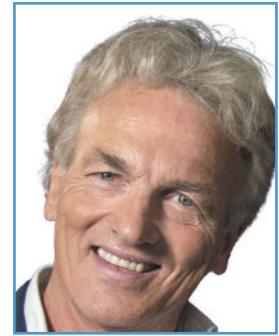


L'année pédiatrique

Quoi de neuf en pédopsychiatrie ? La génération Alpha, le grand (re)commencement



O. REVOL¹, O. SIXT²

¹ Service de Psychopathologie de l'enfant, HFME, CHU de LYON.

² Master 2, Communication en Santé, LYON 2.

La tendance actuelle est de se demander quelle planète nous allons laisser à nos enfants. Mais si on se demandait également, quels enfants allons-nous laisser à notre planète ?

De nombreux articles ont été consacrés aux millénials, ces enfants nés après 1980, qui ont grandi avec l'apparition d'internet. En revanche, peu d'écrits concernent les enfants nés après 2010. En les appelant "Alpha", et en délaissant ainsi l'alphabet latin utilisé pour identifier les générations X, Y et Z, les sociologues ont sans doute souhaité insister sur les caractéristiques novatrices d'un groupe social résolument différent.

Alors préparons-nous à plonger dans le monde étonnant d'une génération pas tout à fait comme les autres. Nés avec la technologie dans une main et la créativité dans l'autre, les petits Alphas semblent prêts à redéfinir les

normes et à façonner l'avenir avec une curiosité insatiable et une perspective sans limite. Il importe avant tout de bien comprendre l'impact de cette immersion technologique précoce sur leur développement cognitif, émotionnel et social, afin de proposer des interventions éducatives et parentales adaptées [1].

Mais avant de les accueillir et de leur souhaiter la bienvenue, revenons un instant sur leur préhistoire, en revisitant les codes et les valeurs des générations précédentes.

Les héritiers d'une succession de générations aux codes bien définis (fig. 1)

Depuis 1945, quatre générations se sont nourries de valeurs générées par les contextes éducatifs, géopolitiques et socio-économiques très différents [2].

>>> Les baby-boomers sont nés entre 1945 et 1960, et seront bientôt tous retraités ! Ils sont considérés comme une génération privilégiée avec une vie rendue facile grâce aux quatre fées qui se sont penchées sur leur berceau, les 4 P : Progrès, Plein emploi, Prospérité et Paix [3] ! Plutôt idéalistes, confiants en l'avenir, assez fidèles en couple et stables dans leur emploi, ils ont bénéficié d'un bon niveau de vie. Pendant leur enfance, il leur était difficile de vérifier ce que les adultes leur imposaient en termes d'éducation et d'enseignement. La légitimité de leurs parents, enseignants et médecins était innée. Dans un monde après-guerre productif et apaisé ("les Trente Glorieuses"), ils sont décrits

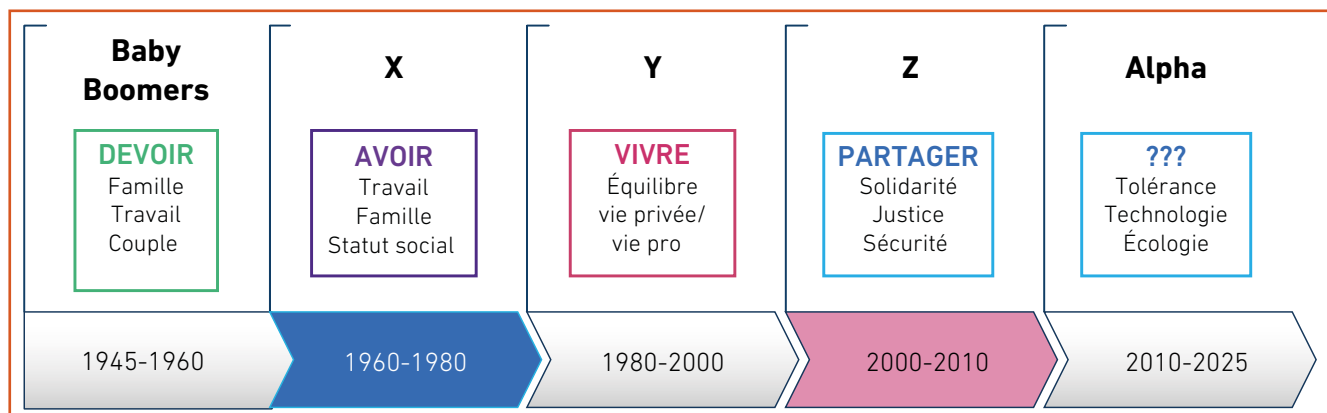


Fig. 1 : Les différentes générations.

