



BIBLIOGRAPHIE PROJET : ECRANS

**Bibliographie sélective et évolutive à destination des enfants, jeunes,
parents et professionnels**

Version du 12 avril 2022

Pour les plus jeunes...



Pouce - Eclairé

Livre
Drescher, Henrik. Auteur
Edité par Format Editions. Wroclaw - 2021

Dans une ville pas si éloignée, les gens pouvaient se divertir simplement en regardant leur Pouce-Eclairé : lire des livres sans les avoir entre les mains, s'amuser avec des amis sans être auprès d'eux, faire de la peinture sans se salir les doigts. Un jour arriva en ville un inconnu, accompagné d'un chien étrange. Cet homme possédait des feutres magiques avec lesquels il se mit à dessiner, dessiner, dessiner. Bientôt, la ville entière se trouva transformée, et ses habitants commencèrent à regarder le monde autrement...



Le doudou de maman

Livre
Lévy-Soussam, Denis, Auteur
Edité par les Éditions du Ricochet, Nice - 2015

Mais pourquoi Maman a-t-elle le droit de câliner son doudou à tout bout de champ, et pas moi ? Pourquoi peut-elle l'amener partout, et pas moi ? Une petite fille voit sa maman avec un objet fétiche qu'elle identifie à un doudou. Pour que sa maman apprenne, comme elle, à s'en passer, elle le lui cache.



C'est un livre

Livre
Smith, Lane (1959-....)
Edité par Gallimard jeunesse. [Paris] - 2011

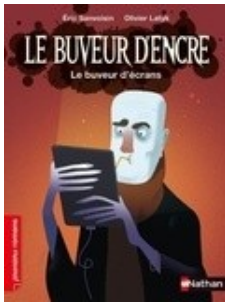
ça envoie des textos ? Non... C'est un livre. Il y a un code d'accès ? ça se recharge ? Non... C'est un livre.



Max et Lili ont du mal à se concentrer

Livre
Saint Mars, Dominique de (1949-....)
Edité par Calligram. COPPET - 2017

Max est agité, distrait, et se sent nul en classe. Lili est obsédée par Hugo et Valentine... Le nouveau prof de sport va-t-il leur apprendre à maîtriser leur corps, leurs pensées et leurs émotions ? Ce livre de Max et Lili parle de la difficulté de concentration du cerveau. Est-ce que ça vient d'un stress en famille ou à l'école ? de l'ennui ? du bruit ? des écrans ? de trop de sucré ou de pas assez de sommeil ? Une histoire pour comprendre que si on n'y arrive pas, ce n'est pas forcément de la mauvaise volonté ! Grâce à la méditation, on peut choisir de résister aux pièges de la distraction. Et être calme et organisé, c'est peut-être moins fatigant que d'être éparpillé... !



Le buveur d'encre, le buveur d'écran

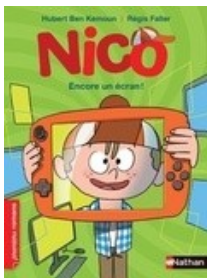
Livre

Sanvoisin, Éric (1961-....)

Édité par Nathan

Le Buveur d'encre revient ! L'histoire : Dans la grande bibliothèque, Draculivre découvre un drôle d'objet au milieu des livres : une liseuse. Odilon et Carmilla le persuadent d'y goûter mais le visage de Draculivre se couvre de boutons carrés en forme de touches de clavier... Il est allergique aux livres électroniques ! Voilà un défi à la hauteur de Nono Carbonne, buveur d'encre passionné d'informatique. Réussira-t-il à trouver un remède ?

Un roman fantastique pour les enfants de 7 à 11 ans.



Nico - Encore un écran !

Livre

Benan. Paris - 2020 Kemoun, Hubert (1958-....)

Édité par Nathan

Nico n'a le droit d'utiliser l'ordinateur du salon que deux fois par semaine, alors que ses copains jouent aux jeux vidéo dans leur chambre tous les soirs et ne parlent que de ça à la récré ! Alors, quand Farid reçoit une tablette en cadeau, Nico demande la même chose pour son anniversaire. Mais ses parents ne sont pas d'accord ! Comment les convaincre ?

Un roman sur le quotidien pour les enfants de 7 à 11 ans.



Les écrans

Livre

Guiller, Audrey. Auteur

Édité par Milan. Toulouse - 2017

Une approche renouvelée des grandes thématiques du genre. Les questions des enfants telles qu'ils se les posent. Des réponses simples et informatives pour tous les petits curieux qui aiment comprendre le monde qui les entoure.

