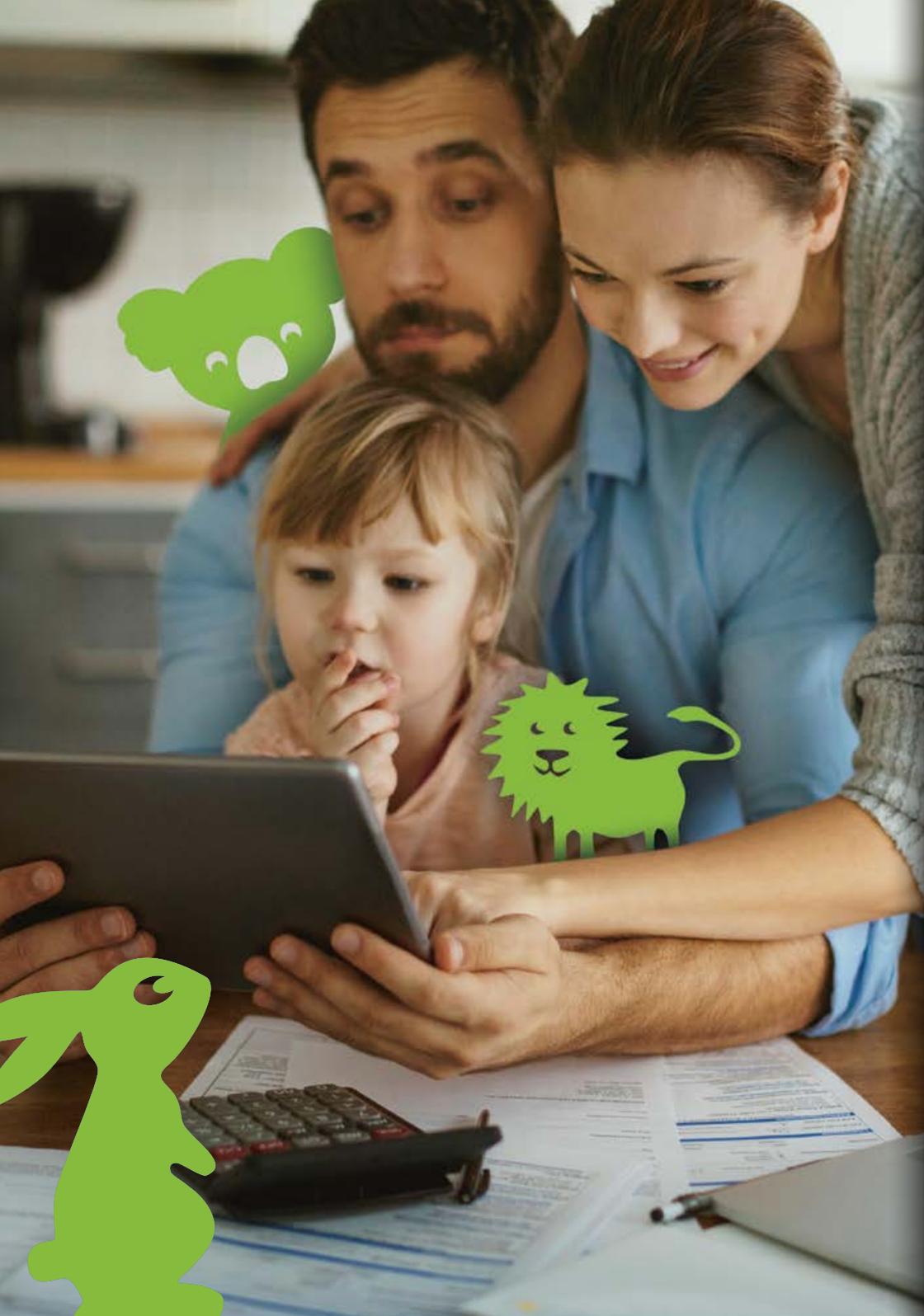




# L'usage des médias dans le quotidien des familles

Conseils aux parents



# Chers parents,

Dans votre vie familiale de tous les jours, vous devez souvent faire face à une multitude de défis simultanément. Cela conduit parfois à des situations potentiellement stressantes. Peut-être, vous arrive-t-il de réfléchir également sur les médias et leur usage et comment ils pourraient instruire ou enrichir votre enfant ? Dans les deux cas, vous êtes probablement devant un dilemme ou ressentez une incertitude, lorsque vous offrez à vos enfants des médias numériques tels que les téléphones portables, les tablettes, la télévision ou les ordinateurs.

