

2KNOW

knowledge to prevent



GUIDE POUR LES PARENTS ET LES FAMILLES

PAS SEULEMENT UN APPAREIL

RENFORCER LA SÉCURITÉ EN LIGNE DE VOTRE ENFANT

Un guide pour les parents sur les
compétences en sécurité numérique, avec des
perspectives d'enfants et de jeunes.



**Protect
Children**



**Children
at Risk**



UNIVERSITY OF
EASTERN FINLAND



Funded by
the European Union

INTRODUCTION

Les compétences en sécurité numérique peuvent être comparées à d'autres compétences de sécurité, telles que l'apprentissage aux enfants des règles de sécurité routière. Aucun enfant ne s'aventure sur la route sans s'être entraîné en amont à aller, par exemple, à l'école à pied avec un adulte. Tout comme n'importe quel environnement social, plus l'enfant est jeune, plus la présence d'un adulte sera nécessaire pour rester en sécurité. Les enfants plus âgés et les adolescents ont encore besoin du soutien des parents dans certaines situations.



L'appareil numérique agit comme une porte d'entrée à un environnement numérique où les enfants explorent et interagissent avec les autres utilisateurs d'internet. Les enfants sont trop souvent exposés à ce type d'environnement social sans supervision. L'élément clé n'est pas le temps passé en ligne mais plutôt les expériences que les enfants vivent, les activités et les contenus auxquels ils sont exposés, ainsi que les personnes avec lesquelles ils interagissent.



« Les adultes devraient s'assurer que rien de mauvais ne puisse nous arriver en ligne »
Enfant, 9-11 ans



Les citations dans ce guide ont été recueillies à partir de questionnaires dans lesquels des enseignant-e-s et des intervenant-e-s auprès des jeunes témoignent de leurs échanges avec des groupes d'enfants et de jeunes. Nous avons obtenu l'accord des personnes interrogées pour inclure leurs témoignages dans notre guide.

LE RÔLE DU PARENT DANS LA VIE NUMÉRIQUE DE L'ENFANT

Les enfants et les jeunes maîtrisent très bien les appareils numériques, souvent même mieux que les adultes ! Cependant, leurs compétences socio-cognitives sont encore en développement. La présence, l'accompagnement et le soutien des adultes en cas de situations émotionnellement et socialement complexes en ligne sont essentiels pour le bien-être et la sécurité de l'enfant.

Les parents peuvent trouver utile de se demander pourquoi ils choisissent par exemple d'accompagner leur enfant dans un parc d'escalade, même lorsque l'enfant est meilleur grimpeur qu'eux. Il se pourrait que les parents veuillent tout simplement passer du bon temps avec leur enfant, ou qu'ils se fassent du souci pour sa sécurité et pour la possibilité qu'il se fasse mal, se blesse et ait besoin d'un soutien parental. Les parents peuvent aussi s'inquiéter de la présence d'autres individus dans le parc et que ces derniers puissent potentiellement faire du mal à leur enfant. Ces raisons précises reflètent et soulignent la raison pour laquelle les enfants ont également besoin de supervision de la part d'adultes dans les espaces en ligne.



« Les parents devraient absolument savoir avec qui leur enfant parle en ligne, mais en même temps, l'enfant devrait avoir sa propre intimité. »
Jeune, 13-20 ans



LES EXPÉRIENCES EN LIGNE SONT RÉELLES

Les émotions et les expériences vécues dans les espaces en ligne peuvent être aussi intenses et réelles que celles du monde physique. Les réponses émotionnelles telles que la joie, la tristesse et la peur peuvent survenir lors d'interactions en ligne rendant l'impact de ce qui se passe sur les appareils numériques profondément significatif. Les conséquences des abus ou autres atteintes en ligne peuvent être aussi graves et préjudiciables que les abus commis en personne. Les enfants victimes de crimes en ligne ont des symptômes traumatiques et des processus de guérison similaires à ceux des victimes de crimes commis en personne.



« Un jour mon ami a reçu un message d'un numéro totalement inconnu qui disait que s'il ne faisait pas quelque chose, lui et sa famille allaient mourir. Au début, on y a cru mais ensuite on l'a dit à ma mère et on n'a rien fait. »

Enfant, 9-11 ans



DISCUTER DES SUJETS EN LIGNE AVEC VOTRE ENFANT

Les parents devraient discuter avec l'enfant des différents types de contenus et de situations qu'il peut rencontrer dans les environnements numériques avant même de commencer à utiliser les appareils numériques de manière indépendante. C'est le rôle de l'adulte d'explorer l'environnement numérique avec l'enfant, d'en parler ouvertement et de se mettre d'accord à l'avance sur les manières de gérer les situations soudaines confuses ou effrayantes.



