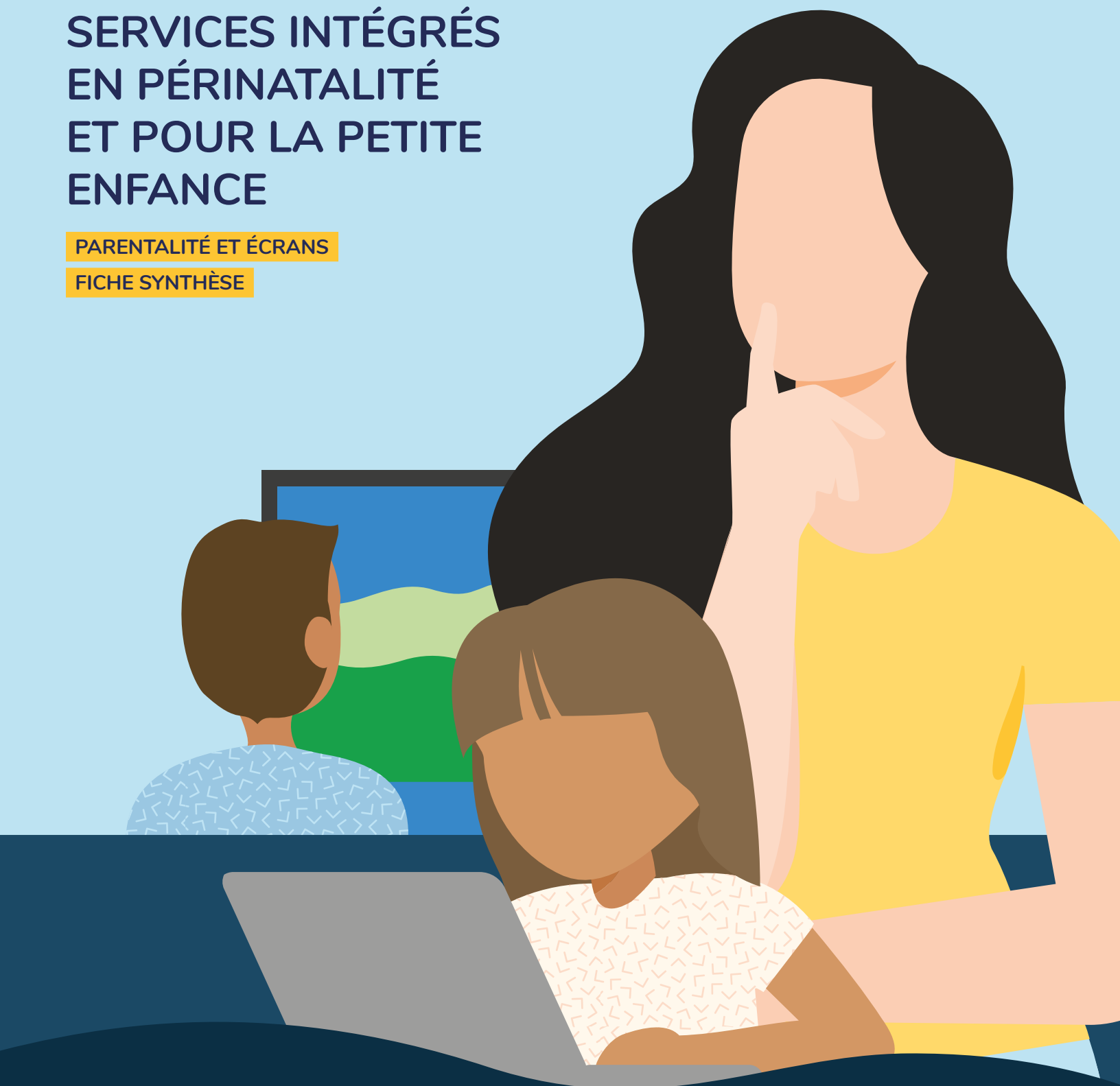


SERVICES INTÉGRÉS EN PÉRINATALITÉ ET POUR LA PETITE ENFANCE

PARENTALITÉ ET ÉCRANS

FICHE SYNTHÈSE



Le présent document s'adresse spécifiquement aux personnes intervenantes, accompagnatrices cliniques et gestionnaires du réseau québécois de la santé et des services sociaux et n'est accessible qu'en version électronique, au **www.msss.gouv.qc.ca**, section Publications.

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2022

Bibliothèque et Archives Canada, 2022

ISBN : 978-2-550-91116-6 (version PDF)

Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec.

Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, sont permises à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec, 2022

Direction

Julie Poissant, professeure
Département d'éducation et formation spécialisées
Université du Québec à Montréal

Anne-Marie Langlois, directrice par intérim
Direction du développement et de l'intégration sociale
Ministère de la Santé et des Services sociaux

Annie Motard Bélanger, Coordinnatrice en périnatalité et petite enfance
Direction du développement, de l'adaptation et de l'intégration sociale
Ministère de la Santé et des Services sociaux

Recherche

Dorothée Charest-Belzile, chercheuse postdoctorale
Université du Québec à Montréal

Rédaction par des experts

Andréane Melançon, conseillère scientifique spécialisée
en développement de l'enfant
Direction du développement des individus et des communautés
Institut national de santé publique du Québec

Jean-François Biron, coordonnateur de la communauté
de pratique en prévention des dépendances
CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Caroline Fitzpatrick, professeure
Département Éducation préscolaire et primaire
Université de Sherbrooke

Révision par les membres du comité de travail SIPPE

Stephani Arulthas, conseillère scientifique
Direction du développement des individus et des communautés
Institut national de santé publique du Québec

Julie Beauvais, répondante régionale SIPPE
Direction régionale de santé publique de Montréal
CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Luce Bordeleau, experte en périnatalité et petite enfance, consultante

Élise Coutu, chef de l'administration du programme SIPPE Centre-Sud
Direction du programme jeunesse
CISSS des Laurentides

Amélie Fortin, intervenante SIPPE
Direction du programme jeunesse
CIUSSS de l'Estrie-CHUS

Sophie Gaudreau, courtière de connaissances
Équipe des projets nationaux en transfert des connaissances
CIUSSS de l'Estrie-CHUS

Julie Létourneau, intervenante SIPPE
Direction régional de la santé publique
CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue

Nicolas Masse, accompagnateur clinique
Direction du programme jeunesse
CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal

Mélanie Nadeau, répondante régionale SIPPE
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle
CIUSSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec

Nathalie Savard, intervenante SIPPE
Direction du programme jeunesse
CISSS de la Montérégie-Est

Johanne Sirois, coordonnatrice professionnelle
Direction du programme jeunesse
CISSS de la Côte-Nord

**Commentaires
des intervenants
et professionnels
des milieux de la pratique
ou de la recherche**

Marie-Laurence Fillion, conseillère en promotion de la santé
et en prévention en contexte scolaire
Direction du développement, de l'adaptation et de l'intégration sociale
Ministère de la Santé et des Services sociaux

Nancy Giguère, assistante au supérieur immédiat
Programmes Famille-Enfance-Jeunesse
CISSS de la Montérégie-Est

Jacob Amnon Suissa, professeur
École de travail social
Université du Québec à Montréal

Mélanie Langlois, conseillère à la promotion des saines habitudes de vie
(mode de vie physiquement actif - sédentarité - écrans)
Direction des saines habitudes de vie
Ministère de la Santé et des Services sociaux

Sandra Ricard, agente de relations humaines
Direction du programme jeunesse
CISSS des Laurentides

Cindie Gaudreau, répondante régionale SIPPE
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle
CIUSSS de la Mauricie et du Centre-du-Québec

Révision linguistique

Yvette Gagnon, correctrice-révisure

PARENTALITÉ ET ÉCRANS

Fiche synthèse

Mise en contexte	1
L'utilisation des écrans par les enfants	2
L'utilisation des écrans par les parents en présence des enfants	6
L'utilisation de l'image de l'enfant dans les médias sociaux	10
Pour en savoir plus	13
Références	13

MISE EN CONTEXTE

Bien qu'il existe des recommandations quant aux limites du temps d'écran pour les enfants qui ont entre 0 et 5 ans, peu de parents connaissent ces limites et plusieurs ont de la difficulté à les mettre en place. Par ailleurs, il n'existe pas de jalons clairs quant à l'utilisation des écrans par les parents en présence des enfants. Les effets potentiellement négatifs de cette pratique sont néanmoins de plus en plus étudiés et rapportés. Enfin, les parents partagent parfois des images de leurs enfants sur les réseaux sociaux. Ce comportement, qui peut paraître anodin, laisse une empreinte numérique qu'il sera ensuite difficile de modifier.

La présente fiche traite de l'utilisation des écrans au sein de la famille. Elle vise à informer les personnes intervenantes SIPPE au sujet de l'utilisation des écrans par les enfants et les parents.

Cette fiche porte sur trois aspects de l'utilisation des écrans dans le contexte de la parentalité :

1. l'utilisation des écrans par les enfants ;
2. l'utilisation des écrans par les parents en présence des enfants ;
3. l'utilisation de l'image des enfants dans les médias sociaux.

