



Sarah envoie des messages par WhatsApp, écoute de la musique sur YouTube, et cherche de nouveaux copains sur Facebook.

Joies et peines du quotidien familial numérique

Une vie sans téléphone portable est aujourd'hui à peine imaginable, en particulier pour les jeunes. Téléphoner, envoyer des messages vocaux et des sms, voir la météo, lire un horaire, écouter de la musique et regarder des films. Sans parler de l'attrait infini des réseaux sociaux – un défi pour les familles.

Reportage: Susanne Schanda – Photos: Vera Markus

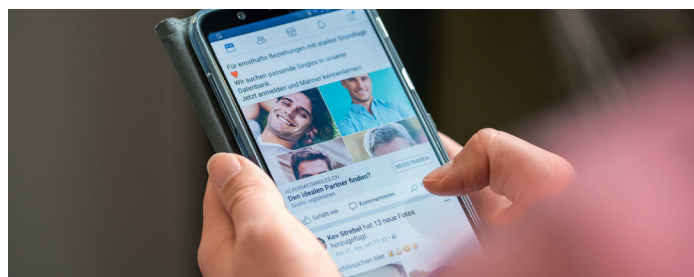
Ses écouteurs pendent autour de son cou et sur son pull à capuche rose, elle saisit amoureusement son téléphone portable et regarde l'écran, pleine d'espoir. Sarah Gerber a 20 ans et possède un téléphone depuis dix ans. Au début, quand elle était dans une école spécialisée, elle l'utilisait pour écouter de la musique et regarder des films, mais aussi pour calculer. Et aujourd'hui? «Je l'utilise pour téléphoner à mon petit ami et pour des enregistrements vocaux. Je les lui envoie par WhatsApp. Et j'adore écouter de la musique. Pour ça, j'utilise YouTube», raconte-t-elle.

Les parents de Sarah sont ouverts aux médias numériques et en voient aussi les aspects pratiques: «Grâce au téléphone, nous pouvons la joindre, et elle peut à tout moment nous contacter s'il y a quelque chose», dit sa mère, Ursula Gerber. «Quand Sarah est entrée à l'école

professionnelle à 16 ans, elle devait prendre les transports publics, et elle m'appelait si elle rencontrait un problème. Si le bus arrivait en retard, si elle ne trouvait pas l'arrêt ou ne comprenait pas l'horaire, je pouvais l'aider par téléphone.» Les parents ont configuré son téléphone et ont téléchargé WhatsApp, YouTube et d'autres applications. Mais ils sont prudents face aux plateformes de réseaux sociaux. «Je lui ai expliqué dès le départ que Facebook et Instagram n'étaient pas pour elle», explique le père, Thomas Gerber. «Car elle est trop crédule et ne voit simplement pas les dangers. Nous parlons de tout avec Sarah, elle sait que nous n'avons ni peur des contacts, ni tabous, elle peut venir nous voir pour quoi que ce soit. Son ami est autorisé à dormir avec elle, nous l'avons aussi emmené en vacances.»

Tentations et dangers sur internet

Sarah a certes une vie hors des médias numériques. Elle danse dans le groupe de danse hip-hop de Niederlenz (AG), et elle est active dans un groupe d'escalade de PlusSport Lenzburg, où elle a rencontré son compagnon. Après une année de préparation professionnelle, elle travaille maintenant dans la fondation «Orte zum Leben». Internet exerce toujours un irrésistible attrait pour la jeune femme, particulièrement quand elle est de mauvaise humeur ou énervée par



quelque chose. Malgré les avertissements de ses parents, elle s'est secrètement configuré un compte Facebook avec l'aide de quelqu'un. Pourquoi? «Sur Facebook, je cherche de nouveaux copains pour ne pas être seule. J'écris: 'je cherche des copains sympas. Seulement de l'amitié'. Je fais aussi des selfies.» Son compagnon n'est pas sur Facebook. Il ne parle pas beaucoup. Pas assez, estime-t-elle. «Je cherche quelqu'un à qui parler.» C'est pourquoi elle accepte toutes les demandes d'amitié sur Facebook.

