



Commission  
européenne

# Effets de l'utilisation de la technologie numérique sur l'empathie et la capacité d'attention des enfants

*Résumé analytique*



Education et  
formation

### **Contacteur l'UE**

Europe Direct est un service qui répond à vos questions sur l'Union européenne.  
Vous pouvez contacter ce service :

- via un numéro gratuit : 00 800 6 7 8 9 10 11  
(certains opérateurs peuvent facturer ces appels),
- au numéro standard suivant : +32 22999696 ou
- par e-mail via : [https://europa.eu/european-union/contact\\_fr](https://europa.eu/european-union/contact_fr)

Luxembourg : Office des publications de l'Union européenne, 2020

© Union européenne, 2020

Réutilisation autorisée, moyennant mention de la source

La politique de réutilisation des documents de la Commission européenne est régie par la décision 2011/833/UE (JO L 330 du 14.12.2011, p. 39).

Ce document a été préparé pour la Commission européenne ; cependant, il ne reflète que le point de vue des auteurs et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

Toute utilisation ou reproduction de photos de tout autre matériel dont l'Union européenne ne possède pas les droits d'auteur requiert l'autorisation préalable des titulaires des droits en question.

Image(s) © [carloscastilla + 11900361], 2012. Source : [depositphotos.com]

#### **Merci de citer cette publication comme suit :**

Flecha, R., Pulido, C., Villarejo, B., Racionero, S., Redondo, G., Torras, E. (2020). 'Effets de l'utilisation de la technologie numérique sur l'empathie et la capacité d'attention des enfants', *rapport NESET*, Résumé analytique. Luxembourg: Publications Office of the European Union. doi:10.2766/590353.

#### **À PROPOS DE NESET**

NESET est un réseau consultatif d'experts travaillant sur la dimension sociale de l'éducation et de la formation.

La Direction générale pour l'éducation et la culture de la Commission européenne est à l'initiative de la création de ce réseau, qui a succédé à NESSE (2007-2010), NESET (2011-2014) et NESET II (2015-2018).

PPMI est responsable de l'administration du réseau NESET. Pour toute demande, veuillez nous contacter à : [info-neset@ppmi.lt](mailto:info-neset@ppmi.lt).

#### **DONNEUR D'ORDRES :**

The logo for PPMi consists of the letters 'PPMi' in a bold, blue, sans-serif font. The 'i' has a small orange triangle above its dot.

Gedimino ave. 50, LT - 01110  
Vilnius, Lituanie  
Téléphone : +370 5 2620338  
Fax : +370 5 2625410  
[www.ppmi.lt](http://www.ppmi.lt)  
Directeur : Rimantas Dumčius

#### **AUTEURS<sup>1</sup> :**

- › **Ramon FLECHA**, Professeur titulaire, Université de Barcelone
- › **Cristina PULIDO**, Professeure, Université autonome de Barcelone
- › **Beatriz VILLAREJO**, Professeure, Université de Deusto
- › **Sandra RACIONERO**, Professeure, Université de Barcelone
- › **Gisela REDONDO**, Professeure, Université de Deusto
- › **Elisabeth TORRAS**, Candidat au doctorat, Université de Barcelone

#### **PAIRS RÉVISEURS :**

- › **Dragana AVRAMOV**, Coordinatrice scientifique de NESET
- › **Stanislav AVSEC**, Université de Ljubljana

#### **ÉDITEUR LINGUISTIQUE :**

- › **James NIXON**, Relecteur/correcteur freelance

#### **COMMISSION EUROPÉENNE**

Direction générale de l'éducation, de la jeunesse, du sport et de la culture  
Direction A - Stratégie politique et évaluation  
Unité A.4 - Politique et évaluation fondées sur des preuves

E-mail : [eac-unite-a4@ec.europa.eu](mailto:eac-unite-a4@ec.europa.eu)

Commission européenne  
B-1049 Bruxelles

<sup>1</sup> Les membres suivants de l'équipe du professeur Flecha ont également travaillé sur l'élaboration de ce rapport: Rocío García-Carrión, Sara Gómez, Susana León, Teresa Plaja & Ana Toledo.

