Parents Enfants

LES ÉCRANS

PARLONS-EN !

service municipal enfance jeunesse

Salaise sur Sanne

Ce guide a pour but d'accompagner les parents dans la gestion des écrans (ordinateurs, jeux vidéos et Smartphone).

Les écrans ont pris une place très importante dans les foyers, sans que nous y soyons préparés.

Cela a creusé le fossé de compréhension entre les jeunes et les parents. Ils sont souvent une source d'inquiétudes et de conflits. C'est pourquoi le service enfance jeunesse de Salaise sur Sanne travaille depuis de nombreuses années sur cette question.

Les écrans sont devenus un enjeu éducatif. Nous ne pouvons pas faire comme si ils n'étaient pas là !

Le service met en place régulièrement des actions afin de sensibiliser les jeunes sur leur usage et les risques qui y sont liés. Il nous paraît important d'y associer les parents, car c'est une mission que nous devons mener ensemble.

au sommaire

Les écrans en famille 3
Le téléphone portable..... 6
Les jeux vidéos 7
Les réseaux sociaux 10
Les écrans et les tout-petits..... 13

Les écrans en famille

Même si je ne suis pas un GEEK, je m'intéresse à ce que fait mon enfant.

Je lui donne ma vision d'adulte, sans dénigrer forcément ce qu'il fait, sous prétexte que cela ne m'intéresse pas. Je laisse la porte ouverte aux échanges.

Eviter de placer des écrans dans les chambres.

Ils doivent rester le plus possible dans les espaces communs de la maison, afin de garder le contrôle.

Le parent est un modèle pour l'enfant.

Il doit en être de même sur son usage des écrans. Je mets en pratique pour moi-même les règles que je donne à mon enfant. (Pas de téléphone durant les repas, je laisse mon téléphone à la cuisine quand je vais me coucher….)

Il est important de poser des règles.

Elles doivent être expliquées et comprises par l'enfant, elles permettent de définir un cadre. L'adulte est le garant de ce cadre.

Il faut être vigilant face au contenu visionné par les jeunes, qu'il soit choisi ou subi !

Internet est une source inépuisable de contenu, aussi bien enrichissante que néfaste. Il est important que l'enfant soit à l'aise pour venir questionner l'adulte si il est confronté à du contenu inadapté à son âge. (sexe, violence, horreur) : ne pas punir l'enfant, mais le rassurer.

Les parents sont souvent les initiateurs du téléphone.

Soit par désir de savoir leurs enfants joignables en permanence ou juste pour faire comme les autres. Les parents donnent à leur enfant l'outil qui va susciter leurs craintes futures, sans en avoir conscience. L'âge moyen d'acquisition du premier téléphone portable est passé à 10 ans.

Le logiciel de contrôle parental

La quasi-totalité des appareils connectés disposent aujourd'hui de logiciels de contrôles parentaux.

Tablettes, ordinateurs, consoles, Smartphones et parfois téléviseurs connectés ! Il est possible d'activer ces garde-fous de façon simple (et le plus souvent gratuitement) afin de laisser ses enfants profiter de cette technologie en toute sécurité dans un environnement numérique en parfaite adéquation avec leur âge. Mais un logiciel de contrôle parental, à quoi cela sert-il ?

- Encadrer la navigation Internet
- Définir un temps de jeu
- Les bons jeux pour le bon âge
- Protéger sa vie privée
- Limiter les accès

Le contrôle parental n'est pas infaillible.

Le contrôle parental est un précieux allié, mais il ne faut pas sous-estimer vos enfants et leurs amis, qui chercheront peut-être à le contourner. Il ne saurait donc remplacer votre présence à leurs côtés et le dialogue.

Avant 3 ans

Jouer avec votre enfant est la meilleure façon de favoriser son développement.

Je préfère les histoires lues ensemble, les comptines et les jeux partagés aux écrans.

La télévision allumée nuit aux apprentissages de votre enfant même s'il ne la regarde pas.

Jamais de télé dans la chambre.

Les outils numériques, c'est toujours accompagné, pour le seul plaisir de jouer ensemble.

De 3 à 6 ans

Je fixe des règles claires sur les temps d'écran.

Je respecte les âges indiqués pour les programmes.

La tablette, la télévision et l'ordinateur, c'est dans le salon, pas dans la chambre.

