

Votre programme d’aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Fixer à vos enfants des limites à l'égard des médias sociaux

Mes parents ne me laissent pas ouvrir un compte Facebook, parce que les employeurs pourraient ne pas m'engager. :(Le pire, c'est que mon père est sur la défensive et très orgueilleux. Même s'il réalise que j'ai raison, il ne me laissera pas faire. Ils nuisent à ma vie sociale. ;(
--Nicki (commentaire reçu sur le blogue)

Qu’il s’agisse de la publication d'un roman, ou la naissance de la musique rock, de la télévision ou des médias sociaux, une constante demeure : chaque nouvelle génération adopte les inventions ultramodernes pendant que les parents s'emploient à accepter et à comprendre ces changements modernes. En fait, un grand nombre de parents évitent de parler de technologie parce qu'ils ne connaissent pas la nouvelle réalité des médias sociaux. Toutefois, le fait d'ignorer ce nouvel obstacle ne le fera pas disparaître; il expose plutôt vos enfants aux problèmes, aux cyberprédateurs et aux violations de la vie privée. Surveillez ce que votre enfant fait sur Internet et mettez en pratique les conseils qui suivent.

Connaissez les règles. Facebook restreint l'accès à ses comptes aux enfants de 13 ans et moins. Si votre préadolescent insiste pour ouvrir un compte, ce renseignement pourrait vous aider à le faire patienter un an ou deux. Cependant, Twitter n'impose pas les mêmes restrictions. Si votre enfant insiste pour socialiser en ligne dès que possible, examinez les sites conçus pour les enfants, plus sécuritaires et plus appropriés à l'âge de l'enfant.

Expliquez les risques. Les enfants apprennent à se méfier des étrangers en personne, mais ils doivent aussi apprendre à se méfier des étrangers qui veulent être amis avec eux en ligne. Expliquez les dangers que représentent les cyberprédateurs, et permettez à vos enfants d'interagir en ligne uniquement avec des personnes qu'ils connaissent dans la vraie vie. Assurez-vous aussi que leur profil public ne donne pas trop de renseignements personnels, comme le nom de leur école, leur date de naissance ou leur numéro de téléphone, ce qui pourrait ouvrir la voie aux cyberprédateurs.

Expliquez les conséquences des actes. Les enfants vivent dans le moment présent et ne réalisent pas toujours les répercussions qu'un message haineux ou une photo affichée en ligne pourrait avoir. Expliquez à votre enfant que chaque élément qu'il affiche et chaque renseignement qu'il partage est là pour la vie et peut revenir le hanter. Voici une règle générale à mettre en pratique : si votre enfant n'est pas prêt à discuter d'un sujet avec toute sa classe ou à lui montrer une photo, il ne devrait pas le faire en ligne. Envisagez de signer avec votre enfant une entente sur les médias sociaux, énonçant clairement vos attentes et établissant les règles de base en matière d'utilisation.

Surveillez votre enfant à distance. Assurez-vous de « suivre » votre enfant ou d'être son « ami » pour surveiller ce qu'il fait en ligne. Insistez pour qu’il vous communique son nom d'utilisateur et son mot de passe. S'il envoie régulièrement des messages textes, jetez un coup d'œil à ses conversations de temps à autre. Par contre, évitez d'être un ami virtuel trop présent, car vous risquez non seulement de faire honte à votre enfant devant ses amis, mais également qu'il se crée un « compte secret » que vous ne connaîtrez pas.

Favorisez la discussion. Encouragez votre enfant à vous dire s'il est victime d'intimidation en ligne ou s'il n'est pas à l'aise avec certaines activités. Suggérez-lui de vous demander votre opinion s'il hésite à

afficher une photo ou un renseignement. Plus vous serez ouvert et disponible, plus il se tournera vers vous s'il est confronté à un défi, un problème ou une préoccupation.

Appliquez les règles. Si votre enfant enfreint les règles que vous avez établies ensemble, assurez-vous d'appliquer les conséquences que vous aviez énoncées clairement au départ (p. ex., fermeture du compte, interdiction d'utiliser son téléphone cellulaire pendant une semaine, etc.). Soyez juste, mais ferme afin que votre enfant sache exactement à quoi s'attendre s'il enfreint les règles de votre entente.

YouTube – On affiche ou pas?

Qu'il s'agisse d'une crise amusante ou de l'imitation parfaite d'un artiste populaire à mode, de plus en plus de parents diffusent les expériences de leur enfant dans le monde virtuel. Puisque ce qui est affiché sur Internet ne disparaît jamais complètement, ces parents fiers des exploits de leurs enfants font-ils bien de partager ainsi la vie de leur enfant avec le monde virtuel? Avant de cliquer sur le bouton d'affichage de YouTube, posez-vous les questions suivantes :

- Cette vidéo a-t-elle vraiment besoin d'être vue à grande échelle? Ne serait-il pas plus approprié de l'envoyer uniquement aux tantes, aux oncles et aux grands-parents?
- Votre enfant sera-t-il gêné de cette vidéo en vieillissant? Il est pratiquement impossible de supprimer complètement une vidéo affichée sur Internet.
- Les autres croiront-ils que vous exploitez votre enfant ou que vous vivez votre vie à travers celle de votre enfant? Il est vrai que certains enfants particulièrement doués sont découverts grâce à Internet, mais c'est plutôt rare. Au bout du compte, voulez-vous faire connaître le talent de votre enfant ou votre désir secret d'être reconnu et de faire de l'argent?
- Vous pourriez porter atteinte à la vie privée de votre enfant ou l'exposer à inutilement au danger. N'oubliez pas que le rôle d'un parent est de protéger ses enfants, et non pas de les mettre en danger.

Statistiques sur l'utilisation de l'Internet

- 98 % des personnes de 16 à 24 ans utilisaient Internet en 2009.
- 86 % des gens de 18 à 34 ans ont un profil sur un réseau social, comparativement à 62 % des gens de 35 à 54 ans et 43 % des gens âgés de 54 ans et plus.
- Les adolescents présents sur Facebook comptent en moyenne 201 amis.
- 47 % des parents ne savent pas comment assurer en ligne la sécurité de leur adolescent.
- 43 % des adolescents n'agiraient pas de la même façon en ligne en sachant que leurs parents les surveillent.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d’information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.