

kaspersky

# Smartphones/tablettes pour enfants : Guide parental





## Que faire avant d'offrir un smartphone/tablette à un enfant ?

- Configurez un compte enfant sur l'appareil. Des conseils utiles à ces fins sont disponibles [ici](#).
- Modifiez les paramètres pour interdire l'achat d'applications payantes.
- Installez toutes les applications essentielles dont votre enfant pourrait avoir besoin pour communiquer et apprendre (messagerie, jeux éducatifs, etc.)
- Configurez les paramètres de confidentialité pour chaque application. Apprenez comment faire dans notre article sur la [confidentialité](#).
- Installez une [application efficace pour la parentalité numérique](#).
- Définissez la tranche d'âge pour le contenu de l'appareil en sélectionnant les restrictions d'âge.
- Activez la fonction de blocage pour interdire les appels entrants en provenance de numéros inconnus.



## Comment bien introduire un nouvel appareil dans la vie de mon enfant ?

- Élaborez un ensemble de règles familiales. Apprenez-en plus sur les bonnes habitudes numériques [ici](#).
- Définissez des zones et des heures sans appareils.
- Optez pour des activités quotidiennes qui ne dépendent pas de la technologie.
- Limitez l'utilisation du téléphone par votre enfant pendant :
  - 🕒 les repas ;
  - 🕒 l'heure du coucher ;
  - 👨👩👧 les réunions et sorties de famille ;
  - 📖 les devoirs et les moments d'étude ;
  - 🏠 les événements sociaux ;
  - 🌳 les activités en plein air ;
  - 🚰 la routine du matin.



## Quelles règles de sécurité en ligne mon enfant doit-il connaître ?

- Établissez des règles de base claires sur ce qu'il peut et ne peut pas faire en ligne.
- Enseignez à votre enfant les bases de la protection de la vie privée et parlez-lui des risques d'un partage excessif.
- Insistez sur l'importance de ne jamais divulguer son adresse, sa géolocalisation, ses identifiants/mot de passe en ligne.
- Conseillez aux enfants de ne pas utiliser leur vrai nom dans leurs identifiants.



## Quels sont les principaux risques à signaler à mon enfant ?

- Expliquez-lui les escroqueries par phishing et les dangers associés.
- Mettez-le en garde contre les risques liés au téléchargement de jeux vidéo à partir de sources non autorisées et peu fiables.
- Incitez-le à ignorer les sites contenant [des publicités intrusives, les sondages téléphoniques et les loteries](#). Les solutions de sécurité modernes [peuvent](#) détecter ces pages et les bloquer.
- Apprenez-lui à réfléchir à deux fois avant de cliquer sur des liens suspects ou ouvrir les pièces jointes inconnues d'un email. Des solutions de sécurité fiables peuvent également [détecter et bloquer](#) tout fichier ou programme malveillant.
- Incitez-le à demander de l'aide s'il se sent mal à l'aise ou s'il a des doutes à propos de quoi que ce soit en ligne.
- Aidez votre enfant à choisir un mot de passe unique et essayez de le modifier régulièrement. Un [gestionnaire de mot de passe fiable](#) peut vous assister dans cette tâche.



## **J'ai peur que des inconnus envoient des SMS à mon enfant. Que dois-je dire à mon enfant pour éviter cela ?**

- Apprenez à votre enfant à éviter d'accepter les demandes d'amis de personnes qu'il ne connaît pas dans la vraie vie.
- Expliquez-lui que si un inconnu essaie d'obtenir des informations personnelles sur lui ou ses parents, il doit vous le dire immédiatement.
- Instaurez la confiance en discutant régulièrement avec votre enfant de son expérience en ligne.



## **Mon enfant joue constamment à des jeux en ligne. Est-ce aussi risqué ? Comment jouer en toute sécurité ?**

- Autorisez votre enfant à jouer uniquement avec des personnes qu'il connaît, du moins au début.
- Assurez-vous que votre enfant peut créer une partie ou un serveur privé.
- Apprenez-lui à télécharger des jeux avec des avis positifs et un nombre élevé de téléchargements, uniquement depuis les boutiques d'applications officielles.
- Encouragez-le à ignorer les liens partagés dans les forums de discussion et à ne jamais cliquer dessus.
- [Envisagez](#) d'installer une solution de sécurité moderne, dotée d'un « mode jeu » spécifique et capable de détecter les pages de phishing ou les programmes malveillants.
- Insistez sur l'importance de ne jamais partager ses mots de passe, même avec des amis.