Pour les parents, Facebook est désormais une bête noire. Aucun des deux n'est actif sur les réseaux sociaux. Le père raconte un incident qui l'a durablement ébranlé: «Une fois, Sarah a convenu d'un rendez-vous sur Facebook, et l'homme est venu. Mais il s'est parké à 300 mètres de notre maison. Quand il s'est trouvé devant chez nous, il a téléphoné à Sarah pour lui dire de venir. Nous étions dans le jardin et avons entendu soudain la porte d'entrée claquer. Nous avons été voir, Sarah était partie. Nous l'avons immédiatement cherchée, et notre voisin les a trouvés tous les deux près de l'auto de cet homme, avant qu'elle n'y monte. Il a parlé à cet homme et il a ramené Sarah à la maison. Par chance! Qu'est-ce qui serait arrivé si elle était montée?» Sarah trouve ses parents trop stricts. Oui, elle a dit à l'homme de venir la chercher à la maison. «Parce que je l'ai trouvé beau. Il était aussi gentil. Nous avons beaucoup discuté. J'avais une totale confiance. Non, je n'avais pas peur.»

Le père contrôle de temps en temps le téléphone de Sarah. Une fois, il a ouvert sa galerie de photos. «Je me suis presque senti mal quand j'ai vu les photos de ces affreux types! Il y a même des hommes de 55 ans qui lui demandent de leur envoyer des photos d'elle», dit-il, songeur. «Elle trouve tous ces hommes beaux et gentils!» Il essaye sans cesse de lui démontrer les dangers d'internet, mais elle ne l'écoute pas. «Elle me reproche de ne pas la laisser avoir des amis.»

Apprendre un comportement responsable

A l'école spécialisée, Sarah n'a jamais rien appris quant à l'utilisation des médias numériques. Ses parents souhaiteraient qu'elle puisse au moins fréquenter un cours à ce sujet. «Elle devrait apprendre à se comporter de manière responsable avec ça. Peut-être qu'elle entendrait mieux quelqu'un de l'extérieur que nous. Nous sommes trop proches et nous nous mêlons toujours de ses affaires, comme elle dit.» Quelques associations comme insiame et Pro Infirmis proposent des cours sur l'utilisation des médias, mais pas une formation globale. Le pédagogue spécialisé et expert en pédagogie des médias Achim Hättich, qui a réalisé une étude sur ce thème, plaide pour que cela devienne une matière scolaire comme la lecture et l'écriture. A ce sujet, lisez notre interview en page 12. Par ailleurs, insiame et plusieurs partenaires publient une brochure de conseils pour les parents et les accompagnants. Vous la découvrirez dans notre article en page 13. ●



Ses parents sont ouverts mais lui recommandent la prudence sur les réseaux.

Les médias numériques à l'école, comme la lecture et l'écriture

Le pédagogue spécialisé et expert en pédagogie des médias Achim Hättich, de la Haute école pédagogique de Zurich, vient d'achever un projet de recherche au sujet de l'utilisation des médias par les enfants et les jeunes des écoles spécialisées. Son étude montre à quel point l'accompagnement aux médias dans les écoles est important.

Interview: Susanne Schanda

Selon votre étude, les jeunes des écoles spécialisées passent chaque jour des heures sur leur téléphone portable. Ils y font quoi?

Ils communiquent souvent sur WhatsApp, et utilisent YouTube pour la musique et les films. Ils cherchent rarement des infos sur le net.

Comment utilisent-ils les médias sociaux?

Ils sont moins actifs sur les réseaux sociaux que les jeunes du même âge qui fréquentent l'école classique. En cas d'avances sexuelles sur internet, ils ne sont souvent pas du tout capables de détecter de quoi il s'agit réellement. Ça commence souvent par une apparente demande d'amour, que les jeunes acceptent volontiers s'ils se sentent en manque d'affection. Cela en fait des victimes faciles.

Où cela se déroule-t-il sur internet?

Les jeunes en situation de handicap postent volontiers des selfies sur Facebook et Instagram, ou ils les envoient par des services de messagerie comme Snapchat.