J'interdis les outils numériques pendant le repas et avant le sommeil. Je ne les utilise jamais pour calmer mon enfant.

Jouer à plusieurs, c'est mieux que seul.

3-6-9-12, des écrans adaptés à chaque âge

De 6 à 9 ans

Je fixe des règles claires sur le temps d'écrans, et je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait.

La tablette, la télévision et l'ordinateur, c'est dans le salon, pas dans la chambre.

Je paramètre la console de jeux.

Je parle du droit à l'intimité, du droit à l'image, et des 3 principes d'Internet :

1) Tout ce que l'on y met peut tomber dans le domaine public ;

2) Tout ce que l'on y met y restera éternellement ;

3) Il ne faut pas croire tout ce que l'on y trouve.

De 9 à 12 ans

Je détermine avec mon enfant l'âge à partir duquel il aura son téléphone mobile.

Il a le droit d'aller sur Internet, je décide si c'est seul ou accompagné.

Je décide avec lui du temps qu'il consacre aux différents écrans.

Je parle avec lui de ce qu'il y voit et fait.

Je lui rappelle les 3 principes d'Internet.

Après 12 ans

Mon enfant « surfe » seul sur la toile, mais je fixe avec lui des horaires à respecter.

Nous parlons ensemble du téléchargement, des plagiats, de la pornographie et du harcèlement.

La nuit, nous coupons le WIFI et nous éteignons les mobiles.

Je refuse d'être son « ami » sur les réseaux sociaux.

Le téléphone portable

Quel âge pour son premier téléphone ?

Le passage au collège rime souvent avec téléphone portable, il rassure le parent au cas où l'enfant ait besoin de le contacter. L'autonomie du jeune change, il prend le car le matin, ses horaires de sortie peuvent varier chaque jour. Ce sont autant de bonnes raisons qui peuvent accompagner l'acquisition du téléphone portable. Mais cela ne s'accompagne pas souvent d'un mode d'emploi des usages qui vont avec.

Il est important que le parent échange avec son enfant sur ceux-ci.

Le droit à l'image

Une des fonctions la plus utilisée par les jeunes est l'appareil photo. Il faut leur expliquer qu'ils n'ont pas le droit de détenir la photo d'une personne et encore moins de la publier sur les réseaux sociaux, si ils n'ont pas l'accord de cette personne, et de ses parents si cette personne est mineur.

Le téléphone portable est un objet de valeur.

Il peut donc susciter un intérêt pour des personnes mal intentionnées. Quand on est collégien, est-il important de détenir le dernier Smartphone à la mode ? Cela peut être source de racket. L'enfant n'a pas forcément conscience de la valeur de l'objet. Ce qui est important, c'est l'usage : un téléphone ne reste pas très longtemps en bon état dans les mains d'un jeune (casse d'écran, chute à répétition…) On peut trouver de bon compromis entre performance et coût.

L'acquisition du téléphone doit s'accompagner de règles

comme nous l'avons indiqué précédemment.

Les jeux vidéos

Il est le loisir numéro 1 des jeunes entre 8 et 25 ans.

Le jeu vidéo est avant tout un jeu,

ce qui se joue pour l'enfant est la même chose que si il joue à un jeu de société.

L'enfant fait très bien la différence entre le réel et le virtuel :

un enfant qui joue au gendarme et au voleur dans la cour de l'école ne deviendra pas plus tard un braqueur de banque. L'enfant a besoin de se raconter des histoires.

Il est important de veiller à ce que le contenu des jeux soit adapté à l'âge et au développement de l'enfant.

Pour cela, n'hésitez pas à aller sur internet pour voir les tests et avis sur le jeu que votre enfant souhaite acheter. Ce n'est pas parce que les autres y jouent qu'il est bien pour votre enfant.

Le classement PEGI vous aide à choisir un jeu adapté à votre enfant en vous informant :

1 Sur l'âge minimum recommandé via 5 logos :

L'âge mentionné n'indique pas la difficulté mais l'âge à partir duquel le jeu peut convenir à votre enfant.

2 Sur le type de contenu via 8 descripteurs :

Contient des scènes de violence.

Se réfère à la drogue (boissons alcoolisées et tabac inclus) ou y fait allusion.

Fait usage d'un langage grossier.

Apprend et/ou incite à parier.

Contient des images susceptibles d'inciter à la discrimination.

Représente des corps nus et/ou des comportements ou allusions de nature sexuelle.

