



CONSEILLER  
NUMÉRIQUE  
France  
services



# Les Dangers d'Internet : Comment protégé mon enfant



# Quelques Chiffres



Une consommation plus intense  
mais des usages diversifiés sur les écrans

En moyenne  
7h16/jour sur les écrans !

Usage	Moyenne
Jeux vidéo	1:33
Vidéos	1:30
Éducatif	1:57
Informatif	1:30
Socialisation	1:11
<b>TOTAL</b>	<b>7:16</b>

# Quelques Chiffres

- 8 – 9 ans : 45%
- 10 – 14 ans : 74%
- 15 – 17 ans : 91%

Les enfants qui vont seuls sur internet

• 50 %

Parler avec des inconnus (jeux en ligne)

• 70%

Les enfants regardent seuls des vidéos sur internet

- 10 – 14 ans : 55%
- 15 – 17 ans : 85%

Les enfants qui ont un compte dans les réseaux sociaux

# Quelques Chiffres

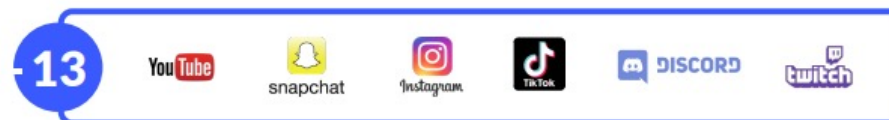
## Les réseaux sociaux préférés des ados



## Les réseaux sociaux préférés des moins de 13 ans



## Mais des réseaux interdits avant 13 ans...



**Abonnés / abonnements / contacts / followers** : les comptes avec lesquels votre enfant interagit sur les réseaux. Attention, si son compte est paramétré en public, n'importe qui peut avoir accès au contenu qu'il publie.

**Défi / challenge** : participer à un challenge sur les réseaux sociaux consiste à se filmer en réalisant une action souvent à vocation humoristique. Ce type de contenu peut ne pas avoir l'effet voulu et provoquer des partages dans un but moqueur. Il y a également le danger de recevoir des commentaires négatifs ou insultants.

**DM / MP (pour Direct Message ou Message Privé)** : contenu échangé via une messagerie entre deux personnes ou par un groupe de personnes en privé.

**Émoji / bitmoji** : un émoji est un pictogramme utilisé dans les messages pour exprimer une émotion, représenter un personnage ou une action (smiley, pouce en l'air, symbole). Un bitmoji est une petite icône personnalisée à l'effigie de l'utilisateur.

**Filtre** : option permettant de décorer le selfie, de modifier les traits et caractéristiques du visage, de façon humoristique, pour déformer ou embellir la personne.

**Flamme** : chaque journée d'interaction supplémentaire avec un contact fait augmenter le nombre de flammes associées sur Snapchat. Ces flammes sont une manière d'indiquer la force d'une relation sur ce réseau. Une seule journée sans interaction avec le contact en question et le compteur de flammes revient à zéro.

**Hashtag (#)** : mot clé sur les réseaux sociaux, permettant de faire des recherches faciles et rapides.

**Image virale** : image partagée à très grande ampleur, sans que cela soit forcément voulu. L'image peut être sortie de son contexte, détournée, devenir un même

**Influenceur / Youtubeur / Instagrameur** : personne qui diffuse des vidéos vues un grand nombre de fois par les internautes sur un réseau social. Sur Youtube, on parle de Youtubeur et d'Instagrameur sur Instagram.

**Mème:** image virale à vocation humoristique ou parodique (détournement), associée à un texte, reprise et déclinée en masse sur Internet.

**Nude:** photo prise par soi-même (un selfie), dénudée ou partiellement dénudée, envoyée à un destinataire.

**Partage / like / commentaire:** différentes réactions sont possibles face au contenu posté par un contact : le like (pouce en l'air, coeur, emoji... en fonction de l'application), le partage de contenu déjà existant à ses contacts (en story, en message privé, etc), ou encore le commentaire.

