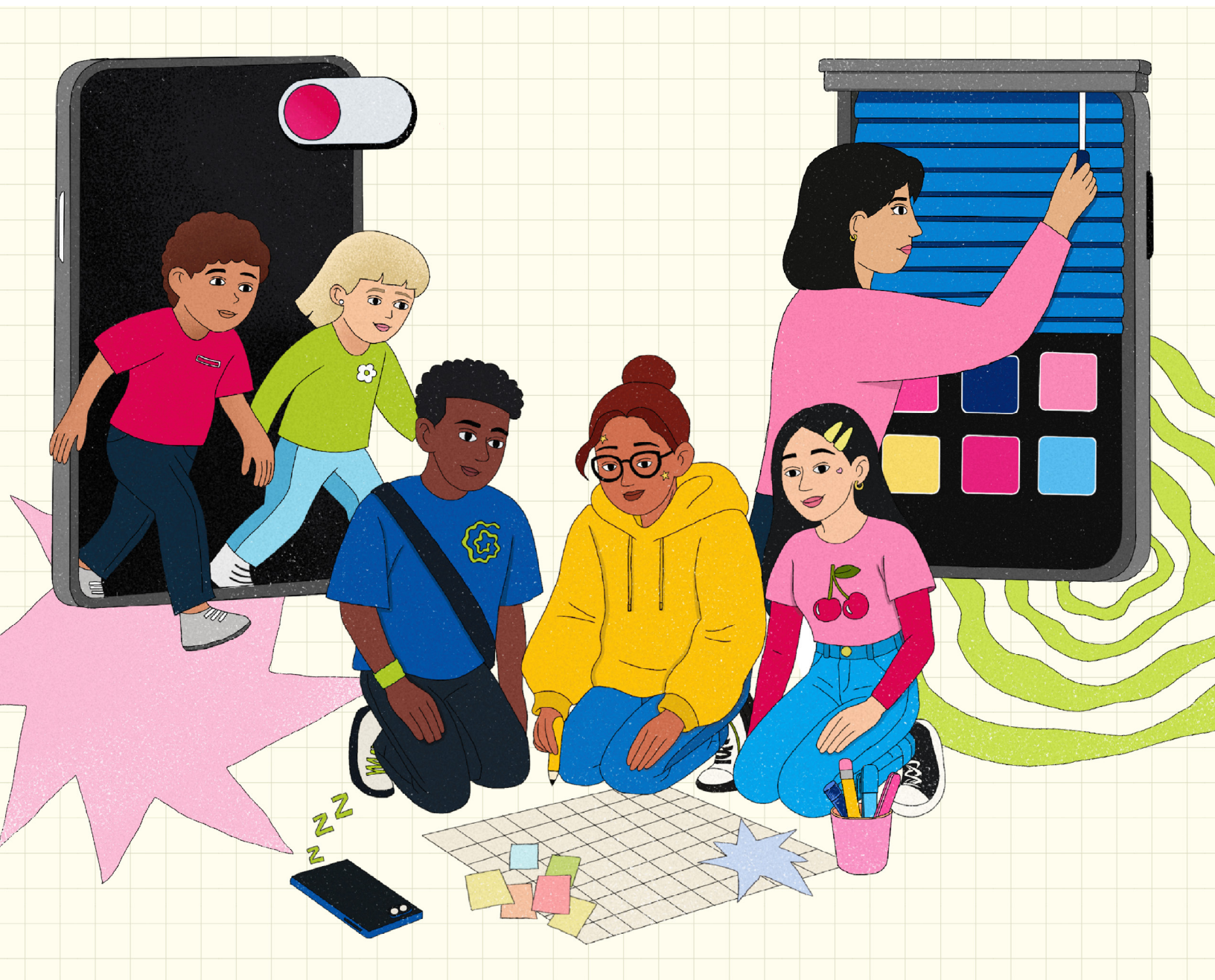


Réflexions issues d'une table ronde :

Gérer l'utilisation des téléphones à l'école



Remerciements



The Dais est un groupe de réflexion sur les politiques publiques et le leadership à L'Université métropolitaine de Toronto, et nous travaillons à l'intersection de la technologie, de l'éducation et de la démocratie pour favoriser une prospérité et une citoyenneté partagées au Canada. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez dais.ca (en anglais).

