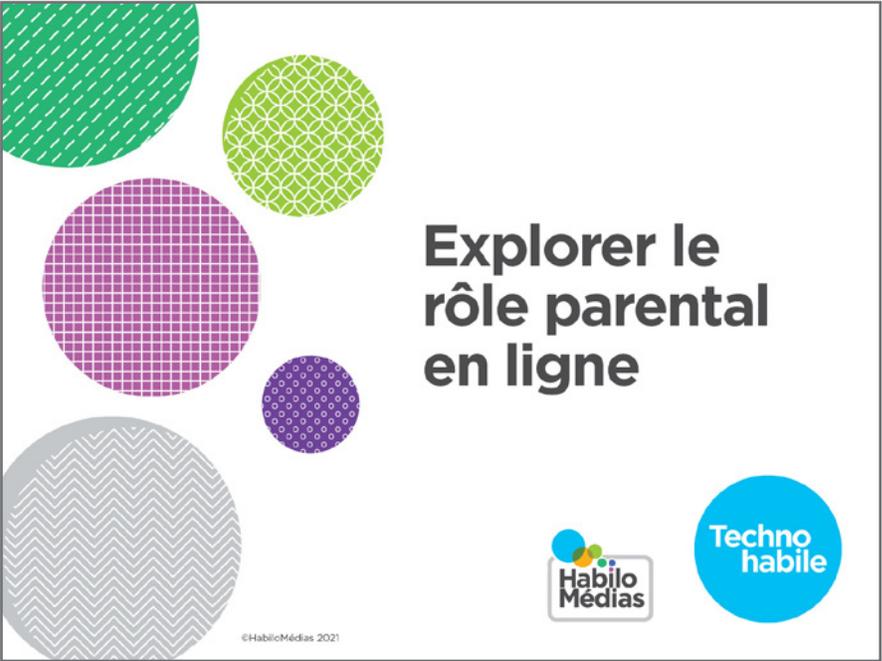




Scénario





1. Bienvenue à cet atelier sur l'exploration du rôle parental en ligne.

Il y aura une période de questions à la fin, mais je vous invite tout de même à lever la main pour poser toute question qui surgirait en cours de route.



2. Avant de commencer, j'aimerais que vous preniez une minute pour penser à ce que vous aimeriez retirer de cet atelier.

Vous n'avez pas à répondre à voix haute. L'important est simplement d'y réfléchir. Quel genre d'activités est-ce que vous ou vos enfants aimez faire en ligne?

Quel genre d'activités aimeriez-vous être capable de faire?

Quel aspect d'Internet vous inquiète lorsque vos enfants sont en ligne?



3. Je ne vous apprends rien en vous disant qu'Internet peut nous faciliter la vie de nombreuses façons, en nous permettant notamment de regarder des séries et des films, de rester en contact avec les amis et la famille et s'échanger des nouvelles. De plus en plus, les enfants ont besoin d'Internet pour faire leurs devoirs.

Par ailleurs, comme les parents se sentent souvent dépassés par ce qui se fait en ligne, que ce soit jouer à des jeux vidéo, regarder des vidéos sur YouTube ou utiliser des réseaux sociaux comme Instagram, il n'est pas étonnant qu'ils soient nombreux à s'inquiéter de laisser leurs enfants aller sur Internet sans leur supervision.

Il n'y a pas de bonne façon d'être parent, en ligne ni hors ligne – mais certaines choses simples vous permettront d'aider vos enfants lorsqu'ils utilisent Internet.



4. Avant de commencer, faisons un sondage rapide pour voir ce que vous savez déjà.

Vous pouvez répondre à la première question en levant votre main. – Combien d'entre vous avez apporté un appareil (comme un téléphone ou un ordinateur) que vous savez utiliser?

Combien d'entre vous avez apporté un appareil que vous n'avez encore jamais utilisé?

Si vous avez un appareil que vous savez déjà utiliser, allumez-le

et utilisez votre navigateur pour vous rendre sur le site Web qui apparaît à l'écran. Une fois que vous y êtes, vous pouvez remplir le sondage. Ça ne devrait prendre que quelques minutes.

Si vous n'avez encore jamais utilisé votre appareil, commencez par trouver l'un des logos de navigateur sur votre écran. Une fois que c'est fait, ouvrez le navigateur et entrez l'adresse du site Web pour accéder au sondage.

Je vais circuler dans la salle pour m'assurer que tout le monde est capable d'accéder au sondage. Si vous avez fini avant les autres, vous pouvez aider vos voisins.



-
5. Même si Internet nous complique la tâche en tant que parent, les besoins des enfants à notre égard n'ont pas changé.

Ainsi, vous n'avez pas besoin de devenir un expert en technologie numérique pour superviser les activités de vos enfants en ligne. Suivez simplement ces cinq conseils clés :

Ne paniquez pas.

Parlez à vos enfants.

