



Centralisons
nos forces

Utilisation des écrans en milieu éducatif : le temps est au rééquilibrage

**Mémoire présenté à la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des
réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes**

La Centrale des syndicats du Québec (CSQ) représente plus de 225 000 membres, dont environ 125 000 font partie du personnel de l'éducation.

La CSQ compte 11 fédérations qui regroupent quelque 240 syndicats affiliés en fonction des secteurs d'activité de leurs membres; s'ajoute également l'AREQ, le mouvement des personnes retraitées CSQ.

Les membres de la CSQ occupent plus de 350 titres d'emploi. Ils sont présents à tous les ordres d'enseignement (personnel enseignant, professionnel et de soutien), de même que dans les domaines des services éducatifs à la petite enfance, de la santé et des services sociaux (personnel infirmier, professionnel et de soutien, éducatrices et éducateurs), du loisir, de la culture, du communautaire, des communications et du municipal.

De plus, la CSQ compte en ses rangs plus de 80 % de femmes et 30 % de jeunes âgés de moins de 35 ans.

Le présent mémoire est déposé au nom de la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) et a été élaboré avec le concours de ses fédérations du secteur scolaire et du secteur de l'enseignement supérieur.

- Fédération des professionnelles et professionnels de l'éducation du Québec (FPPE-CSQ)
- Fédération du personnel de soutien scolaire (FPSS-CSQ)
- Fédération du personnel de l'enseignement privé (FPEP-CSQ)
- Fédération des syndicats de l'enseignement (FSE-CSQ)
- Fédération du personnel professionnel des collèges (FPPC-CSQ)
- Fédération de l'enseignement collégial (FEC-CSQ)
- Fédération du personnel de soutien de l'enseignement supérieur (FPSES-CSQ)
- Fédération de la recherche et de l'enseignement universitaire du Québec (FREUQ-CSQ)

La CSQ se réjouit de la tenue d'une commission spéciale sur les effets des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes.

Ces outils font maintenant partie du quotidien. Aujourd'hui, il n'est plus possible d'être technophobe, pas plus qu'il n'est possible de se situer à l'autre bout du spectre et d'être technophile. Après un élan d'optimisme et un sentiment d'urgence quant à la nécessité de doter les établissements d'enseignement d'outils technologiques, l'heure est au rééquilibrage, maintenant que l'on comprend de mieux en mieux les revers de ces outils.

Le personnel de l'éducation est parfois qualifié de « réfractaire » à l'utilisation du numérique dans les établissements d'enseignement. Ce n'est pourtant pas le cas, comme en témoigne une étude menée par la CSQ auprès de ses membres, en 2018. Les résultats de cette étude démontrent que 97% des personnes interrogées sont favorables au numérique¹. Cette ouverture à l'utilisation du numérique n'est toutefois pas absolue. Le personnel de l'éducation est aux premières loges pour constater les effets des écrans et des réseaux sociaux, tant sur le plan de la santé physique et psychologique que sur celui des apprentissages.

Dans son mémoire, la CSQ s'attardera à certains enjeux qui touchent autant le secteur scolaire que celui de l'enseignement supérieur, puisque les répercussions négatives des écrans et des réseaux sociaux qui peuvent affecter certains élèves durant leur parcours scolaire ne s'effacent pas lorsqu'ils poursuivent leurs études.

1. Une responsabilité partagée

Bien que les établissements d'enseignement jouent un rôle crucial dans l'éducation numérique et la régulation de l'usage des technologies, la responsabilité ne peut pas se limiter à l'école. En effet, les parents et la société en général ont également un rôle important à jouer afin d'aider les jeunes à adopter une bonne hygiène de vie à cet égard.

À la maison, les parents sont en première ligne pour modérer l'exposition des enfants aux écrans et peuvent intervenir, par exemple pour favoriser la qualité de sommeil ou encore pour prévenir les conflits qui peuvent naître dans le cyberspace. Ils aident ainsi leurs enfants à arriver à l'école prêts à apprendre et à socialiser de manière positive.

¹ CENTRALE DES SYNDICATS DU QUÉBEC (2018). *La CSQ dévoile une vaste étude sur le numérique en éducation* (4 mai). Repéré à lacsq.org/actualite/la-csq-devoile-une-vaste-etude-sur-le-numerique-en-education/.

Les règles que nous pouvons nous donner dans les établissements d'enseignement doivent trouver écho dans les foyers. Les parents servent aussi de modèles en faisant un usage raisonnable des technologies, ce qui aide les jeunes à adopter des comportements sains. Notons qu'entre 2022 et 2023, 34 % des adultes québécois estiment avoir augmenté leur temps d'écran. Quant à ressentir l'impression d'y consacrer trop de temps, ils sont 50 % à y répondre par l'affirmative². Par ailleurs, à la maison, le dialogue ouvert sur les dangers des écrans, tels que le cyberharcèlement ou la dépendance aux réseaux sociaux, est essentiel afin de préparer les enfants à une utilisation responsable. Les établissements ont également une responsabilité à l'égard des parents, lorsqu'ils fournissent du matériel informatique aux élèves. Celui-ci devrait demeurer configuré, par l'application de mesures de contrôle, pour servir uniquement aux fins de la mission éducative.