## Résumé analytique

Les élèves, enseignants, familles et autres membres de la communauté utilisent la technologie numérique comme un outil éducatif dans des environnements d'apprentissage formels, non formels et informels. Bien que son utilisation soit répandue, des préoccupations croissantes sont apparues quant aux effets de la technologie numérique sur les enfants, notamment sur leur empathie et leur capacité d'attention, car ces dimensions sont cruciales pour le développement et la réussite des élèves. Les effets de l'utilisation de la technologie numérique sont intrinsèques au contexte dans lequel elle est employée. Ces effets peuvent être différents, selon la manière dont la technologie est utilisée et à quelle fin.

Ce rapport analytique dévoile les contributions scientifiques les plus pertinentes et les plus récentes au monde concernant les effets de l'utilisation de la technologie numérique sur l'empathie et la capacité d'attention des enfants. Le rapport synthétise les connaissances existantes recueillies dans le cadre d'une analyse documentaire approfondie, laquelle a permis l'identification de preuves provenant d'articles scientifiques et de rapports officiels pertinents de la Commission européenne (CE) sur le sujet. La question directrice du présent rapport est la suivante :

- Quels sont les effets de l'utilisation de la technologie numérique sur l'empathie et l'attention des enfants ?

Les concepts de technologie numérique, d'empathie et de capacité d'attention des enfants sont au cœur de ce rapport. Les principales conclusions de notre analyse documentaire approfondie sont divisées en deux grandes sections : 1) les effets de l'utilisation de la technologie numérique sur l'empathie des enfants ; et 2) les effets de l'utilisation de la technologie numérique sur la capacité d'attention des enfants. Sur la base de cette analyse, le rapport fournit des recommandations utiles pour les divers agents impliqués dans l'éducation des enfants, des décideurs politiques et parties prenantes aux enseignants et familles.

## Principales conclusions

### 1. Les effets de l'utilisation de la technologie numérique sur l'empathie des enfants

Les principales conclusions du rapport sur les effets de l'utilisation de la technologie numérique mettent en évidence la façon dont celle-ci impacte l'empathie des enfants ainsi que les facteurs les plus pertinents pour expliquer ces effets. L'empathie augmente chez certains enfants ou diminue chez d'autres, selon **la manière dont la technologie numérique est utilisée et à quelle fin**. Les principales conclusions de notre analyse documentaire sont les suivantes :

- **La technologie numérique a pour effet d'augmenter l'empathie des enfants lorsque son contenu, son utilisation et ses interactions sont prosociaux.** Les utilisations prosociales de la technologie numérique peuvent être encouragées dans des activités et des environnements d'apprentissage très divers. Les interactions des élèves et les approches d'apprentissage interactives jouent un rôle clé dans ces effets. Ce constat est conforme aux principes de l'éducation dialogique, qui repose sur la capacité du dialogue à être utilisé comme

un outil de création collective de sens. Cela favorise l'inclusion de toutes les voix et encourage la création d'environnements dialogiques dans lesquels les participants (enseignants, familles, volontaires, élèves) s'organisent et prennent des décisions sur une base consensuelle. Ainsi, les environnements d'apprentissage dialogiques peuvent contribuer à accroître l'empathie des enfants grâce à l'utilisation de la technologie numérique. En outre, il est important de prendre en compte la nécessité que cette perspective prosociale soit présente dans tous les espaces d'une école. En effet, la littérature souligne l'importance d'une pratique cohérente dans tous les espaces, afin d'éviter les effets négatifs de « ne pas mettre en pratique ce que l'on préconise » (double standard).