Faites partie de la vie en ligne de vos enfants.

Devenez la personne-ressource de vos enfants lorsqu'ils ont un problème en ligne.

Définissez des règles pour vos enfants et des valeurs communes pour les guider dans leur vie, en ligne comme hors ligne.



-
6. D'abord, il n'y a aucune raison d'avoir peur!

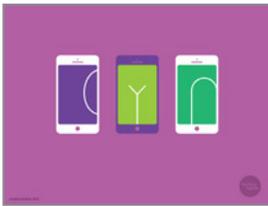
On peut faire une comparaison toute simple pour se rassurer : imaginons que l'Internet est comme une piscine.

On sait que les piscines peuvent se révéler dangereuses, mais on sait aussi que la meilleure façon de protéger nos enfants est de leur montrer à nager, de façon à ce qu'ils puissent assurer *eux-mêmes* leur sécurité.



7. Même en matière de technologie, les enfants se tournent presque toujours vers leurs parents lorsqu'ils ont un problème ou une question.

Lorsque c'est le cas, ils ne cherchent généralement pas à avoir de l'aide avec la technologie à proprement parler; ils ont plutôt besoin d'*encadrement*, de façon à pouvoir réagir aux problèmes avant même qu'ils ne se produisent, et de *soutien* lorsque quelque chose tourne mal.



8. La façon dont nous parlons à nos enfants du sextage en est un bon exemple.

Il peut être tentant d'utiliser des « tactiques d'intimidation » pour essayer de les convaincre de ne pas envoyer de sextos. Mais non seulement cela ne fonctionne pas, cela peut même se retourner contre vous. D'abord parce que cela donne l'impression que les sextos sont plus courants qu'ils ne le sont en réalité, mais aussi parce que si vos enfants ont peur d'avoir des ennuis, ils ne viendront pas vous voir en cas de problème.

Donnez plutôt à vos enfants les conseils dont ils ont besoin pour prendre de bonnes décisions, et assurez-vous qu'ils savent que vous serez là en cas de besoin.



9. Mais alors, que doit-on dire aux enfants à propos du sextage?

Tout d'abord, il est faux de dire que « tout le monde le fait » : même parmi les adolescents plus âgés, moins de la moitié ont déjà envoyé un sexto.

Assurez-vous que les enfants savent qu'une fois qu'une photo ou une vidéo est partagée avec quiconque, même sur une application de photos « éphémères » comme Snapchat, il y a un risque qu'elle soit enregistrée et qu'elle reste en ligne pour toujours.

Même si les enfants le savent, ils pensent généralement qu'ils peuvent faire confiance à leurs amis ou partenaires pour ne pas partager leurs sextos. Rappelez-leur que les gens font parfois des choses surprenantes lorsqu'ils sont en colère ou contrariés (par exemple lors d'une rupture).



-
10. Si vous vous sentez à l'aise, vous pouvez parler à vos enfants des moyens de « sextage sécuritaire », comme cacher ou couvrir son visage et d'autres caractéristiques identifiables.

Mais ce qui compte vraiment, c'est qu'ils sachent qu'ils ne doivent pas répondre aux pressions liées à l'envoi de sextos. Encouragez-les à réfléchir à la différence entre être aimé pour ce qu'on est et être populaire, et dites-leur qu'ils ne doivent jamais partager en ligne quoi que ce soit qu'ils ne veulent pas.

Et, bien sûr, dites-leur de venir vous voir si les choses tournent mal. Il y a des choses à faire si un sexto est vu par des yeux indésirables, nous y reviendrons plus tard dans l'atelier.



-
11. S'il est important de parler aux enfants de *l'envoi* de sextos, il est encore plus important de leur parler du *partage* de sextos. Si l'envoi de sextos n'est généralement pas une bonne idée, il n'y a aucun mal à ça tant qu'il n'est pas utilisé pour harceler quelqu'un. Le mal survient lorsque quelqu'un partage un sexto sans le consentement de l'expéditeur initial.

Le problème est que beaucoup d'enfants pensent que c'est la faute de l'expéditeur si ses sextos viennent à être partagés, ou bien que si un sexto a déjà été partagé, alors il n'y a aucun mal à le partager à nouveau.

Les enfants qui croient à ce genre d'excuses ont cinq fois plus de risques de partager un sexto que ceux qui n'y croient pas.

C'est pourquoi nous devons nous assurer que nos enfants savent qu'il n'y a jamais d'excuse au partage de sextos, à moins que la personne qui les a envoyés n'ait clairement dit que cela ne la dérangeait pas.

Ces courtes vidéos d'HabiloMédias sont un moyen rapide et amusant d'entamer la conversation.



-
12. La chose la plus importante est de parler ouvertement à vos enfants de ce qu'ils font en ligne.

