



L'app ludo-éducative des 3-10 ans

---

# Enfants, écrans et (dé)-confinement

Une enquête réalisée auprès de 365 enfants âgés entre 4 et 13 ans

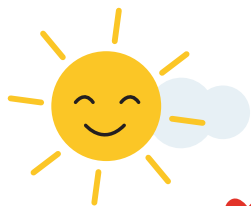
---

Après avoir questionné les enfants pendant le confinement pour tenter de comprendre comment leur vie avait changé, nous avons décidé de les questionner à nouveau pour suivre l'évolution de leur ressenti.

- **Comment a évolué leur moral ?**
- **Ont-ils gardé leurs bonnes habitudes ?**
- **À quoi rêvent-ils maintenant ?**

Près de 400 enfants âgés entre 4 et 13 ans ont accepté de répondre à nos questions entre le 11 et 24 mai.

# Un moral au top!



À la question « si tu devais donner une note entre 0 et 5 à ton moral » :

**3,9/5**



**93%** disent avoir progressé ou maintenu leur niveau scolaire pendant cette période de confinement.



## — Les journées types —

Une organisation plus flexible avec un temps pour le travail scolaire et un temps pour les activités.

« Après mon petit-déjeuner je fais mes devoirs, je prends mon déjeuner à 13h et goûter à 17h après je joue au foot et un peu sur mon play à 19h j'appelle papi et mamie, mes cousins cousines, ma tata et mon tonton. »

« C'est un peu comme aller à l'école sauf qu'on travaille un peu moins. Moi je commence à 9h du matin, je travaille une heure, ensuite je dois attendre la sieste de mon frère pour retravailler. Après je regarde lumni et je fais ma clarinette, j'écoute des podcasts et je lis beaucoup. »

« Grasse matinée – Petit-déjeuner – Câliner mon chat – Devoirs – Déjeuner – Jeux ou Lecture ou Sport – Dessins animés – Douche – Dîner – Lecture avec Maman et Maxou (le chat) – Coucher. »

## Les enfants gardent le moral

- Ils apprécient de conserver **l'organisation plus souple** héritée du confinement.
- Leurs **journées types** sont différentes mais adaptées à l'organisation familiale (temps réservés aux devoirs, aux jeux en famille, aux écrans et aux loisirs se succèdent **sans stress**).
- Un des facteurs clés de ce **bien-être** est le temps passé à réaliser des **activités en famille ou pour soi**.
- Avec le **déconfinement** une grande majorité des familles vit toujours avec des **horaires plus malléables**, alternant entre un **rythme de travail moins soutenu** et des **activités variées**.

## Côté école ?

- Ils sont **93%** à dire que leur **niveau scolaire** s'est **maintenu** ou a **progressé**.
- Ils reconnaissent qu'ils ont été majoritairement **aidés par leurs parents**.
- Mais ils ont aussi trouvé de l'aide grâce aux **outils numériques (31%)**, qui arrivent juste derrière les **enseignants (33%)**.

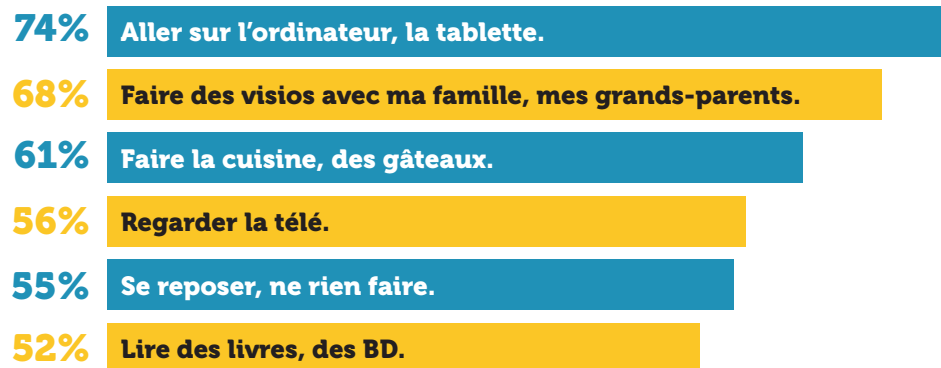
## Un bond de géant pour l'autonomie

- C'est le **grand apprentissage** de cette étude!
- Ils sont très nombreux à sentir qu'ils ont grandi pendant cette période. Ils se sentent plus **autonomes**.
- Ils peuvent maintenant « *s'habiller seul* », « *préparer leur petit-déjeuner* » ou **prendre des initiatives**.

