SCHAU HIN
Was Dein Kind mit Medien macht.

GRANDIR À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE

En toute sécurité !

Outils numériques : le guide pour les familles

schau-hin.info

CHERS PARENTS,

Le monde numérique suscite une grande fascination, en particulier chez les enfants et les adolescents. Nos jeunes ont accès à une offre très vaste, et ce, de plus en plus tôt : ils regardent la télévision, jouent sur leur console ou leur ordinateur, échangent des messages avec leurs amis sur leur smartphone et publient des commentaires sur les réseaux sociaux. Toutes ces plateformes sont autant d'opportunités pour exprimer sa créativité, acquérir rapidement des connaissances et échanger avec le monde entier. Cependant, entre la divulgation de données sensibles, les risques financiers, le harcèlement et les contenus dangereux pour les mineurs, l'utilisation de ces outils n'est pas sans risques.

C'est là qu'intervient l'initiative « SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht. »(SOYONS VIGILANTS ! Supervisons l'usage du numérique par nos enfants). Grâce à des conseils pratiques pour le quotidien et des informations essentielles, nous aidons les parents et les éducateurs à donner aux jeunes gens les moyens de bien gérer leur utilisation des outils numériques. Nous encourageons ainsi les adultes à découvrir avec leurs enfants la diversité de ces outils de manière apaisée. Parce que la compréhension vaut mieux que l'interdiction.

Nous nous réjouissons de vous accompagner dans cette démarche.

L'équipe SCHAU HIN!





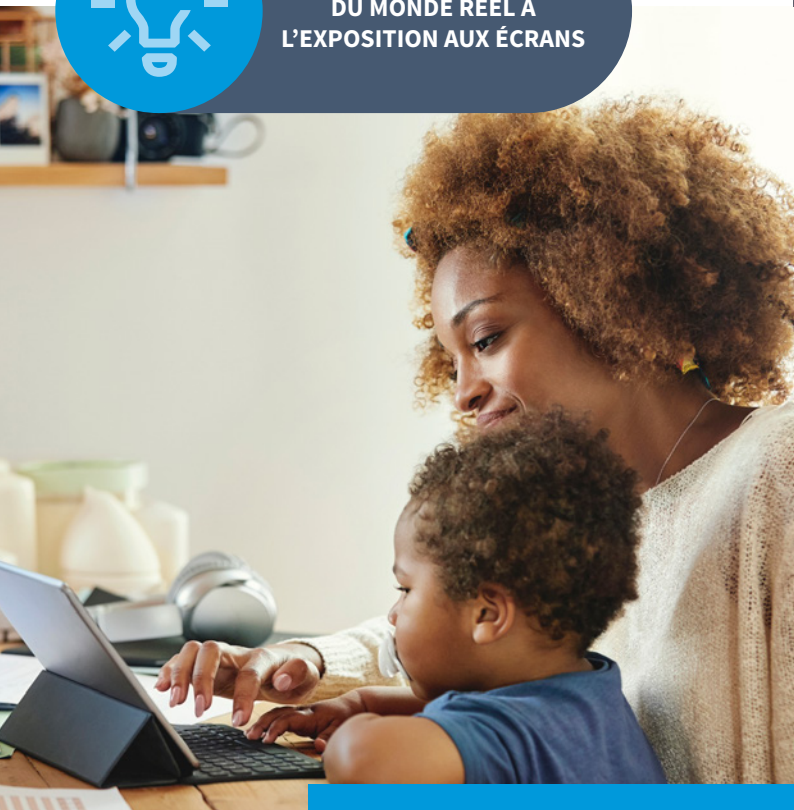
NE PAS EXPOSER AUX ÉCRANS TROP TÔT

Les tout-petits ont besoin d'explorer le monde réel : les jeux en famille et les découvertes dans la nature sont donc essentiels. Si les enfants passent trop de temps devant un écran dès leur plus jeune âge, ces expériences risquent d'être négligées. Les jeux vidéo ou les films peuvent rapidement submerger les tout-petits.

VOUS DONNEZ L'EXEMPLE

Les enfants reproduisent les habitudes de leurs parents. C'est pourquoi les adultes sont des figures de modèles importantes. Si les parents regardent sans cesse leur smartphone, les enfants finiront par trouver cela tout à fait normal. Il vaut mieux mettre son portable en mode silencieux et ne pas se laisser distraire. Parlez à vos enfants des règles à respecter lors de l'utilisation des outils numériques. Le recul des adultes offre un repère aux enfants.

FAVORISEZ L'EXPLORATION DU MONDE RÉEL À L'EXPOSITION AUX ÉCRANS





QUELLES LIMITES POSER ?

Lorsqu'ils utilisent les outils numériques, les enfants ont souvent du mal à s'arrêter. Si le temps passé devant l'écran devient trop long, cela peut donner lieu à des disputes avec les parents. Mieux vaut poser des conditions plutôt que des interdictions. Par exemple : pas de smartphone à table, pendant les devoirs ou avant d'aller se coucher. Dans l'idéal, les bébés et les tout-petits jusqu'à l'âge de 4 ans ne devraient pas du tout être exposés aux écrans. De 4 à 5 ans, le temps d'écran ne devrait pas dépasser plus d'une demi-heure et de 6 à 9 ans, pas plus d'une heure.