- **La technologie numérique a pour effet de diminuer l'empathie des enfants lorsqu'elle implique un usage antisocial et un contenu violent.** Choisir des contenus médiatiques violents (films et séries), jouer à des jeux vidéo violents ou se livrer à des brimades et à des actes discriminatoires peut exacerber les attitudes, les émotions et les comportements agressifs. Cela peut également désensibiliser les participants et diminuer leur empathie et leur comportement prosocial. Certains auteurs suggèrent que ces effets ne sont pas durables et que le fait de jouer à des jeux vidéo prosociaux peut avoir un effet neutralisant. Le développement de l'esprit critique a été identifié comme la clé pour que les enfants et les adolescents rejettent ou examinent d'un œil critique les utilisations de la technologie numérique qui les influencent négativement. Les environnements d'apprentissage riches en interactions, tels que les environnements d'apprentissage dialogiques, favorisent la capacité des enfants à évaluer de manière critique leur utilisation de la technologie, tout en encourageant la solidarité et l'empathie.
- **La technologie numérique a pour effet de diminuer l'empathie des enfants lorsque le temps passé devant l'écran réduit les interactions en face à face.** Certains auteurs montrent une association entre le temps passé devant l'écran et la réduction de la capacité à se faire des amis ou une difficulté accrue à apprendre l'empathie dans des contextes de la vie réelle. Cependant, les interactions en ligne et le temps passé à utiliser la technologie numérique peuvent augmenter l'empathie tant qu'ils ne réduisent pas les interactions en face à face. De plus, les environnements riches en interactivité qui favorisent l'utilisation collaborative de la technologie numérique peuvent offrir un environnement équilibré dans lequel l'utilisation de la technologie numérique ne nuit pas aux interactions en face à face.
- **L'utilisation de la technologie numérique présente certains dangers, notamment le cyberharcèlement.** L'association entre empathie et perpétration de cyberharcèlement a fait l'objet de nombreuses recherches. Celles-ci se sont concentrées sur la possibilité de prédire la probabilité qu'un individu commette des actes de cyberharcèlement, sur la base de son score d'empathie. Cependant, la manière dont la capacité d'empathie des enfants peut être affectée par leur utilisation de la technologie numérique pour perpétrer du cyberharcèlement reste une question sous-explorée. Des recherches plus approfondies sont nécessaires.

Ces conclusions clés nous permettent d'élaborer un certain nombre de recommandations concernant la manière de traiter les effets de la technologie numérique sur l'empathie des enfants.

### **Recommandations sur la technologie numérique et l'empathie des enfants**

1. La technologie numérique peut avoir pour effet d'accroître l'empathie des enfants lorsque son contenu et son utilisation suivent une approche prosociale. Ces effets peuvent être renforcés par la **promotion d'environnements d'apprentissage interactifs et la garantie d'une cohérence** dans toutes les activités d'apprentissage.
2. La technologie numérique peut avoir pour effet de réduire l'empathie des enfants lorsque son contenu et son utilisation impliquent des approches antisociales et un contenu violent. De tels effets peuvent être évités par le **développement de l'éducation aux médias, notamment des compétences de pensée critique.**
3. La technologie numérique peut avoir pour effet de réduire l'empathie des enfants lorsque le temps passé devant l'écran se fait au détriment des interactions en face à face. De tels effets peuvent être évités par la **promotion d'environnements interactifs réels** qui améliorent l'intégration de l'utilisation de la technologie numérique tout en favorisant la collaboration des élèves par le biais d'environnements d'apprentissage dialogiques.
4. L'utilisation de la technologie numérique présente certains **dangers, notamment le cyberharcèlement.** Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour explorer cette question.

## **2. Les effets de l'utilisation de la technologie numérique sur la capacité d'attention des enfants**

Les décideurs politiques, enseignants, familles et autres membres de la communauté ont soulevé des préoccupations pertinentes concernant les problèmes d'attention chez les élèves pouvant résulter de l'utilisation des technologies numériques, et sur la manière dont ces effets peuvent influencer les fonctions cognitives des élèves. Les recherches se sont concentrées sur divers usages et dispositifs, apportant une contribution remarquable à la compréhension des effets des programmes d'entraînement cognitif informatisés. En outre, elles ont exploré les effets de l'intégration de dispositifs intelligents dans les activités éducatives quotidiennes, en abordant de manière pertinente l'impact de l'utilisation de la technologie numérique sur la capacité d'attention des enfants. **L'utilisation de la technologie numérique par les enfants peut, dans certains cas, améliorer leur capacité d'attention. Dans d'autres cas, elle peut être une distraction qui génère des problèmes d'attention.** Les recherches montrent que le fait que la technologie numérique produise un effet ou l'autre dépend de la manière dont elle est utilisée, du temps passé à utiliser la technologie numérique à des fins non éducatives et de l'approche d'apprentissage appliquée.

