants. Naître et grandir. https://naitreetgrandir.com/Fr/etape/0_12_mois/viefamille/fiche.aspx?doc=reseaux-sociaux-empreinte-numerique-enfants

Hawkey, E (2019) Media use in childhood: Evidence-based recommendations for caregivers. American Psychological Association.

CNRA. (2015, 1 juin). *La protection du jeune public / Les enfants victimes de la Télévision*. Conseil National de Régulation de l'Audiovisuel. Repéré à <https://www.cnra.sn/do/la-protection-du-jeune-public-les-enfants-victimes-de-la-television/>

Touré, B. (2016, 24-26 février). *La protection de nos enfants exige désormais une éducation aux médias*. Conseil national de Régulation de l'Audiovisuel (CNRA). Repéré à <https://www.cnra.sn/do/babacar-toure-president-du-cnra-la-protection-de-nos-enfants-exige-desormais-une-education-aux-medias/>

Fédération des comités de parents du Québec. (2024). *Éduquer plutôt qu'interdire : Mémoire présenté à la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes*. FCPQ. Repéré à <https://www.fcpq.qc.ca/wp-content/uploads/2024/09/Memoire-FCPQ-CSESJ-VD.pdf>

- Bienaimé Besse, Carole. *Les écrans-rois*. Paris : Éditions de l'Observatoire, 2021.
- Cordier, Anne & Erhel, Séverine. *Les enfants et les écrans*. Paris : Éditions Le Pommier, 2019.
- Desmurget, Michel. *La Fabrique du crétin digital : Les dangers des écrans pour nos enfants*. Paris : Seuil, 2019.
- Dieu Osika, Sylvie & Osika, Éric. *L'enfant-écran : Comment échapper à la pandémie numérique*. Paris : Albin Michel, 2023.
- Dieu Osika, Sylvie. *Les écrans : 10 clés pour les utiliser en famille de manière raisonnée*. Paris : Éditions du Rocher, 2022.
- Duflo, Sabine. *Quand les écrans deviennent neurotoxiques : Protégeons le cerveau de nos enfants !* Paris : Les Arènes, 2021.
- Hamel, Sarah. *Les écrans et nos enfants*. Paris : Éditions de La Martinière, 2020.
- Morency-Guay, Laurence. *Grandir loin des écrans : Un guide pour transformer les habitudes familiales*. Montréal : Éditions de l'Homme, 2022.
- Tisseron, Serge. *3-6-9-12 : Apprivoiser les écrans et grandir*. Paris : Érès, 2017.
- Tisseron, Serge. *Enfants sous influence : Les écrans rendent-ils violents ?* Paris : Armand Colin, 2020.

ANNEXES :

Annexe 1 : Questionnaire sur l'usage des écrans chez les enfants, destiné aux parents d'enfants âgés de 3 à 12 ans

1. **Zone géographique :**

A (Hann Maristes)

B (Dalifort)

2. **Situation professionnelle :**

Employé(e)

Indépendant(e) / Profession libérale

Chômeur(se)

Autre : _____

3. **Nombre d'enfants vivant dans le foyer :**

1 enfant

2 enfants

3 enfants

4 enfants et plus

4. **Âge de votre(s) enfant(s) :**

3-5 ans

6-8 ans

9-12 ans

5. **Combien d'enfants utilisent un écran ?**

_____ (préciser le nombre)

 **Encadrement et responsabilités**

6. **Qui s'occupe généralement des enfants à la maison ?**

Le père

La mère

Les deux parents

Nurse ou personne de confiance

Autre membre de la famille : _____

Types et usage des écrans

7. **Quels types d'écrans sont disponibles chez vous ?**

- Télévision
- Smartphone
- Tablette
- Ordinateur
- Console de jeux

8. **Quels sont les deux types d'écrans les plus utilisés par les enfants ?**

- Télévision
- Smartphone
- Tablette
- Ordinateur
- Console de jeux

9. **À quel âge votre enfant a-t-il commencé à utiliser un écran ?**

- Avant 3 ans
- 3-5 ans
- 6-8 ans
- À partir de 9 ans ou plus

10. **Combien de temps votre enfant passe-t-il quotidiennement devant les écrans ?**

- Moins d'1h/jour
- 1-2h/jour
- 3-4h/jour
- Plus de 4h/jour

11. **Quels types de contenus votre enfant regarde/utilise ?**

- Dessins animés
- Jeux vidéo
- YouTube
- Réseaux sociaux
- Applications éducatives

Règles et accompagnement

12. **Avez-vous mis en place des règles concernant l'usage des écrans ?**

Oui

Non

13. **Existe-t-il des moments interdits pour l'usage des écrans ?**

Pendant les repas

Pendant les devoirs

Avant le coucher

Aucun

14. **Discutez-vous avec votre enfant des contenus qu'il regarde ?**

Fréquemment

Rarement

Jamais

Impacts de l'usage des écrans

15. **Quels types d'impacts l'utilisation des écrans a-t-elle sur le développement de votre enfant ?**

Négatifs

Positifs

Les deux

Aucun

Ne sait pas

16. **Sur quels aspects avez-vous remarqué des effets positifs ?**

Apprentissage

Curiosité

Langage

Autre : _____

17. **Sur quels aspects avez-vous remarqué des effets négatifs ?**

Troubles du sommeil

Isolement

Agitation

- Retard de langage
- Autre : _____

18. Recevez-vous des conseils ou de l'aide sur la gestion de l'utilisation des écrans par vos enfants ?

- Oui
- Non

19. Si oui, de qui ?

- Spécialiste de l'éducation
- Personnel de santé
- Éducateur spécialisé
- Autre : _____

