

« Les familles sont encouragées à construire des règles communes »

Entretien avec Corinne Roehrig,
médecin de santé publique,
thérapeute familiale systémicienne,
vice-présidente du Comité départemental d'éducation
pour la santé des Alpes-Maritimes (Codes 06).

L'ESSENTIEL

► Le programme de soutien aux familles et à la parentalité (PSFP) a progressivement intégré la question des écrans en adaptant un dispositif initialement centré sur la prévention des conduites addictives. Il repose sur des ateliers animés par des professionnels formés, combinant travail sur les compétences parentales, échanges participatifs et outils pratiques visant un usage raisonné des écrans.

La Santé en action : Comment le programme de soutien aux familles et à la parentalité promeut-il un bon usage des écrans ?

Corinne Roehrig : À l'origine, ce programme probant¹ de développement conjoint des compétences parentales et des compétences psychosociales des enfants entre 6 et 11 ans était proposé par les services des collectivités territoriales. Il s'inscrivait dans une logique de prévention des conduites addictives, avec des contenus centrés sur l'alcool, le tabac et le cannabis². L'entrée par les addictions a été réorientée sur le thème des écrans, pertinent et accessible dans le cadre du travail avec les familles. Cette évolution s'est traduite par un focus sur la télévision, avant de s'élargir à l'ensemble des dispositifs numériques, en lien avec leur forte diffusion dans les foyers, et en parallèle des usages sociaux, jusqu'à intégrer aujourd'hui une réflexion plus large sur l'environnement numérique des familles. Un autre changement important concerne l'intégration des pratiques numériques des parents eux-mêmes : la régulation des écrans chez l'enfant passe aussi par une prise de conscience et une transformation des usages adultes. Le programme reste construit autour d'une logique de valorisation des compétences parentales et de mise à disposition d'outils très concrets permettant d'agir au quotidien. Nous avons adopté ce changement dans notre adaptation du programme de soutien aux

familles et à la parentalité (PSFP) 3-6 ans et bien sûr dans notre adaptation – en cours – du PSFP 0-3 ans.

S. A. : Quel est son fonctionnement ?

C. R. : Le programme est structuré autour de 12 ateliers hebdomadaires, mis en œuvre par les municipalités, dans des structures comme les écoles, les centres sociaux ou des espaces de quartier. Déployé en France entière, on dénombrait 167 éditions à mi-2026. Les professionnels impliqués – éducateurs de jeunes enfants, assistants sociaux, animateurs – suivent une formation spécifique, à la fois sur les contenus du programme et sur les pratiques bienveillantes d'animation, afin de s'approprier les outils et de garantir une homogénéité dans la mise en œuvre. Concernant les écrans, l'approche est centrée sur la participation des familles. Elle repose sur des mises en situation : les parents sont invités à décrire des scénarios extrêmes d'usage des écrans, puis à chercher collectivement des solutions. Ce travail est complété par des informations sur les effets des écrans sur le développement de l'enfant (attention, sommeil, langage, comportement). Des outils pratiques destinés à transformer les usages sont proposés : minuteurs pour objectiver le temps d'écran, « lits pour portables » visant à éloigner les téléphones des espaces familiaux, « sacs à malice » présentant d'autres idées d'activités, « tickets écran » permettant aux enfants de gérer un budget temps d'écran hebdomadaire de façon autonome et responsabilisée. Un livre illustré – *Ma victoire contre Glouton l'écran*³ – traite le sujet de façon pédagogique. Les familles sont encouragées à construire des règles communes ; des chartes peuvent être mises en place dans certains contextes collectifs pour harmoniser les pratiques entre foyers. L'ensemble vise à produire des changements progressifs, concrets et directement applicables dans le quotidien : on fait en sorte de ne jamais culpabiliser les parents.

S. A. : Observez-vous des inégalités sociales dans le rapport aux écrans ?

C. R. : Il peut y avoir davantage de prise de conscience dans certains environnements scolaires ou contextes éducatifs, mais glo-

balement il n'y a pas de distinction sociale marquée. Tout le monde est concerné, tous les milieux sont atteints.

S. A. : Avez-vous quelques éléments d'évaluation à partager ?

C. R. : Une évaluation menée auprès des 3-6 ans met en évidence une diminution du temps d'écran (1 heure de télévision en moins) après participation au dispositif. Les parents prennent davantage conscience des problèmes liés aux écrans, ils sont renforcés dans leur capacité à les limiter, cette prise de conscience étant assortie au fait qu'on leur donne des idées et des outils pour le faire. Ces résultats concernent un périmètre encore limité. Pour les 0-3 ans, l'évaluation en cours intègre d'autres indicateurs que le seul temps d'écran, notamment les pratiques parentales au quotidien : capacité à être pleinement en interaction avec l'enfant, gestion des interruptions liées aux sollicitations numériques (voir article p. 17) et impact potentiel sur la qualité du lien parent-enfant, un enjeu central à cet âge. ■

Propos recueillis par Anne-Lise Favier, journaliste.

1. Le Codes 06 a adapté pour la France le Programme de soutien aux familles et à la parentalité (PSPF) évalué et développé dans 35 pays. En ligne : <https://clefparentalite-psfp.com/>

2. Il est répertorié sur le registre des interventions en prévention et promotion de la santé. En ligne : https://reperprev.santepubliquefrance.fr/exl-php/document-affiche/spf_reg_ged/OUVRE_DOC/4342?fic=GED0003653.pdf

3. Roehrig, C., Murciano D. (ill.) *Ma victoire contre Glouton l'écran*. Nice : Codes 06, 2019 : 40 p. En ligne : <https://www.codes06.org/centre-documentaire/centre-documentaire/ma-victoire-contre-glouton-lecran> (NDLR).



Cet article est sous licence internationale Creative Commons Attribution 4.0. qui autorise sans restrictions l'utilisation, la diffusion, et la reproduction sur quelque support que ce soit, sous réserve de citation correcte de la publication originale.