Smartphones interdits à l'école :

des effets contrastés, mais un climat plus serein

Depuis la rentrée 2025, l'usage récréatif des smartphones et autres équipements connectés est interdit dans les écoles de la Fédération Wallonie-Bruxelles, de la maternelle à la fin du secondaire, sauf exceptions pédagogiques ou liées à des besoins spécifiques. Une interdiction qui a principalement pour but d'apaiser le climat scolaire et d'améliorer les résultats des élèves. Mais éteindre les écrans à l'école suffit-il à répondre à ces enjeux ?

Un dossier de **Gérald Vanbellingen**



© DR

Des élèves qui s'ennuient davantage dans la cour, d'autres qui ont retrouvé le goût des échanges. Certains regrettent un moyen de s'évader ou de s'isoler, tandis que d'autres se sentent plus libres sans écran. Des équipes éducatives ou psycho-médico-sociales qui observent un climat plus apaisé, d'autres qui perçoivent peu de changements. Mais aussi des jeunes qui peinent toujours à aller vers les autres ou contournent l'interdiction lorsque l'occasion se présente.

Sans trop de surprise, les retours obtenus auprès d'une petite dizaine d'écoles ont été aussi nombreux que variés. Les principaux points communs dans ces témoignages sont positifs : un climat scolaire globalement plus apaisé et une meilleure sociabilisation entre élèves. Pour dépasser ce constat général et comprendre ce qui change réellement au quotidien, Entrées libres a rencontré des élèves et l'équipe éducative du Collège Saint-André d'Auvelais. Dans cet établissement, l'interdiction du smartphone est entrée en vigueur depuis la rentrée 2024-2025, soit un an avant sa généralisation à l'ensemble des écoles de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

Un cadre posé avant l'heure

Sur le chemin menant à l'entrée du Collège, quelques adolescents ont encore les yeux rivés sur leur téléphone portable. Certains marchent en le consultant, d'autres se sont arrêtés pour mieux l'utiliser. Mais tous le savent, dès l'entrée de l'école franchie, ils devront le ranger. Officiellement, le smartphone sera totalement éteint. Pas question pour les élèves de le mettre en mode avion ou silencieux ; une habitude que certains élèves ont dû adopter depuis deux ans désormais. *« On n'a pas attendu la directive ministérielle pour mettre cela en place »*, explique le directeur adjoint, Gilles Bokuetenge. *« Chez nous, cela fait déjà deux ans que le smartphone est interdit pour le premier degré. Aujourd'hui, on constate certains effets, comme des élèves moins connectés et qui communiquent plus dans la cour. »*



Antoine Mageren, CPE © DR

Si la décision originelle n'est pas venue d'en haut au Collège Saint-André, elle fait suite à un trop-plein du terrain. *« Avant, on devait régler énormément de soucis liés à Snapchat, à TikTok et compagnie. Les photos partagées dans des groupes, les commentaires et autres pesaient énormément sur le bien-être des élèves »*, se souvient Antoine Mageren, conseiller principal d'éducation (CPE) et auparavant éducateur. *« Lorsque l'arrêté ministériel est arrivé l'année suivante, cela nous a surtout confortés dans notre démarche. Ce n'était plus simplement une décision propre à l'école, ni qui ne concernait que certains élèves, mais une décision qui s'appliquait partout et pour tous. »*

Pas question toutefois ici de ranger les smartphones dans des casiers ou pochettes, comme c'est parfois le cas. *« On fonctionne beaucoup à la confiance, et puis il faut dire qu'on compte plus de 1.000 élèves sur le site, ce serait ingérable. Alors, des abus, on n'est pas naïfs, il y en a, mais cela reste limité. Les élèves connaissent les règles et ce qu'ils risquent s'ils les enfreignent. »*

Plus de contacts dans la cour

Quand on laisse la parole aux élèves, le constat le plus partagé concerne la socialisation. Léna, une élève de rhéto, se souvient de ses premières années à l'école : *« Dans la cour, il y en avait plein qui étaient sur leur téléphone pour jouer plutôt que de se parler. Aujourd'hui, par rapport aux liens qui existent avec les autres, cela se passe réellement beaucoup mieux. »*

Un constat partagé par de nombreux autres élèves, mais aussi des enseignants. *« Il y a deux ans, les gamins, surtout le matin, jouaient tous sur leur gsm l'un à côté de l'autre, assis par terre. C'était radical »*, se souvient un enseignant de 1re secondaire. Depuis que le gsm est interdit, les éducatrices voient des élèves qui *« ressortent des jeux de cartes, jouent à des jeux de société dans le réfectoire, chose qui n'existait plus vraiment avant ».*

