



LE CENTRE CANADIEN  
D'ÉDUCATION AUX MÉDIAS ET  
DE LITTÉRATIE NUMÉRIQUE

## Fiche-conseils pour les parents : Survivre à la saison des « je veux »

Pour les parents, cette période de l'année peut donner l'impression de marcher dans un champ de mines, avec les annonces, les décorations et la musique visant à exciter les enfants à l'idée du temps des fêtes. Chaque année, les enfants s'empressent de demander au Père-Noël les jouets les plus recherchés et les plus tendance – puis ils confrontent leurs parents avec ce « pouvoir de harcèlement ». Bien sûr, rares sont les parents qui veulent jouer le rôle du « grincheux » – nous voulons tous rendre nos enfants heureux – mais il peut exister un juste milieu entre céder au pouvoir de harcèlement et annuler complètement le temps des fêtes. Voici quelques conseils pour contrôler la consommation associée au temps des fêtes :

- *Définissez vos règles d'avance.* Discutez tôt des dépenses des fêtes; indiquez clairement et de façon cohérente ce que vous êtes disposés ou non à acheter et les situations dans lesquelles les enfants ont la permission de faire des demandes. Par exemple, vous pourriez dire qu'aucune demande pour le temps des fêtes n'est acceptée avant le 1<sup>er</sup> décembre ou que les souhaits du temps des fêtes ne peuvent être exprimés dans un magasin ou lorsque les écrans sont allumés. Vous souhaitez peut-être également imposer des règles à propos de ce que vous êtes prêts à acheter ou non.
- *Ne négociez pas.* Lorsque les enfants demandent quelque chose que vous ne voulez pas leur acheter ou pour laquelle vous n'avez pas les moyens, ne succombez pas à la tentation de répondre par une contre-proposition : tenez-vous en aux règles que vous avez établies. Assurez-vous que les règles soient cohérentes pour tous les membres de la famille.
- *Limitez l'exposition à la publicité et aux marques.* Pour limiter le nombre de messages publicitaires que vos enfants voient, servez-vous des services de diffusion tels Netflix, Disney+ ou la programmation publique. Les chaînes sans publicité sont également de bonnes solutions de rechange; certains radiodiffuseurs ont une programmation sans publicité toute la journée, tandis que d'autres offrent des blocs de programmation sans publicités destinés aux enfants. Montrez aux enfants d'ignorer les publicités dès qu'ils le peuvent et installez des applications comme Privacy Badger ou 1Blocker sur tous leurs appareils. Il est plus difficile de garder les enfants à l'abri des marques, parce que presque toutes les marchandises pour enfants comportent une marque et de nombreuses émissions télévisées sont basées sur une marque. Tandis que les parents ont toujours la possibilité de refuser d'acheter ou d'accepter des produits de marque, il convient aussi d'acheter seulement des produits dont la marque fait partie du contenu – par exemple, vous pouvez acheter un livre ou un vidéo de Thomas et ses amis (à propos du personnage) ou une locomotive (qui permet aux enfants de reproduire les histoires du livre ou d'en inventer de nouvelles), mais pas un pyjama de Thomas. Cette restriction peut refréner le désir de posséder chaque produit portant la marque.



- *Soyez conscient de la publicité en ligne.* De nombreux parents ignorent à quel point les espaces virtuels pour enfants sont commercialisés. En fait, la plupart des sites et des applications les plus populaires auprès des enfants comportent de la publicité ou sont directement associés à une marque (comme les applications Pokémon Smile ou Barbie Dreamhouse). Si vous essayez de limiter l'exposition de vos enfants à la publicité et aux marques, soyez conscient que ce qu'ils voient en ligne est une étape importante.
- *Discutez de la publicité avec vos enfants.* L'une des préoccupations au sujet de la publicité est que les enfants ne sont pas capables de remettre en question les messages qu'ils reçoivent, et que, parfois, ils ne peuvent même pas faire la différence entre le contenu et la publicité. (Cette distinction est particulièrement difficile à faire dans le cas où le contenu et la publicité sont mélangés, comme dans les sites Web mentionnés ci-dessus.) Dès leur jeune âge, parlez à vos enfants (et souvent par la suite, car leur compréhension de la publicité évolue avec l'âge) à propos de l'objectif de la publicité et des diverses astuces que les spécialistes du marketing utilisent pour nous inciter à vouloir leurs produits. Assurez-vous qu'ils comprennent que ce ne sont pas toutes les publicités qui veulent que vous achetiez un produit. Elles peuvent aussi juste faire que vous reconnaissiez la marque et y associez des sentiments positifs. Une visite au supermarché est le temps idéal d'en parler : vous pouvez démontrer, par exemple, comment les céréales pour enfant sont placés sur les étagères plus basses, à leur niveau, et sont dotés de mascottes comme Tony le Tigre.
- *Gardez la fièvre du temps des fêtes sous contrôle.* À l'approche du temps des fêtes, les enfants sont de plus en plus excités à l'idée des cadeaux qu'ils espèrent trouver sous le sapin. Au cours des semaines qui précèdent les fêtes, vous pouvez désamorcer l'excitation en visitant des lieux où ils peuvent obtenir des choses gratuitement ou à peu de frais : des visites régulières de la bibliothèque feront l'affaire, tout comme des magasins d'aubaines (qui sont une bonne occasion pour encourager les enfants à donner certains de leurs vieux jouets qu'ils n'utilisent plus, bien qu'il soit préférable de ne pas associer directement l'action de recevoir à celle de donner.)

