

Newsletter Yapaka – 15 juillet 2020

15 juillet

Ados en trop plein d'écrans

Pour la plupart des adolescents privés d'école et de copains pendant de longues semaines, être connectés a été une façon de rester en lien. Aujourd'hui encore, beaucoup de grands restent à la maison, parfois seuls, les activités habituelles n'ont pas toujours redémarré et les écrans sont alors une façon de s'occuper. Cependant, trop de temps devant l'écran reste une entrave au développement, même pour les plus grands. Ce temps, ils ne le passent pas dehors, à trainer avec leurs copains et leurs copines "en vrai" dans les parcs, les jardins, la rue, c'est un temps sans parole, sans rire, sans cette exploration et ces transgressions si caractéristiques de cet âge. Comme parents, autorisons-nous à placer ou replacer, après cette étrange période de confinement, un cadre clair à nos ados afin d'éviter ce trop plein d'écrans et de continuer à ouvrir d'autres horizons. Voici [une sélection de ressources](#) pour accompagner les jeunes dans leur utilisation des écrans.



Challenges numériques sur les réseaux sociaux

Disponible en version numérique depuis ce 26/06. Diffusion de la version papier auprès des services et institutions en Belgique dès la mi-juillet.

Ce texte, de Marion Haza et Thomas Rhomer, décrypte les fonctionnements des défis numériques dans la logique du processus adolescent. Entre panique morale et amplification caricaturale de ces phénomènes dans les médias, les éducateurs doivent-ils s'en alarmer ? Ici, l'impératif est, en tant qu'adulte, de questionner : pourquoi faire ce défi ? Quels sont les impacts pour soi ? Pour les autres ? Par ailleurs, comment évoquer ces phénomènes de défi sans engager un effet d'imitation et protéger les adolescents ? Ce texte propose des clés de compréhension pour les professionnels afin de penser la prévention et l'accompagnement des plus vulnérables et des adolescents en particulier.



[Livre] Le harcèlement virtuel

Dans ce livre, Angélique Gozlan, psychologue clinicienne, analyse le harcèlement dans les nouvelles configurations avec Internet : le cyber harcèlement interroge de nouvelles modalités de communication et de relation dans lesquelles la notion d'intimité se trouve bouleversée. La complexité du positionnement des adultes et la place de l'école y sont pensés à la lumière des processus à l'œuvre à l'adolescence.



[Vidéo] Usage des écrans à l'adolescence, la nécessité de penser le cadre et la limite

[Marion Haza](#) (05:51), psychologue clinicienne, invite à penser la question du numérique et des adolescents à partir des usages qu'ils en font : Communiquer avec des pairs ou passer tout son temps sur des vidéos? Jeux seuls ou en réseau?... Au delà du numérique, l'adolescent explore-t-il d'autres modalités relationnelles et les autres sphères de son développement : rencontres en face à face avec ses pairs, activités hors écrans, temps en famille...



[Vidéo] Comment aider l'adolescent à renouer avec le cycle biologique jour/nuit quand la vie nocturne en confinement est devenue la règle?

[Vanessa Greindl](#) (06:25), psychologue clinicienne, fait un parallèle avec le nouveau-né qui, au départ, a besoin de son parent, d'un doudou, d'une chanson... pour s'apaiser et s'endormir. Petit à petit, il parvient à se créer des images, il imagine sa mère par exemple, et à se réassurer par lui-même. L'adolescent va avoir besoin d'aide pour se passer de l'écran qui a agi, pour certains, comme un doudou, durant cette période de huis clos, dont il ne va pas parvenir à se séparer seul.



[Vidéo] Challenges numériques, l'exemple des adultes à interroger

[Marion Haza](#) (05:55), psychologue clinicienne, interroge la place que les adultes prennent et l'exemple qu'ils donnent lorsqu'ils réalisent des défis qui se révèlent peu respectueux, par exemple lorsqu'ils se filment en train de coller une tranche de fromage au visage de leur propre enfant.



[Vidéo] La culture du challenge à l'ère virtuelle

[Marion Haza](#) (03:37), psychologue clinicienne, explique que le numérique a contribué à exacerber, renforcer la portée des challenges et défis qui ont toujours existé. Sur les réseaux sociaux, les likes et commentaires constituant un système de gratification, de renforcement à large échelle qui contribue à consolider le narcissisme de certains.



[Webinaire] L'attrait des challenges numériques pour les adolescents : un défi identitaire à accompagner

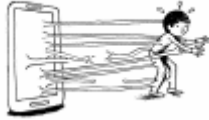
[Ce webinaire a eu lieu le vendredi 26 juin 2020]

Découvrez l'enregistrement audio de la conférence [ici](#)

Un webinaire avec Marion Haza, psychologue clinicienne, maître de conférences, docteure en psychopathologie clinique, le vendredi 26 juin 2020.

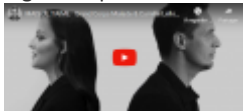
Le confinement en famille a occasionné pour tous un usage intensif des outils numériques et des réseaux sociaux. Une manière salubre de s'évader, de maintenir le lien social...

Dans ce paysage numérique, les défis lancés sur la toile ont eu la part belle. Entre défis créatifs et défis destructeurs, comment penser leurs retentissements sur les plus vulnérables et les adolescents en particulier ? Car l'adolescent en pleine quête identitaire est porté par la prise de risque, l'identification à autrui, le regard du groupe, la reconnaissance des pairs ...