Il est incontournable d'intégrer une approche collective. Les politiques publiques doivent soutenir l'éducation numérique et promouvoir des programmes de sensibilisation pour les familles. Le gouvernement doit également poursuivre ses efforts afin de rendre disponibles, aux jeunes et aux familles, des infrastructures publiques proposant des activités sans écran, qu'elles soient sportives, culturelles ou sociales.

Les entreprises technologiques ont aussi une part de responsabilité en implantant des mesures pour protéger les jeunes utilisatrices et utilisateurs, en limitant les contenus jugés inappropriés et en favorisant des environnements numériques sains. Par ailleurs, il faut, collectivement, garder en tête que ces entreprises ne poursuivent pas d'abord et avant tout des objectifs de formation et d'éducation. Elles convoitent surtout ce qu'elles considèrent être un marché; le « marché scolaire ». Considérant ce fait, nous devons faire preuve de vigilance quant aux risques de subordination ou de dépendance des réseaux de l'éducation aux grandes entreprises qui fabriquent et vendent les technologies qui se retrouvent dans les établissements. L'analyse des besoins du milieu et la valeur ajoutée en contexte éducatif doivent primer.

Ces simples faits engagent notre responsabilité collective. Nous devons nous doter d'espaces de rencontres et de discussion afin d'établir les grands principes directeurs qui permettront d'orienter, en fonction de nos priorités éducatives, l'usage des outils numériques.

En somme, la gestion des écrans chez les jeunes est une tâche complexe qui nécessite à la fois une collaboration entre l'école, le milieu familial et la société, et la cohérence des actions entreprises dans chacun de ces milieux de vie. En travaillant ensemble, ces différents acteurs peuvent créer un cadre équilibré favorisant une

² ACADÉMIE DE LA TRANSFORMATION NUMÉRIQUE (2023). « Portrait numérique des foyers québécois », *NETendances*, [En ligne], vol. 14, n° 4, 22 p. [transformation-numerique.ulaval.ca/wp-content/uploads/2024/01/netendances-2023-portrait-numerique-des-foyers-quebecois.pdf].

utilisation saine des technologies numériques et soutenir le développement harmonieux des jeunes.

Ainsi, la CSQ fait les recommandations suivantes.

Recommandation 1

Mettre en place un lieu de concertation réunissant les divers acteurs concernés par l'utilisation des écrans et des réseaux sociaux dans les établissements d'enseignement chargés d'établir de grands principes directeurs pour un usage qui soutient la mission éducative, et qui répond aux besoins du personnel, des élèves et des étudiantes et étudiants.

Recommandation 2

Favoriser la concertation et la collaboration interministérielle et interréseaux afin de traiter des enjeux relatifs à l'utilisation des écrans.

Recommandation 3

S'assurer que les mesures à mettre en place par le gouvernement du Québec, incluant une campagne publique de sensibilisation aux répercussions négatives d'un usage excessif et inadéquat des écrans, visent non seulement les établissements d'enseignement, mais également le milieu familial et, plus largement, la société.

Recommandation 4

Poursuivre les efforts afin de rendre disponibles des infrastructures publiques proposant des activités sans écran, qu'elles soient sportives, culturelles ou sociales.

2. Les effets des écrans sur la fracture numérique et l'équité

L'intégration des écrans dans les établissements d'enseignement soulève des enjeux importants d'équité entre les élèves ou les étudiantes et étudiants. Bien que l'on puisse y voir des possibilités éducatives innovantes, nous devons garder à l'esprit qu'il existe des risques d'iniquité. Dans le cadre d'une première analyse comparative internationale réalisée par l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) en 2015, on constatait que :

Les nouvelles technologies ne sont pas d'un grand secours pour combler les écarts de compétences entre élèves favorisés et défavorisés. [...] le fait de garantir l'acquisition par chaque enfant d'un niveau de compétences de base en compréhension de l'écrit et en mathématiques semble bien plus utile pour améliorer l'égalité des chances dans notre monde numérique que l'élargissement ou la subvention de l'accès aux appareils et services de haute technologie³.

Au Québec comme ailleurs, il existe encore une fracture numérique chez les apprenantes et apprenants. D'une part, elle découle des disparités d'accès aux technologies. En effet, toutes et tous ne disposent pas des mêmes ressources à la maison. Bien que le téléphone intelligent soit répandu dans presque tous les milieux, il n'est pas un outil suffisant pour soutenir pleinement les apprentissages. De plus, rappelons qu'encore récemment, en 2023, ce sont moins de 12 % des 18 à 24 ans qui disposaient d'un accès limité à Internet⁴.

