

Les écrans, les réseaux sociaux et les jeunes

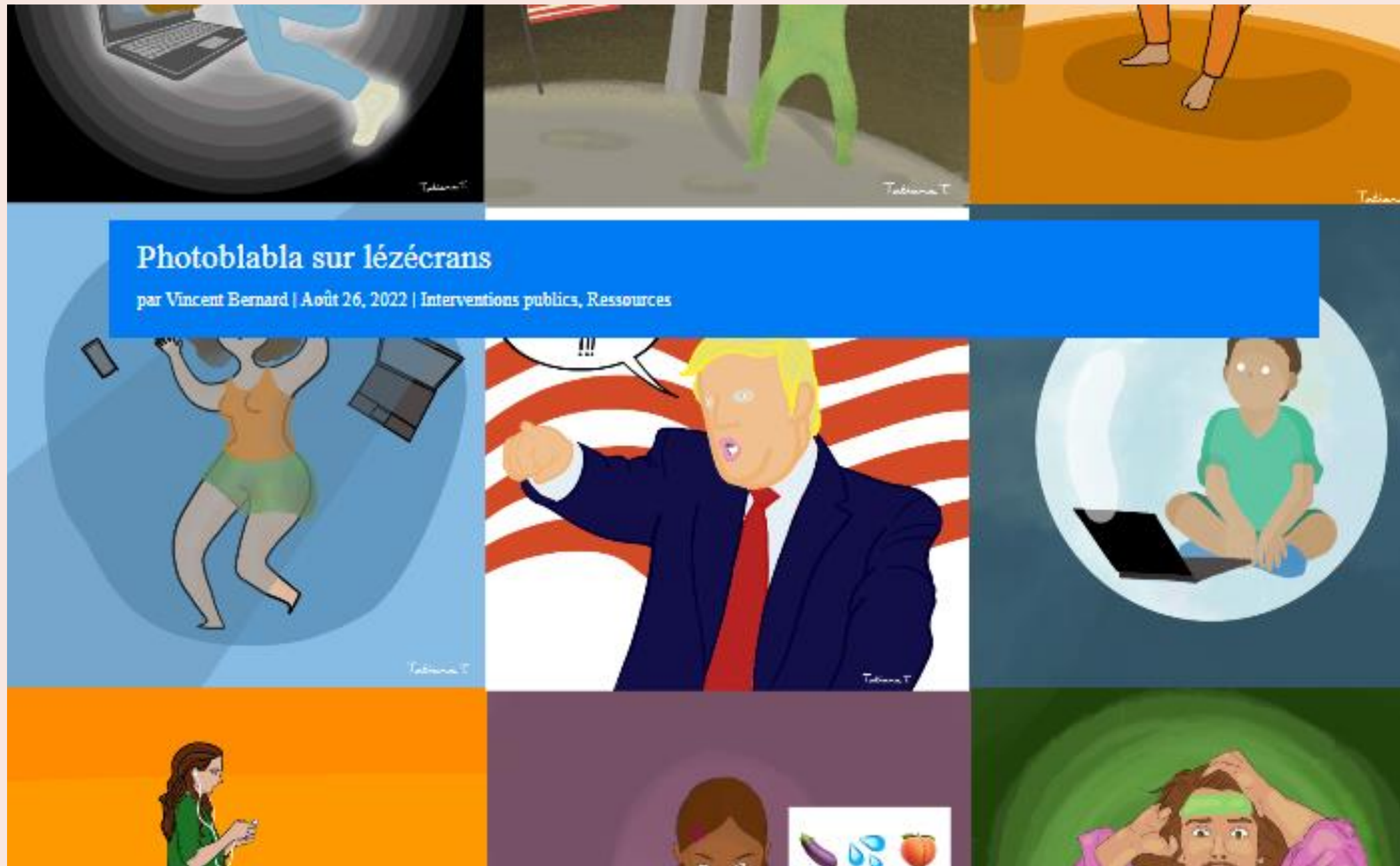


Des échanges, des infos, des conseils... pour accompagner les adolescents dans leur vie numérique.

Une animation de l'association Ceméa

CÉMÉA
L'ELAN FORMATION

Temps de présentation - PHOTOLANGAGE

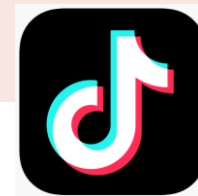
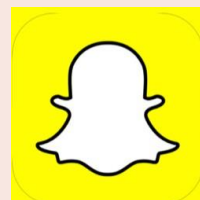


INTRODUCTION

Quelques chiffres :

- 10 écrans en moyenne par foyer
- Tranche des 13-19 ans : 2,9 écrans personnels
- Tranche 7-12 ans : 1,6 écrans personnels
- Le smartphone est détenu par 89% des 13-19 ans et 35%
des 7-12 ans
- Age moyen d'acquisition du premier smartphone : 9 ans
et 8 mois

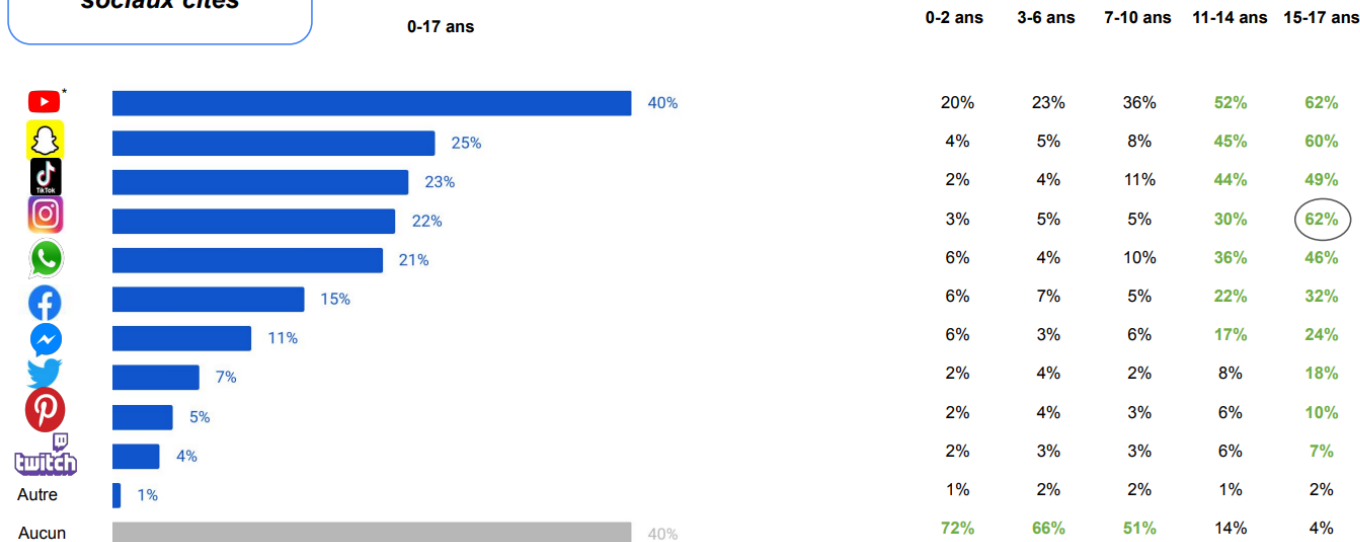
Savez-vous sur quels réseaux sociaux numériques vos enfants sont particulièrement actifs ?



En particulier YouTube, Snapchat, TikTok et Instagram. De manière encore plus prononcée chez les 15-17 ans.