**Prank :** blague, parfois douteuse, filmée à l'insu de la personne qui en est la cible.

**Public / Privé:** paramétrage du compte utilisateur. La plupart des réseaux sont par défaut en public, d'où la nécessité de vérifier les paramètres avec votre enfant lors de sa première utilisation. En public, le contenu du compte est visible par tous. En privé, il est visible par les contacts. Possibilité de restreindre davantage la visibilité de certaines publications en sélectionnant une partie des contacts (exemple : "amis proches", "famille",)

**Selfie:** cadrage photo popularisé par les smartphones et les réseaux sociaux, consistant à se prendre soi-même en photo, souvent en plan resserré sur le visage. Les selfies sont souvent retouchés, notamment grâce aux filtres proposés par les smartphones et les applications.

**Story:** contenu éphémère (vidéo, photo, sondage...) posté sur les réseaux sociaux. Le nombre de vues et le nom des personnes qui ont regardé est consultable par l'auteur de la story. Si le contenu est éphémère, il n'est pas "protégé" pour autant : lors du visionnage de la story, une capture d'écran est possible.

**Screen:** diminutif de "screenshot". Capture d'écran (souvent réalisée par la pression de deux boutons simultanément sur smartphone). Dans certains cas, l'application avertit du fait que l'interlocuteur a fait un screen. Il s'agit de garder une image de ce qui apparaît sur l'écran du téléphone, de la tablette, de la console ou de l'ordinateur.

**Troll:** individu qui poste massivement des commentaires dans le but de susciter la polémique et de nuire.

# Quels dangers

**Bashing** : consiste à se défouler sur une personne en la dénigrant collectivement. Semblable à un "lynchage médiatique", qui se déroule sur la place publique.

**Cyberharcèlement** : forme de harcèlement réalisée par le biais des technologies numériques de communication (appel, sms, internet). Il peut prendre la forme de propos diffamatoires, de diffusions d'images intimes...

**E-réputation** : image que l'on montre de soi sur Internet, et qui reflète notre réputation. L'e-réputation peut influencer sur le long terme, positivement ou négativement, lors d'une recherche de stage ou d'emploi par exemple.

**Fake news** : fausse information relayée sous forme d'article sur les réseaux sociaux, dans un but délibéré de tromperie à des fins parfois politiques ou économiques (à ne pas confondre avec le fait de commettre une erreur involontaire dans le traitement d'une information).

# Quels dangers

**Hoax** : canular, fausse information diffusée sur Internet. Il peut s'agir simplement d'une information relayée par les utilisateurs (par mot clé, hashtag, etc.).

**Revenge porn** : fait d'utiliser des contenus intimes d'une personne pour lui faire du tort. Ces publications proviennent souvent de conjoints ou ex-conjoints.

**Sexto (sexting)** : action qui consiste à envoyer des messages ou images à caractère sexuel, souvent dans un but de séduction.



# Les principaux réseaux sociaux <sup>1/2</sup>



**Discord** : application de communication dédiées aux communautés (communautés de jeux vidéo, mangas, séries, films, etc.)

**Facebook** : un des premiers et des plus connus des réseaux sociaux. Il permet d'ajouter des amis, de discuter, publier et partager du contenu (textes, images, vidéos). Facebook a également son propre système de messagerie instantanée, appelé Messenger, incorporé directement dans le réseau social. Instagram et Whatsapp appartiennent à Facebook.

**IGTV / Instagram TV** : Plateforme d'Instagram qui permet aux utilisateurs de publier et de consulter des vidéos qui durent plus d'une minute. Cette fonctionnalité permet un partage de vidéos plus longues (jusqu'à 1h) et consultables verticalement en plein écran. La TV du futur !

**Instagram**: réseau social de partage de photos et de vidéos. Le système de hashtags (= mots clés) sous les photos peut accroître la visibilité du contenu.

# Les principaux réseaux sociaux <sup>2/2</sup>



**Snapchat:** l'un des réseaux préférés des ados, dont les filtres photo sont très populaires et le système de flammes particulièrement addictif.

**Tik-Tok:** ce réseau social est chinois et il invite les utilisateurs à créer de courts contenus vidéo en reproduisant des danses et des challenges déjà populaires sur la plateforme.