L'UTILISATION DES ÉCRANS PAR LES ENFANTS

Les enfants de moins de deux ans sont attirés par les sons et les couleurs des écrans, qu'ils réussissent à manipuler facilement. Toutefois, il leur est difficile de transposer ce qu'ils voient à l'écran en des situations réelles (Courage et Howe, 2010 ; Barr, McClure et Parlakian, 2018). Après l'âge de deux ans, l'accompagnement du parent et l'utilisation conjointe des écrans peuvent pallier cette difficulté mais, d'une façon générale, ce sont les occasions d'interactions enrichissantes entre l'enfant et son parent ou son entourage qui favorisent le mieux son développement (Société canadienne de pédiatrie, 2017; Courage et Troseth, 2016 ; Munzer et autres, 2019).

D'après l'Observatoire des tout-petits (2021), 52 % des enfants âgés de 3 à 5 ans, au Québec, ne respectaient pas les directives de la Société canadienne de pédiatrie en matière de temps consacré aux écrans, selon les données de 2016-2019.

Voici un rappel des principales recommandations¹ pour les enfants :

Limiter l'exposition des enfants aux écrans

- Ne pas laisser les enfants de moins de deux ans passer du temps devant des écrans.
- Pour les enfants de deux à cinq ans, limiter le temps d'écran quotidien ou régulier à moins d'une heure par jour.
- S'assurer que l'utilisation des écrans ne fait pas partie des activités courantes du milieu de garde des enfants de moins de cinq ans, plus spécialement lorsqu'il s'agit d'une écoute passive (activité sédentaire).
- Définir des périodes sans écran, notamment les repas et les périodes de lecture ou de jeu.
- Éviter d'utiliser les écrans au moins une heure avant le coucher, en raison de leurs effets potentiels sur la suppression de la mélatonine (hormone qui favorise le sommeil).

Atténuer les risques associés au temps d'écran

- Être présent et investi pendant l'utilisation des écrans et, dans la mesure du possible, en regarder le contenu avec l'enfant.
- Connaître le contenu regardé et accorder la priorité aux émissions éducatives, interactives et adaptées à l'âge de l'enfant (les contenus prosociaux et ceux qui offrent des représentations de la diversité, par exemple, devraient être priorités).
- Utiliser des stratégies parentales qui enseignent l'autorégulation, les manières de garder son calme et l'établissement de limites.
- Limiter le temps d'utilisation des écrans à 30 minutes à la fois, afin de prévenir les problèmes oculaires chez l'enfant.

Être attentif à l'utilisation des écrans

- Procéder à une autoévaluation des habitudes familiales en ce qui concerne les écrans et établir un plan médiatique familial qui prévoit les moments, la manière et les lieux où ceux-ci peuvent être utilisés ou non.
- Se rappeler que trop de temps consacré aux écrans se traduit par des occasions ratées d'enseignement et d'apprentissage.
- Se rappeler qu'aucune donnée n'appuie l'utilisation des technologies à un jeune âge.

¹ Voir les documents publiés par la Société canadienne de pédiatrie (2017) ainsi que par l'Association canadienne des optométristes et la Société canadienne d'ophtalmologie (2018).

3C

Au-delà du temps d'écran, certains auteurs suggèrent de considérer les « **3 C** » comme une règle d'or pour juger de l'utilisation des écrans par les enfants (Barr, McClure et Parlakian, 2018), soit :

- les **C**aractéristiques de l'enfant (ex. : âge, autres loisirs) ;
- le **C**ontenu (ex. : approprié, éducatif) ;
- le **C**ontexte (ex. : en présence du parent, le type d'écran).

Bien que la Société canadienne de pédiatrie n'ait pas pris position sur les effets de l'utilisation d'applications de type appel vidéo tels que Skype et WhatsApp chez les enfants de moins de deux ans, d'autres organisations pédiatriques reconnaissent que cette pratique peut solidifier des liens avec la famille éloignée. Elles recommandent cependant aux parents de superviser ces échanges sociaux et d'y participer, de façon à rendre ces expériences positives (American Academy of Pediatrics, 2016).

Les conséquences

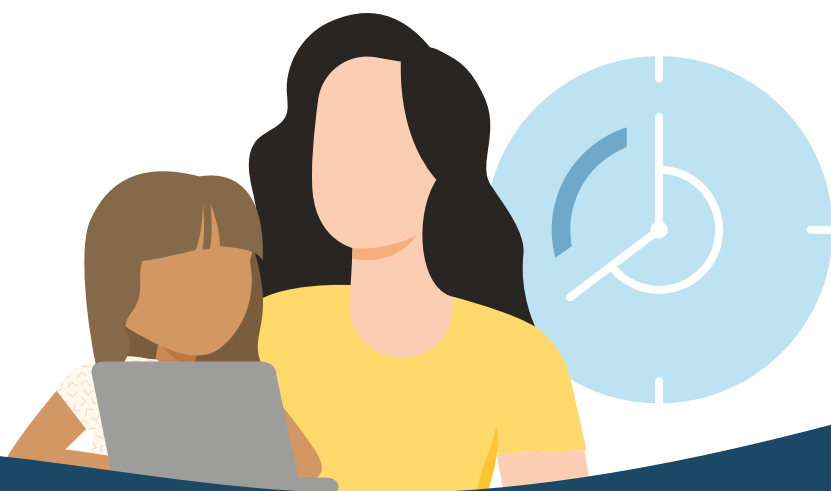
Selon la synthèse produite par l'INSPQ (2020), les principaux effets néfastes des écrans chez les enfants ayant entre 0 et 5 ans sont :