20, rue Dundas O., bureau 921, Toronto (Ontario) M5G 2C2

 @daisTMU

 /daisTMU

 The Dais at Toronto Metropolitan University



Cet ouvrage est distribué sous licence en vertu d'une licence Creative Commons 4.0 – Attribution, pas d'utilisation commerciale, partage dans les mêmes conditions. Vous pouvez partager, copier ou redistribuer ce matériel, à condition : d'attribuer le crédit approprié; de ne pas l'utiliser à des fins commerciales; de ne pas appliquer de conditions légales ou de mesures technologiques qui empêchent légalement d'autres personnes de faire quelque chose qu'autorise cette licence; et si vous mélangez, arrangez ou adaptez le contenu, vous devez diffuser vos contributions sous les mêmes conditions que cette licence, indiquer si des modifications ont été apportées et ne pas suggérer que le concédant de la licence vous soutient ou soutient la façon dont vous avez utilisé son oeuvre.



Auteur



Rajender Singh

Analyste principal des politiques

Rajender (il/lui) possède plus d'une décennie d'expérience en tant que praticien-chercheur à l'intersection de l'éducation, de la technologie et des politiques publiques. Alliant expertise en recherche politique et en mise en œuvre de programmes, il conçoit des solutions rigoureuses et concrètes aux défis les plus pressants de notre société.

Ayant commencé sa carrière comme ingénieur en logiciel, il a été attiré par la promesse d'une éducation de qualité comme fondement d'une société juste et équitable, ce qui l'a amené à devenir enseignant au primaire et au secondaire dans une école sous-financée de Delhi. Par la suite, il a occupé divers postes de direction dans les secteurs sans but lucratif et lucratif, notamment comme chargé de cours universitaire, analyste des politiques et gestionnaire principal de programmes. Dans ces rôles, il a dirigé de vastes initiatives en éducation intégrant le développement professionnel des enseignants, l'innovation curriculaire et des interventions en technologie éducative (EdTech) afin de répondre à des enjeux systémiques dans des contextes variés.

Actuellement doctorant à l'Université Western, Rajender concentre ses recherches sur les stratégies employées par les grandes entreprises technologiques pour pénétrer et dominer le marché mondial de l'éducation.

Conception et illustration :

Zaynab Choudhry

Collaborateurs :

Andre Cote
Ashna Ali
Camara Chambers
Catherine Amburgey
Rahel Appiagyei-David
Sanjana Shah
Tiffany Kwok

Table des matières

4 Introduction

5 Contexte et mises en garde

6 Ce que nous avons entendu

6 Premiers succès

8 Défis et possibilités d'amélioration

11 Problèmes connexes en dehors du cadre d'enseignement de la maternelle à la 12^e année

13 Conclusion



Introduction

En 2024, les dix Provinces canadiennes ont introduit diverses restrictions sur l'utilisation des appareils personnels, en particulier les téléphones cellulaires, dans les établissements d'enseignement de la maternelle à la 12e année. Ces politiques visent à aborder les préoccupations croissantes au sujet des distractions numériques, de la baisse de la concentration des élèves et des répercussions négatives liées à la surutilisation de la technologie sur le bien-être des élèves.

Dans le cadre du programme **Heads Up** (en anglais), the Dais de l'Université Toronto Metropolitan a réalisé une **cartographie détaillée et une analyse comparative** (en anglais) de ces politiques provinciales. Afin de mieux comprendre leur mise en œuvre initiale, nous avons organisé dans chacune des provinces des discussions sous forme de table ronde et nous avons directement collaboré avec les personnes responsables de la mise en œuvre des politiques dans les écoles de la maternelle à la 12e année ainsi qu'avec des personnes qui s'intéressent à la recherche, à la défense des droits et au travail communautaire dans ce domaine.