Moyenne : **3,0 réseaux sociaux cités**

Utilisation des réseaux sociaux par les enfants

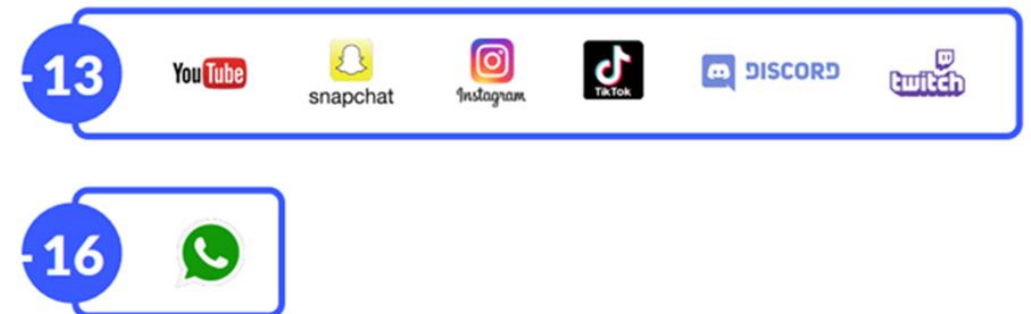


* YouTube/YouTubeKids

Base ensemble : 2012 / A23 : Quels réseaux sociaux et/ou services de messagerie, le cas échéant, votre/vos enfant(s) utilise-t-il/elle ?

Une étude IPSOS pour l'OPEN et l'Unaf, avec le soutien de Google

Mais des réseaux interdits avant 13 ans...