- des risques pour la santé physique (mauvaises habitudes alimentaires, surcharge pondérale ainsi que réduction de la durée et de la qualité du sommeil) ;
- des risques pour la santé psychosociale (augmentation de la probabilité de victimisation, d'isolement social, d'agression proactive et de comportements antisociaux à l'adolescence ainsi qu'une diminution de la capacité de régulation comportementale) ;
- des risques pour la santé développementale (retards de langage et troubles de l'attention, entrave au développement cognitif et au développement des fonctions exécutives, réduction de la mémoire à court terme et des aptitudes précoces en mathématiques et en lecture ainsi que distraction de l'enfant de ses jeux ou de ses interactions avec ses parents).

Les stratégies d'intervention

Plusieurs messages et stratégies facilitent l'intervention auprès des parents, qui bénéficieront des indications qui suivent.

- Se souvenir que les enfants de moins de 2 ans ne tireront aucun bénéfice des écrans, même si le contenu est considéré comme éducatif. À cet âge, l'enfant apprend mieux grâce aux interactions directes avec le parent.
- Déterminer un temps donné pour l'utilisation des appareils et prévenir l'enfant peu avant d'éteindre l'écran.
- Privilégier un contenu de qualité et accompagner l'enfant dans son visionnement.
- Aider l'enfant à mettre en pratique ce qu'il a vu ou à en parler, faire des liens avec ses expériences quotidiennes et ce qui se trouve dans son environnement.
- Pendant l'utilisation de type appel vidéo tels que FaceTime ou Skype, s'assurer d'accompagner l'enfant et faciliter l'échange en y participant.
- Réserver des moments et faire des activités sans écran, et s'assurer d'être cohérent dans l'application de ces règles, c'est-à-dire que tous les enfants et adultes de la famille devraient être soumis aux mêmes limites.
- Ne pas utiliser l'écran comme un moyen de distraire l'enfant, par exemple pour le calmer pendant une crise, ou comme une récompense.
- Éviter l'utilisation des écrans dans la chambre de l'enfant.



L'UTILISATION DES ÉCRANS PAR LES PARENTS EN PRÉSENCE DES ENFANTS

Il peut être délicat d'aborder l'utilisation que les parents font des écrans lorsqu'ils sont en présence des enfants. En effet, bien que les outils numériques, comme les tablettes électroniques ou les cellulaires, puissent permettre d'entretenir des relations positives avec autrui (ex. : appel vidéo avec les grands-parents), à d'autres occasions, ils nuisent à la qualité et à la quantité des interactions avec l'enfant (Barr, McClure et Parlakian, 2018 ; Christakis et Garrison, 2009 ; Kirkorian et autres, 2009). On appelle ce phénomène la technoférence. Les risques de la technoférence, en ce qui concerne tant le développement de l'enfant que différents aspects de la parentalité, sont de plus en plus rapportés dans la littérature scientifique.

On parle de technoférence lorsqu'il y a une interruption dans la relation à cause de l'interférence d'un appareil qui comporte un écran. Par exemple :

- lorsque les écrans sont utilisés en présence de l'enfant pendant les repas ou durant les périodes de jeu (à la maison ou au parc) ;
- lorsque la télévision est ouverte en arrière-plan et qu'elle distrait d'une activité en cours.

Les conséquences pour l'enfant

Selon les travaux menés par l'INSPQ (2020), les principaux risques de la technoférence sont de trois ordres.

Risques pour l'attachement et la relation parent-enfant

- Le bruit de fond de la télévision nuit aux interactions avec les enfants entre l'âge de 0 et 3 ans (Aiken, 2016 ; Kirkorian et autres, 2009).
- L'utilisation du téléphone cellulaire en présence des enfants, à cause de l'absorption de l'attention qu'elle entraîne, rendrait le parent moins sensible aux besoins de son enfant et moins disponible pour y répondre (Braune-Krickau et autres, 2021).

