

# GUIDE POUR LES FAMILLES

sur la création de contenu par les adolescents

common sense networks™ en partenariat avec  YouTube



# HELLO LES FAMILLES,

Aujourd'hui, les adolescents ne se contentent pas de consommer des vidéos : ils en sont aussi les créateurs. Cette activité leur permet d'explorer leurs centres d'intérêt, de s'exprimer, d'échanger avec une communauté mondiale et, bien sûr, de S'AMUSER !

La création de contenu peut néanmoins présenter son lot de difficultés. Et croyez-le ou non, les adolescents veulent compter dans leurs rangs des adultes de confiance qui s'impliquent et les soutiennent. Alors, accompagnez-les ! Vous pouvez explorer des vidéos ensemble, discuter et éventuellement faire une apparition dans une ou deux vidéos. L'essentiel est de leur donner les moyens de s'approprier leur existence numérique.

Ce guide est conçu pour vous aider à y parvenir, avant, pendant et après la création de contenu. Nous vous encourageons à le consulter avec vos adolescents et à appliquer les recommandations de la manière qui convient le mieux à votre famille.

**Avec votre aide, nous espérons rendre le monde numérique de vos adolescents un peu plus positif, beaucoup plus sûr et infiniment plus amusant !**



# SOMMAIRE

<b>AVANT LA CRÉATION</b>	<b>3</b>
• Soyez un allié : Comprendre et soutenir	4
• Encouragez une réflexion proactive : motivation, objectifs, personnalité en ligne	5
• Réfléchissez aux risques : Confidentialité	7
• Pensez bien-être : le bon choix à l'heure actuelle ?	8
• Conclusion : Prêt à créer ?	9
<b>PENDANT LA CRÉATION</b>	<b>10</b>
• Soyez un allié : être présent	11
• Soyez un bon cybercitoyen : empathie, inclusion et conscience	12
• Suivez les créations : tendances et challenges	13
• Réfléchissez aux risques : confidentialité, autorisations et fausses informations	15
• Pensez bien-être : suivre son instinct	16
• Conclusion : prêt pour la mise en ligne ?	17
<b>APRÈS LA MISE EN LIGNE</b>	<b>18</b>
• Soyez un allié : gérer l'après-diffusion	19
• Préparez-vous : commentaires et cyberharcèlement	20
• Pensez bien-être : faire le point ensemble	22
• Conclusion : tirer des enseignements de la création	23
<b>POINTS CLÉS À RETENIR</b>	<b>24</b>



**AVANT LA  
CRÉATION**



# SOYEZ UN ALLIÉ : COMPRENDRE ET SOUTENIR

Participez au processus de création de contenu de votre adolescent.

Faites savoir à votre adolescent que vous êtes là pour le soutenir quand il explore la création de contenu :

- 1 Montrez que vous êtes (vraiment) intéressé.**  
Posez-lui des questions sur les créatrices, les créateurs et les contenus qu'il préfère. Encore mieux, regardez-les ensemble !
- 2 Rattrapez-le s'il trébuche.**  
Soyez là en cas de problème. Écoutez-le et essayez de comprendre ses émotions.
- 3 Amusez-vous ensemble !**  
Profitez pleinement de la joie, de la spontanéité, de la créativité et des liens que la création de vidéos offre.

**Les adolescents doivent savoir qu'ils pourront s'adresser à vous quand ils connaîtront des hauts ou des bas, passages inévitables de la création de contenu.**

Qu'est-ce que tu aimes le plus quand tu regardes des vidéos : rire, apprendre des choses... ?

Quel type de vidéos veux-tu créer ?

Est-ce que toi ou tes amis avez déjà rencontré des problèmes (comme des vidéos dégoûtantes ou bizarres) ?

PEUX-TU M'AIDER À TROUVER UNE CHAÎNE QUI ME PLAÎT ?



# ENCOURAGEZ UNE RÉFLEXION PROACTIVE : MOTIVATION ET OBJECTIFS

Pourquoi créer du contenu ? Il s'agit d'identifier les bonnes raisons.