L'année pédiatrique

comme optimistes, pacifistes, addicts au travail, et logiquement guidés par la même valeur : **DEVOIR**.

>>> La génération X (1960 à 1980) n'a pas connu le même destin. Douglas Coupland l'a nommée ainsi en référence aux défis rencontrés par ce groupe fortement impacté par les deux chocs pétroliers, la flambée des divorces, l'émergence du SIDA et la crainte du chômage. Forcée de s'arc-bouter sur un statut instable, tant sur les plans social, professionnel que conjugal, la génération X a été obligée de se battre pour conserver ses acquis, au moment où la vie a cessé d'être un long fleuve tranquille. Génération "d'enfants à clef", (beaucoup d'entre eux rentraient seuls le soir car leurs deux parents devaient travailler), ils ont dû s'accrocher pour conserver leur niveau de vie et celui de leurs enfants. La génération X s'est réfugiée dans la valeur **AVOIR**.

>>> La génération Y, née entre 1980 et 2000, a grandi avec l'irruption puis l'expansion d'internet et l'avènement des réseaux sociaux, ce qui a profondément

influencé sa manière de voir le monde et de communiquer. Leurs parents ont été rapidement débordés par les nouvelles technologies numériques, et ont, de fait, perdu une part de légitimité éducative à force de demander à leurs enfants comment formater leurs ordinateurs et leurs smartphones.

Les Y revendiquent un parfait équilibre entre leur vie privée et leur vie professionnelle. Fortement préoccupés par les événements mondiaux, ils se sont auto-proclamés Yolo ("You Only Live Once") tant ils vivent dans l'instant et paraissent peu enclins à se projeter dans l'avenir et à anticiper leur carrière. Logiquement, leur code est **VIVRE**.

>>> Quant à la génération Z, née entre les années 2000 et 2010, elle a été la première à naître puis grandir à l'ère numérique. Elle a vu l'ascension des smartphones et des réseaux sociaux comme Instagram et TikTok. Elle est souvent associée à une mentalité plus tournée vers le monde, une acceptation de la diversité, une préoccupation pour les questions sociales

et environnementales et la recherche de sécurité. Nos patients de la génération Z sont particulièrement sensibles aux questions de violences, racisme, environnement, avec un certain idéalisme qui les rapproche des baby-boomers, conscience écologique en plus. Mais emprunter des codes aux "boomers" ne les empêchent pas d'être très critiques à l'égard de cette génération trop gâtée qui a ouvert le bal de la surconsommation effrénée dont la planète et eux-mêmes payent le prix fort. Enfin, ils ont été dès la naissance confrontés aux difficultés financières de leurs parents, et ont dû apprendre très tôt à se débrouiller. De fait, leur code est **PARTAGER**. C'est dans ce sens qu'ils se sont positionnés comme les véritables précurseurs de la génération Alpha, que nous allons tenter de mieux cerner avant d'en définir le code.

Caractéristiques de la génération Alpha (fig. 2)

Difficile de dresser un tableau objectif d'une nouvelle génération dont la

- **Nés dans la technologie**
2010: année de naissance de l'ipad et Instagram
- **Multiculturels**
Origines ethniques variées
Exposés à différentes cultures dès leur plus jeune âge
- **Connectés +++**
45% utilisent les réseaux sociaux
- **Autonomes**
Encouragés très tôt à se débrouiller seuls
Ont accès à des ressources éducatives en ligne
- **Créatifs**
65% feront des métiers qui n'existent pas encore
- **Éco-anxieux**
Conscients des problèmes environnementaux
Encouragés à adopter des comportements durables





Fig. 2 : Caractéristiques de la génération Alpha.

moyenne d'âge est de 6 ans, et dont certains membres ne sont pas encore nés ! Les études anglosaxonnes évoquent pourtant quelques lignes directrices qui méritent toute notre attention. L'enjeu est de mieux comprendre nos jeunes patients et surtout le regard qu'ils portent et porteront sur leurs parents, leurs enseignants, leur médecin et sur leur avenir...

