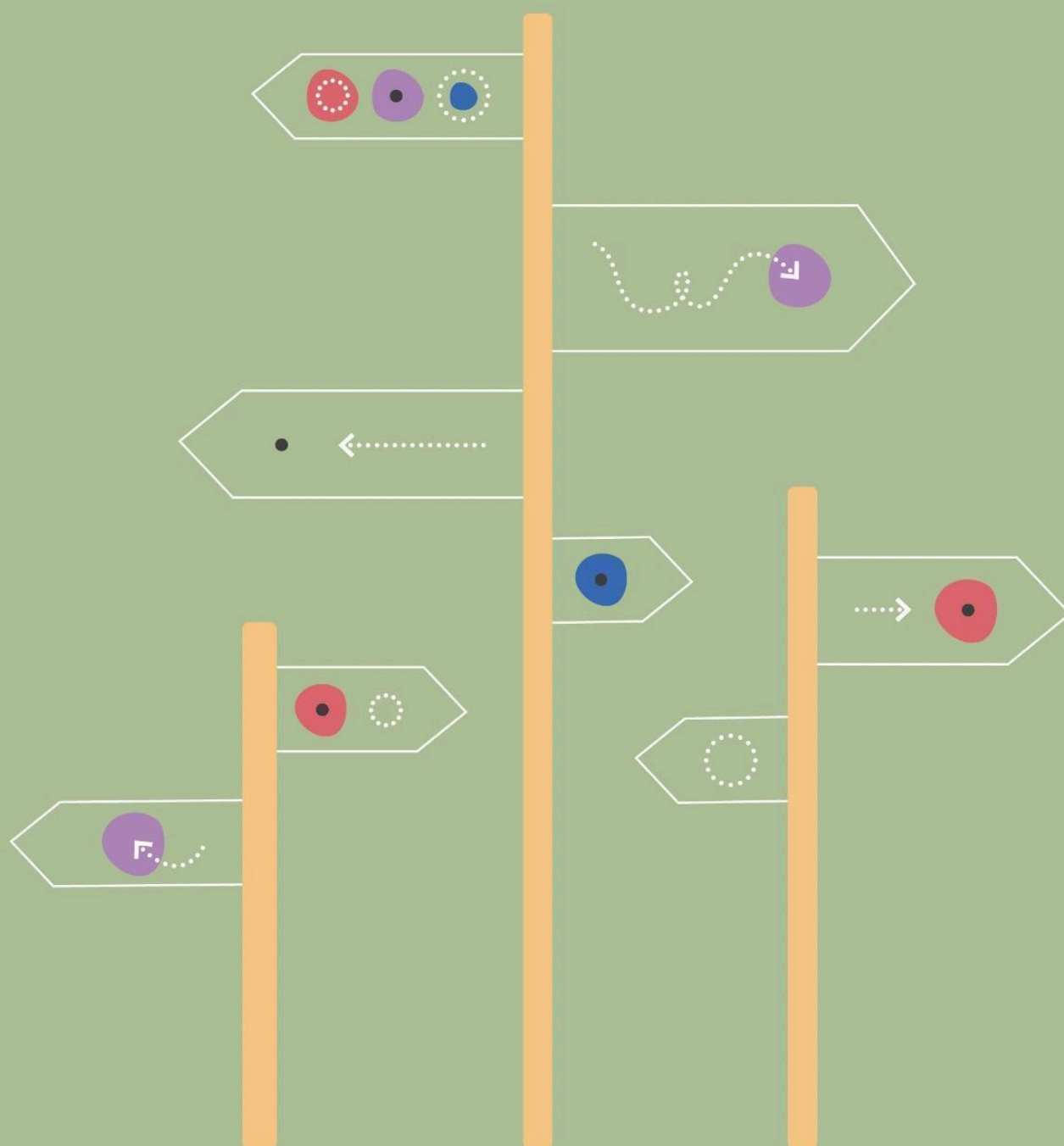



LIGNES DIRECTRICES HERMMES

Orientations pour la mise
en œuvre du projet



INTRODUCTION	4
COMMENT UTILISER CES LIGNES DIRECTRICES	8
Point de départ	9
Le programme d'études sur les médias	10
Culture et communauté	11
DÉVELOPPER LE CONTEXTE	13
Une vision de l'éducation	14
Développer les pratiques communautaires	16
Renforcer les moyens d'action	19
– Conditions intérieures du changement	20
– Atténuation des risques	21
– Unité de la famille	24

Le matériel du projet HERMME © 2025 par les [partenaires du projet HERMMES](#) est sous licence [CC BY-NC 4.0](#) 



**Co-funded by
the European Union**

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés sont toutefois ceux de l'auteur ou des auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenues pour responsables.

INTRODUCTION

L'éducation aux médias s'inscrit dans plusieurs contextes : le contexte global d'un monde en mutation, l'essor des économies de la connaissance, la mondialisation, la numérisation de l'enfance. Ces différents contextes s'inscrivent dans un modèle beaucoup plus large de changements à tous les niveaux.

Nous avons l'impression de vivre une période de turbulences, alors que le monde change autour de nous de multiples façons. L'expérience de l'enfance se transforme également, et pas nécessairement de manière positive. Les médias que nous utilisons pour communiquer les uns avec les autres, et en particulier les réseaux sociaux et la technologie numérique, constituent un facteur important dans ce scénario en évolution. Nous ne souhaitons pas la disparition des avancées technologiques, mais nous savons qu'elles ont un impact certain sur la santé mentale et physique des enfants et des jeunes, et qu'il nous appartient d'apporter des réponses à cet enjeu sociétal.

Il est illusoire de penser que les écoles et les structures d'accueil de la petite enfance peuvent maintenir des pratiques anachroniques ou se contenter de bricoler un programme d'éducation aux médias existant. Pour relever ce défi, nous devons nous transformer en tant qu'enseignants, parents et soignants, et transformer nos pratiques pédagogiques. Comment intégrer ces changements évolutifs dans nos vies, nos foyers et nos établissements d'enseignement afin que, lorsque nous travaillons avec les enfants et les jeunes dont nous avons la charge, nous puissions équilibrer les effets négatifs par un impact salubre qui leur permette de s'épanouir et de faire face à l'avenir avec une plus grande confiance ? De quelle manière d'autres formes de médias peuvent-elles être utiles à cette fin ?

C'est ce genre de questions que nous posons dans les Lignes directrices HERMMES, dans le but de pouvoir, en tant que professionnels et familles, suggérer de nouvelles idées qui aideront tous ceux qui sont conscients de ces problèmes et qui cherchent de nouvelles voies positives pour avancer. Nous adoptons une approche "globale", c'est-à-dire une approche qui implique tous les acteurs intervenant dans le processus éducatif, car ce n'est qu'ainsi que nous pourrions agir dans le cadre d'un véritable partenariat susceptible d'amplifier nos efforts au sein de nos communautés et au-delà. Il s'agit, bien sûr, d'un travail en cours et qui le restera toujours, mais toutes les contributions sont précieuses alors que nous sommes confrontés à des défis nouveaux et de plus en plus complexes et que nous nous efforçons de donner à nos enfants le meilleur départ possible dans la vie.