Risques pour le développement de l'enfant

- Des déficits sur les plans langagier et cognitif ainsi que sur celui des fonctions exécutives ont été mis en lien avec une grande utilisation des outils technologiques dans la famille (Christakis et Garrison, 2009 ; Kirkorian et autres, 2009). Les parents parleraient moins et de manière plus succincte à leur enfant lorsque l'interaction a lieu près ou en face d'un écran.
- L'utilisation des outils technologiques comme moyen pour calmer l'enfant peut entraîner chez ce dernier des déficits dans le développement d'autres stratégies de régulation émotionnelle (Barr, McClure et Parlakian, 2018).
- La télévision en arrière-plan détourne l'attention du jeu ou de l'activité d'apprentissage (Turvill, Fido et Parker, 2019). C'est également le cas avec les téléphones portables, qui peuvent interférer avec l'apprentissage de nouveaux mots (Reed, Hirsh-Pasek et Golinkoff, 2017).
- Une augmentation des comportements perturbateurs se remarque chez l'enfant lorsque le parent est centré sur les écrans, dans une optique de recherche d'attention (McDaniel et Radesky, 2018).

Risques pour la sécurité et la santé de l'enfant

- Un parent distrait par un écran peut être moins attentif à son enfant (Aiken, 2016), ce qui fait augmenter le risque de blessures pour ce dernier (Zimmerle, 2019).
- De façon similaire, l'utilisation d'un écran pendant l'allaitement peut diminuer l'attention de la mère à son enfant et à ses signaux de satiété (Ventura et autres, 2019 ; Golen et Ventura, 2015).
- À cause de l'augmentation des comportements perturbateurs chez l'enfant attribuables à la technoférence, le parent peut utiliser certaines stratégies d'intervention moins adaptées, telles que des cris (Barr, McClure et Parlakian, 2018).
- De manière générale, comme l'enfant apprend par imitation, les saines habitudes adoptées par les parents quant aux écrans peuvent servir de modèles à suivre par l'enfant lorsqu'il grandira (Barr, 2019).

Les conséquences pour les parents

Une utilisation abondante des écrans, même en présence des enfants, peut être le signe d'une utilisation problématique d'Internet, ou cyberdépendance. Celle-ci se caractérise par une préoccupation excessive et par une quantité importante du temps passé à naviguer sur Internet ou à jouer à des jeux vidéo. Pour qu'il soit question de dépendance, le comportement doit aussi s'accompagner, chez la personne, d'un besoin intense d'augmenter son utilisation et d'un sentiment de perte de contrôle de sa consommation. Les conséquences de la cyberdépendance peuvent se traduire par une diminution du temps consacré à d'autres activités telles que le sommeil, le travail, le temps de loisir ou le temps consacré à la famille. La cyberdépendance, comme d'autres dépendances, est relativement rare et touche environ 4 % des adultes et des adolescents (Ministère de la Santé et des Services sociaux, 2020 ; Durkee et autres, 2012).



Les stratégies d'intervention

Différentes stratégies facilitent la discussion sur la technoférence avec les parents (basées sur McDaniel et Schramm, 2019 et sur Kernaghan, 2018).

1

Favoriser la prise de conscience par le partage d'informations avec les parents et les guider vers des sources d'informations fiables.

2

Sensibiliser les parents à l'importance d'agir comme des modèles, en étant vigilants quant à leur propre utilisation et consommation des médias en présence de l'enfant.

3

Aider la famille à établir un plan d'utilisation de la technologie en milieu familial (ex. : planifier des moments sans écran, utiliser une application qui permet de contrôler l'utilisation de l'appareil, proposer des activités qui n'impliquent pas d'utiliser un écran, désactiver les notifications ou mettre le téléphone en mode silencieux en présence des enfants).

L'UTILISATION DE L'IMAGE DE L'ENFANT DANS LES MÉDIAS SOCIAUX

Les parents sont souvent très fiers de partager les bons coups de leurs enfants sur les réseaux sociaux. Cependant, ce comportement laisse une empreinte numérique de l'enfant qu'il peut être difficile de modifier à long terme. On parle d'empreinte numérique de l'enfant lorsque le parent partage des images et des vidéos de cet enfant sur les réseaux sociaux ou des informations personnelles telles que son nom ou sa date de naissance.

Les conséquences pour l'enfant

Les effets de l'empreinte numérique sont encore peu connus mais il semble que, dans les dernières années, le phénomène du « sharenting » ait pris une certaine ampleur. Un rapport mentionne qu'environ 87 % des enfants canadiens de 2 ans et moins ont une empreinte numérique (Option consommateurs, 2019).

Des publications recensent certaines situations présentant un plus grand risque et dont les parents doivent être informés (Option consommateurs, 2019 ; Keith et Steinberg, 2017 ; Children's Commissioner [for England], 2018).

