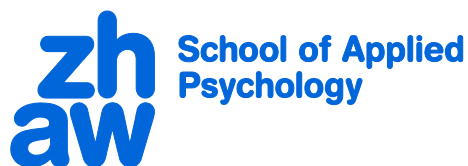


Cooperation partner



Zürich University
of Applied Sciences



JAMES focus

Utilisation des médias dans le contexte des ressources familiales et sociales

Jael Bernath, MSc
Gregor Waller, MSc
Isabel Willemse, MSc
Lilian Suter, MSc
Céline Külling-Knecht, MA
Marc Zulliger
Prof. Dr. Daniel Süss

Groupe spécialisé en psychologie des médias, 2023

Web

www.zhaw.ch/psychologie/jamesfocus
www.swisscom.ch/JAMES/

Mentions légales

Éditeur

ZHAW Université des sciences appliquées de Zurich
Département de psychologie appliquée
Pfungstweidstrasse 96
Case postale, CH-8037 Zurich
Téléphone +4158934 83 10
info.psychologie@zhaw.ch
www.zhaw.ch/psychologie

Direction du projet

Prof. Daniel Süss
Gregor Waller MSc

Auteurs

Jael Bernath, MSc
Gregor Waller, MSc
Isabel Willemse, MSc
Lilian Suter, MSc
Céline Külling-Knecht, MA
Marc Zulliger
Prof. Dr. Daniel Süss

Partenaires de coopération

Swisscom SA
Michael In Albon et Noëlle Schläfli

Partenaires en Suisse romande

Dr. Patrick Amey, Merita Elezi et Laura Ferreira De Silva
Université de Genève
Département de sociologie

Partenaires au Tessin

Dr. Eleonora Benecchi, Petra Mazzoni et Luca Calderara
Università della Svizzera italiana
Facoltà di comunicazione, cultura e società

Partenaire en Allemagne

Thomas Rathgeb
Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs)

Traduction:

24translate, Saint-Gall / Relecture: Dr. Patrick Amey

Citations

Bernath, J., Waller, G., Willemse, I., Suter, L., Külling-Knecht, C., Zulliger, M. & Süss, D. (2023). *JAMESfocus – Utilisation des médias dans le contexte des ressources familiales et sociales*. Zurich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

Sommaire

Avant-propos / Remerciements	1
1 Introduction.....	2
2 Situation initiale et contexte théorique	2
2.1 Les tâches de développement de l'adolescence.....	2
2.2 Ressources familiales et sociales.....	3
2.3 L'influence des ressources familiales et sociales sur l'utilisation des médias	4
3 Méthodes	6
3.1 Traitement des données et échantillon	6
3.2 Questionnaire et composition des échelles.....	6
3.3 Analyses	8
4 Résultats.....	9
4.1 Ressources familiales et sociales des jeunes en Suisse	9
4.2 Liens entre les ressources familiales et sociales et l'utilisation des médias	9
5 Résumé et débat.....	12
6 Conseils pour les parents et les écoles... ..	16
7 Bibliographie.....	17

Liste des abréviations

FRKJ 8-16	Questionnaire sur les ressources durant l'enfance et l'adolescence
JAMES	Jeunes, activités, médias – enquête Suisse (étude concernant la consommation des médias par les jeunes entre 12 et 19 ans en Suisse)
mpfs	Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Association de recherches de pédagogie des médias du sud-ouest)
SSE	Statut socioéconomique
ZHAW	Université des sciences appliquées de Zurich

Avant-propos / Remerciements

En 2022, nous avons eu la possibilité de réaliser la septième édition de l'étude JAMES, qui offre un aperçu détaillé du comportement des jeunes en matière de loisirs et de médias en Suisse. Au total, plus de 1 000 adolescents entre 12 et 19 ans ont été interrogés à titre représentatif pour l'ensemble du pays. Afin d'analyser plus en profondeur les différents thèmes, nous publions, entre chaque étude JAMES, les rapports JAMESfocus. Ceux-ci reposent sur les données collectées au cours de l'année précédente, qui font l'objet d'analyses secondaires.

Le présent rapport est consacré au thème **«Ressources et tâches de développement»**. Il s'agit d'étudier les **«ressources environnementales»** des jeunes, telles que le soutien parental, l'éducation auto-ritaire, l'intégration dans le cercle d'amis et dans la classe. Tous ces aspects sont importants pour la maîtrise des tâches de développement à l'adolescence. Dans ce cadre, nous tentons de répondre à ces questions: Quelles sont les ressources environnementales à disposition des jeunes? Y a-t-il des différences en fonction du sexe, de l'âge, de l'origine ou du statut socioéconomique? Quel est le rôle des ressources environnementales à disposition dans la consommation des médias? Y a-t-il des indices qui laissent à penser que certaines ressources contribuent à une bonne utilisation des médias?

Au printemps 2023, nous avons publié un rapport sur le thème **«Influenceuses, influenceurs et contenus positifs sur les réseaux sociaux»**. Celui-ci traitait notamment des questions suivantes: Qui sont les influenceuses et influenceurs les plus populaires de Suisse? Y a-t-il des différences entre les trois grandes régions linguistiques? Les influenceuses et influenceurs préférés diffèrent-ils en fonction du sexe des adolescents? Dans quelles catégories se classent les influenceuses et influenceurs? Quels sont les contenus positifs consultés régulièrement en ligne par les jeunes, comme par exemple les activités sympa, les amitiés ou la mode? Observe-t-on des différences selon le sexe, l'âge, l'origine, la région linguistique ou le statut socioéconomique?

À l'automne 2023, nous publierons en outre un rapport sur le thème **«Utilisation du smartphone et développement durable»**, qui sera consacré à l'utilisation durable des smartphones. Quelle est la proportion de jeunes qui utilisent des appareils d'occasion? Quels aspects d'un smartphone – comme la marque, le design, la qualité, la réparabilité ou la longévité – sont particulièrement importants aux yeux des jeunes utilisateurs? Quelles expériences de réparation les jeunes ont-ils déjà eues avec leurs appareils? Et combien de temps les adolescents utilisent-ils leur smartphone en moyenne? De plus, nous réaliserons des comparatifs pour savoir si l'attitude des jeunes a changé depuis le dernier sondage de 2017 concernant les questions de durabilité.

Nous saisissons cette occasion pour remercier en particulier Noëlle Schläfli et Michael In Albon, de Swisscom. Nous apprécions énormément les nombreuses années de collaboration simple et fructueuse avec vous!

Un grand merci également à Eleonora Benecchi et Patrick Amey pour la relecture et la correction des versions italienne et française du présent rapport.

Août 2023

Groupe spécialisé en psychologie des médias de la ZHAW

1 Introduction

En grandissant, les jeunes sont de plus en plus autonomes dans leur mode de vie et prennent de plus en plus souvent des décisions par eux-mêmes. Ils gagnent en autonomie également dans le domaine de l'utilisation des médias. Au plus tard lors du passage au secondaire, la plupart des adolescents possèdent leur propre téléphone portable (Külling et al., 2022) et ont donc plus de libertés dans leur façon d'utiliser les médias. Internet en particulier leur ouvre de nouvelles marges de manœuvre qu'ils ont envie d'explorer. Aujourd'hui, l'une des tâches de développement les plus importantes de l'adolescence consiste à gérer ces nouvelles possibilités et à apprendre à utiliser les médias numériques de façon autonome et adaptée à ses besoins.

Or, l'environnement social joue un rôle clé dans la maîtrise des tâches de développement. La famille, les amis, mais aussi l'école, peuvent apporter des ressources et aider les jeunes à se développer. Dans ce rapport JAMESfocus, nous voulons étudier les ressources familiales et sociales dont les jeunes disposent en Suisse, ainsi que leur lien avec différents aspects de la consommation des médias.