À cet égard, les principales conclusions de l'analyse documentaire sont les suivantes :

- 1. Les programmes d'entraînement cognitif informatisés produisent des effets divers.** Certains de ces programmes améliorent la capacité d'attention des enfants, tandis que d'autres ne présentent pas d'effet significatif. Sur la base des preuves scientifiques, on peut affirmer que des recherches supplémentaires sont nécessaires pour identifier les facteurs clés qui contribuent à une amélioration de la capacité d'attention par les programmes d'entraînement informatisés.
- 2. L'intégration d'appareils intelligents (p. ex. tablettes, smartphones) dans les activités éducatives améliore la capacité d'attention des enfants.** Un constat commun sur l'effet de l'utilisation des dispositifs intelligents en classe est qu'ils ont pour effet propre d'améliorer la capacité d'attention. Les recherches indiquent que lorsque l'utilisation de la technologie numérique est intégrée dans une activité scolaire, elle a le potentiel d'améliorer la capacité d'attention. Cet effet augmente en fonction de l'approche d'apprentissage des enseignants et/ou d'autres professionnels.
- 3. Les appareils mobiles, les jeux vidéo et les ordinateurs ont un effet de distraction sur la capacité d'attention lorsque le temps passé à utiliser la technologie numérique à des fins non éducatives au cours d'une journée scolaire dépasse deux heures.** Les adolescents qui passent plus de deux heures les jours d'école à utiliser la technologie numérique à des fins non éducatives sont plus susceptibles d'être sujets à des problèmes de déficit d'attention et/ou d'hyperactivité, par rapport à ceux qui ne le font pas. Le temps passé à utiliser la technologie numérique à des fins non éducatives a pour effet de distraire les élèves des tâches éducatives et de favoriser les problèmes d'inattention ou d'hyperactivité. Les auteurs ont identifié ces problèmes comme étant associés à l'utilisation courante de la technologie numérique à des fins non éducatives. D'autres auteurs qui se concentrent sur le temps passé à utiliser la technologie numérique révèlent que les élèves qui déclarent utiliser très fréquemment la technologie numérique ont une probabilité de 10,5 % de développer un trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH), un état qui interfère avec le fonctionnement ou le développement et qui est marqué par un schéma continu d'inattention et/ou d'hyperactivité-impulsivité. Certaines recherches montrent que les élèves sont pour la plupart d'accord avec la mise en place de contrôles stricts sur l'utilisation de la technologie numérique, ainsi qu'avec la nécessité de l'utiliser de manière engageante et significative, en veillant à son intégration adéquate dans les activités d'apprentissage.

Les principales conclusions identifiées dans cette section du rapport nous permettent de formuler les recommandations suivantes sur la manière de traiter les effets de l'utilisation de la technologie numérique par les enfants sur leur capacité d'attention :

### **Recommandations sur la technologie numérique et la capacité d'attention**

1. Les recherches montrent que les programmes d'entraînement cognitif informatisés peuvent avoir pour effet d'améliorer la capacité d'attention des enfants. La **prise en compte des résultats d'études antérieures** dans lesquelles une amélioration de la capacité d'attention des enfants a été démontrée est pertinente pour la conception, le développement et le suivi futurs des programmes d'entraînement cognitif informatisés.
2. L'utilisation non éducative de la technologie numérique qui dépasse deux heures les jours d'école peut avoir pour effet de diminuer la capacité d'attention des enfants. Ce résultat est pertinent pour les décideurs politiques, les enseignants, les familles et les autres membres de la communauté.
3. Des stratégies efficaces pour limiter la capacité de la technologie numérique à distraire les enfants peuvent être élaborées grâce à la collaboration entre les élèves et leurs pairs.
4. Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour déterminer les effets de l'utilisation de la technologie numérique sur la capacité d'attention, en fonction de l'approche d'enseignement et/ou d'apprentissage appliquée.



### **Trouver des informations sur l'UE**

En ligne

Des informations sur l'Union européenne sont disponibles, dans toutes les langues officielles de l'UE, sur le site Europa à l'adresse suivante : [https://europa.eu/european-union/index\\_fr](https://europa.eu/european-union/index_fr)

Publications de l'UE

Vous pouvez télécharger ou commander des publications européennes gratuites et payantes sur : <https://publications.europa.eu/fr/publications>. Plusieurs exemplaires de publications gratuites peuvent être obtenus en contactant Europe Direct ou votre centre d'information local (voir [https://europa.eu/european-union/contact\\_fr](https://europa.eu/european-union/contact_fr)).



Office des publications  
de l'Union européenne