

AOÛT 2025

# Manuel à l'intention des responsables des politiques

Concevoir des politiques scolaires  
efficaces au sujet de l'utilisation des  
appareils personnels



Toronto  
Metropolitan  
University

the **dais**



## En Bref

En 2024, toutes les Provinces canadiennes ont introduit des restrictions sur l'utilisation des appareils personnels dans les écoles de la maternelle à la 12e année, en réponse aux préoccupations croissantes concernant la distraction, la santé mentale et le climat scolaire. Au fur et à mesure que les Provinces et les écoles mettent en œuvre ces politiques, les premières expériences permettent de clarifier ce qui fonctionne : des politiques « du début à la fin de la journée scolaire », communiquées clairement et appliquées de façon cohérente.

Le présent manuel synthétise les recherches, les réflexions des tables rondes et les points de vue des jeunes afin d'offrir des conseils pratiques et fondés sur des données probantes pour créer, mettre en œuvre et évaluer les politiques de restriction de l'utilisation du téléphone.

Il décrit quatre étapes essentielles :

- Établir une raison d'être claire fondée sur l'appui du public et sur des données probantes qui concernent la distraction et le bien-être.
- Faire participer les parties prenantes dès le début et de manière continue pour garantir l'adhésion et la pertinence.
- Concevoir des politiques détaillées qui concilient cohérence et flexibilité, en incluant des exceptions et des modèles d'application pratiques.
- Surveiller et évaluer la mise en œuvre afin de relever les défis, de contribuer aux adaptations au fil du temps et de mesurer l'impact.

Conçu à l'intention des responsables politiques, le présent manuel aide les ministères et les conseils/commissions/divisions/districts scolaires à mettre en place des politiques de restriction du téléphone qui favorisent l'apprentissage et le bien-être des élèves.

# Introduction

En réponse aux préoccupations croissantes concernant les distractions, le bien-être des élèves et la culture scolaire, chaque Province canadienne a introduit une forme ou une autre de restriction concernant les appareils personnels dans les écoles de la maternelle à la 12e année au cours de l'année scolaire 2024. Tandis que ces politiques passent de l'annonce à la pratique, la priorité consiste en une mise en œuvre durable et réussie : s'assurer que les restrictions fonctionnent pour les élèves, le personnel éducateur, les parents et d'autres communautés clés. Le présent manuel décrit comment mettre en place des politiques efficaces de restriction relative à l'utilisation des téléphones, en s'inspirant de ce que the Dais a appris au cours de l'année écoulée grâce à la recherche et à l'engagement dans tout le pays.

Au fur et à mesure que les Provinces et les écoles mettent en œuvre ces politiques, les premières expériences permettent de clarifier ce qui fonctionne : **des politiques « du début à la fin de la journée scolaire », communiquées clairement aux élèves et aux parents et appliquées de façon cohérente par les directions d'école, le personnel enseignant et le personnel de soutien scolaire.** Le présent manuel s'adresse principalement aux responsables politiques des Provinces au niveau ministériel et aux dirigeantes et dirigeants des conseils/commissions/divisions/districts scolaires ainsi qu'aux autres personnes impliquées dans la conception ou l'amélioration des politiques d'utilisation du téléphone dans les établissements scolaires de la maternelle à la 12e année.



## Notre manuel s'appuie sur :

- un examen des **politiques provinciales en matière d'utilisation des téléphones** (en anglais) à l'échelle du Canada.
- des **tables rondes** organisées dans les 10 provinces avec du personnel éducateur, des responsables de conseils/commissions/districts scolaires, des représentants de parents, des personnes qui font de la recherche, des spécialistes et des organismes communautaires.
- notre programme de **jeunes championnes et champions** (en anglais), qui permet aux élèves du secondaire de tout le Canada de mener des conversations avec leurs pairs, des parents, des membres du personnel éducateur et des décideurs politiques sur les restrictions relatives à l'utilisation des téléphones et les questions de bien-être numérique.
- une analyse des recherches et des données existantes sur l'utilisation des téléphones, l'apprentissage et le bien-être.