Alors, avec toutes les précautions et les nuances indispensables lorsque l'on évoque un nouveau groupe social, forcément différent selon les cultures et les milieux socio-économiques, arrêtons-nous quelques instants sur cette nouvelle cohorte d'enfants dont certaines caractéristiques semblent pour tant déjà bien établies.

1. Une nouvelle donne

Nés entre 2010 et 2025, les membres de la génération Alpha sont les enfants de parents de la génération Y et/ou de la génération Z. Bien qu'imprégnés de technologie numérique depuis leur naissance, ils auront moins de choses à apprendre à leurs parents, à la différence de la génération antérieure qui a passé son enfance à aider les papas et les mamans à gérer les nouvelles technologies. Les enfants de la génération Alpha seront 2 milliards en 2025. Certains d'entre eux connaîtront le 22^e siècle, lorsque la population mondiale approchera les 11 milliards de personnes, avec forcément de nouveaux challenges à affronter !

À l'origine du néologisme "Alpha", on découvre Mark McCrindle, chercheur en sciences sociales en Australie. Selon lui, *"la génération Alpha sera la plus instruite, la plus connectée et globalement la plus riche de tous les temps"*. Une vraie bonne nouvelle au regard de la morosité des générations précédentes, régulièrement mise en avant dans les médias. Il faudra sans doute nuancer ces propos résolument optimistes. Comme pour les générations précédentes, l'impact du continent et du

milieu socio-économique dans lequel ils vont évoluer ainsi que l'éducation qu'ils vont recevoir vont influencer sur leurs particularités. Néanmoins, de nombreux points communs commencent à être bien décrits, quelle que soit leur origine, même si la majorité des Alphas n'est pas encore entrée au collège !

Et la première impression est plutôt positive et vraiment rafraîchissante, surtout après des années de constats un peu moroses quant à l'évolution de notre jeunesse. Cette bonne nouvelle est étayée par l'observation des caractéristiques d'un groupe original qui impose un mélange de technologie et de créativité, dans un environnement résolument multiculturel, hyperconnecté, particulièrement autonome et éco-anxieux.

2. Nés dans la technologie

La génération Alpha est la première à avoir été exposée au numérique dès sa naissance, alors que la génération Z a connu une adoption progressive de la technologie au cours de son enfance.

Être "formés sur le tas" et modelés par la technologie influence leur façon de voir le monde. On les décrit comme des "natifs du numérique" (*"digital natives"*), ce qui souligne à la fois leur familiarité naturelle avec les interfaces numériques mais aussi le fait qu'ils partent peut-être déjà avec un "handicap" par rapport à ceux qui ont grandi sans technologie. Nous sommes par exemple en droit de nous inquiéter sur leur réticence vis-à-vis de la lecture. N'oublions pas que de nombreux Alphas sont nés avant la pandémie, et que beaucoup d'entre eux ont appris à lire à la maison, avec des cours en ligne !

Grandir dans un environnement où les interactions avec la technologie font partie intégrante de leur mode de vie offre des avantages considérables en matière d'éducation et de connectivité. Mais cela expose également à de nombreux défis. On peut ainsi évoquer le temps d'attention réduit

et des difficultés à développer des interactions sociales de qualité. Sans négliger l'impact sur le plan affectif...

3. Surexposés à l'anxiété : *screenagers* ou *screamagers*¹ ? [4]

L'environnement numérique expose les Alphas dès leur plus jeune âge aux écrans, aux réseaux sociaux et à une quantité d'informations sans précédent. Nous sommes tous sidérés devant nos (très) jeunes patients qui manipulent Ipad et téléphone pendant les consultations, sous le regard bienveillant, voire complice, de leurs parents ! Cette stimulation inadéquate peut vite devenir anxiogène, en particulier à la préadolescence, lorsqu'elle surexpose de jeunes enfants aux images d'une actualité sans cesse plus violente, lorsqu'elle amplifie la pression sociale et impose la comparaison avec les autres. Aucune des préoccupations sociétales ne peut plus leur échapper. Voir et entendre en boucle des informations concernant le dérèglement climatique, les crises économiques et les tensions géopolitiques impactent logiquement le développement émotionnel. Beaucoup d'enfants et d'adolescents souffrent d'éco-anxiété, véritable stress prétraumatique, qui se manifeste par une préoccupation obsédante pour les questions environnementales.