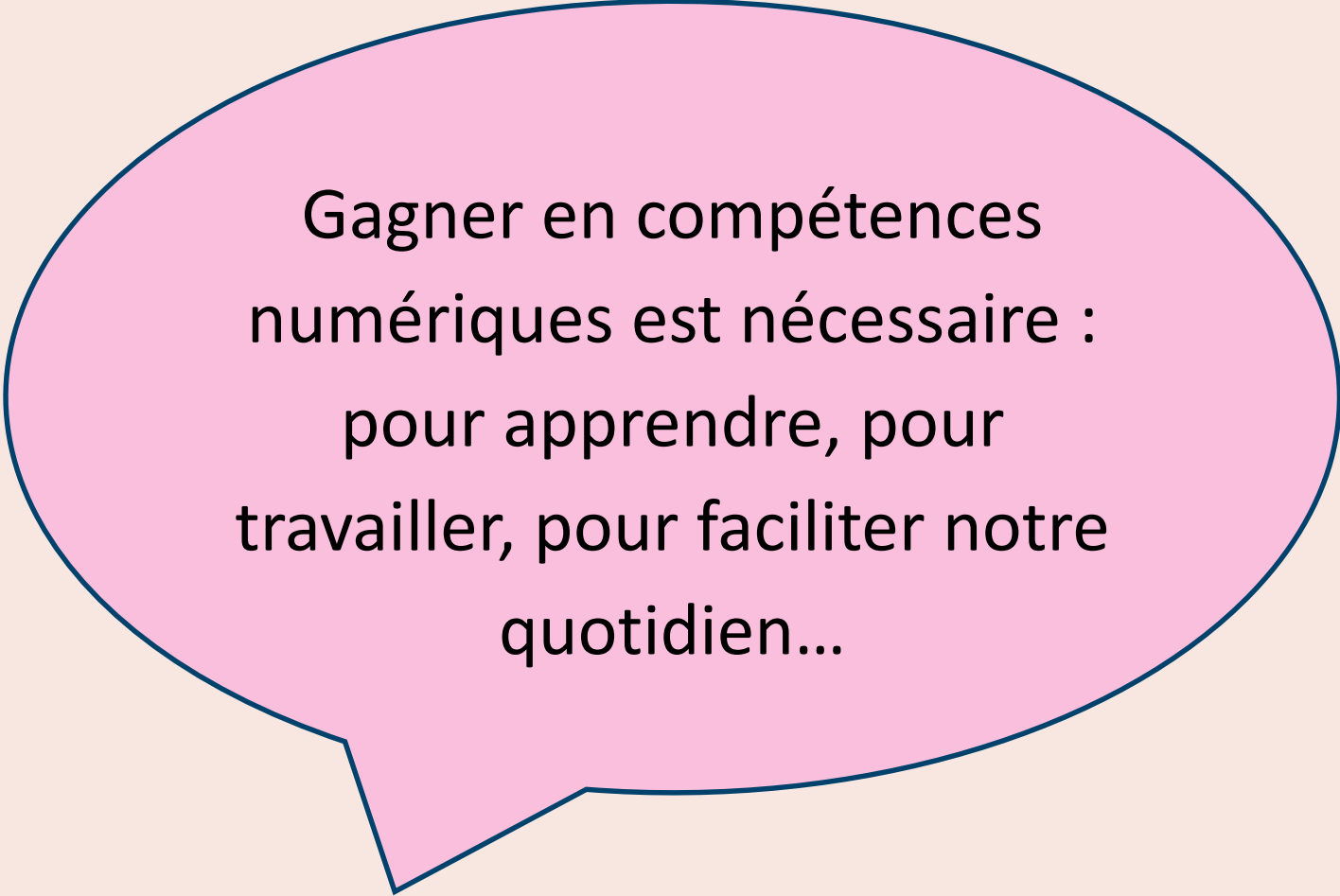


**MAJORITÉ
NUMÉRIQUE
À 15 ANS**

Les réseaux sociaux préférés des moins de 13 ans

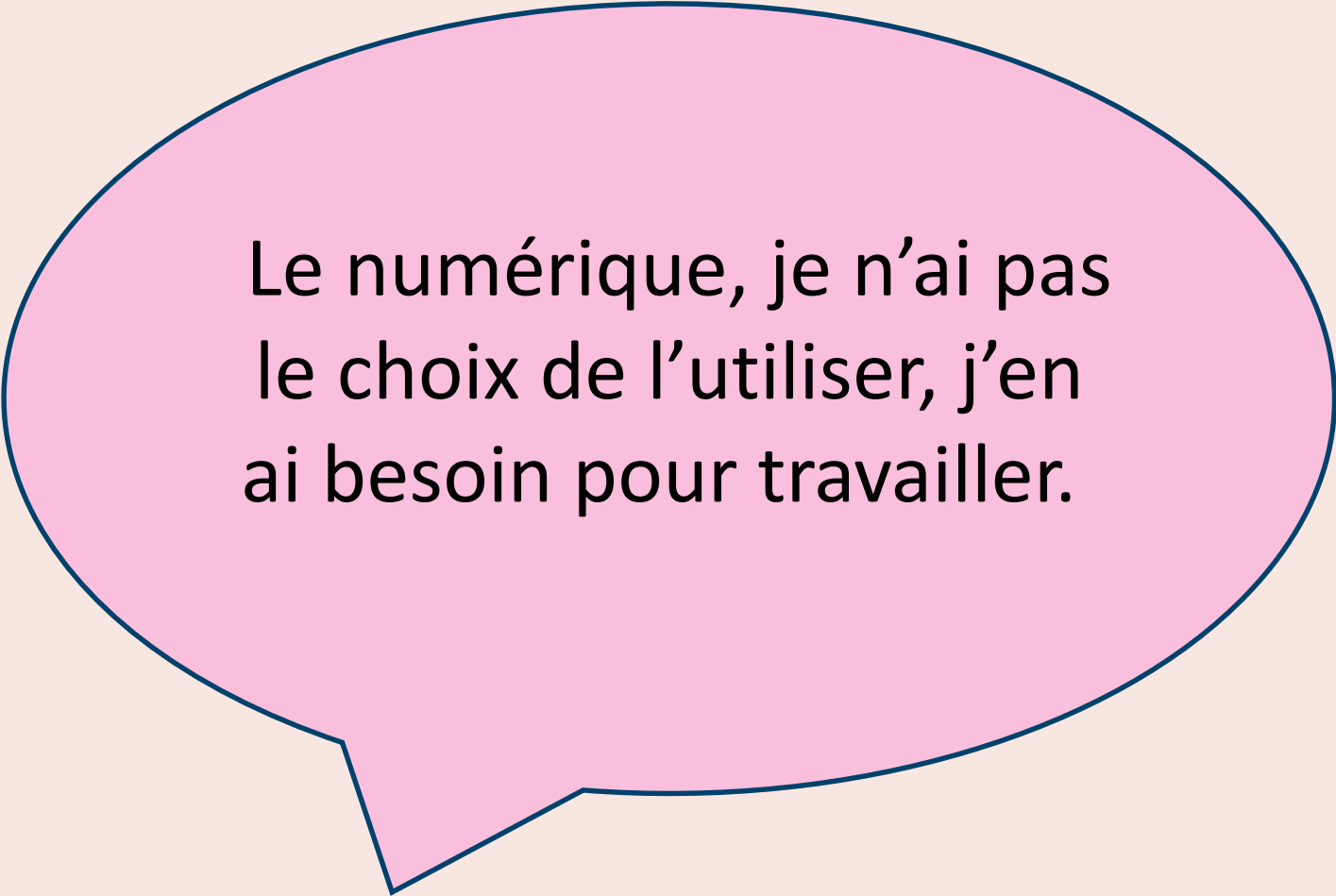


Parole d'ado ou parent ?



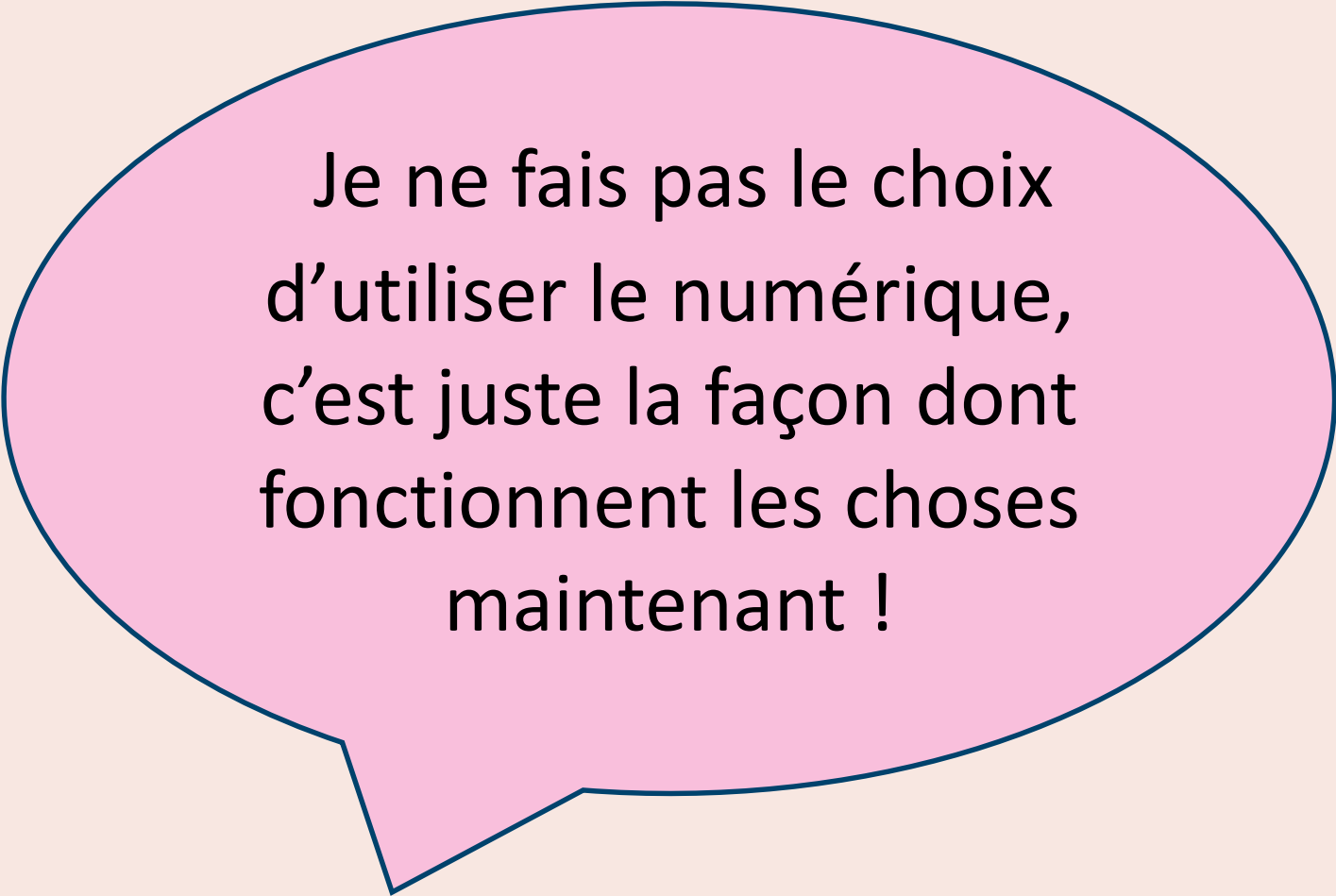
Gagner en compétences numériques est nécessaire :
pour apprendre, pour
travailler, pour faciliter notre
quotidien...

Parole d'ado ou parent ?



