

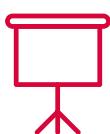
# “Enfants accros, parents à cran : quelle place pour les écrans ? ”

## Introduction du thème



### Animateur principal à toute la salle

Dans un monde où les écrans sont omniprésents, comment les gérer ? Nous sommes ici pour partager des astuces concrètes et expérimentées à la maison sur cette question. Le but de la soirée est de s'enrichir mutuellement, de repartir avec de nouvelles idées et de prendre conscience de nos réussites.



Ensuite, pour lancer la conversation, sur un temps court vous pouvez faire intervenir un expert ou projeter une vidéo (cf. annexes).

## Temps 1 : Faisons Connaissance



### Animateur de table

Je vous propose un tour de table pour faire connaissance. Chacun peut présenter sa famille, son activité principale, sa passion. Je vais commencer puis je vous laisserai prendre la suite.



- L'animateur commence le tour de table pour donner le format et libérer la parole. (max 1 minute)
- Si une personne n'a pas d'enfants, la rassurer, lui proposer d'évoquer des jeunes de son entourage (famille, voisins, collègues...)
- Technique pour écouter afin de bien limiter la durée de parole à 1 minute : "Excusez-moi, je vais devoir vous interrompre pour respecter le temps. Mais nous pourrons y revenir plus tard"
- Pensez à bien remercier après chaque intervention

VOUS POUVEZ NOTER ICI LES PRENOMS DES PARTICIPANTS



## Temps 2 : Parlons du thème

Animateur de table

Par moment, nous avons l'impression d'être submergés par les écrans (télé, ordi, tablette..) et le temps accordé à leurs contenus (réseaux sociaux, jeux vidéos, séries...). Faisons ensemble un état des lieux en 2 étapes.

Quels peuvent être les avantages et bénéfices des écrans et pourquoi ai-je mis des écrans à disposition de mes enfants ?

Quels peuvent être les inconvénients et les peurs liés à l'usage des écrans et quelles sont mes raisons pour en limiter l'accès.

Je vous invite à donner chacune 2 exemples concrets d'avantages et inconvénients .



- Si la discussion ne démarre pas, l'animateur peut donner un exemple (négatif : un jeune qui a rencontré un prédateur sur réseau social - positif : permettre à un jeune à mieux structurer ses idées grâce à l'IA ).
- Si une personne n'a rien à dire, ne pas la forcer à parler. Mais ne pas hésiter à lui redonner la parole à la fin de l'échange "Après tous ces échanges, est-ce que toi X tu veux ajouter quelque chose (ne pas trop insister) ?"
- Dès que le groupe part sur une discussion trop générale, rappeler la charte et ramener au vécu de chacun "je me permets de vous couper, on cherche à partager des expériences concrètes "



## ESPACE DE NOTES

## Temps 3: Partageons nos réussites

Animateur de table

En revenant sur les expériences les plus difficiles que nous venons de partager : qu'est-ce qui vous a permis de gérer les situations difficiles avec vos enfants ? Qu'est-ce qui vous a aidé ? Qu'est-ce qui a aidé vos enfants ? Avez-vous des petits trucs, des astuces à partager ?

Bien faire détailler comment elles s'y prennent

**Où, quand, comment, avec qui...?**

Poser régulièrement la question

**"qu'est-ce qui fait que cela a marché ?"**

Idées de questions relances à utiliser si la discussion stagne ou si les réponses sont trop générales :



- Y-a-t-il des contenus qui peuvent être autorisés/légitimes et à l'inverse des contenus qui doivent être interdits et comment en parler avec eux ?
- Y-a-t-il des situations pour lesquelles l'écran peut être utile ?
- Et vous parent, passez-vous du temps sur les écrans ? comment l'expliquez aux enfants ?
- Avez-vous mis en place des règles qui fonctionnent ? Comment définir ces règles ? (ex : idée du conseil de famille)
- Quels outils pratiques pour limiter l'accès : sécurité, géographique, temporels,
- Pouvez-vous partager un exemple concret, un moment où vous vous êtes dit : "là j'y suis arrivée... je suis contente de l'avoir fait".
- Comment faire quand ça dérape ?

ESPACE DE NOTES



## Temps 4: Identifions les pépites



### Animateur de table

Parmi les expériences partagées, vous avez sans doute été plus sensible à l'une ou l'autre astuce. J'invite chacune à les citer en recherchant la "**pépite**" de cette astuce, le petit truc qui répond à la question : qu'est-ce qui fait que cela a marché?

J'invite chacun de vous à nous dire ce qui a fait écho et qu'il a envie d'expérimenter à la maison.

**IMPORTANT!**

A la fin de chaque partage, posez la question :  
**Dans cette histoire, que pouvons-nous appeler la pépite ?**



Pour une bonne mémorisation, vous pouvez demander au groupe de donner un titre court qui résume la pépite choisie (une parole, un geste, une attitude...).



### Animateur de table

Parmi toutes ces pépites, laquelle souhaitons-nous partager avec la salle ?

Qui veut la présenter à tous ?

Toutes les autres pépites sont intéressantes et merci de les avoir partagées.



ESPACE DE NOTES

## PRESENTATION DES PEPITES EN PLENIERE CLOTURE