

## 3.2 S'intéresser et faire avec

C'est sans doute le point le plus important de cette brochure.

**Pour bien accompagner son enfant sur les écrans, il faut s'intéresser à ce qu'il y fait !** Nous avons la croyance que les enfants maîtrisent parfaitement les nouvelles technologies, c'est faux ! Il ne faut pas confondre une maîtrise de l'usage et une maîtrise des risques.

Vous avez passé des heures à jouer à la dinette pour le bien de votre tout(e) petit(e), il peut en être de même avec les écrans :



- **Valoriser ses activités et progrès sur écran** (et ailleurs) afin de lui donner de l'estime de soi. Une estime de soi suffisamment bonne engendre moins de conduites à risques et de besoin de reconnaissance par les pairs à l'adolescence.



- **Discuter de ce qu'il regarde**, des discussions qu'il a avec ses amis, de ses intérêts.

- Rappeler que **si l'enfant est choqué par ce qu'il voit, il doit couper l'écran et venir vous en parler** tout de suite, même s'il a enfreint vos règles. Veiller en ce dernier cas à ne pas le gronder afin qu'il puisse revenir à nouveau vers vous si ça se reproduisait.

- **Discuter des risques** : harcèlement, contact d'inconnu(e)s, photos intimes, usage excessif...



- Expliquer et **expliquer encore les raisons qui vous amènent à définir des règles de temps**.

- **Expliquer les trois grands principes d'Internet** : La permanence (24h00 sur 24h00), le caractère public (tout est potentiellement accessible, même les espaces privés) et le fait que tout ce qui existe sur Internet n'est pas vrai (ça fonctionne aussi pour la télévision).





- **Le flow :**

L'état de « flow » est un **état de concentration et de bien-être intense, où on ne voit plus le temps passer.**

Cet état est atteint lorsqu'il y a un équilibre parfait entre le défi à résoudre et la capacité du joueur. Puisque tous les joueurs ne sont pas les mêmes, la quête des producteurs de jeux est de rendre le jeu amusant pour tous et qu'il s'adapte aux compétences du joueur. Les créateurs vont donc inclure des modulations de difficultés choisies par le joueur, des difficultés croissantes au fur et à mesure du jeu (et donc des compétences du joueur), des retours sur des objectifs clairs à atteindre et des perceptions de contrôle par le joueur qui souhaite que ses actions aient un impact sur le jeu. Vous comprenez maintenant pourquoi votre enfant vous dit « ha bon, ça fait déjà deux heures ? J'ai pas vu le temps passer ! ».