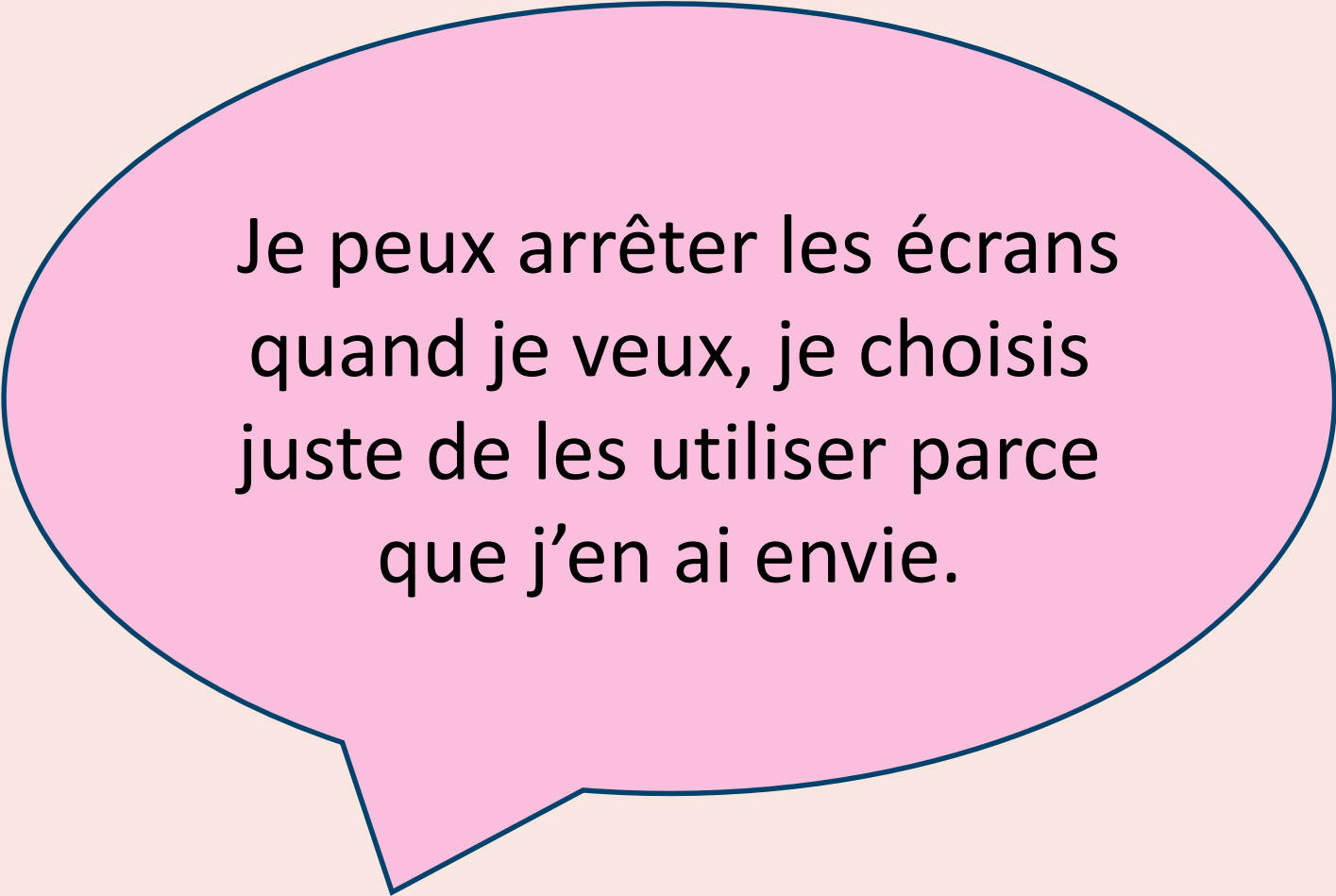
Le numérique, je n'ai pas
le choix de l'utiliser, j'en
ai besoin pour travailler.

Parole d'ado ou parent ?



Je ne fais pas le choix
d'utiliser le numérique,
c'est juste la façon dont
fonctionnent les choses
maintenant !

Parole d'ado ou parent ?



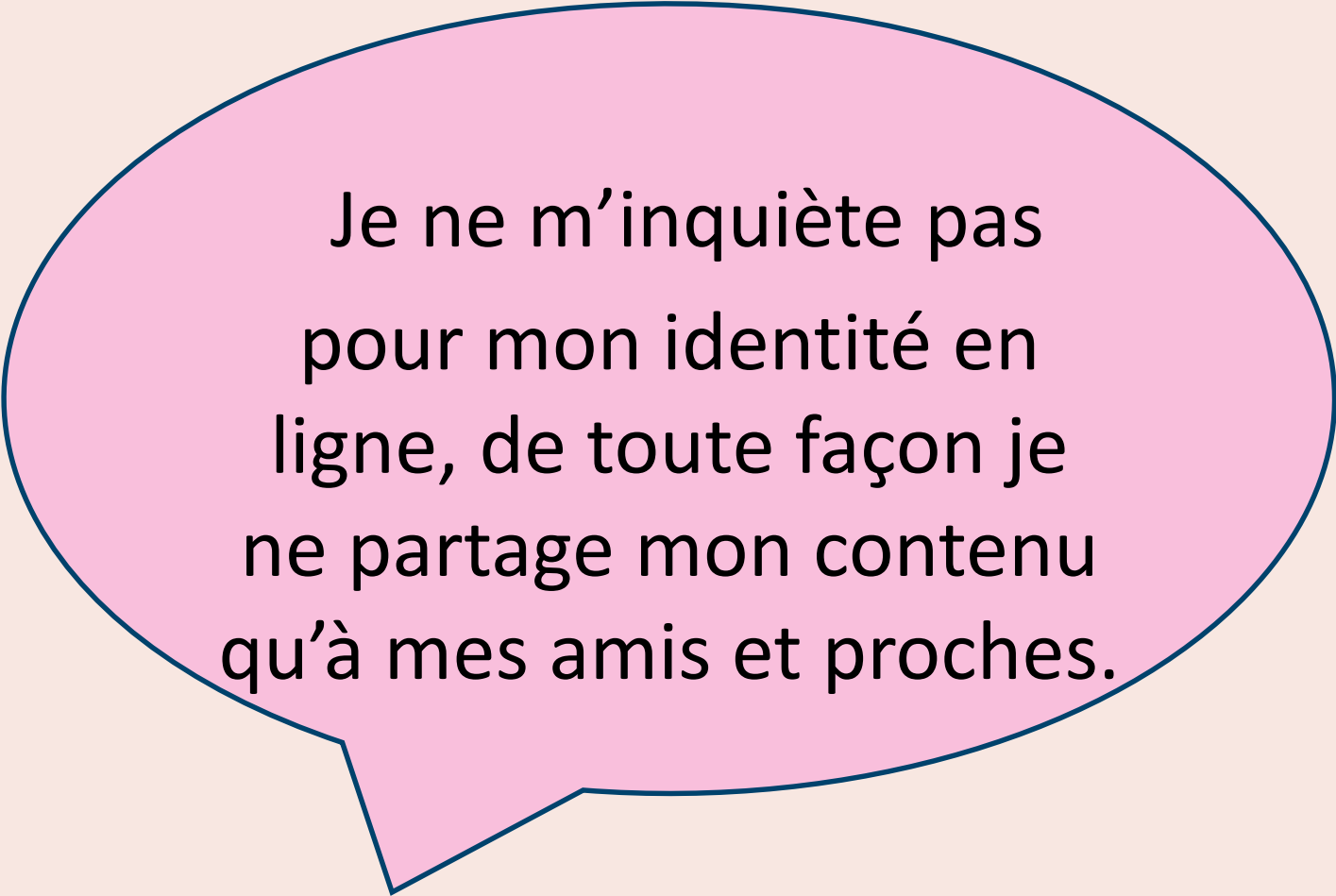
Je peux arrêter les écrans
quand je veux, je choisis
juste de les utiliser parce
que j'en ai envie.

LES PRE-ADOS, ADOS ET LES ECRANS

Une présence numérique souhaitée, voulue ou subie ?

- Compétences numériques recherchées voir nécessaires
- Lieux de socialisation
- Injonction à la présence numérique et à l'hyper-connectivité

Parole d'ado ou parent ?