N'attendez pas qu'un problème surgisse. Dès qu'ils commencent à utiliser des appareils qui se connectent à Internet, vous devez avoir une discussion avec eux pour leur

faire savoir les règles de conduite à respecter et la procédure à suivre si quelque chose tourne mal.

Cette discussion ne devrait pas être la dernière. De nouveaux problèmes surgiront, vos enfants commenceront à faire autre chose en ligne et ils commenceront à repousser les limites que vous avez établies, d'où l'importance de faire régulièrement un suivi auprès d'eux.



13. Lorsque vous discutez avec vos enfants, n'essayez pas de leur faire peur pour leur inculquer des principes de sécurité.

En effet, vous ne réussirez sans doute pas à convaincre vos enfants – en particulier les adolescents – en brandissant le spectre de ce qui pourrait arriver ou de ce que *vous* feriez s'ils commettaient une bêtise.

D'abord, ce genre de discours donne l'idée que les comportements à proscrire sont plus courants qu'ils ne le sont vraiment.

Ensuite, cela peut décourager vos enfants de venir chercher de l'aide auprès de vous.

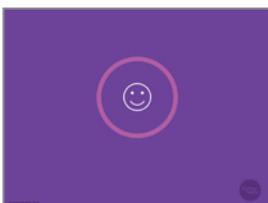


14. Considérez plutôt la vie de vos enfants en ligne comme leur école ou un terrain de jeu.

Par exemple, vous connaissez probablement le nom des amis de vos enfants et vous discutez avec vos enfants de ce qui se passe en classe.

Ça ne devrait pas être différent pour leur vie en ligne. Plus vous parlerez avec vos enfants de ce qu'ils font, plus ce sera facile de maintenir le dialogue.

Si vous commencez tôt, ils seront plus enclins à continuer à vous parler de ce qui se passe dans leur vie une fois adolescents.



15. Essayez de rester positif. Vous voulez comprendre ce que font vos enfants en ligne et ce qui les attire. Pour ce faire, vous pouvez par exemple leur demander de vous montrer les trucs intéressants qu'ils font en ligne.



-
- 16.** Vous n'êtes peut-être pas un expert en technologie numérique, mais vous ne devriez pas plus tenir pour acquis que vos enfants le sont.

Certes, ils apprennent rapidement comment s'en servir, mais ça ne veut pas dire qu'ils comprennent tout. Souvent, les enfants apprennent juste ce dont il faut pour accomplir ce qu'ils veulent, mais il se peut qu'ils ignorent quoi faire en cas de problème.

De plus, ils ne savent pas toujours comment gérer leurs émotions ou les problèmes avec leurs amis. Ces deux aspects peuvent être encore plus difficiles en ligne, car on ne peut pas voir le visage ni entendre la voix de son interlocuteur.

Ce n'est qu'une situation parmi d'autres où vos enfants ont besoin de votre encadrement et de votre soutien habituels.

.....



- 17.** Toutes les activités que vos enfants font en ligne, que ce soit les vidéos qu'ils regardent, les jeux auxquels ils jouent et les sites qu'ils visitent, représentent une grande partie de leurs intérêts. Ainsi, leur vie en ligne peut être tout aussi importante à leurs yeux que la « vraie vie ».

Les jeunes enfants sont généralement heureux que leurs parents s'intéressent à ce qu'ils font; demandez-leur de vous montrer comment fonctionne leur nouveau jeu préféré ou de vous expliquer pourquoi ils sont si enthousiastes à l'idée de se créer un compte sur un réseau social.

.....



- 18.** L'une des questions qui revient le plus souvent est de savoir dans quelle mesure les parents devraient surveiller ce que font leurs enfants en ligne.

En espionnant vos enfants, vous leur envoyez le message que vous ne leur faites pas confiance, et il sera alors plus difficile de discuter avec eux de ce qui se passe dans leur vie en ligne.

De plus, si quelque chose tourne mal, vos enfants auront plus tendance à vouloir vous le cacher que de vous demander de l'aide.



19. Chez les plus jeunes enfants, ou chez un enfant de n'importe quel âge faisant preuve d'un certain manque de jugement, il peut être judicieux de surveiller de près leurs activités, mais vous devriez leur dire ouvertement que leurs activités sont surveillées et pourquoi.

Dans tous les cas, la façon la plus efficace de procéder est d'obliger vos enfants à utiliser Internet dans une pièce de la maison où il y a d'autres personnes, comme la cuisine et le salon. Ainsi, vous pouvez jeter un coup d'œil par-dessus leur épaule de temps à autre et vérifier ce qu'ils sont en train de faire.



20. Évidemment, dès que vos enfants ont un téléphone intelligent, il est beaucoup plus difficile de contrôler l'endroit où ils utilisent Internet. Même s'ils n'ont pas de forfait de données mobiles, ils peuvent utiliser leur téléphone partout où il y a du Wi-Fi, comme dans un café ou à la bibliothèque municipale.