INSTAURER LA CONFIANCE

Pour vous confier les éventuels problèmes qu'ils ont pu rencontrer lors de leur utilisation des outils numériques, vos enfants ont besoin d'un climat de confiance. Demandez-leur de vous montrer leurs films ou jeux vidéo préférés. Regardez-les et jouez-y ensemble. Ces moments de partage renforcent vos liens, vous aident à établir ensemble des règles et permettent d'éviter les conflits.

MIEUX VAUT CHERCHER À COMPRENDRE PLUTÔT QUE D'INTERDIRE





UTILISER LES OUTILS NUMÉRIQUES ? OUI, MAIS EN TOUTE SÉCURITÉ !

Grâce aux appareils numériques, les enfants peuvent jouer, discuter et naviguer sur Internet. Toutefois, ces outils ne sont pas sans risque. Les applications peuvent exposer à de la publicité, permettre des achats ou donner accès à une messagerie non sécurisée. Quelques réglages simples suffisent pour utiliser les outils numériques en toute sécurité. Vous pouvez notamment protéger l'accès à l'App Store à l'aide d'un mot de passe, filtrer les sites web sur l'ordinateur portable de votre enfant à l'aide d'un logiciel de contrôle parental et activer les options de contrôle parental sur sa console de jeux.



LA RÉALITÉ DU TERRAIN PRIME SUR LA THÉORIE

SAVOIR ACCUEILLIR LA PAROLE

Si tous les parents redoutent cela, c'est pourtant une réalité : les discussions et commentaires en ligne peuvent donner lieu à du harcèlement, des insultes et des menaces. Ces agissements doivent être signalés et les profils des auteurs bloqués. Dans ces moments difficiles, il est important que les enfants puissent se confier à leurs parents sans crainte d'une éventuelle punition.

POSER DES BASES SAINES

Pour que parents et enfants explorent l'univers du numérique sereinement, l'accompagnement est la clé. Vous pouvez ainsi poser des bases saines pour une utilisation en toute sécurité des outils numériques. Il est préférable que les plus jeunes utilisent des services sécurisés proposant des contenus et des fonctionnalités adaptés à leur âge. Vous pouvez configurer le premier smartphone de votre enfant à ses côtés ou régler ensemble l'accès à l'ordinateur. C'est le moment idéal pour parler de sécurité et de risques avec lui.



UTILISER LES OUTILS NUMÉRIQUES EN TOUTE SÉCURITÉ, ÇA S'APPREND

UNE QUESTION D'ÂGE

De nombreuses applications de messagerie et plateformes de réseaux sociaux imposent une limite d'âge. Normalement, l'accord des parents est nécessaire à leur utilisation. En ce qui concerne les jeux vidéo et les films, il est également important d'y regarder de plus près. Ainsi, n'hésitez pas à tester les jeux ou à visionner les films qui intéressent vos enfants en premier. Les classifications légales par âge – telles que « USK 6 » (à partir de 6 ans) ou « FSK 12 » (à partir de 12 ans) – ainsi que les guides pédagogiques aident à y voir clair.

PARENTS, À VOUS DE JOUER !

À travers les **cours « SCHAU HIN ! » destinés aux parents et consacrés aux outils numériques**, vous découvrirez comment accompagner votre enfant pour qu'il puisse utiliser smartphone, télévision, jeux vidéo et applications, notamment de messagerie instantanée, en toute sécurité et de façon adaptée à son âge.

Ces contenus sont gratuits et accessibles à tout moment. Inscrivez-vous dès maintenant !
www.medienkurse-fuer-eltern.info

Contact

030 23322-6450
service@schau-hin.info

Pour commander nos supports de communication, rendez-vous sur : www.schau-hin.info/materialien

Mentions légales

Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Glinkastraße 24
10117 Berlin
Téléphone : 030 23322-6450
E-mail : info@schau-hin.info

Responsable
Ministre fédérale de l'Éducation, de la Famille, des Personnes âgées, de la Femme et de la Jeunesse

Suivi éditorial
Bureau de projet SCHAU HIN!
Gustav-Meyer-Allee 25
13355 Berlin

Conception, rédaction et mise en page
familie redlich AG

Crédits photos
p. 3 : © iStock/AleksandarNakic
p. 5 : © iStock/Anchiy
p. 6 : © Alexander Dummer/Unsplash
p. 7 : © Trinity Kubassek/Pexels
p. 8 : © SCHAU HIN!
p. 9 : © iStock.com/oatawa

Référence : 5FL478

Une initiative de :

Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

ZDF

AOK Die Gesundheitskasse.

Avec le soutien de :

Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Dans le cadre de :

KJP Kinder- und Jugendplan des Bundes
STÄRKEN, WAS DIE ZUKUNFT TRÄGT.

Dans le cadre de :

GAMM Gutes Aufwachsen mit Medien