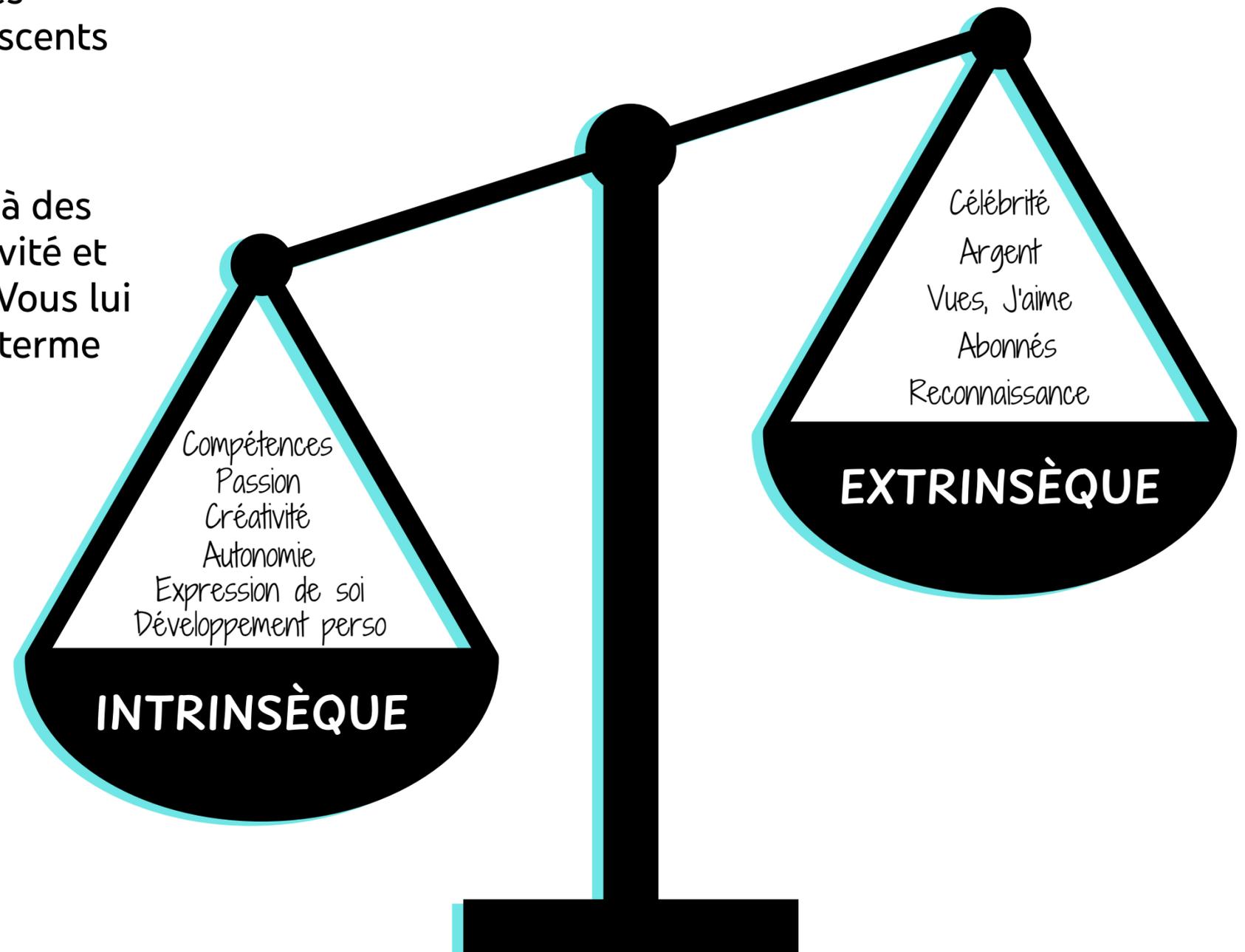
En réfléchissant de façon proactive aux raisons qui les poussent à créer et à ce qu'ils veulent créer, les adolescents peuvent s'amuser et produire quelque chose dont ils sont fiers.

Aidez votre adolescent à accorder plus d'importance à des facteurs intrinsèques de motivation, comme la créativité et l'expression de soi (plutôt qu'aux vues et aux J'aime). Vous lui donnerez ainsi les moyens de s'accomplir sur le long terme dans le monde en ligne.

COMMENT VEUX-TU TE SENTIR APRÈS AVOIR CRÉÉ DU CONTENU ?

Quels sujets te passionnent ?

Qu'espères-tu obtenir en créant des vidéos ?