D'autre part, cette fracture numérique s'observe aussi sur le plan des compétences nécessaires à l'utilisation des outils technologiques. Ces compétences varient considérablement d'un individu à l'autre, souvent en fonction du milieu socioéconomique. Les élèves issus de familles favorisées jouissent généralement d'une meilleure préparation en vue de l'utilisation efficace et critique des outils technologiques. Par ailleurs, on constate que les populations plus vulnérables sur le plan socioéconomique se trouvent plus durement touchées par les inégalités numériques⁵. Les ménages à faible revenu sont moins bien pourvus d'appareils

³ ORGANISATION DE COOPÉRATION ET DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUES (2015). *Connectés pour apprendre? Les élèves et les nouvelles technologies : principaux résultats*, [En ligne], OCDE, 40 p. [fr.slideshare.net/slideshow/etude-ocde-connects-pour-apprendre-les-lyves-et-les-nouvelles-technologies/53003796#3].

⁴ ACADÉMIE DE LA TRANSFORMATION NUMÉRIQUE (2023). *NETendances : portrait des générations*, [En ligne], 54 p. [transformation-numerique.ulaval.ca/wp-content/uploads/2024/07/netendances-2023-portrait-des-generations.pdf].

⁵ HAIGHT, Michael, Anabel QUAN-HAASE et Bradley A. CORBETT (2014). « Revisiting the digital divide in Canada: the impact of demographic factors on access to the internet, level of online activity, and social networking site usage », *Information, Communication and Society*, vol. 17, n° 4 (29 janvier), p. 503-519; YATES, Simeon, John KIRBY et Eleanor LOCKLEY (2015). « Digital Media Use: Differences and Inequalities in Relation to Class and Age », *Sociological Research Online*, vol. 20, n° 4 (30 novembre), p. 71-91.

technologiques, et ce, par rapport tant à la qualité qu'à la quantité⁶. Au-delà de la maîtrise technique de l'outil, pour l'utiliser de façon optimale, les élèves doivent avoir développé d'autres habiletés, par exemple en lecture et en écriture.

L'accès à des outils d'aide technologiques peut contribuer à aplanir certaines inégalités. Le recours à ces outils est utile et parfois nécessaire, comme dans le cas des élèves ou des étudiantes et étudiants à besoins particuliers. Ils leur permettent d'accomplir des tâches qu'ils ne pourraient réaliser autrement, et deviennent essentiels à leurs apprentissages et à leur réussite.

En conséquence, l'utilisation des outils technologiques en contexte éducatif doit être abordée avec prudence et être accompagnée de ressources suffisantes afin de réduire la fracture numérique entre les apprenantes et apprenants. L'importance de la lecture et de l'écriture dans l'usage de ces outils ne doit pas être occultée. Il est crucial de garantir que toutes et tous puissent bénéficier des mêmes possibilités éducatives, indépendamment de leur contexte socioéconomique.

Ainsi, la CSQ fait les recommandations suivantes.

Recommandation 5

Assurer l'équité, tant du point de vue de l'accès aux outils technologiques que du point de vue du développement des compétences nécessaires à une utilisation optimale de ces outils par les élèves.

Recommandation 6

Prévoir les ressources, matérielles et humaines, ainsi que les conditions adéquates, afin de soutenir les élèves et les étudiantes et étudiants dans leur utilisation des outils technologiques, notamment ceux qui contribuent directement à la réussite des élèves et des étudiantes et étudiants ayant des besoins particuliers.

⁶ FERNANDES, Nuno (2020). « Economic Effects of Coronavirus Outbreak (COVID-19) on the World Economy », *IESE Business School Working Paper*, [En ligne] (22 mars), 33 p. [papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3557504].

3. À propos des enjeux de santé et de vivre-ensemble

Comme on peut le lire dans le document de consultation⁷, plusieurs recherches ont été menées en ce qui a trait aux effets des écrans sur la santé mentale des jeunes. Même s'il s'agit d'une relation complexe, l'association entre le temps d'écran et certains troubles, comme les troubles anxieux et dépressifs, semble se confirmer. L'isolement social, une plus faible estime de soi et une diminution du temps réservé aux activités physiques, au sommeil et aux loisirs sont aussi mentionnés comme étant des conséquences d'une trop grande exposition aux écrans.

On sait également que l'omniprésence des appareils électroniques dans notre quotidien comporte des risques non négligeables en ce qui concerne la violence et l'intimidation, notamment en ligne. Ces appareils peuvent être utilisés à mauvais escient dans les établissements, par exemple pour enregistrer et diffuser des actes de violence physique ou verbale, amplifiant ainsi la portée et la permanence des agressions. Les vidéos et les images partagées peuvent rapidement devenir virales, causant ainsi un traumatisme prolongé et un sentiment d'impuissance chez les victimes. Le personnel est à même de constater les effets que peut engendrer une utilisation excessive des écrans comme la violence, la cyberintimidation et la consommation de contenus web qui accroissent la polarisation.

