

Priorités éducatives

L'éducation aux comportements numériques

Les "digital natifs" seront connectés de [100 000 à 300 000 heures](#) dans leurs vies : le numérique est si utile ! Son juste usage - les bons comportements - impose un apprentissage : le numérique est trop attractif pour espérer une autorégulation. Ils devront apprendre à en déjouer les pièges intellectuels (ex. déconcentration ; épuisement), psychologiques (ex. stress chronique, conduite addictive) et physiques (ex. sédentarité).

Le numérique leur offre tant : de l'accès à une information presque illimité aux joies de la sérendipité. Mais aucune éducation ne permet au "digital natif" de différencier usage pertinent et erratique. Prenons deux exemples. Le travail en multitâche (multitasking) dont le "digital natif" raffole : il est un peu maître du monde devant son écran en multifenêtrage, souvent un mobile à la main. Pourtant le cerveau ne sait pas travailler en multitâche réel : les PhD et Prs Stéphane Amato et Eric Boutin dénoncent cette illusion et précise que ce « [type de fonctionnement mental aggrave les erreurs de jugement](#) ». Incité à être toujours connecté par peur de manquer une information (FOMO), le digital natif se doit de répondre toujours toujours plus vite : la dernière injonction chasse la priorité à traiter et le temps de réflexion devient trop court. Le numérique est trop attractif voire addictif : il n'y pas d'auto-régulation, seule une éducation fondée sur un discernement entre juste connexion et hyperconnexion, permettra d'apprendre à « bien travailler ». Par-delà le travail, d'autres éducations au numérique seront indispensables. En santé physique il faudra apprendre à bouger : derrière un écran, rester assis inconsidérément [double les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2 et trois types de cancers](#). En santé mentale il faudra prévenir le stress numérique, voire préserver son image par exemple. Enfin il s'agit de réduire le risque des dérives addictives : n'attendons pas la fin des débats ad libitum du [DSM](#) 5 ou 6, pour agir : avec [72 millions de cartes mobiles](#) actives et plus de 100 000 heures connectées, ces risques ne s'endiguent pas.

A l'éducation numérique, associons une éducation aux comportements numériques !

Thierry LE FUR

Expert en comportements numériques et addictifs - MBA/IMP ; ESG ; DESU Santé ; Hs FIDE ; IPRP
Auteur de "Pouce ! Mieux vivre avec le numérique" - Editions DOCIS (Spécialiste Santé et social au travail)

Versailles le 8 Juin 2016