# ENCOURAGEZ UNE RÉFLEXION PROACTIVE : PERSONNALITÉ EN LIGNE

Qui sera-t-il en ligne ?

Encouragez votre adolescent à se présenter au monde entier de façon authentique et à développer une empreinte numérique dont il est fier.

## GLOSSAIRE DU CRÉATEUR

### Marque personnelle :

L'identité que vous présentez intentionnellement aux autres. C'est l'histoire que vous créez et la réputation que vous vous construisez.

### Empreinte numérique :

La trace de données que vous laissez en ligne. C'est l'historique de toutes vos actions et informations.

## DÉCOUVREZ-LE VOUS-MÊME

### Découvrez un exemple de marque personnelle

Regardez les comptes de réseaux sociaux de personnes connues ou de célébrités.

- Comment se présentent-elles ?
- Quelque chose vous surprend-il ? Feriez-vous quelque chose différemment ?

### Cherchez votre nom sur Google

Si votre adolescent n'a pas encore d'empreinte numérique, utilisez la vôtre pour lancer la discussion.

- Es-tu à l'aise avec les résultats de la recherche ?
- Qu'est-ce qui te rend le plus fier ?
- Tu vois quelque chose d'embarrassant ?
- Que voudrais-tu voir d'autre ?



# RÉFLÉCHISSEZ AUX RISQUES : CONFIDENTIALITÉ

La confidentialité est un droit, et aussi une responsabilité.

Aidez votre adolescent à s'assurer qu'il ne dévoile pas trop d'informations pour lui éviter de causer du tort à d'autres personnes ou de se mettre en danger.

## Fixez des limites

- Déterminez les informations qui peuvent être partagées sans danger et celles à ne pas communiquer.
- Obtenez le consentement des personnes concernées avant de les taguer ou de les mentionner.

## Vérifiez les paramètres de confidentialité

- Évitez de partager votre position en temps réel et désactivez le géomarquage.
- Mettez à jour les paramètres de confidentialité pour contrôler où les vidéos apparaissent et qui peut les regarder.

## Vérifiez les détails

- Votre discours, vos vêtements ou les lieux que vous fréquentez peuvent révéler des informations privées. Assurez-vous que ce qui vous entoure ne dévoile rien.
- Envisagez d'utiliser un arrière-plan virtuel ou un effet de flou.

Voici une checklist pratique pour vous aider !

**Vous devez répondre "OUI" à ces questions :**

	OUI	NON
Ai-je vérifié qu'aucune information privée n'apparaît en arrière-plan ?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ai-je obtenu le consentement des personnes que je montre ou que je mentionne ?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Est-ce que je me sentirais à l'aise si n'importe qui ou tout le monde voyait ceci ?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vous devez répondre "NON" à ces questions :**

Est-ce que je partage des choses qui devraient rester privées ?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Une chose que je dis, que je montre ou que je porte peut-elle être utilisée pour m'identifier dans la vie réelle ?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ce contenu révèle-t-il le lieu où je me trouve actuellement ou un endroit où je compte aller ?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Quelqu'un peut-il utiliser ces informations pour me nuire ?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ça n'implique pas que moi ! Le partage de ce contenu pourrait-il compromettre la confidentialité de quelqu'un d'autre ?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

# PENSEZ BIEN-ÊTRE

Créer du contenu est-il le bon choix à l'heure actuelle ?

Aidez votre adolescent à prendre en compte son état mental, son espace social et sa gestion du temps.

## État

Déterminez dans quelle mesure ses impulsions et ses sentiments actuels peuvent influencer ses actions et ses émotions.

EN QUOI LA CRÉATION AFFECTERA-T-ELLE TON HUMEUR ?

Auras-tu autant envie de partager ça demain ?

## Espace

Demandez-lui si la création de contenu est le meilleur moyen d'exprimer ce qu'il pense ou ressent sur le moment.

Regretteras-tu d'avoir partagé ça ici ?

As-tu envisagé de partager ça seulement avec les personnes que tu connais ?

Est-ce que tu te sentiras mieux en parlant à un ami plutôt qu'en mettant en ligne du contenu ?

## Temps

Encouragez-le à trouver l'équilibre entre ce qu'il veut et ce qu'il doit faire, et à réfléchir à d'autres priorités éventuelles.

La création empiètera-t-elle sur le reste de ta journée ?