Les élèves et les étudiantes et étudiants qui font face à des problèmes de santé mentale ou qui sont victimes de violence ou de cyberintimidation ont besoin d'être aidés. Les écoles, les centres, les cégeps et les universités sont avant tout des milieux de vie, où une panoplie de services doivent être rendus accessibles. Certes, des services d'enseignement, mais aussi des services professionnels et de soutien.

Au sein des établissements, la promotion d'une saine utilisation des écrans et de bonnes habitudes de vie est une responsabilité partagée entre l'ensemble du personnel œuvrant auprès des élèves et des étudiantes et étudiants. Les techniciennes et techniciens en éducation spécialisée, en travail social ou en loisirs, les psychoéducatrices et psychoéducateurs, les ergothérapeutes, les psychologues, les animatrices et animateurs de développement personnel et de l'engagement communautaire, les animatrices et animateurs de vie étudiante ou encore les conseillères et conseillers à l'éducation préscolaire font une réelle différence. Encore faut-il que ce personnel soit présent dans les établissements sur une base régulière et qu'il dispose de suffisamment de temps pour intervenir auprès des individus qui en ont besoin.

⁷ ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC (2024). *Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes : document de consultation*, [En ligne], 24 p. [assnat.qc.ca/Media/Process.aspx?MediaId=ANQ.Vigie.BII.DocumentGenerique_201571&process=Default&token=ZyMoxNwUn8ikQ+TRKYwPCjWrKwg+vIv9rjj7p3xLGTZDmLVS mJLoqe/vG7/YWzz].

De plus, l'importance de la prévention sur ces questions est sans équivoque. Certaines catégories de personnel sont habilitées à agir en prévention et à intervenir directement auprès des élèves et des étudiantes et étudiants qui font face à des problèmes découlant d'un usage excessif des écrans (exemples : anxiété, dépression, troubles de l'estime de soi, cyberdépendance). Or, le nombre restreint d'intervenantes et d'intervenants, tout comme le nombre d'heures insuffisant offert à certaines catégories de personnel professionnel et de soutien en services directs aux élèves, permet à peine de répondre aux situations urgentes. La prévention, encore aujourd'hui, n'est pas considérée comme une priorité.

Le personnel doit également être bien outillé afin d'intervenir le plus efficacement possible. La mise à disposition d'une offre de formations de qualité pour mieux comprendre les répercussions néfastes des écrans sur la santé physique et psychologique, et sur les meilleures manières de les prévenir, mais aussi d'intervenir, est l'une des voies qui peuvent s'avérer utiles pour aider le personnel. À ce chapitre, le personnel en conseillances pédagogiques peut jouer un rôle-conseil, accompagner les directions d'établissement et le personnel concerné. Le Réseau pour le développement des compétences des élèves par l'intégration des technologies (RÉCIT), modèle de mise en commun des ressources, favorise aussi le développement des connaissances et le partage d'expertises.

Le Plan d'action pour la réussite en enseignement supérieur (PARES) et le Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (PASME), lancés en 2021 et dont les conclusions sont prévues en 2026, comportent des actions et des ressources financières pouvant appuyer les efforts de soutien aux étudiantes et étudiants éprouvant des difficultés. Compte tenu de l'intensification et de la complexification des situations pouvant faire obstacle à la réussite et à une santé florissante, et puisque ces établissements forment de véritables milieux de vie, une pérennisation et une régularisation des sommes allouées dans le cadre de ces deux plans seraient de mise.

Ainsi, la CSQ fait les recommandations suivantes.

Recommandation 7

Consolider le continuum de services en santé, en services sociaux et en services professionnels et de soutien au sein des écoles, des centres et des établissements d'enseignement supérieur pour permettre d'agir en prévention et pour aider les élèves qui font face à des problèmes de santé mentale découlant d'un usage excessif et inadéquat des écrans, de violence ou de cyberintimidation.

Recommandation 8

Mettre à disposition une offre de formation de qualité sur les répercussions néfastes des écrans sur la santé physique et psychologique, et sur les meilleures manières de les prévenir et d'intervenir.

4. Recentrer l'utilisation des écrans sur la mission d'éducation

La première stratégie numérique pour le Québec, dévoilée en 2017, ainsi que la Politique de la réussite éducative et le Plan d'action numérique en éducation et en enseignement supérieur qui ont suivi ont donné le signal pour une intégration massive des outils numériques dans les établissements d'enseignement. La pandémie de COVID-19, quelques années plus tard, a été un accélérateur de ce mouvement. Depuis, des sommes colossales ont été investies afin de permettre aux établissements d'acquérir du matériel électronique. Sur le plan des infrastructures numériques, on peut penser que l'objectif est en bonne voie d'être atteint.