Chaque table ronde a réuni environ 15 à 20 personnes et un total de plus de 150 parties prenantes à l'échelle nationale. Les séances de deux heures commençaient par une mise en contexte de 30 minutes qui était suivie d'un dialogue semi-structuré de 90 minutes qui s'articulait autour de trois thèmes clés : les premiers succès des politiques, les défis ainsi que les considérations pour les faire progresser et assurer leur durabilité.

Les personnes présentes représentaient un large éventail de secteurs, notamment des membres du personnel éducateur, des conseils scolaires, du ministère de l'Éducation, de groupes de défense des droits des parents, en plus de spécialistes de la santé, de responsables d'organismes communautaires ainsi que des personnes issues du milieu universitaire et de la recherche.

Le présent mémoire résume les conclusions de nos discussions à l'échelle nationale et les regroupe en trois grands thèmes : les premiers succès, les défis et les enjeux connexes qui dépassent le cadre des systèmes d'éducation formelle.

Contexte et avertissements

Les tables rondes avaient pour objectif de faire émerger des idées générales et intersectorielles, mais elles n'étaient pas structurées de manière à recueillir des données détaillées sur la mise en œuvre des politiques dans chacune des écoles. Certaines personnes participantes ont mentionné des pratiques spécifiques à leur classe, mais le format de la consultation favorisait naturellement la mise en évidence de thèmes communs et de défis systémiques plutôt que des études de cas exhaustives et concrètes. Par conséquent, les exemples présentés reflètent des tendances et des observations récurrentes plutôt que des données détaillées ou représentatives.

De plus, la participation à la table ronde reposait en partie sur une autosélection, car les personnes présentes étaient généralement engagées dans ces politiques, y étaient favorables ou s'y intéressaient particulièrement. Par conséquent, les points de vue opposés à la mise en œuvre de politiques de restriction d'utilisation des téléphones n'ont pas dominé les discussions. Des constatations de sondages menés par [the Dais](#) la Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants (FCE et Abacus Data, octobre 2024) ainsi que par le [ministère de l'Éducation de l'Alberta](#) (en anglais), indiquent une forte adhésion du public à ces politiques parmi le personnel éducatif, les parents et la population en général.

À l'avenir, les prochaines consultations et recherches pourraient bénéficier d'études de cas plus ciblées au niveau des écoles afin d'approfondir les connaissances acquises ici au niveau du système.



Ce que nous avons entendu

Premiers succès

L'utilité d'avoir une politique

Parmi les premiers succès importants observés dans toutes les provinces, on peut citer **l'adoption et l'acceptation** de politiques de restriction sur l'utilisation des téléphones pour les élèves de la maternelle à la 12^e année. Les mandats provinciaux ont assuré une certaine cohérence au personnel éducateur et administrateur qui devait auparavant composer avec des règles fragmentées et propres à chaque école. Les responsables scolaires bénéficient de directives provinciales clairement définies, ce qui leur évite d'avoir à justifier les restrictions auprès des parents et des élèves. Le personnel éducateur qui a participé aux discussions de table ronde a rapporté des réactions étonnamment positives de la part des parents et des élèves ainsi que moins d'opposition de leur part que l'on avait anticipé. Des élèves de niveau scolaire plus avancé avaient initialement résisté aux restrictions, puis les ont progressivement acceptées après en avoir compris la raison d'être et en avoir constaté les avantages. Les politiques provinciales ont uniformisé les règles relatives à l'utilisation acceptable des téléphones et réduit l'ambiguïté à ce sujet, ce qui a renforcé l'adhésion à ces règles.

Engagement et comportement des élèves

Dans les établissements où l'on a efficacement mis en œuvre des politiques de restriction de l'utilisation des téléphones, nous avons recueilli des témoignages sur l'amélioration de la participation des élèves en classe ainsi que de leur comportement. Le personnel des écoles indique des améliorations notables, comme davantage d'interactions dans les couloirs et les cafétérias, une collaboration plus étroite entre

les élèves et un meilleur engagement pendant les activités parascolaires. Le personnel enseignant a constaté une plus grande présence, une meilleure concentration et une participation plus active des élèves aux activités en classe. Les personnes qui ont participé aux discussions de table ronde ont signalé moins d'incidents de cyberintimidation, en particulier ceux liés à des conflits qui, après avoir commencé ou s'être aggravés en ligne, avaient continué à l'école.

