Quels ouvrages sur l’utilisation d’internet par les enfants ?

Médiathèques de Strasbourg – notre réponse *actualisée* **le 01/08/2025.**

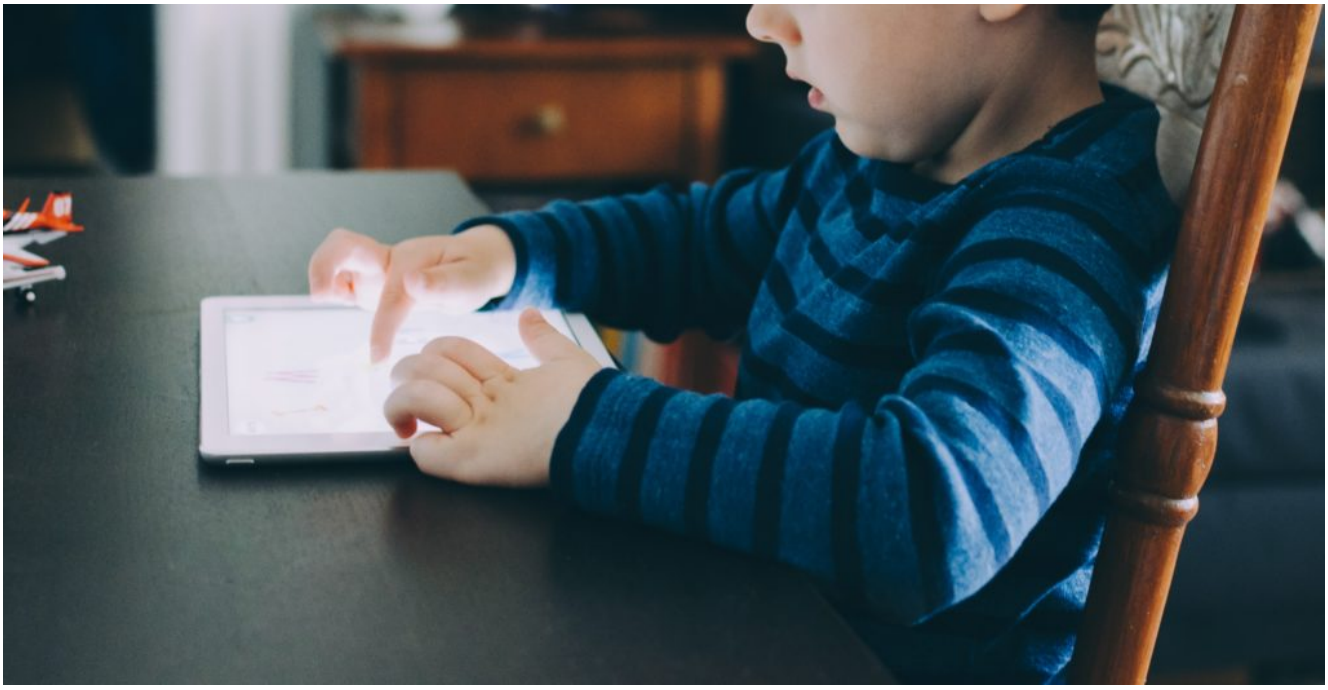


Photo by Kelly Sikkema on Unsplash

« *Si le confinement a bouleversé de nombreuses habitudes de vie, il a aussi augmenté la consommation de divertissements numériques dans notre société. Selon une enquête réalisée par Statistique Canada entre le 29 mars et le 3 avril 2020, les trois quarts des Canadiens âgés de 15 à 49 ans passent plus de temps sur Internet comparativement au temps consacré avant la crise sanitaire.* ***L’augmentation du temps d’écran chez les adultes pourrait avoir une influence sur le temps d’écran des enfants et des adolescents.*** »
L’utilisation des écrans en contexte de pandémie de COVID-19 par l’Institut National de Santé Publique Québec (INSPQ)
Alors **quels sont les dangers d’internet pour les enfants** ? **Comment les prévenir et les protéger de ces risques** ? Et

quelles sont les évolutions de l'utilisation d'internet par les enfants au cours du temps ?

Les dangers de l'utilisation d'internet chez les enfants

Les dangers d'internet pour les jeunes

À lire

Ouvrage imprimé

Se protéger sur Internet : conseils pour la vie en ligne : réseaux sociaux et moteurs de recherche, contrôle parental, réputation et vie privée, hoax et arnaques, données personnelles de Xavier Tannier, Eyrolles, 2010.