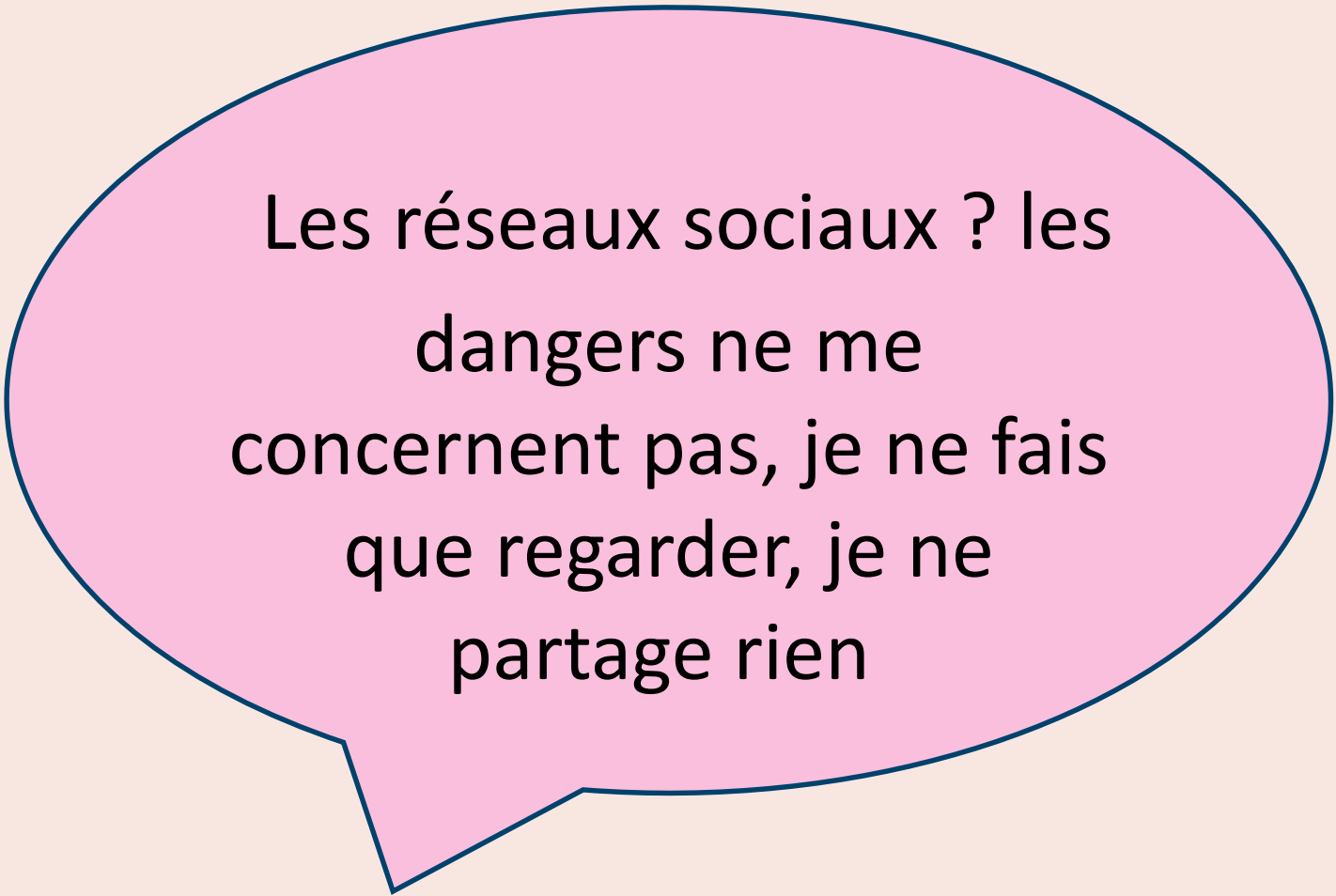


Je ne m'inquiète pas
pour mon identité en
ligne, de toute façon je
ne partage mon contenu
qu'à mes amis et proches.

Identité numérique et cyberviolences

« L'identité numérique est l'ensemble des traces numériques qu'une personne ou une collectivité laisse sur Internet. Toutes ces informations, laissées au fil des navigations, sont collectées par les moteurs de recherche, comme Google, et sont rendues public. Une identité numérique, ou IDN, peut être constituée par : un pseudo, un nom, des images, des vidéos, des adresses IP, des favoris, des commentaires etc. Cette identité sur internet a donc une influence sur la e-réputation, sur la façon dont les internautes perçoivent une personne. En résumé, l'identité numérique est l'image que vous renvoyez sur internet, votre image virtuelle, dématérialisée. » (Semji)

Parole d'ado ou parent ?



Les réseaux sociaux ? les
dangers ne me
concernent pas, je ne fais
que regarder, je ne
partage rien

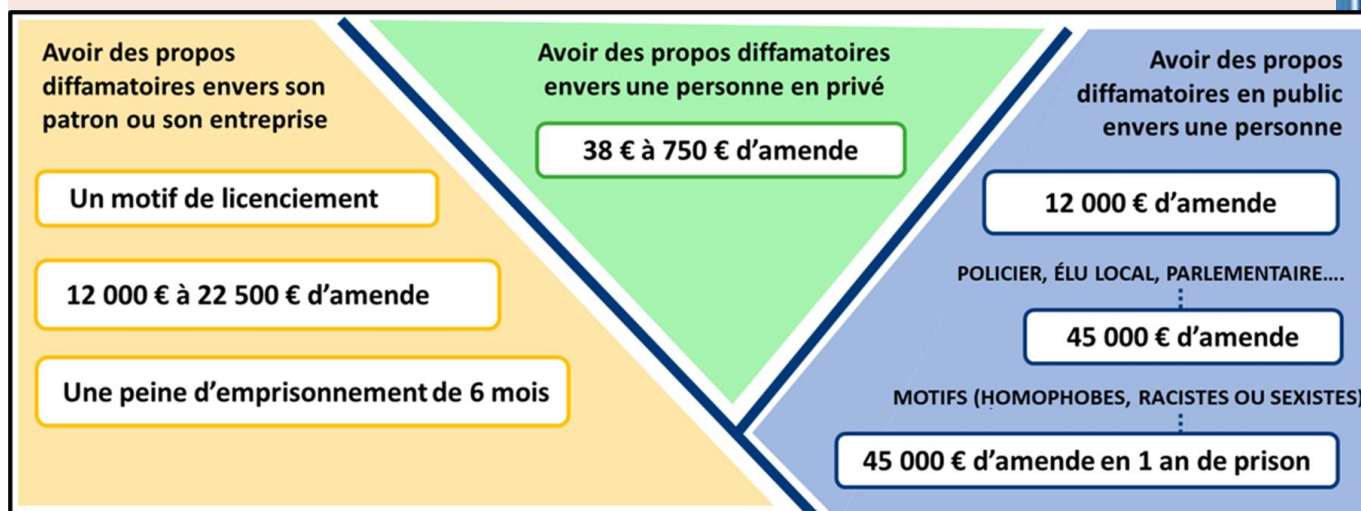
Identité numérique et cyberviolences



La cyberviolence regroupe toutes les formes de violences réalisées au moyen des nouvelles technologies, comme Internet ou les téléphones portables. Les victimes de cyberviolence peuvent, par exemple, recevoir des messages d'insultes sur leur téléphone ou découvrir que des photos d'elles embarrassantes ont été postées sur Internet. Les cyberviolences sont une forme de cyberharcèlement, mais elles ne sont pas forcément répétées ou prolongées dans le temps. Ce sont des actes agressifs perpétrés par une ou plusieurs personnes dans le but de nuire à un individu.