En outre, ces changements positifs de comportement ne se limitent pas aux heures de classe. On a signalé que les activités sans téléphones étaient plus faciles à gérer. En outre, les infractions aux règles ou même l'implantation des nouvelles règles scolaires ont suscité des conversations critiques à propos des risques et des dangers liés à l'utilisation des téléphones.

Stratégies de mise en œuvre qui favorisent la conformité

Dans toutes les provinces, nous avons entendu dire que le succès de la mise en œuvre ne repose pas nécessairement sur la rigueur, mais surtout sur la clarté, la cohérence et la bienveillance. Au sein des écoles où l'adoption des règles était plus harmonieuse et leur respect plus strict, on a tendance à considérer les restrictions relatives aux téléphones non pas comme une règle à appliquer, mais comme une **norme commune** à établir, fondée sur le bien-être des élèves et la responsabilité collective.

Même si la démarche diffère d'une école à l'autre, le message général est clair : une mise en œuvre intentionnelle, collaborative et fondée sur des valeurs peut faire une véritable différence.

Stratégies de mise en œuvre

Établir une compréhension commune pour favoriser l'adhésion à la politique

- Présenter d'emblée des attentes liées à la politique, puis en discuter et les intégrer dans les routines et la culture de l'école.
- Impliquer le personnel scolaire dans la présentation de la politique comme un effort collectif fondé sur le souci du bien-être des élèves.
- Tout au long de l'année, communiquer clairement les raisons (le « pourquoi ») qui justifient cette politique, notamment à l'occasion des assemblées, et encourager la participation des élèves.
- Communiquer de manière proactive avec les parents au moyen de lettres officielles, d'infolettres, de réunions et de discussions au sein du comité d'école.
- Communiquer de façon encourageante, dans les échanges réguliers avec les parents, sans porter d'accusation et leur rappeler souvent les règles afin de les aider à mieux les comprendre et à se familiariser avec elles.
- Privilégier le terme « restrictions » plutôt que « interdictions » pour souligner la flexibilité et la possibilité de s'adapter aux besoins légitimes.

Harmoniser l'application des règles dans toute l'école

- Mobiliser dès le début le personnel enseignant et éducateur ainsi que les élèves et les parents afin de favoriser la compréhension et un appui mutuel.
- Veiller à une mise en œuvre uniforme dans toutes les classes : l'on constate de meilleurs résultats au sein des écoles qui adoptent des approches harmonisées.
- Respecter l'autonomie du personnel enseignant et veiller à l'application cohérente des règles au sein de toutes les classes afin d'améliorer l'adhésion aux règles et d'instaurer un climat de confiance.
- Assurer le suivi des infractions à la politique relative à l'utilisation des téléphones à l'aide de systèmes collaboratifs (p. ex. Google Docs) afin de garantir la cohérence entre les membres du personnel.

Structures et outils à utiliser quotidiennement pour favoriser la cohérence de la mise en œuvre

- Miser sur des solutions de rangement comme des casiers, une consigne pour les téléphones ou des bacs gérés par le personnel enseignant pour limiter l'utilisation non autorisée.
- Installer des systèmes d'enregistrement des téléphones à l'entrée des classes pour encourager au quotidien le respect des règles.
- Adopter des conséquences claires et progressives en cas de non-respect des règles pour améliorer la compréhension et le respect des élèves.
- Fournir des procédures d'exception claires et la documentation afférente aux élèves qui ont besoin d'un téléphone pour des raisons médicales, d'accessibilité ou familiales.
- Éviter les sanctions disciplinaires punitives, comme de suspendre les élèves. Confisquer plutôt leur téléphone, et ce, selon des durées graduelles.
- Ranger les téléphones confisqués dans un endroit sûr auquel seul le personnel administratif a accès afin de dissuader les récidives.
- Redéfinir les habitudes en classe et établir des limites claires afin d'éliminer l'utilisation occasionnelle du téléphone à la fin des tâches.
- Attribuer des activités enrichissantes aux élèves qui terminent leurs tâches plus tôt afin de réduire la durée d'inactivité et l'utilisation des téléphones.
- Intégrer une formation à la culture numérique et à la sécurité en ligne adaptée à l'âge des élèves dans le programme scolaire afin de les aider à comprendre l'utilisation responsable de la technologie.