Notes :
Contrôler sa vie en ligne, cela s'apprend ! Confidentialité, respect de la vie privée, pseudogratuité… Comprenez les coulisses d'Internet pour surfer en toute sécurité avec votre famille ! Contrôlez les traces que vous (et vos enfants) laissez sur Internet et prenez soin de votre identité numérique Protégez vos données personnelles (coordonnées, photos, informations bancaires…) Utilisez Google et ses services avec modération et en toute connaissance de cause Gardez le contrôle de votre vie privée et de votre image sur Facebook et les réseaux sociaux Connaissez vos droits et responsabilités quant à l'usage du Web, chez vous comme au travail Apprenez, ainsi qu'à vos enfants, à identifier les informations sûres dans la jungle du Net Défendez-vous du spam, de l'hameçonnage (phishing) et autres arnaques Comprenez le fonctionnement des moteurs de recherche pour maîtriser votre e-réputation Réfléchissez avant de publier du contenu Restez vigilant et gardez l'esprit critique ! En annexes : Internet, comment ça marche ? – À l'intérieur d'un moteur de

recherche – La démarche de recherche d'informations – Glossaire

À un clic du pire : la protection des mineurs à l'épreuve d'internet par Ovidie, Editions Anne Carrière, 2018.
Résumé :
Depuis la démocratisation du smartphone, l'âge moyen de découverte du porno est descendu à 9 ans. 70 % des consommateurs mineurs ont accès à ces contenus à partir de leur téléphone. Ces sites figurent parmi les plus fréquentés au monde et ne respectent pas les lois européennes de protection de l'enfant. Il est temps de comprendre les rouages de cette « porn culture » et d'en évaluer les impacts.

Cyberharcèlement : sortir de la violence, à l'école et sur les écrans par Bérangère Stassin, C & F Editions, 2019.
Résumé *:*
Un état des lieux sur le harcèlement scolaire et sur Internet recensant les diverses pratiques et leurs conséquences. La dernière partie expose les solutions pour protéger les victimes.

En ligne

PROTECT : Une application adaptée aux collégiens pour les sensibiliser aux dangers d'internet ! par le Ministère de l'Intérieur, 2020.
Extrait :

> *Le groupement de gendarmerie départementale des Yvelines participe cette année au FIC pour présenter PROTECT (programme territorial d'éducation à la cyber tranquillité), un outil numérique, conçu pour sensibiliser les collégiens aux dangers potentiels d'internet.*

Les risques sur Internet sur le site de e-enfance :

Extrait :

> *E-mails, messagerie instantanée, réseaux sociaux sont des moyens de communications extrêmement pratiques, pour échanger avec ses amis ou sa famille. Mais c'est aussi une porte ouverte aux personnes aux intentions dangereuses. Un jeune avec un compte Skype renseigné ou un profil Facebook public s'expose à des contacts avec des personnes inconnues, qui ne pourraient pas l'approcher autrement dans la vie courante.*

Comprendre le comportement des enfants et adolescents sur Internet pour les protéger des dangers par Barbara Fontar, Elodie Kredens, menée par Fréquence écoles, association d'éducation aux médias, financée par la Fondation pour l'Enfance, 2010.

Extrait :

> *Dans cette étude, il s'agit d'étudier les faits expérimentés, c'est-à-dire la pratique et les usages d'Internet par les jeunes. Pour ce faire, deux méthodes ont été employées : l'enquête par entretien et l'enquête par questionnaire.*

Les dangers d'une surexposition aux écrans sur la santé des enfants de l'Assurance Maladie, 17/04/2025.

Extrait :

> *De nombreuses études montrent qu'il est important de limiter le temps passé sur les écrans par les enfants, surtout en fonction de leur âge. Dans le même temps, les Français possèdent en moyenne 6 écrans par famille selon le CSA : la tâche est ardue pour les parents !*
>
> *Entre 0 et 3 ans, il est indispensable de privilégier les interactions et de développer ses 5 sens. Le temps passé devant un dessin animé ne permet pas de développer le langage, par exemple.*

À voir

Addiction aux écrans : qui nous rend accros et comment décrocher ? par Lumni, 2019.

Présentation :
Les Clés du numérique suit la vie de quelques lycéens dans une société du tout numérique. Léonard est pris dans le tourbillon des algorithmes ; Léa, jeune basketteuse, est devenue lanceuse d'alerte ; Kamel est victime du cyberharcèlement ; Fama ne soupçonne pas qu'on lui vole ses données sur une application.

« C'est quoi le problème avec les écrans ? » S.P.A.M. (Savoir, penser, analyser les messages) par Lumni, 2023.