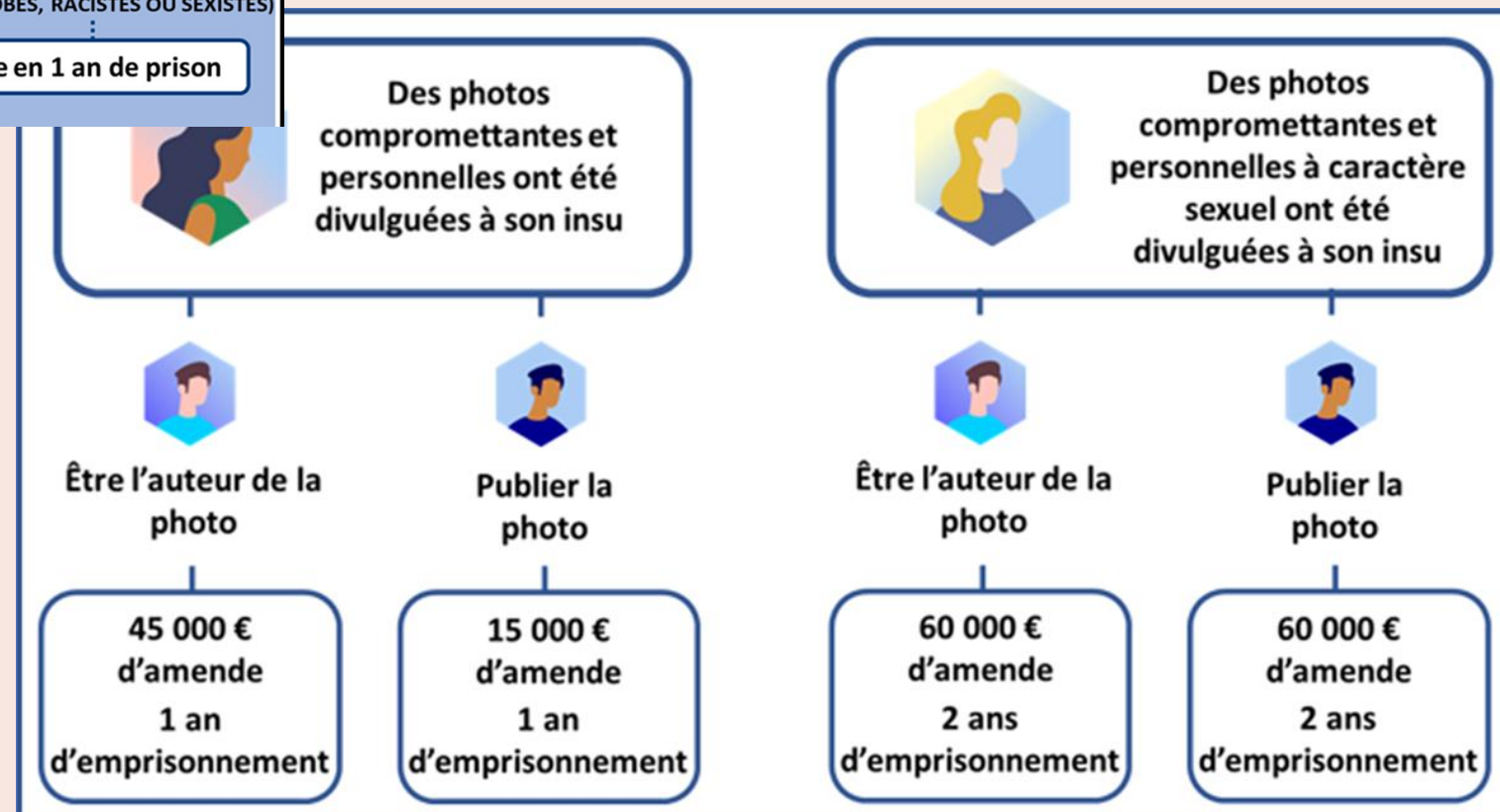
(Lespetitscitoyens.com et internetsanscrainte.fr)

Les sanctions



	L'auteur est majeur ↓	L'auteur est mineur (+ de 13 ans) ↓
La victime a moins de 15 ans	Jusqu'à 3 ans de prison et 45 000€ d'amende	Jusqu'à 18 mois de prison et 7 500€ d'amende
La victime a 15 ans et plus	Jusqu'à 2 ans de prison et 30 000€ d'amende	Jusqu'à 1 an de prison et 7 500€ d'amende

Jusqu'à 13 ans, les sanctions applicables sont spécifiques



Comment signaler ?

- **Ne pas répondre aux comportements abusifs, uniquement pour demander de cesser**

1- Faites une capture d'écran pour garder une trace des faits.

2- Signalez le problème à la plateforme concernée.

3- Si pas de réaction de la plateforme, (le contenu toujours en ligne après 48h par exemple) faites un signalement auprès d'une instance selon le sujet.

Comment signaler auprès d'une instance ?

ARCOM : Désinformation

(Autorité publique française de régulation de la communication audiovisuelle et numérique)
intervient sur des problématiques liées à l'activité des plateformes en ligne en matière de lutte contre la manipulation de l'information ou contre la haine en ligne.

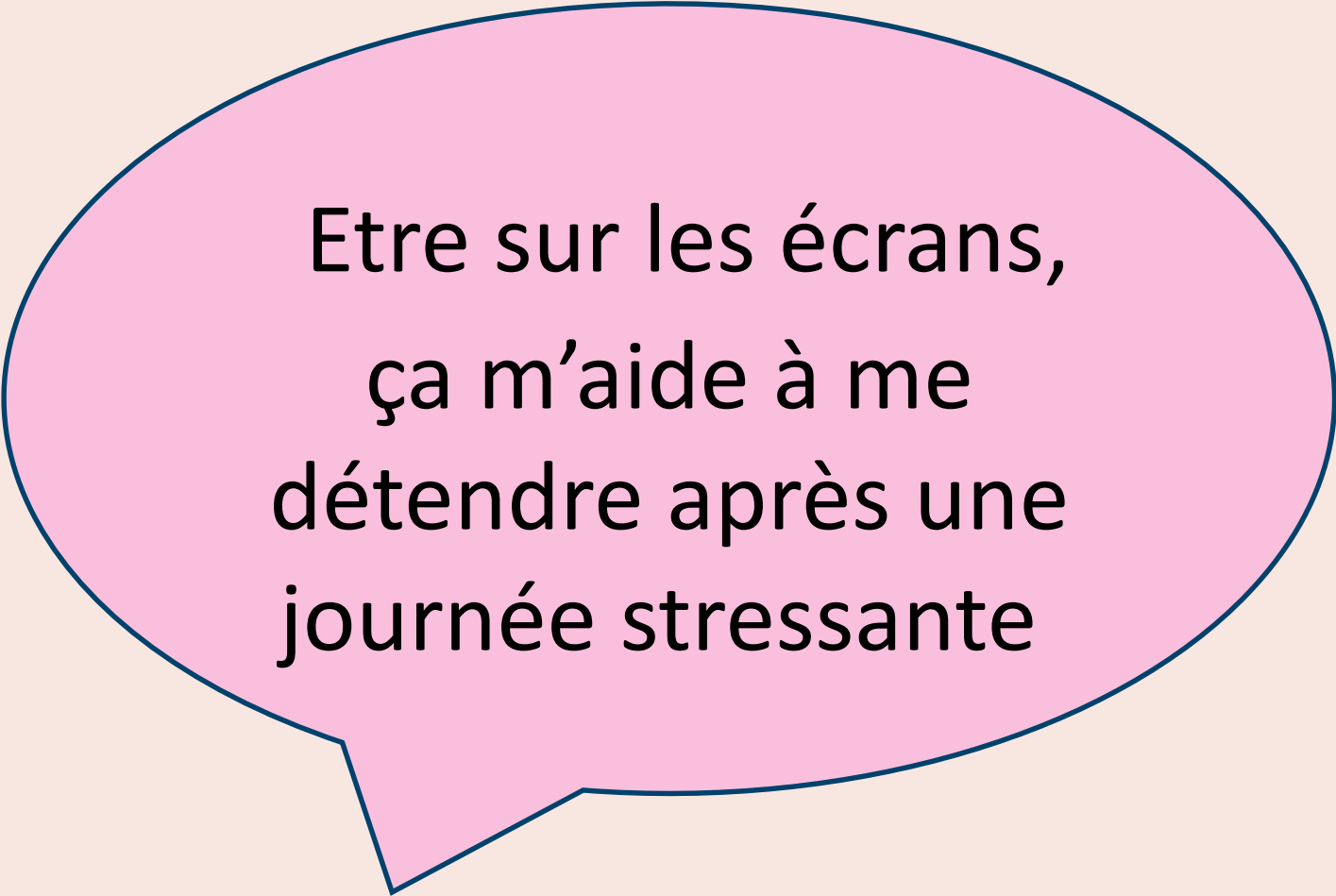
PHAROS : Violence, séquences choquantes, discriminantes

Portail officiel de signalement des contenus illicites de l'Internet géré par des policiers et gendarmes spécialisés.