2 Situation initiale et contexte théorique

Chaque âge de la vie est associé à des exigences spécifiques résultant de l'interaction entre changements biologiques, attentes sociales vis-à-vis de l'individu et objectifs et représentations personnels. Ces exigences que chaque individu se pose normalement sont appelées «tâches de développement» en psychologie du développement. Robert James Havighurst (1953) fut le premier à définir le concept des tâches de développement. D'après lui, ces tâches se complètent les unes les autres. Selon sa théorie, maîtriser les tâches de développement spécifiques à chaque âge favorise le bien-être personnel et permet de bien gérer ses tâches par la suite. Il a formulé, pour chaque étape de la vie, des tâches spécifiques auxquelles les individus sont typiquement confrontés. Aujourd'hui, le concept de R. J. Havighurst est encore appliqué, mais il a été perfectionné et adapté à nos milieux de vie actuels. En effet, les possibilités offertes aux jeunes pour concevoir leurs loisirs et utiliser les médias ont énormément changé depuis les années 1950. Actuellement, les médias numériques occupent une place centrale dans le quotidien des adolescents, et apprendre à gérer les médias de façon autonome, avisée et enrichissante relève du défi. Les nouveaux modèles que nous allons vous présenter dans le chapitre suivant permettent de tenir compte de ces changements.

2.1 Les tâches de développement de l'adolescence

L'adolescence est une étape de la vie qui concentre un nombre de tâches de développement particulièrement élevé et qui est, à ce titre, une phase de vulnérabilité complexe (Quenzel, 2015). Durant cette période, les jeunes sont confrontés à de multiples attentes et exigences sociales, tout en traversant de profondes transformations psychologiques et physiques. Il en résulte de nombreux défis à surmonter. Partant de la théorie de R. J. Havighurst, Hurrelmann et Quenzel (2022) décrivent un modèle qui récapitule les tâches de développement des adolescents d'aujourd'hui. D'après ce modèle, les tâches de développement à l'adolescence relèvent de quatre domaines (Hurrelmann & Quenzel, 2022; Quenzel, 2015):

- 1. Développement de liens sociaux:** développement de relations amicales et amoureuses avec des personnes du même âge et détachement croissant des parents
- 2. Qualifications:** acquisition de compétences cognitives, intellectuelles, sociales et professionnelles pour achever avec succès l'apprentissage scolaire et la formation professionnelle
- 3. Régénération / consommation:** apprentissage d'une utilisation autonome des offres de loisirs et de consommation en fonction des besoins, et développement d'une utilisation autodéterminée et enrichissante des médias

4. Participation: développement de valeurs de référence en phase avec le comportement et les actions personnelles, et de capacités permettant de participer activement à la communauté sociale

Dans le modèle de Hurrelmann et Quenzel, la tâche de développement «Régénération / consommation» illustre les défis auxquels les jeunes sont confrontés dans le domaine de l'utilisation des loisirs et des médias. Cette tâche de développement consiste à apprendre à gérer les médias de manière autonome et contrôlée, mais aussi en fonction de ses besoins et centres d'intérêts personnels. Il faut que l'utilisation des médias soit enrichissante sur le plan personnel et contribue à régénérer l'énergie psychique et physique.

La maîtrise des tâches de développement spécifiques à l'âge est l'une des conditions indispensables au développement individuel de la personnalité, mais aussi à l'intégration sociale. Si le jeune maîtrise ces tâches, les compétences acquises lui permettront de grandir personnellement et favoriseront l'appartenance et la participation aux réseaux et aux groupes sociaux. De plus, plusieurs études ont déjà prouvé que bien maîtriser les tâches de développement a un impact positif sur le bien-être des jeunes (Seiffge-Krenke & Gelhaar, 2008).

Le concept des tâches de développement part également du principe que les tâches sont étroitement liées entre elles et se complètent les unes les autres. Autrement dit, bien gérer une tâche aide à surmonter les autres défis qui se présentent à chaque phase de la vie (Quenzel, 2015). Nous pouvons donc supposer qu'une utilisation contrôlée des médias peut aider à maîtriser d'autres tâches de développement. Cette hypothèse est confirmée par diverses études qui suggèrent que l'utilisation des médias numériques influe également sur d'autres tâches de développement de l'adolescence (Smahel et al., 2022). Ainsi Internet joue-t-il un rôle dans le développement identitaire en offrant aux jeunes un cadre pour développer leurs propres intérêts et s'informer, s'identifier à d'autres personnes, mais aussi se démarquer des autres. Les médias numériques jouent également un rôle dans le développement des relations amicales et de l'autonomie (Borca et al., 2015). À supposer qu'il y ait un lien entre les différentes tâches de développement, apprendre à utiliser les médias de manière avisée, autonome et adaptée à ses besoins aide également à maîtriser d'autres tâches de développement. De même, des difficultés dans ce domaine peuvent entraîner des problèmes dans d'autres domaines. Compte tenu de la grande diversité de possibilités attractives et de la disponibilité constante des médias numériques, cette tâche de développement peut s'avérer complexe pour les adolescents (Quenzel, 2015). L'utilisation excessive des médias ou des expériences problématiques avec ceux-ci peuvent entraîner des problèmes de maîtrise et avoir un impact négatif sur le développement futur et le bien-être des jeunes (Quenzel, 2015).

2.2 Ressources familiales et sociales

La capacité à maîtriser une tâche de développement dépend entre autres des ressources et possibilités de gestion dont dispose un individu. Dans ce rapport, nous considérons les ressources non seulement comme des facteurs de protection permettant de contrecarrer les effets négatifs des facteurs de risque, mais aussi comme des facteurs globalement favorables qui, même en l'absence de terrain à risque, ont un impact positif sur la maîtrise des tâches de développement. Les ressources dont disposent les enfants et les adolescents les aident globalement à maîtriser les tâches de développement (Lohaus & Nussbeck, 2016). Dans les publications de recherche, les ressources sont souvent divisées en trois catégories: personnelles, familiales et sociales. Les ressources personnelles incluent des caractéristiques individuelles comme la santé physique ou des caractéristiques cognitives et affectives telles que l'intelligence ou l'estime de soi (Lohaus, 2018). Les ressources familiales proviennent de la qualité des relations et des liens au sein de la famille, mais aussi du style éducatif des parents. Les ressources sociales comprennent les relations avec les personnes du même âge, l'intégration dans un groupe de pairs et la qualité de l'établissement scolaire fréquenté (Bengel et al., 2009). Les ressources familiales et sociales peuvent être regroupées dans la catégorie des ressources environnementales (Lohaus &

Nussbeck, 2016). Dans les pages à venir, nous allons aborder plus en profondeur les ressources environnementales, thème central du présent rapport.

Les ressources familiales englobent les expériences vécues par les jeunes au sein de leur famille en termes de relations, de liens et d'éducation. Dans ce cadre, la **relation parent-enfant** est un facteur essentiel. En effet, une relation sécurisante et positive avec au moins une personne adulte constitue une importante ressource propice au développement positif, et un facteur de protection pour les jeunes en situation de risque (Luthar, 2015). Le soutien social et émotionnel dont les jeunes bénéficient de la part de leurs parents est un élément clé de cette relation. Bien que les jeunes gagnent de plus en plus en autonomie à l'adolescence, le soutien de leurs parents constitue toujours une ressource fondamentale (Lohaus & Nussbeck, 2016). Le soutien parental contribue à une meilleure estime de soi et au bien-être psychique (Cripps & Zyromski, 2009; Flouri & Buchanan, 2003). Outre une relation positive avec les parents, certains aspects relevant du style éducatif jouent eux aussi un rôle important. Une **éducation autoritaire** favoriserait le développement global et serait un facteur de protection pour les enfants et les jeunes grandissant dans des conditions à risque (Baldry & Farrington, 2005; Piko et al., 2005). Ce style d'éducation se distingue par un comportement de soutien bienveillant de la part des parents et l'application de limites claires. L'éducation autoritaire aurait des effets positifs sur l'adaptation psychosociale, la perception de soi et les performances scolaires et induirait moins de problèmes comportementaux (Heinrichs & Heinrichs, 2011).

Les ressources sociales incluent les contacts extrafamiliaux, en particulier les **contacts avec des personnes de la même tranche d'âge**. Ces contacts, qui s'intensifient à l'adolescence, jouent un rôle fondamental dans le développement. Les relations avec d'autres jeunes et d'autres groupes peuvent aider les adolescents à se développer en offrant un soutien émotionnel, du divertissement, du repos et de la distraction et en renforçant leurs capacités à partager un point de vue, à faire preuve d'empathie et à communiquer (Wustmann, 2004). Néanmoins, en fonction du groupe de camarades, les contacts entretenus peuvent aussi avoir un impact négatif sur le comportement et l'attitude des jeunes et aggraver des problèmes existants (Lohaus & Nussbeck, 2016). Ainsi, les contacts avec des pairs peuvent aussi bien constituer une ressource qu'une menace pour le développement positif. Étant donné que les jeunes passent une grande partie de leur quotidien à l'école, **l'environnement scolaire** joue lui aussi un rôle clé dans leur développement. À cet égard, tout dépend du ressenti subjectif de la vie en classe, qui déterminera les relations avec les enseignants et les camarades. En outre, des attentes raisonnables en matière de performances et des règles cohérentes contribuent elles aussi à des expériences scolaires positives (Lohaus & Nussbeck, 2016; Wustmann, 2004).