Présentation :
Sais-tu pourquoi on est accro aux écrans ? Dans S.P.A.M, on t'explique comment notre attention est devenue une ressource précieuse. Et pourquoi, notamment chez les jeunes, passer plusieurs heures par jour devant les écrans peut créer des problèmes de concentration et d'attention .

Ecrans et risque de dépendance
Depuis que les écrans sont entrés dans les foyers français, nous sommes tous, – enfants et adultes – captivés par les écrans. En 1952, l'arrivée de la télévision a offert un formidable accès à l'information, à la culture, à la création ou au divertissement. Puis, au fil des années, et avec l'arrivée d'Internet, les écrans ont pris de plus en plus de

place dans notre quotidien. Smartphone, ordinateur, jeux vidéos, télévision, tablette… un Français passe en moyenne 32 heures/semaine sur les écrans, soit près de 5 heures/jour ! Ce chiffre n'a cessé d'augmenter. Et avec lui… les inquiétudes.
Dans une journée, rares sont les moments où nos yeux ne se posent pas sur un écran. Or, études scientifiques à l'appui, on sait que les écrans ont un effet sur le cerveau. En 2017, une étude montre que chez les plus jeunes, les jeux sur écrans activent un système de récompense et libèrent un puissant stimulant naturel (la dopamine) que ces générations natives du numérique vont rechercher en permanence. Chez les enfants et les adolescents, les régions impliquées dans la régulation des émotions sont encore en formation. Conséquence : ils gèrent moins bien le manque, la frustration, et peuvent – dans les cas les plus graves – se retrouver dépendants.

Problèmes de concentration et d'attention
Pour nous tous, la présence continue d'écrans dans notre quotidien peut créer des problèmes de concentration et d'attention au monde réel, c'est-à-dire à tout ce qui nous entoure. Par exemple, marcher dans la rue en regardant son smartphone, sans faire attention aux dangers de la circulation.
C'est d'autant plus vrai avec les réseaux sociaux qui fonctionnent selon un principe de « captation de l'attention ». Comment ça marche ? L'objectif des réseaux sociaux est de capter l'attention des utilisateurs pour que ceux-ci restent le plus longtemps possible connectés. Et, au passage, les internautes laissent leurs données personnelles.

Résultat : notre attention devient une ressource qui a une valeur marchande. Elle peut se vendre. Par exemple, à des annonceurs, c'est-à-dire les marques et enseignes qui payent pour que leurs contenus publicitaires soient vus.

A retenir
Que ce soit pour regarder des séries, des films, discuter en

ligne, jouer ou passer du temps sur les réseaux sociaux, on le fait sans en abuser. On évite ainsi que l'utilisation des écrans n'influe sur le sommeil, les performances scolaires ou la nervosité.

Conseil et prévention pour faire bon usage d'internet

À lire

Ouvrages imprimés

Internet, mes parents, mes profs et moi de Christophe Butstraen, De Boeck, 2018.
Résumé :
Un guide pratique avec des conseils et des informations pour utiliser au mieux les ressources d'Internet : comment trouver une information pertinente, protéger les enfants du cyberharcèlement et des sites à caractère pornographique, éviter les pourriels, utiliser Facebook en toute sécurité, télécharger, jouer aux jeux vidéo, connaître les arnaques les plus courantes, etc.

Manuel de survie à l'IA : comprendre l'intelligence artificielle et la maîtriser au quotidien par Edouard Fillias et Alexandre Villeneuve, Ellipses, 2025.
Résumé :
Guide présentant le fonctionnement de l'intelligence artificielle et ses nombreuses applications dans les domaines de l'éducation, du travail, de la sécurité ou encore de la santé, tout en précisant les limites et les enjeux éthiques de cet outil technique.

Écrans : les bonnes pratiques expliquées aux enfants par Marion McGuinness, Mango, Paris, 2020.
Résumé :

Quinze règles issues de la discipline positive pour gérer l'utilisation des écrans à la maison, avec des conseils pour les mettre en place et les faire appliquer : se méfier des jeux numériques, choisir des durées d'utilisation ou encore respecter les limites d'âge. La jaquette, qui se déplie sous forme de poster, rappelle les informations essentielles.