Une collection documentaire illustrée pour les 6-8 ans.



Rue des copains 02 - Je suis accro aux écrans

Livre

Parot, Annelore et Jaoui, Sylvaine

Édité par Albin Michel jeunesse. Paris - 2016

Depuis quelque temps, Enzo est bizarre. Il ne vient plus jouer dans la cabane après l'école. Inquiets, Mia, Tim, Rose et Sham vont enquêter et découvrir la vérité : Enzo est accro à son ordi. Ses amis vont l'aider à exprimer ce qui lui arrive et à retrouver, ensemble, le goût de vivre déconnecté !



Dix jours sans écrans

Livre

Rigal-Goulard, Sophie (1967-....).

Édité par Rageot. Paris - 2015

Ce matin, la maîtresse nous a proposé de relever un défi. Passer dix jours entiers sans écrans ! Pas de télé, pas de console, d'ordinateur, de tablette ou de téléphone emprunté à nos parents... J'ai éclaté de rire. C'est impossible, bien sûr.



Guide de survie pour accros aux écrans, ou comment garder ton ordi et tes parents

Livre
Tisseron, Serge (1948-....).
Edité par Nathan. Paris - 2015

L'auteur décrypte 15 situations liées à la surutilisation des écrans pour les enfants, avec pour chacune un plan d'action, afin que l'enfant aiguisse son esprit critique et se prenne en main pour mieux gérer ses écrans.



Darling #Hiver

Livre
Erlih, Charlotte (1978-....). Dufresne-Lamy, Julien
Edité par Actes Sud junior ; Impr. Floch - 2021



Darling 01 #Automne

Livre
Erlih, Charlotte (1978-....). Dufresne-Lamy, Julien
Edité par Actes Sud junior ; Impr. Floch - 2020

Et sii, du jour au lendemain, tu recevais de mystérieux messages anonymes ! Que ferais-tu ? Que fera May ?



Interfeel

Livre
Atger, Antonin. Auteur
Edité par Pocket jeunesse-PKJ. Paris - 2018

Et si le monde entier avait accès à vos émotions ? Nathan et ses amis sont en permanence connectés à Interfeel, un réseau social qui permet de partager ses émotions. Pour l'immense majorité des habitants de la planète, connaître les émotions de chacun est tout aussi naturel que téléphoner. Mais un événement tragique va se produire sous leurs yeux et bouleverser Nathan. Fasciné par élizabeth, une sans-Réseau qui vit en marge de la société, il voit toutes ses certitudes vaciller. Ce que les deux adolescents découvriront pourrait bien changer le monde à jamais...

**Antonin Ager sera présent à la médiathèque, le jeudi 24 novembre 2022.
Rencontre avec des collégiens le matin et rencontre tout public, en soirée.**

Pour les adultes...



Faut-il avoir peur du numérique ? 25 questions pour vous faire votre opinion

Livre

Colin, Nicolas (1977-....). | Vitaud, Laëtitia (1978-....)

Édité par Armand Colin. Malakoff - 2016

Une bulle spéculative ? La pornographie triomphante ? Une menace pour nos libertés ? Le numérique effraie autant qu'il fascine. Dans cette période de transition, tout est bouleversé : les entreprises, les politiques publiques, la vie quotidienne des individus, la société tout entière. Tout cela inspire discours critiques et jugements moraux. Mais l'enjeu n'est pas de critiquer. Il est de mieux comprendre le numérique pour en tirer parti et imaginer les institutions qui lui manquent. Pour ne plus se contenter des idées reçues, les auteurs dissipent les malentendus et répondent aux 25 questions essentielles.



3-6-9-12, apprivoiser les écrans et grandir

Livre

Tisseron, Serge (1948-....). Auteur

Édité par Éd. Érès. Toulouse - 2013

Les règles d'usage des écrans ne peuvent pas être les mêmes à chaque âge. La règle 3-6-9-12: Pas de télévision avant 3 ans, pas de console de jeux personnelle avant 6 ans, pas d'Internet avant 9 ans et Internet accompagné jusqu'à l'entrée en collège, vers 11-12 ans, constitue une feuille de route pour un usage raisonné des écrans, de la naissance à la majorité, et au-delà. Confrontés à la fois aux propositions des industriels et aux exigences grandissantes de leurs enfants, les parents ne savent plus sur quelles règles se baser pour répondre à leurs sollicitations. Serge Tisseron a conçu la règle 3-6-9-12 comme une façon de répondre à leurs questions les plus urgentes. Mais on se tromperait si on croyait que le but de 3-6-9-12 est seulement de fixer des limites à la consommation des écrans. Leur stigmatisation serait tout aussi absurde que leur idéalisation. Cet ouvrage a pour but d'aider les parents et les pédagogues à les utiliser pour le meilleur et à éviter leurs pièges.