2.3 L'influence des ressources familiales et sociales sur l'utilisation des médias

Jusqu'à présent, peu d'études ont cherché à déterminer dans quelle mesure les ressources environnementales à disposition aident les jeunes à utiliser les médias numériques de manière autodéterminée et adaptée à leurs besoins. Les études cherchent plutôt à savoir si certains aspects de l'environnement social préviennent les différents risques liés à l'utilisation des médias. Elles révèlent ainsi des liens entre de faibles ressources familiales et une utilisation excessive des médias. Par exemple, d'après l'étude de Wartberg et al. (2020) sur un échantillon de jeunes Allemands, il existe des liens entre un mauvais fonctionnement du système familial et une utilisation excessive des jeux vidéo ainsi que des réseaux sociaux. Une autre étude longitudinale chinoise considère les dysfonctionnements familiaux comme des facteurs importants de développement d'une cyberaddiction (Yu & Shek, 2013). La qualité de la relation parent-enfant peut également influencer sur l'utilisation problématique des médias. Selon une étude, il y aurait un lien entre faible soutien parental et cyberaddiction (Karaer & Akdemir, 2019). Le soutien parental constitue également un facteur de protection contre le cyberharcèlement (Arató et al., 2022) et les expériences de sexting (Hunter et al., 2021).

Jusqu'à présent, le lien entre éducation autoritaire et utilisation des médias par les jeunes a été peu étudié. Néanmoins, certaines études montrent que les interdictions strictes et la surprotection vis-à-vis de l'utilisation des médias numériques sont peu efficaces pour protéger les jeunes (Faltýnková et al., 2020; Lee & Chae, 2007; Mesch, 2009). Il semble que discuter avec les adolescents sur les contenus et les risques potentiels en ligne les aide davantage à développer une consommation avisée et autodéterminée des médias (Faltýnková et al., 2020; Holtz & Appel, 2011). De plus, les jeunes dont les parents ont une éducation autoritaire semblent moins s'adonner au cyberharcèlement (Makri-Botsari & Karagianni, 2014).

Outre les relations familiales, les relations avec le groupe de pairs semblent influencer sur l'utilisation personnelle des médias. En effet, les contenus des médias alimentent beaucoup les conversations entre jeunes ce qui les entraînent à utiliser souvent les mêmes médias que leurs pairs (Friedrichs & Sander, 2010). Pour les jeunes, il est important de connaître certains contenus médiatiques et d'être présents sur certaines plateformes pour pouvoir s'intégrer au groupe. L'utilisation des médias (p. ex. réseaux sociaux) peut donc également offrir des occasions de nouer des relations avec d'autres jeunes. Les bonnes relations avec des personnes du même âge semblent également constituer un facteur de protection contre le cyberharcèlement (Arató et al., 2022). Toutefois, les dynamiques de groupe peuvent aussi induire des expériences médiatiques potentiellement problématiques, telles que le sexting et la consommation de pornographie. D'après Vanden Abeele et al. (2014), l'envie de popularité chez les jeunes est liée à un sexting accru et à une consommation plus fréquente de contenus pornographiques. La pression sociale semble beaucoup influencer sur les comportements potentiellement à risque sur Internet. Certains aspects de l'environnement scolaire entraînent également des expériences problématiques avec les médias. Festl et al. (2013) ont constaté que le nombre de cas de cyberharcèlement est plus élevé quand il y a une mauvaise ambiance dans la classe, donc le contexte scolaire joue un rôle central. Les normes établies au sein de la classe concernant le harcèlement psychologique déterminent le degré de risque, pour un élève, de devenir auteur ou victime de harcèlement.

En s'appuyant sur les tâches de développement à l'adolescence selon Hurrelmann et Quenzel (2022) et l'état actuel de la recherche, le présent rapport vise à répondre aux questions suivantes:

Question A: De quelles ressources familiales et sociales les jeunes disposent-ils en Suisse? Y a-t-il des différences en fonction des caractéristiques sociodémographiques?

Question B: Quel est le lien entre les ressources familiales et sociales et les différents aspects de l'utilisation des médias à l'adolescence?

3 Méthodes

Les données du présent rapport se fondent sur l'étude JAMES 2022, dont les données ont été collectées entre avril et mai 2022 (Külling et al., 2022). Dans le cadre de l'enquête, 1 049 jeunes âgés de 12 à 19 ans et issus des trois grandes régions linguistiques de la Suisse ont été interrogés. Nous abordons ici uniquement les parties de l'enquête qui sont pertinentes pour le présent rapport. Pour obtenir des informations plus détaillées sur l'échantillon, le traitement des données et les différentes variables de regroupement (tranches d'âge, origine, statut socioéconomique, etc.), veuillez consulter le rapport sur les résultats de l'étude principale (Külling et al., 2022).

3.1 Traitement des données et échantillon

Dans un premier temps, nous avons vérifié les données. Pour identifier les données aberrantes dans le jeu de données, nous avons contrôlé toutes les variables numériques avec un format de réponse ouverte (p. ex. durée d'utilisation quotidienne du téléphone portable, d'Internet et des jeux vidéo) dans le cadre d'une analyse à plusieurs variables. Sur la base de la distance de Mahalanobis, nous avons identifié tous les cas situés au-dessus d'une certaine valeur seuil (donc trop en dehors du barycentre) comme données aberrantes. La valeur seuil était fixée à 32,90. Nous avons ainsi constaté et exclu 63 cas aberrants. Nous avons en outre exclu 79 autres personnes du jeu de données car elles n'avaient pas répondu aux questions concernant les ressources familiales et sociales. D'après une analyse de l'intégralité des exclusions (142 cas), il s'est avéré que par rapport au reste de l'échantillon, le nombre d'adolescents tessinois qu'il a fallu exclure des analyses était bien plus élevé. C'est pourquoi nous avons renoncé à distinguer les groupes en fonction de leur région géographique. Cette caractéristique n'est pas non plus intégrée comme prédicteur dans les autres analyses. L'échantillon sur lequel porte ce rapport compte donc 909 jeunes, dont 455 filles (50%) et 451 garçons (50%).

3.2 Questionnaire et composition des échelles

Le présent rapport se concentre sur les informations concernant les ressources familiales et sociales, les durées d'utilisation des médias et les expériences potentiellement problématiques avec les médias. Il s'intéresse également aux variables sociodémographiques, dont la mise en œuvre est présentée dans le rapport des résultats de l'étude JAMES 2022 (Külling et al., 2022)

Ressources familiales et sociales

Pour connaître les ressources familiales et sociales des jeunes, nous avons utilisé le questionnaire sur les ressources durant l'enfance et l'adolescence (FRKJ 8-16; Lohaus & Nussbeck, 2016). Le FRKJ 8-16 permet d'identifier différentes ressources personnelles, familiales et sociales chez les jeunes. L'étude JAMES a recouru uniquement aux quatre échelles de recensement des ressources familiales et sociales (collectivement dénommées «ressources environnementales»). La sous-échelle «*soutien social et émotionnel de la part des parents*» permet d'interroger les jeunes sur le soutien parental qu'ils perçoivent. Il peut s'agir aussi bien d'un soutien matériel (aide en cas de problèmes concrets) que d'un soutien émotionnel (consolation et attention). La sous-échelle «*style éducatif autoritaire*» permet de relever dans quelle mesure les parents appliquent un style d'éducation autoritaire en faisant preuve à la fois d'exigences et de réactivité. Avec la sous-échelle «*intégration dans le groupe de pairs*», nous avons mesuré la quantité de contacts avec des jeunes du même âge dans le cadre extrascolaire et la qualité de ces contacts. La sous-échelle «*intégration scolaire*» sonde l'ambiance à l'école et dans la classe en interrogeant en particulier sur les contacts avec les camarades de classe. Sur une échelle à quatre intervalles («jamais vrai», «parfois vrai», «souvent vrai», «toujours vrai»), les jeunes devaient indiquer à quel point les différentes affirmations leur correspondaient. Pour des raisons de temps et de place, nous sommes passés de six à quatre intervalles. Dans le cadre d'une analyse factorielle, nous avons vérifié si le questionnaire réduit représentait toujours les dimensions sous-jacentes. Cela nous a permis de valider

la structure à quatre intervalles. Le questionnaire a été traduit en français et en italien pour pouvoir être utilisé en Suisse romande et au Tessin, puis vérifié par nos partenaires de recherche dans ces deux régions.

