

**Faisons le point sur nos habitudes  
TV, Jeux Video et Internet !**

Merci de remplir de façon spontanée ce questionnaire anonyme.  
Nous restons disponibles pour un échange complémentaire, si vous le souhaitez.

Age de votre enfant : \_\_\_\_\_ ans

Votre enfant a-t-il son propre téléphone ?      Oui / non  
Sa propre tablette ?                                      Oui / non  
Son propre ordinateur ?                                Oui / non

**Utilisation quotidienne**

Combien d'écrans y a -t-il dans votre foyer ?

TV :

Ordinateurs :

Ipod touch, / Tablette :

Smartphone :

Consoles : Wii.... / Playstation..... / Xbox .... / Nintendo DS.... :

autres.....

Où se situent les écrans fixes ?

\*TV:

\*Ordinateur

<input type="checkbox"/> chambre de l'enfant	<input type="checkbox"/> chambre de l'enfant	/accès à internet <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non
<input type="checkbox"/> salon	<input type="checkbox"/> bureau	/accès à internet <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non
<input type="checkbox"/> chambre du/ des parent(s)	<input type="checkbox"/> salle de jeux	/accès à internet <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non
<input type="checkbox"/> cuisine	<input type="checkbox"/> salon	/accès à internet <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non
<input type="checkbox"/> autre :	<input type="checkbox"/> autre :	/accès à internet <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non

Temps estimé de consommation moyen en heures (TV+jeux vidéo+ordinateur+tablette+mobile):

Sur une journée scolaire :

En Week-end et/ou journée sans école :

Matin                    ... heure(s)

Le samedi :      ... heure(s)

Après midi          ... heure(s)

Le dimanche :    ... heure(s)

Soirée                    ... heure(s)

Total d'heures sur une semaine avec école : \_\_\_\_\_ heure(s)

Total d'heures sur une semaine sans école : \_\_\_\_\_ heure(s)

**Autres Loisirs et Jeux**

\*activités artistiques :..... nombre d'heures par semaine :.....

\*activités sportives :..... nombre d'heures par semaine :.....

\*Lecture :

BD - romans – magazines      nombre d'heures par semaine :.....

\*Jeux :

\* d'extérieur ..... \* d'imagination.....

\* de société.....

\* de construction..... Autres.....

### Mode d'utilisation des réseaux sociaux

- L'enfant utilise-t-il les réseaux sociaux ?  
 instagram       facebook       snapchat       Je ne sais pas  
 whatsapp       twitter       autre :
- Vous-même, utilisez-vous les réseaux sociaux ? (père et mère confondus)  
 instagram       facebook       snapchat  
 whatsapp       twitter       autre :
- Si oui, êtes-vous connecté avec votre enfant sur ces réseaux ?  
 instagram       facebook       snapchat  
 whatsapp       twitter       autre :
- Avez-vous le sentiment de connaître le contenu de leur activité sur ces réseaux ?  
 oui       vaguement       pas du tout – j'aimerais       pas du tout – je ne souhaite pas
- Vous est-il déjà arrivé de discuter avec lui/elle de leur activité sur ces réseaux ?  
 oui, souvent       parfois       une fois       jamais
- que pensez-vous du contrôle parental sur son smartphone/ Tablette ?  
 je l'ai installé       je l'ai envisagé mais ce n'est pas encore en place       je ne souhaite pas  
 je ne sais pas ce que c'est

### Mode d'utilisation des jeux vidéo

- L'enfant joue-t-il seul aux jeux vidéo ?  oui  non - si non avec qui ?  en réseau ?  je ne sais pas
- A quel type de jeux vidéo joue-t-il ?  
 jeux d'action       jeux de stratégie       jeux de sport       autre :  
 jeux d'aventure       jeux de guerre       jeux de rôle       je ne sais pas
- Papa/ Maman jouent-ils aux jeux vidéo ?  
 1 à 2 fois par semaine       3 à 4 fois par semaine       tous les jours       jamais
- Si oui, quels sont les supports utilisés par le(s) parent(s) ?  
 ordinateur       console de salon       console portable       téléphone portable
- Types de jeux vidéos pratiqués par les parents ?  
 jeux d'action       jeux de stratégie       jeux de rôle       autre :
- Dans quel état se trouve votre enfant **pendant** le jeu vidéo ?  
 concentré  excité  épanoui  stressé  absorbé  je ne sais pas
- Peut-il **s'arrêter** seul ? ou avec intervention de l'adulte ?  
 oui       non -Précisez :.....  il s'endort
- Peut-il **s'arrêter** seulement avec intervention de l'adulte ?  
 oui       non -Précisez :.....
- L'arrêt du jeu vidéo génère-t-il un conflit ?  
 non       oui - Précisez:  léger  moyen  important

**Après un temps de jeux vidéo :**

*(entourer vos réponses)*

- Amélioration de la curiosité intellectuelle      oui/ non
- Excitation, violence      oui/ non
- Mauvaise humeur      oui/ non
- Manque d'attention      oui/ non
- Envie de partager un moment privilégié avec l'adulte      oui/ non
- Fatigue visuelle      oui/ non
- Besoin de bouger      oui/ non
- Envie de dormir      oui/ non
- autre : .....