Que les établissements se dotent d'outils technologiques est une chose. Toutefois, les objectifs poursuivis par leur utilisation ne sont pas toujours clairs, et pas toujours cohérents avec la mission éducative. La question est donc : « Utiliser, d'accord, mais pourquoi? »

Les arguments les plus souvent évoqués sont ceux de la motivation et de l'engagement des élèves et des étudiantes et étudiants, sans toutefois qu'un lien avec la réussite soit clairement établi. Motivation et engagement, certes, mais le document de consultation permet de prendre conscience de l'envers de la médaille. Comme le propose l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), il faut réfléchir à l'intégration des outils numériques en milieu éducatif, « en termes de valeur ajoutée », et voir s'ils « offrent un bénéfice additionnel à l'apprentissage⁸ » des élèves et des étudiantes et étudiants.

Heureusement, les personnes les plus à même de constater et d'évaluer la valeur ajoutée ou les bénéfices liés à ces usages travaillent déjà au sein de nos classes et de nos établissements. Témoins au quotidien de la progression des élèves et des étudiantes et étudiants, les membres du personnel sont aux premières loges afin d'examiner et d'évaluer les effets de l'utilisation des écrans et des autres outils

⁸ INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC (2023). *L'utilisation des écrans en contexte scolaire et la santé des jeunes de moins de 25 ans : effets sur la cognition*, [En ligne], L'Institut, 50 p. [inspq.qc.ca/publications/3434].

numériques dans les stratégies d'enseignement, d'intervention, d'accompagnement ou de prévention mobilisées. Nous ne saurions faire l'économie de cette force importante. Ainsi, il apparaît essentiel de miser sur le jugement et l'autonomie professionnelle des membres du personnel en ce qui a trait aux décisions portant sur les usages permis, sélectionnés pour leur valeur pédagogique.

En milieu scolaire, les appareils numériques doivent être utilisés afin de soutenir la mission de l'école d'instruire, de socialiser et de qualifier les élèves, et pour les établissements d'enseignement supérieur afin de mettre en œuvre les programmes de formation, les activités de recherche et les services à la collectivité. D'une part, cela doit se traduire par un usage en classe à des fins pédagogiques et par le respect du jugement professionnel des enseignantes et enseignants à cet égard. D'autre part, la place occupée par les écrans au sein de l'établissement doit laisser place aux interactions et à la relation éducative « en personne », notamment pour soutenir la mission de socialisation et pour alimenter la richesse des interactions dans les milieux. À ce titre, le personnel, par exemple les techniciennes et techniciens en loisirs, peut être mis à contribution afin d'organiser diverses activités axées sur les interactions en personne.

Ainsi, la CSQ fait la recommandation suivante.

Recommandation 9

Miser sur le jugement et l'autonomie professionnelle des membres du personnel quant aux décisions relatives aux usages permis ou proscrits des écrans, dans le respect des finalités pédagogiques et éducatives.

5. Enjeux liés aux apprentissages et au développement de la pensée critique, et importance de la relation

5.1 À propos des apprentissages

Les effets de l'exposition aux écrans sur la santé physique et mentale sont documentés depuis plusieurs années. Les répercussions sur les apprentissages font maintenant l'objet d'une plus grande attention. La revue de littérature réalisée par l'INSPQ dans le cadre de l'orientation 4 de la Stratégie québécoise sur l'utilisation des écrans et la santé des jeunes 2022-2025 nous apporte un premier éclairage à ce sujet. Dans l'ensemble, on y apprend que l'usage des appareils numériques peut nuire à l'apprentissage, selon l'utilisation qui en est faite.

L'INSPQ a constaté que le corpus d'études recensées porte principalement sur des étudiantes et étudiants du postsecondaire. Ainsi, jusqu'à maintenant, très peu d'études ont porté sur les effets des écrans sur l'apprentissage des élèves du primaire et du secondaire. Comme le rappelle l'INSPQ, à juste titre, ces élèves peuvent être plus vulnérables. Il apparaît donc important de mener des études auprès de cette population.

De même, les usages du numérique étant en perpétuelle évolution, incluant chez les adolescentes et adolescents et chez les jeunes adultes, il serait avisé que les réseaux de l'éducation postsecondaire puissent miser sur un portrait à jour et une perspective large. Au collégial, par exemple, des membres du personnel pourraient être mobilisés par l'entremise du Programme d'aide à la recherche sur l'enseignement et l'apprentissage (PAREA) pour mener des études portant sur l'évolution des usages et sur les effets constatés autant sur l'apprentissage que dans les sphères de la santé ou du vivre-ensemble.