Durée d'utilisation hebdomadaire des médias

Pour obtenir un chiffre sur la durée d'utilisation hebdomadaire des médias par les jeunes, nous avons additionné les données dont nous disposons sur leur utilisation quotidienne moyenne en semaine et en week-end. Cela nous a permis d'obtenir une durée moyenne pour Internet, le téléphone portable et les jeux vidéo. Il s'agit ici de l'utilisation des médias dans le cadre extrascolaire. Par ailleurs, s'agissant d'appréciations personnelles de la part des adolescents, ce ne sont que des approximations des durées d'utilisation effectives.

Expériences problématiques liées aux médias

Dans le questionnaire JAMES, deux séries de questions permettent de recenser les expériences potentiellement problématiques liées aux médias. En répondant par «oui» ou par «non», les jeunes ont indiqué s'ils avaient déjà adopté activement différents comportements ou s'ils avaient déjà été confrontés à ce type de comportements. Une analyse factorielle exploratoire (corrélations tétrachoriques pour éléments binaires) a permis d'analyser de quelles dimensions relèvent ces expériences problématiques liées aux médias. Nous avons identifié quatre dimensions dont les éléments sous-jacents peuvent être affectés à une catégorie claire (coefficients compris entre .55 et .90). Pour le questionnaire du présent rapport, nous n'avons retenu que trois dimensions. La première dimension inclut les expériences liées à la communication sexuelle en ligne, la deuxième dimension les expériences liées à la pornographie et la violence, et la troisième dimension concerne les expériences relevant du cyberharcèlement. Le tableau 1 reprend tous les éléments affectés à ces trois dimensions. La quatrième dimension, dont nous n'allons pas tenir compte, inclut seulement deux éléments: savoir si les jeunes ont déjà rencontré des problèmes à cause de contenus non autorisés (pornographie et violence) et si des photos ou vidéos de leur propre personne ont déjà été publiées sans leur consentement. Étant donné qu'il s'agit de deux expériences très différentes qui n'entrent pas dans une catégorie de comportement ou d'expérience plus globale, nous n'en avons pas tenu compte par la suite.

Tableau 1: Dimensions prises en compte des expériences (potentiellement) problématiques avec les médias et éléments associés

Facteur 1: communication sexuelle en ligne et rencontres en ligne
<ul style="list-style-type: none"> • Être incité par une personne inconnue à envoyer des photos érotiques • Avoir été abordé par une personne inconnue ayant des intentions sexuelles indésirables • Recevoir des contenus érotiques d'autres personnes • Avoir envoyé ses propres contenus érotiques à d'autres personnes • Rencontrer dans la vraie vie une personne dont on a fait la connaissance sur Internet
Facteur 2: pornographie et violence
<ul style="list-style-type: none"> • Avoir envoyé des vidéos ou photos pornographiques • Avoir envoyé des vidéos violentes • Avoir regardé des films ou photos pornographiques • Avoir visionné des vidéos violentes
Facteur 3: cyberharcèlement
<ul style="list-style-type: none"> • Publication d'informations offensantes ou fausses concernant la propre personne dans des chats • Victime d'une personne insultante sur Internet • Publication d'informations offensantes ou fausses concernant la propre personne sur Internet

3.3 Analyses

Tous les calculs ont été effectués en tenant compte du concept d'échantillonnage complexe des programmes statistiques R et SPSS. Vous trouverez des informations sur le plan d'échantillonnage et la pondération dans le rapport sur les résultats de l'étude JAMES 2022 (Külling et al., 2022).

Analyse descriptive des ressources familiales et sociales

Afin de répondre à la question de recherche A, les données ont été évaluées de façon descriptive. Pour les différentes variables, nous avons réalisé une série de comparaisons a posteriori afin de montrer les différences possibles entre les sous-groupes (p. ex. sexe, tranches d'âge ou origine). Pour les comparaisons entre plusieurs groupes, un résultat significatif indique qu'il y a une différence significative au moins entre deux groupes. Comme il s'agit ici d'une méthode qui ne repose pas sur des hypothèses et qui est donc exploratoire, il convient d'interpréter les résultats avec prudence.

Liens entre les ressources familiales et sociales et l'utilisation des médias

Pour répondre à la question de recherche B, nous avons créé différents modèles de régression linéaire. Nous avons cherché dans quelle mesure les ressources familiales et sociales et certains facteurs sociodémographiques permettent de prédire les habitudes de consommation des médias. Nous avons conçu un modèle de régression pour les variables dépendantes «durée d'utilisation d'Internet», «durée d'utilisation du téléphone portable» et «durée d'utilisation des jeux vidéo» et un modèle pour les trois dimensions des expériences potentiellement problématiques avec les médias (cf. chap. 3.2.3). Nous avons intégré les quatre ressources environnementales et les facteurs sociodémographiques «sexe», «âge», «statut socioéconomique» et «origine» dans les modèles comme variables indépendantes. Pour pouvoir comparer les différents prédicteurs, toutes les variables métriques ont été converties en une classification z. De plus, nous avons transformé la variable «durée d'utilisation hebdomadaire des jeux vidéo» en logarithme car les valeurs initiales ne réunissaient pas les critères d'un modèle de régression linéaire. Dans une méthode progressive, nous avons exclu les variables issues du modèle global, qui ne sont pas des prédicteurs importants (rétro-élimination). Nous nous concentrons toujours uniquement sur le modèle final avec tous les prédicteurs importants.

4 Résultats

La représentation des résultats se divise en deux parties: Le chapitre 4.1 présente les ressources familiales et sociales dont disposent les jeunes et les différences qui existent entre les différents groupes. Le chapitre 4.2 présente les liens entre les ressources familiales et sociales des jeunes et leurs habitudes de consommation des médias.

4.1 Ressources familiales et sociales des jeunes en Suisse

D'après les réponses, les jeunes qui vivent en Suisse estiment globalement que la disponibilité de leurs ressources familiales et sociales est élevée (cf. tableau 2). Ainsi, sur une échelle de 1 à 4, les moyennes des sous-échelles se situent entre 3,28 (éducation autoritaire) et 3,46 points (intégration dans le groupe de pairs), 3 signifiant que la ressource en question est souvent disponible. Dans la comparaison entre les différents sous-groupes, seule l'origine donne lieu à d'importants écarts entre les groupes. En effet, les jeunes d'origine étrangère affichent des chiffres nettement moins élevés que les jeunes suisses dans les trois sous-échelles «intégration dans le groupe de pairs», «soutien parental» et «intégration scolaire» (cf. tableau 2). Il s'agit ici d'effets faibles. Il n'y a aucune différence significative entre les différents groupes eu égard à la tranche d'âge, au sexe, au type d'établissement scolaire, au statut socioéconomique (SSE) et au domicile des jeunes.

Tableau 2: Disponibilité moyenne des ressources familiales et sociales

	Intégration dans le groupe de pairs	Soutien parental	Style d'éducation autoritaire	Intégration scolaire
Échantillon total	3,46	3,35	3,28	3,31
Origine étrangère	3,31	3,17	3,17	3,17
Origine suisse	3,51	3,40	3,31	3,34

Remarque: les valeurs moyennes portent sur une échelle comprise entre 1 («jamais vrai») à 4 («toujours vrai»). Les chiffres en gras renvoient à des différences significatives entre les groupes à effet faible.

4.2 Liens entre les ressources familiales et sociales et l'utilisation des médias

Les analyses de régression linéaire ont permis de déterminer les liens entre les ressources familiales et sociales et différents aspects liés à l'utilisation des médias. Nous avons analysé les liens entre la durée d'utilisation du téléphone portable, d'Internet et des jeux vidéo et diverses expériences potentiellement problématiques avec les médias. Outre les quatre ressources environnementales, nous avons intégré dans les modèles les variables sociodémographiques «sexe», «âge», «SSE» et «origine».