**Telegram:** application de messagerie instantanée, permettant d'échanger des messages, des photos, des vidéos, de l'audio et de passer des appels.

**Twitter:** réseau social permettant d'envoyer et de publier de courts messages appelés « tweets » (limités à 280 caractères). Il se caractérise par l'immédiateté, la spontanéité, et le partage d'informations en direct.

**Whatsapp:** application de messagerie instantanée, autorisée à partir de 16 ans, permettant d'échanger des messages, des photos, des vidéos, de l'audio et de s'appeler avec ou sans caméra.



## snapchat

*Snapchat*, c'est le réseau des échanges quotidien avec sa communauté

### Ils aiment

- Raconter l'instant présent pour le « fun » grâce à des photos et vidéos éphémères
- Les filtres amusants
- L'espace de tchat pour discuter.

### Mais attention...

- Envoi plus important de de nudes (photos dénudées)
- Illusion de l'éphémère... car des screens (copies d'écran) sont possibles
- Système de flammes pour entretenir le lien entre deux personnes qui encourage les ados à partager leur mot de passe



Instagram

Espace de partage de photos  
et de courtes vidéos + tchat

Ils aiment

- C'est leur **vitrine**, pour partager les **moments importants** comme les voyages, les sorties entre amis...
- Partage de courtes vidéos appelées Réels et contenus éphémères (24h) appelés Stories
- Possibilité de discuter par les messages privés et de suivre des comptes d'amis et de personnes célèbres, d'influenceurs...

Mais attention...

- Trop de **comptes publics**  
= contenus partagés à tous
- Exposition à des **commentaires d'inconnus**
- Les stories peuvent être facilement partagées par ses contacts
- **Image de soi** = avec les filtres, valorisation d'une image sublimée, différente de la réalité



*Tik Tok* est un espace de création  
et de partage de courtes vidéos

Ils aiment

- Publier des vidéos de danse, de chant en karaoké, c'est la rencontre entre Instagram et Youtube
- Copier les codes des clips et influenceurs pour se mettre en valeur avec des filtres par exemple...
- Suivre de jeunes influenceurs qui ont des millions de followers

Mais attention...

- Hypersexualisation des jeunes filles
- Contact possibles avec des adultes mal intentionnés



## You Tube

Espace de partage  
et de consultation de vidéo

### Ils aiment...

- Accessible sans création de compte
- Regarder, créer des vidéos, suivre des chaînes de vidéos drôles, d'influenceurs, de joueurs de jeux vidéo

### Mais attention...

- Exposition très jeune à des contenus inadaptés ou choquants (via les publicités notamment)
- Les créateurs s'exposent à des commentaires d'inconnus
- Exposition aux fake news et théories complotistes

# Quels dangers

- Contenus non adaptés/ exposition à des images choquantes (pornographie, violence, comportements dangereux...)
- Divulgence d'informations personnelles, usurpation d'identité et piratage de comptes
- Tentatives d'escroquerie
- Mauvaises rencontres et cyber-harcèlement (Insultes et diffamation/menaces/chantages/pression psychologique/incitation à jouer à des jeux dangereux, ou à la réalisation de défis périlleux...)
- Dépense d'argent involontaire (Jeux...)
- Addiction (Consommation excessive de jeux vidéo...)
- Problèmes de sommeil, de concentration...
- Propagande sur internet

# Les contenus choquants

Une multitude d'images et de vidéos circule sur internet (violence, contenus pour adulte, etc...)

Pour s'en prémunir ou du moins limiter le choc traumatique, parlez avec votre enfant du risque qu'il tombe sur des contenus choquants. Cela pourra lui éviter ainsi un choc et un repli sur soi. Expliquez lui que si c'est le cas, il n'a rien fait de mal et doit toujours en parler à un adulte.

Vérifier les sites que vos enfants consultent. Vous pouvez mettre en place un logiciel de contrôle parental qui bloquera certains contenus.

Expliquez également que la pornographie ne reflète pas la réalité et que le partage de contenus violents ou pornographiques est puni par la loi.