Combien de temps veux-tu y consacrer ?

# CONCLUSION : PRÊT À CRÉER ?

Voici des conseils à prendre en compte avant la création.

**1** **Soyez un allié**  
Faites savoir à votre adolescent que vous êtes là pour le soutenir quand il explore la création de contenu en l'invitant à vous parler de ce qu'il vit.

**2** **Encouragez une réflexion proactive**  
Donnez-lui les moyens de s'accomplir sur le long terme en se concentrant sur ce qui le rend heureux, plutôt qu'en cherchant à obtenir des vues et des J'aime. Encouragez-le à créer une personnalité en ligne qui représente ses passions et des contenus qu'il sera fier de montrer au monde entier.

**3** **Réfléchissez aux risques**  
Attention à ne pas trop en dire ! Aidez-le à protéger sa confidentialité en fixant des limites, en vérifiant les paramètres de confidentialité pour contrôler qui voit ses contenus et en limitant les informations personnelles.

**4** **Pensez bien-être**  
Aidez votre adolescent à prendre en compte son état mental, son espace social et sa gestion du temps afin de décider si la création de contenu est le bon choix à l'heure actuelle.





**PENDANT LA  
CRÉATION**



# SOYEZ UN ALLIÉ : ÊTRE PRÉSENT

Soyez disponible, encouragez-le et créez-vous des souvenirs.

Vous avez aidé votre adolescent à se préparer. Maintenant, vous devez rester impliqué pendant qu'il commence à créer et à partager du contenu.

- 1 Créez du contenu ensemble**  
Amusez-vous à créer du contenu avec votre adolescent. S'il est d'accord, participez à son projet et aidez-le à concevoir sa prochaine vidéo pour partager cette expérience.
- 2 Proposez votre aide**  
Même si votre adolescent ne veut pas vous voir dans toutes ses vidéos, vous pouvez rester présent pour lui offrir votre aide ou vos conseils. Proposez-lui une assistance technique, aidez-le à trouver des idées et à résoudre des problèmes, ou encouragez-le tout simplement.
- 3 Faites valoir la création responsable**  
Au fur et à mesure qu'il créera des contenus, votre adolescent aura peut-être besoin que vous lui rappeliez les concepts d'empreinte numérique, de valeurs ou de sécurité. Expliquez-lui clairement que vous êtes là pour l'aider à avancer dans le bon sens.
- 4 Créez-vous des souvenirs**  
Le contenu n'est pas la seule chose que vous pouvez créer ensemble.  
Amusez-vous en explorant ensemble son monde en ligne : vous renforcerez ainsi vos liens et vous vous créerez des souvenirs marquants.



# SOYEZ UN BON CYBERCITOYEN

Prenez en compte l'impact potentiel du contenu de votre adolescent sur les autres.

**Aidez votre adolescent à contribuer à une communauté en ligne positive.**

## Créer avec empathie

Demandez-lui de se mettre à la place de son audience pour créer des contenus qui respectent les sentiments des autres, leurs besoins et leurs difficultés.

Puis-je blesser quelqu'un avec mes paroles ou mes actes ?

Comment ce contenu peut-il être perçu par des spectateurs qui ne vivent pas la même chose ?

## Favoriser l'inclusion

Aidez-le à se demander qui est inclus dans son contenu et qui en est exclu. Évitez les termes stigmatisants ou critiques.

Ce contenu incite-t-il à la gentillesse, à l'acceptation et au respect ?

Mes paroles ou mes actes alimentent-ils un stéréotype ?