Surtout que les enfants de la génération Alpha sont élevés par des parents de la génération Y et Z, qui eux-mêmes expriment leurs inquiétudes face au contexte sociétal et au bien-être mental. Ce climat familial insécure influence sans doute la façon dont les enfants perçoivent et gèrent leurs propres émotions. Car la cellule familiale a, elle aussi, subi des mutations importantes...

4. Des dynamiques familiales particulières

Les jeunes Alphas vont grandir dans des structures familiales souvent fort

¹ Ados connectés ou ados angoissés.

■ L'année pédiatrique

différentes de celles des générations précédentes. L'augmentation des familles monoparentales ou recomposées et des modèles familiaux non traditionnels redistribue les cartes et oblige à revisiter les concepts éducatifs du siècle dernier.

Nous recevons de plus en plus souvent des enfants amenés par deux mamans ou deux papas. Et cette diversité ne s'arrête pas au mode de filiation. Elle concerne également le mode d'interaction parents/enfants.

La génération Alpha va sans doute rechercher et entretenir des relations plus étroites avec ses parents, en raison de l'évolution des attentes en matière de parentalité. Les parents de la génération Alpha ont tendance à adopter des approches éducatives axées sur l'écoute, l'implication personnelle et le soutien émotionnel. Ils encouragent une communication nettement plus simple et ouverte qu'au siècle dernier. Ils cherchent à établir des relations fondées sur la confiance et le respect mutuels. En outre, l'utilisation accrue de la technologie dans les foyers peut également façonner les interactions familiales, offrant de nouvelles opportunités pour le partage d'expériences et d'apprentissage. En revanche, cet accès au numérique va poser plus que jamais de nombreux défis en termes de gestion du temps d'écran et de la vie privée.

En somme, la génération Alpha est susceptible de cultiver des relations plus proches avec ses parents, caractérisées par des formes non conventionnelles d'engagement et d'interaction, influencées par une inquiétude parentale vis-à-vis de l'avenir dans un contexte digital omniprésent et étouffant. Sans négliger quelques malentendus, lorsque les enfants imposent à leurs parents leur exigence face à l'acceptation des différences...

5. La diversité comme étendard

En raison des changements démographiques et sociaux, la génération Alpha

croît dans un environnement plus diversifié et multiculturel que la génération Z, avec une grande sensibilisation à l'inclusion.

Cette notion, novatrice et rassurante, est attribuée à plusieurs facteurs, comme l'exposition précoce aux différences culturelles et linguistiques, à l'évolution du discours des adultes ressources (enseignants, parents, éducateurs...), à l'influence des médias et à la recherche d'authenticité. De nombreux parents de la génération Alpha sont eux-mêmes issus de génération qui ont commencé à valoriser la diversité et l'inclusion. En mettant l'accent sur ces valeurs, ils ont appris à leurs enfants à apprécier la richesse qu'elles apportent à la société.

De la même façon, de plus en plus conscients des enjeux sociaux et environnementaux, les jeunes Alphas ont tendance à soutenir des initiatives et des marques qui mettent en avant la diversité, l'équité et la justice sociale. Cela fait partie de leur identité et de leur engagement pour un avenir meilleur.

Pour résumer, leur connexion avec un monde globalisé, où la diversité est perçue comme une force, enrichit leur vie et leur paraît sans doute essentiel pour construire un avenir inclusif et équitable.

Ils vont donc, bien logiquement, revendiquer une évolution de leur système scolaire...

■ À la recherche d'un enseignement différent

La génération Alpha va instaurer de nouveaux rapports avec l'école. Reflets de l'influence croissante de la technologie, les élèves du 21^e siècle vont demander, voire imposer, une diversité de méthodes d'apprentissage et une sensibilité accrue aux enjeux sociaux et environnementaux. Leur avenir scolaire devrait s'orienter sur un mélange d'apprentissage en ligne et en présentiel, sur des programmes plus

axés sur les compétences numériques et l'innovation, ainsi qu'une plus grande sensibilisation à la durabilité environnementale et à la diversité culturelle.