# Les mauvaises rencontres

On n'est jamais sûr à 100% de l'identité d'une personne sur internet. Des personnes malintentionnées peuvent utiliser internet pour entrer en contact avec les enfants afin de les harceler, leur soutirer de l'argent ou des informations personnelles.

Sensibilisez votre enfants aux informations qu'il partage sur internet. Apprenez-lui à refuser de communiquer des informations personnelles.

Incitez votre enfant à venir vous parler si une image ou des mots le choquent lors d'un échange sur internet.

Présentez à votre enfant des bonnes pratiques : mettre son profil en privé, utiliser des mots de passe sécurisés, fermer sa session après utilisations.

Internet permet aussi de faire de belles rencontres. L'enjeu est de créer un espace sécurisé pour ces rencontres. Conseillez à votre adolescents de toujours donner rendez-vous dans un lieu public, d'y allez à plusieurs, de s'assurer qu'il a du réseau téléphonique.

# Le cyberharcèlement

Lorsqu'une ou plusieurs personnes insultent ou des moquent régulièrement d'une personne qui ne peut pas se défendre, c'est du harcèlement. Lorsque le harcèlement se pratique en ligne, on parle de cyberharcèlement. **Réseaux sociaux, SMS**, le cyberharcèlement se caractérise par des **agressions, insultes, moqueries, menaces ou rumeurs**, mais aussi par la publication de photographies, le piratage de comptes ou l'usurpation de l'identité numérique de la victime.

Le cyberharcèlement a souvent lieu entre jeunes d'un même établissement scolaire. Il prolonge le harcèlement en dehors de l'école, sans répit pour la victime.

Les signaux d'alertes :



Baisse des  
résultats scolaires



Perte  
de l'appétit



Trouble du  
sommeil



Enfermement  
sur soi



Eloignement de  
ses amis ou de  
ses passions

Si je pense que mon enfant est victime de cyberharcèlement :

- je le soutiens, je l'écoute, je l'accompagne
- Je demande de l'aide extérieur (voir la dernière page)

Votre enfant peut être aussi à l'origine de harcèlement. Faites lui comprendre que ce n'est pas parce qu'on est derrière un écran que l'on ne blesse pas autrui. Le cyberharcèlement est une pratique grave qui est punie par la loi.

Un logiciel de contrôle parental est un logiciel que les parents installent sur l'ordinateur familial (ou sur celui de l'enfant), protégé par mot de passe, qui va tourner en permanence, dès le démarrage, sur la machine. Les fonctions que l'on retrouve habituellement sur les logiciels de contrôle parental sont :

- **Possibilité de choisir le profil « enfant »** lorsque celui navigue en univers fermé En choisissant le profil « enfant », votre enfant navigue dans un univers fermé, dit « Liste blanche ». Il n'aura accès qu'à une sélection de sites prédéfinis correspondant à ses centres d'intérêt,
- **Possibilité de choisir le profil « adolescent »**, votre enfant a accès à tout Internet mais les sites illégaux (racisme, drogue...) et inappropriés (pornographie, violence...) sont filtrés à l'aide d'une « Liste noire »,
- **Possibilité de fixer des limites horaires,**
- **Possibilité d'interdire l'accès à des sites sensibles du web**, vidéos et musique en téléchargement illégal,
- **Possibilité de limiter l'accès à des jeux ou à d'autres logiciels.**



### Limiter le temps

que mes enfants passent  
devant les écrans.



### Filtrer les contenus

auxquels mes enfants  
ont accès.



### Surveiller le comportements

de mes enfants  
sur internet

## Les avantages et les limites du contrôle parental

### Les avantages

Il permet de **fixer un cadre** et des limites pour les enfants.

Il **s'adapte aux différences d'âge** des enfants d'une même famille.

C'est un outil performant pour détecter les **contenus choquants**.

Il peut servir de **prétexte pour discuter** en famille des usages des écrans.

### Les limites

Il ne remplace jamais des **règles convenues ensemble** et une **relation de confiance**.

Il n'est **plus utile à partir de 8 ans**.

Une solution technique n'est pas sûre à 100% ; comme une **ceinture de sécurité**, elle limite certains risques mais **n'empêche pas les accidents**.