En quoi leur comportement est-il différent comparé aux jeunes de l'école classique?

Ils regardent moins de vidéos pornographiques ou violentes que les autres jeunes. Et la technique constitue une grande barrière pour eux. Les jeunes des écoles spécialisées sont beaucoup plus menacés par le cyberharcèlement et la dépendance à internet. Ils peuvent moins bien évaluer à qui ils peuvent faire confiance.



Dr Achim Hättich

Qu'est-ce que le cyberharcèlement?

Les menaces, injures et moqueries de quelqu'un sur le net. Au contraire d'une dispute dans la cour de récréation qui n'implique

qu'un petit groupe, en cas de cyberharcèlement, toute la communauté sur le net en a connaissance. Et cela ne tombe jamais dans l'oubli, mais reste disponible en ligne et peut être transféré. C'est dangereux. Dans mon étude, peu d'enfants ont mentionné le cyberharcèlement. Mais les personnes avec un handicap mental peuvent souvent ne pas reconnaître une offense, parce que celle-ci peut être très subtile.

Comment pourraient-ils apprendre à reconnaître de tels dangers?

Pour cela, il faut créer une branche Compétences médiatiques à l'école, tout à fait spécifique, adaptée à ces enfants et ces jeunes. Afin qu'ils remarquent ce qui peut devenir dangereux pour eux.

Les écoles spécialisées ont-elles les compétences nécessaires?

Quand j'ai questionné les écoles spécialisées, elles étaient intéressées et voulaient participer. C'est visiblement un sujet brûlant. Beaucoup d'enseignants se sentent démunis et auraient besoin de plus d'informations et formations.

Et les écoles classiques?

Ces compétences y sont aussi à peine enseignées. Ce qui figure au plan d'étude sous Médias et Informatique, c'est 90% d'informatique et 10% de formation aux médias. Ça devrait être l'inverse.

Quelles possibilités de coopération parents-école?

Pour moi, l'école est le premier interlocuteur. Les parents ont un rôle important et devraient se tenir au courant, mais ils ne peuvent pas

tout faire. Et la dépendance émotionnelle parents-enfants peut faire obstacle. L'accompagnement aux médias devrait être une branche d'enseignement comme la lecture, l'écriture, le calcul, la biologie. Les médias changent très vite, il faut rester sur le coup. Les fake news et les arnaques sur internet augmentent. Cela sonne souvent faussement réel, et cela demande une dose de scepticisme pour les rejeter. Les parents aussi ont absolument besoin d'informations à ce sujet.

Comment les parents peuvent-ils accompagner de manière efficace leur enfant avec un handicap mental?

Ils doivent transmettre à leur enfant un comportement conscient vis-à-vis des médias. Malgré tout, un certain contrôle est important. Les parents doivent introduire des règles, telles que ne pas tolérer le téléphone portable à table pendant les repas. Il est important que les parents s'intéressent à ce thème et s'y engagent. Ils devraient demander à leur enfant quels sont ses sites internet, applications, jeux et films favoris. Ils peuvent ainsi intervenir si nécessaire.

Où les parents peuvent-ils obtenir des conseils?

Il y a des points de contact cantonaux, des lieux de conseils sur l'utilisation des médias. S'il s'agit de cyberharcèlement ou d'abus à caractère sexuel via internet, il faut s'adresser à des lieux de conseil spécialisés. Les parents peuvent aussi s'informer sur internet.

Les médias numériques peuvent-ils aussi simplifier la vie?

Sans aucun doute. Ils sont importants pour participer à la société. Certains jeux informatiques peuvent améliorer la coordination ou l'attention. Des sites en langue facile sont très utiles, de même que les sites que l'on peut se faire lire vocalement. Et une tablette de lecture permet d'agrandir le texte ou de l'écouter en synthèse vocale. •

Internet: 10 conseils pour accompagner les jeunes

L'utilisation des médias numériques par les enfants et les jeunes peut être source de tracas pour tous les parents, et plus particulièrement en présence d'un handicap mental. Une brochure fournit une palette de conseils pour accompagner les jeunes efficacement et sereinement, sous forme de cartes illustrées détachables.