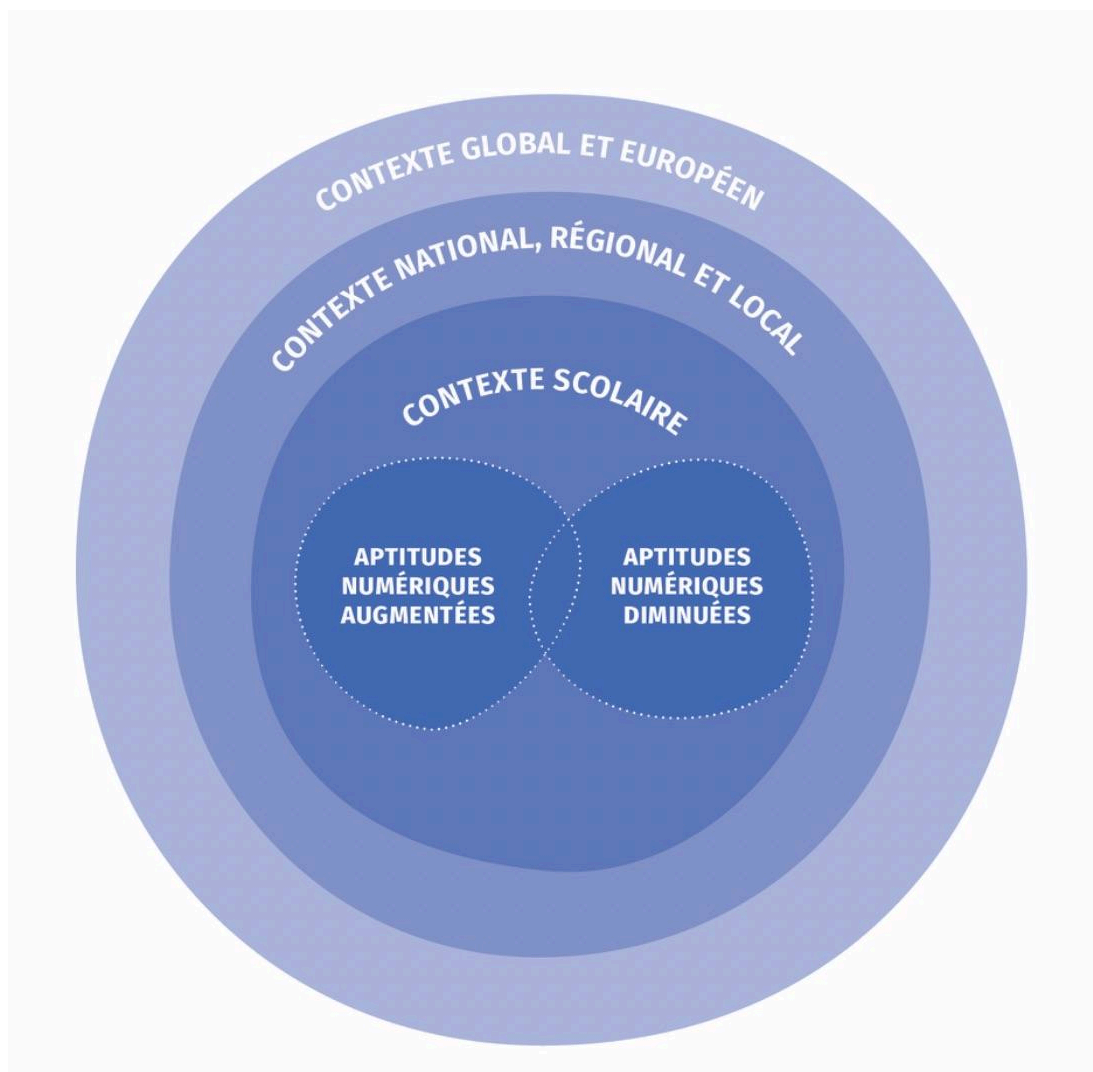
Lorsque l'on travaille sur ces questions, le contexte plus large qui entoure nos enfants doit être pris en considération. Aucune école ou communauté ne peut exister sans prendre en compte ce qui se passe dans le monde.

Au premier niveau, il existe un contexte mondial et européen. Au fur et à mesure que le développement technique progresse, des règles et des réglementations plus claires apparaissent. Aucune communauté éducative ne peut subsister si elle n'est pas au courant de ces règles.

En outre, il existe des contextes nationaux, régionaux et locaux spécifiques qui peuvent être différents dans toute l'Europe. Les communautés éducatives doivent se concerter avec les ministères et les gouvernements locaux, et lorsqu'elles conçoivent de nouveaux programmes ou de nouvelles méthodes d'enseignement, elles doivent tenir compte des orientations et des réglementations gouvernementales.

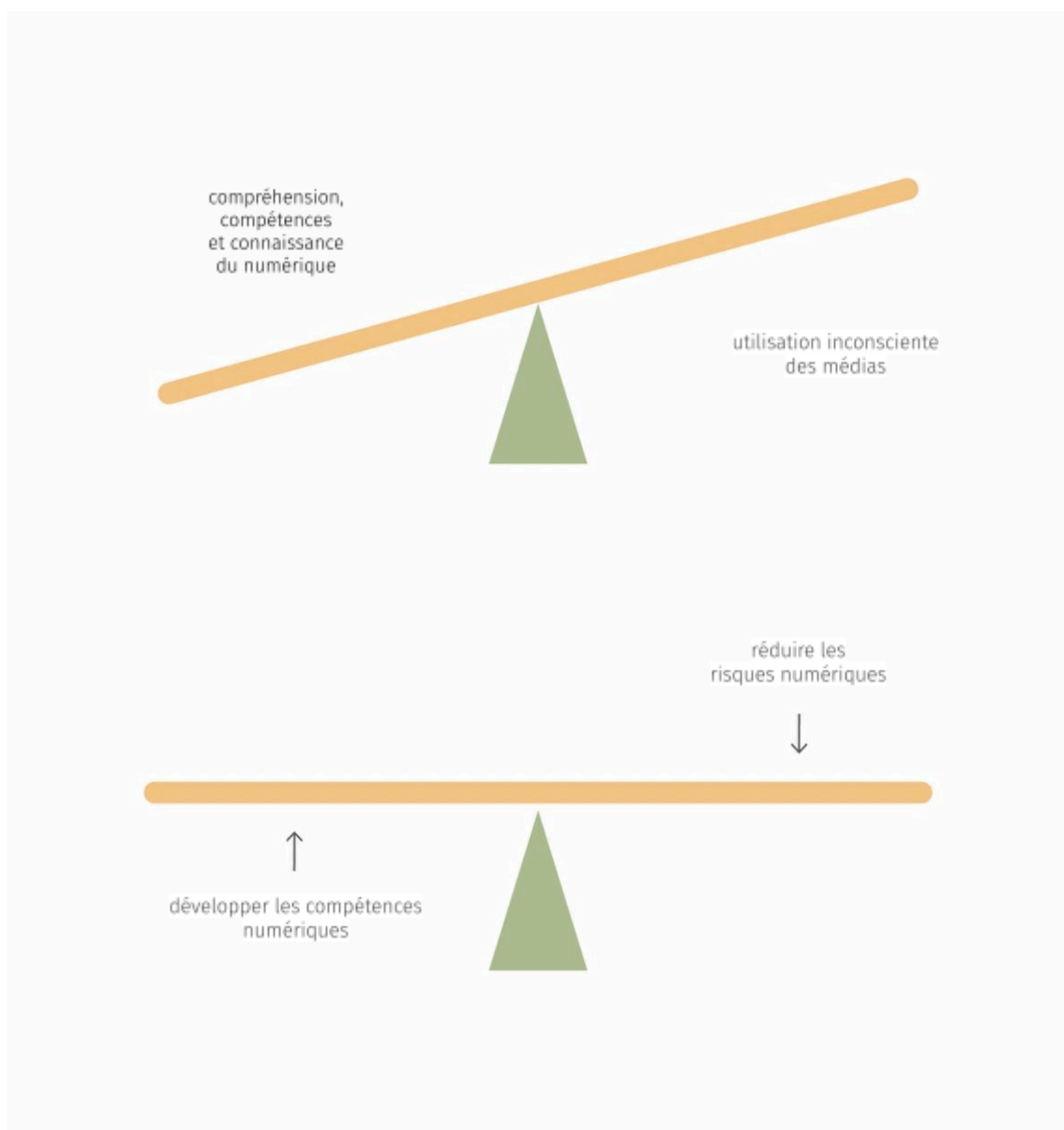
Dans le contexte de l'école ou du jardin d'enfants, les écoles doivent examiner leur conception de l'éducation, leur vision des élèves et des familles, ainsi que les pratiques et les dispositions de la communauté (ce que les gens font et comment ils le font).

Il est important que les lignes directrices et le programme d'enseignement des médias numériques soient partagés et soutenus par les parents, les responsables d'enfants et l'ensemble de la communauté scolaire.



