

Cyber

## 8

## Huit façons de protéger vos enfants contre la cyberintimidation

Aujourd'hui, 90 % des adolescents sont en ligne, 73 % sont présents sur les réseaux sociaux et plus de 80 % utilisent régulièrement un téléphone cellulaire. Puisqu'ils passent autant de temps dans le cyberspace, ce n'est pas étonnant que les intimidateurs les y aient suivis. En fait, vous pourriez être surpris de la fréquence à laquelle les cas de cyberintimidation se produisent, mais d'à quel point ils sont peu signalés :

- Plus de la moitié des jeunes ont été victimes de cyberintimidation, et 25 % l'ont été à plusieurs reprises.
- Plus de la moitié des jeunes ont fait de la cyberintimidation.
- 70 % des jeunes ont souvent été témoins de cyberintimidation.
- Plus de la moitié des jeunes n'en parlent pas à leurs parents.
- 80 % des jeunes pensent que les intimidateurs peuvent s'en tirer plus facilement s'ils agissent en ligne plutôt qu'en personne.

### Que pouvez-vous faire en tant que parent?

Votre première pensée sera peut-être de confisquer le téléphone de votre enfant ou de lui interdire l'accès à Internet; toutefois, plusieurs experts suggèrent qu'il est préférable de parler avec votre enfant et de surveiller activement ses activités en ligne ou sur son téléphone cellulaire. Voici quelques suggestions pour protéger votre enfant et éviter qu'il ne soit victime de cyberintimidation, ou qu'il ne devienne un cyberintimidateur lui-même :

#### 1. Mettez-vous à la place de votre enfant.

Si vous comprenez les technologies qu'il utilise et les problèmes qu'il vit, votre enfant sera plus enclin à vous parler de ce qu'il lui arrive ou de ce qui se passe autour de lui. Plutôt que de lui faire d'emblée des reproches, tirez parti de l'actualité pour aborder la notion de vie privée ou pour lui expliquer qu'il ne faut jamais envoyer un message texte ou une photo qu'il regrettera d'avoir envoyé ni publier des rumeurs, des photos ou des messages blessants en ligne.

#### 2. Gagnez sa confiance.

Encouragez votre enfant à vous parler de ce qu'il voit en ligne et des personnes avec lesquelles il communique. S'il n'est pas à l'aise de vous en parler, encouragez-le à se confier à un autre adulte en qui il a confiance - et en qui vous avez, vous aussi, confiance. Dites-lui que, s'il est victime de cyberintimidation, il ne sera pas puni et rassurez-le en lui disant que ce n'est pas de sa faute.

---

### **3. Aidez-le à comprendre votre point de vue.**

Expliquez à votre enfant que votre devoir, c'est de le protéger, ce qui passe notamment par la surveillance de son utilisation de son téléphone cellulaire ou d'Internet. Dans le cadre d'un récent sondage, lorsqu'on a demandé à des adolescents comment ils se sentiraient si leurs parents les surveillaient, 62 % d'entre eux ont répondu qu'ils seraient d'accord et 75 % ont dit que ça ne les dérangerait pas.

### **4. Fixez des limites.**

Aujourd'hui, même les tout-petits ont accès à un téléphone cellulaire ou à une tablette; il est donc plus important que jamais d'établir des règles claires concernant l'âge à partir duquel votre enfant peut commencer à se servir d'un appareil mobile sans que vous sachiez exactement ce qu'il en fait. Les créateurs de l'application TeenSafe suggèrent que l'utilisation d'un iPad ou d'une tablette peut commencer entre 6 et 9 ans, et celle d'un téléphone cellulaire, sous supervision, entre 10 et 12 ans.

### **5. Établissez des conditions concernant l'utilisation de son téléphone intelligent**

Avant de donner à votre enfant son propre téléphone cellulaire, mettez-vous tous les deux d'accord sur les conditions d'utilisation - et respectez-les. Par exemple, il peut s'agir de lui interdire de garder son téléphone dans sa chambre ou pour toute la nuit, de télécharger des applications sans votre autorisation ou même de lui demander de laisser le téléphone dans une pièce commune. Vous devez aussi penser à des conséquences claires s'il brise les règles ainsi qu'à créer des mots de passe pour son téléphone et ses applications dont vous aurez convenu ensemble.

### **6. Pensez-y à deux fois avant de lui enlever son téléphone en guise de punition.**

Les enfants possédant un téléphone cellulaire sont parfois plus indépendants. De plus, ils tissent des liens plus facilement avec leurs pairs et peuvent joindre leurs parents en tout temps, et inversement.

### **7. Montrez-lui l'exemple.**

Aux yeux des jeunes, Internet est une façon de rester en contact avec leurs amis. Il est également possible qu'ils se tournent vers le monde virtuel lorsque leurs besoins socioaffectifs ne sont pas comblés. Pour éviter cette situation, vous pouvez prêcher par l'exemple en vous déconnectant vous aussi. Accordez toute votre attention à votre enfant et planifiez une période sans téléphone, en famille, pour que vous puissiez avoir de vraies discussions.

### **8. Assurez-vous que vous avez la protection qu'il vous faut.**

Si, en dépit de tout, votre enfant subit tout de même de la cyberintimidation, il pourrait se sentir bouleversé, nerveux, déprimé... ou pire encore. Vérifiez que vous avez bien souscrit une assurance qui vous permettra d'établir certaines mesures de sécurité, de donner accès à votre enfant à des services de consultation, et même de vous protéger si votre enfant est le cyberintimidateur.

**Chubb. Insured.<sup>SM</sup>**

Sources : « 11 Facts About Cyber Bullying » ([www.dosomething.org](http://www.dosomething.org)), « The TeenSafe Parenting Guide to Tech Safety » ([www.teensafe.com](http://www.teensafe.com)) et « Bullying Statistics » ([www.bullyingstatistics.org](http://www.bullyingstatistics.org)).

Le nom commercial Chubb désigne les filiales de Chubb Limitée qui fournissent de l'assurance et des services connexes. Pour consulter la liste de ces filiales, visitez notre site Internet au [www.chubb.com](http://www.chubb.com). Au Canada, Chubb exerce ses activités par l'intermédiaire de Chubb du Canada Compagnie d'Assurance, et de Chubb du Canada Compagnie d'Assurance-Vie. Les produits ne sont pas nécessairement offerts dans toutes les provinces ou tous les territoires du Canada. Aux États-Unis, l'assurance est souscrite par ACE American Insurance Company et les filiales de souscription de Chubb basées aux États-Unis. La présente communication n'est qu'un résumé des produits. La garantie réelle est régie par le libellé du contrat d'assurance souscrit. Chubb est le plus important groupe d'assurance IARD coté en bourse du monde. Présenté dans 54 pays, Chubb offre des assurances de dommages aux particuliers et aux entreprises, des assurances accident et maladies complémentaires pour les particuliers, ainsi que de la réassurance et de l'assurance vie à une grande variété de clients. Chubb Limitée, la société mère de Chubb, est cotée à la bourse de New York (NYSE : CB) et fait partie de l'indice S&P 500. (Ed. 09/18)