APERÇU DES ÉLÉMENTS DE LA MISE EN ŒUVRE : Équilibre entre responsabilité et adaptabilité

📍 École secondaire urbaine, Nouvelle-Écosse

Dans une école secondaire qui compte plus de 1 700 élèves, le personnel administrateur a mis au point un système pour faire appliquer la directive provinciale relative à l'utilisation des téléphones. Un formulaire Google accessible à l'ensemble du personnel a permis de signaler rapidement les infractions et de documenter les mesures de suivi. L'approche coercitive consiste à donner un avertissement, puis à prendre des mesures de plus en plus sévères. On l'a présentée aux parents comme un moyen de modifier les habitudes des élèves sans recourir à des sanctions trop sévères.

Au deuxième trimestre, les responsables de l'établissement ont constaté des infractions répétées chez un petit groupe d'élèves et ont modifié leur stratégie. Au lieu d'imposer des suspensions qui font perdre du temps d'apprentissage, on a confisqué et rangé les téléphones jusqu'à la fin de la journée. Pour aider les élèves qui se servent de leur téléphone pour payer leurs achats à l'école, on a mis en place d'autres moyens de paiement à la cafétéria, en plus de sensibiliser les familles à cette mesure par le biais du comité d'école.

Défis et domaines prioritaires possibilités d'amélioration

Application inégale et relâchement des efforts de mise en œuvre

Si les dix directives provinciales exigent de mettre les téléphones en mode silencieux ou de les ranger au moins pendant les heures d'instruction, elles ne précisent toutefois pas comment faire appliquer de façon concrète cette règle. Ce manque de précision laisse une grande marge d'interprétation au sein des classes et des écoles. Par conséquent, on a constaté une divergence importante dans la pratique, non seulement entre les écoles, mais également à l'intérieur d'un même établissement, ce qui cause des problèmes de confusion et d'incohérence, en plus d'accroître le fardeau du personnel enseignant.

Les conséquences de ce problème émergent dans trois domaines clés :

Incohérence des pratiques entre les écoles et entre les classes

Les approches de mise en œuvre varient considérablement. Dans certaines écoles, on demande aux élèves de ranger leur téléphone à un endroit prévu à cet effet (par exemple, dans un casier commun ou une housse de rangement pour chaussures à suspendre), tandis que dans d'autres, on leur permet de garder leur appareil dans leur sac à dos, dans leur poche ou dans leur casier personnel. Même au sein d'une même école, les règles peuvent varier d'une classe à l'autre. Cette incohérence crée une confusion chez les élèves et nuit à la crédibilité et à la cohérence générale de la politique.

Absence de mesures pour faire appliquer la politique et assurer un suivi

Il ne semble pas y avoir d'efforts systématiques au niveau des conseils scolaires ou des provinces pour évaluer la cohérence de la mise en application des restrictions relatives aux téléphones ou pour déterminer les modèles de mise en œuvre les plus efficaces. Ce manque de contrôle réduit non seulement les possibilités de tirer des leçons des pratiques exemplaires émergentes, mais il nuit également à la responsabilisation.

Fardeau de l'application des règles et relâchement des efforts de la part du personnel enseignant



La responsabilité de faire appliquer ces politiques repose souvent sur le personnel enseignant, qui doit surveiller l'utilisation des appareils en plus de s'acquitter de toutes ses tâches pédagogiques et administratives. Les discussions de table ronde ont mis en évidence l'épuisement lié à la surveillance constante, à la gestion des infractions répétées et à l'équilibre précaire entre le rôle de personnel éducateur et celui de surveillance. Sans directives claires ni appui harmonisé, le fardeau que représente l'application de ces mesures risque de nuire aux relations en classe et d'épuiser le personnel enseignant qui jongle déjà avec des exigences importantes.