Durée d'utilisation d'Internet par semaine

Les deux ressources sociales «intégration dans le groupe de pairs» et «intégration scolaire», ainsi que le soutien parental, se sont avérés être des prédicteurs importants du temps consacré à Internet par semaine. Plus les jeunes se sentent intégrés dans leur groupe de pairs, plus ils consacrent de temps à Internet ($\beta = .11$, $Wald-F(1,56) = 5,79$, $p = .02$). Plus les jeunes se sentent intégrés à l'école, moins ils consacrent de temps à Internet ($\beta = -.13$, $Wald-F(1,56) = 7,89$, $p < .01$). De même, plus les jeunes se sentent soutenus par leurs parents, moins ils passent de temps sur Internet ($\beta = -.09$, $Wald-F(1,56) = 4,26$, $p = .04$). Les caractéristiques sociodémographiques «âge» et «origine» jouent également un rôle important dans ce modèle. Plus les jeunes sont âgés, plus ils consacrent de temps à Internet ($\beta = .17$, $Wald-F(1,56) = 6,31$, $p = .02$). Par rapport aux jeunes d'origine étrangère, les jeunes suisses passent moins de temps en ligne chaque semaine ($\beta = -.27$, $Wald-F(1,56) = 5,56$, $p = .02$). Le modèle de régression illustré explique 5% de la variance de cette variable dépendante (coefficient de détermination $R^2 = .05$), ce qui, selon Cohen (1992), correspond à un effet faible ($f^2 = .06$).

Durée d'utilisation du téléphone portable par semaine

L'intégration dans le groupe de pairs et l'intégration scolaire s'avèrent également être des prédicteurs significatifs du temps consacré au téléphone portable chaque semaine. Mieux les adolescents sont intégrés dans leur groupe de pairs, plus ils passent de temps sur leur téléphone portable ($\beta = .10$, $Wald-F(1,56) = 7,87$, $p < .01$), plus ils sont intégrés à l'école, moins ils y consacrent de temps ($\beta = -.11$, $Wald-F(1,56) = 5,40$, $p = .02$). Tous les facteurs sociodémographiques ont atteint le niveau d'impact. En moyenne, les jeunes suisses passent moins de temps sur leur téléphone portable que les adolescents d'origine étrangère ($\beta = -.25$, $Wald-F(1,56) = 5,99$, $p = .02$); cette durée d'utilisation augmente avec l'âge ($\beta = .15$, $Wald-F(1,56) = 6,25$, $p = .02$); les jeunes au SSE faible utilisent davantage leur téléphone que les adolescents au SSE supérieur ($\beta = .47$, $Wald-F(2,55) = 5,28$, $p < .01$), et les filles y consacrent plus de temps que les garçons ($\beta = .26$, $Wald-F(1,56) = 9,74$, $p < .01$). Le modèle de régression illustré explique 9% de la variance de cette variable dépendante (*coefficient de détermination* $R^2 = .09$), ce qui, selon Cohen (1992) correspond à un effet faible ($f^2 = .10$).

Durée d'utilisation des jeux vidéo par semaine

Nous n'avons observé aucun lien significatif entre la durée d'utilisation hebdomadaire des jeux vidéo et les ressources familiales et sociales. Le facteur de l'intégration scolaire manque de peu le niveau d'impact ($\beta = -.11$, $Wald-F(1,56) = 3,78$, $p = .057$), sachant qu'une meilleure intégration scolaire est généralement associée à une plus faible durée d'utilisation des jeux vidéo. Le sexe et l'origine sont des prédicteurs importants. Les filles passent globalement moins de temps que les garçons sur les jeux vidéo ($\beta = -.78$, $Wald-F(1,56) = 46,04$, $p < .001$), et la nationalité suisse est elle aussi associée à une plus faible durée d'utilisation ($\beta = -.23$, $Wald-F(1,56) = 4,63$, $p = .04$). Le modèle de régression illustré explique 13% de la variance de cette variable dépendante (*coefficient de détermination* $R^2 = .13$), ce qui, selon Cohen (1992) correspond à un effet moyen ($f^2 = .16$).

Communication sexuelle en ligne et rencontres en ligne

Le soutien parental s'est avéré être un prédicteur significatif des expériences de communication sexuelle en ligne et de rencontres sur Internet. Plus le soutien parental est important, moins les jeunes risquent de vivre des expériences potentiellement problématiques avec les médias dans ce domaine ($\beta = -.17$, $Wald-F(1,57) = 39,80$, $p < .001$). Le sexe constitue un autre prédicteur important, sachant que par rapport aux garçons, les filles rapportent plus d'expériences de communication sexuelle en ligne et de rencontres sur Internet ($\beta = .54$, $Wald-F(1,57) = 93,58$, $p < .001$). L'âge est un autre prédicteur significatif ($\beta = .28$, $Wald-F(1,57) = 52,30$, $p < .001$). Les expériences potentiellement problématiques dans le domaine de la communication sexuelle en ligne et des rencontres sur Internet se multiplient avec l'âge. Le modèle de régression illustré explique 23% de la variance de cette variable dépendante (*coefficient de détermination* $R^2 = .23$). Selon la répartition de Cohen (1992), ceci correspond à un effet moyen ($f^2 = .23$).

Pornographie et violence

L'intégration dans le groupe de pairs est étroitement liée à la fréquence à laquelle les jeunes sont confrontés à des contenus pornographiques et violents, qui est d'autant plus élevée qu'ils se sentent intégrés ($\beta = .05$, $Wald-F(1,56) = 6,64$, $p = .013$). Le sexe est lui aussi un prédicteur significatif. Par rapport aux garçons, les filles sont moins souvent confrontées à des contenus pornographiques et violents ($\beta = -.55$, $Wald-F(1,56) = 113,12$, $p < .001$). L'âge influe lui aussi largement sur la confrontation à ce type de contenus. Plus les jeunes sont âgés, plus ils ont déjà été confrontés à des vidéos ou photos à contenus pornographiques ou violents ($\beta = .23$, $Wald-F(1,56) = 65,72$, $p < .001$). Le modèle de régression illustré explique 24% de la variance de cette variable dépendante (*coefficient de détermination* $R^2 = .24$). Selon la répartition de Cohen (1992), cela correspond à un effet moyen ($f^2 = .32$).

Cyberharcèlement

Les deux ressources sociales «intégration dans le groupe de pairs» ($\beta = -.10$, $Wald-F(1,56) = 5,23$, $p = .03$) et «intégration scolaire» ($\beta = -.17$, $Wald-F(1,56) = 25,02$, $p < .001$) s'avèrent toutes deux des prédicteurs importants: plus elles sont élevées, moins les jeunes sont confrontés à des expériences de type cyberharcèlement. Le SSE joue lui aussi un rôle déterminant. Les adolescents au SSE faible sont plus souvent victimes de cyberharcèlement ($\beta = .23$, $Wald-F(2,55) = 4,26$, $p = .019$) que les jeunes au SSE élevé. Le modèle de régression illustré explique 7% de la variance de cette variable dépendante (*coefficient de détermination* $R^2 = .07$), ce qui, selon Cohen (1992), correspond à un effet faible ($f^2 = .08$).

5 Résumé et débat

Aujourd'hui, l'utilisation autodéterminée, contrôlée et avisée des médias constitue l'une des tâches de développement les plus importantes de l'adolescence (Hurrelmann & Quenzel, 2022). Dans ce contexte, les ressources familiales et sociales jouent un rôle déterminant. En effet, elles favorisent généralement un développement positif et sont un facteur de protection contre les effets négatifs des situations à risque. Dans le présent rapport JAMESfocus, nous avons voulu étudier les ressources familiales et sociales dont les jeunes disposent en Suisse, et leurs liens avec leurs habitudes de consommation des médias. Les principaux résultats sont résumés et débattus ci-dessous.

Question A: De quelles ressources familiales et sociales les jeunes disposent-ils en Suisse? Y a-t-il des différences en fonction des caractéristiques sociodémographiques?