En ligne

Les enfants et l'Internet, Internet Society, 2012.
Extrait :

> *Comparé à d'autres technologies d'information, comme la radio et la télévision, l'Internet offre aux parents, aux tuteurs et aux éducateurs des opportunités uniques de jouer un rôle plus direct dans la prise de décision de ce que leurs enfants peuvent voir et faire. Par exemple, ils peuvent diriger l'enfant vers des contenus intéressants et amusants, adaptés à son âge, sa culture, ses aptitudes.*

Cinq clés pour protéger vos enfants sur internet par Benoist Fechner, France Info Culture, 2014.
Extrait :

> *Sur le web, tout est possible, et le meilleur y côtoie parfois le pire. De la fin tragique en octobre 2012 de la jeune Amanda Todd, harcelée sur internet jusqu'au désespoir, à l'affaire plus triviale de ce petit garçon de 5 ans qui a dépensé près 2 000 euros en dix minutes sur la tablette de ses parents, l'actualité ne cesse de nous le rappeler. Voici cinq pistes pour permettre aux parents de laisser leur progéniture s'épanouir sur la Toile en toute sécurité.*

Des youtubeurs alertent les plus jeunes sur les dangers d'Internet par Pascale Paoli-Lebailly, Télérama, 2020.

Extrait :

> *Harcèlement, fake news, intimidation… A l'initiative de Gulli, une quinzaine de youtubeurs se relaient dans de courts messages vidéo pour les inciter à être prudents dans leur usage d'Internet. Cette campagne de prévention n'est pas la seule initiative du genre. Tour d'horizon.*

La protection des mineurs sur internet par le Ministère de l'Education Nationale, de la Jeunesse et des Sports, 2025.
Résumé :
Priorité nationale, le développement de l'utilisation d'internet et des TIC s'accompagne de la mise en place de mesures techniques et de formation pour permettre aux activités pédagogiques de se dérouler dans un cadre serein. L'Éducation nationale doit transmettre à chaque élève les valeurs liées à un usage responsable de l'internet.

C'est l'été : l'Unaf publie des conseils pour passer un été "numérique" en toute sérénité de Union nationale des associations familiales, 29/07/2025.
Extrait :

> ***Cet été, Mon enfant et les écrans vous présente sa nouvelle newsletter spéciale été ! Dans cette nouvelle édition, vous trouverez des défis sans écrans, des activités numériques à partager, ainsi que des conseils pour passer un été "numérique" en toute sérénité.***

La page Better Internet for kids est destinée à donner des conseils pour un usage d'internet plus sûr pour les jeunes.

À voir

Les bienfaits et les dangers d'internet chez les enfants de

France 3 Hauts-de-France, 2019.

Présentation :
Données personnelles, contenus sensibles, réseaux sociaux, jeux… Les enfants aussi sont exposés à tout cela. Il est important de connaître l'impact d'internet sur nos adolescents pour mieux les protéger, avec les bon outils.

Enquêtes sociologiques sur l'usage d'internet chez les jeunes

L'usage d'internet chez les jeunes

L'usage des réseaux sociaux chez les jeunes, TNS Sofres, 2011.
Présentation :
Ce dossier regroupe les différents sondages et enquêtes réalisés au niveau national et académique afin d'avoir une photographie précise des usages du numérique en France.

Adolescents, écrans et santé mentale : des risques toujours plus importants selon l'OMS de Matthieu Eugène pour le Blog du Modérateur, 25/09/24.
Présentation :
Une étude internationale menée dans 44 pays montre une augmentation inquiétante de l'utilisation problématique des réseaux sociaux et des jeux vidéo chez les adolescents.

L’impact du COVID-19 sur l’usage d’internet chez les jeunes

Enfants et Internet baromètre : de l’opération nationale de sensibilisation : Un clic, déclic le Tour de France Des Etablissements Scolaires par Calysto et La voix de l’enfant, 2009-2010.
Extrait :

> *Avec 75% des 15-17 ans et 13-15 ans qui possèdent un profil sur Facebook, le réseau social devient la nouvelle star des cours de récréation. En 2008-2009 seuls 35% des 11-15 ans possédaient un profil sur ce média.*

Les enfants exposés à des risques accrus sur Internet durant la pandémie de COVID-19, Unicef, 2020.
Extrait :

> *Des millions d’enfants sont exposés à des risques accrus alors que leur vie se déroule de plus en plus sur Internet en raison du confinement imposé dans le cadre de la pandémie de COVID-19, ont aujourd’hui fait savoir l’UNICEF et ses partenaires.*

Étudiants, lycéens, collégiens : panne généralisée de motivation par Béatrice Copper-Royer, Le Monde, 2021.
Extrait :

> *Cahin-caha les étudiants, les lycées, les collégiens, reprennent les cours. Demi-jauge pour les uns, visio certains jours et quelques cours « en vrai », ce printemps pluvieux ne les portent pas à l’enthousiasme, et ceux que je rencontre ont bien du mal à s’y mettre.*