« On a la chance d'avoir de l'espace, des terrains de sport, une ludothèque. Lorsque les enfants ne savent pas communiquer entre eux, on peut leur mettre un ballon, un jeu ou une raquette en main », ajoute le CPE. *« Le contact se fait plus facilement et plus calmement. »*



L'équipe d'éducatrices du Collège Saint-André d'Auvelais. © DR

Un effet inégal selon les élèves

Cette interdiction du gsm à l'école n'a pas pour autant les mêmes effets pour tout le monde. *« Cela ne change pas grand-chose en définitive »*, explique un chef d'atelier. *« L'école était déjà très attentive à la situation avant l'interdiction. Mais il est vrai que j'observe quand même une meilleure concentration des élèves. »*

Ses élèves sont un peu plus tranchés. *« C'est une interdiction inutile »*, lâche l'un d'entre eux. *« Ok pour les arguments sur la sociabilisation, mais les élèves qui sont plus timides et qui ont du mal à aller vers les autres, ils font comment ? Est-ce qu'ils ont retrouvé ce réflexe d'aller vers les autres ? » « Non, pas du tout »*, lui répond du tac au tac une autre élève. *« Moi je suis très timide et je reste seule, c'est tout. »*

Pour certains, cette interdiction du gsm s'apparenterait donc aussi à un moyen de communication qui leur a été enlevé. Voire, pour certains, une sorte de refuge qu'on leur refuse. *« Lorsqu'on est tout seul ou quand on n'a pas spécialement envie de parler à quelqu'un, être sur notre téléphone, c'est bien pour passer le temps. Maintenant, on n'y a plus droit et c'est dommage »*, regrette cet élève de 5e.

Quant aux élèves de rhétos — qui peuvent sortir de l'école pendant les pauses ou gagner un local qui leur est dédié — l'interdiction ne semble pas changer grand-chose dans leur quotidien. *« Vu qu'on a le droit de sortir de l'école à des moments donnés, cela n'a pas beaucoup d'impact. En plus, ici, dans notre local, on bénéficie d'une certaine tolérance pour l'utilisation des gsm, même si on nous rappelle à chaque fois qu'on ne peut pas l'utiliser. »*

Un recul du harcèlement, mais avec des nuances

Sur le harcèlement, les avis divergent. Pour le CPE, *« cela a très clairement diminué depuis qu'il n'y a plus de téléphone à l'école »*. Il pointe à nouveau les photos et les vidéos qui circulaient. *« Il y avait tellement de téléphones partout que, pour les éducateurs, c'était impossible de voir qui faisait des photos et de contrôler. Maintenant, un élève qui veut prendre une photo, on le repère tout de suite ou du moins c'est beaucoup plus flagrant. »*

Les groupes sur les réseaux sociaux n'ont évidemment pas disparu. *« Les élèves quand ils rentrent chez eux, ils se parlent, évidemment »*, relèvent des éducatrices et des enseignants. *« Ce n'est pas à l'école qu'ils s'envoyaient des trucs sur les groupes, c'était souvent après. Ce qui pouvait dégénérer assez vite. Cela n'a pas disparu. On reçoit encore des captures d'écran de discussions où des élèves sont victimes d'injures ou autres, voire de harcèlement. Mais c'est quand même nettement moins le cas qu'avant. »*

« D'une certaine manière, la directive de la ministre nous dédouane un peu en tant qu'école si je peux dire », ajoute une éducatrice. *« Car ces faits ne se passent plus dans nos murs. Lorsque c'est plus grave, c'est la police qui va gérer. Cela force aussi les parents à prendre leurs responsabilités. »*

« On pourrait donc dire que le climat scolaire est tout de même plus apaisé, même si la baguette magique pour faire disparaître l'intégralité des problèmes liés au vivre-ensemble n'a pas encore été trouvée », résume Antoine Mageren.



