

GÉRER L'ÉCOUTE DE LA TÉLÉVISION ET DIFFUSION EN CONTENU À LA MAISON

Écouter la télé ou le diffusion en contenu devrait être amusant et relaxant pour les enfants et les adultes. Trop souvent, toutefois, c'est une source de conflits familiaux.

Interdire la télé n'est pas une solution à vos inquiétudes. Apprenez plutôt à gérer les heures d'écoute et le type d'émissions que regardent vos enfants. La multiplication des chaînes numériques spécialisées et diffusées par satellite nous donne maintenant accès à une grande variété de contenus de bonne et de moins bonne qualité. Dans cet environnement télévisuel surchargé, il est important pour les parents de rechercher des émissions de grande qualité et, chaque fois que possible, de les écouter en famille.

La télévision présente de nombreux avantages pour les enfants :

- Sa capacité de créer de puissants référents imaginaires permet aux jeunes de partager ces expériences culturelles avec les autres.
- Les parents peuvent utiliser la télé comme catalyseur pour amener les enfants à lire : en approfondissant un sujet à l'aide de livres ou en consultant des auteurs dont le travail a été adapté pour une émission.
- Les émissions de qualité peuvent transmettre des valeurs importantes et donner des leçons de vie aux enfants.
- Les émissions éducatives peuvent développer la socialisation et les habiletés d'apprentissage chez les jeunes enfants.
- Les nouvelles, les actualités et les émissions historiques peuvent aider les jeunes à mieux connaître d'autres peuples et d'autres cultures.

- Les documentaires peuvent développer un esprit critique à l'endroit de la société et du monde.
- La télé peut initier votre famille aux classiques hollywoodiens et aux autres films étrangers qui ne sont pas disponibles à votre club vidéo.
- La programmation culturelle peut permettre aux jeunes de s'ouvrir à la musique et aux arts.

Comment choisir des émissions de qualité

Comment sélectionner des émissions qui sont enrichissantes pour vos enfants? Une approche consiste à poser les questions suivantes:

- Est-ce que l'émission sollicite activement mon enfant sur le plan physique ou intellectuel? La télé n'est pas obligatoirement une activité passive. Elle peut déclencher un questionnement, aiguïser la curiosité ou proposer des activités à faire quand le poste est éteint.
- Ai-je du respect pour cette émission? Les parents ne sont pas obligés d'aimer toutes les émissions de leurs enfants. En fait, les jeunes ont besoin de leur propre culture. Les parents devraient faire confiance aux concepteurs qui sont censés comprendre et respecter les divers stades de développement des enfants.
- Mon enfant se reconnaît-il dans cette émission? Les jeunes enfants croient que la télé reflète la réalité. Le fait de ne pas y voir des gens comme eux – par exemple, même race, ethnie ou habileté

physique – peut diminuer leur estime de soi. Cette absence de modèles de gens « de la vraie vie » devrait déclencher une discussion sur la façon dont la télé présente les différents types de personnes.

- Comment les concepteurs de cette émission voient-ils mon enfant? Certains perçoivent les jeunes comme des consommateurs auxquels on doit vendre quelque chose. D'autres voient en eux des étudiants qu'il faut éduquer à devenir des citoyens engagés dans leur communauté. D'autres encore ne voient que des enfants dont la seule occupation est de jouer.

SUPERVISEZ LES HABITUDES TÉLÉVISUELLES DE VOTRE FAMILLE EN APPLIQUANT CES STRATÉGIES :