- Identité virtuelle et atteinte à la vie privée :
 - les informations partagées appartiennent en premier lieu à l'enfant, et l'empreinte numérique créée par son parent va à l'encontre de ses droits fondamentaux ;
 - plus tard, un enfant pourrait ne pas être d'accord avec l'image partagée.
- Risque de fraude, de vol d'identité et d'utilisation par les entreprises :
 - malgré les paramètres de sécurité des appareils numériques, les informations personnelles peuvent être piratées et utilisées.
- Intimidation et pornographie juvénile :
 - le matériel déposé sur les réseaux sociaux peut être utilisé par des personnes mal intentionnées à des fins d'intimidation ;
 - les photos et autres types d'images peuvent être utilisées à des fins de pornographie juvénile.



Les stratégies d'intervention

Il peut être utile, si ce type de comportement est rapporté par les parents, d'aborder directement le sujet avec eux.

1

Inciter les parents à réfléchir au contenu qu'ils partagent (ex.: est-il pertinent ou, au contraire, dommageable pour l'enfant?) et à limiter ou à diminuer le nombre de leurs publications.

2

Recommander aux parents de limiter l'accès et l'utilisation de leurs comptes sur les réseaux sociaux seulement aux personnes qu'ils connaissent, et les encourager à se familiariser avec les politiques de confidentialité de ces comptes.

3

Rappeler aux parents d'éviter toute divulgation de renseignements personnels permettant d'identifier l'enfant.

4

Sensibiliser les parents aux conséquences du partage de photos de l'enfant (ex. photo qui pourrait soit être embarrassante maintenant ou plus tard, soit servir à de la pornographie juvénile).

POUR EN SAVOIR PLUS

Position de la Société canadienne de pédiatrie sur le temps écran et les jeunes enfants

Promouvoir la santé et le développement dans un monde numérique

<https://cps.ca/fr/documents/position/le-temps-d-ecran-et-les-jeunes-enfants#:~:text=Il%20est%20possible%20d'obtenir,soinsdenosenfants.cps.ca.&text=Il%20n'est%20pas%20recommandé,d'une%20heure%20par%20jour>

Dépliant sur les écrans et la santé de la population à Montréal du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

https://santemontreal.qc.ca/fileadmin/user_upload/Uploads/tx_asssmpublications/pdf/publications/Les_ecrans_et_la_sante_de_la_population_a_Montreal.pdf

Avis sur les effets de l'exposition des enfants et des jeunes aux écrans du Haut Conseil de la santé publique France

<https://www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=759>

Site Internet de référence pour aider les Québécois et les Québécoises à mieux composer avec la réalité hyperconnectée - Pause ton écran

<https://pausetonecran.com/>

Dossier pour les familles sur les écrans de Naître et grandir

<https://naîtreetgrandir.com/fr/dossier/des-familles-et-des-ecrans/>

RÉFÉRENCES

ACADÉMIE DE LA TRANSFORMATION NUMÉRIQUE (2021). « La famille numérique », [En ligne], *NETendances*, vol. 11, no 5, 17 p. [<https://transformation-numerique.ulaval.ca/enquetes-et-mesures/netendances/netendances-2020-la-famille-numerique/>]. [Enquête NETendances 2020].

AIKEN, Mary (2017) *The Cyber Effect: One of the World's Leading Experts in Cyberpsychology Explains How Technology Is Shaping the Development of Our Children, Our Behavior, Our Values and Our Perception of the World - and What We Can Do about It*.

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS, COUNCIL ON COMMUNICATIONS AND MEDIA (2016). « Media and young minds », *Pediatrics*, vol. 138, no 5, novembre. doi : 10.1542/peds.2016-2591. [Policy Statement].

ASSOCIATION CANADIENNE DES OPTOMÉTRISTES et SOCIÉTÉ CANADIENNE D'OPHTALMOLOGIE (2018). « Énoncé de position conjoint : effets des écrans électroniques sur la vision de l'enfant et recommandations pour une utilisation sans risque », *Canadian Journal of Optometry = Revue canadienne d'optométrie*, vol. 80, no 2, été, p. 13-15.
<https://openjournals.uwaterloo.ca/index.php/cjo/article/view/265/212>

BARR, Rachel (2019). « Growing Up in the Digital Age: Early Learning and Family Media Ecology ». *Current Directions in Psychological Science* 28, no 4, août 2019, p. 341-46.
<https://doi.org/10.1177/0963721419838245>.

BARR, Rachel, Elisabeth MCCLURE et Rebecca PARLAKIAN (2018). *Screen Sense: What the Research Says About the Impact of Media on Children Aged 0-3 Years Old*, [Fichier PDF], s. l., ZERO TO THREE, 24 p. [<https://www.zerotothree.org/resources/2536-screen-sense-what-the-research-says-about-the-impact-of-media-on-children-aged-0-3-years-old#downloads>].