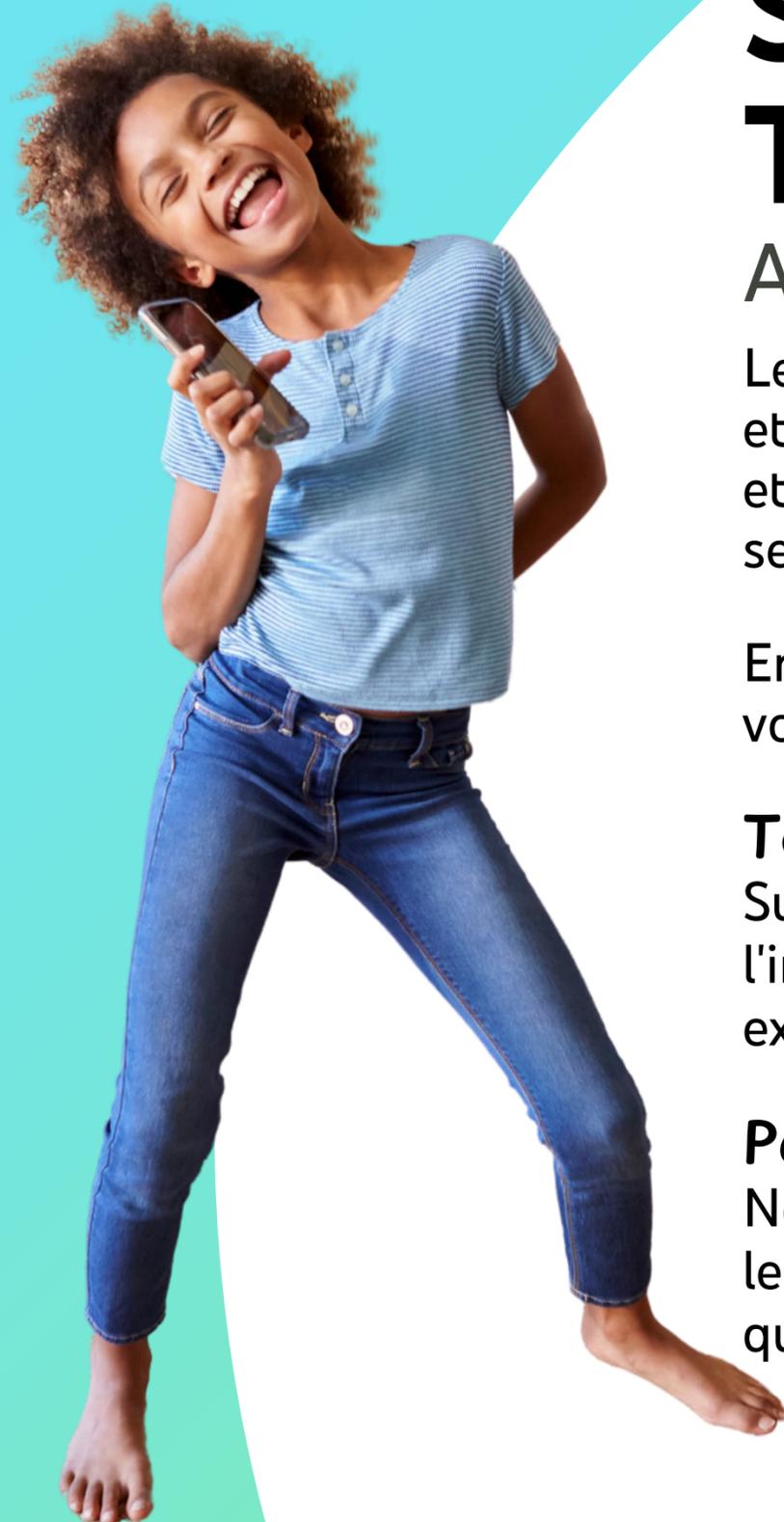
## Être conscient

Assurez-vous que votre adolescent sait (et se souvient) que son contenu peut toucher toutes les personnes qui le voient... de façon positive ou négative.

CECI PEUT-IL ÊTRE PERTURBANT ? DOIS-JE ÉMETTRE UN AVERTISSEMENT ?

EST-CE QUE JE DONNE UN EXEMPLE POSITIF OU NÉGATIF ?

Est-ce que je façonne des comportements ou des schémas de pensées malsains ou risqués ?



# SUIVEZ LES CRÉATIONS : TENDANCES ET CHALLENGES

Amusez-vous de façon sûre et responsable !

Les tendances en ligne sont devenues un aspect essentiel de la culture des adolescents et définissent en grande partie leur vie numérique. Elles peuvent être un moyen positif et amusant de s'exprimer de façon créative, de se sentir connecté aux autres, et de montrer ses talents ou ses points forts.

En vous tenant informé des tendances et en vous impliquant, vous pouvez créer du lien avec votre adolescent, comprendre son monde numérique et veiller à sa sécurité. Voici comment :

## ***Tenez-vous informé***

Suivez les comptes à connaître et demandez à votre adolescent quels challenges l'intéressent ou ceux qu'il a essayés. Si vous avez peur qu'un challenge soit dangereux, expliquez-lui pourquoi.