- Commencez quand vos enfants sont jeunes. Il est sage de développer de bonnes habitudes d'écoute avant que vos enfants n'aillent à l'école. Il vous sera plus difficile d'imposer des restrictions ou d'influencer leurs goûts lorsqu'ils auront vieilli.
- Limitez les heures passées à écouter la télé, particulièrement les soirs de semaine. Assurez-vous que vos enfants s'intéressent à d'autres activités comme les sports, divers passe-temps, ou qu'ils jouent à l'extérieur. Il est devenu très facile de regarder une douzaine d'épisodes de leurs émissions préférées un après l'autre, en une séance. Établissez une limite de temps avant que les enfants commencent à regarder la télé. Désactivez la lecture automatique sur tous les services de streaming que vous utilisez, tels que YouTube ou Netflix, afin qu'aucun nouveau contenu ne démarre dès que celui qu'ils regardent actuellement se termine. Consultez notre fiche-conseil [Quatre conseils pour gérer le temps d'écran de vos enfants](#) pour obtenir davantage de conseils à ce sujet.
- Surveillez ce que regardent vos enfants. Aussi souvent que possible, écoutez les émissions avec eux et discutez du contenu. Consultez notre fiche-conseils [Accompagnez vos enfants dans leur visionnement](#) pour obtenir davantage de conseils sur comment saisir des occasions d'apprentissage lorsque vous regardez la télé avec vos enfants.
- Les enfants calquent les habitudes de leurs parents. Par conséquent, jetez un regard critique sur vos propres habitudes télévisuelles et modifiez-les au besoin.
- Encouragez vos enfants à écouter des émissions sur des thèmes variés : les sports, la nature, les sciences, les arts, la musique et l'histoire. Il existe d'excellentes émissions qui renseignent sur le monde de manière intéressante et amusante.
- Choisissez le meilleur endroit pour installer votre téléviseur. Quand vos enfants sont petits, appliquez le vieil adage « loin des yeux, loin du cœur » et placez le poste dans une pièce éloignée de l'endroit où votre famille a l'habitude de se réunir, afin qu'ils l'oublient de temps en temps. Lorsque vos enfants grandissent, optez pour un endroit où vous pourrez aisément surveiller. Ne placez jamais un téléviseur dans la chambre de vos enfants. Lorsque les enfants commencent à regarder la télévision ou des vidéos sur des appareils portables, veillez à les garder hors des chambres.
- Ne laissez pas la télé allumée lorsque vous ne la regardez pas. N'allumez que pour regarder une émission et éteignez lorsque celle-ci prend fin.
- Quand les amis de vos enfants leur rendent visite, insistez pour qu'ils aient une période sans écrans. N'hésitez pas à interdire l'écoute de certaines émissions, même quand les amis de vos enfants ont la permission de les regarder. C'est votre droit de protéger vos enfants de contenus inappropriés, et ceux-ci accepteront d'autant mieux vos

inquiétudes s'ils les considèrent comme une preuve d'affection.

- Assurez-vous que vos enfants savent qu'ils peuvent dire non aux émissions qui leur font peur lorsqu'ils sont en visite.
- Informez les parents des amis de vos enfants de vos règles. Il est difficile de contrôler ce que vos enfants écoutent ailleurs, mais si les parents en discutent entre eux, les enfants seront mieux protégés des contenus inappropriés.
- Assurez-vous que votre gardienne connaît et respecte vos règles télévisuelles.

Conseils pour gérer le temps passé devant la télévision par les enfants

Surveillez ce que regardent vos enfants et, dans la mesure du possible, regardez avec eux et discutez du programme. Consultez notre fiche-conseil [*Accompagnez vos enfants dans leur visionnement*](#) pour obtenir d'autres conseils sur la manière de tirer parti des moments propices à l'apprentissage lorsque vous regardez la télévision avec vos enfants. Voici quelques sujets spécifiques à aborder à propos de la télévision :

AIDEZ LES ENFANTS À COMPRENDRE QUE LA TÉLÉVISION N'EST QU'UNE RECONSTRUCTION DE LA RÉALITÉ :

- Expliquez-leur comment tout ce qu'ils voient à la télé (même les nouvelles et les documentaires) est une réalité construite par des producteurs, des directeurs, des caméramans, des acteurs, des monteurs, des annonceurs, etc. Ceux-ci y transposent leurs propres points de vue, leurs préjugés et leurs intérêts commerciaux.

- Demandez à vos enfants quels points de vue sont le plus fréquemment illustrés à la télé (par exemple ceux de la classe moyenne, du mâle, de la société occidentale, etc.). Les opinions de qui passe-t-on sous silence? Pourquoi? Expliquez comment, par le biais de ces omissions, la télé peut enseigner que certaines personnes, certaines idées ont plus d'importance que d'autres.