APERÇU DES ÉLÉMENTS DE LA MISE EN ŒUVRE :

Miser sur la bienveillance et la clarté pour favoriser l'adhésion collective

📍 École secondaire urbaine, Ontario

En prévision de la restriction provinciale sur l'utilisation des téléphones, une école secondaire urbaine de l'Ontario a pris l'initiative d'impliquer son personnel dans l'élaboration d'une politique sur l'utilisation des téléphones qui repose sur la bienveillance et la clarté. Il fallait éteindre les téléphones et les ranger pendant les cours, mais avant les cours et pendant le dîner, on autorisait une utilisation limitée. On a bien expliqué aux parents les règles à respecter et le personnel enseignant pouvait adapter la mise en application dans sa classe.

Plutôt que de mettre l'accent sur la punition, la démarche de l'école a présenté la politique comme un engagement commun en faveur du bien-être des élèves et a ainsi privilégié l'adoption d'une nouvelle culture à l'école. Une communication claire et cohérente avec les élèves a contribué au changement de mentalité au sein de l'école. Plutôt que de mettre l'accent sur la punition, l'initiative de l'école visait à favoriser un environnement relationnel au sein duquel on guidait les élèves à agir de manière responsable et respectueuse.

Gérer l'apprentissage assisté par la technologie dans les écoles sans téléphone

Un autre défi consiste à gérer les restrictions relatives aux téléphones dans les milieux d'apprentissage axés sur la technologie. Au cours de la dernière décennie, on a encouragé le personnel enseignant à intégrer des outils numériques dans ses méthodes pédagogiques et à adopter des politiques « prenez vos appareils personnels » (PAP). Effectivement, **69 % des directions d'écoles secondaires de l'Ontario** (en anglais) déclaraient encore en 2019 avoir recours à un modèle PAP, qui encourage les élèves à apporter leurs appareils personnels à des fins éducatives. La décision de subitement retirer ou restreindre l'accès à ces appareils sans que l'école fournisse de ressources technologiques adéquates peut considérablement perturber les pratiques pédagogiques en place. Le personnel enseignant doit composer avec une infrastructure numérique limitée (nombre insuffisant d'appareils fournis par l'école) pour remplacer les appareils personnels des élèves.

Le personnel enseignant insiste sur la difficulté de trouver un équilibre entre les besoins en matière de technologies éducatives et le respect des politiques, ce qui entraîne de la confusion et perturbe le déroulement prévu des cours. Le personnel enseignant, qui s'appuyait auparavant sur des plateformes numériques pour réaliser des sondages, des évaluations ou pour favoriser la participation des élèves, doit désormais s'adapter pour distribuer les devoirs ou faciliter les projets collaboratifs. Dans les écoles où l'accès aux appareils électroniques scolaires est limité, les restrictions relatives à l'utilisation des téléphones obligent le personnel enseignant à s'adapter et privent une partie des élèves des outils nécessaires pour participer pleinement à l'apprentissage numérique. Souvent, la capacité d'une école à réduire ces écarts dépend de ses capacités de financement, ce qui accroît davantage la disparité entre les communautés à revenus élevés et celles à faibles revenus.

Miser sur la voix des jeunes et le partenariat

Dans la plupart des provinces, l'élaboration et la mise en œuvre des politiques de restriction de l'utilisation des téléphones n'ont pas systématiquement tenu compte du point de vue des élèves. Même au sein des écoles, on a souvent mis les politiques en application sans offrir aux élèves de possibilités structurées de donner leur avis. Dans les quelques écoles qui ont véritablement impliqué les élèves, que ce soit par le biais de discussions, de boucles de rétroaction ou d'initiatives menées par les pairs, on constate une adhésion plus forte et un engagement plus durable au fil du temps.

Le rôle des élèves à l'égard des politiques ne doit pas être passif. Les élèves doivent participer activement à façonner leur propre cadre de vie numérique. Souvent, les élèves comprennent mieux que les adultes la logique, les pressions et la dynamique sociale de leur propre monde numérique. Plutôt que de recourir à des restrictions générales qui peuvent engendrer de la résistance, il vaut mieux adopter des stratégies qui privilégient la littératie relatives aux téléphones, les personnes participantes ont souligné que l'alphabétisation numérique et le dialogue ouvert pour aider les jeunes à cultiver une relation saine avec la technologie structuré peuvent renforcer la compréhension, l'adhésion et le changement de comportement à long terme. Les campagnes menées par des jeunes, comme **NoSo November** (en anglais) et **Take Back the Algorithm** (en anglais) montrent comment les solutions proposées par les pairs peuvent favoriser un changement culturel de manière plus organique que les mesures imposées par l'autorité.