« Les enfants devraient apprendre à ne pas croire tout ce qu'ils peuvent lire en ligne, comme cela peut facilement amener à adopter des pensées extrémistes. Les parents devraient parler avec leur enfant de ce que l'enfant peut voir en ligne. »

Jeune, 13-20 ans



L'attention positive qu'un parent porte aux intérêts en ligne de son enfant favorise le développement d'une estime de soi saine chez l'enfant tout en encourageant également une communication ouverte et renforce le lien entre le parent et l'enfant. Un enfant devrait être rassuré s'il révèle quelque chose de perturbant ou confus rencontré en ligne, l'enfant recevra discussion, soutien et aide plutôt qu'une punition ou une désapprobation.



« C'est difficile de parler à ses parents quand leur réponse immédiate c'est toujours : tu es trop souvent en ligne. »

Jeune, 13-20 ans

« Je ne peux pas en parler à mes parents car ils se mettent tout de suite à me reprocher des choses. »

Adolescent.e, 15-16 ans



LIMITES D'ÂGE

Les classifications d'âge pour les applications et les jeux sont établies par des experts et leur but est de protéger les enfants. Les applications et les jeux peuvent avoir du contenu inapproprié pour les enfants en-dessous d'un certain âge. Certaines applications incluent des fonctions à travers lesquelles un inconnu peut entrer en contact avec un enfant. Dans de telles situations, les enfants peuvent ne pas toujours avoir les compétences pour reconnaître les comportements qui pourraient amener à un crime, ni de savoir comment répondre en toute sécurité. Ainsi, c'est très important de suivre les classifications d'âge pour garder les enfants en sécurité.



« Si quelqu'un veut un jeu qui n'est pas approprié pour son âge, les parents ne devraient pas donner l'autorisation de l'avoir. »

Enfant, 9-11 ans



« Les parents devraient savoir ce que leurs enfants font en ligne. »

Jeune, 13-20 ans



CONTENU INAPPROPRIÉ POUR L'ÂGE

Il est important d'informer les enfants en amont qu'au-delà des choses amusantes, ils peuvent également être exposés à des contenus ou des situations bizarres, désagréables ou même effrayantes en ligne. Les contenus regardés sur un écran peuvent être effrayants pour un enfant autant que les expériences vécues dans d'autres environnements. Faire une capture d'écran et la montrer à un adulte de confiance est une compétence importante pour les enfants. Il est souvent plus facile pour les enfants de montrer plutôt que de décrire des événements effrayants, embarrassants ou confus à leurs parents.



« Les parents peuvent aider leur enfant en se connectant à quelque chose et à enlever les mauvaises images. » **Enfant, 9-11 ans**



« J'ai passé des milliers d'heures en ligne dans des espaces numériques pour les jeunes avec des jeunes, et j'ai de sérieuses inquiétudes. Les jeunes semblent accéder à tout ce qu'ils souhaitent en ligne et il ne semble pas y avoir de limites d'âge concernant le fait que des enfants de 12 ans jouent à des jeux destinés aux plus de 18 ans, même si cela devrait être illégal. Ils semblent également accéder très tôt à la pornographie pour adultes et considèrent cela normal. » **Jeune travailleur**



Apprenez à votre enfant à faire tout d'abord une capture d'écran de contenus plaisants. Puis, entraînez-vous ensemble à faire des captures d'écran et à discuter des types de situations ou de contenus où ils devraient faire des captures d'écran et vous les montrer. Insistez sur le fait que ce n'est pas la faute de votre enfant s'il rencontre de tels contenus. Félicitez toujours l'enfant lorsqu'il vous montre ou vous parle de contenus en ligne inappropriés pour son âge. Une capture d'écran peut aussi servir de preuve pour la police en cas d'incidents numériques préjudiciables.

Les parents devraient limiter l'accès de leur enfant à des contenus inappropriés pour leur âge afin de protéger leur bien-être mental et émotionnel. Cela peut être partiellement réalisé en utilisant des outils tels que le contrôle parental, les filtres de contenu et les paramètres de navigation sécurisée. De plus, il est essentiel d'engager des discussions ouvertes sur de tels contenus car les outils ne sont pas tous en mesure de bloquer tous les contenus inappropriés pour leur âge. Être exposé à du contenu inapproprié peut avoir un impact sur le développement de l'enfant amenant à de la confusion, de l'anxiété ou à des comportements dangereux si l'enfant est laissé sans soutien. En prenant des mesures proactives, les parents peuvent s'assurer que leurs enfants naviguent en ligne en toute sécurité et de manière positive. C'est également ce que les enfants et les jeunes demandent de nous les adultes.