## ÉTAPE 1 :

# Définir la raison d'être

## Pourquoi restreindre les téléphones dans les écoles?

Il est de plus en plus évident que l'utilisation non réglementée des téléphones intelligents pendant la journée scolaire nuit aux résultats scolaires et au bien-être des élèves.

Au nombre des principales préoccupations, on trouve :

- **la distraction et le désengagement :** L'utilisation non réglementée du téléphone perturbe la concentration en classe et il a été démontré qu'elle nuit aux **performances académiques** (en anglais).
- **les impacts sur la santé mentale :** Le temps excessif passé devant un écran est lié à **une augmentation de l'anxiété, de la dépression et à une perturbation du développement psychosocial** (en anglais).
- **la culture et le climat scolaires :** Les recherches existantes, corroborées par nos tables rondes nationales, indiquent que l'utilisation du téléphone contribue à **accroître les conflits entre pairs** (en anglais) et aux **incidents de cyberintimidation** (en anglais) dans les écoles.

Les restrictions bénéficient d'un soutien fort et durable de la part de l'opinion publique. Des sondages menée par the **Dais**, la Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants (FCE et Abacus Data, octobre

2024) ainsi que le **ministère de l'Éducation de l'Alberta** (en anglais) indiquent tous un fort consensus en faveur de ces restrictions. Dans notre sondage, 81 % des résidents canadiens se sont déclarés favorables à des restrictions sur les téléphones à l'école, avec un consensus dans toutes les tranches d'âge et dans toutes les provinces. Toutefois, les vues sont partagées en ce qui a trait à l'efficacité des restrictions relatives à l'utilisation des téléphones en milieu scolaire : 37 % des personnes interrogées perçoivent les restrictions comme étant au moins quelque peu efficaces, tandis 40 % d'entre elles les perçoivent comme n'étant pas très efficaces.

En l'absence de politiques claires et cohérentes, l'application est laissée au personnel enseignant et aux écoles, ce qui entraîne des incohérences, des inégalités et de la confusion. Les approches de journée partielle ou de classe par classe peuvent créer le même problème, car elles peuvent laisser-entendre des attentes floues pendant le dîner, les transitions et d'autres périodes à haut risque de conflit et d'utilisation dissimulée.

**Une politique bien conçue n'est pas anti-technologie.** Il s'agit de fixer des limites appropriées et applicables qui donnent la priorité à l'apprentissage, à l'équité et au bien-être mental.

## ÉTAPE 2 :

# Impliquer les parties prenantes dès le début et souvent

Si les restrictions d'utilisation du téléphone à l'école bénéficient d'un large soutien, le succès de ces politiques dépend non seulement d'une raison d'être solide, mais aussi d'une consultation sérieuse sur la manière dont elles doivent être mises en œuvre en pratique.

La plupart des Provinces ont une raison d'être commune pour les restrictions concernant le téléphone, fondée sur des préoccupations qui portent sur la distraction, le bien-être des élèves et la culture de l'école. Toutefois, la conception des politiques – mécanismes de mise en œuvre, adaptations en fonction de l'âge et intégration en classe – devrait s'appuyer sur une consultation des principales parties prenantes, notamment :

- le personnel éducateur
- les élèves
- les responsables scolaires
- les professionnelles et professionnels de la santé mentale en milieu scolaire
- les personnes qui font de la recherche

La consultation doit être pratique et se concentrer non seulement sur la **nécessité** de politiques relatives à la restriction des téléphones, mais aussi sur la **façon** elles peuvent être conçues et appuyées au mieux

pour réduire les incohérences et atteindre des niveaux élevés d'adhésion. Les ministères et les conseils/commissions/divisions/districts scolaires doivent élaborer des approches de mise en œuvre en collaboration avec les personnes qui sont censées appliquer les politiques. Il s'agit notamment de donner aux écoles la possibilité d'adapter leurs politiques scolaires dans un cadre provincial, tout en fixant des normes claires concernant les attentes en matière d'interdiction des téléphones tout au long de la journée et leur application cohérente.