Considérations liées à l'équité et mesures d'adaptation

Les considérations en matière d'équité et les mesures d'adaptation constituent un défi complexe qui nécessite des lignes directrices provinciales claires ainsi qu'une certaine souplesse pour une mise en œuvre adaptée au niveau scolaire. Bien que la plupart des politiques provinciales autorisent explicitement des mesures d'adaptation pour des

raisons médicales ou d'accessibilité, la mise en œuvre concrète de ces mesures varie considérablement. Certaines écoles acceptent d'emblée les demandes d'exemption des parents, tandis que d'autres exigent une documentation rigoureuse de la part des spécialistes de la santé. Des directives provinciales claires et standardisées sur le processus d'adaptation contribueraient à garantir la cohérence et l'équité, en plus de réduire la stigmatisation potentielle des élèves qui ont besoin d'adaptations.

Une autre dimension essentielle de l'équité concerne les élèves qui ont d'importantes responsabilités familiales ou professionnelles en dehors de l'école. Par exemple, les élèves dont la famille vient d'immigrer sont parfois la principale source de communication en anglais ou en français, ce qui les oblige à gérer les communications familiales essentielles, et ce, pendant les heures de classe. De même, les élèves en situation économique précaire qui dépendent de leur téléphone pour trouver un emploi temporaire après l'école peuvent vivre un stress excessif en raison de restrictions générales sur l'utilisation des téléphones. Le personnel éducateur recommande de donner au personnel enseignant et à la direction de l'école le pouvoir discrétionnaire d'accorder des adaptations ciblées et raisonnables. Cette flexibilité peut aider les élèves à concilier leurs attentes scolaires et leurs responsabilités familiales ou professionnelles essentielles, en plus d'éviter que les politiques de restriction de l'utilisation des téléphones ne viennent involontairement aggraver les inégalités socioéconomiques.

Problèmes connexes en dehors du cadre d'enseignement de la maternelle à la 12^e année

Réglementer la conception des médias sociaux pour limiter les distractions

Il est nécessaire de mettre en place des politiques de restriction sur l'utilisation des téléphones dans les établissements scolaires de la maternelle à la 12^e année en raison des stratégies dont se servent les réseaux sociaux et les entreprises de technologie afin de retenir l'attention. Les personnes qui ont participé aux discussions de table ronde ont systématiquement

souligné que la cause sous-jacente de la perte de concentration des élèves et de la détérioration de leur bien-être scolaire et socio-émotionnel s'explique par la conception délibérément accrocheuse des interfaces numériques. On a maintes fois reproché aux plateformes de médias sociaux de concevoir des fonctionnalités qui visent expressément à retenir sans cesse l'attention des gens, comme au moyen de notifications constantes, du défilement infini de l'affichage ou de suites de défis à jouer, ce qui contribue considérablement à la dépendance numérique chez les jeunes.

Les personnes participantes ont insisté pour que les gouvernements provinciaux et fédéral prennent des mesures législatives strictes et que les autorités législatives imposent aux entreprises de technologie d'assumer leurs responsabilités et de se conformer à des règles ainsi qu'à une surveillance plus rigoureuses. En outre, elles ont exprimé leurs préoccupations à propos de la publicité ciblée et des stratégies de marketing abusives spécialement conçues pour attirer les jeunes. Pour remédier à ces problèmes systémiques, il faut mettre en place des cadres réglementaires complets qui ne se limitent pas à restreindre les pratiques néfastes, mais qui obligent les entreprises de technologie à adopter une éthique de conception transparente et responsable qui privilégie le bien-être plutôt que le profit.

