

« L'enfant et les écrans – Les dangers d'internet » - jeudi 10 novembre 2022

- **Podcast** de Caroline Goldman « les dangers d'internet – à écouter avant l'entrée en 6ème »
[écouter le podcast](#)

un podcast très court (7 minutes) essentiellement orienté sur la confrontation à la sexualité et à la pornographie par le biais d'internet et des réseaux, et donc sur la nécessité d'avoir abordé ces sujets avec son enfant auparavant

Nos échanges ont porté sur :

- la place des écrans et le temps d'écran journalier/hebdomadaire
- la crainte et les risques du cyberharcèlement, la gestion de son image et de ce qu'on expose sur les réseaux
- la réponse à la demande des enfants d'avoir un téléphone
- les risques ne sont pas que fictifs. Les policiers sont intervenus sur le sujet en classe de CM et leur ont fait part de cas concrets et proches de nous.

On a pu constater des différences énormes dans la place laissée aux écrans selon les familles. Mais il ressort des éléments constants :

- c'est notre rôle de parents de définir les règles propres à notre foyer
- l'importance du dialogue et du lien de confiance avec les enfants
- si l'on est convaincu des règles qu'on impose à nos enfants et qu'on se les applique à soi-même, alors le cadre est cohérent et accepté

Quelques pistes :

- corbeille à téléphone : chacun dépose son téléphone en arrivant à la maison, adulte comme ado
- définir des règles de temps, les matérialiser pour les plus jeunes (timer, affiche...)
- créer une affiche de « bon usage » d'internet pour rappeler les règles et les risques et la placer près de l'ordinateur
- attention à la lumière bleue : défavorable pour l'endormissement car elle stimule notre cerveau, d'où l'intérêt de proscrire les écrans après 18 heures. penser à la paramétrer au minimum sur nos écrans
- téléphone portable au collège : l'enfant se sent plus fort s'ils sont plusieurs dans le groupe à ne pas en posséder
- possibilité de réaliser un clonage du téléphone de l'enfant pour accéder à ses applications, garder un œil et pouvoir échanger avec lui si on constate un risque
- les écrans sont aussi sources d'apprentissage et d'enrichissement. exemples : regarder une série en VO pour l'aisance en langue étrangère, applis éducatives (Bayam, payant, sécurisée, avec minuteur visible par l'enfant)
- il est très différent de : passer du temps seul devant un écran / regarder un film, un documentaire, ou être sur un jeu vidéo en famille
- ne pas oublier que nos enfants grandissent avec les écrans, et malgré tous les contrôles parentaux ils seront certainement plus habiles que nous avec ces nouvelles technologies, donc rien ne remplacera l'éducation, le dialogue et la confiance