La pandémie expose davantage les enfants aux dangers d’internet : l’exemple de la Roumanie par Mari Jeanne Ion,

Euronews, 2021.
Extrait :

> *La pandémie de Covid-19 a bouleversé le quotidien des enfants. Alors qu'ils passent deux fois plus de temps devant les écrans, ils risquent d'être davantage confrontés au harcèlement en ligne, à l'envoi de textes ou photos à caractère sexuel ou de souffrir de dépendance aux jeux vidéo.*

L'utilisation des écrans en contexte de pandémie de COVID-19 – quelques pistes d'encadrement par l'Institut National de Santé Publique du Québec (INSPQ), 2021.
Extrait :

> *Suite à une demande du ministère de la Santé et des Services sociaux, le présent document vise à réviser les connaissances et les recommandations entourant l'utilisation des écrans chez les enfants et les jeunes et à proposer des orientations en ce qui concerne les principaux messages qui devraient être véhiculés afin de sensibiliser la population aux risques d'une surutilisation des écrans en contexte de pandémie.*

Les « digital natives »

Ouvrage imprimé

Digital natives : culture, génération et consommation de Thomas STENGER, 2015.
Extrait :

> *Le constat et l'analyse des transformations des usages et des attitudes au fil des temps des sociétés aboutissent souvent à une recherche de systématisation, de qualification et de catégorisation. Ainsi, les expressions « digital natives », « Net génération », « génération Y », « millenials » ou*

encore « Petite Poucette » (Michel Serres), à la fois métaphores et slogans, plus ou moins médiatiques et médiatisés, peuvent parfois prendre valeur de concept. L'idée semble simple (ce qui fait certainement son succès, en particulier en management) : les jeunes d'aujourd'hui sont différents des plus âgés, car ils ont des capacités, des aptitudes, des connaissances différentes, mieux adaptées à l'environnement numérique, tandis que leurs aînés doivent « immigrer » vers cet environnement.

Grandir connectés : les adolescents et la recherche d'information de Anne Cordier, C & F éditions, 2015.
Résumé :
Cette analyse de la recherche d'information sur Internet par les jeunes dément l'idée que ce public détiendrait naturellement une compréhension fine de l'environnement numérique. L'auteure observe les pratiques des internautes à l'adolescence selon une perspective sociologique et scolaire avant de définir la responsabilité de l'école dans l'acquisition d'une culture informationnelle.

La famille connectée : de la surveillance parentale à la déconnexion des enfants de Jocelyn Lachance, Editions Erés, 2019.
Résumé :
La possibilité de se connecter les uns aux autres en permanence a bouleversé la vie des individus et des familles. L'auteur propose des outils de réflexion pour aider les parents à gérer l'usage des TICs au sein de la famille, en s'appuyant sur la parole d'enfants, d'adolescents et de jeunes adultes.

La fabrique du crétin digital : les dangers des écrans pour nos enfants par Michel Desmurget, Editions du Seuil, 2019.
Résumé :
La consommation récréative du numérique par les jeunes générations est un fait de société de grande ampleur. L'auteur

fait le point sur les études scientifiques qui abordent l'impact des écrans sur le développement physique, émotionnel et cognitif des enfants.

Enfants difficiles, la faute aux écrans? : les bienfaits du sevrage électronique par Victoria Dunckley, Ecosociété, 2020.
Résumé :
Les écrans sont devenus omniprésents dans la vie des jeunes, à la maison ou à l'école, et représentent une charge cognitive beaucoup trop élevée, responsable d'un stress chronique pour le cerveau des enfants encore en construction. Devant des symptômes récurrents chez les enfants tels que sautes d'humeurs, troubles du sommeil, hyperactivité, difficultés sociales, isolement, dépression ou baisse des résultats scolaires, la pédopsychiatre Victoria Dunckley propose un programme de jeûne électronique de 4 semaines aux résultats impressionnants, pour se débarrasser de ce qu'elle appelle le Syndrome de l'écran électronique (SEE). Devant les succès incroyables de ce programme de «réinitialisation», elle a convaincu bien des parents de tenter l'expérience, et ce, sans aucune posture moralisatrice.

En ligne

Jusqu'où les "digital natives" transformeront ils le monde ? par Pascal Perez, *Après-demain* 2010/1 (N ° 13, NF), pages 28 à 31.
Résumé :
La jeunesse mondiale est numérique, "digital native", elle crée un nouveau monde virtuel qui va influencer le devenir du monde réel. Facebook réunit 275 millions de terriens dont la moitié se connecte chaque jour. En France, 60% des inscrits ont moins de 30 ans.