



# Bulletin Mensuel

Jean-Michel Etienne, Ph.D.

Jun 2023



## L'impact de la technologie sur les relations familiales.

L'ère numérique n'a pas seulement un impact sur la façon dont les Américains communiquent. Elle façonne également les relations conjugales et les relations parents-enfants d'une manière tout à fait nouvelle.

Certains pensent que la technologie de l'ère postmoderne est démoniaque et nuisible. D'autres, en revanche, pensent qu'elle est un bon outil.

Lequel des deux a raison?

### Quel est l'impact de la technologie sur le temps familial?

La technologie progresse à un rythme incroyable depuis la fin des années 1990, et plus encore depuis l'introduction de l'iPhone en 2007. La prolifération impressionnante de contenus attrayants, la connexion immédiate avec des personnes presque partout dans le monde et la facilitation d'une productivité sans précédent offrent des avantages inestimables, mais comportent également des risques importants.

### Pourquoi une division familiale se produit-elle ?

Les divisions familiales peuvent se produire lorsqu'il y a une rupture de communication et de connexion entre les parents et les enfants, ou entre les adultes. L'utilisation abusive de la technologie peut créer des malentendus innocents, de la méfiance et de la solitude parmi les membres de la famille. La rupture de la communication peut se traduire par des conversations malhonnêtes, irrespectueuses et distantes, ou tout simplement par l'absence de conversation. Lorsque la rupture de communication se poursuit, le problème peut faire boule de neige et accentuer la distance entre les membres de la famille.

La technologie, comme les téléphones portables et les jeux en ligne, permet aux

d'être constamment en contact avec leurs amis, ce qui fait des pairs, et des étrangers, l'un de leurs plus grands influenceurs. Dans ce cas, certains enfants se tournent vers des amis ou des inconnus pour obtenir des conseils plutôt que vers leurs parents.

### L'impact accru de la technologie sur le temps passé en famille peut provoquer des divisions familiales et avoir un impact durable de la manière suivante :

1. Diminution de la communication en face à face.
2. Changement des personnes influentes.
3. Communication distante.
4. Sentiment de ne pas être important.
5. Absence de relations solides.
6. Moins de confort, de confiance, de sécurité, d'amour.
7. Moins de possibilités d'être parent.

### Des moyens de se déconnecter de la technologie et de se rapprocher de sa famille.

1. Planifiez des repas sans technologie
2. Prévoir des jeux ou d'autres activités non technologiques
3. Fixer des "rendez-vous" pour le weekend
4. Fixez une heure à laquelle vous cesserez d'utiliser vos appareils sans fil pour la journée.

### Si vous cessez d'utiliser vos appareils électroniques quelques heures avant d'aller vous coucher, vous pourrez:

1. Vous rapprocher de Dieu dans la prière avant de vous endormir.
2. Avoir une meilleure nuit de sommeil, plus relaxante.
3. Avoir une intimité plus joyeuse avec son conjoint.

Les familles chrétiennes ont besoin d'une meilleure compréhension, plus holistique, de la manière de gérer les progrès technologiques existants et à venir afin d'éviter une rupture de la communication.

