



Sécurité sur Internet :
Lancez la discussion



Guide de discussion
pour la 4^e année



Utilisation du guide

Regardez ensemble la vidéo, *Réagir respectueusement et efficacement à des comportements néfastes en ligne*, puis utilisez les *Questions pour lancer des discussions* et les *Thèmes pour renforcer l'apprentissage* pour orienter votre conversation. Vous pouvez aussi utiliser les *Questions pour lancer des discussions* et les *Thèmes pour renforcer l'apprentissage* sans pour autant regarder la vidéo.



Description de la vidéo

Le personnage de la vidéo ouvre le fil de son compte de médias sociaux et découvre qu'une rumeur blessante à propos d'un proche ami a été publiée. Le personnage doit décider ce qu'il peut faire pour appuyer son ami et l'aider à composer avec cette situation.

Questions pour lancer des discussions

- De quelle façon monteras-tu à une personne que tu sais comment communiquer respectueusement en ligne?
- Que ferais-tu si tu étais témoin de comportements néfastes en ligne? Comment réagirais-tu respectueusement?
- Que ferais-tu si une amie ou un ami avait vécu de l'intimidation en ligne? Peux-tu me nommer une chose que tu pourrais faire pour l'aider à résoudre la situation?
- Que dois-tu faire pour utiliser les technologies de manière sécuritaire?
- Que dois-tu faire si tu as des ennuis en ligne?
- Comment pouvons-nous nous assurer de maintenir un équilibre entre le temps passé en ligne et d'autres activités?
- Comment pouvons-nous nous encourager mutuellement à passer moins de temps en ligne?

Thèmes pour renforcer l'apprentissage

Votre enfant aura discuté à l'école de certaines de ces stratégies favorisant la sécurité sur Internet. Vous pourriez intégrer les concepts suivants à vos conversations avec votre enfant pour renforcer son apprentissage et l'encourager à appliquer ces stratégies dans toutes les situations en ligne :

- Lorsque tu utilises un appareil numérique, tu dois t'assurer d'en informer un parent ou un adulte de confiance pour pouvoir lui demander de l'aide au besoin.
- Utilise l'ordinateur dans un espace commun, comme la cuisine, le salon ou la bibliothèque, plutôt que seule ou seul dans ta chambre.
- Tu ne devrais pas communiquer ton mot de passe ou tes renseignements personnels, comme ton numéro de téléphone, l'école que tu fréquentes ou ton adresse.
- Si tu reçois un courriel ou un message direct d'une personne inconnue, ne réponds pas, ferme le message et supprime-le immédiatement.
- Avant de visiter un salon de clavardage ou un site Web de ce genre lorsque tu es en ligne, parles-en à un parent ou un adulte de confiance.
- Si quelque chose fait en sorte que tu te sens confus, mal à l'aise ou menacé, tu devrais tout de suite arrêter ce que tu fais et en parler à un adulte au lieu d'essayer de résoudre le problème en ligne.
- Ce n'est pas bon pour la santé mentale d'une personne de passer trop de temps seul ou devant un écran. Cela interfère avec d'autres aspects importants de la vie comme passer du temps en famille ou avec des amis ou faire ses devoirs ou d'autres passe-temps.¹
- Tu devrais limiter le temps passé à jouer à des jeux, à envoyer des messages textes, à visionner des vidéos ou à naviguer sur Internet. Il faut maintenir un équilibre sain en passant du temps en personne ou à l'extérieur avec des personnes.
- Les médias sociaux peuvent avoir un impact sur la santé mentale d'une personne à cause des pressions sociales pour se conformer ou recevoir des mentions « J'aime ». Il est bon de prendre une pause des médias sociaux pour un certain temps pour améliorer sa santé mentale.
- Tu devrais aider les plus jeunes membres de la famille et tes amis en leur rappelant ces conseils.

Pour de plus amples renseignements au sujet d'Ophea, rendez-vous à www.ophea.net/fr.

1 Extrait et adapté du *Curriculum de l'Ontario de la 1^{re} à la 8^e année : Éducation physique et santé*, 2019, p. 198 - 199