Si vous vous demandez si vous devriez leur permettre de se procurer un téléphone, la question serait plutôt de savoir si vous pensez qu'ils sont prêts à aller sur Internet sans votre supervision.

Si vos enfants ont *déjà* un téléphone intelligent, il est d'autant plus important de discuter avec eux de leurs activités en ligne et de vous assurer qu'ils savent ce que vous attendez d'eux.



21. L'autre grande question à se poser est de décider si – et quand – vous laissez vos enfants s'inscrire sur un réseau social, tel qu'Instagram, Snapchat et TikTok.

La plupart des réseaux sociaux se sont dotés d'un règlement qui stipule que seuls les enfants de 13 ans et plus peuvent ouvrir un compte. Toutefois, le règlement est rarement appliqué, et si vos enfants ont dix ans ou plus, il y a de bonnes chances que certains de leurs amis aient déjà un compte.

Voici quelques questions que vous pouvez poser à vos enfants pour vérifier s'ils ont réfléchi à la raison pour laquelle ils veulent utiliser un réseau social et s'ils sont prêts à gérer les problèmes potentiels :

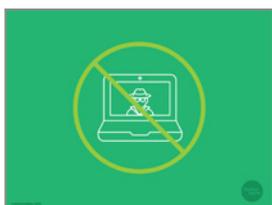
Pourquoi veux-tu utiliser ce réseau social? Qu'est-ce que tu aimes de ce réseau social? Avec qui voudrais-tu communiquer?

Qui connais-tu qui a déjà un compte?

Comment peux-tu filtrer les personnes qui peuvent entrer en contact avec toi? Comment peux-tu décider des personnes qui voient ce que tu publies?

Que peux-tu faire si quelqu'un voit ou partage quelque chose de privé? Que peux-tu faire si quelqu'un t'agace ou est méchant envers toi?

Un autre atelier de cette série, Exploration de la sécurité en ligne, vous montrera comment utiliser les différents paramètres de confidentialité de plusieurs réseaux sociaux. En aidant vos enfants à comprendre ces paramètres, vous contribuez à ce qu'ils soient bien outillés pour protéger leur vie privée.



-
- 22.** S'il y a une chose dont devraient se tenir éloignés les enfants, c'est des réseaux sociaux et des applications de messagerie totalement anonymes.

Les réseaux sociaux où l'on utilise son vrai nom ou où l'on crée un compte permanent avec un faux nom sont assez sécuritaires, à condition de les utiliser avec précaution.

Mais ceux où l'on n'a pas d'identité permanente sont dangereux car les personnes n'ont pas l'impression que ce qu'elles y font aura des conséquences.

Les enfants veulent surtout joindre en ligne les personnes qu'ils connaissent hors ligne, c'est pourquoi ces applications ne restent pas populaires longtemps. Il existe une longue liste d'applications ayant connu un bref succès avant de disparaître, de Ask.fm à Whisper en passant par Omegle. Mais elles deviennent parfois très populaires pendant un certain temps, et il est donc important que les enfants sachent pourquoi elles sont à éviter.

Il en va de même pour les applications dont le but est de nous mettre en relation avec des personnes que l'on ne connaît pas encore. Les enfants essaient parfois ces applications pour le plaisir d'enfreindre les règles leur interdisant de parler à des inconnus, mais ils doivent savoir qu'ils risquent de voir sur ces applications des choses qu'ils n'ont pas vraiment envie de voir.



.....

23. Il est facile de passer des heures sur les réseaux sociaux et sur des jeux vidéo, et il peut être difficile de s'arrêter.

Ce n'est pas d'hier que les parents répètent à leurs enfants d'éteindre leur appareil, mais les médias numériques se distinguent de la télévision sur plusieurs points.

D'abord, il n'y a jamais de fin. Il y a toujours une autre vidéo à regarder, un nouveau niveau de jeu à atteindre et une autre publication à laquelle réagir.

Ensuite, c'est incroyablement captivant : quand on joue à un jeu en ligne ou qu'on se rend sur les réseaux sociaux, on ne fait pas que regarder; on joue ou on interagit avec d'autres personnes.

Il faut dire que ces technologies ont été conçues pour inciter les gens, et particulièrement les enfants, à toujours vouloir continuer de les utiliser.

.....



24. De nombreux parents s'inquiètent à l'idée que leurs enfants passent trop de temps devant un écran. Certes, il est important de prêter attention au temps que passent vos enfants devant un écran, mais dans la majorité des cas, cela n'atteint pas un seuil problématique.

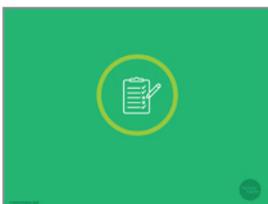
Voici quelques signes pouvant indiquer qu'il y a peut-être un problème : Vos enfants ont-ils perdu l'intérêt qu'ils avaient pour certains loisirs?

Éprouvez-vous souvent de la difficulté à les faire décrocher?