Sans smartphone, plus de contacts © DR

Tolérance, abus et zones grises

Si le smartphone est interdit à l'école, direction, CPE, enseignants et éducateurs assument une certaine tolérance. La répression n'est pas la priorité. *« Le but, ce n'est pas de sortir la mitraillette à chaque fois qu'il y a quelque chose qui ne va pas »*, explique le CPE. *« On fait toujours de la prévention. Les élèves savent qu'après trois remarques pour un gsm, c'est deux heures de retenue. Mais dans les faits, on repère deux ou trois téléphones chaque semaine, pour plus de 1.000 élèves. Après, on sait bien que certains les utilisent, comme aux toilettes. Mais on ne peut pas tous les suivre partout. »*

Des élèves de 3e parlent de ces contournements de l'interdiction sans détour : *« On voit souvent des abus : on oublie de l'éteindre le matin, on le rallume un peu trop tôt, on l'utilise en cachette. C'est assez facile et cela va vite. »* Ils décrivent aussi des inégalités, notamment vis-à-vis des élèves de rhétos. *« Dans certains locaux, les élèves sont tous sur leur téléphone, les éducateurs rentrent et font comme s'ils n'avaient rien vu. »*

Les éducatrices en conviennent : *« C'est impossible de tout voir, on fait pour un mieux. Et puis il y a des moments où l'on se montre naturellement plus tolérant, comme en sortie scolaire. C'est la loi et l'esprit de la loi. »*

Si les sanctions varient entre écoles, au Collège Saint-André, on se refuse à confisquer les smartphones. *« On ne prend jamais le téléphone »*, assure le CPE. *« On ne prend pas le risque de voir un élève – dont le téléphone peut coûter très cher – nous reprocher de l'avoir cassé ou abîmé. Là encore, ce serait ingérable. »*

Autre particularité, les plus jeunes peuvent rallumer leur téléphone quand on se rapproche de l'heure de la fin des cours. *« Cela leur permet d'être en contact avec papa ou maman, qu'ils puissent savoir qui et quand on vient les chercher. Cela nous paraît utile, on trouve bien plus dangereux de laisser des jeunes de 12-13-14 ans aller dans la rue pour utiliser leur smartphone plutôt que d'attendre sagement à l'école »*, explique le Antoine Mageren.

Interdiction versus Smartschool : une règle contradictoire ?

Reste une contradiction, que Léna, une élève de rhéto, formule : *« On nous demande de plus en plus de travailler via la technologie, via Smartschool, mais on nous interdit le téléphone. C'est parfois contradictoire. »* À l'étude, les devoirs sont *« pratiquement tous sur l'application »*, ce qui oblige les élèves à sortir leur téléphone.

Dès la 3e année, il existe d'ailleurs une salle de travail où l'utilisation du téléphone est autorisée pour permettre l'accès à Smartschool. Mais là encore, les éducatrices admettent certaines limites. *« On essaie de passer régulièrement dans le local, mais on sait qu'ils vont quand même sur les réseaux. On n'a pas les moyens de tout vérifier. »*

Une autre limite liée à l'interdiction du smartphone à l'école concerne les informations pratiques. L'information aurait plus de mal à circuler qu'avant. *« On nous communique des infos par l'application, mais comment on est censé le savoir si on ne peut pas regarder nos téléphones ? »*, s'interroge un élève de rhéto. *« Aujourd'hui, on finit plus tôt parce qu'un enseignant est absent, mais on ne peut pas voir le message »*, ajoute un élève de 3e. *« Finalement, ce sont ceux qui enfreignent la règle qui le voient et le disent, mais il y a sans doute moyen d'améliorer tout cela. »*

À noter pour être complet que des écrans ont été disposés au sein de l'école pour informer les élèves par rapport aux absences de professeur ou pour donner d'autres informations.

▪ **Gérald Vanbellingen**



Dans la cour, le climat général semble aujourd'hui plus apaisé. © DR

Écrans à l'école : ni miracle, ni danger

Face à la diversité des effets constatés sur le terrain, que dit la recherche ? Pour Maxime Résibois, responsable de projets et docteur en psychologie au CRéSaM (Centre de Référence en Santé Mentale), les écrans ne sont ni bénéfiques ni nocifs en soi. Derrière chaque usage se cache en réalité un besoin. Éteindre les écrans ou en l'occurrence interdire le smartphone peut aider, mais ce n'est qu'une réponse possible parmi d'autres. *« Une réponse qui peut constituer un levier, mais qui ne résume ni ne remplace la réflexion à mener. »*

« Il faut d'abord essayer de comprendre à quoi sert l'écran pour la personne ou l'élève qui l'utilise », explique Maxime Résibois du CRéSaM. *« Derrière un usage, se trouve souvent un besoin. Celui-ci peut être très varié. Cela peut être le besoin de se distraire, d'appartenir à un groupe, de se rassurer, d'apprendre ou encore de se sentir valorisé, etc. »*