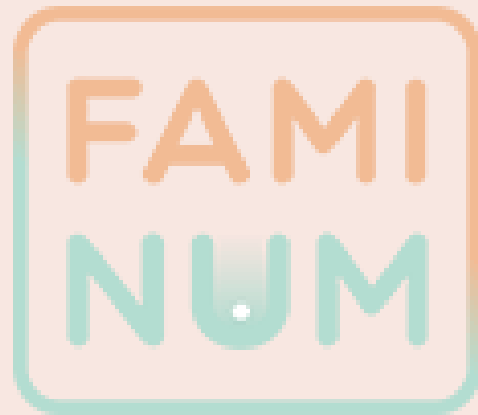
CNIL : Traitement de données personnelles vous concernant

E-Enfance - 3018 : Cyberharcèlement

Parole d'ado ou parent ?



Etre sur les écrans,
ça m'aide à me
détendre après une
journée stressante



FamiNum est une application gratuite qui donne des conseils personnalisables sur la gestion du temps d'écran, pour jouer sereinement aux jeux vidéo, éviter les contenus choquants ou encore prévenir le cyberharcèlement.

Grâce à cette application, vous pourrez mettre en place de bonnes pratiques à la maison.

Faminum, c'est :

- **Gratuit**
- Accessible depuis un ordinateur, un smartphone ou une tablette
- 5 tranches d'âge : -6 ans, 6-9 ans, 9-12 ans, 13 ans et +, Adulte
- 5 thèmes : **Temps d'écran, Réseaux sociaux, Jeux vidéo, Contenus choquants, Données personnelles**
- La possibilité d'ajouter ses propres bonnes pratiques
- **43 règles** au total
- **Des explications et des astuces**
- Une série de vidéos pour répondre en 2 minutes aux questions des parents sur l'éducation au numérique des enfants.

LES CONTROLES PARENTAUX

« La mise en place de dispositifs de contrôle parental, constitue un moyen adapté pour **protéger** les mineurs face aux risques auxquels ils sont exposés en ligne (harcèlement, arnaques, accès à des contenus inadaptés, etc.).

Ces outils doivent être complétés par une action plus globale d'éducation au numérique et être mis en œuvre dans le respect de la vie privée des enfants et de leur autonomie, notamment en fonction de leur âge, car ces dispositifs peuvent impliquer la collecte de données personnelles et donc une forme de surveillance des mineurs. » CNIL

- **Sur le téléphone :**

Chaque opérateur membre de l'AFOM (Association française des opérateurs mobiles) met gratuitement à disposition de ses clients un outil de contrôle parental.

Pour activer le contrôle parental sur le portable de votre enfant, **il vous suffit d'appeler le service client ou de le demander à l'ouverture de la ligne téléphonique.**

- **Sur la tablette :**

La plupart des tablettes propose un contrôle parental intégré. Vous pouvez l'activer en vous rendant dans les paramètres de votre appareil.

- **Sur les consoles de jeux vidéo :**

Switch : L'application de contrôle parental de la Nintendo Switch est une application mobile gratuite que vous pouvez lier à votre Nintendo Switch afin de facilement garder un œil sur les activités de votre enfant lorsqu'il joue. Si vous ne possédez pas d'appareil mobile, vous disposez également de la possibilité de paramétrer certaines restrictions sur la console elle-même.

Xbox : Grâce à l'application Xbox Family Settings, vous définissez les limites de chacun. Gérez le temps passé devant l'écran, les paramètres de confidentialité, les interactions sociales, l'accès au contenu pour adultes et exercez une surveillance avec des paramètres de contrôle parental uniques sur les consoles Xbox Series X|S et Xbox One, Windows et les applications mobiles Xbox depuis votre téléphone.

Playstation : Grâce à l'application Playstation App, créez une expérience de jeu sûre, adaptée et amusante pour toute la famille. Ce que vous pouvez faire : définir des restrictions d'âge pour les jeux, gérer les temps de jeux, contrôler le chat, les messages et partage de contenu, limiter l'accès au navigateur web des PS4 et 5, définir des limites de dépenses mensuelles pour les achats numériques etc.



Family Link

Google Family Link est une application gratuite de contrôle parental pour Android. Elle permet de sécuriser les terminaux mobiles des enfants et des jeunes adolescents par le biais d'un compte Google.

Ce qu'elle propose:

- ***Gérer le temps que votre enfant passe devant son écran***
- ***Accompagnez votre enfant dans ses explorations***
- ***Localiser votre enfant***



Bloquer ou **limiter** une application



Rapport d'activité quotidienne



Localiser son enfant en temps réel



Bloquer ou **limiter** le contenu sensible sur internet



Application disponible sur tous les appareils



Notifications instantanées sur les contenus inquiétants visible par l'enfant



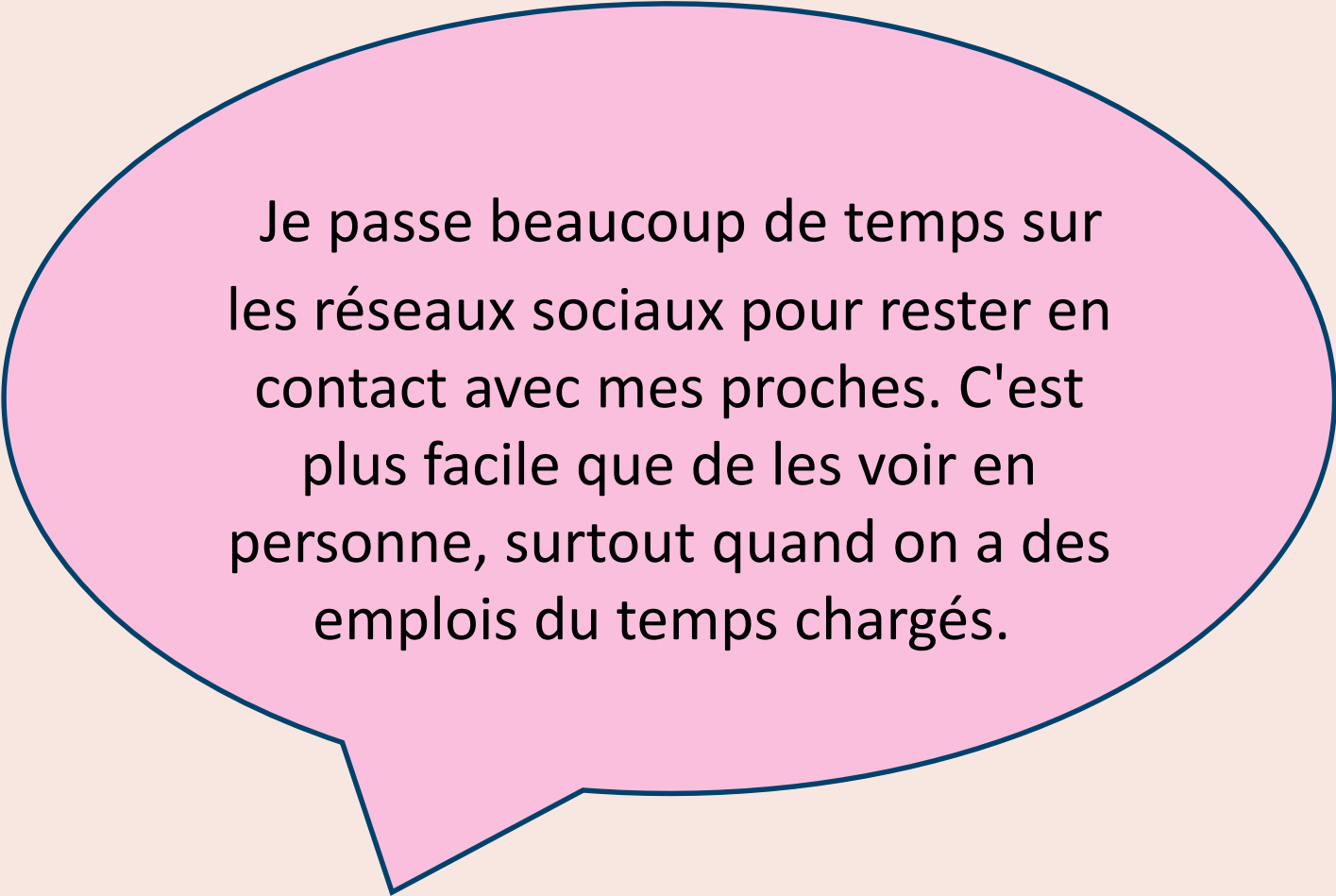
Définir une limite de temps d'écran journalière