Les équipes du Réseau des CCTT (centres collégiaux de transfert de technologies et de pratiques sociales) pourraient également être soutenues et mises à contribution. L'avantage d'encourager la contribution du personnel est manifeste : combinant savoirs expérientiels tacites issus de la pratique professionnelle avec savoirs scientifiques explicites relevant d'observations, le travail du personnel praticien jouit d'un fort potentiel de mobilisation des connaissances et de retombées dans les milieux. De même, un soutien accru à des initiatives ou à des programmes appuyés par le Fonds de recherche du Québec, l'Observatoire sur la réussite en enseignement supérieur ou l'Observatoire sur la santé mentale en enseignement supérieur stimulerait la production de connaissances et d'outils pour les milieux.

En ce qui concerne l'apprentissage de la lecture et de l'écriture, la revue de littérature de l'INSPQ indique que « la lecture numérique pourrait entraîner une diminution de la compréhension de texte par rapport à la lecture papier » et que « la prise de notes numériques n'entraînerait aucun bénéfice à l'apprentissage par rapport à la prise de notes manuscrites⁹ ». Le personnel enseignant remarque également des effets possibles sur la dextérité lorsqu'il est question d'écriture manuscrite. Il semblerait donc que les outils numériques ne représentent pas toujours une valeur ajoutée au papier et au crayon, pouvant même faire obstacle au développement.

Cela est d'autant plus préoccupant à l'heure où l'on observe une baisse particulièrement marquée des résultats en français aux derniers examens du

⁹ INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC (2023). *L'utilisation des écrans en contexte scolaire et la santé des jeunes de moins de 25 ans : effets sur la cognition*, [En ligne], L'Institut, (novembre) 50 p. [inspq.qc.ca/sites/default/files/2024-02/3434-utilisation-ecrans-contexte-scolaire-sante-jeunes.pdf].

ministère de l'Éducation. Dans le réseau public, le taux de réussite à l'examen d'écriture a fléchi d'un peu plus de 4 points de pourcentage par rapport à l'année 2021-2022¹⁰.

En outre, une étude menée en 2015 par l'OCDE a révélé que « les élèves utilisant très souvent les ordinateurs à l'école obtiennent des résultats bien inférieurs dans la plupart des domaines d'apprentissage », comparativement à celles et ceux qui les utilisent rarement ou modérément. On peut aussi lire dans le rapport que « selon les résultats de l'enquête PISA, les pays qui ont consenti d'importants investissements dans les TIC dans le domaine de l'éducation n'ont enregistré aucune amélioration notable des résultats de leurs élèves en compréhension de l'écrit, en mathématiques et en sciences¹¹ ».

Ces quelques constats justifient la recherche d'un équilibre dans l'utilisation des outils numériques en milieu scolaire, que ce soit dans la classe ou à l'extérieur de celle-ci.

La bibliothèque scolaire a un rôle important à jouer à ce chapitre. Elle offre aux élèves un lieu structurant pour développer leur esprit critique et leur autonomie par rapport à la recherche d'informations et à l'utilisation des nouvelles technologies. Les techniciennes et techniciens en documentation gèrent la documentation et fournissent une assistance aux élèves, au personnel de l'éducation ainsi qu'aux parents. Quant aux bibliothécaires scolaires, elles jouent un rôle-conseil important et animent des activités permettant aux élèves de se familiariser avec les différents supports et outils, qu'ils soient papier ou numériques.

5.2 À propos du développement de la pensée critique

Par ailleurs, les contenus présents sur nos écrans contribuent à former un véritable espace de socialisation. En effet, valeurs, jugements, signifiants, inférences, attentes et sous-entendus y abondent. Que les jeunes du Québec et de partout dans le monde consacrent temps et attention à interagir avec les contenus de ces appareils suggère une certaine immersion dans un univers culturel et symbolique produisant ses propres codes, ses règles de communication ou ses modes d'expression plus ou moins bien alignés sur les normes et les règles scolaires ou de la vie courante. De grands pans de la culture se déploient, au quotidien, sur les écrans et dans les réseaux sociaux.

¹⁰ QUÉBEC. MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION (c2024). *Moyenne finale et taux de réussite pour l'ensemble des programmes comportant une ou des épreuves ministérielles en 4^e et 5^e année du secondaire*, [En ligne]. [education.gouv.qc.ca/references/indicateurs-et-statistiques/indicateurs/moyenne-taux-de-reussite-programmes-epreuves-4-5-secondaire] (Consulté le 12 septembre 2024).

¹¹ ORGANISATION DE COOPÉRATION ET DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUES (2015). *Connectés pour apprendre? Les élèves et les nouvelles technologies : principaux résultats*, [En ligne], OCDE, 40 p. [fr.slideshare.net/slideshow/etude-ocde-connects-pour-apprendre-les-lyves-et-les-nouvelles-technologies/53003796#3].