La nécessité d'une approche sociétale et systémique

La complexité de la dépendance numérique nécessite une approche holistique qui est loin de se limiter au secteur de l'éducation. Les personnes à la table ronde ont unanimement souligné qu'il était irréaliste et non viable que la mobilisation au sein des écoles et du personnel enseignant puisse à elle seule résoudre les problèmes sociaux profondément enracinés. Les principales parties prenantes, notamment les parents, les spécialistes des soins de la santé et de défense de la santé mentale, en plus des responsables communautaires, d'application de la loi ainsi que des politiques, doivent faire part de leurs préoccupations et se répartir les responsabilités afin de mettre en commun leur expertise et leurs ressources uniques.

À l'issue des discussions de table ronde, on a généralement convenu de l'importance de mener une campagne de sensibilisation coordonnée qui s'inspire d'initiatives efficaces comme Les mères contre l'alcool au volant afin d'encourager une participation responsable au monde numérique. Ce type d'initiative pourrait illustrer les conséquences de la consommation excessive de la technologie sur la santé mentale, en plus de dénoncer les pratiques manipulatoires des plateformes numériques. La sensibilisation du public pourrait profiter aux efforts qui visent à accroître la littératie numérique, à promouvoir le bien-être mental et à influencer l'adoption de normes sociales plus saines en matière d'utilisation responsable de la technologie.

Littératie numérique et culture du bien-être numérique

Le personnel scolaire ne peut à lui seul intégrer la littératie numérique et le bien-être numérique, en plus d'en assurer l'adhésion durable. Les personnes à la table ronde ont souligné le rôle essentiel des familles et des organismes communautaires afin de favoriser des comportements numériques sains. Le personnel scolaire a mis l'accent sur la nécessité cruciale d'encourager la littératie numérique et la citoyenneté numérique responsable au foyer, y compris que les adultes, en particulier les parents et les personnes qui s'occupent des jeunes, donnent constamment l'exemple de saines habitudes en matière de technologie. On a jugé essentielle la participation

active des familles pour définir les limites d'utilisation des appareils et les faire respecter ainsi que pour promouvoir un mode de vie numérique équilibré à domicile.

Les personnes à la table ronde ont également préconisé l'application de restrictions sur l'utilisation des téléphones dans les programmes parascolaires, les milieux communautaires et les activités parascolaires afin de favoriser la cohérence des attentes ainsi que les retombées. Une harmonisation cohérente entre les écoles, les foyers et les milieux communautaires pourrait favoriser un écosystème favorable où les élèves bénéficieraient d'attentes et de limites claires en matière de comportements à l'égard de la technologie numérique. Les personnes participantes reconnaissent que l'intégration de ces valeurs nécessitera l'appui continu des parents, des ressources éducatives accessibles ainsi que la participation active de la communauté afin de susciter un changement culturel collectif et durable en faveur du bien-être numérique.



Conclusion

La première année de la mise en œuvre à grande échelle de politiques de restriction sur l'utilisation des téléphones au sein des écoles canadiennes de la maternelle à la 12^e année constitue un début important et encourageant. Ces politiques contribuent à redéfinir les normes relatives à l'utilisation des appareils personnels dans les milieux d'apprentissage et semblent déjà avoir des effets positifs dans de nombreux contextes. Elles ne suffisent toutefois pas à offrir une solution complète. Leur réussite nécessite une mise en œuvre réfléchie au sein des écoles, un engagement continu auprès des élèves, des familles et des communautés ainsi qu'une coordination efficace à l'échelle du système. Mais surtout, elle nécessite de reconnaître que la source du problème ne provient pas uniquement de

l'utilisation en classe, mais aussi de la conception des produits numériques qu'utilisent les jeunes, des pressions sociales qui les touchent et des choix sociétaux à plus grande échelle que fait la population en matière de concentration, de bien-être et de conception même de l'enfance.

Les anecdotes et réflexions recueillies à l'occasion de ces discussions de table ronde constituent un excellent point de départ. Ces conclusions nous ont permis d'élaborer un [Manuel à l'intention des responsables des politiques](#) et un [guide de mise en œuvre](#) qui serviront d'outils pratiques et factuels aux responsables des politiques et au personnel éducateur.

Annonce de [Heads Up](#) (en anglais)

Endnotes