## Augmentation des usages numériques ...

mais pas que ...

— Activités pratiquées plus qu'avant en % —



## Des manques formulés :

« Voir mes grands-parents »  
en Top 1 avec 85%



## Temps passé par enfant par jour

(foyer, personnel ou parents)



**Télévision**  
**1h21**



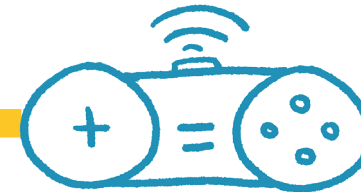
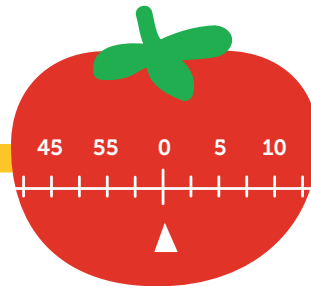
**Ordinateur**  
**1h07**



**Smartphone**  
**48 min**



**Tablette**  
**52 min**



**Console de jeux**  
**27 min**



## Écran le plus utilisé pour...

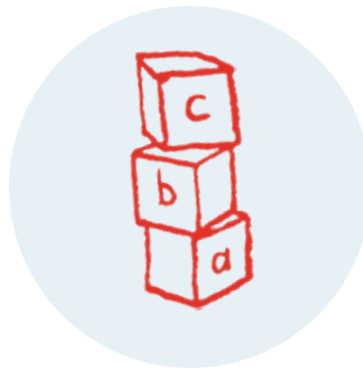
— Travailler —  
faire ses devoirs



**58%**  
**ordinateur**

(cité en 1 devant  
Tablette 27%)

— S'amuser —



**31%**  
**tablette**

(cité en 1 devant  
Télévision 26%)

— S'informer —



**39%**  
**ordinateur**

(cité en 1 devant  
Tablette 25%)

## Des écrans toujours présents

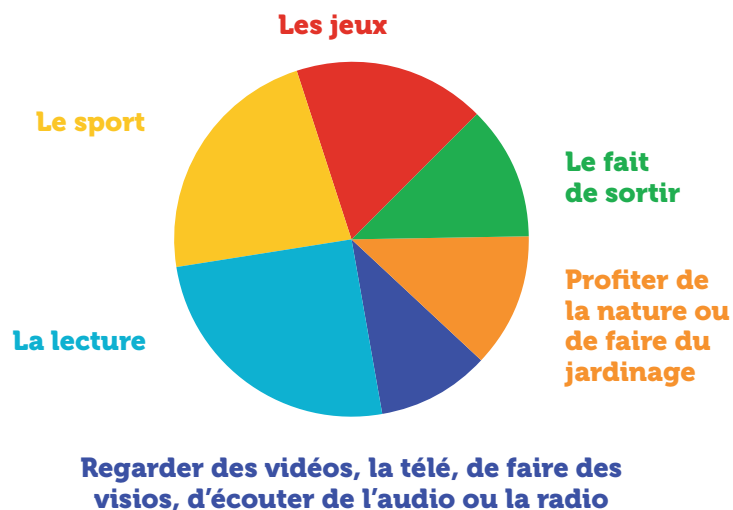
- Ce sont les **écrans** qui ont été leurs meilleurs alliés pendant le **confinement** et **l'usage perdure** maintenant que cette période est terminée.
- Ils continuent de se servir régulièrement de **l'ordinateur** ou de la **tablette** pour **74%** d'entre eux.
- Ils sont encore **68%** à continuer **les visios** avec leurs amis et **58%** à regarder **la télévision**.

# Les bonnes habitudes

**Selon toi, quelles sont les bonnes habitudes que tu as prises, depuis le début du confinement ?**

Question ouverte, recodifiée.