Dans un tel contexte, une solide hygiène numérique s'avère cruciale. À cet effet, les établissements collégiaux peuvent agir comme des milieux pivots. Les cours de la formation générale au collégial, par exemple, forment des appuis culturels communs et soutiennent des compétences utiles au développement du jugement et de la pensée critique chez les étudiantes et étudiants. Ils ont aussi l'avantage d'être communément partagés et envisagés dans les programmes menant au diplôme d'études collégiales (DEC).

Il importe de valoriser les cours de la formation générale et de déployer les ressources nécessaires afin d'en assurer l'accès et la réussite au plus grand nombre. Devant la surabondance d'informations, d'opinions et de contenus à portée de main, les compétences développées en philosophie, en éducation physique et à la santé, en français et en anglais, entre autres, peuvent contribuer au développement d'habitudes ayant un effet protecteur. Il s'agit d'un atout remarquable du réseau collégial contribuant, par ailleurs, au développement de compétences sociales, communicationnelles et citoyennes essentielles dans un monde où les changements s'accélèrent, notamment par le biais du développement et de la massification du recours aux technologies de l'information et de la communication (TIC). Œuvrer pour améliorer l'accès et la réussite aux études collégiales apparaît porteur pour offrir au plus grand nombre des occasions de prendre du recul, de repérer ses pratiques numériques, de les remettre en question et de s'engager dans une démarche prometteuse pour une saine hygiène numérique.

5.3 À propos de la relation pédagogique et de la relation d'aide

L'étude de l'OCDE citée précédemment indique que l'une des raisons qui pourraient expliquer les moins bons résultats obtenus par les élèves qui utilisent très souvent l'ordinateur en contexte scolaire est que « le développement d'une compréhension conceptuelle et d'une réflexion approfondie requiert des interactions intensives entre enseignants et élèves – un engagement humain précieux duquel la technologie peut parfois nous détourner¹² ».

Cette hypothèse va dans le sens des observations du personnel des établissements d'enseignement durant la pandémie de COVID-19, où les écrans ont occupé toute la place. À ce chapitre, on peut citer l'étude menée par la Fédération du personnel de l'enseignement privé (FPEP-CSQ), en collaboration avec le chercheur Simon Collin, qui a révélé que l'enseignement en ligne en contexte de pandémie a altéré la qualité de la relation pédagogique, dans les domaines tant cognitif et affectif que social¹³.

¹² ORGANISATION DE COOPÉRATION ET DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUES (2015). *Connectés pour apprendre? Les élèves et les nouvelles technologies : principaux résultats*, [En ligne], OCDE, 40 p. [fr.slideshare.net/slideshow/etude-ocde-connects-pour-apprendre-les-élèves-et-les-nouvelles-technologies/53003796#3].

¹³ COLLIN, Simon, Clémentine HENNETIER et Sarah MEUNIER (2023). *Qualité de la relation pédagogique dans les dispositifs d'enseignement en ligne en contexte de pandémie : expériences*

La qualité de la relation élève-personnel enseignant est une condition essentielle pour aider les élèves à apprendre, tout comme elle représente une importante source de valorisation pour le personnel enseignant. Il importe donc de ne pas recourir de manière abusive aux outils numériques et de faire en sorte que leur usage repose clairement sur des considérations pédagogiques.

Il en va de même pour la relation d'aide. En effet, les membres du personnel professionnel et de soutien en relation d'aide ont été les premiers à constater les limites de la télépratique, en contexte de pandémie, dans le maintien du lien avec les élèves et les étudiantes et étudiants. Toutes et tous ont constaté qu'elle ne peut remplacer la relation directe.

La relation est au cœur du travail de ce personnel. Les interactions avec les élèves ou les étudiantes et étudiants sont essentielles et constituent un aspect déterminant de leurs apprentissages, de leur motivation, de leur engagement et de leur réussite. Cette relation donne également tout son sens au travail du personnel. Elle est au cœur du succès des interventions par le lien de confiance qui s'établit, par exemple. Les meilleurs services sont ceux qui sont offerts au sein même des établissements puisqu'il s'agit d'un milieu de vie, d'apprentissage et de socialisation.

Ainsi, la CSQ fait les recommandations suivantes.

Recommandation 10

Ouvrir un programme de recherche visant à documenter et à mieux comprendre les effets de l'utilisation des écrans sur l'apprentissage des apprenantes et apprenants et sur la relation avec le personnel.

Recommandation 11

Poursuivre la production de données issues de la recherche pour documenter les effets des diverses modalités d'apprentissage et d'accompagnement des élèves et des étudiantes et étudiants sur leur parcours et leur réussite.

Recommandation 12

Lors de la révision de la Stratégie québécoise sur l'utilisation des écrans et la santé des jeunes 2022-2025, donner une place plus grande aux effets des écrans sur l'apprentissage et le développement de la pensée critique.

Recommandation 13

Favoriser l'accès à des livres en format papier au sein des établissements d'enseignement, et valoriser le rôle des bibliothèques scolaires et de leur personnel.

