



Ecrans éteints, lien parent/enfant préservé : pour une connexion continue

Les premières années de vie d'un enfant constituent une période essentielle pour son développement émotionnel et cognitif, ainsi que pour la construction du lien d'attachement. De nos jours, l'omniprésence des écrans dans la vie quotidienne transforme les dynamiques familiales et soulève de nombreuses interrogations, notamment sur la qualité des interactions précoces. Qu'il s'agisse d'une surexposition parentale ou de l'introduction précoce des outils numériques auprès des plus jeunes, les écrans exercent une influence sur le lien. Contrairement à d'autres approches qui se concentrent sur l'effet des écrans sur le développement de l'enfant, cette session explore comment les comportements numériques des adultes influencent les échanges entre un parent et son enfant. La sensibilisation des familles est notre principal levier pour encourager l'évolution de nos pratiques.

Cette formation vise à sensibiliser les professionnel·les aux conséquences de l'usage des écrans durant cette période cruciale et à fournir des outils afin d'accompagner les familles dans la gestion de leur usage numérique.

Public cible :

Professionnel·les des secteurs de la petite enfance, et du soutien à la parentalité

Pré-requis :

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre cette formation

Objectifs

- Comprendre l'importance des 1000 premiers jours dans le développement de l'enfant et l'élaboration du lien d'attachement
- Analyser l'impact des écrans sur la relation parent/enfant durant les premières années de vie
- Développer des méthodes pour accompagner les parents d'aujourd'hui à limiter l'influence des écrans sur les interactions intrafamiliales et à renforcer le lien d'attachement



Programme de la formation

1^{ère} journée

Les 1000 premiers jours, « le socle de la vie »

Les bases de l'attachement :

- La théorie de l'attachement face à l'usage quotidien des écrans
- Explication de l'importance de ces premiers liens pour le développement émotionnel et social de l'enfant

Le développement cérébral et sensoriel de l'enfant :

- Influence des **stimuli environnementaux** (objets numériques et leur utilisation) sur le cerveau en développement
- Comprendre le rôle déterminant des **5 sens** chez le bébé mais également chez son parent

Les interactions précoces parent/enfant

Le rôle des interactions quotidiennes :

- Répondre aux **besoins émotionnels** du bébé dans un monde numérique en constante évolution
- Les **remaniements psychiques** de la parentalité (stress, angoisse, manque de confiance en soi, baby blues, dépression périnatale, etc) : comprendre l'intérêt du monde numérique pour les parents d'aujourd'hui

Effets de la surexposition des parents aux écrans :

- Présence parentale « en pointillé » et impact sur le lien d'attachement
- Le concept de « technoférence parentale » et de « phubbing parental »

2^{ème} journée

La gestion des écrans et le développement des tout-petits (0-6 ans)

Introduction précoce des écrans chez l'enfant :

- Les recommandations officielles
- Effets sur le développement du langage et les capacités attentionnelles
- Risques pour les interactions sociales et la régulation des émotions



La régulation parentale

- L'adulte, **un modèle** pour l'enfant : aider le parent à développer des habitudes numériques saines et équilibrées (guidance parentale)
- Aborder les écrans de façon **non culpabilisante**

Renforcer le lien d'attachement à travers des moments déconnectés

Les moments-clés de la relation parent/enfant

- Comprendre l'impact des écrans dans les moments d'échange et l'importance des temps de « qualité »
- Quelles peuvent être les **alternatives** aux écrans pour renforcer le lien ?
(Ateliers de groupe avec brainstorming sur des alternatives concrètes aux écrans)

Études de cas concrets

- Analyse de situations où les écrans impactent les relations familiales
- Recherche collective de **solutions d'accompagnement**

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Activités participatives et échanges autour de situations de terrain
- Mise en situation et analyse des comportements face aux écrans
- Remise d'un support pédagogique

Modalités d'évaluation des acquis d'apprentissage

Les acquis seront validés tout au long de la formation par des études de cas, des mises en situation pratiques et des réflexions collectives sur des problématiques réelles rencontrées par les professionnel·les.

Durée de la formation

2 Jours - 14 Heures

Dates

9 et 10 octobre 2025

Tarif

590 € NET / stagiaire



Formatrice

Mareva SIGNORET, thérapeute spécialisée en périnatalité et développement de l'enfant, ancienne infirmière diplômée d'état et titulaire d'une licence de Psychologie. Formée en psychopathologie infanto-juvénile à l'IFORT de Roubaix, elle s'appuie sur une expérience professionnelle diversifiée (pédopsychiatrie de liaison, CMPP, PMI, néonatalogie) pour proposer des approches thérapeutiques adaptées aux besoins des enfants et de leurs familles.