« Les parents devraient bloquer les enfants d'accéder aux sites de pornographie. » **Jeune, 13-20 ans**



« Les parents doivent contrôler l'usage d'internet de leur enfant et bloquer certains sites et applications surtout pour les enfants plus jeunes. »
Jeune 13-20 ans



« J'aimerais que les parents mettent des limites pour les réseaux sociaux mais sans traquer chaque mouvement de leur enfant. »
Adolescent.e, 15-16 ans



« Même les enfants en primaire semblent accéder à toutes sortes de contenus qui ne sont pas appropriés pour leur âge. Cela les perturbe vraiment mais ils n'en discutent pas souvent avec leurs parents car ils s'inquiètent de perdre leur téléphone. »
Enseignant.e



INCONNUS EN LIGNE

Assurez-vous que l'enfant n'utilise pas de photo de profil qui est la sienne ou quelconque image qui pourrait permettre à un inconnu de l'identifier comme un enfant utilisant l'application ou le jeu car des inconnus malveillants essaient souvent d'entrer en contact avec des personnes qu'ils pensent être des enfants en se basant sur la photo de profil. Les enfants devraient également ne pas partager d'informations personnelles publiquement telles que leur adresse, leur numéro de téléphone, leur position, leur école, leurs intérêts spécifiques ou les images de leurs animaux préférés. Ces sujets peuvent être abordés régulièrement avec les enfants de manière positive et attrayante.



« Lorsque j'étais en ligne, quelqu'un que je ne connaissais pas m'a demandé de sortir. J'ai dit non car je sais que parfois les gens se font avoir. »

Enfant, 9-11 ans



« Quelqu'un a eu mon numéro et m'a demandé si on pouvait parler. J'ai demandé ce qu'il voulait de moi et il n'a pas répondu. »

Enfant, 9-11 ans



JEUX EN LIGNE

Les inconnus malveillants ne contactent pas les enfants uniquement à travers les réseaux sociaux, ils exploitent également les fonctions de messagerie dans les jeux en ligne, particulièrement dans ceux qui sont populaires parmi les jeunes joueurs. Ces individus tentent souvent d'attirer les enfants hors des plateformes de jeu ouvertes vers des applications de messagerie plus sécurisées en promettant, par exemple, de l'aide dans le jeu. Il est essentiel pour les enfants de comprendre qu'ils ne devraient pas passer des plateformes de jeu à des applications de messagerie. S'ils sont autorisés à utiliser les fonctionnalités de chat dans les jeux, ils devraient se concentrer seulement sur des discussions liées au jeu et éviter de partager d'autres informations.



« J'aime bien quand quelqu'un m'aide dans le jeu auquel je joue en ligne. »

Enfant, 9-11 ans



VIE PRIVÉE DE L'ENFANT

Il est important pour les parents de respecter l'intimité de leur enfant en évitant de publier des images d'eux en ligne surtout sans leur consentement car les enfants ont un droit de contrôler leur propre identité numérique. En étant attentif de ce qu'ils partagent, les parents montrent le bon exemple et aident à créer un environnement sain et respectueux pour le développement de leur enfant dans un monde de plus en plus numérique.



« J'aimerais que les parents ne publient pas de photos ou d'autres informations personnelles sur leurs enfants sur les réseaux sociaux. »

Adolescent.e, 15-16 ans



Les enfants devraient apprendre à ne pas tout partager en ligne afin de protéger leurs informations personnelles et maintenir leur vie privée. Donner trop d'informations peut amener à de nombreux risques comme le harcèlement en ligne, le vol d'identité et de l'attention non-voulue de la part d'inconnus. Expliquer aux enfants la signification des empreintes numériques les aide à comprendre que leurs actions en ligne peuvent avoir des conséquences à long-terme. Fixer une règle au sein de la famille qui établit de ne pas prendre son téléphone dans la salle de bain ou aux toilettes protège l'enfant de prendre ou partager des photos intimes de manière accidentelle ou sur un coup de tête.



« Les adultes devraient apprendre aux enfants de bien réfléchir avec de publier n'importe quoi en ligne. »

Jeune, 13-20 ans



LE COMPORTEMENT DES ENFANTS & DES JEUNES EN LIGNE

Les parents peuvent guider leurs enfants à se comporter en ligne de la même manière qu'ils le feraient dans d'autres environnements à l'aide d'exemples et de discussions ouvertes en insistant sur les compétences clés comme le respect, la gentillesse et le sens de responsabilité. Il est important pour les enfants de comprendre l'impact de leurs mots et de leurs actions en ligne. Bien que les adultes délinquants posent un risque significatif aux enfants en ligne, les pairs peuvent également être une source de préjudice et d'abus. Apprendre aux enfants à réfléchir de manière critique avant de publier, de respecter les autres en demandant notamment à leurs amis leur consentement avant de publier quoi que ce soit les concernant en ligne et de demander de l'aide lorsqu'ils rencontrent des situations négatives, ce qui favorise une expérience en ligne plus saine et positive.