Enfin, la consultation ne doit pas être un exercice unique. Les ministères et les conseils/commissions/divisions/districts scolaires devraient mettre en place des boucles de rétroaction régulières afin d'évaluer la mise en œuvre, de déterminer les difficultés et de procéder à des ajustements en conséquence. Un dialogue continu est essentiel pour veiller à ce que les politiques restoient pratiques, inclusives et adaptées aux conditions réelles dans les écoles, sans compromettre les attentes en matière d'interdiction des téléphones pendant toute la journée.

## ÉTAPE 3 :

# Concevoir une politique détaillée

Les éléments clés suivants devraient guider l'élaboration d'une politique efficace :

### Définir le champ d'application des appareils à usage restreint

Les politiques visent principalement à restreindre l'utilisation par les élèves de **téléphones intelligents personnels** pendant les heures de cours et dans les bâtiments scolaires. Toutefois, les préoccupations sous-jacentes dépassent le cadre des téléphones intelligents et s'étendent à une catégorie plus large d'appareils, y compris, mais sans s'y limiter :

- les iPads/tablettes
- les montres intelligentes
- les consoles de jeux
- les lunettes intelligentes
- les écouteurs sans fil

Les technologies émergentes nécessitent une définition large et souple qui permette aux écoles de déterminer les appareils supplémentaires qui devraient être restreints sur la base de leur fonction, et pas seulement de leur forme., comme l'illustre la définition ci-dessous tirée de la politique provinciale de **l'Île-du-Prince-Édouard**.

«Un "appareil mobile personnel" désigne tout appareil mobile appartenant à une utilisatrice ou à un utilisateur qui peut stocker, extraire, manipuler, transmettre ou recevoir de l'information numérique, et par souci de clarté, cela comprend notamment le matériel informatique, l'infrastructure de réseau local et Internet, le système d'exploitation, le réseautage et les applications. » peut inclure un téléphone intelligent, une tablette ou un ordinateur portatif. » (Î.-P.-É., 2024)

### Fixer une norme de journée complète pour tous les niveaux scolaires

**Idéalement, les appareils personnels devraient être limités pendant toute la journée scolaire**, compris pendant les cours, les pauses et les transitions pour l'ensemble des élèves. Les effets néfastes des téléphones intelligents dépassent la distraction pédagogique et s'étendent à l'isolement social et à la cyberintimidation, souvent concentrés à l'heure du dîner et pendant les pauses.

La plupart des Provinces, **l'exception du Québec** ont adopté des restrictions fondées sur l'âge. Ces restrictions s'appliquent toute la journée aux jeunes élèves (généralement de la maternelle à la 6e ou 8e année), tandis que pour les élèves plus âgées et âgés, les restrictions ne s'appliquent généralement que pendant les périodes d'enseignement, les

appareils étant autorisés pendant le dîner et les autres pauses. Cette approche progressive reflète des considérations pratiques, notamment les difficultés d'application, les attentes en matière d'autonomie en fonction de l'âge et la nécessité de réduire la résistance des élèves du secondaire lors de la mise en œuvre d'une nouvelle politique.

Une approche adaptée à l'âge des élèves peut contribuer à un changement culturel à long terme, en particulier dans les écoles secondaires où faire respecter les règles est plus complexe et où les élèves s'attendent à plus d'autonomie. Toutefois, les premiers éléments recueillis dans les écoles, l'opinion publique et l'expérience internationale suggèrent que le fait d'autoriser l'accès pendant les périodes non structurées peut compromettre la justification politique selon laquelle l'utilisation excessive du téléphone intelligent nuit à la culture de l'école et réduit les interactions sociales en personne. Pour ces raisons, nous recommandons aux Provinces et aux conseils/commissions/districts scolaires d'adopter des politiques de restriction du téléphone pendant toute la journée, même dans les écoles secondaires.