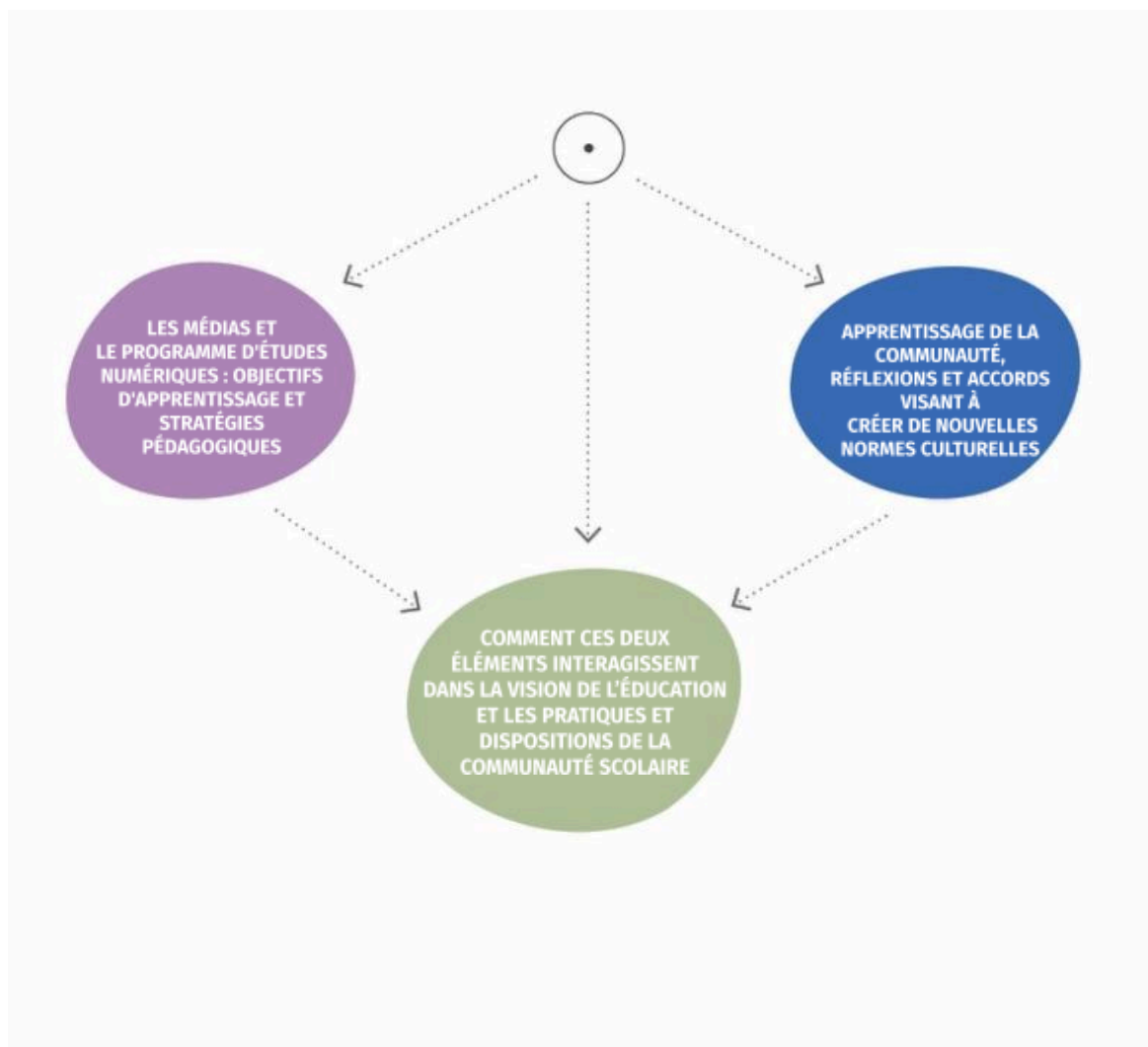
Travailler sur ce sujet de manière durable nécessite un changement des pratiques, des attitudes, de la compréhension, des cultures et des politiques.

Comment y parvenir ? L'objectif prioritaire est de créer un équilibre et une conscience communes. Une utilisation non réfléchie des médias et des appareils numériques fera pencher la balance vers un développement malsain des enfants et un comportement potentiellement addictif. En augmentant la conscience de l'utilisation et en fournissant des facteurs de protection, un meilleur équilibre peut être atteint. Dans ce domaine, comme dans tous les autres domaines, n'oubliez pas la recommandation de HERMMES : faites un pas à la fois, utilisez l'approche "rendre les choses un peu moins mauvaises".



COMMENT UTILISER CES LIGNES DIRECTRICES

Les changements sont difficiles et prennent du temps. Les lignes directrices abordent trois domaines pour les écoles et les communautés scolaires :



Ces lignes directrices ne constituent pas une recette que l'on peut suivre du début à la fin. Les écoles devront travailler simultanément sur ces trois domaines afin de mettre en œuvre le changement. Nous les invitons à consulter ces lignes directrices, la grille de la communauté et de la culture et le document sur le programme scolaire de la manière la plus adaptée, aux écoles et à la communauté scolaire. Chaque section contient des liens vers des ressources, des questions de réflexion et des stratégies que les écoles pourraient envisager.

Point de départ

Commencez par obtenir l'accord des collègues de l'école, puis des parents/responsables d'enfants et de l'ensemble de la communauté scolaire, pour travailler sur les points suivants :

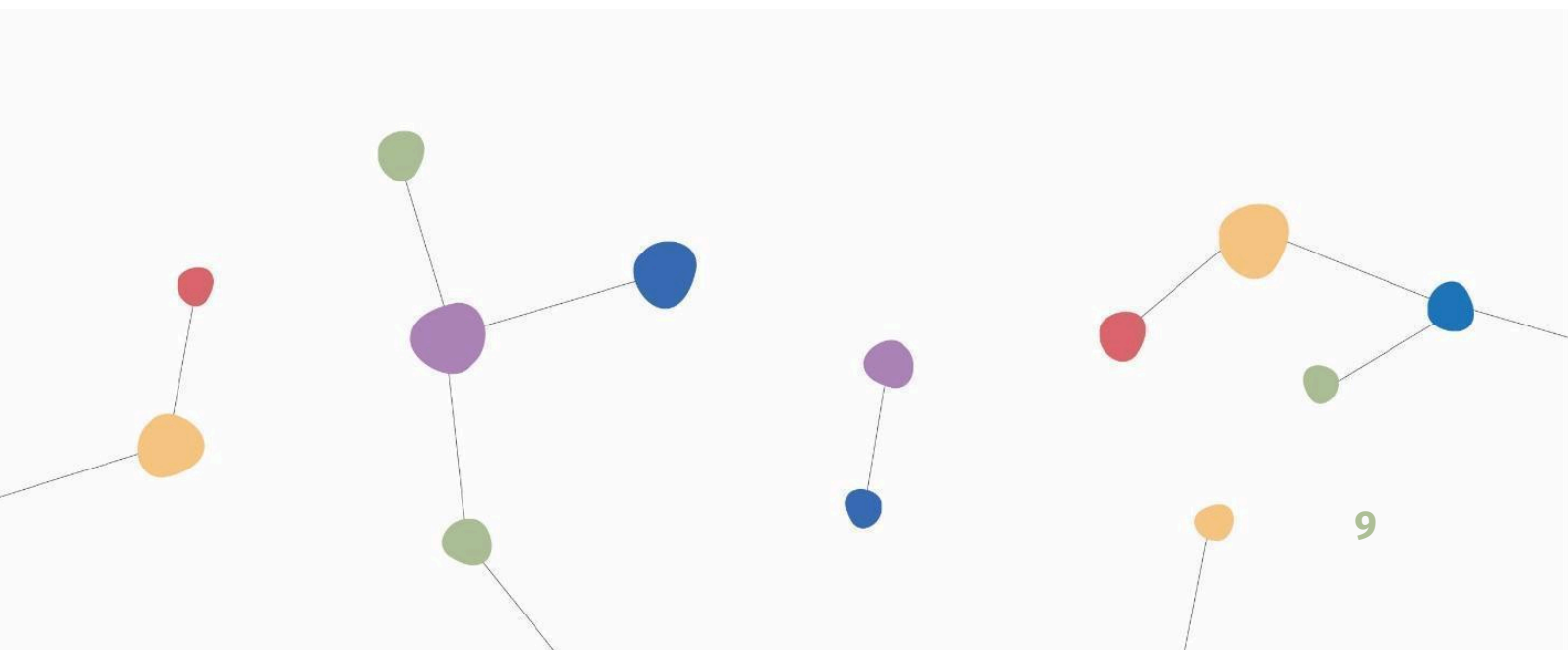
AUGMENTER ET DÉVELOPPER	MODÉRER ET FAIRE RÉFLÉCHIR
<ul style="list-style-type: none">● Le bien-être et la sécurité des enfants● Pensée informatique et résolution de problèmes● Création de contenus médiatiques (analogique et numérique)● Maîtrise de l'information et des données et esprit critique● Communication, coopération et empathie	<ul style="list-style-type: none">● Reconnaître l'impact des médias numériques sur l'attention, les relations sociales, la santé physique et mentale et y répondre● Réfléchir à l'utilisation des médias comme "baby-sitter", "médiateur", "sanction et récompense".● Utilisation efficace de solutions techniques, par exemple logiciels de protection des enfants, limites de temps, filtres● Introduire les appareils numériques plus tard et avec plus de conscience, de réflexion et de collaboration● Réduction de la disponibilité et de l'utilisation des appareils numériques