D'après les résultats obtenus, les jeunes vivant en Suisse disposent en moyenne de ressources sociales et familiales élevées. Une majorité des jeunes estiment bénéficier d'un soutien important de la part de leurs parents, qui font preuve à la fois d'une réactivité et d'exigences élevées (éducation autoritaire). Par ailleurs, la plupart se sentent bien intégrés, aussi bien à l'école que dans un groupe de pairs. C'est un résultat réjouissant si l'on part du principe que les ressources environnementales aident les jeunes à maîtriser les nombreuses tâches de développement de l'adolescence (Lohaus & Nussbeck, 2016). Sans compter que l'intégration et le soutien sociaux auraient des impacts positifs sur la santé et le bien-être psychique (Bachmann, 2014).

Les ressources familiales et sociales sont réparties de manière relativement homogène indépendamment des différents aspects sociodémographiques. Seule l'origine des jeunes donne lieu à d'importants écarts entre les groupes. Les jeunes d'origine étrangère déclarent bénéficier d'un moindre soutien parental et se sentent moins bien intégrés dans l'école et le groupe de pairs. Pour les parents issus de l'immigration, il est certainement plus difficile d'aider leurs enfants dans certains domaines car ils connaissent moins bien l'univers des jeunes en Suisse, par exemple le système scolaire et le système de formation professionnelle. Il se peut aussi qu'en raison des différences linguistiques et culturelles, les jeunes aient plus de difficultés à s'intégrer au sein de l'école et du groupe de pairs, ou qu'ils soient victimes de préjugés et d'exclusion.

Question B: Quel est le lien entre les ressources familiales et sociales et les différents aspects de l'utilisation des médias à l'adolescence?

Nous avons étudié les liens entre les ressources familiales (soutien parental et éducation autoritaire) et sociales (intégration dans le groupe de pairs et intégration scolaire), et la durée d'utilisation d'Internet, du téléphone portable et des jeux vidéo, mais aussi avec différentes expériences médiatiques potentiellement problématiques. Vous trouverez ci-dessous les résultats obtenus concernant les liens entre les quatre ressources environnementales et certains aspects de l'utilisation des médias.

Soutien parental

Dans cette étude, on entend par «soutien parental» le soutien matériel et émotionnel que les jeunes perçoivent de la part de leurs parents. Nous avons constaté un lien entre le soutien perçu et la **durée d'utilisation d'Internet**. En effet, plus les jeunes se sentent soutenus par leurs parents, moins ils passent de temps par semaine sur Internet. Toutefois, ce lien n'existe pas concernant l'utilisation du téléphone portable et des jeux vidéo. D'autres études révèlent par ailleurs des liens négatifs entre la qualité de la relation parents-enfant et la durée d'utilisation des médias numériques (Richards et al., 2010), et une mauvaise relation parents-enfant est envisagée comme un facteur de risque de développer une utilisation problématique d'Internet (Lei & Wu, 2007; Zhu et al., 2022). La présente enquête s'intéresse uniquement à la durée d'utilisation par les jeunes, sans associer une grande durée d'utilisation à une

utilisation problématique. De plus, les données de l'étude JAMES étant transversales, elles ne permettent pas d'affirmer une quelconque relation de cause à effet. Il faut partir du principe qu'il y a une relation réciproque entre la durée d'utilisation et le soutien parental: une mauvaise relation parents-enfant renforce l'utilisation excessive d'Internet et en même temps, une utilisation intensive d'Internet peut se répercuter négativement sur les relations interpersonnelles (Zhu et al., 2022). Il est possible que les jeunes qui font un usage très intense d'Internet aient plus de conflits avec leurs parents, ce qui peut entraver leur relation.

En outre, plus les jeunes se sentent soutenus par leurs parents, moins ils sont confrontés à des **expériences de sexting, à des rencontres sur Internet et au harcèlement sexuel**. De même, s'ils se sentent soutenus, ils ont un comportement moins risqué dans le cadre de la communication et de l'interaction intimes et sexuelles. Dans l'ensemble, les médias numériques jouent un rôle de plus en plus important dans le processus de développement sexuel des adolescents (Vogelsang, 2017). Ils offrent la possibilité de vivre de premiers contacts intimes et romantiques, d'explorer sa propre identité sexuelle et de développer une sexualité autodéterminée. En même temps, l'espace numérique peut également être propice aux dépassements de limites et aux comportements inappropriés (Budde et al., 2022). Les jeunes doivent déterminer ce qu'ils jugent approprié et les limites qu'ils se fixent. Il est possible que les jeunes qui bénéficient d'un soutien parental sachent mieux évaluer les opportunités et les risques car ils peuvent se tourner vers leurs parents, y compris en cas de doutes ou d'expériences négatives dans l'espace numérique. Par ailleurs, une bonne relation parents-enfant renforcerait l'estime de soi (Gibson & Jefferson, 2006; Roberts & Bengtson, 1993), ce qui peut aider les jeunes à mieux gérer leurs propres limites. On suppose aussi que les schémas de relations interpersonnelles enseignés au sein de la famille sont transposés aux relations futures (Singh et al., 2014). Les jeunes qui vivent des expériences de relations et de liens sécurisants et axés sur la confiance et la compréhension mutuelle dans leur famille construisent leurs relations avec leurs pairs selon le même modèle. Ils sont donc probablement moins vulnérables face à la pression sociale qui peut entraîner un comportement à risque dans l'espace numérique.

Éducation autoritaire

Dans le cadre de la deuxième ressource familiale étudiée, nous avons demandé aux jeunes dans quelle mesure ils estimaient que leurs parents étaient autoritaires, c'est-à-dire à la fois très réactifs et exigeants. Du point de vue de la psychologie du développement, l'éducation autoritaire est jugée propice au développement positif des enfants et des jeunes car elle aurait des effets positifs entre autres sur leur capacité d'adaptation psychosociale et leur perception d'eux-mêmes, et induirait moins de problèmes de comportement (Heinrichs & Heinrichs, 2011). Dans la présente enquête, nous n'avons pu établir aucun lien entre l'éducation autoritaire et la durée d'utilisation hebdomadaire d'Internet, du téléphone portable et des jeux vidéo. Nous n'avons pas identifié non plus de liens significatifs avec différentes expériences potentiellement problématiques avec les médias. Cela peut étonner de prime abord car dans beaucoup de familles, l'utilisation des médias numériques est cadrée par des accords et des règles, donc l'éducation aux médias influe directement sur l'utilisation des médias par les enfants (Suter et al., 2023). Une analyse des corrélations a montré que les deux ressources «éducation autoritaire» et «soutien parental» sont étroitement liées entre elles: les jeunes qui pensent bénéficier d'un soutien élevé de la part de leurs parents considèrent aussi que leur style éducatif est réactif et exigeant. Ces deux facteurs semblent reposer sur un élément commun: la qualité de la relation parents-enfant. Aujourd'hui, il est indéniable que la qualité de la relation entre les parents et l'enfant joue un rôle fondamental dans l'éducation (Bengel et al., 2009). Dans les analyses réalisées, cet élément clé de l'éducation autoritaire est déjà couvert par le facteur «soutien», ce qui peut expliquer que le facteur «éducation autoritaire» n'ait pas été significatif.

Intégration dans le groupe de pairs

Parmi les ressources sociales importantes, l'enquête s'est intéressée à l'intégration dans le groupe de pairs, qui renvoie à la quantité et à la qualité des contacts avec des personnes du même âge dans le

cadre extrascolaire. Une bonne intégration dans le groupe de pairs induit une plus grande durée d'utilisation du **téléphone portable** et d'**Internet**. Cela montre que pour les jeunes, le téléphone portable et Internet sont importants pour entretenir des contacts sociaux et rester informés des différents sujets au sein du cercle d'amis. Ce résultat vient contredire la croyance répandue dans la société selon laquelle l'utilisation des médias numériques empêcherait les jeunes de développer des contacts sociaux et les isolerait.

On constate également un lien entre l'intégration dans le groupe de pairs et la consommation et le partage de contenus **pornographiques ou violents**. Les jeunes qui ont de bons contacts avec des amis sont plus souvent confrontés à ce type de contenus. La consommation de vidéos pornographiques ou violentes augmente avec l'âge (Külling et al., 2022), et le lien identifié laisse à penser que les contenus de ce type circulent souvent au sein de groupes de pairs. Les jeunes qui sont bien intégrés et interconnectés dans le groupe de pairs y sont donc plus souvent confrontés. Le développement sexuel et la réflexion sur la propre identité (sexuelle) renforcent l'intérêt pour ces contenus. Néanmoins, les contenus pornographiques et violents peuvent aussi véhiculer une mauvaise image de la sexualité et une gestion inappropriée des agressions. D'après Vanden Abeele et al. (2014), la consommation de pornographie chez les jeunes serait également liée à la quête de popularité et à la pression sociale exercée par le groupe de pairs.