Parole d'ado ou parent ?



Avant de me
coucher, je consulte
une dernière fois
mon téléphone.

Parole d'ado ou parent ?



Je passe beaucoup de temps sur les réseaux sociaux pour rester en contact avec mes proches. C'est plus facile que de les voir en personne, surtout quand on a des emplois du temps chargés.

CONCLUSION

- Rôle primordial des parents dans l'éducation

au numérique :

✓ S'interroger :

Comment utilisez-vous les écrans en famille?

Votre enfant? Vous, parents ?

Combien d'écrans avez-vous ?

Avez-vous une utilisation partagée des écrans en famille ?

✓ S'informer sur le sujet

✓ Proposer des situations d'activités diverses et non numériques

✓ Donner l'exemple

✓ Respecter les points suivants :

- A chaque âge son écran

- Toujours sous surveillance

- Aider l'enfant à choisir et à s'autoréguler

✓ Prioriser le dialogue en :

- Valorisant ses progrès

- Discuter de ce qu'il regarde.

- Discuter des risques, de sexualité en ligne, de pornographie.

- Réalité vécue par les jeunes : maux de tête, sédentarité, difficulté d'endormissement

(maîtriser le moment, la durée et le contenu)

- Réseaux sociaux : risques pour l'équilibre et la sécurité des jeunes et enjeux sociétaux

- Les outils de contrôle parental ne remplacent pas la surveillance d'un parent

Tous les conseils

Parents, retrouvez ici tous nos conseils pour accompagner votre enfant dans l'usage de son téléphone. Pour aller plus loin, découvrez également nos **fiches thématiques** qui vous permettront d'approfondir le sujet.

Choisissez les thématiques sur lesquelles vous souhaiteriez être accompagnés.

Équilibrer son temps d'écran

Respecter les autres

Gérer son identité numérique

Se protéger sur le web

Jouer en toute sécurité

Protéger son smartphone

Être un utilisateur responsable

Valider

 Mon défi

 Récap



L'emploi du temps de Léna

8h	_____	16h	_____
9h	_____	17h	_____
10h	_____	18h	_____
11h	_____	19h	_____
12h	_____	20h	_____
13h	_____	20h	_____
14h	_____	22h	_____
15h	_____		

Activités sans écran

Devoirs 

Activités numériques 

En famille 

Au lit 

Léna et ses parents ont trouvé une solution : un emploi du temps journalier !

Clique sur chaque plage horaire pour découvrir des conseils pour aider Léna à équilibrer son temps d'écran.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8

Le programme d'accompagnement à la parentalité numérique baptisée FAMINUM a été développé par Tralalere.

Tralalere opère depuis 2008 le programme national de sensibilisation des jeunes et des familles au numérique « Internet Sans Crainte ».

Il est soutenu par la Commission européenne dans le cadre du Safer Internet France. Il propose plus de 200 ressources gratuites et clés en main sur le site internetsanscrainte.fr destinées aux professionnels de l'éducation et aux parents..

[Lire l'entretien complet](#)

Ressources



Centre de ressources – CLEMI

Centre pour l'éducation aux médias et à l'information (CLEMI) propose de nombreuses ressources et outils à destination des professionnels et des parents.

[Voir la ressource](#)



MOOC – Le développement du tout-petit à l'ère numérique

Ce MOOC de [Premiers Cris](#) réunit des acteurs de la petite enfance afin de questionner la relation du jeune enfant à la culture numérique.

[Voir la ressource](#)



Plateforme – Défi PIX pour les parents

[Pix](#) propose des défis dédiés à la parentalité numérique leur permettant de jouer un rôle actif et éclairé auprès de leurs enfants.

[Voir la ressource](#)



Plateforme – "Je protège mon enfant"

La plateforme propose des conseils techniques et des ressources pour initier le dialogue avec les enfants face à leur exposition aux écrans.

[Voir la ressource](#)



Ressources – La Trousse à Projets

[Trousse à Projets](#) met à disposition des ressources et des conseils pour aider son enfant à grandir en utilisant le numérique en toute sécurité.

[Voir la ressource](#)



Vidéo – "Internet et les jeunes, de quoi avons-nous peur ?"

Replay d'une conférence organisée par [Numérique en Commun\[is\]](#) sur l'impact des écrans sur la santé des jeunes et comment accompagner au mieux les familles.

[Voir la ressource](#)

Vidéo : LE MULTITASKING

« Selective attention test » sur YouTube



<https://youtu.be/vJG698U2Mvo?si=VBaUHHJ6b9NkOQa1s>

Vidéo : DOPAMINE



<https://www.arte.tv/fr/videos/RC-017841/dopamine/> -

Quiz avec son enfant :

<https://quiz-digital-incollables.playbac.fr/deviens-un-super-heros-du-net/39>

Les écrans et vos enfants, parlons-en !

<https://www.youtube.com/watch?v=hi4eCNbrPJU>

Un jour une question ? <https://www.youtube.com/watch?v=vtQ2zI1-4Kk>

Gestion du temps d'écran, parlons-en :

<https://youtu.be/lhsoUbtkJkk>

Contrôle parental :

<https://www.clubic.com/telecharger/actus-logiciels/best-pick-390964-les-meilleurs-logiciels-de-contrôle-parental.html>

<https://youtu.be/XQBJ8fqQyzc>

Questions / réponses pour les parents

<https://www.faminum.com/>

Atelier avec les jeunes « Carte d'identité numérique »:

Quelles sont les raisons qui vous poussent à utiliser un réseau social numérique ?



Comment prévenir les risques

- Changer régulièrement ses mots de passe et utiliser **des mots de passe forts**.
- Paramétrer le compte en **privé**
- Choisir **un pseudonyme** et un **avatar**
- Vérifier **qui** peut consulter nos publications
- Apprendre à se méfier des **inconnus** : demander à bloquer tout contact inconnu sans chercher à savoir qui se cache derrière.
- **Eviter de trop en divulguer sur sa vie privée, ne pas partager du contenu illégal ou choquant ou compromettant**



Merci pour votre écoute



Des échanges, des infos, des conseils... pour accompagner les adolescents dans leur vie numérique.

Une animation de l'association Ceméa

CÉMÉA
L'ELAN FORMATION