

L'impact de la technologie sur l'enfant en développement

Il y a quelques années, les enfants passaient leur temps à jouer à l'extérieur toute la journée en s'adonnant à plusieurs activités en groupe. Ils usaient de leurs imaginaires pour s'inventer des jeux, les enfants pouvaient créer leurs propres jeux sans avoir besoin d'un équipement coûteux. Ces enfants, que nous étions, avaient un développement sensoriel en lien direct avec la nature et l'environnement.

Aujourd'hui c'est différente, l'enfant est plus solitaire, les parents sont occupés autrement, et l'enfant a à sa disposition un grand choix de jeux électroniques en plus l'accès à d'autres appareils de plus en plus sophistiqués et répandus presque dans toutes les maisons. L'impact de la technologie sur la famille du 21ème siècle est la fracture de sa fondation, provoquant une désintégration des valeurs fondamentales qui étaient depuis longtemps le tissu qui tenait les membres de la famille ensemble. Les parents comptent aujourd'hui énormément sur la communication, l'information et la technologie pour rendre leur vie plus rapide et plus efficace. La technologie de divertissement (TV, Internet, jeux vidéo, iPads, téléphones portables) a progressé si rapidement, que les familles ont à peine remarqué l'impact significatif et les changements dans la structure familiale et son mode de vie.

Une étude de la Fondation Kaiser 2010 a montré que les enfants d'âge primaire utilisaient en moyenne 7,5 heures par jour de la technologie de divertissement, 75 % de ces enfants ont la télévision dans leurs chambres, et 50 % des foyers nord-américains ont la TV durant toute la journée.

Les enfants utilisent la technologie pour la majorité de leur jeu, limitant nettement les défis de leur créativité et leur imagination, ainsi que les besoins de leur corps pour réaliser le développement sensoriel et moteur optimal. Cette sédentarité à laquelle on rajoute un niveau de stimulation sensorielle chaotique entraînent des retards dans la réalisation des étapes de développement de l'enfant, avec un impact négatif ultérieur sur les compétences de base pour parvenir à l'alphabétisation.

Alors, quel est l'impact de la technologie sur le développement de l'enfant ?

Le développement sensoriel, moteur et les mécanismes d'attachement des enfants n'évoluent pas avec cet état sédentaire.

L'impact de l'avancement rapide de la technologie sur le développement de l'enfant a vu une augmentation de troubles psychologiques, comportementaux et physiques que les systèmes de santé et d'éducation commencent à peine à détecter, et encore moins comprendre.

L'obésité infantile et le diabète sont devenus des pathologies répandues au Canada et aux États-Unis. Les diagnostics de TDAH, l'autisme, les troubles de coordination, des retards de développement, discours inintelligible, des difficultés d'apprentissage, trouble de traitement sensoriel, l'anxiété, la dépression et les troubles du sommeil sont associés à la technologie et sa surexploitation, et augmentent à un rythme alarmant.

Quatre facteurs essentiels pour atteindre un développement sain et normal de l'enfant :

Le mouvement, le toucher, le contact humain, et l'exploration de l'environnement. Ces 4 facteurs assurent le développement psychomoteur normal, la posture, la coordination bilatérale, l'état d'éveil optimal et l'autorégulation nécessaire pour atteindre les compétences de base pour l'entrée à l'école. Les jeunes enfants ont besoin de deux à trois heures par jour d'activité exploratrice pour atteindre un niveau de stimulation sensorielle adéquat à leurs systèmes vestibulaires, proprioceptifs et tactiles.

La stimulation tactile passe par le toucher, le jeu est essentiel pour le développement des compétences de motricité fine et globale, la manipulation des objets, la précision des gestes... Le contact active également le système parasympathique qui va abaisser le niveau du cortisol, l'adrénaline et l'anxiété. La Nature et l'«espace vert» ont une influence apaisante et réparatrice sur les enfants qui favorise l'apprentissage.

Une analyse plus approfondie de l'impact de la technologie sur le développement de l'enfant indique que tandis que les systèmes vestibulaires, proprioceptifs, tactiles et de fixation sont sous stimulés, les systèmes sensoriels visuels et auditifs sont en «surcharge». Ce déséquilibre sensoriel crée d'énormes problèmes dans le développement neurologique global, aussi bien au niveau de l'anatomie que la chimie du cerveau ce qui provoque une altération permanente ou une déficience cognitive.