Par ailleurs, une bonne intégration dans le groupe de pairs permettrait d'être moins confronté à **des expériences de type cyberharcèlement**. D'autres études ont montré que l'intégration dans un groupe de pairs protégeait non seulement contre le cyberharcèlement (Kowalski et al., 2014), mais réduisait aussi la probabilité de s'adonner soi-même au cyberharcèlement (Arató et al., 2022). Selon Arató et al. (2022), les jeunes qui sont bien intégrés pratiquent moins le cyberharcèlement puisque dans le cadre des relations avec leurs pairs, ils renforcent leurs capacités à réguler leurs émotions et sont donc plus à même de les comprendre et de contrôler leurs impulsions.

Intégration à l'école

Outre le groupe de pairs, l'école constitue un autre environnement social important pour les jeunes. La présente étude aborde l'intégration scolaire sous l'angle de l'ambiance à l'école et en classe, en se concentrant en particulier sur la qualité des contacts avec les camarades de classe et le bien-être en classe. Il existe un lien négatif entre l'intégration scolaire et la **durée d'utilisation d'Internet et du téléphone portable**. Autrement dit, les jeunes qui se sentent bien intégrés à l'école passent en moyenne un peu moins de temps sur leur téléphone portable et sur Internet. Cela peut s'expliquer par le fait qu'une bonne ambiance de classe et de bons contacts avec les camarades renforcent la motivation scolaire des jeunes, ce qui les encouragerait à consacrer plus de temps aux activités et aux obligations scolaires (devoirs à la maison ou apprentissage) dans le cadre extrascolaire. Tandis que les dynamiques de groupe extrascolaires sont associées à des durées d'utilisation globalement plus élevées, l'intégration scolaire semble avoir un impact régulateur sur l'utilisation du téléphone portable et d'Internet. Du côté des parents, une attitude de soutien et d'intérêt vis-à-vis de l'école peut avoir une influence positive sur la motivation des enfants à l'école (Simons-Morton & Chen, 2009).

Tout comme l'intégration dans le groupe de pairs, une bonne intégration à l'école permet d'être moins confronté à **des expériences de type cyberharcèlement**. L'ambiance en classe semble apporter une protection supplémentaire dans ce domaine. Pour les jeunes, la classe constitue un cadre important dans lequel développer ses compétences sociales et apprendre les normes de comportement. C'est pourquoi la survenue de cas de cyberharcèlement est étroitement liée aux dynamiques au sein de la classe et aux normes prédominantes en matière de harcèlement (Gámez-Guadix & Gini, 2016). Une classe où l'ambiance est agressive augmente le risque d'être auteur ou victime de cyberharcèlement (Festl et al., 2013).

Pour résumer, ces résultats montrent que l'utilisation des médias par les jeunes s'inscrit dans le contexte de la famille, de l'école et du groupe de pairs. Ces trois instances de socialisation apportent différents soutiens aux jeunes et les guident dans le développement d'une consommation autodéterminée et avisée des médias. Sur tous les liens observés, il s'agit néanmoins d'effets faibles, ce qui prouve que

d'autres facteurs jouent un rôle décisif. Par exemple, le sexe est un facteur déterminant pour ce qui est des expériences avec la pornographie, les contenus violents et la communication sexuelle. Tandis que les garçons sont beaucoup plus souvent en contact avec des contenus pornographiques, le sexting et le harcèlement sexuel sont plus fréquents chez les filles. En fonction du sexe, les jeunes semblent chercher leurs limites dans différents domaines et sont également exposés à des risques différents durant leur développement. Les caractéristiques sociodémographiques telles que le statut socioéconomique et l'origine des parents jouent également un rôle déterminant, en particulier concernant la durée d'utilisation des médias numériques. Plus le statut socioéconomique est élevé, plus le temps consacré au téléphone portable par semaine est faible et par rapport aux jeunes d'origine étrangère, les adolescents suisses déclarent passer moins de temps par semaine sur Internet, leur téléphone et les jeux vidéo. Le statut socioéconomique et l'origine semblent constituer d'importants facteurs familiaux dans le cadre de l'utilisation des médias. C'est pourquoi nous devons veiller en particulier à cibler également les familles au SSE plus faible et issues de l'immigration en les informant et en les aidant à gérer l'utilisation des médias par leurs enfants.

Même si les ressources familiales et sociales ne protègent pas les jeunes contre les expériences potentiellement problématiques avec les médias, il faut partir du principe qu'elles permettent aux adolescents de maîtriser et de digérer les expériences négatives.

6 Conseils pour les parents et les écoles...

... pour aider les jeunes à adopter une consommation des médias autodéterminée, avisée et adaptée à leurs besoins.

- **Utiliser avec modération** son téléphone portable, les jeux vidéo ou Internet est important mais ne signifie pas la même chose pour tout le monde. Aidez vos enfants à trouver leur **propre équilibre**.
- Quand ils sont correctement utilisés, les médias peuvent aider à relever les défis de l'adolescence. Développement et entretien d'amitiés, informations sur les écoles et les métiers, réponses à ses propres questions en ligne – **les médias permettent de réaliser de nombreux objectifs** qui aident à grandir.
- Même si à l'adolescence, le groupe de pairs occupe une plus de plus en plus importante, une **bonne relation parents-enfant** reste primordiale. Continuez à manifester de l'intérêt pour les activités (médiatiques) de vos enfants et **écoutez-les attentivement** quand ils viennent vous faire part de leurs préoccupations – même si ce n'est pas toujours le bon moment pour vous.
- Les jeunes sont confrontés à des contenus pornographiques et à une communication sexuelle en ligne. Il est normal et sain de réfléchir et de s'intéresser aux questions de la sexualité et de l'intimité. La meilleure prévention contre les effets négatifs est de ne pas faire de la **sexualité et de l'intimité un tabou** et d'aider les jeunes à développer un rapport positif et respectueux à la sexualité et une gestion autodéterminée de leurs propres limites. Vous trouverez de précieux conseils auprès de [Pro Juventute](#) ou sur [Jeunes et médias](#).
- Concernant la pornographie, le sexting et le harcèlement sexuel, il s'agit toujours de la **reproduction de stéréotypes genrés**. Si les jeunes apprennent à traiter eux-mêmes et les autres avec respect et à apprécier la diversité des prises de rôles possibles, ils seront aussi moins impressionnés par les modèles et mises en scène stéréotypés. Dans ce contexte, les personnes de référence adultes proches font figure **d'exemple**.
- **L'intégration scolaire est un facteur de protection** qui permet de développer une consommation modérée et avisée des médias. Cela profite en particulier aux jeunes défavorisés, qui bénéficient d'un soutien moins solide de la part de leurs parents. La collaboration entre les parents et l'école ainsi que l'aide mutuelle renforcent l'intégration scolaire.
- Promouvez une **ambiance positive** et une bonne intégration des élèves dans la classe. Cela vous permettra notamment d'éviter les cas de cyberharcèlement.