Le programme d'études sur les médias

Le programme HERMMES propose un cadre basé sur la compréhension des besoins et des possibilités des enfants et des jeunes à différents stades de leur développement. L'objectif du projet est d'aider les communautés éducatives à concevoir leurs propres programmes spécifiques en fonction de leurs réalités contextuelles et de leurs besoins en partant du contenu proposé dans ce programme.

L'un des enjeux du développement des enfants et des jeunes dans le monde moderne est de pouvoir fonctionner librement dans les espaces numériques de manière saine. Cependant, le développement est individuel et culturellement situé. Le programme d'études HERMMES est organisé en phases, qui sont largement liées à l'âge, mais surtout à une séquence de développement. Les écoles devront prendre des décisions sur la manière dont cela s'adapte à leur contexte et sur la manière dont cela pourrait changer au fil du temps.

Le programme HERMMES est organisé en domaines qui sont alignés sur les phases de développement de l'enfant. Son contenu est divisé en objectifs d'apprentissage (ce que nous aimerions que les enfants apprennent) et en stratégies d'enseignement - (des suggestions sur la manière de l'enseigner).



Culture et communauté

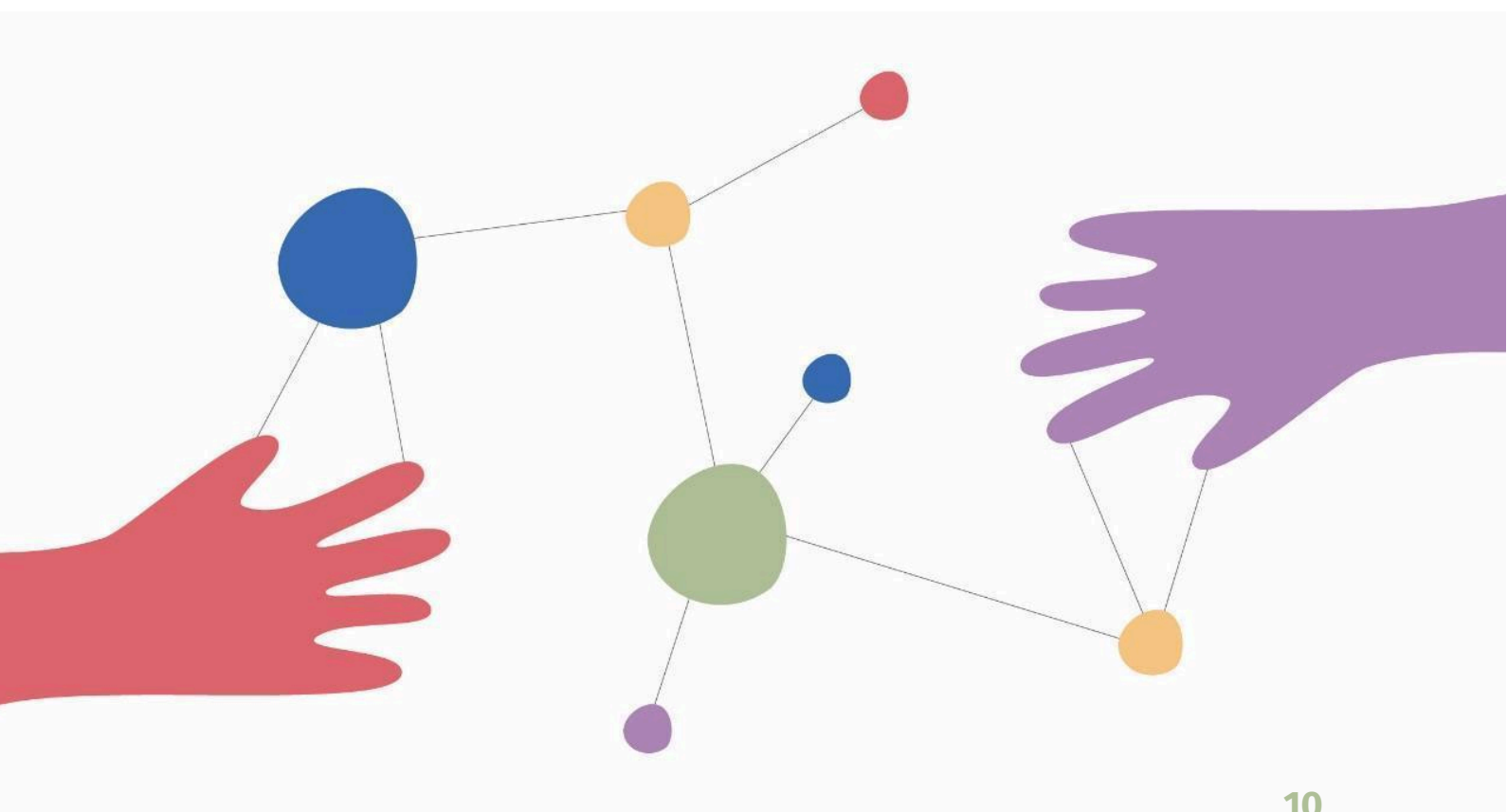
Des changements significatifs et sains dans l'utilisation des médias numériques par les enfants et les jeunes ne peuvent se produire que dans un contexte de soutien et de collaboration. Les adultes de la communauté au sens large devront être bien informés des risques et des opportunités offerts par le monde numérique, et réfléchir à leur propre utilisation de la technologie et à celle de leur famille.

L'UTILISATION D'APPAREILS NUMÉRIQUES

Enseignants, parents, éducateurs, enfants et jeunes doivent travailler ensemble pour établir et promouvoir une utilisation sûre et saine des appareils numériques en s'accordant sur des lignes directrices claires. Une approche collaborative est essentielle pour s'assurer que toutes les parties prenantes sont conscientes et engagées dans l'approche de l'ensemble de l'école/établissement.

RÉFLEXION DES ADULTES

Les enfants et les jeunes apprennent des adultes qui les entourent : pour changer la culture numérique, il faut que ceux-ci donnent l'exemple de comportements sains et créent une communauté riche dans la "vraie vie". Les adultes doivent réfléchir à leur propre approche et utilisation des appareils numériques, ainsi qu'à leurs propres expériences et histoires en ligne et hors ligne.