**25%** d'activités



**20%** d'hygiène, gestes barrières

« Se laver les mains souvent, ne plus faire de bisous aux autres et respecter les gestes barrières. »



**15%** d'autonomie, organisation

« Je m'habille toute seule le matin, je prépare le déjeuner toute seule pour moi et ma petite sœur. Je travaille un peu tous les jours. »



**15%** de travail, devoirs

« Bien faire mon travail et rendre mes devoirs à temps. »



**15%** d'activités « ménagères »

Entre faire la cuisine, aider les parents dans les tâches ménagères, ou encore ranger la maison ou sa chambre.

« Aider Papa et Maman pour la table et préparer les repas et le café de maman avec la machine! »



**10%** de relations parents, frères-sœurs, copains, voisins

## Des activités variées

Parmi leurs **activités favorites**, on retrouve :

- la **lecture**,
- le **sport**,
- les **jeux**,
- les **sorties**,
- les moments à l'extérieur pour profiter de la **nature**  
ou faire du **jardinage**,
- écouter la **radio** ou de la **musique**.

## Des bonnes habitudes

- Sans surprise **l'hygiène, les gestes barrières**, et principalement le lavage des mains font partie des habitudes acquises.
- Les enfants sont également devenus **acteurs dans la vie à la maison** et ils participent plus volontiers aux tâches ménagères pour ranger ou faire la cuisine.
- Ils sont davantage **impliqués** dans leur **travail scolaire**, pour eux, il est important de «*rendre leurs devoirs à temps*» et de le terminer avant de jouer.

## Les mauvaises habitudes

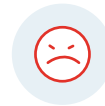
Selon toi, quelles sont les mauvaises habitudes que tu as prises, depuis le début du confinement ?

Question ouverte, recodifiée.



**47%** Les écrans, trop d'écrans

« Rester dans mon lit et regarder des vidéos ».



**6%** Les émotions négatives

S'énervier, se mettre en colère.

« Je suis en colère et je m'énerve plus que d'habitude. »



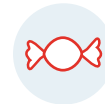
**4%** Embêter les parents,  
les frères et sœurs



**30%** de laisser-aller

Sur les horaires (lever et coucher tardifs), sur l'hygiène,  
le style vestimentaire (le pyjama en journée).

« De rester en pyjama jusqu'à midi... »



**4%** Manger plus, manger trop

(Chocolat, bonbons...)

« De dire non à tout, de me gratter la tête, de me coucher  
tard, de manger des bonbons, de regarder des films. »