Les réactions positives reçues sur une publication peuvent renforcer l'estime de soi et le sentiment d'être accepté. Les échanges en ligne permettent aussi de maintenir des relations ou de trouver une communauté lorsqu'on se sent isolé. Ces fonctions ne rendent, toutefois, pas tous les usages bénéfiques. Les réseaux sociaux peuvent aussi exposer les jeunes à des comparaisons difficiles à vivre, à des contenus favorisant les troubles alimentaires, à la désinformation ou au cyberharcèlement. *« Mais réduire les écrans à leurs seuls dangers revient à ignorer une partie de ce qu'ils représentent dans le quotidien des adolescents »*, poursuit le chercheur.

Pour ce dernier, l'enjeu consiste donc à examiner les usages plutôt qu'à considérer le temps d'écran — une valeur souvent utilisée, car facile à mesurer — comme l'unique indicateur. Deux jeunes peuvent passer une durée similaire devant leur téléphone sans en faire le même usage ni en retirer les mêmes effets. Tout dépend notamment des contenus consultés, des circonstances et de la place que ces activités occupent dans leur vie.



© DR

« Derrière un usage se trouve souvent un besoin qui peut être très varié. Cela peut être le besoin de se distraire, d'appartenir à un groupe, de se rassurer, d'apprendre ou encore de se sentir valorisé, etc. » — Maxime Résibois

Sortir des discours alarmistes

Les inquiétudes relatives aux effets des écrans sur la santé mentale sont légitimes. Elles ne justifient toutefois pas de conclure que les smartphones seraient, à eux seuls, responsables du mal-être des jeunes. *« Les effets observés dans diverses études sur le sujet sont généralement limités et les résultats ne permettent pas d'établir une relation de cause à effet simple »*, précise Maxime Résibois. *« Le lien peut d'ailleurs fonctionner dans les deux sens. Un jeune en difficulté peut se tourner davantage vers son téléphone pour se distraire, se rassurer ou chercher du soutien, tandis que certains usages peuvent accentuer son mal-être, notamment lorsqu'ils favorisent les comparaisons, l'exposition à des contenus nocifs ou les conflits en ligne. »*

Les effets dépendent donc des personnes, des pratiques et de leur environnement. *« Certaines conceptions alarmistes voient les réseaux sociaux comme une espèce de vague déferlante sur notre santé mentale, qui serait en train de détruire nos jeunes de manière presque magique »*, relève le chercheur. *« Pourtant, lorsqu'on s'intéresse à la littérature scientifique, ce n'est pas du tout ce qu'on y retrouve. »*

Cela ne signifie pas qu'il faille minimiser les risques. Le cyberharcèlement, par exemple, peut avoir des conséquences importantes. Mais le harcèlement existait avant les smartphones et ne disparaît pas nécessairement lorsqu'on interdit leur usage à l'école. *« Retirer l'outil ne va pas résoudre ces problèmes »*, *poursuit Maxime Résibois. « Le harcèlement, il se faisait avant, et malheureusement, il continuera à se produire. »*

Pour agir efficacement, il faudrait donc s'intéresser aux relations qu'ont les jeunes, entre eux, autant qu'aux outils qu'ils utilisent.

Interdire le smartphone : des résultats contrastés

Plusieurs pays ont également instauré des restrictions concernant les téléphones à l'école. Les expériences internationales font état de certains bénéfices, comme moins de distractions en classe, davantage d'attention aux activités scolaires et, dans certains établissements, plus d'échanges entre élèves pendant les pauses. Une enquête commandée par le gouvernement néerlandais auprès de 317 écoles secondaires relève ainsi une meilleure concentration dans trois quarts d'entre elles et un meilleur climat social dans près de deux tiers.

Les résultats restent toutefois contrastés. Maxime Résibois invite à la prudence en raison de peu de preuves récoltées, de résultats *« assez contradictoires »* et d'un recul qui n'est sans doute pas encore assez important. Il cite un sondage néerlandais qui *« à côté de moins de distractions et de meilleures interactions pendant les pauses, relevait une autonomie diminuée, des difficultés à accéder à des informations pratiques comme les horaires ou les devoirs en ligne, un sentiment d'isolement chez certains jeunes et une hausse du harcèlement en face à face. Bref, là où on aurait pu penser qu'en agissant sur le cyberharcèlement on diminuerait le harcèlement en général, cela n'a, semble-t-il, pas été le cas…»*

En Australie, des travaux n'ont pas observé de différence nette entre les écoles qui interdisent les smartphones et celles qui les autorisent. Certaines ont relevé davantage de situations de harcèlement dans les premières. Au Royaume-Uni, l'étude *SMART Schools*, menée par The Lancet Regional Health – Europe dans 30 écoles, ne trouve aucune différence de bien-être entre établissements restrictifs et permissifs.