COOPÉRATION PARENTS/SOIGNANTS

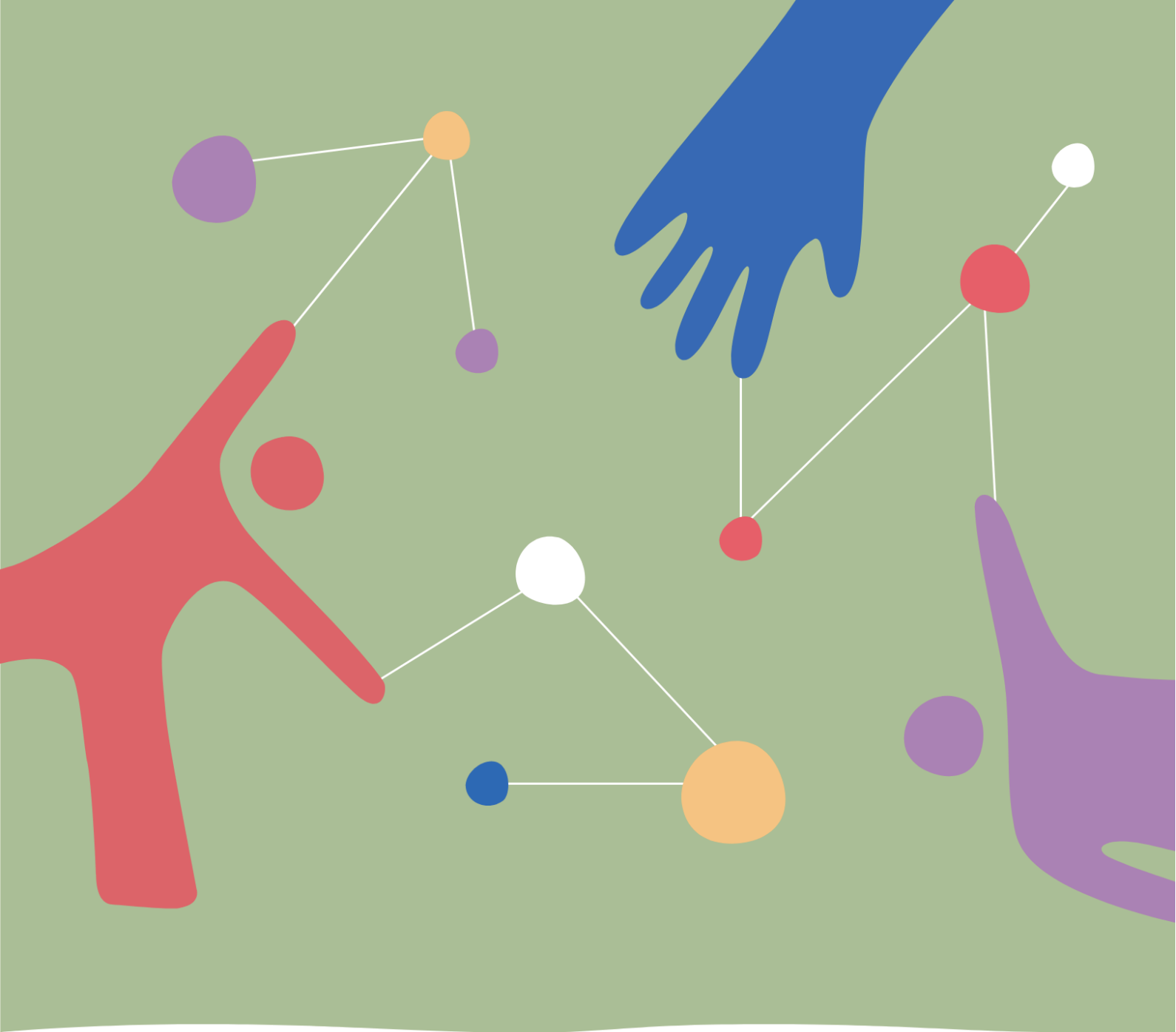
Les parents et les personnes qui s'occupent des enfants sont confrontés à un monde confus d'informations, de conseils et de pressions provenant de sources diverses. Afin de développer une approche cohérente au sein de la communauté scolaire, les parents/soignants auront besoin de soutien et d'informations fiables, données sans jugement.

ACCORDS PARTAGÉS

La création d'accords partagés entre les écoles/établissements, les parents et les tuteurs, les enfants et les jeunes peut contribuer à façonner de nouvelles normes culturelles autour de l'utilisation des médias numériques. Il s'agit d'un processus de collaboration qui nécessite respect, soutien et partage des connaissances.

Les accords doivent comprendre des domaines de responsabilité clairement définis, des processus de prise de décision sains et des engagements pris sérieusement. Ce qui est convenu comme étant commun et valable pour tous devrait soutenir chaque individu et maintenir la santé et le bien-être de la vie communautaire.

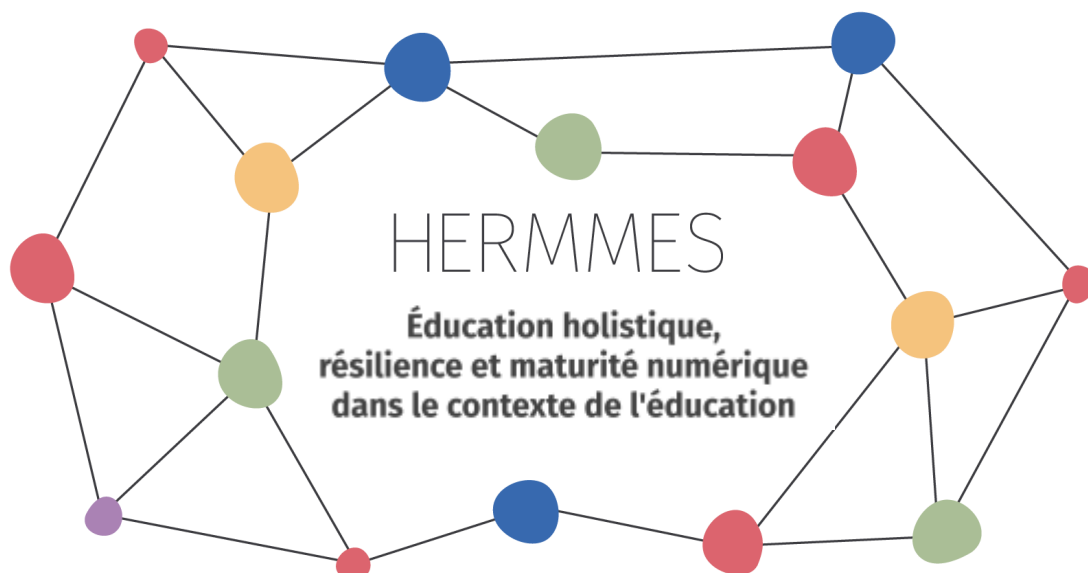
Des stratégies de travail avec les parents et les collègues, y compris des exemples d'accords pouvant être envisagés pour des enfants et des jeunes d'âges différents, peuvent être trouvées dans le guide HERMMES Communauté et Culture sur le [site web de HERMMES](#).



DÉVELOPPER LE CONTEXTE

La mise en œuvre d'un programme d'éducation aux médias dans le cadre de nouvelles normes culturelles ne peut se faire que dans le contexte plus large de l'ensemble de la communauté éducative. Les documents suivants sont conçus pour vous aider à réfléchir et à développer la vision de l'éducation de l'école ou de l'établissement, ainsi que les pratiques et les dispositions de la communauté. Ce processus est en constante évolution et doit s'inscrire dans le cadre du développement continu de l'établissement et y contribuer.

Une vision de l'éducation



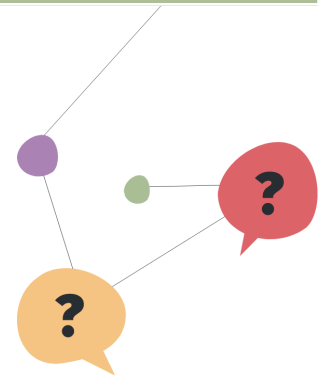
L'éducation holistique s'intéresse à l'être humain dans son ensemble. Comme le décrit également le rapport de l'UNICEF "[What makes me](#)" (2022), l'éducation holistique vise à aider les enfants et les jeunes à développer leur potentiel unique par le biais du "développement physique, émotionnel, mental et spirituel en relation avec soi, les autres et l'environnement". Cela comprend le respect des voies naturelles du développement de l'enfant et l'adaptation de l'éducation aux différentes étapes de ce développement. Pour ce faire, les parents et les éducateurs doivent travailler ensemble pour concevoir une éducation aux médias qui soutienne les enfants en fonction de leur maturité psychosociale et de leurs besoins individuels. Ce choix soutient une éducation aux médias orientée vers le développement sain des adolescents.