Ce sont précisément ces questions-là qui ont intéressé Elbkinder dans le cadre du programme fédéral « Kita-Einstieg: Brücken bauen in frühe Bildung » [ « L'arrivée à la Kita : jeter des ponts vers l'éducation précoce » ] pendant la pandémie de coronavirus. Ce projet soutient des familles dans leur arrivée à la Kita [ garderie ] et offre des services aisément accessibles. Pendant les mois passés, nous avons dû chercher de nouveaux chemins pour rester en contact avec vous, les familles. Lors de la pandémie de coronavirus, la convivialité habituelle n'a souvent pas été possible. Le numérique nous a ouvert de nouvelles possibilités et nous avons constaté que l'importance des médias numériques a monté au sein des familles et va probablement encore monter davantage.

En principe, l'usage des médias numériques n'est pas nuisible aux enfants, tout dépend du « quoi » et du « combien ». Il peut certainement aussi arriver que l'utilisation des médias dans des situations exceptionnelles [ telles que pendant le confinement dû au coronavirus ] dépasse ce que vous considérez normalement adéquat au sein de votre famille. Il n'y a pas de mal à cela, si ce n'est que passagère. Néanmoins, vous devriez tenir compte de quelques éléments lors de l'usage des médias numériques pour enfants. Nous souhaitons vous donner quelques conseils utiles à ce sujet et vous présenter ensuite une sélection de contenus appropriés.





# Quels sont les médias adaptés aux enfants ?



Chez les médias, l'essentiel est leur contenu et la façon dont vous le gérez :

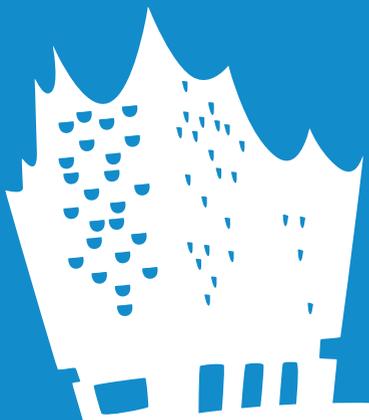
Les médias numériques sont omniprésents aujourd'hui et font partie de la vie familiale de tous les jours. Souvent, nous considérons souvent les ordinateurs, tablettes ou smartphones comme étant un jouet ou un outil de travail. Cependant, on peut très bien les utiliser de manière créative ; de plus, ils permettent d'amorcer des conversations lorsque vous et vos enfants vous regardez les photos de vacances sur le smartphone et que vous vous racontez les aventures avec enthousiasme.

Il est tout à fait normal et non nuisible que vos enfants utilisent aujourd'hui des médias différents de ceux que vous utilisiez à leur âge :

Parfois, les changements techniques se produisent si rapidement que cela nous rend incertains. C'est tout à fait normal.

Toutefois, pour vos enfants cela ne leur pose pas de problème, puisqu'ils grandissent avec ces choses-là tout naturellement. Ce qui est nouveau, cependant, c'est que vos enfants grandissent avec des contenus numériques disponibles à tout moment et sans limite. Alors que dans le passé vous attendiez probablement avec impatience « Das Sandmännchen » [ une émission pour enfant à la télévision ], aujourd'hui vous et vos enfants pouvez utiliser des services de streaming, des médiathèques ou des applications telles que YouTube en appuyant simplement sur un bouton. Cela fait accroître votre responsabilité en tant que personne éducatrice d'accompagner vos enfants à travers une quantité énorme d'offres et de leur donner une orientation sur ce qui est bon pour eux et ce qui ne l'est pas. Il est donc important de savoir ce que vos enfants regardent ou à quoi ils jouent, et cela est crucial à l'égard de la question comment utiliser Internet.