7 Bibliographie

- Arató, N., Zsidó, A. N., Rivnyák, A., Péley, B., & Lábadi, B. (2022). Risk and protective factors in cyberbullying: The role of family, social support and emotion regulation. *International Journal of Bullying Prevention, 4*(2), 160–173. <https://doi.org/10.1007/s42380-021-00097-4>
- Bachmann, N. (2014). *Soziale Ressourcen als Gesundheitsschutz: Wirkungsweise und Verbreitung in der Schweizer Bevölkerung und in Europa*.
- Baldry, A. C., & Farrington, D. P. (2005). Protective factors as moderators of risk factors in adolescence bullying. *Social Psychology of Education, 8*(3), 263–284. <https://doi.org/10.1007/s11218-005-5866-5>
- Bengel, J., Meinders-Lücking, F., & Rottmann, N. (2009). *Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen: Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren für Gesundheit*. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.
- Borca, G., Bina, M., Keller, P. S., Gilbert, L. R., & Begotti, T. (2015). Internet use and developmental tasks: Adolescents' point of view. *Computers in Human Behavior, 52*, 49–58. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.05.029>
- Budde, J., Witz, C., & Böhm, M. (2022). Sexual boundary violations via digital media among students. *Frontiers in Psychology, 12*. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.755752>
- Cohen, J. (1992). Statistical Power Analysis. *Current Directions in Psychological Science, 1*(3), 98–101. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10768783>
- Cripps, K., & Zyromski, B. (2009). Adolescents' psychological well-being and perceived parental involvement: Implications for parental involvement in middle schools. *RMLE Online, 33*(4), 1–13. <https://doi.org/10.1080/19404476.2009.11462067>
- Faltýnková, A., Blinka, L., Ševčíková, A., & Husarova, D. (2020). The associations between family-related factors and excessive internet use in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(5), Article 5. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051754>
- Festl, R., Scharnow, M., & Quandt, T. (2013). Peer influence, internet use and cyberbullying: A comparison of different context effects among German adolescents. *Journal of Children and Media, 7*(4), 446–462. <https://doi.org/10.1080/17482798.2013.781514>
- Flouri, E., & Buchanan, A. (2003). The role of father involvement and mother involvement in adolescents' psychological well-being. *The British Journal of Social Work, 33*(3), 399–406. <https://doi.org/10.1093/bjsw/33.3.399>
- Friedrichs, H., & Sander, U. (2010). Peers und Medien – die Bedeutung von Medien für den Kommunikations- und Sozialisationsprozess im Kontext von Peerbeziehungen. In M. Haring, O. Böhm-Kasper, C. Rohlf, & C. Palentien (Hrsg.), *Freundschaften, Cliques und Jugendkulturen* (S. 283–307). VS Verlag für Sozialwissenschaften. https://doi.org/10.1007/978-3-531-92315-4_14
- Gámez-Guadix, M., & Gini, G. (2016). Individual and class justification of cyberbullying and cyberbullying perpetration: A longitudinal analysis among adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology, 44*, 81–89. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2016.04.001>
- Gibson, D. M., & Jefferson, R. N. (2006). The effect of perceived parental involvement and the use of growth-fostering relationships on self-concept in adolescents participating in gear up. *Adolescence, 41*(161), 111–125.

- Havighurst, R. J. (1953). *Human development and education* (S. ix, 338). Longmans, Green.
- Heinrichs, N., & Heinrichs, N. (2011). *Klinische Entwicklungspsychologie kompakt: Psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter*. Beltz.
- Holtz, P., & Appel, M. (2011). Internet use and video gaming predict problem behavior in early adolescence. *Journal of Adolescence*, *34*(1), 49–58. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.02.004>
- Hunter, S. C., Russell, K., Pagani, S., Munro, L., Pimenta, S. M., Marín-López, I., Hong, J. S., & Knifton, L. (2021). A social-ecological approach to understanding adolescent sexting behavior. *Archives of Sexual Behavior*, *50*(6), 2347–2357. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-01988-9>
- Hurrelmann, K., & Quenzel, G. (2022). *Lebensphase Jugend*. <https://content-select.com/de/portal/media/view/60473694-5aac-4765-b7e3-389bb0dd2d03?forceauth=1>
- Karaer, Y., & Akdemir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Comprehensive Psychiatry*, *92*, 22–27. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2019.03.003>
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, *140*(4), 1073–1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- Külling, C., Waller, G., Suter, L., Willemse, I., Bernath, J., Skirgaila, P., Streule, P., & Süss, D. (2022). *JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. <https://doi.org/10.21256/zhaw-26216>
- Lee, S.-J., & Chae, Y.-G. (2007). Children's internet use in a family context: Influence on family relationships and parental mediation. *CyberPsychology & Behavior*, *10*(5), 640–644. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9975>
- Lei, L., & Wu, Y. (2007). Adolescents' paternal attachment and internet use. *CyberPsychology & Behavior*, *10*(5), 633–639. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9976>
- Lohaus, A. (2018). *Entwicklungspsychologie des Jugendalters*. Springer-Verlag.
- Lohaus, A., & Nussbeck, F. W. (2016). *Fragebogen zu Ressourcen im Kindes- und Jugendalter (FRKJ 8-16)* (1. Aufl.). Hogrefe.
- Luthar, S. S. (2015). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In *Developmental Psychopathology* (S. 739–795). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9780470939406.ch20>
- Makri-Botsari, E., & Karagianni, G. (2014). Cyberbullying in Greek adolescents: The role of parents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *116*, 3241–3253. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.742>
- Mesch, G. S. (2009). Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *CyberPsychology & Behavior*, *12*(4), 387–393. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0068>
- Piko, B. F., Fitzpatrick, K. M., & Wright, D. R. (2005). A risk and protective factors framework for understanding youth's externalizing problem behavior in two different cultural settings. *European Child & Adolescent Psychiatry*, *14*(2), 95–103. <https://doi.org/10.1007/s00787-005-0437-z>
- Quenzel, G. (2015). *Entwicklungsaufgaben und Gesundheit im Jugendalter*. <https://content-select.com/de/portal/media/view/552557c9-f218-4a51-a5d6-4cc3b0dd2d03?forceauth=1>

- Richards, R., McGee, R., Williams, S. M., Welch, D., & Hancox, R. J. (2010). Adolescent screen time and attachment to parents and peers. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 164(3), 258–262. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2009.280>
- Roberts, R. E. L., & Bengtson, V. L. (1993). Relationships with parents, self-esteem, and psychological well-being in young adulthood. *Social Psychology Quarterly*, 56(4), 263–277. <https://doi.org/10.2307/2786663>
- Seiffge-Krenke, I., & Gelhaar, T. (2008). Does successful attainment of developmental tasks lead to happiness and success in later developmental tasks? A test of Havighurst's (1948) theses. *Journal of Adolescence*, 31(1), 33–52. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.04.002>
- Simons-Morton, B., & Chen, R. (2009). Peer and parent influences on school engagement among early adolescents. *Youth & Society*, 41(1), 3–25. <https://doi.org/10.1177/0044118X09334861>
- Singh, A., Wilkinson, S., & Braganza, S. (2014). Smartphones and pediatric apps to mobilize the medical home. *The Journal of Pediatrics*, 165(3), 606–610. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2014.05.037>
- Smahel, D., Gulec, H., Lokajova, A., Dedkova, L., & Machackova, H. (2022). The integrative model of ICT effects on Adolescents' well-being (iMEW): The synthesis of theories from developmental psychology, media and communications, and health. *European Journal of Developmental Psychology*, 0(0), 1–18. <https://doi.org/10.1080/17405629.2022.2135501>
- Suter, L., Bernath, J., Willemse, I., Külling, C., Waller, G., Skirgaila, P., & Süss, D. (2023). *MIKE – Medien, Interaktion, Kinder, Eltern: Ergebnisbericht zur MIKE-Studie 2021*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. <https://doi.org/10.21256/zhaw-27617>
- Vanden Abeele, M., Campbell, S. W., Eggermont, S., & Roe, K. (2014). Sexting, mobile porn use, and peer group dynamics: Boys' and girls' self-perceived popularity, need for popularity, and perceived peer pressure. *Media Psychology*, 17(1), 6–33. <https://doi.org/10.1080/15213269.2013.801725>
- Vogelsang, V. (2017). *Sexuelle Viktimisierung, Pornografie und Sexting Im Jugendalter: Ausdifferenzierung Einer Sexualbezogenen Medienkompetenz* (Bd. 37). Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH.
- Wartberg, L., Kriston, L., & Thomasius, R. (2020). Internet gaming disorder and problematic social media use in a representative sample of German adolescents: Prevalence estimates, comorbid depressive symptoms and related psychosocial aspects. *Computers in Human Behavior*, 103, 31–36. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.09.014>
- Wustmann, C. (2004). *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*. Beltz. <https://orlis.difu.de/handle/difu/263597>
- Yu, L., & Shek, D. T. L. (2013). Internet addiction in hong kong adolescents: A three-year longitudinal study. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 26(3, Supplement), S10–S17. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2013.03.010>
- Zhu, Y., Deng, L., & Wan, K. (2022). The association between parent-child relationship and problematic internet use among English- and Chinese-language studies: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.885819>

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

Angewandte Psychologie

Pfingstweidstrasse 96
Case postale
CH-8037 Zürich

Téléphone +41 58 934 83 10

info.psychologie@zhaw.ch
www.zhaw.ch/psychologie