Le projet HERMMES s'interroge sur la manière dont nous pouvons comprendre et soutenir la santé et le bien-être des enfants et des jeunes en relation avec l'éducation aux médias. Il vise à faire prendre conscience que les habitudes d'utilisation des médias s'établissent dès la petite enfance et qu'il peut être difficile de les modifier plus tard dans la vie. Cependant, l'éducation d'un enfant n'est pas toujours simple. C'est pourquoi il est important de souligner que les orientations et le programme d'études HERMMES devront également être appliqués dans leur contexte. Par exemple, si l'école n'est que secondaire, il se peut que les élèves arrivent déjà avec leurs propres smartphones et leurs habitudes numériques et médiatiques. Il pourrait donc être bénéfique pour les écoles secondaires de travailler sur ce sujet avec les écoles primaires locales ainsi qu'avec leurs propres élèves. Même dans une situation idéale, où un enfant fréquente la même école depuis la maternelle ou la première

classe, les enfants de 11 ans peuvent déjà avoir des smartphones, et le point de départ devra être de s'assurer qu'ils sont mieux informés sur la sécurité, puis de commencer lentement à travailler sur une introduction plus tardive. Il est donc essentiel d'observer toutes les situations susceptibles de se présenter à l'école et d'adapter le travail avec les médias et la numérisation en fonction des besoins exacts de l'école.

Les questions suivantes sont conçues pour encourager "l'auto-réflexion et l'auto-évaluation au sein des organisations éducatives" ([DigComp](#) p. 8) sur les valeurs, les croyances et les conceptions communes en matière d'éducation qui sous-tendent votre école.

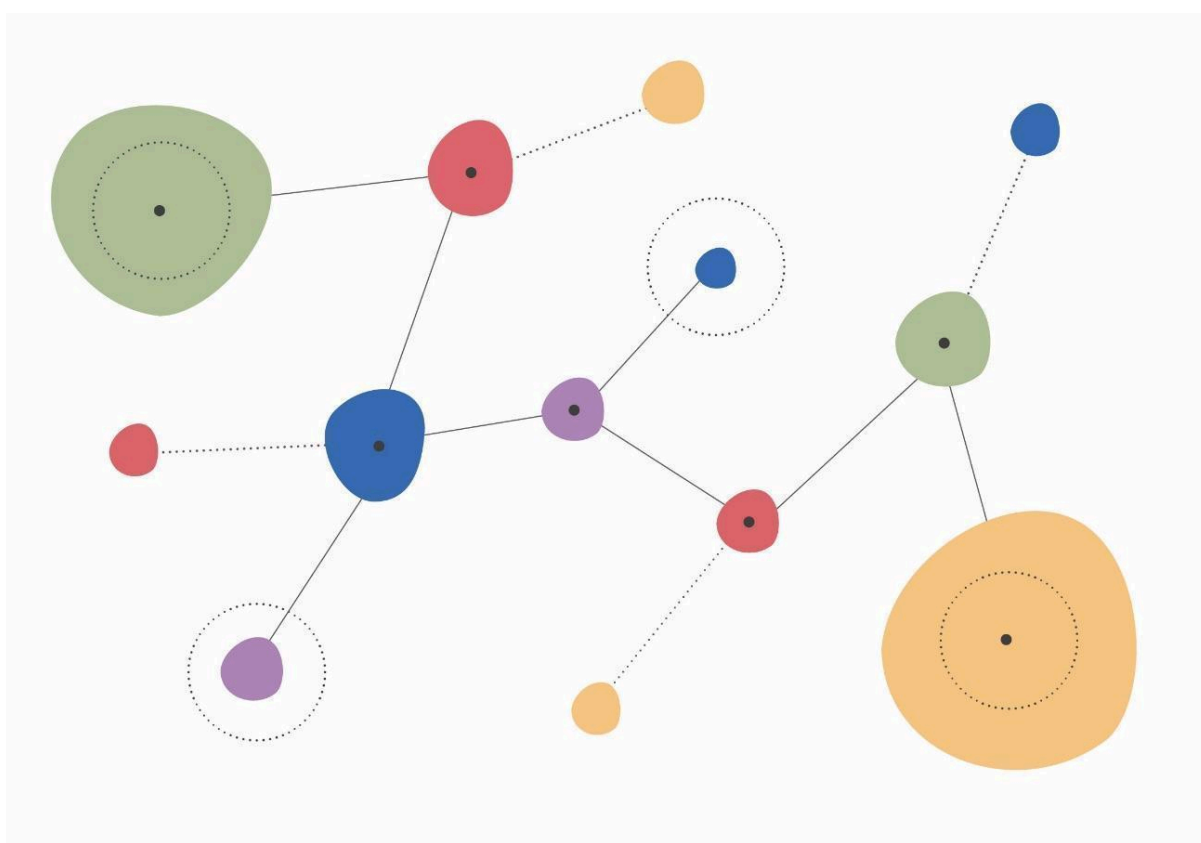
- **Quelles sont vos conceptions communes des objectifs de l'éducation et de l'école ?**
- **Quelles sont vos connaissances et votre compréhension du développement de l'enfant ?**
- **Avez-vous un moyen de les partager et de les expliquer aux nouveaux membres de la communauté ?**
- **À quelle fréquence votre établissement réfléchit-il à ces questions et actualise-t-il l'articulation de ces valeurs ?**



Développer les pratiques communautaires

Afin de concrétiser leur vision, les communautés éducatives doivent élaborer et convenir ensemble de la manière dont elles souhaitent la réaliser. La motivation des membres de la communauté dépendra fortement de la manière dont les décisions sont prises, du niveau d'engagement, de la prise de responsabilité, et du niveau de respect vis-à-vis des diverses manières d'être et des réalités contextuelles. Il est donc important que les sentiments et les idéaux des membres de la communauté, ce à quoi ils aspirent, comment ils souhaitent vivre ensemble, soient exprimés et pris en compte. Il est primordial que les membres de la communauté ne se sentent pas vulnérables et jugés par les autres, mais qu'ils se sentent au contraire accueillis par une communauté ouverte et transparente, qui se réjouit de leur participation. Dans le meilleur des cas, la vie communautaire saine se caractérise par un apprentissage continu, permettant aux gens de faire des choix éclairés et de soutenir leur autonomie. En conséquence, les enfants et les jeunes auront le sentiment que les adultes de la communauté les accompagnent dans leur évolution vers la maturité médiatique.

La question primordiale est la suivante : comment pouvons-nous façonner notre communauté de manière à ce que les enfants et les jeunes grandissent en bonne santé ? Et plus spécifiquement, quelles sont les ressources et le soutien nécessaires aujourd'hui pour une éducation aux médias ?



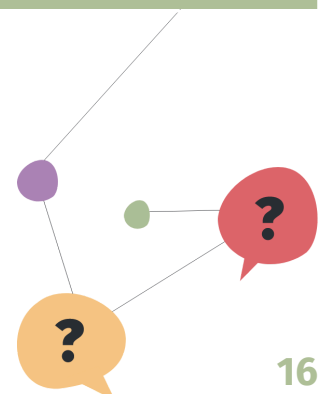
Les questions suivantes peuvent être utilisées pour réfléchir à la manière dont vos pratiques communautaires soutiennent le processus de prise de décision, les objectifs communs et le changement.

COMMENT FAVORISER AU SEIN DE VOTRE COMMUNAUTÉ UNE CULTURE QUI RESPECTE LES DIVERSES RÉALITÉS DE CHAQUE MEMBRE DE LA COMMUNAUTÉ ?