Ces éléments permettront de façonner une approche plus flexible et adaptative de l'éducation, en mettant l'accent sur l'autonomie, la créativité, la collaboration et la résolution de problèmes. En outre, la génération Alpha va nous interpeller sur les questions de bien-être mental et émotionnel à l'école, et revendiquer logiquement des approches centrées sur le soutien socio-émotionnel et le développement holistique des élèves. Une étude nord-américaine a posé les mêmes questions à plus de 3 021 enfants, adolescents et jeunes adultes (1 001 Alphas âgés de 7 à 9 ans, 1 004 milléniaux âgés de 24 à 42 ans et 1 016 boomers âgés de 55 à 73 ans). La mise en perspective des résultats est intéressante et confirme que le bien-être à l'école est leur principale priorité. À la question : "Qu'attendez-vous de l'avenir ? ", 97 % souhaitent assurer la sécurité des enfants à l'école (vs 54 % chez les boomers), 96 % traiter tout le monde équitablement, peu importe l'apparence et 95 % préserver l'environnement... [5].

Les caractéristiques et les besoins de la génération Alpha devraient s'ouvrir sur une transformation significative du paysage éducatif. Il faut se souvenir qu'ils ont été des utilisateurs de tablettes et de smartphones dès leur plus jeune âge. Un des défis rencontrés par les éducateurs sera de capter l'attention de ces élèves résolument technophiles ! [6]. Par ailleurs, leur aisance à dialoguer avec les adultes depuis la naissance impose de personnaliser l'éducation et de privilégier des approches pédagogiques qui favorisent l'interaction et l'engagement actif [7].

On retient également la nécessité de privilégier l'utilisation des médias et des nouvelles technologies d'apprentissage, avec des méthodes d'enseignement innovantes (IA, réalité virtuelle...)

qui utilisent et exploitent leur familiarité avec les outils numériques [8].

Surtout que leur parcours scolaire et professionnel risque de subir quelques mutations...

■ Des métiers à inventer

Il est difficile de prédire avec certitude quels métiers la génération Alpha exercera, étant donné que le paysage professionnel évolue constamment en réponse aux progrès technologiques, aux changements économiques et aux tendances sociétales. Cependant, il est raisonnable de spéculer que de nombreux membres de la génération Alpha pourraient être attirés par des métiers liés à la technologie, tels que le développement de logiciels, l'intelligence artificielle, la robotique, la cybersécurité et l'analyse de données, en raison de leur familiarité précoce avec la technologie numérique. Parallèlement, les métiers axés sur la durabilité environnementale, la gestion des ressources, les sciences de la santé, l'éducation et les métiers créatifs pourraient également offrir des opportunités d'emploi attractives pour la génération Alpha, compte tenu de l'accent croissant mis sur le bien-être personnel, la durabilité et l'innovation.

Toutes ces évolutions vont forcément impacter le déroulé et le contenu de nos consultations avec cette nouvelle population pédiatrique...

■ Et la posture médicale ?

La génération Alpha, immergée dès la naissance dans un univers technologique où la santé est une priorité nous incite à redéfinir notre approche médicale. En balayant l'horizon de l'avenir, il est essentiel de comprendre qu'ils ne sont pas seulement des patients en devenir, mais des individus éclairés, conscients des enjeux de leur santé physique et mentale. Cette génération, véritable pionnière générationnelle, exige

une médecine personnalisée et engageante, qui non seulement répond à leurs besoins individuels, mais les incite également à devenir acteurs de leur propre santé et de celle de leurs pairs.

En intégrant leur technologie, l'éducation et la prévention, nous avons l'opportunité d'accompagner nos petits patients dans un parcours de santé qui valorise leurs voix et leurs expériences, forgeant ainsi une nouvelle ère de relations entre médecin et patient. Les Alphas trouveront parfaitement leur compte dans les concepts aussi modernes qu'indispensables d'une médecine 4 P : Prédictive, Préventive, Personnalisée et Participative. Ce mélange d'actions de prévention, d'individualisation et d'implication ("pair-aidance") devrait progressivement remplacer notre ancienne médecine "curative", inadaptée en termes de moyens humains et financiers pour faire face aux besoins d'une société vieillissante.

Et d'autres challenges les attendent...

■ Plusieurs chantiers en cours [9]

La génération Alpha va devoir relever de nombreux défis.