# Quelle quantité de consommation médiatique est acceptable pour les enfants ? Quand aura-t-elle un effet négatif ?



Il ne s'agit pas seulement de fixer un planning précis, mais de se pencher sérieusement sur les activités des enfants :

Comme pour toutes les activités, la question de la durée appropriée est liée à ce que vos enfants font réellement avec les médias numériques et à leur objectif. Par exemple, si vos enfants racontent leur journée à leurs grands-parents lors d'un appel vidéo sur la tablette, la durée appropriée de l'utilisation des médias correspond à la durée de la conversation. Si vous regardez un film avec vos enfants, la durée appropriée pour l'utilisation des médias correspond à la durée du film. Il convient d'être clair et transparent dès le départ sur ce que vos enfants font avec les médias numériques et sur le moment où l'activité se termine. En principe, les enfants sont bien capables de comprendre quand ils ont besoin de changer d'activité et veulent bouger. Or, les jeux sans fin logique conçus pour être joués en boucle y représentent une exception. Pour ces jeux, vous êtes tenu de fixer vous-même une limite de temps. En général, plus les enfants sont jeunes, plus il est recommandé de limiter le temps d'écran. Sur les pages de « Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung » [ Centre fédéral pour l'Education à la Santé ], vous trouverez des recommandations sur la durée d'utilisation des supports d'écran.

Il est toujours néfaste si vous laissez vos enfants seuls avec leurs expériences [ négatives ] :

Les enfants sont parfois perturbés par des images que nous, les adultes, ne percevons même pas consciemment ou qui ne nous semblent pas problématiques à première vue. Certains enfants peuvent ne pas tenir la musique excitante des films. D'autres enfants peuvent s'identifier si fortement aux héros de leurs séries, films ou jeux qu'ils sont alors extrêmement contrariés lorsque des injustices leur arrivent. Soyez donc attentifs aux signaux chez vos enfants et prenez leurs inquiétudes et leurs craintes au sérieux.

Parlez avec vos enfants sur ce qu'ils ont vécu :

Même si vos enfants n'expriment aucune inquiétude, il est important de parler avec eux sur ce qu'ils ont vécu. Demandez par exemple à vos enfants au dîner ce qu'ils ont vécu auparavant dans leur jeu vidéo ou comment leurs héros de séries allaient aujourd'hui. Les récits de vos enfants vous apprendront beaucoup sur leur monde émotionnel, leurs perceptions et leurs préférences. De plus, vos enfants vont se sentir acceptés et pris au sérieux par vous dans leur monde des héros et histoires qui leur sont chers.



# Quels contenus sont adaptés aux enfants ?

Faites confiance à la créativité et à l'esprit de chercheur de vos enfants :

Donnez à vos enfants la possibilité d'être créatifs avec le smartphone, l'ordinateur ou la tablette. La façon la plus simple d'être créatif est sans doute de prendre des photos ou de faire des vidéos. Laissez vos enfants vous montrer le monde tel qu'ils le voient lors d'un safari photo. Vous serez étonné de ce que vos enfants photographient. Vos enfants peuvent peindre avec *Paint* ou retoucher les photos de famille. À quoi ressemble la voix adulte de vos enfants ? À quoi ressemble la voix de papa en tant que femme ? Vos enfants peuvent le découvrir en enregistrant des voix et en les modifiant avec un changeur de voix. Rêvez avec vos enfants le rêve d'être une pop star. Avec des applications telles que *Garageband* ou *Auxy*, vous et vos enfants disposez d'un studio d'enregistrement complet pour faire de la musique. Si vous en avez envie et que votre enfant est un peu plus grand, vous pouvez facilement faire un dessin animé

avec l'application *Stop Motion* ou créer des petits jeux avec *Scratch*, le langage de programmation pour enfants.

