



Comment mon enfant peut-il interagir positivement et respectueusement en ligne ?

Il n'est pas toujours facile de naviguer dans le monde numérique. Les parents ont un rôle unique à jouer pour aider leurs enfants à vivre des expériences positives en ligne. Cette fiche d'information fournit des conseils pratiques sur ce à quoi peuvent ressembler des interactions numériques respectueuses et explique pourquoi elles sont importantes pour le bien-être de votre enfant.

SENTIMENTS D'APPARTENANCE

- Les interactions positives sur les réseaux sociaux, telles que les messages gentils ou du soutien émotionnel, sont associées à une plus grande satisfaction de vie et à un meilleur bien-être.¹¹
- Participer à des expériences en ligne partagées (discussions entre pairs ou discussions de groupe) aide les enfants à se sentir inclus.⁷

Recevoir de la gentillesse : pourquoi les expériences positives en ligne sont-elles importantes pour mon enfant ?

ESTIME DE SOI ET BIEN-ÊTRE ÉMOTIONNEL

- Recevoir des « likes », des compliments ou des messages de soutien en ligne peut aider les enfants à se sentir valorisés. Ces petits moments renforcent leur confiance, réduisent leur sentiment de solitude et renforcent leurs sentiments d'appartenance.¹⁰
- Les interactions positives en ligne stimulent également leur curiosité, leur résilience et leur engagement social.

MOYENS DE SE CONNECTER

- Discuter avec des amis en ligne renforce leurs relations existantes et améliore le bien-être.³
- Le fait d'avoir à la fois des relations familiales et de nouvelles relations est associé à un plus grand bonheur et à une moindre solitude.⁴



Agir avec gentillesse : pourquoi mon enfant devrait-il être positif et respectueux en ligne ?

AIDE LES ENFANTS À SE SENTIR CONNECTÉS

Lorsque les enfants se traitent avec gentillesse, ils sont plus enclins à nouer de véritables amitiés et à développer un sentiment d'appartenance.³ Cela leur donne envie de revenir et de rester impliqués

CRÉE DES HABITUDES DE COMMUNICATION POSITIVES

Lorsque les enfants apprennent à partager leurs expériences, à poser des questions gentiment et à répondre respectueusement, ils se pratiquent à établir des relations saines en ligne, des habitudes qui se poursuivront dans leurs expériences futures.⁸

ASSURE LA SÉCURITÉ ET LA CONVIVIALITÉ DE L'ESPACE

Le respect des autres influence la manière dont chacun se comporte. Lorsque les enfants sont gentils et respectent les règles communes, la communauté reste unie et évite l'intimidation ou la négativité.^{6,8}

RENFORCE LES GROUPES AU FIL DU TEMPS

Être positif et respectueux contribue à créer un espace en ligne durable où les enfants aiment passer leur temps. Cela permet à la communauté de rester active et supportive.⁸

RENFORCE LA CONFIANCE

Lorsque les jeunes se sentent respectés, ils sont plus à l'aise pour partager leurs pensées et leurs expériences.⁸ Cela renforce le groupe et encourage les autres à participer

L'IMPLICATION DES PARENTS FAIT TOUTE LA DIFFÉRENCE

Les conseils des parents sur la bienveillance en ligne peuvent avoir un impact positif sur les enfants en les aidant à faire preuve de plus d'empathie, à exprimer leur soutien, à partager la joie des autres, à offrir leur aide et à rédiger des messages plus réfléchis. Les conseils sur le ton, la gentillesse et l'inclusion permettent également d'établir les normes pour créer un espace en ligne sécuritaire.



À quoi ressemble le respect et la gentillesse en ligne ?

Les enfants ne savent pas toujours ce qu'est le respect en ligne. Cette page propose des conseils simples à partager avec eux pour pratiquer la gentillesse, inclure les autres et gérer les conflits, et adopter de bonnes habitudes en ligne



Faites preuve d'empathie

Réfléchissez à ce que les autres pourraient ressentir en lisant vos propos. Offrez votre soutien ou vos encouragements si quelqu'un semble bouleversé, exclu ou indécis.^{1,2}

Réfléchissez avant de publier

Prenez un moment pour vous poser les questions suivantes : Est-ce gentil ? Est-ce vrai ? Est-ce nécessaire ? Est-ce que je dirais cela à quelqu'un face à face ?¹

Respectez la vie privée et le consentement

Ne partagez jamais les photos, vidéos ou informations personnelles d'une autre personne sans son autorisation.^{1,2}

Utilisez un langage respectueux

Soyez poli et évitez les insultes ou les moqueries. Même les blagues peuvent être blessantes : soyez certains que vos propos soient aimables et inclusifs.¹

Réfléchissez à votre ton

Les messages en ligne peuvent être mal interprétés. Évitez d'utiliser les MAJUSCULES ou le sarcasme, et exprimez clairement vos intentions.¹

Soyez inclusif

Veillez à ce que tout le monde se sente bienvenu. Évitez les blagues privées qui excluent les autres, et célébrez la diversité des points de vue.¹

Dénoncer les comportements blessants

Si vous êtes témoin d'intimidation ou de contenu haineux, signalez-le plutôt que de l'ignorer. Découvrez d'autres façons d'agir dans notre infographie pour les jeunes.



Exprimer son désaccord avec respect

Il est normal d'avoir des opinions différentes, mais restez calme, curieux et aimable. Écoutez d'abord, et n'attaquez jamais la personne.¹

Pensez à long terme

Tout ce que vous publiez fait partie de votre empreinte numérique. Assurez-vous que cela reflète la personne que vous voulez être, aujourd'hui et à l'avenir.¹

Montrez l'exemple

La gentillesse en ligne commence avec vous. Lorsque vous agissez avec respect, les autres sont plus enclins à suivre votre exemple.^{1,5}