### Choisir un modèle d'application

Les écoles doivent faire preuve d'options d'application les plus courantes pour les politiques de souplesse dans l'application des restrictions d'utilisation des téléphones, sont résumées dans le tableau 1. Ces approches varient en fonction de leur infrastructure, de leur personnel, de la manière dont les téléphones sont rangés pendant la journée scolaire et de leurs besoins pédagogiques. Sur la base de notre analyse des politiques provinciales et de notre revue des écrits, les stratégies d'application l'endroit où ils le sont, mais elles peuvent être regroupées en deux grandes catégories :

- **Hors de vue** : Les téléphones ne sont pas visibles pendant la journée scolaire, mais restent accessibles aux élèves (p. ex., dans les poches, les sacs ou les casiers).
- **Hors de vue et hors de portée** : Les téléphones sont à la fois hors de vue et physiquement inaccessibles aux élèves sans l'intervention du personnel (p. ex., rangement verrouillé, casier commun).

Toutes les Provinces ont mis en place en 2024 des restrictions exigeant que les téléphones soient hors de vue pendant les heures d'enseignement. En 2025, le Québec a mis à jour sa politique pour étendre cette exigence à l'ensemble de la journée scolaire. Cependant, aucune Province n'a exigé des écoles qu'elles gardent les téléphones hors de portée pendant toute la journée scolaire. Ainsi, de nombreuses restrictions ont adopté des approches hors de vue, le plus souvent en gardant les téléphones dans les poches ou les sacs des élèves.

Un **sondage** (en anglais) auprès de plus de 20 000 membres du personnel éducateur aux États-Unis a révélé que les approches hors de vue qui permettent encore aux élèves de transporter les téléphones dans les poches ou les sacs à dos sont moins efficaces que les politiques hors de portée. Les politiques d'interdiction du téléphone pendant toute la journée sont généralement plus faciles à mettre en œuvre de manière cohérente lorsque les téléphones sont tenus hors de portée, ce qui réduit l'utilisation clandestine et l'application inégale dans les classes, et allège le fardeau de l'application pour le personnel éducateur sur une base individuelle. Quand des appareils sont nécessaires à des fins pédagogiques, les écoles doivent, dans la mesure du possible, utiliser des appareils gérés par l'établissement. L'utilisation d'appareils personnels à des fins pédagogiques doit être supervisée par le personnel enseignant et limitée à une activité spécifique, compte tenu **des difficultés bien connues** (en anglais) liées à la collecte et à la redistribution fréquentes des téléphones personnels.

**Tableau 1 : Options de modèle de respect des règles<sup>1</sup>**

Modèle	Catégorie	Avantages	Défis
Téléphones dans les poches ou les sacs des élèves	Hors de vue	Plus facile à mettre en œuvre  Pas de stockage nécessaire, coût moindre  Accessible pour l'enseignement au besoin	Les téléphones restent accessibles pour une utilisation secrète  Charge de travail importante pour le personnel enseignant lorsqu'il s'agit de faire respecter les règles  Respect des règles non uniforme, parce que les membres du personnel sont inégalement équipés et/ou motivés pour faire respecter les règles
Téléphones dans les casiers personnels à l'extérieur des classes	Hors de vue	Plus facile à mettre en œuvre  Pas de stockage nécessaire, coût moindre  Moins d'utilisation secrète en classe	Inaccessible pour l'enseignement qui se fie aux téléphones personnels  Accessible pendant les pauses, ce qui peut inciter les élèves à faire des pauses plus fréquentes
Téléphones dans les casiers communs de classe ou dans une housse de rangement pour chaussures à suspendre	Hors de vue et hors de portée	Coût moindre  Plus facile de faire respecter les règles de manière uniforme	Moins compatible avec l'enseignement qui se fie sur les téléphones personnels; il faut prévoir des solutions de rechange.
Téléphones sous clé	Hors de vue et hors de portée	Empêche toute utilisation pendant les heures obligatoires  Moins de charge de travail nécessaire pour faire respecter les règles	Coût initial plus élevé (système de stockage ou de housse)  Inaccessible pour Limite l'accès à l'enseignement, à moins que le modèle ne soit planifié et supervisé

## Prévoir des exceptions inclusives

Pour être efficaces, les politiques d'utilisation du téléphone doivent être fondées sur l'inclusion et la souplesse, plutôt que sur la rigidité. Sur la base des discussions de la table ronde, les exceptions courantes peuvent être regroupées en trois grandes catégories.