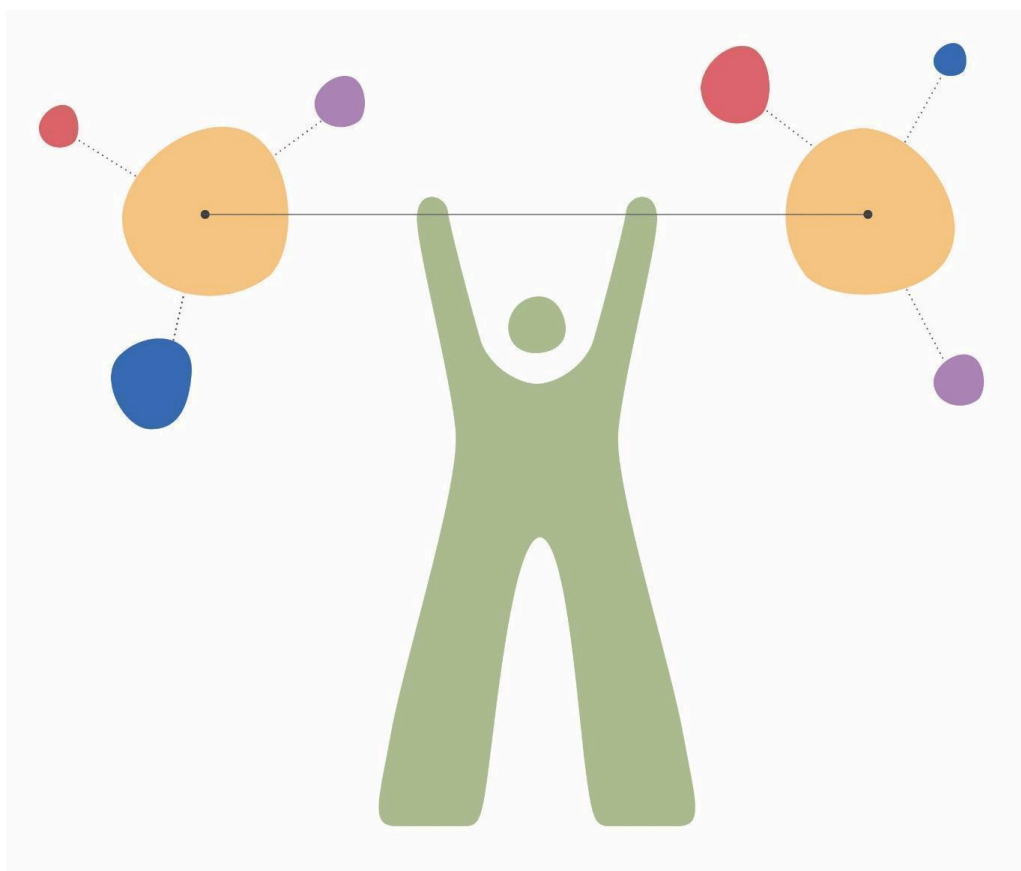
- Quelles sont les plateformes par lesquelles les différentes réalités contextuelles des enfants, des jeunes, des familles et des collègues peuvent être partagées et exprimées ?
- Comment essayez-vous de tenir compte de ces diverses réalités ?
- De quelle manière diversifiez-vous vos attentes ?
- Comment essayez-vous de combler les différences ?

COMMENT DONNER À LA COMMUNAUTÉ ÉDUCATIVE LES MOYENS DE PRENDRE DES DÉCISIONS EN MATIÈRE DE MATURITÉ DES MÉDIAS DANS LES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT ?

- Les étudiants, les parents et les enseignants sont-ils inclus dans le processus de définition des accords et de prise de décision ?
- Le processus et les accords/décisions pris sont-ils clairement décrits et connus de tous les membres de la communauté ?
- Avez-vous prévu un calendrier pour l'évaluation des accords/décisions ?



Renforcer les moyens d'action



Conditions intérieures du changement

La capacité d'une communauté éducative à soutenir la santé et le bien-être des enfants et des jeunes dépendra dans une large mesure de l'attitude intérieure et des capacités des différentes personnes impliquées. La volonté de coopérer, l'intérêt et le respect d'autrui, ainsi que la volonté de s'engager sur la voie du développement personnel sont quelques-uns des principaux piliers sur lesquels repose cette attitude.

- **VOLONTÉ DE COOPÉRER**

Le dicton "il faut un village pour élever un enfant" est aujourd'hui encore plus pertinent qu'autrefois. La vie est de plus en plus complexe et difficile pour les familles et les communautés, et sans l'aide des autres, l'éducation d'un enfant devient une quête difficile et solitaire. La coopération ne sera toutefois couronnée de succès que si nous sommes capables et désireux d'écouter et d'apprendre les uns des autres. Cela inclut également la volonté de revoir, si nécessaire, nos vieilles habitudes et croyances du point de vue de l'autre. Cette volonté intérieure de s'engager avec d'autres sur un chemin de croissance mutuelle est ce que nous entendons par "volonté de coopérer".

- **RESPECT DES AUTRES**

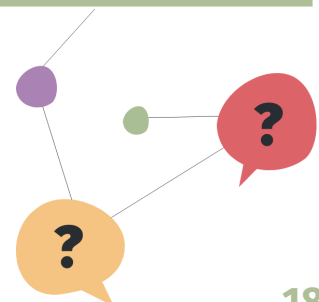
Tous les parents veulent ce qu'il y a de mieux pour leurs enfants. Cependant, ce meilleur sera très différent en fonction des possibilités et des réalités de chaque famille. Nous devons tenir compte de ces différences pour permettre aux parents de faire de petits pas en avant vers la réalisation de leurs idéaux. Avec l'approche "make it a little less bad" (lien), nous pouvons faire en sorte que même les petits pas conduisent à une utilisation modifiée/positive des médias.

- **DÉVELOPPEMENT PERSONNEL**

Nous avons tous des capacités et des limites qu'il est bon de reconnaître et d'accepter. Mais en tant qu'êtres humains, nous avons aussi des possibilités infinies de grandir et d'apprendre. Pour contribuer à une vie sociale saine et soutenir les enfants, les jeunes et leurs familles dans leur développement, nous devons être capables de nous élever au-dessus de notre petite personne et d'approfondir notre compréhension à partir d'une perspective élargie. Choisir de s'engager sur un tel chemin de développement personnel ne peut se faire qu'en toute liberté, mais c'est une aide précieuse pour répondre à des questions sociales et éducatives de plus en plus complexes.

Les questions suivantes peuvent être utilisées pour réfléchir à la manière dont votre communauté scolaire soutient la coopération, le respect et l'épanouissement personnel :

- **Comment cultiver une culture de l'écoute au sein de votre communauté ?**
- **Comment intégrer un espace et un temps de réflexion et d'évaluation des décisions et des méthodes de travail ?**
- **Comment essayez-vous de promouvoir une culture de respect des différentes manières d'être ?**
- **Comment encouragez-vous et soutenez-vous le développement personnel des membres de la communauté ?**