Je selfie donc je suis, les métamorphoses du moi à l'ère du virtuel

Livre

Godart, Elsa. Auteur

Édité par Albin Michel. Paris - 2016

Je selfie donc je suis. Au bout de ma perche, au bord d'une falaise, devant la Joconde ou les chutes du Niagara, auprès de mon acteur préféré... Et sur les clichés que je poste aussitôt sur le net, c'est : moi, et moi, et moi... Crise de narcissisme aigu ? Symptôme d'un égoïsme surdimensionné ? Jeu quelque peu névrotique avec son image ? L'auteur, en philosophe et en psychanalyste, y voit l'indice d'une modification radicale de notre perception du temps et de l'espace. Et surtout de notre rapport à la pensée et au langage au profit de la toute-puissance du virtuel et de l'image. Dans une société totalement bouleversée par le numérique, le selfie est le signe d'une crise d'identité. Que va-t-il ressortir de ce stade du selfie qui exprime les doutes existentiels d'un sujet en mal-être ? L'auteur nous incite à nous poser la question et, plus particulièrement, celle de notre rapport au virtuel.



L'enfant et les écrans, un avis de l'Académie des sciences

Livre
Académie des sciences (France)
Edité par le Pommier. Paris - 2013

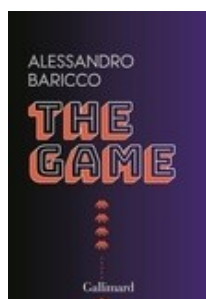
Nos enfants naissent et grandissent dans un monde désormais peuplé d'écrans. A ceux du cinéma et de la télévision, les outils numériques ont ajouté ceux des ordinateurs, consoles de jeux vidéo, téléphones, tablettes tactiles, tous en permanente évolution. Les enfants se les approprient sans peine, en usent abondamment et parfois en abusent - les bébés même y sont exposés. Les parents comme l'école sont souvent désarmés devant l'ampleur de cette révolution et des intérêts en jeu. Quelles nouvelles façons de ressentir, de penser, de connaître, d'agir, d'entrer en relation avec autrui ces usages produisent-ils ? Quels sont les avantages des écrans et quel dangers potentiels se cachent derrière eux ?

L'Académie des sciences s'est engagée dans une réflexion intense pour apporter aux parents, personnels de santé, éducateurs, un avis détaillé sur l'usage des écrans par les enfants. Cet avis, écrit avec le concours de nombreux spécialistes, repose sur les connaissances les mieux à jour qu'apportent les neurosciences, les sciences cognitives ou la psychologie expérimentale, mais également sur la pratique de médecins et de psychologues cliniciens qui écoutent et soignent. La révolution numérique est en marche et n'en est qu'à ses débuts. Cet ouvrage se veut un guide aussi complet que pondéré, destiné autant à ceux qui souhaitent accompagner les enfants dans leur découverte du monde numérique qu'aux responsables de politiques publiques.



La fabrique du crétin digital, les dangers des écrans pour nos enfants

Livre
Desmurget, Michel. Auteur
Edité par Éditions du Seuil ; Impr. Floch - 2019



The game, essai

Livre
Baricco, Alessandro (1958-....). Auteur
Edité par Gallimard ; Normandie roto impr. - 2019

Nous voilà immergés dans une nouvelle ère numérique. La profonde mutation que nous connaissons aujourd'hui n'est pas seulement le fait d'une révolution technologique impliquant des outils inédits, mais aussi le résultat d'une insurrection mentale. En passant d'un système analogique à un système numérique, notre mode de vie, nos réflexes se trouvent profondément modifiés. Afin d'explicitier ce changement, Alessandro Baricco remonte le temps et dresse un historique des événements fondateurs qui ont contribué à forger nos habitudes contemporaines. Avec son style si singulier, mêlant sérieux et humour, il établit une histoire et une géographie de cette nouvelle civilisation. De l'invention du jeu vidéo jusqu'au bouleversement qu'a représenté l'iPhone, en passant par l'invention de Google, chaque innovation a fait évoluer notre rapport au monde, un monde requalifié de "Game", où les problèmes deviennent des parties à gagner, et dans lequel le jeu est élevé au rang de schéma fondateur. Un essai documenté et accessible dans lequel chacun peut puiser quantité d'informations utiles à sa propre réflexion et qui s'adresse autant aux générations qui ont connu les différentes étapes de cette évolution qu'aux enfants de l'ère numérique.