**Tableau 2 : Types d'exceptions**

Type d'exception	Exemples	Recommandation
Utilisation continue et constante	<p>Élèves ayant des besoins médicaux ou d'accessibilité</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Un élève diabétique qui a besoin d'un accès régulier à un moniteur de glucose connecté à un téléphone ou à une application de santé</li><li>• Une élève ayant une déficience visuelle qui utilise un lecteur d'écran ou une application d'agrandissement sur son téléphone pour accéder au matériel d'apprentissage</li></ul>	Les exceptions formelles doivent être justifiées par des documents (p. ex., une note du médecin) et figurer dans le plan d'apprentissage individuel (PAI) de l'élève.
Utilisation intermittente continue	<p>Élèves qui doivent s'occuper d'une personne proche, travailler ou satisfaire à des besoins familiaux essentiels</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Une élève travaille occasionnellement et a besoin de confirmer ou de réserver du travail par téléphone</li><li>• Un élève est le seul à parler anglais dans son foyer et peut avoir besoin de gérer des communications familiales essentielles pendant les heures de cours</li></ul>	Approbation au niveau de la classe ou de l'école avec une approche basée sur la confiance. L'usage devrait être autorisé sans stigmatisation ni sanction.
Utilisation rare et ponctuelle	<p>Urgences, événements culturels ou sociaux importants</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Une élève reçoit de l'information urgente concernant une admission à l'université ou une bourse d'études</li><li>• Un élève coordonne le transport pour un rendez-vous ou un examen hors campus le même jour</li></ul>	Le personnel enseignant et le personnel administrateur devraient être clairement habilités à accorder des exemptions temporaires et contextuelles en faisant preuve de discrétion professionnelle.

Les écoles doivent être habilitées à accorder des exemptions de manière réfléchie, sans stigmatisation ni divulgation de détails personnels, et sur la base d'une discrétion professionnelle. Les politiques qui tiennent compte des besoins raisonnables des élèves ont plus de chances de réussir.

## Fixer des conséquences justes et raisonnables

Les conséquences de la violation des règles d'utilisation du téléphone doivent correspondre aux approches adoptées pour d'autres problèmes de comportement : commencer par un avertissement verbal et ne recourir à l'escalade qu'en cas de nécessité. Les écoles devraient intégrer les conséquences de la restriction de l'usage du téléphone dans leur échelle disciplinaire existante, en tenant compte de deux principes clés supplémentaires :

### **Suspendre l'appareil, pas l'élève.**

Suspendre les élèves en raison de l'utilisation de leur téléphone est contre-productif : cela les empêche d'apprendre tout en leur donnant l'occasion de passer plus de temps devant l'écran à la maison. Les conséquences doivent plutôt porter sur l'appareil lui-même : p. ex., confiscation pour la journée ou discussion avec les parents.

### **Réagir avec prudence en cas d'infractions répétées.**

Les élèves qui enfreignent les règles de manière répétée ne doivent pas simplement être qualifiés de « récidivistes ». L'utilisation persistante ou secrète du téléphone peut être le signe de problèmes plus profonds tels qu'un comportement compulsif, la coercition ou l'implication dans des **réseaux nuisibles**. (en anglais). Ces situations requièrent plus que des mesures disciplinaires : elles nécessitent une réflexion, un soutien et une protection. La plupart des Provinces offrent peu d'indications sur les conséquences des infractions aux règles d'utilisation des téléphones, mais **la politique de Terre-Neuve-et-Labrador** (en anglais) présente une approche progressive, axée sur les appareils. Même dans ce cas, les violations répétées doivent être traitées avec soin, et pas seulement par des mesures disciplinaires.