Outre la **protection de la planète** dont ils se sont appropriés la mission (en multipliant leurs efforts pour contribuer à sa durabilité, tout en faisant face aux conséquences des crises écologiques), d'autres épreuves devront être surmontées...

La **cybersécurité** sera une obligation pour préserver leur vie privée et leur libre arbitre.

La **gestion des nouvelles techniques d'information et de communication** passera par l'apprentissage indispensable de la différence entre information fiable et désinformation.

La **préservation de leur santé mentale**, malmenée par l'exposition constante aux réseaux sociaux et à la pression du

monde numérique, est déjà une priorité, bien repérée par les pédopsychiatres.

La **lutte contre les inégalités** persistantes dans la société, qu'elles soient économiques, raciales ou de genre, les engage dès maintenant à promouvoir l'égalité et l'inclusion.

La **place des relations interpersonnelles** est rendue complexe dans un monde de plus en plus numérique. Les jeunes Alphas devront apprendre à naviguer vers un juste équilibre entre les connexions à travers les écrans et des relations authentiques en face à face. Le rôle des parents dans cette éducation numérique sera fondamental [10].

Mais la question qui nous préoccupe tous nous conduit à la frontière de la réalité et de la science-fiction. Comment les enfants de la génération Alpha vont-ils se comporter face aux espaces virtuels collectifs et partagés, comme le métavers² par exemple, et surtout, à quel moment devront-ils défier l'intelligence artificielle [11] ?

■ Conclusion

Observateurs critiques et attentifs de l'évolution de leurs parents et leurs grands-parents, les jeunes Alphas pourraient s'imposer comme un doux mélange des (bonnes) caractéristiques des générations précédentes. Leur challenge sera de compiler les points forts de leurs aînés : la rigueur et l'optimisme des boomers, le besoin d'indépendance et le sens de l'effort de la génération X, la dynamique de plaisir et l'esprit d'entreprise de la génération Y et surtout les préoccupations écologiques, éthiques et sociales de la génération Z.

À l'issue de notre réflexion, le code de la génération Alpha pourrait être **CRÉER**,

² Contraction de "Méta" et "Univers", pour évoquer un univers parallèle qui mélange expériences réelles et virtuelles.

L'année pédiatrique

terme qui reflète l'esprit de créativité, d'adaptabilité et d'engagement actif d'une génération qui semble là pour redéfinir l'avenir. Mais sommes-nous réellement prêts à assister à l'émergence de ces pionniers du 21^e siècle ?

En attendant, souhaitons la bienvenue à cette prochaine vague d'innovateurs !

BIBLIOGRAPHIE

1. JHA AK. Understanding Generation Alpha: Psychological and technological dynamics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2020;61.
2. REVOL O. "J'ai un ado mais je me soigne". JC Lattes, 2010, 180 p.
3. SIRINELLI JF. (2021). *Ce monde que nous avons perdu. Une histoire du vivre-ensemble*, Paris, Tallandier.
4. DRUGAS M. Screenagers or 'Screamagers'? Current perspectives on Generation Alpha. *Journal of Digital Media & Policy*, 2020;11.
5. Hotwire (2019). s. *Rapport Hotwire et Wired Consulting*. www.hotwireglobal.com
6. TAFONAO T *et al.* Learning media and technology: Generation Z and Alpha. *Indonesian Journal of Instructional Media and Model*, 2020;2.
7. BOZAK A. Instructional reverse mentoring: A proposal for teachers' understanding the Z and Alpha Generations' learning perspective. *Journal of Modern Education Review*, 2020;10.
8. CARVALHO RN. Challenges for university teacher education in Brazil posed by the Alpha Generation. *Journal of Educational Research and Practice*, 2020;10.
9. KAMAL Z. (2023) "Marques et Metavers: comment séduire la génération Alpha?" IAE Paris Sorbonne. W3AC Conference, Paris Panthéon Assas.
10. SPASOVA D. (2022). Generation Alpha and the education. *International Scientific Journal "Science. Business. Society."*
11. DOS REIS TA. Study on The Alpha Generation and the reflections of its behavior in the organizational environment. *International Journal of Behavioral Development*, 2020;44.

L'auteur a déclaré ne pas avoir de liens d'intérêts concernant les données publiées dans cet article.