

# Contrôle parental : comment protéger les enfants de leur premier smartphone ?

**Madame Figaro** Publié le 29/11/2023

En France, les enfants ont leur premier smartphone vers 10 ans. Nos conseils pour les protéger des contenus violents ou inadaptés.

D'après l'étude Junior City publiée en octobre 2023, près de 70% des enfants de 11-12 ans possèdent un smartphone, et même 41% des 9-10 ans ! Pour réguler le temps passé sur l'écran ou veiller sur le contenu visionné, un tiers des parents opte pour un outil de contrôle parental. Voici quatre conseils pour que cela se fasse en bonne intelligence.

## Installer un outil de surveillance

Via Google Play ou l'interface d'un iPhone, le parent peut restreindre le temps passé par l'enfant sur son écran, exiger une autorisation avant d'installer une appli, ou empêcher l'accès à certains contenus. Sur le papier, c'est super. Dans les faits, ça se complique. «Mes adolescents débusquent mes mots de passe, raconte Alexandre, ou piquent mon téléphone pour valider les autorisations !» Pas de quoi étonner Jérémie Gallen, psychologue clinicien : «Déjouer la limite, c'est typique de l'adolescence ! La meilleure ressource, c'est le dialogue.»

## Établir des règles ensemble

Pour le psychologue, le contrôle parental «technologique» est nécessaire jusqu'à 16 ans. Mais essentiellement parce qu'il donne l'occasion de discuter des règles établies. «Il ne faut pas seulement se focaliser sur le temps. C'est la nature de ce qu'on fait avec l'écran qui est intéressante : est-ce un moment créatif ? ludique ? Ou une fuite de la réalité ?» Attention à ne pas juger d'emblée les usages de l'ado. Asséner que «TikTok, c'est nul» ne fait pas avancer le dialogue. Mieux vaut chercher à comprendre pourquoi l'ado tient à l'installer, expliquer nos réticences et trouver un compromis, par exemple en limitant le temps consacré à cette appli.

## Discuter des risques

Au fait, pourquoi veut-on contrôler l'usage du smartphone ? Il est important de faire part des risques à nos enfants. Être exposé à du contenu qui n'est pas adapté à son âge, entrer en contact avec des adultes malveillants, mettre à mal sa vie privée, développer une dépendance ou des problèmes de santé... Si l'on veut garder un œil sur l'usage qu'ils font du téléphone, ce n'est pas pour les espionner ! Une règle bien comprise est une règle mieux suivie.

## Faire confiance

Le parent ne doit pas devenir le policier ! Jérémie Gallen propose de récompenser les bonnes pratiques plutôt que de sanctionner les abus.

(408 mots comptés à l'ordinateur)

**01 - De quel type de document s'agit-il ?**

- A) Un article.
- B) Un faits divers.
- C) Une publicité.

**02 - Ce document est destiné:**

- A) À un large public.
- B) À un public de spécialistes en psychologie.
- C) Aux spécialistes qui participeront à la conférence nationale du handicap.

**03 - e contenu de ce document se base sur une enquête menée en Italie.**

- A) Non.
- B) Oui.
- C) On ne sait pas.

**04 - D'après le document:**

- A) La majorité des enfants possèdent un smartphone dès 11-12 ans.
- B) La majorité des enfants possèdent un smartphone dès 9-10 ans.
- C) La majorité des enfants possèdent un smartphone dès 8 ans.

**05 - D'après le document, 8 parents sur 10 décident de contrôler l'usage du smartphone de leurs enfants:**

- A) Non.
- B) Oui.
- C) On ne sait pas.

**06 - L'expression « Sur le papier c'est parfait. Dans les faits, ça se complique » signifie :**

- A) L'installation d'un outil de surveillance, dans la pratique, n'est pas simple.
- B) Le contrôle parental se fait très facilement à travers une application.
- C) Les parents doivent déposer une demande d'autorisation au Ministère de la santé.

**07 - D'après le psychologue Jérémie Gallen, les adolescents ont souvent l'habitude de contrecarrer les limites posées par les parents.**

- A) Vrai.
- B) Faux.
- C) On ne sait pas.

**08 - D'après le document, le premier conseil à adopter est:**

- A) Instaurer un dialogue avec l'adolescent et établir avec lui des règles.
- B) Limiter le temps d'utilisation du smartphone et interdire l'accès à TikTok.
- C) Les règles doivent être rigides et interdire tout accès aux applications.

**09 - D'après l'auteur, les parents doivent focaliser leur contrôle sur :**

- A) La nature de l'utilisation d'une application.
- B) Le temps passé sur les réseaux sociaux.
- C) Le coût de l'utilisation des applications.

**10 - D'après le document, les parents ne doivent pas juger à priori l'usage du smartphone de leur enfant.**

- A) Oui.
- B) Non.
- C) On ne sait pas.

**11 - Le contrôle parental « technologique » devrait être exercé jusqu'à 14ans.**

- A) Faux.
- B) Vrai.
- C) On ne sait pas.

**12 - Laquelle de ces idées est présente dans le texte?**

- A) Les parents doivent trouver un compromis avec leurs enfants sur l'usage des smartphones.
- B) Le Ministre de l'éducation nationale veut interdire l'usage des smartphones à l'école.

C) Dès cette année, les conseils de classes programmeront des projets pour présenter les dangers de certaines applications.

**13 - Si les parents expliquent correctement les dangers, l'enfant se convaincra de l'utilité de suivre les règles qui lui sont imposées.**

A) Oui.

B) Non.

C) On ne sait pas.

**14 - D'après le document, les enfants peuvent être exposés à des contacts avec des personnes mal intentionnées ou devenir dépendants de certains sites.**

A) Oui.

B) Non.

C) On ne sait pas.

**15 - L'auteur de ce document invite les parents d'adolescents à laisser plus de liberté à leurs enfants:**

A) Non.

B) Oui.

C) On ne sait pas.

**16 - Quelle information n'est pas présente dans le document ?**

A) Les mères de famille ayant 3 enfants et plus, peuvent bénéficier d'une aide pour dicter les règles sur l'usage des smartphones

B) Les parents doivent faire comprendre aux enfants qu'ils ne sont pas des espions.

C) Les adolescents sont très habiles pour découvrir les mots de passe du smartphone des parents.

**17 - Alexandre est psychologue clinicien et collègue de Jérémie.**

A) On ne sait pas.

B) Oui.

C) Non.

**18 - «Mettre à mal sa vie privée» signifie:**

A) Mettre dans une position difficile sa vie personnelle.

B) Améliorer ses relations sociales.

C) Mettre un terme à sa future vie professionnelle.

**19 - D'après le document, le risque de « fuite de la réalité » est plus dangereux que non un moment créatif ou ludique.**

A) Vrai.

B) Faux.

C) On ne sait pas.

**20 - D'après le document:**

A) Les parents ont un rôle important dans l'éducation à l'usage des instruments technologiques de leurs enfants.

B) L'école a le devoir d'éduquer les jeunes à l'usage des instruments technologiques.

C) Google Play doit intensifier les contrôles sur les smartphones des parents.