BIRON, Jean-François, et Catherine BOURASSA DANSEREAU (2011). *Les préoccupations et les impacts associés à l'utilisation d'Internet dans les milieux des jeunes d'âge scolaire : les relations, le temps et le développement*, Rapport synthèse, Montréal, Agence de la santé et des services sociaux de Montréal, Direction de santé publique, III, 27 p. Également disponible en ligne : santemontreal.qc.ca/fileadmin/user_upload/Uploads/tx_asssmpublications/pdf/publications/978-2-89673-117-6.pdf.

BRAUNE-KRICKAU, Katrin, et autres (2021). « Smartphones in the nursery: Parental smartphone use and parental sensitivity and responsiveness within parent-child interaction in early childhood (0-5 years): A scoping review », *Infant Mental Health Journal*, vol. 42, no 2, mars, p. 161-175. doi : [10.1002/imhj.21908](https://doi.org/10.1002/imhj.21908).

CHILDREN'S COMMISSIONER [FOR ENGLAND] (2018). *Who knows what about me?: A Children's Commissioner report into the collection and sharing of children's data*, s. l., Children's Commissioner Office, 23 p. Également disponible en ligne : <https://www.childrenscommissioner.gov.uk/digital/who-knows-what-about-me/>.

CHRISTAKIS, Dimitri A., et Michelle M. GARRISON (2009). « Preschool-aged children's television viewing in child care settings », *Pediatrics*, vol. 124, no 6, décembre, p. 1627-1632. doi : [10.1542/peds.2009-0862](https://doi.org/10.1542/peds.2009-0862).

COMITÉ EN PROMOTION ET PRÉVENTION – THÉMATIQUE HABITUDES DE VIE (2020). *L'utilisation des écrans en contexte de pandémie de COVID-19 : quelques pistes d'encadrement*, [Québec], Institut national de santé publique, 8 p. Également disponible en ligne : www.inspq.qc.ca/publications/3015-utilisation-ecrans-pistes-encadrement-covid19.

CORNIU, Marine (2019). « Écrans : nos enfants sont-ils en danger ? », *Québec Science*, mars. Également disponible en ligne : www.quebecscience.qc.ca/societe/ecrans-nos-enfants-en-danger/.

COURAGE, Mary L. et Mark L. HOWE (2010). « To watch or not to watch: Infants and toddlers in a brave new electronic world », *Developmental Review*, vol. 30, no 2, juin, p. 101-115. doi : [10.1016/j.dr.2010.03.002](https://doi.org/10.1016/j.dr.2010.03.002).

COURAGE, Mary L. et Georgene L. Troseth (2016). « Infant, toddlers and learning from screen media », *Encyclopedia on Early Childhood Development*. Dans: Tremblay, R.E., Boivin, M., Peters, RDeV., eds. Rvachew, S., topic ed. Également disponible en ligne : <https://www.child-encyclopedia.com/technology-early-childhood-education/according-experts/infants-toddlers-and-learning-screen-media>.

COURTNEY, Janet A., et Eva NOWAKOWSKI-SIMS (2018). « Technology and the threat to secure attachments: What play therapists need to consider », [Fichier PDF], *Play Therapy*, vol. 13, no 3, p. 10-14. [https://cdn.ymaws.com/www.a4pt.org/resource/resmgr/magazine_articles/Article_2.pdf].

Durkee, Tony, Kaess, Michael, Carli, Vladimir, Parzer, Peter, Wasserman, Camilla, Floderus, Birgitta, & autres (2012). Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction*, 107(12), 2210-2222.

GOLDEN, Stephen L., Jeannine W.C. BLAKE et Karen K. GIULIANO (2020). « Parental decision-making: infant engagement with smartphones », *Infant Behavior and Development*, vol. 61, novembre. doi : [10.1016/j.infbeh.2020.101497](https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2020.101497).

GOLEN, Rebecca Pollack, et Alison K. VENTURA. « What are mothers doing while bottle-feeding their infants? Exploring the prevalence of maternal distraction during bottle-feeding interactions. » *Early Human Development* 91, no 12 (décembre 2015): 787-91. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2015.09.006>.

KEITH, Bahareh Ebadifar, et Stacey STEINBERG (2017). « Parental sharing on the Internet: Child privacy in the age of social media and the pediatrician's role », *JAMA Pediatrics*, vol. 171, no 5, mai, p. 413-414. doi : [10.1001/jamapediatrics.2016.5059](https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2016.5059).

KERNAGHAN, Donna (2018). *Connections: Parenting Infants in a Digital World*, Belfast, Barnardo's Northern Ireland, 54 p. Également disponible en ligne : getactiveabc.com/wp-content/uploads/2018/06/Connections_FullReport.pdf.