« Les parents devraient apprendre aux enfants à se comporter en ligne de la même manière qu'ils se comporteraient dans la vraie vie. »

Jeune, 13-20 ans



« Les parents pensent que leur enfant ne fera rien de stupide en ligne. Ils ne devraient pas toujours faire confiance à leur propre enfant car même des enfants bien élevés peuvent harceler. Ils devraient discuter de tout cela avec eux. »

Jeune, 13-20 ans



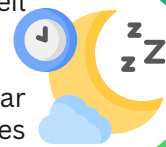
« Les jeunes eux-mêmes sont souvent ceux qui se comportent mal envers les autres en ligne. Il est rare que j'aie besoin de 'protéger' les jeunes de ce qu'un inconnu leur dit dans un jeu. Au contraire, je dois souvent avoir des discussions avec les jeunes utilisateurs, surtout les nouveaux, sur ce qu'il ne faut pas dire aux autres. »

Jeune travailleur



FAIRE UNE PAUSE DES APPAREILS NUMÉRIQUES ET PASSER DU TEMPS ENSEMBLE EN FAMILLE !

C'est une bonne idée de rassembler les téléphones et autres appareils de la famille dans les espaces communs tels qu'un parking à téléphones, bien avant l'heure du coucher. Il est plus facile pour les enfants de se perdre dans des endroits étranges en ligne la nuit, donc avoir l'habitude de garder les téléphones en dehors de la chambre pendant la nuit aide à protéger l'enfant et lui assurer un meilleur sommeil. Au lieu du téléphone, un réveil régulier peut être utilisé pour réveiller l'enfant le matin !



S'entraîner à faire des pauses régulières des appareils numériques et à les remplacer par des activités communes favorise une vie familiale plus équilibrée incluant à la fois les expériences en ligne et hors ligne. Cette approche encourage la connexion et les interactions significatives aidant tout le monde à apprécier un mélange de temps d'écran et des moments de qualité en famille.



« L'utilisation d'internet des adolescents devrait être restreinte (certains sites internet) et il serait bien d'avoir une limite quotidienne sur le temps consacré aux appareils. »

Jeune personne, 13-20 ans

« Pour garder un enfant en sécurité, les parents peuvent limiter l'utilisation du téléphone et de certaines applications ainsi que de réduire le temps d'écran. »

Enfant, 9-11 ans



FAITES UNE PAUSE UN INSTANT...

Si après avoir lu ce document vous ressentez le besoin de mettre en garde votre enfant sur les dangers en ligne et de restreindre toutes leurs activités en ligne, il est important de faire une pause avant d'agir. Les enfants vont inévitablement avoir accès aux environnements numériques et il est plus bénéfique pour eux d'apprendre les compétences essentielles en matière de sécurité numérique dans un cadre sain et bienveillant avec leurs parents.

À la place, envisagez de demander à votre adolescent de partager leur site internet ou chaîne préférée, ou de le rejoindre pour jouer à son jeu en ligne préféré. En vous impliquant dans les expériences en ligne positives de votre enfant, vous partagez non seulement la vie numérique ensemble mais vous construisez aussi une relation de confiance et créez des occasions de discussions ouvertes sur des sujets plus délicats. Cette approche positive et votre présence protégera votre enfant dans les environnements numériques.

PROFITEZ DE LA VIE NUMÉRIQUE ENSEMBLE !



« Nous les adultes avons besoin de guides clairs et simples sur la sécurité en ligne. Internet peut aussi être un espace sûr pour de nombreux jeunes afin d'interagir socialement avec les autres et l'espoir est que cela continue ainsi. »

Enseignant.e



À PROPOS

Protect Children est une organisation non gouvernementale de défense des droits de l'enfant basée à Helsinki, en Finlande qui travaille à l'échelle mondiale pour mettre fin à toutes les formes de violences sexuelles faites aux enfants.

Apprenez-en plus sur Protect Children :
<https://www.suojellaanlapsia.fi/en>

Ce guide a été réalisé lors du Projet 2KNOW, un projet de deux ans fondé par la Commission européenne dédié à améliorer l'écosystème de prévention et de réponse aux crimes de violences sexuelles en ligne faites aux enfants.

Apprenez-en plus sur le projet :
<https://www.suojellaanlapsia.fi/en/2know>