## Appuyer les écoles tout au long de la mise en œuvre

Les ministères et les conseils/commissions/divisions/districts scolaires doivent être prêts à offrir un appui ciblé et différencié aux écoles en fonction de leur état de préparation et du contexte local. Au nombre des mesures d'appui principales, on pourrait trouver les suivantes :

- Appui financier pour l'achat de solutions de stockage des téléphones (p. ex., pochettes, casiers, armoires fermées à clé).
- Développement professionnel pour le personnel éducateur au sujet de la gestion de classe, des stratégies pour faire respecter les règles et des considérations d'équité.
- Intégration dans le programme d'enseignement de la culture numérique, afin que les élèves comprennent le « pourquoi » de la politique et comment utiliser la technologie de manière responsable à l'école et ailleurs.
- Conseils techniques et administratifs, comme l'adaptation des politiques de technologie de l'information ou de « Prenez vos appareils personnels » (PAP) pour qu'elles correspondent aux nouvelles restrictions.
- Supports de communication destinés aux élèves, aux familles et au personnel afin d'assurer une compréhension homogène de la politique et de sa raison d'être.
- Modèles de mise en œuvre souples, qui permettent aux écoles de choisir des approches opérationnelles de mise en œuvre tout en entretenant des attentes cohérentes, à l'échelle du système, en ce qui a trait aux attentes en matière d'interdiction des téléphones pendant toute la journée.

## ÉTAPE 4 : Contrôler et évaluer l'impact

Malgré une large adoption en 2024, aucune province n'a encore mis en place de mécanisme d'évaluation systématique pour effectuer le suivi de la mise en œuvre de la politique ou de son impact sur l'apprentissage des élèves, leur bien-être ou la culture scolaire. D'autres compétences, comme [New South Wales \(Australie\)](#) (en anglais) et les [Pays-Bas](#), ont associé la mise en œuvre à des évaluations de suivi systématiques avec des responsables clés tels que les directions d'école et le personnel éducateur.

**Une politique efficace est itérative.** Le contrôle et l'évaluation de l'impact devraient être intégrés dans le cycle de vie des politiques afin de faire en sorte qu'elles restent efficaces, équitables et adaptables. Les ministères et les conseils/commissions/divisions/districts scolaires devraient envisager des stratégies simples et modulables pour effectuer un suivi régulier et recevoir de la rétroaction régulière :

- L'obligation pour chaque école d'élaborer et de rendre publique une politique d'utilisation du téléphone, adaptée des lignes directrices provinciales et appliquée de manière uniforme
- Un tableau de bord au niveau du conseil d'administration pour suivre chaque école à l'aide d'indicateurs clés pour la mise en œuvre de la politique. Des sondages auprès du personnel enseignant, des élèves et des parents au sujet de l'impact de la politique sur les classes et la culture de l'école

- Des contrôles de fin de mise en œuvre avec le personnel administrateur scolaire afin de déterminer les succès et les défis
- L'inclusion du statut de la politique sur l'usage du téléphone dans les cycles existants de planification de l'amélioration scolaire
- Encouragement auprès des écoles à documenter les expériences de mise en œuvre, les innovations et les conséquences imprévues et à en faire part

Ces stratégies permettent aux écoles d'adapter la mise en œuvre à leurs besoins locaux, tout en opérant dans un cadre clair qui permet la responsabilisation et le soutien.

Bien que les politiques de restriction des téléphones ne soient pas une solution complète pour créer une relation saine avec la technologie, elles constituent un levier puissant pour améliorer la concentration scolaire et le bien-être des élèves. Grâce à une conception réfléchie, les responsables des politiques peuvent aider les écoles à créer des environnements d'apprentissage dans lesquels les élèves et le personnel éducateur s'épanouissent.

## References

<sup>1</sup>Traduction d'un tableau adapté de Jonathan Haidt, « Phone-Free Schools: What Works? » After Babel, juin 2024. <https://www.afterbabel.com/p/phone-free-schools>