**4%** Ne pas pratiquer de sport,  
ne pas sortir

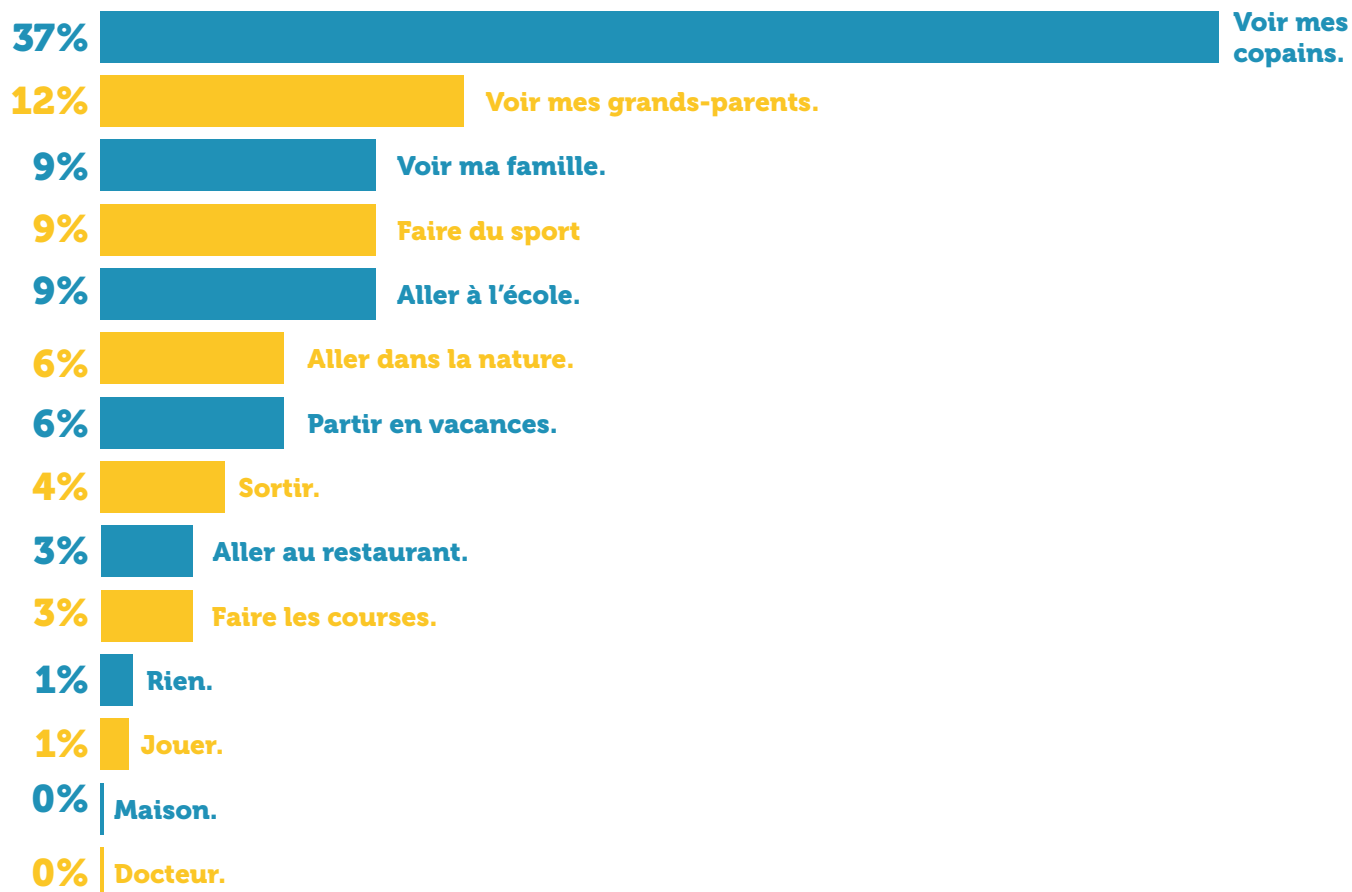
## Quelques mauvaises habitudes

- Avec une honnêteté touchante, ils sont **47%** à reconnaître qu'ils utilisent « ***trop les écrans*** ».
- Pendant que leurs parents télétravaillent, ils vont rester plus longtemps sur **YouTube**.
- Ils admettent aussi se **coucher plus tard**.
- Ont tendance à se **laisser aller** en matière **vestimentaire**.
- À **s'énerver** plus facilement.
- Ils avouent **grignoter** entre les repas, manger plus de bonbons ou de chocolat.
- S'amuse à **embêter** leurs **parents** ou leurs **frères et sœurs**.

## Quand le confinement sera complètement fini...

dis-nous la première chose que tu vas faire

Une question ouverte, une recodification des verbatims spontanés donne les résultats suivants. Les réponses portent fortement sur des envies de retrouver des relations :





## Encore des envies non assouvies

- Pour les enfants, le **cercle familial est nécessaire mais ne suffit pas**. Ils sont 85% à clamer que leurs **grands-parents** leur manquent, juste avant les **copains** (84%), les **cousins** ou leur **famille** (82%).
- Ils ont envie **d'activités sportives** (76%), de **balades en forêt** ou dans la **nature** à 64%.
- **L'école** et les **activités extra-scolaires** suivent de près avec 61%.
- Une hiérarchie montre bien **l'équilibre** entre la **famille** (en dehors du cercle parents, frères et sœurs), **l'école** et les **activités sportives**.

## En conclusion ?

- Les enfants qui ont répondu à ce questionnaire **vont bien.**
- Ils ont montré qu'ils étaient capables d'être raisonnables et raisonnés pour **organiser leurs journées** en respectant les contraintes familiales et scolaires.
- Ils ont aussi grandi, **gagné en autonomie** et participent aux tâches ménagères.
- Ils aiment **passer du temps avec leurs parents**, mais aussi être **seuls** ou avec leur **frères et sœurs.**
- Et s'il y a une chose qui leur manque, ce sont leurs **grands-parents**, encore plus que leurs **amis**, leurs **cousins** ou leurs **professeurs.**