La civilisation du poisson rouge, petit traité sur le marché de l'attention

Livre

Patino, Bruno (1965-....). Auteur

Edité par Bernard Grasset. Paris - 2019

« Le poisson rouge tourne dans son bocal. Il semble redécouvrir le monde à chaque tour. Les ingénieurs de Google ont réussi à calculer la durée maximale de son attention : 8 secondes. Ces mêmes ingénieurs ont évalué la durée d'attention de la génération des millenials, celle qui a grandi avec les écrans connectés : 9 secondes. Nous sommes devenus des poissons rouges, enfermés dans le bocal de nos écrans, soumis au manège de nos alertes et de nos messages instantanés. Une étude du Journal of Social and Clinical Psychology évalue à 30 minutes le temps maximum d'exposition aux réseaux sociaux et aux écrans d'Internet au-delà duquel apparaît une menace pour la santé mentale. D'après cette étude, mon cas est désespéré, tant ma pratique quotidienne est celle d'une dépendance aux signaux qui encombrant l'écran de mon téléphone. Nous sommes tous sur le chemin de l'addiction : enfants, jeunes, adultes. Pour ceux qui ont cru à l'utopie numérique, dont je fais partie, le temps des regrets est arrivé. Ainsi de Tim Berners Lee, «l'inventeur» du web, qui essaie de désormais de créer un contre-Internet pour annihiler sa création première. L'utopie, pourtant, était belle, qui rassemblait, en une communion identique, adeptes de Teilhard de Chardin ou libertaires californiens sous acide. La servitude numérique est le modèle qu'ont construit les nouveaux empires, sans l'avoir prévu, mais avec une détermination implacable. Au cœur du réacteur, nul déterminisme technologique, mais un projet qui traduit la mutation d'un nouveau capitaliste: l'économie de l'attention. Il s'agit d'augmenter la productivité du temps pour en extraire encore plus de valeur. Après avoir réduit l'espace, il s'agit d'étendre le temps tout en le comprimant, et de créer un instantané infini. L'accélération générale a remplacé l'habitude par l'attention, et la satisfaction par l'addiction. Et les algorithmes sont aujourd'hui les machines-outils de cette économie... Cette économie de l'attention détruit,...



Il ne décroche pas des écrans !, la méthode des "4 pas" pour protéger le cerveau des enfants

Livre

Duflo, Sabine. Auteur

Edité par Marabout - 2020

Votre enfant a du mal à se concentrer et paraît en permanence dans sa bulle ? Rien ne semble l'intéresser en dehors de sa tablette ou de votre smartphone, il s'énerve facilement et peut se montrer violent ? Et si le problème venait d'une surexposition aux écrans ? Il en faut peu pour rendre son enfant accro aux écrans : une télévision allumée en permanence, des dessins animés pour lui faire avaler ses repas, des jeux sur applications pour « stimuler » son éveil ou obtenir un moment de paix, l'exemple de ses parents rivés sur leur smartphone ou leurs jeux vidéo, etc. Les centres médico-psychologiques sont aujourd'hui assaillis d'enfants addicts aux écrans dès le berceau, souffrant de troubles massifs de l'attention, et même de symptômes graves évoquant l'autisme : retard de langage, grande agitation, défaut de sociabilité, comportements parfois violents. À travers de nombreux cas de patients et en expliquant les processus qui mènent aux différents symptômes, Sabine Duflo, psychologue, pousse un cri d'alerte : les écrans sont de puissants retardateurs de développement. Elle expose sa fameuse méthode des « 4 Pas » qui permet à l'enfant de s'approprier l'écran sans en devenir captif, méthode qui connaît un vif succès auprès des professionnels de l'enfance.



Faut-il interdire les écrans aux enfants ?

Livre

Tisseron, Serge (1948-....). Stiegler, Bernard (1952-2020). Steiner, Thierry (1969-....).