Risque de faire peur aux jeunes enfants.

NOUVEAU

Indique la présence d'achats intégrés.

Les logos descripteurs sont présents sur le boîtier des jeux vidéo et sur les sites internet.

*(Pan European Game Information)

Les types de jeu : il en existe un grand nombre

- les jeux de simulation sportive (FIFA, PES, Virtua tennis, Tony Hawk's pro skater)
- les jeux de courses (Gran turismo, Forza, Burnout)
- les jeux d'aventure,
- les jeux de plateforme (Super Mario bros, Rayman, Sonic)
- les jeux de combat (Street fighter, Tekken, Mortal combat)
- les jeux de tir (DOOM, Counter Strike, Halo)
- les jeux de rôle en ligne massivement multi-joueurs (World of warcraft, League of legend)
- les jeux de simulation (animal crossing, les Sims)
- les jeux Battle Royale (PUBG, Fortnite)

Chaque type de jeu a ses spécificités, en terme de temps par exemple. Une partie de foot ou une course peut se terminer en 10 minutes, ce qui fait que ce type de jeu est adapté quand on a peu de temps disponible. A contrario, certains jeux ne se terminent jamais : vous jouez le rôle d'un personnage qui évolue sans cesse. Ces jeux se passent en ligne avec des milliers de joueurs, répartis sur la planète entière : ce sont les MMORPG. Ils peuvent nécessiter d'être présent devant son écran à 4h00 du matin pour mener à bien une quête de son clan.

Le nombre et le type de joueurs sont en permanente évolution.

Les jeux sur tablette et téléphone portable (sudoku, Candy crush) font évoluer de façon importante l'âge moyen du joueur, qui se situe vers 35 ans.

45% des joueurs sont des filles et 55% des garçons.

La violence dans les jeux vidéo

Certains jeux peuvent avoir des images choquantes, la qualité des graphismes évolue sans cesse et les jeux sont de plus en plus réalistes. Un joueur « sain » comprend que ce qui se passe dans le monde du jeu n'a rien à voir avec la réalité. Il peut y avoir danger si un jeune avec des troubles psychologiques avérés joue à des jeux violents.

La violence n'est souvent pas le but recherché. L'important reste le divertissement et la victoire.

Il faut veiller à ce que des enfants ne subissent pas les jeux des autres membres de la famille plus âgés.

La plupart des jeux vidéo actuels utilisent la fonction de jeu en ligne.

Cela permet de renouveler sans cesse le contenu du jeu. Cela permet aussi aux joueurs d'échanger via des outils de communication propre à chaque jeu (Chat vocal ou textuel). Il est important d'être vigilant au même titre que sur les réseaux sociaux, car nous ne savons pas qui se cache derrière le pseudo du joueur. Il est important de ne pas communiquer de renseignements trop personnels (notre nom, où on habite, nos habitudes)

Le jeu ne doit pas être un facteur d'isolement.

Il faut faire la différence entre le temps que peut prendre le jeune pour vivre sa passion (ce qui peut paraître déjà énorme pour l'adulte) et quand cela prend la forme d'un repli sur soi, une désocialisation.

Une pratique excessive ne signifie pas forcément qu'il y a addiction. Pour être définie comme addiction, il faut qu'il y ait une perte de contrôle sur le jeu, une priorité accrue accordée au jeu, au point que celui-ci prenne le pas sur d'autres centres d'intérêt et activités de la vie quotidienne(arrêt du sport, peur de sortir de chez soi, coupure du lien physique avec ses amis), et par la poursuite ou la pratique croissante du jeu en dépit de répercussions dommageables, ce qui est très rare.

Il est important de prendre du temps pour jouer avec son enfant.

Cela permet de créer un temps d'échange privilégié entre le jeune et le parent. Cela permet aussi de connaître les jeux auxquels votre enfant joue, et les mécanismes que cela met en avant (concentration, habilité motrice, anticipation, acceptation de l'échec) Vous ouvrirez alors la porte à des échanges sur ce qu'il aime dans le jeu vidéo et pourrez l'accompagner si il est confronté à des situation problématiques durant ses parties (harcèlement, rencontre dangereuse)

La durée

Il n'y a pas de durée idéale, elle est propre à chaque famille. Il est clair que pendant le temps scolaire, le temps de jeu doit être réduit de façon très importante, un petit moment après les devoirs pour se détendre. Il faut savoir adapter en fonction de différents facteurs : si il fait très beau et que les copains jouent dehors, ou si on est en hiver et qu'il pleut. Cela permet de discuter, de faire des compromis, construire un cadre ensemble.