Conclusion

L'utilisation des écrans et des réseaux sociaux chez les jeunes n'est pas sans risque. Bien que les usages se soient répandus, nous devons faire preuve de vigilance pour éviter de normaliser les excès ou de banaliser les sévères conséquences liées à la surexposition.

Heureusement, les établissements scolaires et d'enseignement supérieur présentent une clé pour l'action préventive et curative. Pour relever le défi de la santé florissante et du plein épanouissement de nos jeunes, ces milieux d'interactions, de relations et d'activités présentent un potentiel riche. Les habitudes et les compétences développées doivent soutenir l'autonomie et la capacité de discernement des élèves et des étudiantes et étudiants. Comme milieux d'éducation, les préoccupations et les finalités pédagogiques doivent être au cœur de la décision de recourir – ou non – aux outils numériques; de même, comme milieux de vie, ils doivent être synonymes d'offres riches et variées d'activités culturelles, sportives et sociales. Des usages maîtrisés, conscients et délibérés des écrans, des réseaux sociaux et des contenus numériques forment le résultat souhaitable et attendu pour la santé et le développement des jeunes Québécoises et Québécois.

Cette promesse sera tenue en s'appuyant sur du personnel formé, autonome dans ses décisions, et disposant du temps et des ressources nécessaires afin de déployer son action. L'ampleur de la situation invite à développer et à mobiliser des connaissances pour les équipes qui travaillent au quotidien dans le milieu. De même, en éducation comme en santé, pour nos jeunes, la réussite est une responsabilité partagée, et s'alimente des engagements sincères et volontaires de toutes et tous. Nous saluons, par conséquent, cette consultation menée selon le souhait et avec l'impulsion unanime de nos représentantes et représentants.

Liste des recommandations

Recommandation 1

Mettre en place un lieu de concertation réunissant les divers acteurs concernés par l'utilisation des écrans et des réseaux sociaux dans les établissements d'enseignement chargés d'établir de grands principes directeurs pour un usage qui soutient la mission éducative, et qui répond aux besoins du personnel, des élèves et des étudiantes et étudiants.

Recommandation 2

Favoriser la concertation et la collaboration interministérielle et interréseaux afin de traiter des enjeux relatifs à l'utilisation des écrans.

Recommandation 3

S'assurer que les mesures à mettre en place par le gouvernement du Québec, incluant une campagne publique de sensibilisation aux répercussions négatives d'un usage excessif et inadéquat des écrans, visent non seulement les établissements d'enseignement, mais également le milieu familial et, plus largement, la société.

Recommandation 4

Poursuivre les efforts afin de rendre disponibles des infrastructures publiques proposant des activités sans écran, qu'elles soient sportives, culturelles ou sociales.

Recommandation 5

Assurer l'équité, tant du point de vue de l'accès aux outils technologiques que du point de vue du développement des compétences nécessaires à une utilisation optimale de ces outils par les élèves.

Recommandation 6

Prévoir les ressources, matérielles et humaines, ainsi que les conditions adéquates, afin de soutenir les élèves et les étudiantes et étudiants dans leur utilisation des outils technologiques, notamment ceux qui contribuent directement à la réussite des élèves et des étudiantes et étudiants ayant des besoins particuliers.

Recommandation 7

Consolider le continuum de services en santé, en services sociaux et en services professionnels et de soutien au sein des écoles, des centres et des établissements d'enseignement supérieur pour permettre d'agir en prévention et pour aider les

élèves qui font face à des problèmes de santé mentale découlant d'un usage excessif et inadéquat des écrans, de violence ou de cyberintimidation.

Recommandation 8

Mettre à disposition une offre de formation de qualité sur les répercussions néfastes des écrans sur la santé physique et psychologique, et sur les meilleures manières de les prévenir et d'intervenir.

Recommandation 9

Miser sur le jugement et l'autonomie professionnelle des membres du personnel quant aux décisions relatives aux usages permis ou proscrits des écrans, dans le respect des finalités pédagogiques et éducatives.

Recommandation 10

Ouvrir un programme de recherche visant à documenter et à mieux comprendre les effets de l'utilisation des écrans sur l'apprentissage des apprenantes et apprenants et sur la relation avec le personnel.

Recommandation 11

Poursuivre la production de données issues de la recherche pour documenter les effets des diverses modalités d'apprentissage et d'accompagnement des élèves et des étudiantes et étudiants sur leur parcours et leur réussite.

Recommandation 12

Lors de la révision de la Stratégie québécoise sur l'utilisation des écrans et la santé des jeunes 2022-2025, donner une place plus grande aux effets des écrans sur l'apprentissage et le développement de la pensée critique.

Recommandation 13

Favoriser l'accès à des livres en format papier au sein des établissements d'enseignement, et valoriser le rôle des bibliothèques scolaires et de leur personnel.