Edité par Éd. Mordicus. Paris - 2009



Tu viens jouer dehors ?, réapprendre aux enfants à jouer dehors et à oublier les tablettes

Livre
Hanscom, Angela J.. Auteur
Edité par Marabout - 2020

Aujourd'hui, il est devenu rare de voir des enfants s'amuser à escalader un arbre, construire une cabane ou dévaler une colline en roulant sur eux-mêmes. Nous avons sécurisé leurs aires de jeu, supprimé tourniquets et tout ce qui pouvait se montrer risqué. Les enfants passent de plus en plus de temps à interagir avec des écrans plutôt qu'avec les autres. Agenda surchargé, activités encadrées, le temps de jeu libre et de contact avec la nature s'amenuise. Parallèlement, les enseignants notent une baisse d'attention et de concentration et une augmentation de l'impulsivité voire de la brutalité, tandis que les médecins observent une hausse inquiétante des troubles sensoriels et émotionnels. Les enfants d'aujourd'hui sont plus peureux et moins endurants que ceux d'hier et ils piquent des crises à la moindre frustration. Pourquoi ? Dès nourrisson, ils sont entourés d'objets facilitant leur quotidien ainsi que celui de leurs parents, mais qui réduisent l'ampleur de leurs mouvements. Notre désir de les protéger ne leur permet plus de se confronter aux expériences qui leur sont nécessaires pour muscler leur corps, nourrir leurs sens et élaborer les réseaux de neurones dans leur cerveau. L'auteure braque ses projecteurs sur l'épidémie silencieuse qui frappe nos enfants et décrit pourquoi jouer dehors est vital pour le développement harmonieux des compétences sensorielles, motrices, sociales et intellectuelles. Elle partage son expérience ainsi que des stratégies ludiques et faciles à mettre en action pour aider nos enfants à jouer librement



La numérisation en cours de la société. Points de repères et enjeux

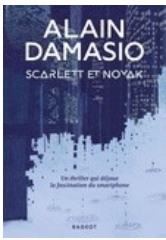
Livre
Miège, Bernard (1941-....). Auteur
Edité par PUG. Fontaine - 2020

Cet ouvrage propose un éclairage argumenté sur les avancées du numérique dans la société et attire l'attention sur quelques interrogations majeures. Les techniques numériques sont de plus en plus omniprésentes, mais elles sont très inégalement partagées et maîtrisées, dans le monde et au sein des sociétés dominantes. Chacun de nous les affronte en cherchant à se les approprier. Leur évaluation est laissée à l'initiative individuelle et tenue pour affaire de dispositions personnelles, alors qu'il s'agit d'un fait social majeur, sous l'emprise d'une dynamique marchande. Face à cette contradiction manifeste, les sciences humaines et sociales ne sont pas restées passives. Mais leurs analyses n'ont pas l'audience des discours promotionnels, qui proviennent surtout de technologues modernistes ou de spécialistes des marchés, et qui aujourd'hui façonnent pour l'essentiel les opinions privées et publiques. Tandis que la numérisation de la société est en cours et que son achèvement (avec notamment les développements de l'intelligence artificielle) n'est guère prévisible, il serait illusoire d'esquisser une évaluation globale des phénomènes sociaux et sociétaux liés aux techniques numériques. C'est pourquoi l'auteur, en s'appuyant sur les travaux portant sur les questions d'information et de communication, propose une approche argumentée et synthétique, autour d'une série de sept points de repère. Il évite ainsi les habituelles visions généralisatrices, et en dégage les principaux enjeux.



Votre enfant devant les écrans, ne paniquez pas, ce que disent vraiment les neurosciences

Livre
Nicolas Poirel
Edité par De Boeck supérieur, 2020



Scarlett et Novak

Livre

Damasio, Alain (1969-....). Auteur

Édité par Rageot - 2021

Novak court. Il est poursuivi et fuit pour sauver sa peau. Heureusement, il a Scarlett avec lui. Scarlett, l'intelligence artificielle de son brightphone. Celle qui connaît toute sa vie, tous ses secrets, qui le guide dans la ville, collecte chaque donnée, chaque information qui le concerne. Celle qui répond autant à ses demandes qu'aux battements de son cœur. Scarlett seule peut le mettre en sécurité. A moins que... Et si c'était elle, précisément, que pourchassaient ses deux assaillants ?



