



## FICHE D'INFORMATION

Mai 2017

### Vidéos de prévention pour les parents : Usages des médias

Les outils numériques sont omniprésents et posent d'importants défis aux parents pour gérer leur utilisation par les enfants. Les interdictions perdent peu à peu du terrain au profit de règles décidées en commun et adaptée à l'âge de l'enfant et au contenu visionné. Au-delà des questions de durée ou de temps d'écran, il s'agit de réfléchir aux moments plus ou moins opportuns, au type de contenu ou de support autorisé, de l'accompagnement ou non par un adulte ou encore du lieu où l'enfant a le droit d'utiliser son portable ou l'ordinateur par exemple.

Usage des médias montre comment les jeunes utilisent réellement les outils numériques dans leur vie quotidienne. La vidéo pose également la question des règles à fixer et la manière de les décider d'un commun accord. Pour aborder cette question avec les parents après le visionnement de la vidéo VR, les questions posées en préambule fournissent un bon point de départ pour la discussion :

- Savez-vous ce que fait votre enfant sur son smartphone, sa tablette ou son ordinateur ?
- Avez-vous une idée du temps qu'il passe sur Internet ?
- Vous posez-vous des questions sur les limites à poser ?

### Recommandations pour les parents :

1. Intéressez-vous à la manière dont votre enfant utilise les technologies numériques !

La première chose à faire est de connaître les habitudes et préférences de son enfant, de comprendre ce qui l'intéresse et pourquoi, ainsi que ce qu'il recherche à travers les jeux ou les applications qu'il utilise.

2. Définissez le plus tôt possible des règles avec lui.

Il est préférable de fixer des règles dès les premières utilisations d'un nouvel outil numérique, d'un jeu ou d'une appli et de ne pas attendre les problèmes ou autres débordements.

3. Veillez à ce qu'il respecte les règles et adaptez-les régulièrement à son développement et à ses besoins.

Il est important que les règles soient négociées avec l'enfant et établies en fonction de son âge, afin qu'il soit en mesure de les respecter.

Plus d'informations sur nos rubriques [médias au quotidien](#) et [encadrement parental](#)  
Découvrez toutes les vidéos VR sous : [www.jeunesetmedias.ch/VR](http://www.jeunesetmedias.ch/VR)