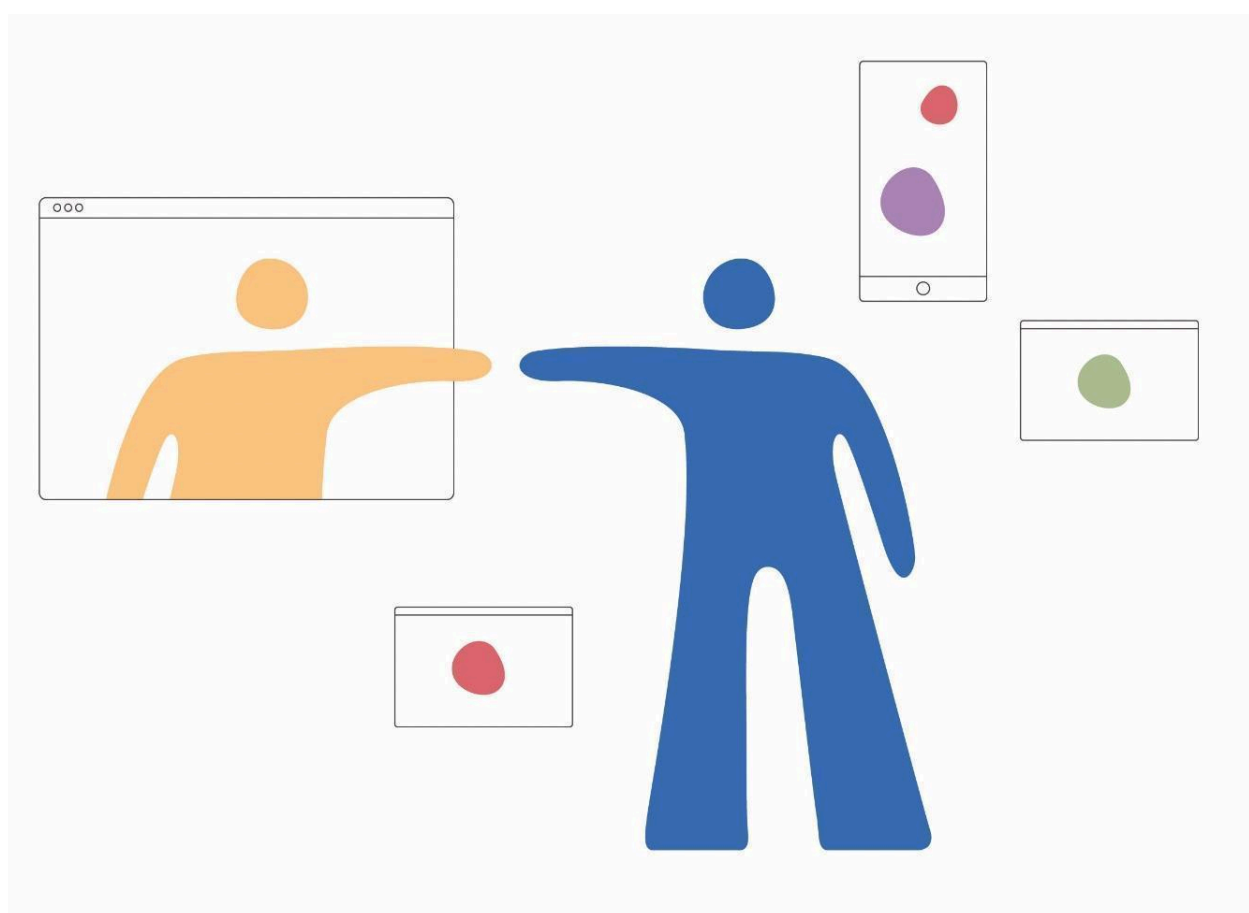


Atténuation des risques

Les risques liés aux médias numériques peuvent être contrebalancés par des approches, des cadres et des normes culturelles communs qui favorisent une bonne santé et une utilisation appropriée des médias numériques plus tard dans la vie.

Il a été démontré que le temps passé à l'extérieur et dans la nature a un impact positif sur la santé mentale et la résilience. Une activité physique régulière, en particulier à l'extérieur, améliore la santé physique et mentale, la qualité du sommeil, les résultats scolaires et augmente les comportements d'activité physique pendant l'enfance. Au niveau international, la majorité des enfants et des jeunes n'ont pas suffisamment d'activité physique dans leur vie quotidienne.

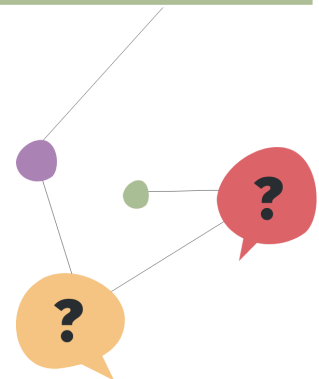
Il a été démontré que le jeu dirigé et initié par l'enfant est essentiel au développement de l'enfant. Ce type de jeu favorise le développement sensorimoteur, le langage et la communication, la résolution de problèmes, l'autorégulation, la compréhension des émotions, le développement cognitif, la créativité, le bien-être, les relations sociales et les progrès scolaires. Et pourtant, dans de nombreuses régions du monde, ce type de jeu est réduit à néant dans la vie des enfants.



L'une des expériences clés pour préparer les jeunes à l'avenir est de vivre dans un environnement favorable aux erreurs, où celles-ci sont valorisées. Après tout, c'est de nos erreurs que nous apprenons le plus, et le parcours d'apprentissage par essais et erreurs est essentiel pour cultiver l'apprentissage tout au long de la vie en tant qu'attitude. Apprendre à accepter ces courbes d'apprentissage dans la vie comme faisant partie de notre identité fournit aux enfants et aux adultes un antidote puissant contre le modèle parfait et prêt à l'emploi promu par le monde numérique comme l'image d'une vie réussie.

En outre, le soutien à la santé peut également être assuré lorsque des activités de promotion de la santé sont intégrées dans les routines quotidiennes sous forme de rituels réguliers et récurrents. Pour les jeunes enfants en particulier, une routine quotidienne rythmée est utile et saine. Il est ainsi plus facile pour les enfants de respecter et de comprendre les accords avec les médias. Outre ces routines quotidiennes, les célébrations et les festivals qui reviennent chaque année revêtent également une grande importance pour les enfants, mais aussi pour les jeunes et les adultes. Trouver un rythme de vie, célébrer ensemble sont des éléments essentiels pour observer la vie réelle, la nature et la communauté.

- **Comment faire en sorte que les enfants et les jeunes aient la possibilité de passer du temps à l'extérieur et dans la nature ?**
- **Comment fournir l'espace et le temps nécessaires aux jeux préférés des enfants ?**
- **Notre école et notre communauté au sens large accordent-elles de l'importance à nos erreurs et aux enseignements que nous en tirons ?**
- **Quels sont les rituels récurrents qui font déjà partie de notre routine quotidienne (par exemple, manger ensemble, se promener dans la nature, raconter des histoires, jouer, passer du temps au calme) ?**
- **Où pourrions-nous proposer davantage de rituels récurrents ?**

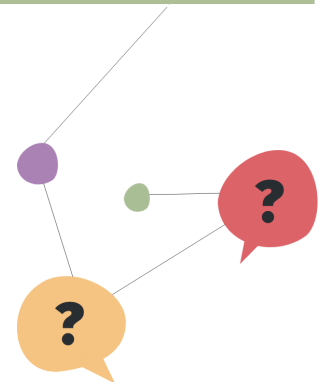


Unité de la famille

Les enfants, en particulier, apprennent en interagissant avec les personnes qui s'occupent d'eux et perçoivent des modèles de rôle de diverses manières. Ces interactions importantes peuvent être perturbées par les médias numériques, et les processus qui favorisent le développement peuvent être entravés, en particulier chez les jeunes enfants. Pour les jeunes et les adultes également, la qualité de la vie en commun peut être fortement influencée par l'utilisation des médias au premier plan ou à l'arrière-plan. Plus précisément, la qualité de l'attention portée à l'autre dépend fortement de la présence ou de l'absence d'appareils numériques. Il est donc conseillé aux communautés éducatives de développer des accords qui promeuvent une culture dans laquelle les moments spécifiques de convivialité sont maintenus à l'abri des interférences numériques.

Les questions suivantes peuvent aider les parents/responsables d'enfants à réfléchir à la manière dont ils pourraient développer la cohésion familiale :

- **Quelles sont les activités (avec ou sans écran) qui attirent particulièrement l'enfant ?**
- **Quand les parents ont-ils récemment passé un bon moment avec leur enfant ? Et quel est le point de vue de l'enfant ?**
- **Qu'est-ce que les parents aiment particulièrement faire en ce moment ? Quand se sentent-ils particulièrement énergiques ?**
- **S'agit-il davantage d'activités avec ou sans écran ?**
- **À quoi les parents aimaient-ils jouer dans leur enfance ?**
- **Était-ce plutôt seuls ou avec leurs parents ?**
- **S'agissait-il davantage d'activités avec ou sans écran ?**



Les partenaires d'HERMMES souhaitent à l'ensemble de votre communauté un voyage positif dans la construction d'approches partagées qui fournissent une éducation aux médias saine afin de soutenir le bien-être des enfants et des jeunes, de leur permettre d'être résilients aujourd'hui et de faire face aux défis de l'avenir !