[Texte] Les réseaux sociaux, lieux de socialisation à l'adolescence

Les réseaux sociaux, utilisés tant par les adolescents que par les adultes, ont modifié le rapport aux autres, au temps, à l'espace, aux apprentissages... S'ils constituent de fabuleux moyens de rester en contact à travers le monde, de déployer la créativité, d'échanger, de s'informer, de rassembler, de mobiliser..., ils sont également vecteurs de nombreuses questions aiguës par la réalité adolescente.



Le blog de 100drine

Sur le blog de 100drine.be (link is external), les ados échangent. Dernière humeur postée par 100drine:
Ne me raconte pas d'histoire...

C'est du noir et blanc. Ça ne bouge pas et pourtant... c'est une valse d'émotions, de couleurs dans laquelle j'ai été projetée... Des larmes, des sourires en coin. Parce que dans certaines phrases je me suis reconnue, parce que dans certaines phrases je t'ai reconnu, parce que ça ose dire que non tout n'est pas parfait, qu'on essaie de faire avec qui on est, avec ce que l'on connaît de soi, ... ([lire l'intégralité du billet](#)) (link is external)



[Vidéo] "Une vie de chien ?" : Temps et écrans

Les enfants de l'école Champ d'oiseaux à Mouscron s'expriment sur les limites à respecter : " Être tout le temps sur les écrans, ce n'est pas bon pour les yeux. Après, ça donne mal à la tête. Moi, j'arrive pas à stopper. En été, souvent, c'est mieux de jouer dehors que jouer sur un écran. Tu joues avec tes copains ..."

Chaque jour, sur Club RTL, les enfants s'expriment dans [les clips Une vie de chien ?](#)

Agenda

Cette quinzaine

La quinzaine suivante

01/08/2020 - 08:30 - 05/06/2021 - 17:00 - Liège

Etre psychologue psychanalytique aujourd'hui

Annick Gilain, psychologue clinicienne, psychanalyste, psychologue analytique pour adultes...

Organisateur: Psyclimède

Les mois prochains

05/09/2020 - 10:00 - 16:45 - Uccle

Journée d'ouverture de l'année d'Espace analytique de Belgique

Nicole Stryckman Cedric Levaque Annick Piette Stéphanie Colomb Cecile Vander Vorst Françoise...

Organisateur: Espace analytique de Belgique

10/09/2020 - 09:30 - 30/10/2020 - 15:30 - Court-saint-Etienne

Et si l'écoute était faite pour vous? Devenez bénévole au 107 pour Télé-Accueil Namur-Brabant wallon

Organisateur: Télé-Accueil Namur - Brabant wallon

17/09/2020 - 09:30 - 25/09/2020 - 17:00 - Bruxelles

Séminaires d'initiation à la pensée jungienne

Anne Debra, Marie Hénin, Marc Melen, Claudine Nyssens

Organisateur: Société Belge de Psychologie Analytique

18/09/2020 - 14:13 - 30/06/2021 - 14:13 - Bruxelles

Certificat en Psychothérapie Humaniste et Expérientielle

Organisateur: Haute Ecole Léonard de Vinci

24/09/2020 - 17:00 - 20:00 - Bruxelles

Formation: Que faire avec la souffrance psychique des parents en médiation?

Frédérique Van Leuven est psychiatre au Centre psychiatrique Saint-Bernard à Manage et dans l'...

Organisateur: Dialogues

26/09/2020 - 08:24 - 12/06/2021 - 08:24

Psychologie clinique - enfants, ados, adultes

- Audrey Namèche, psychologue, psychothérapeute - Dr Caroline Kamdoum, pédopsychiatre,...

Organisateur: Psyclimede

02/10/2020 - 09:00 - 17:00 - Bruxelles

Formation "Boite à outils en médiation familiale et en droit collaboratif"

Organisateur: Dialogues

10/10/2020 - 09:00 - 11/10/2020 - 18:00 - Paris

Journées d'études : ACTUALITE DES PULSIONS

Jean-Claude Aguerre, psychanalyste Ea, phil. Emmanuel Alloa, philosophe Paul-Laurent Assoun,...

Organisateur: Espace Analytique (France)

19/11/2020 - 09:00 - 21/11/2020 - 17:00 - Avignon

Temp(o)s et rythmes en périnatalité

Parmi les intervenants : François Ansermet, Gisèle Apter*, Ingrid Bayot, Raoul Belzeaux, Patrick...

Organisateur: ARIP Association pour la Recherche et l'information en Périnatalité

Fil d'actualité

- [\[Glané\] Une campagne néo-zélandaise sur les dangers d'internet fait un tabac](#)
- [Adolescence, médias sociaux & santé mentale](#)
- [Etude sur les besoins des parents pendant le confinement](#)
- [Trois capsules vidéos autour du confinement à utiliser comme objets culturels, supports à l'échange](#)
- [\[Glané\] Les grenades - Je m'appelle Nelson](#)
- [Enquête à propos du bien-être des élèves du secondaire](#)
- [Un centre d'écoute pour parents en détresse voit le jour](#)
- [\[Spot\] Enfants et jeunes dé/confinés : la ligne d'écoute 103 leur tend la main](#)

Nous vous conseillons

- [D'acier \[Livre\]](#)
- [La tête haute \[Film\]](#)