Attentes et recommandations

20. Qu'attendriez-vous des écoles ou des autorités pour mieux vous accompagner ?

- Information pratique
- Sensibilisation
- Encadrement
- Autre : _____

21. Que recommanderiez-vous à d'autres parents concernant l'utilisation des écrans par les enfants ?

- Application de mesures restrictives
- Sensibilisation des enfants
- Interdiction totale des écrans

<https://kf.kobotoolbox.org/#/forms/aGUTrryHxSKvd84qVUbv2K/landing>

Annexe 2 : Guides d'entretien professionnels (Pédopsychiatres – Enseignants – Éducateurs spécialisés)

1. Selon votre expérience professionnelle, comment observez-vous l'évolution de l'usage des écrans chez les enfants ces dernières années ?

2. Quels types d'effets (cognitifs, émotionnels, comportementaux, sociaux) observez-vous le plus souvent chez les enfants en lien avec l'exposition aux écrans ?

3. Comment les familles que vous accompagnez encadrent-elles l'usage des écrans ?

4. D'après vous, quels sont les principaux défis ou risques liés aux écrans dans le contexte sénégalais ?

5. Quelles mesures vous semblent prioritaires pour mieux protéger les enfants face aux écrans ?

TABLE DES MATIERES

DEDICACE	<i>i</i>
REMERCIEMENTS	<i>ii</i>
GLOSSAIRE :	<i>iv</i>
SIGLES ET ABREVIATIONS :	<i>vi</i>
LISTE DES GRAPHIQUES	<i>vii</i>
LISTE DES TABLEAUX	<i>viii</i>
SOMMAIRE	<i>ix</i>
INTRODUCTION	<i>1</i>
PARTIE I : CADRE DE REFERENCE	<i>2</i>
CHAPITRE 1 : LA PROBLEMATIQUE	<i>2</i>
1.1 Problème général	<i>2</i>
1.2 Problèmes spécifiques	<i>4</i>
CHAPITRE 2 : REVUE DE LA LITTERATURE	<i>4</i>
CHAPITRE 3 : JUSTIFICATION DE LA RECHERCHE	<i>7</i>
3.1 Pertinence scientifique	<i>7</i>
3.2 pertinence sociale	<i>7</i>
CHAPITRE 4: CADRE DE REFERENCE	<i>7</i>
4.3 Clarification conceptuelle	<i>7</i>
4.2 Cadre conceptuel	<i>9</i>
4.2.1 Principaux éléments du cadre conceptuel	<i>9</i>
4.2.2 Schéma conceptuel (logique causale)	<i>9</i>
CHAPITRE 5 : OBJECTIFS DE RECHERCHE	<i>9</i>
5.1 Objectif général de la recherche	<i>9</i>
5.2 Objectifs spécifiques de la recherche	<i>10</i>
PARTIE II : METHODOLOGIE	<i>11</i>
CHAPITRE 6 : OPTION METHODOLOGIQUE	<i>11</i>
6.1 Méthode de recherche	<i>11</i>
6.2 Type de recherche	<i>12</i>
CHAPITRE 7 : UNIVERS DE LA RECHERCHE	<i>12</i>
CHAPITRE 8 : LA STRATEGIE DE LA RECHERCHE	<i>13</i>
8.1 L'échantillonnage	<i>13</i>
8.2 La collecte de données	<i>14</i>
8.3 Le traitement des données	<i>15</i>
CHAPITRE 9 : LIMITES ET DIFFICULTES DE LA RECHERCHE	<i>16</i>
9.1 Limites méthodologiques	<i>16</i>

9.2 Difficultés rencontrées sur le terrain _____	16
9.3 Biais possibles _____	17
CHAPITRE 10 : ETHIQUE DE LA RECHERCHE _____	17
10.1 Le respect des personnes et du consentement _____	18
10.2 La confidentialité et l’anonymat _____	18
10.3 La posture du chercheur _____	18
10.4 Le cadre académique et la rigueur scientifique _____	19
<i>PARTIE III : PRESENTATION DES RESULTATS DE RECHERCHE _____</i>	<i>20</i>
CHAPITRE 11 : DISPOSITIF NATIONAL DE PROTECTION DE L’ENFANCE ET ENJEUX MEDIATIQUES _____	20
CHAPITRE 12 : PRESENTATION ET INTERPRETATION DES DONNEES _____	23
12.1. Profil des répondants _____	23
12.2 Accès aux écrans et pratiques d’utilisation _____	23
12.3 Durée d’exposition des enfants aux écrans _____	26
12.4 Les contenus les plus visionnés par les enfants sur les écrans _____	26
12.5 Encadrement et régulation de l’utilisation des écrans par les enfants _____	28
12.6 Appréciations des effets positifs et négatifs des écrans _____	28
12.7 Besoins et attentes _____	31
CHAPITRE 13 : RECOMMANDATIONS _____	31
<i>CONCLUSION _____</i>	<i>34</i>
<i>REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES : _____</i>	<i>a</i>
<i>ANNEXES : _____</i>	<i>c</i>