Si vos enfants grandissent en étant multilingues, ils peuvent également utiliser internet pour rester en contact avec la langue d'origine de la famille. Si l'allemand n'est pas leur langue maternelle, il existe également des possibilités d'apprendre à connaître la nouvelle langue. Sur le site *AMIRA*, par exemple, on trouve de nombreuses petites histoires pour enfants en huit langues, à écouter ou à lire soi-même. Profitez de l'occasion pour découvrir ce service-là ou d'autres services similaires ensemble avec vos enfants. Car c'est par la communication avec d'autres personnes que les enfants apprennent le mieux une langue. Se contenter uniquement de regarder des vidéos ou d'écouter des histoires dans une langue mal maîtrisée ne serait donc pas utile pour vos enfants.

Utilisez les médias numériques pour permettre à vos enfants de rester en contact avec leurs amis et leur famille :

La famille éloignée ou les amis qui ont déménagé manquent peut-être à vos enfants. L'usage des médias numériques permet à vos enfants d'envoyer par exemple des dessins faits par eux-mêmes à papi, de montrer à mamie la véhicule ultra rapide qu'ils ont passé la moitié de la journée à construire, ou de montrer à un ami les trésors mystérieux qu'ils ont trouvés dehors dans le parc.

Ne laissez pas les enfants en âge d'aller à la Kita ( garderie ) ou de fréquenter l'école primaire surfer seuls sur internet :

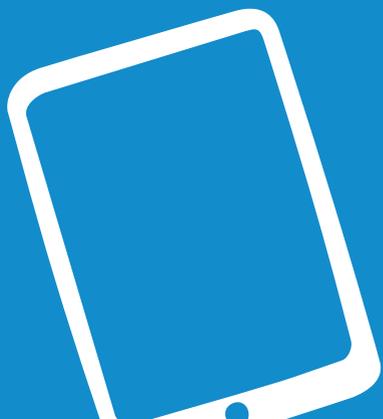
Vos enfants peuvent, certes, rapidement se familiariser avec la technologie des médias numériques. Mais, laissés seuls, ils sont tout aussi rapidement dépassés par les pièges d'internet. En effet, vous pouvez parler aux enfants en âge d'aller à l'école primaire du fait qu'il existe sur internet des films ou des photos qui ne leur conviennent pas, que pas tout ce qui se trouve sur internet n'est vrai, que cela peut coûter de l'argent s'ils vont cliquer n'importe où sur un site inconnu et qu'ils doivent toujours bien réfléchir avant de publier des photos ou de révéler des

informations sur eux-mêmes. Toutefois, pour apprendre à faire face à tous ces risques de manière compétente, les enfants doivent être plus âgés et bénéficier d'une expérience accompagnée sur une plus longue période. Par conséquent, nous recommandons fortement de ne pas laisser les enfants en âge d'aller à la Kita ou de fréquenter l'école primaire surfer seuls sur internet.

Utilisez les paramètres de sécurité disponibles et déterminez à l'avance ce que votre enfant est autorisé à utiliser seul :

Sur votre tablette ou votre smartphone, utilisez la fonction d'accès guidé ( pour iOS ) resp. la fonction de verrouillage de l'écran ( pour Android ), qui vous permet de limiter l'accès à une seule application à vos enfants sur votre appareil, ou bien activez le mode avion.

Vous pouvez également vous inscrire sur la page d'accueil du Deutsches Jugendinstitut e.V. ( DJI ) ou sur les pages de l'initiative « Gutes Aufwachsen mit Medien » [ « Bien grandir avec les médias » ] pour savoir quelles sont les applications recommandées pour l'âge de vos enfants.