Deviennent-ils fâchés ou contrariés s'ils ne peuvent pas utiliser les écrans au moment où ils le souhaiteraient?

Est-ce que l'utilisation d'un écran est la seule chose qui leur fait plaisir lorsqu'ils se sentent tristes?

.....



25. Même s'il ne s'agit pas d'un problème grave, vous vouez sans doute de prendre des mesures pour gérer le temps d'écran de vos enfants.

Le plus efficace, ce n'est pas d'établir une limite de temps, mais de déterminer des moments et des endroits en particulier où l'utilisation de leur appareil est permise et d'autres où elle est interdite.

Par exemple, envisagez de garder les écrans hors de portée de la chambre des enfants. Vous pouvez également interdire les appareils lorsque vous êtes en famille, comme à l'heure des repas ou pendant une activité commune.



26. On a vu qu'il était judicieux de limiter le *temps* d'écran, mais il est encore plus important d'inciter vos enfants à s'adonner à des activités bénéfiques à l'écran.

Vous pourriez notamment les encourager à faire des activités qui font participer d'autres personnes, particulièrement si ces personnes se trouvent dans le même lieu physique (par exemple, jouer à un jeu vidéo avec un ami plutôt que tout seul).

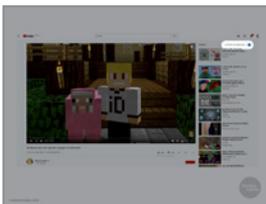
Les activités qui font bouger sont également les bienvenues, tout comme les activités créatives, telle la conception de vidéos.

Mentionnons aussi les activités éducatives : Radio-Canada, TFO et d'autres chaînes de télévision publiques proposent plusieurs jeux éducatifs sur leur site Web. De plus, il existe sur le marché une panoplie de jeux intéressants et d'applications géniales pour apprendre toutes sortes de choses, des mathématiques au codage informatique.



27. Il est également important de prêter attention aux genres de vidéos regardées et de jeux joués par vos enfants.

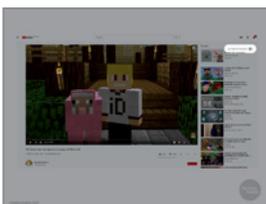
YouTube est l'application ou le site Web le plus populaire chez les enfants de tous âges, mais il y a sur cette plateforme toutes sortes de vidéos qu'il est préférable que vos enfants ne regardent pas.



28. Si vos enfants utilisent YouTube, assurez-vous que vous avez désactivé la lecture automatique.

Si elle est activée, la prochaine vidéo dans la liste jouera automatiquement à la fin de la vidéo en cours.

Ce n'est pas nécessairement problématique lorsqu'il s'agit simplement d'une autre vidéo de Minecraft – quoiqu'il peut être plus difficile de mettre fin au temps d'écran – mais parfois la lecture automatique dirige vers des vidéos qui n'ont rien à voir.



29. Pour désactiver la lecture automatique, vous n'avez qu'à faire passer au gris le bouton à cet effet dans le coin supérieur droit.

Si vous avez un compte Google et que vous êtes connecté, vous n'aurez à faire cette étape qu'une seule fois. Si vous n'avez pas de compte Google, rappelez-vous que vous devrez faire cette étape sur chaque appareil et chaque navigateur que votre enfant utilise.



.....

30. Une autre fonction pratique pour ceux qui ont un compte Google est d'activer le mode restreint.



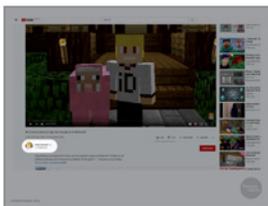
.....

31. Le mode restreint empêche YouTube de jouer des vidéos qui ne sont pas appropriées pour les enfants, en plus de cacher la section de commentaires. Vous pouvez l'activer en cliquant sur votre photo de profil puis en faisant passer le mode restreint à On.



.....

32. Sur un téléphone ou une tablette, vous aurez à appuyer sur votre photo de profil, appuyer sur Réglages, puis Général, puis à glisser le bouton du mode restreint pour le faire passer à On.

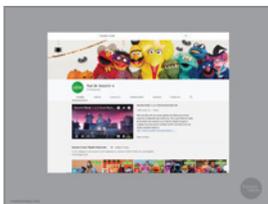


.....

33. Deux autres notions que vous voudrez connaître sont les *chaînes* et les « *playlists* » (listes de lecture.)

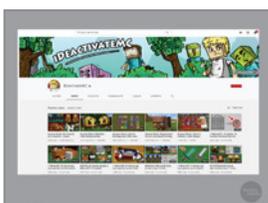
Étant donné que quiconque ayant un compte Google peut publier sur YouTube, il peut être judicieux de trouver des créateurs et des chaînes que vous savez appropriés pour les enfants.

Vous pouvez voir toutes les vidéos publiées par un créateur en cliquant sur le nom de son compte.