Pour de plus amples détails, consultez notre [*Trousse éducative – diversité et médias*](#).

DISCUTEZ DU RÉALISME DES PERSONNAGES PRÉSENTÉS À LA TÉLÉ :

- Les gens à la télé ressemblent-ils aux gens dans la réalité? Quelles différences y a-t-il?
- Que ressentent les enfants devant les modes de vie illustrés à l'écran? Est-ce qu'ils envient certains aspects de la vie des personnes à la télé? Sont-ils satisfaits de leur propre existence?
- Veulent-ils ressembler aux personnes qu'ils voient à la télé? Est-ce réaliste?
- Les enfants présentés à la télé agissent-ils comme de vrais enfants? Devraient-ils?
- Avec les jeunes enfants, abordez la question des « mondes imaginaires » et de la différence entre la réalité et la fiction.
- Expliquez-leur que l'on peut être blessé émotionnellement, tout comme on peut être blessé physiquement. Les cris, les remarques désobligeantes, les insultes et les menaces sont les comportements que les enfants sont le plus susceptibles de subir dans la cour de récréation. Les actes de violence émotionnelle peuvent déclencher un cycle qui mène à la violence physique.

AIDEZ LES ENFANTS À CONSCIENTISER QUE LA TÉLÉ EST UN COMMERCE ET QUE SON TRAVAIL EST DE VENDRE DES TÉLÉSPECTATEURS AUX ANNONCEURS :

- Expliquez le fonctionnement de l'industrie : les producteurs vendent des émissions à des chaînes, les chaînes vendent du temps d'antenne aux annonceurs et les annonceurs vendent des produits aux téléspectateurs.
- Expliquez que des renseignements au sujet des audiences susceptibles d'écouter certaines émissions sont vendus aux annonceurs afin qu'ils puissent créer des messages spécialement pour ces publics.
- Parlez du genre de pubs diffusées au cours de leurs émissions préférées. Faites ressortir le fait que beaucoup d'entre elles vantent les repas-minute, les friandises et les céréales sucrées.
- Surveillez la transmission de publicités destinées aux adultes durant les émissions écoutées par les enfants, ainsi que de publicités de films destinés aux adolescents (et les produits dérivés) durant les émissions conçues pour les jeunes enfants. Les spécialistes du marketing ciblent-ils délibérément les enfants? Si oui, pourquoi?
- Même s'ils ne diffusent pas de publicités, les services de diffusion en contenu comme Netflix et Disney Plus continuent d'afficher des annonces publicitaires! Expliquez que les produits qui apparaissent dans des émissions s'appelle du « placement de produits » et comment les entreprises touchent les enfants même si vous zappez les publicités ou n'utilisez que des services de diffusion en contenu. Trouvez des exemples de placement de produits dans les émissions qu'écoutent vos enfants.

TROUVEZ VOS ÉMISSIONS PRÉFÉRÉES EN LIGNE ET CRÉEZ-VOUS DES SIGNETS POUR LES RETRouver PLUS TARD :

Par exemple, saviez-vous que 1, rue Sésame a sa propre chaîne sur YouTube? Vous pouvez également créer des listes de lecture à partir de vidéos que vous souhaitez que vos enfants puissent regarder à l'avance. Consultez notre fiche-conseil [Utilisation des contrôles parentaux](#) pour découvrir d'autres moyens d'empêcher vos enfants de voir des contenus auxquels ils ne sont pas prêts.

UTILISEZ LES BOUTONS « SOURDINE » ET « PAUSE » :

La publicité fait tout pour séduire les enfants. Couper le son durant les messages publicitaires permet de diminuer en partie leur pouvoir de séduction. Et n'hésitez pas à mettre le film en pause si quelque chose se passe à l'écran dont vous souhaitez discuter avec vos enfants!

Passer à l'action

Consultez notre guide à l'intention des parents intitulé [Réagissez! Comment intervenir en matière de questions médiatiques](#) pour plus d'informations sur la manière de déposer une plainte.