© DR



« Il serait donc hasardeux d'en tirer une conclusion universelle », continue Maxime Résibois. Une interdiction peut améliorer le climat d'un établissement dans lequel le téléphone occupait une place envahissante. Elle aura peut-être moins d'effet là où les élèves l'utilisaient déjà peu en classe ou préféraient se retrouver sans écran pendant les pauses.

Au Collège Saint-André d'Auvelais, où l'interdiction existait déjà en partie avant le décret, le conseiller principal d'éducation souligne lui-même la chance d'avoir de l'espace, des terrains de sport et une ludothèque. Le contexte, les habitudes et la manière dont la règle est appliquée semblent donc compter autant que la mesure elle-même.



Maxime Résibois © DR

L'école, entre écrans et papier

La question ne concerne pas uniquement les smartphones pendant les récréations. Elle touche aussi la place des outils numériques dans les apprentissages. Les pays scandinaves, qui avaient par exemple misé beaucoup sur le numérique à l'école, ont fait le choix politique de réinvestir davantage le papier, les livres et l'écriture manuscrite. Un choix qui ne constitue pas pour autant un retour en arrière mais qui s'apparente à un constat pédagogique. Certains apprentissages, comme la lecture ou l'écriture, sembleraient mieux fonctionner sur papier.

Cela ne signifie pas que le numérique n'a pas sa place à l'école. Une vidéo ou une animation en trois dimensions peut faciliter la compréhension d'un phénomène dynamique. En revanche, lorsqu'un document papier et son équivalent numérique proposent exactement le même contenu, l'écran n'apporte pas nécessairement de bénéfice supplémentaire. L'efficacité d'un outil dépend de ce qu'on lui demande, du contexte pédagogique et de la manière dont l'enseignant l'intègre à son cours.

Accompagner plutôt que simplement contrôler

Pour Maxime Résibois, la prévention ne peut pas reposer uniquement sur l'interdiction ou sur des réglages techniques. Elle passe aussi par l'éducation aux médias, l'apprentissage de la régulation des émotions et une meilleure compréhension de la santé mentale. Les jeunes doivent pouvoir développer leur esprit critique, reconnaître les contenus problématiques et comprendre les effets possibles de leurs pratiques.

La présence des adultes reste également essentielle. Parents et professionnels de l'éducation peuvent aider les adolescents à prendre du recul, à parler de leurs expériences en ligne et à chercher du soutien lorsqu'une situation devient difficile. Encore faut-il disposer du temps et de l'énergie nécessaires pour les accompagner.

Cela ne veut pas non plus dire qu'il faut renoncer aux règles. Des limites peuvent être utiles pour protéger les apprentissages, préserver des moments sans téléphone ou encore favoriser les rencontres en présence. Mais une interdiction ou une règle ne remplace ni la prévention ni le travail sur les comportements. *« C'est la solution simple. Si on met la poussière sous le tapis, cela donne une impression de propreté, mais ça ne l'est pas pour autant. »*, estime le chercheur.

Il n'existe en somme pas de réponse unique, valable pour toutes les écoles et tous les jeunes. *« C'est frustrant, mais cela peut aussi être rassurant. Il n'y a sans doute pas de bonne solution, on va nécessairement se tromper à certains moments, parce qu'on ne peut pas avoir toutes les réponses à toutes les situations de tous les élèves »*, reconnaît Maxime Résibois. *« Les établissements doivent donc pouvoir expérimenter, observer les effets des mesures prises et les adapter à leur réalité. L'interdiction du smartphone peut constituer un levier, mais elle ne résume pas ni ne remplace la réflexion à mener. Au-delà de la présence ou de l'absence des écrans, l'enjeu consiste à donner aux jeunes les moyens de comprendre leurs usages, d'en tirer parti et d'en reconnaître les limites. »*

▪ **Gérald Vanbellingen**





Interdits dans les écoles, les smartphones sont quand même souvent tolérés dans certains cas précis. *« La règle et l'esprit de la règle. »* © DR