.....

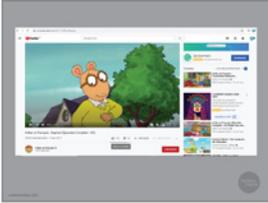
34. Il y a de nombreuses émissions de télévision connues, comme Rue de Sesame, et de grands radiodiffuseurs, tel Vrak, qui ont leur propre chaîne.



.....

35. Vous pouvez également créer des *listes de lecture* sur YouTube, de sorte que vos enfants puissent uniquement regarder les vidéos que vous avez choisies au préalable.

Certes, cela vous demande un peu de travail, mais c'est aussi la meilleure façon de vous assurer que vos enfants ne visionneront pas quelque chose que vous ne voulez pas qu'ils voient.



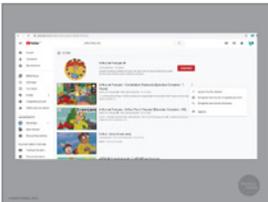
.....

36. Pour ajouter des vidéos à une liste de lecture, commencez par cliquer sur le bouton « J'aime » (pouce en l'air).



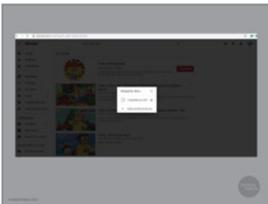
.....

37. Si vous utilisez YouTube sur un ordinateur portable ou de bureau, vous pouvez cliquer sur les trois barres dans le coin supérieur droit et ensuite sur « Vidéos que vous aimez » pour voir la liste des vidéos que vous aimez.



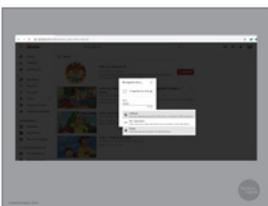
.....

38. Cliquez ensuite sur les trois points à droite, puis sur « Enregistrer dans la liste de lecture ».



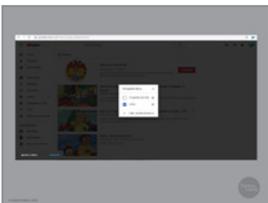
.....

39. Vous pouvez maintenant créer une nouvelle liste de lecture. Nous l'appellerons « Arthur » puisqu'elle servira aux épisodes de l'émission télévisée.



.....

40. Déterminez ensuite si vous voulez que votre liste de lecture soit « privée » (seulement vous pouvez la voir), « publique » (tout le monde peut la voir) ou « non répertoriée » (vous pouvez envoyer un lien à d'autres personnes).



.....

41. Une fois que vous avez créé une liste de lecture, vous pouvez simplement cliquer sur cette liste de lecture la prochaine fois que vous voudrez ajouter une vidéo.



-
- 42.** Si vous utilisez YouTube sur un appareil mobile comme un iPad, vous ne pouvez pas ajouter des vidéos pour enfants aux listes de lecture, mais les vidéos que vous avez aimées sont automatiquement sauvegardées dans une liste de lecture appelée « Vidéos que vous aimez ».



-
- 43.** Vous pouvez la voir, ainsi que toute autre liste de lecture que vous avez créée, en cliquant sur « Bibliothèque ». (Vous pouvez aussi créer des listes de lecture lorsque vous utilisez YouTube sur un ordinateur et les regarder ensuite sur un appareil mobile.)



-
- 44.** Faisons un petit quiz pour vérifier que vous avez bien assimilé tout ce que nous avons vu aujourd'hui.

Nous fonctionnerons de la même façon que pour le sondage effectué au début de l'atelier.



-
- 45.** Exerçons-nous un peu.

Allez sur YouTube et ouvrez une session. Si vous n'avez pas de compte Google, vous pouvez utiliser les identifiants de connexion à l'écran.

Ensuite, cherchez des vidéos qui, à votre avis, sont susceptibles de plaire à vos enfants, et ajoutez-les à votre liste de lecture.

Je vais circuler dans la salle pour aider ceux qui éprouveraient des difficultés.

Maintenant, comparez votre liste de lecture à celle de votre voisin immédiat. La fonction de liste de lecture était-elle facile à utiliser? Avez-vous eu de la difficulté à trouver des vidéos convenables pour vos enfants et susceptibles de leur plaire? Avez-vous trouvé des vidéos ou des chaînes que d'autres parents devraient connaître?



-
- 46.** Bien souvent, les enfants ne veulent pas aller chercher de l'aide auprès de leurs parents lorsque quelque chose tourne mal, car ils ont peur d'être réprimandés.

Faites bien comprendre à vos enfants qu'ils ne doivent pas hésiter à venir vous voir s'ils ont un problème, par exemple s'ils ne comprennent pas un jeu ou s'ils ont accidentellement accédé à du contenu déplaisant ou inapproprié.