Les réseaux sociaux

Pour nos enfants, les réseaux sociaux sont devenus LE moyen de socialisation : ils correspondent à leurs besoins d'autonomie et d'émancipation.

Cet espace numérique leur permet de se retrouver, d'échanger entre eux, de se questionner sur leurs expériences et leurs sentiments en dehors de la sphère parentale. Cela renforce leur sentiment d'appartenance au groupe, à un âge où leur personnalité est encore en construction.

Mais communiquer sur les réseaux, c'est aussi s'exposer à certains risques...

Les réseaux sociaux sont officiellement interdits aux moins de 13 ans.

Avant cet âge, la loi américaine interdit de collecter les données personnelles.

En France, une autorisation parentale est obligatoire pour ouvrir un compte entre 13 et 15 ans (loi RGPD).

Et pourtant, près de 60 % des 11-12 ans en France fréquenteraient un réseau (enquête IPSOS Médiamétrie 2015).

Avec ou sans l'accord de leurs parents !

Les réseaux sociaux sont avant tout un moyen de divertissement et de communication pour les jeunes.

Chaque plateforme a ses spécificités (discuter avec ses amis, regarder des vidéos, publier et partager des photos/vidéos, s'informer sur l'actualité et la partager et même… faire des rencontres) : les jeunes sont donc inscrits en général sur plusieurs réseaux.

Instagram et **Snapchat** sont les applications les plus populaires. Leur fonctionnalité de « stories » permet de publier photos et vidéos pour 24h seulement et leur messagerie intégrée permet de créer des groupes de discussion.

Instagram propose, en plus des «stories», un « mur » personnel de photos qui se veulent plus artistiques et restent visibles sans limitation de durée. Les abonnés (lorsque le compte est privé) ou simples visiteurs (compte public) peuvent les « liker » et les commenter.

Parmi les applis des jeunes, sont aussi très utilisées :

- **Tik Tok**, pour créer des vidéos de playback,
- la messagerie **WhatsApp** (interdit depuis peu aux moins de 16 ans), qui a détrôné Messenger et est en train de se faire rattraper par Discord,
- **YouTube**, la plateforme de vidéos par excellence,
- **Askip** (à ce qu'il paraît), une application de messagerie anonyme,
- **Twitch**, une plateforme de stream de jeux vidéo,
- Ou encore **Yubo**, une application de rencontres pour adolescents…

Facebook, le réseau social historique, est lui en net recul chez les jeunes, qui le considèrent comme le réseau des parents. S'ils s'y connectent encore, c'est surtout pour prendre des nouvelles de la famille.

Plusieurs points de vigilance sont à avoir :

Les données privées

Quand ils surfent sur internet, les plus jeunes peuvent diffuser des informations personnelles sans même en avoir conscience. Des données exploitées par les réseaux sociaux à des fins publicitaires et commerciales.

La e-réputation

Photos, vidéos ou simples commentaires… les traces laissées sur les réseaux sociaux sont presque indélébiles. L'enjeu ? La réputation de nos enfants ! Vous-même, en tant que parent, ne postez pas de photos de votre enfant sur les réseaux sociaux, cela pourrait lui nuire à l'avenir !

Le cyberharcèlement

Propagation de rumeurs, diffusion de photographies humiliantes, ou insultes en ligne, les cyber-harceleurs profitent des réseaux sociaux pour agir en toute impunité. Une fois encore, la vigilance est de mise !

N'attendez pas que votre enfant soit âgé de 13 ans pour discuter avec lui des risques liés à l'utilisation des réseaux sociaux.

D'autant qu'il peut y être confronté par l'intermédiaire de ses amis et en votre absence. Appuyez-vous sur votre propre expérience des réseaux pour l'initier aux « règles de bonne conduite en ligne ». Une bonne façon de préparer l'avenir !