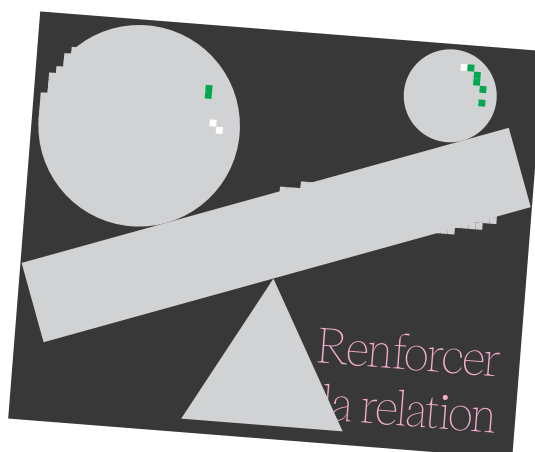
Texte: Martine Salomon – Images: Daniel Peter

Mon fils ne lève plus les yeux de sa tablette, est-il accro? Ma fille envoie beaucoup de messages et de photos, est-elle en contact avec un prédateur? Les enfants avec handicap mental sont plus vulnérables encore, parce qu'ils ne voient souvent pas les risques. Mais les médias numériques offrent aussi des opportunités d'alléger des barrières liées au handicap, ils permettent de communiquer et de développer des projets créatifs. Et édicter des interdictions rigides peut être contre-productif, car les enfants sont tentés de pratiquer en cachette.

Reste à savoir comment empoigner le problème par le bon bout – surtout si on est peu connaisseur, ou si au contraire on est soi-même accro. Insieme et des experts ont créé un outil utile pour les parents et les accompagnants: dix cartes avec des conseils concrets, permettant d'aborder les différents thèmes étape par étape, à son rythme. Elles sont conçues avec des symboles aux couleurs fraîches. On peut les accrocher sur le frigo, les utiliser comme marque-page, ou les glisser dans le porte-monnaie. Elles sont ainsi sous la main au quotidien, comme rappel et comme base pour nourrir la réflexion et les conversations.

Avec son enfant plutôt que contre

Les dix thèmes détaillés dans ces cartes: Renforcer la relation, Compétences multiples, Montrer de l'intérêt, S'informer, Se mettre à la place de l'enfant, Créations numériques en commun, Réfléchir à sa propre utilisation des médias, Etablir des règles communes, Ne pas mettre les sujets tabous de côté, et Parler du comportement appro-



prié. Faire des activités créatives ensemble permet d'explorer les atouts d'internet, tout en ouvrant la discussion sur des sujets plus délicats. Si vous créez avec votre enfant un album photo en ligne, vous en profiterez pour discuter de l'utilisation des images privées: lesquelles rendre visibles sur internet et lesquelles garder pour soi. Suis-je prêt à placarder cette photo dans les rues comme je m'apprête à le faire sur internet? Adopterais-je ce comportement en plein restaurant comme devant ma webcam? Ces comparaisons terre à terre aident à se positionner.

Trois ingrédients essentiels traversent toutes ces cartes: ouverture, dialogue et confiance. Mieux vaut cultiver une atmosphère sereine dans laquelle enfants et parents peuvent échanger calmement leurs souhaits et craintes quant aux médias numériques. C'est sur cette base qu'on pourra accompagner l'enfant et l'aider à se protéger des dangers. Si on s'intéresse sincèrement à ce qu'il fait sur internet et sur les réseaux sociaux, il se sentira suffisamment à l'aise pour en parler. Non seulement on garde ainsi un œil prudent sur la situation et on peut le guider en cas de problème, mais en plus, on découvre ses intérêts dans un état d'esprit de partage.

La brochure propose aussi des coordonnées utiles: cours, plateformes d'informations et conseillers. Cet outil a été créé par Insieme et l'école BFF Berne, en collaboration avec la Prévention Suisse de la Criminalité et la plateforme Jeunes et médias. Il est disponible en français, en allemand ou en italien auprès du secrétariat d'Insieme Suisse. On peut également le télécharger sur www.inclusion-numerique.ch. ●