S'ils prennent déjà l'habitude de venir vous voir pour de petites choses, ils seront plus susceptibles de vous parler des enjeux plus graves.



-
- 47.** S'ils vous confient un problème, traitez la situation avec sérieux.

Ce qui se passe en ligne peut être tout aussi réel que ce qui se passe hors ligne.

Les mauvaises décisions prises par vos enfants peuvent leur permettre d'apprendre plus tard des leçons importantes. Mais lorsqu'ils viennent vous parler d'un problème pour la première fois, il est important que vous écoutiez sans juger et que vous leur assuriez que vous êtes de leur côté; autrement, ils risquent de ne pas se confier à vous la prochaine fois.



-
- 48.** Bien sûr, il est préférable d'être prêt à les aider lorsqu'ils viennent vous voir. HabiloMédias propose de nombreuses ressources pour les parents, comme des fiches-conseils, des guides et des vidéos.

Par exemple, la fiche-conseils *À l'aide! Quelqu'un a publié une photo de moi sans mon consentement!* donne des conseils sur la manière de faire retirer une photo indésirable. Elle explique également comment la loi protège les personnes dont les sextos ont été partagés.



-
49. Il n'y a aucun problème à demander à vos enfants de prendre une pause de leur appareil, mais évitez de leur confisquer; ordonnez-leur plutôt d'arrêter leur jeu ou de fermer le réseau social sur lequel ils sont.

Les jeux et les réseaux sociaux font partie intégrante de la vie des enfants. Leur demander d'arrêter d'aller en ligne, c'est comme leur dire de renoncer à leur vie sociale.

De plus, ils auront l'impression qu'ils sont **punis** sans raison. Ne recourez à cette méthode que s'ils sont vraiment en faute, comme dans les exemples suivants :

Si vos enfants ont été méchants ou cruels à l'égard d'une personne en ligne, et ce, de façon sérieuse et répétitive

S'ils ont fait circuler une image intime d'une autre personne sans son consentement (c'est-à-dire une image où la personne est partiellement ou entièrement nue)

S'ils se sont servis d'un appareil numérique pour commettre un crime, comme faire du piratage informatique ou publier du contenu haineux



-
50. Rappelez-vous que la plupart des enfants passent du temps en ligne avec les mêmes jeunes qu'ils voient hors ligne. Souvent, les problèmes sociaux qu'ils vivent s'étendent dans les deux mondes.

Une fois que vos enfants sont présents sur les réseaux sociaux ou qu'ils sont en contact avec des personnes d'une autre façon en ligne, dites-leur de vous aviser si quelqu'un fait preuve de méchanceté à leur égard.



-
51. YWCA et HabiloMédias ont conçu *Un guide pour les adultes de confiance* pour vous aider à devenir une personne-ressource envers qui vos enfants se tourneront lorsqu'ils auront un problème en ligne.



52. Mais ce qui fonctionne le mieux en fin de compte, c'est de définir des règles claires, de sorte que vos enfants sachent le comportement que vous attendez d'eux lorsqu'ils sont en ligne.

On pense souvent à tort qu'Internet est un monde à part où chacun fait comme ça lui chante. En fait, les règles que vous définissez pour vos enfants influencent également la façon dont ils se comportent en ligne.



53. Vos règles n'ont pas à constituer uniquement en des punitions pour les mauvaises actions.

Le plus important, c'est de les utiliser de manière à aider vos enfants à comprendre les **valeurs** que vous souhaitez leur inculquer.

C'est peut-être difficile à croire – surtout si vous avez des adolescents –, mais les enfants désirent habituellement que les adultes de leur entourage définissent des limites et les aident à distinguer le bien du mal.

Ainsi, ils continueront de respecter les valeurs que vous leur avez inculquées même lorsque vous ne serez pas dans les parages, et une fois devenus adultes et autonomes.



54. Assurez-vous qu'ils comprennent que du respect de ces règles naît la **confiance** : si vous savez qu'ils comprennent et respectent les règles que vous avez établies ensemble, vous aurez plus de facilité à leur faire confiance.



55. Que vous leur parliez de traiter les autres avec respect ou de limiter leur temps d'écran, rappelez-vous que ce que vous *faites* envoie un message plus fort que ce que vous dites. Ce ne sont pas toutes les règles d'Internet qui s'appliquent à tous les membres de la famille – il est normal pour les adultes et les enfants plus âgés de suivre des règles différentes que les jeunes enfants – mais faites attention aux messages que vous envoyez inconsciemment avec vos gestes.



.....

56. Chez les jeunes enfants, il est suffisant de leur expliquer les règles que vous voulez qu'ils suivent.

Mais en vieillissant, ils seront beaucoup plus susceptibles de respecter vos règles s'ils ont participé à leur élaboration.

Avant de renégocier les règles, posez-leur quelques questions pour savoir de quelles règles ils se souviennent :

Sais-tu un peu à quoi on s'attend de toi lorsque tu vas en ligne?
Ce que tu dois faire ou ne pas faire?