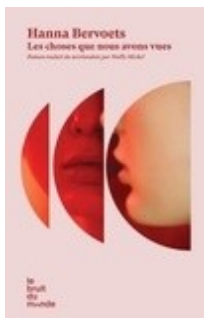
Tout un été sans Facebook

Livre

Puértolas, Romain (1975-....). Auteur

Édité par le Dilettante. Paris - 2017

Mutée disciplinairement à New York, Colorado, un petit village raciste du fin fond de l'Amérique, sans couverture mobile et où il ne se passe jamais rien, la lieutenant de police de couleur noire, à forte corpulence, Agatha Crispies a trouvé un échappatoire à son désœuvrement dans l'animation d'un club de lecture au sein du commissariat. Mais alors qu'elle désespérait de pouvoir un jour enquêter à nouveau sur un meurtre autre que celui d'un écureuil, une série d'effroyables assassinats et disparitions viennent (enfin) troubler la tranquillité des lieux, mettant à l'épreuve ses connaissances littéraires. Puértolas signe un drôle de thriller loufoque, un poilar



Les choses que nous avons vues

Livre

Bervoets, Hanna. Auteur

Édité par Le Bruit du monde. Marseille - 2022

Une plongée dans le quotidien des modérateurs de contenu, les nettoyeurs du web. Hanna Bervoets y analyse l'état de confusion entre réalité et virtuel dans lequel nous vivons. Kailegh a appartenu à la cohorte de modérateurs de contenu chargés de veiller sur les images et les textes qui circulent sur le web. Sur un ton froid et désabusé, la jeune femme répond par courrier interposé à l'avocat qui lui a proposé de participer à une action collective contre la plateforme Internet qui l'employait. En dépit de la somme de vidéos barbares et de commentaires haineux qui lui a été infligée le temps de ce travail précaire, elle refuse de se joindre à ses anciens collègues, mais souhaite raconter ce qui l'a personnellement traumatisée sur les lieux de ce travail. Commence alors le récit du quotidien éreintant de ces nettoyeurs du web, de l'indifférence avec laquelle ils se protègent jusqu'aux cauchemars qui les hantent. Le jour où apparaît la séduisante Sigrid, venue travailler avec eux, Kailegh semble perdre ses moyens. Que peut devenir une relation entre deux êtres au sein d'un univers où l'intimité est quotidiennement malmenée ? Telle est la question que pose Hannah Bervoets avec acuité, le temps d'un récit à la tension irrésistible.



Mignonnes

Film

Doucouré, Maïmouna. Metteur en scène ou réalisateur

Édité par Blaq Out - 2020

Amy, 11 ans, rencontre un groupe de danseuses appelé "Les Mignonnes". Fascinée, elle s'initie à une danse sensuelle, dans l'espoir d'intégrer leur bande et de fuir un bouleversement familial...



Harcèlement et cyberharcèlement à l'école, une souffrance scolaire en réseau

Livre

Bellon, Jean-Pierre. Auteur | Gardette, Bertrand. Auteur

Edité par ESF sciences humaines. Paris - 2018

Longtemps considéré comme un phénomène marginal, le harcèlement entre élèves est identifié aujourd'hui comme une des formes de violence les plus détestables qui gangrène notre institution scolaire. Jean-Pierre Bellon et Bertrand Gardette en ont étudié la montée en puissance et les différentes formes. Ils prolongent ici leur réflexion en s'attachant, plus particulièrement, au cyberharcèlement : ce nouveau phénomène lié à la systématisation de l'usage par les jeunes des smartphones, d'Internet, des réseaux sociaux et des applis, démultiplie dangereusement les possibilités de harcèlement entre pairs. La possibilité d'agir sur l'autre à distance, sans face-à-face direct, vingt-quatre heures sur vingt-quatre, écarte ou minimise l'empathie, neutralise la compassion et accroît la violence des attaques. Les effets de ce type de harcèlement peuvent être dévastateurs et la frénésie de communication « en temps direct », loin d'améliorer la sociabilité, peut engendrer des humiliations systématiques et conduire certains à la dépression, voire au suicide. En mobilisant de très nombreuses études françaises et étrangères ainsi que leurs propres recherches, les auteurs analysent minutieusement ces phénomènes. Ils montrent ainsi que nous sommes appelés à la construction d'un « humanisme numérique » : il faut que, dans chaque établissement, se mettent en place des plans de prévention et de formation sur les dangers du cyberharcèlement ; il faut que les compétences des élèves eux-mêmes soient mises à profit dans ce travail. Il faut que les parents comme les enseignants