# Que devez-vous encore prendre en compte ?

Assurez des périodes de compensation pour les activités physiques :

Vos enfants extériorisent ce dont ils ont besoin : les enfants eux-mêmes préfèrent sortir et jouer avec des amis. Ce n'est qu'en troisième position où se trouvent les jouets, des choses matérielles, tout comme la télé ou les médias numériques. Tenez-en compte et réfléchissez donc à l'endroit où votre enfant peut bien bouger dans la maison et à l'extérieur. Peut-être, vous aussi, vous avez besoin d'un peu d'exercice ? Faites donc de la gymnastique avec votre enfant, jouez au ballon ou allez faire une balade jusqu'au prochain chantier de construction.

Soyez attentif, de temps à autre, à vos enfants lorsqu'ils jouent :

Regardez vos enfants jouer pendant 10 à 15 minutes et dites-leur ce que vous voyez. En

faisant cela, vous pouvez vous détendre. Vos enfants apprécieront cette attention et ils vont ensuite s'occuper seuls plus facilement tout en étant plus contents. Et c'est peut-être aussi un bon moment pour vous d'être assis confortablement avec vos enfants et de découvrir leurs idées de jeux créatifs.

N'utilisez pas les médias comme une récompense. Et n'utilisez pas non plus l'interdiction des médias comme punition :

Si des conflits surviennent avec vos enfants, cela peut être dû à des différentes choses, qui, tout d'abord, n'ont rien à voir avec l'usage des médias. Dans ce cas-là, il peut être plus utile de signaler à l'enfant qu'il est tout à fait normal d'être parfois contrarié, triste ou de mauvaise humeur. Vous trouverez certainement quelque chose pour lui remonter le moral.

# Suggestions de sites web

## Liens utiles

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)  
[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)  
[www.internet-abc.de/eltern/die-juengsten-im-netz/kleinkinder-und-medien/](http://www.internet-abc.de/eltern/die-juengsten-im-netz/kleinkinder-und-medien/)  
[www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de](http://www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de)  
[www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/mediennutzung/](http://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/mediennutzung/)

## Sites et moteurs de recherche pour enfants

[www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de)  
[www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de)  
[www.klicksafe.de/fuer-kinder/](http://www.klicksafe.de/fuer-kinder/)  
[www.seitenstark.de](http://www.seitenstark.de)

## Applications et contenus

[www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de/informieren/datenbank-fuer-kindermedien](http://www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de/informieren/datenbank-fuer-kindermedien)  
[scratch.mit.edu/parents](http://scratch.mit.edu/parents)  
[www.amira-lesen.de](http://www.amira-lesen.de)



# KITA-EINSTIEG HAMBURG



Gemeinsam  
groß werden!

[www.kita-einstieg-hamburg.de](http://www.kita-einstieg-hamburg.de)

Arbeitsgemeinschaft  
der Freien Wohlfahrtspflege  
Hamburg e. V.

# AGFW

Koordinierungsstelle Kita-Einstieg Hamburg

Tel. 040/228 64543-0

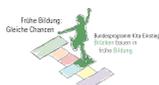
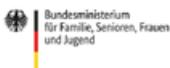
[kita-einstieg@agfw-hamburg.de](mailto:kita-einstieg@agfw-hamburg.de)

[www.kita-einstieg-hamburg.de](http://www.kita-einstieg-hamburg.de)

Un projet commun des prestataires de Kita à Hambourg :



Subventionné par :



## Mentions légales

Éditeur : Elbkinder Vereinigung Hamburger Kitas gGmbH, Oberstraße 14b, 20144 Hamburg, Rédigé par André Becker et Gesa Löbner-Bonk, Photos : Wolfgang Huppertz (S. 8, 12), istock.com (S. 1, 2, 4, 11, 15), Conception : Carsten Kudlik, Lothar Ruttner, [www.kudlik-ruttner.de](http://www.kudlik-ruttner.de), Impression : RESET ST. PAULI Druckerei GmbH, Hamburg, Hamburg, en octobre 2021, [www.elbkinder-kitas.de](http://www.elbkinder-kitas.de)