Sais-tu comment réagir si tu as un gros problème en ligne?



.....

57. Faisons un autre quiz pour voir si vous avez tout compris.



.....

58. Essayez d'établir des règles qui s'appliqueraient bien à votre foyer.

Utilisez la fiche « Règles familiales en matière d'Internet » pour dresser une liste d'activités que vos enfants font en ligne, comme jouer à des jeux, aller sur les réseaux sociaux et partager des photos et des vidéos.

Ensuite, pour chacune de ces activités, écrivez ce que vous aimeriez que vos enfants fassent et ne fassent *pas*.

Par exemple, vous pourriez vouloir qu'ils vous demandent la permission avant de télécharger un nouveau jeu ou une nouvelle application, ou encore qu'ils ne publient *pas* de photo ou de vidéo sur laquelle il y a une autre personne sans d'abord lui demander son consentement.

Certaines règles peuvent s'appliquer à plus d'une activité. Par exemple, le principe de traiter les autres avec respect est tout aussi important dans les jeux que sur les réseaux sociaux.

Je vais circuler dans la salle pour aider ceux qui éprouveraient des difficultés.

Maintenant, comparez votre liste à celle de votre voisin immédiat. Vos listes se ressemblent-elles? Votre voisin a-t-il

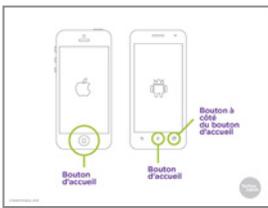
pensé à des règles que vous aimeriez intégrer à votre liste? Y a-t-il des règles qui, à votre avis, devraient faire partie de la liste de tous les parents?

Remarque pour l'animateur : vous pouvez également faire cette activité en groupe plutôt qu'en équipe de deux si vous sentez que ce serait plus à propos.



59. La plupart des problèmes se règlent facilement.

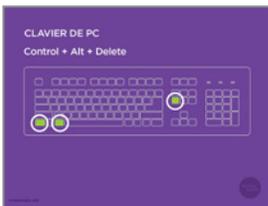
Savoir comment gérer les problèmes les plus courants peut grandement vous faciliter la tâche lorsque vos enfants commencent à utiliser des appareils numériques.



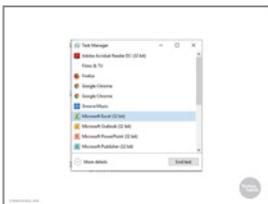
60. Sur les téléphones et les tablettes, vous pouvez généralement quitter une application sans avoir à la fermer, simplement en appuyant sur le bouton d'accueil.

Si vous voulez fermer une application sur un iPhone ou un iPad, appuyez deux fois sur le bouton d'accueil. Puis, avec votre doigt, faites défiler l'application que vous voulez fermer vers le haut.

Sur un appareil Android, appuyez sur le symbole de carrés à droite du bouton d'accueil, puis faites défiler l'application vers le côté. (Il faut la faire défiler parfois vers la droite, parfois vers la gauche.)



61. Si vous utilisez un ordinateur qui fonctionne avec Windows, appuyez sur les touches Ctrl, Alt et Suppr (ou Delete) en même temps. (L'emplacement de ces touches peut varier d'un clavier à l'autre.)



62. Cela ouvrira le gestionnaire de tâches. Cliquez sur le programme que vous souhaitez fermer, puis sur « Fin de tâche ».



-
63. Si vous utilisez un ordinateur Mac, appuyez simultanément sur les trois touches suivantes : Option, Commande et Échap.



-
64. Avant de se laisser, revenons un peu sur les nouveaux termes appris au cours de l'atelier.

Un *navigateur* est l'application ou le programme qui permet à votre appareil de visiter des pages Web. Chrome, Firefox et Safari sont des exemples de navigateurs.

Les données mobiles captent le signal Internet du réseau cellulaire.

Le *Wi-Fi* envoie un signal Internet à votre ordinateur sans qu'aucun fil ou câble ne soit requis en utilisant un *routeur* sans fil connecté à l'Internet par câble.



-
65. Cet atelier tire à sa fin. Si vous avez encore des questions au sujet des notions abordées aujourd'hui, c'est le moment de les poser.

Si vous préférez me les poser en privé, n'hésitez pas à venir me voir après l'atelier. Je resterai sur place un petit moment.



-
66. Assurez-vous d'apporter la fiche d'exercice pour cet atelier. Utilisez le lien vidéo qui s'y trouve pour revoir ce que nous avons couvert aujourd'hui.



-
67. Nous avons couvert beaucoup de matière au cours de l'atelier. J'aimerais maintenant vous entendre. Qu'avez-vous appris? Des questions sont-elles restées sans réponse? Avez-vous des suggestions pour améliorer l'atelier?

Sondage : <http://bit.ly/parentalapres>