## LES REGLES D'OR AUTOUR DU CONTRÔLE PARENTAL

- N'installez jamais une solution de contrôle sans prévenir votre enfant. Expliquez lui les raisons,
- Soyez vigilant si vous utilisez la géolocalisation. Cette fonctionnalité peut ressembler à de l'espionnage en ne respectant pas l'intimité de votre enfant,
- Gardez en tête que le meilleur contrôle parental reste le dialogue.

# Conseils pour les enfants

1. Je vérifie les informations que je vois
2. Je multiplie mes mots de passe
3. J'utilise des sites web adaptés à mon âge
4. Je paramètre un contrôle parental
5. Je parle de ce que j'y fais et ce que j'y vois

# Conseils pour les Parents

Imposez une limite d'âge.

Donnez à votre enfant des règles claires sur le temps qu'il peut passer sur internet et tenez-vous-y !

Installez un logiciel de contrôle parental pour limiter les risques d'exposition à des contenus choquants et pour contrôler les temps de connexion.

Mettez l'ordinateur et la tablette dans une pièce commune plutôt que dans la chambre de votre enfant.

Choisissez avec votre enfant des outils et contenus adaptés à son âge.

Parlez régulièrement avec votre enfant de ses expériences sur internet. Sensibilisez-le aux dangers des réseaux sociaux (cyber-harcèlement, usurpation d'identité, personnes mal intentionnées, jeux pervers...)

Accompagnez votre enfant dans la protection de ses données personnelles en l'aidant à bien paramétrer ses comptes sociaux. Expliquez-lui que les informations et photos mises en ligne peuvent rester visibles pour tout le monde et pour toujours.

Soyez extrêmement vigilants vis-à-vis des « challenges » qui se viralisent très rapidement sur les réseaux sociaux et peuvent avoir des conséquences désastreuses sur l'intégrité physique ou psychologique de votre jeune.

**Et rappelez-lui que sur internet comme dans la vie de tous les jours, ce sont les valeurs de la vie en société qui s'appliquent, sans céder aux modes et à la pression du groupe.**

# Internet par tranche d'âge

Avant 3 ans

- Aucun écran

De 3 à 6 ans

- Pas plus de 20 mn par jours avec les parents

De 6 à 9 ans

- Début d'utilisation en autonomie en présence des parents

De 9 à 13 ans

- Utilisation en autonomie avec des échanges avec les parents

A tous âges

- Encourager les activités hors numérique
- Intéressez vous aux activités numériques de votre enfant
- Mettre en place des règles applicables et montrez l'exemple
- Impliquez votre enfant dans la gestion des écrans

# La charte de confiance de la famille

1. Je réfléchis à mon utilisation des réseaux : combien de temps, à quels moments, dans quels lieux.
2. Je vérifie si ce que je lis n'est pas une fausse info ou une publicité (surtout si c'est gratuit).
3. Je fais attention auprès de qui je diffuse mes photos, vidéos, infos ou avec qui je dialogue en webcam ou tchat.
4. Je fais attention à ce que je partage pour respecter tout le monde comme dans ma vie de tous les jours.
5. Je demande son autorisation à la personne dont je partage les photos.
6. Je ne prends pas rendez-vous avec des inconnus, je préviens mes parents si un inconnu m'envoie des images choquantes.
7. Je n'ouvre pas les messages ou fichiers provenant d'inconnus, je ne clique pas sur des liens que je ne connais pas.
8. En cas de problème ou de questions, j'évite les conflits et je contacte un adulte de confiance que je connais.
9. J'utilise un pseudonyme pour protéger ma vie privée.
10. Je choisis un mot de passe un peu compliqué, je le garde secret et je le change de temps en temps



# Site utiles



## [Internet Sans Crainte](#)

Pour les signalement <https://www.pointdecontact.net/cliquez-signalez>

## [Net-Ecoute](#)



net  
écoute.fr

n° Vert 0800 200 000



NON AU HARCÈLEMENT

ÉLÈVES, PARENTS, PROFESSIONNELS : APPELEZ LE

3020

Service & appel  
gratuits

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 18h (sauf les jours fériés)