## Mon enfant est victime de harcèlement sur Internet. Que dois-je faire ?

- Gardez votre calme, laissez votre enfant partager ses émotions et les détails de l'incident sans interruption.
- Assurez-vous que l'enfant se sente compris et en sécurité.
- Avant de supprimer des messages ou de bloquer le harceleur, faites des captures d'écran de tout contenu préjudiciable.
- Conseillez à votre enfant d'éviter de répondre de manière négative et de ne pas attaquer.
- Parlez de modifier les paramètres de confidentialité et les mots de passe, de bloquer ou de signaler le harceleur.
- Signalez l'incident à la direction de son école.
- Si votre enfant montre des symptômes liés au stress, envisagez de demander l'aide d'un conseiller ou d'un thérapeute.



## Mon enfant harcèle les autres en ligne. Que dois-je faire ?

- Gardez votre calme, collectez des preuves et essayez de voir le tableau dans son ensemble.
- Discutez de la situation avec votre enfant pour avoir sa version des faits.
- Aidez-le à comprendre les conséquences. Demandez-lui ce qu'il ressentirait à la place de la victime.
- Encouragez votre enfant à s'excuser auprès de la victime, directement ou par l'intermédiaire de moyens de médiation.
- Surveillez son utilisation de la technologie. Sans être trop invasif, gardez un œil sur les interactions en ligne de votre enfant. [Les applications parentales numériques modernes](#) peuvent vous permettre de surveiller l'historique des recherches.
- Rééduquez votre enfant à la citoyenneté numérique : assurez-vous que votre enfant comprend l'importance d'un comportement responsable en ligne.
- Impliquez un conseiller scolaire, un psychologue ou un thérapeute pour vérifier s'il existe des problèmes sous-jacents ou des facteurs de stress derrière ce comportement.



## Quelles questions dois-je poser à mon enfant pour m'assurer qu'il navigue en ligne en toute sécurité ?

- Quelle a été la chose la plus intéressante que tu aies vue ou lue en ligne aujourd'hui ?
- Est-ce que tu es tombé sur quelque chose de bizarre ou que tu n'as pas compris ?
- Est-ce que tu discutes ou joues parfois à des jeux avec des personnes que tu n'as jamais rencontrées en vrai ? Comment est-ce que ça se passe ?
- Comment est-ce que tu choisis ce que tu veux partager et ce que tu gardes pour toi en ligne ?
- Est-ce que quelque chose t'a déjà mis mal à l'aise lorsque tu naviguais ou interagissais en ligne ?
- Y a-t-il de nouvelles applications ou de nouveaux sites que tu as découverts et que tu aimes utiliser ? Essayons-les ensemble !
- Est-ce que tu sais quoi faire si quelqu'un t'envoie une demande ou un message qui te semble inapproprié, bizarre ou déplacé ?
- Qu'est-ce que tu penses des limites de temps d'utilisation des écrans ? Est-ce que tu ressens parfois le besoin de faire une pause d'écran ?
- Est-ce que tu as déjà vu quelqu'un se montrer méchant en ligne ? Qu'est-ce que ça t'a fait et comment as-tu réagi ?



## Comment surveiller les actions de mon enfant en ligne sans empiéter sur sa vie privée ?

- Parlez régulièrement à votre enfant de son expérience en ligne.
- Passez du temps en ligne ensemble. Regardez des vidéos, jouez à des jeux ou découvrez de nouvelles applications avec votre enfant.
- Utilisez des applications parentales numériques axées principalement sur la sécurité.
- Expliquez aux enfants pourquoi certains contrôles sont en place.
- Quand il grandit, passez d'une surveillance stricte à une approche d'accompagnement pour l'aider à se comporter de manière responsable en ligne.
- Restez au fait des dernières tendances et menaces numériques. Partagez ces informations avec votre enfant d'une manière qu'il comprend.



## Quels sont les signes que mon enfant ressent peut-être les effets négatifs de l'utilisation de son appareil ?

- Une baisse des résultats scolaires.
- Une activité physique ou sociale réduite.
- Des symptômes physiques, comme une fatigue oculaire, des troubles du sommeil, une mauvaise posture.
- Des changements de comportement, comme une irritabilité accrue, une distance avec les amis et la famille.
- Un abandon des responsabilités et une perte d'intérêt pour les passe-temps appréciés auparavant.
- Des indicateurs émotionnels, comme des sautes d'humeur, une anxiété accrue, des signes de dépression, une baisse de l'estime de soi, des problèmes d'image corporelle, une baisse de motivation.
- Des problèmes cognitifs, comme une capacité d'attention réduite, des problèmes de mémoire.