Entre 13 et 15 ans : une utilisation autorisée « sous surveillance »

Votre enfant a atteint l'âge réglementaire pour disposer de son propre compte sur un réseau social ? Ne le laissez pas livré à lui-même pour autant ! Continuez à échanger avec lui et assurez-vous qu'il adopte les bonnes pratiques :

- Vous veillerez notamment au paramétrage de son compte, pour limiter la diffusion de ses données à un cercle restreint de personnes de confiance.
- En revanche, abstenez-vous de le demander comme ami. Il le vivrait comme une intrusion dans son intimité, ce qui serait contre-productif…
- Vous pouvez cependant vérifier régulièrement sa liste d'ami, et lui demander de vous montrer ce qu'il poste de temps en temps.
- Enfin et surtout, encouragez-le à vous solliciter si une information ou un fait advenu en ligne le perturbe !

Car si bannir les réseaux sociaux de la vie de vos enfants est sans doute illusoire, la meilleure attitude à adopter est de superviser ses pratiques en ligne dans le respect de sa vie privée, afin de le préserver au mieux des risques potentiels.

Les écrans et les tout petits

Avant 3 ans l'écran n'a aucun intérêt pour l'enfant et ne doit pas être utilisé comme « Baby Sitter » (écran de télé allumé, avec du contenu approprié ou non pour l'enfant)

L'écran prend la place des interactions qui sont plus riches et plus bénéfiques pour le développement cognitif et social de l'enfant.

Les interactions entre l'adulte et l'enfant sont primordiales à cet âge.

Chez le jeune enfant il est important de distinguer les types d'écrans, les différents usages, ainsi que les contexte d'utilisation, c'est le principe des 3C :

- Contenu

- Contenant

- Contexte

Il faut distinguer l'usage passif (regarder un dessin animé sur la télé) et l'usage interactif (jouer à une application sur la tablette).

Les questions que nous pouvons nous poser sur une bonne utilisation des écrans avec les tous petits :

- Est ce que vous contrôlez l'exposition à l'écrans ?
- Est ce que vous contrôlez le contenu de ce que votre enfant regarde à l'écran ?
- Est ce que vous commentez, est ce que vous discutez avec votre enfant du contenu de l'écran ?

Ce qu'il est important de noter, c'est que les écrans peuvent être utilisés à partir de 3 ans mais ils doivent être en priorité des outils à la relation parent enfant, avec une utilisation maitrisée et réfléchie car ils ne sont pas essentiels pour le développement de votre enfant.

Il n'est pas pour autant interdit d'utiliser les écrans, avec parcimonie, quand on a besoin de faire un break : il faut savoir s'autoriser une petite bulle d'air, pour revenir plus disponible pour l'enfant.

Des questions ?

Promeneurs du Net

PédaGoJeux.fr AMBASSADEUR

Kelly Guillot, animateur au Service Enfance Jeunesse de la Ville de Salaise sur Sanne, est présent en tant que professionnel sur les réseaux sociaux, pour accompagner parent ou enfant. Il est aussi ambassadeur PédagoJeux.

KELLYSM JSALAISE

Sur Instagram

Kelly Smjsalaise

Kellysmjsalaise

Si vous avez une question concernant l'utilisation des réseaux sociaux, les usages des jeux vidéo, les différents outils numériques que ce soit pour se divertir ou se former, vous trouverez près de chez vous un animateur qui saura répondre à vos questions.

- Accro jeunesse (Saint clair du Rhône)
  ✉ accrojeunesse @mairie-stclairdurhone.com
- Centre social Au Fil de Lambre (Sonnay)
  ✉ jeunesse@aufildelambre.fr
- Centre social Les 4 Vents (Saint Romain de Surieu):
  ✉ animation.jeunesse@csles4vents.fr
- Centre social OVIV (Vernioz)
  ✉ jeunesse@cs-oviv.fr
- Centre social du Roussillonnais (Roussillon):
  ✉ secteurjeune @centresocialroussillonnais.fr
- Centre social de l'ile du Battoir (Beaurepaire)
  ✉ pij.cib@gmail.com
- Mediathèque ECuME intercommunale (Saint Maurice l'Exil):
  ✉ numerique.ecume @entre-bievreetrhone.fr
- Service municipal Enfance Jeunesse de Salaise sur Sanne
  ✉ smjsalaise@gmail.com

Des ressources ?

www.pedagojeux.fr
wwww.internetsanscrainte.fr
www.pegi.info.fr
www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr
www.clemi.fr
www.promeneurdunet.fr
www.lesupermedia.fr
www.lesjeunesetlenumerique.fr

Salaise sur Sanne