KIRKORIAN, Heather L., et autres (2009). « The impact of background television on parent-child interaction », *Child Development*, vol. 80, no 5, septembre-octobre, p. 1350-1359. doi : [10.1111/j.1467-8624.2009.01337.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01337.x).

LEMÉTAYER, Fanny, Daniela GONZALEZ-SICILIA et Élisabeth PAPINEAU (2021). *COVID-19 : sondage sur les attitudes et comportements des adultes québécois : pandémie, temps d'écran et jeux de hasard et d'argent en ligne - 9 mars 2021*, [En ligne], [Québec], Institut national de santé publique, [www.inspq.qc.ca/covid-19/sondages-attitudes-comportements-quebecois/temps-ecran-mars-2021].

McDANIEL, Brandon T., et Jenny S. RADESKY (2018). « Technoference: Longitudinal associations between parent technology use, parenting stress, and child behavior problems », *Pediatric Research*, vol. 84, no 2, août, p. 210-218. doi : [10.1038/s41390-018-0052-6](https://doi.org/10.1038/s41390-018-0052-6).

McDANIEL, Brandon, et David SCHRAMM (2019). *Technoference Strategies: Managing Family Screen Time*, [Fichier PDF], Logan (Utah), Utah State University, 6 p. [extension.usu.edu/relationships/files/techostrategies.pdf].

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX (2020). L'utilisation des écrans et la santé des jeunes : Réflexions issues du forum d'experts. Gouvernement du Québec

MUNZER, Tiffany G., Alison L. MILLER, Heidi M. WEEKS, Niko KACIROTI, et Jenny RADESKY. « Differences in Parent-Toddler Interactions With Electronic Versus Print Books », *Pediatrics* vol. 143, no 4, avril e20182012. <https://doi.org/10.1542/peds.2018-2012>.

OBSERVATOIRE DES TOUT-PETITS (2021). *Comment se portent les tout-petits au Québec ? : portrait 2021*, Montréal, Fondation Lucie et André Chagnon, 120 p. Également disponible en ligne : tout-petits.org/publications/portraits-annuels/portrait-2021/.

OPTION CONSOMMATEURS (2019). *Être parent à l'ère du numérique : le partage de renseignements personnels sur les réseaux sociaux et ses conséquences sur le droit à la vie privée et à l'image des enfants*, Rapport de recherche présenté au Commissariat à la protection de la vie privée du Canada, Montréal, Option consommateurs, VII, 57 p. Également disponible en ligne : option-consommateurs.org/wp-content/uploads/2019/09/parentalite-numerique-oc.pdf.

REED, Jessa, Kathy HIRSH-PASEK et Roberta Michnick GOLINKOFF (2017). « Learning on hold: Cell phones sidetrack parent-child interactions », *Developmental Psychology*, vol. 53, no 8, août, p. 1428-1436. doi : [10.1037/dev0000292](https://doi.org/10.1037/dev0000292).

SOCIÉTÉ CANADIENNE DE PÉDIATRIE, GROUPE DE TRAVAIL SUR LA SANTÉ NUMÉRIQUE (2017). « Le temps d'écran et les jeunes enfants : promouvoir la santé et le développement dans un monde numérique », *Paediatrics and Child Health*, vol. 22, no 8, décembre, p. 469-477. doi : [10.1093/pch/pxx121](https://doi.org/10.1093/pch/pxx121).

STATISTIQUE CANADA (2020). « Les Canadiens dépensent plus d'argent et passent plus de temps en ligne pendant la pandémie, et plus des deux cinquièmes ont déclaré un cyberincident », [En ligne], *Le Quotidien*, 14 octobre. [www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/201014/dq201014a-fra.htm].

TURVILL, Alistair, Dean FIDO et Emma PARKER (2019). « Early childhood technoference threat is predicted by authoritative parenting, but not parental knowledge of digital risks », [23] p. doi : [10.31234/osf.io/9t4dp](https://doi.org/10.31234/osf.io/9t4dp). [Prépublication].

VENTURA, Alison K, Jordyn LEVY, et Sierra SHEEPER. « Maternal digital media use during infant feeding and the quality of feeding interactions. » *Appetite* 143, no 6jw, 8006808 (2019): 104415. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104415>.

ZERO TO THREE (2018). *Young Children and Screens: Putting Parents in the Driver's Seat*, Washington (D.C.), ZERO TO THREE, 1 p. Également disponible en ligne : www.zerotothree.org/resources/2532-young-children-and-screens-putting-parents-in-the-driver-s-seat.

ZIMMERLE, Joanna C. (2019). « Limiting technoference: Healthy screen time habits for new parents », *International Journal of Childbirth Education*, vol. 34, no 2, avril, p. 54-59.