**après la Télévision :**

*(entourer vos réponses)*

- oui/ non
- oui/ non
- oui/ non
- oui/ non
- oui/ non
- oui/ non
- oui/ non
- oui/ non

**Ordinateur en famille**

- Utilisez vous parfois l'ordinateur en famille ?      oui/ non

- Si oui, type de contenus visionnés :

- réseaux sociaux (Facebook, instagram)
- sites web documentaires       films/dessins animés       autre :

- Dans quelles conditions l'enfant navigue-t-il sur Internet ? *(entourer votre ou vos réponses)*

- seul      – avec ses frères et soeurs      – avec son père/ sa mère      – avec ses amis

**Télévision en famille**

*Télévision en famille*

A quel moment la télévision est-elle allumée ?

*\*la semaine (entourer vos réponses)*

au lever      avant les repas      pendant les repas      après les repas

*\*le Week-end (entourer vos réponses)*

au lever      avant les repas      pendant les repas      après les repas

Comment les émissions regardées sont-elles sélectionnées ?

- l'adulte choisit       l'enfant choisit       on choisit ensemble       on zappe

Quels types de programmes regarde-t-il seul ?

- dessins animés
- séries
- émissions talk show
- journal télévisé
- documentaires
- jeux télévisés
- film
- aucun
- je ne sais pas

Quels types de programmes regardez-vous avec lui ?

- dessins animés
- séries
- émissions talk show
- journal télévisé
- documentaires
- jeux télévisés
- film
- aucun
- je ne sais pas

# QUIZZ Vigilance parentale

*Parents, testez votre vigilance sur le monde télévisuel et virtuel*

## **Pour vous, La connaissance et limitation d'utilisation des écrans de vos enfants est :**

- Une erreur
- Une bataille perdue d'avance
- Une illusion
- Sans objet
- A relativiser
- Nécessaire
- Indispensable
- Autre, .....

## **Cela génère au sein des adultes de la famille :**

- Des différences de point de vue dont on discute
- Des tensions
- Des disputes
- Un abandon de la cause

## **Je constate que mon(es) enfant(s) :**

- Me ment à ce sujet
- Me cache des choses
- Utilise des stratégies pour éviter/contourner mon contrôle
- Sait à qui ou quand demander pour obtenir ce qu'il/elle veut
- Est très direct-e et franc-he
- Me fait confiance et me dit tout
- N'est pas concerné-e et a d'autres centres d'intérêt.

Cochez spontanément la réponse qui correspond le plus à vos habitudes <b>Limitez-vous le temps consacré aux écrans (TV, jeux vidéo, ordinateur/internet)?</b>	<input type="checkbox"/> <i>Certains jours : si l'emploi du temps est déjà chargé</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Presque toujours : on essaye de fixer des limites raisonnables</i> ★	<input type="checkbox"/> <i>Rarement : chacun est responsable de son temps</i> ●
<b>Parlez-vous avec votre enfant de ses activités sur internet ?</b>	<input type="checkbox"/> <i>Jamais : on n'a pas beaucoup de temps pour en discuter</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>Parfois : s'il/elle en a envie ou si je m'interroge sur ses centres d'intérêts</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Souvent : je m'informe des personnes avec qui il/elle communique ou des sites web visités</i> ★
<b>Laissez-vous votre enfant naviguer seul sur internet ?</b>	<input type="checkbox"/> <i>Parfois : je ne peux pas toujours être là</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Jamais : j'ai confiance en mon enfant mais je crains les risques de rencontres malveillantes</i> ★	<input type="checkbox"/> <i>Presque toujours : il/elle va toujours sur les mêmes sites</i> ●
<b>Savez-vous si votre enfant a déjà été exposé malgré lui à des contenus violents ou choquants sur Internet?</b>	<input type="checkbox"/> <i>Oui : notamment par des fenêtres publicitaires intempestives sur le Web</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Je ne pense pas : je l'ai averti des risques et de ce qui était interdit mais je n'ai pas pu vérifier</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>Non : il y a toujours une présence adulte pour contrôler et éviter qu'il y soit exposé</i> ★
<b>Tenez-vous compte des interdictions figurant sur certains programmes télévisés ?</b>	<input type="checkbox"/> <i>Pas vraiment : mon enfant s'en va ou éteint tout seul si les images sont trop choquantes</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>Oui : il y a des programmes qui ne sont pas faits pour elle/lui et j'ai peur que certaines scènes le perturbent</i> ★	<input type="checkbox"/> <i>Quelques fois : je ne suis pas sûr qu'il/elle arrive à prendre de la distance par rapport aux images</i> ■
<b>Limitez-vous le visionnage de la télévision le soir, après 20h ?</b>	<input type="checkbox"/> <i>Un peu : les programmes du soir sont rarement adaptés à son âge et finissent tard donc on négocie une limite</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Pas besoin : mon enfant a la télé dans sa chambre et éteint quand il/elle a sommeil</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>En semaine on limite davantage : il a besoin de se reposer, de dormir pour être en forme et attentif à l'école</i> ★
<b>Vous renseignez-vous sur l'âge minimum d'utilisation des jeux vidéos pratiqués par votre enfant ?</b>	<input type="checkbox"/> <i>Pas toujours : il récupère aussi des jeux vidéos que je ne connais pas</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>La plupart du temps : je me fie aussi aux capacités de mon enfant pour sélectionner les jeux</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Toujours : même si mon enfant me réclame un jeu, je vérifie l'âge minimum du pictogramme sur le boîtier</i> ★
<b>Utilisez-vous un logiciel de contrôle parental pour l'accès à internet ?</b>	<input type="checkbox"/> <i>je préfère la sécurité quand je ne peux pas contrôler moi-même</i> ★	<input type="checkbox"/> <i>j'ai mis en place un autre système de contrôle : code, clé, frère ou soeur responsable</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>je fais confiance à mon enfant et je l'ai averti des dangers</i> ●