## ***Participez ensemble***

Ne soyez pas timide ! Le meilleur moyen de comprendre pourquoi un challenge fait le buzz est de l'essayer vous-même. Participez avec votre adolescent à des challenges qui sont en phase avec les valeurs de votre famille et amusez-vous !

*Mais certains challenges présentent des risques...*

# SUIVEZ LES CRÉATIONS : TENDANCES ET CHALLENGES

Le vrai challenge est de savoir quand participer et quand s'abstenir.

Les adolescents développent encore leur esprit critique et le contrôle de leurs impulsions. Pour eux, évaluer les risques ou les conséquences peut être un véritable... challenge. Voici ce que vous pouvez dire à votre adolescent pour l'aider quand il veut suivre une tendance ou créer une vidéo de challenge :

## **Pense aux conséquences :**

- **Fais une pause.** Prends un moment avant de te lancer.
- **Évalue les risques.** Pose-toi les questions suivantes :  
*Est-ce sûr ? Qu'est-ce qui pourrait mal se passer ? Pourrais-je me blesser ? Est-ce que j'enfreins des règles ? Est-ce bienveillant ? Est-ce vrai ?*
- **Prends la décision.** Si c'est risqué ou dangereux, ne le fais pas. Si tu n'es pas sûr, attends de l'être ou demande conseil à un adulte de confiance.

## **Fais des recherches**

Si certains challenges présentent des risques, nombre d'entre eux offrent une expérience positive. Si tu n'es pas sûr, cherche plus d'informations publiées par des sources fiables.

## **Fais un signalement**

N'oublie pas que tu peux contribuer à limiter la propagation de fausses informations et d'actes dangereux en signalant les challenges et les canulars nuisibles (au lieu d'en créer ou d'en partager).



# RÉFLÉCHISSEZ AUX RISQUES : CONFIDENTIALITÉ, AUTORISATIONS ET FAUSSES INFORMATIONS

Votre adolescent doit veiller à sa sécurité, suivre les règles et faire preuve d'esprit critique.

## Confidentialité

Rappelez à votre adolescent de ne pas montrer sa position en temps réel, des informations privées qui peuvent apparaître en arrière-plan ou sur ses vêtements, ou encore des personnes qui n'ont pas accepté d'être dans la vidéo.

## Autorisations

Il existe des règles, des consignes et des lois pour nous protéger. Encouragez votre adolescent à se demander s'il dispose des autorisations nécessaires avant d'utiliser de la musique, des images ou tout autre contenu qu'il n'a pas créés.

## Fausse information

Les adolescents développent encore leur esprit critique, nécessaire pour distinguer la réalité de la fiction. Ils peuvent être plus à même de croire ou de partager de fausses informations. Encouragez votre adolescent à ne pas prendre pour argent comptant ce qu'il voit ou entend en se basant sur les principes suivants :

- Tenir compte de la source. Il est important de se renseigner sur les comptes et de regarder les autres contenus mis en ligne pour vérifier qu'ils sont fiables.
- Distinguer les faits des opinions. Les faits sont appuyés par des preuves. Les opinions sont des pensées ou des sentiments.
- Vérifier au moindre doute. Si nécessaire avec des outils de fact-checking comme Snopes et FactCheck.org.

CE CONTENU  
EST-IL GRATUIT  
ET PUIS-JE  
L'UTILISER ?

À qui revient  
le crédit de la  
création ?

Est-ce que ça paraît  
choquant ou trop beau  
pour être vrai ?

Des expressions comme  
"Je pense" indiquent qu'une  
information est basée sur  
des croyances.

# PENSEZ BIEN-ÊTRE : SUIVRE SON INSTINCT

Aidez votre adolescent à considérer son ressenti comme un signal, et non comme un égarement.

Avec la création de contenu, les adolescents peuvent facilement se laisser entraîner quand ils s'amuse, ou encore quand ils ressentent une pression externe ou certaines attentes. Encouragez votre adolescent à prendre soin de lui en lui rappelant qu'il est maître de ses décisions.

Expliquez-lui comment faire le point sur son ressenti et s'écouter quand il crée du contenu ou s'apprête à en mettre en ligne.

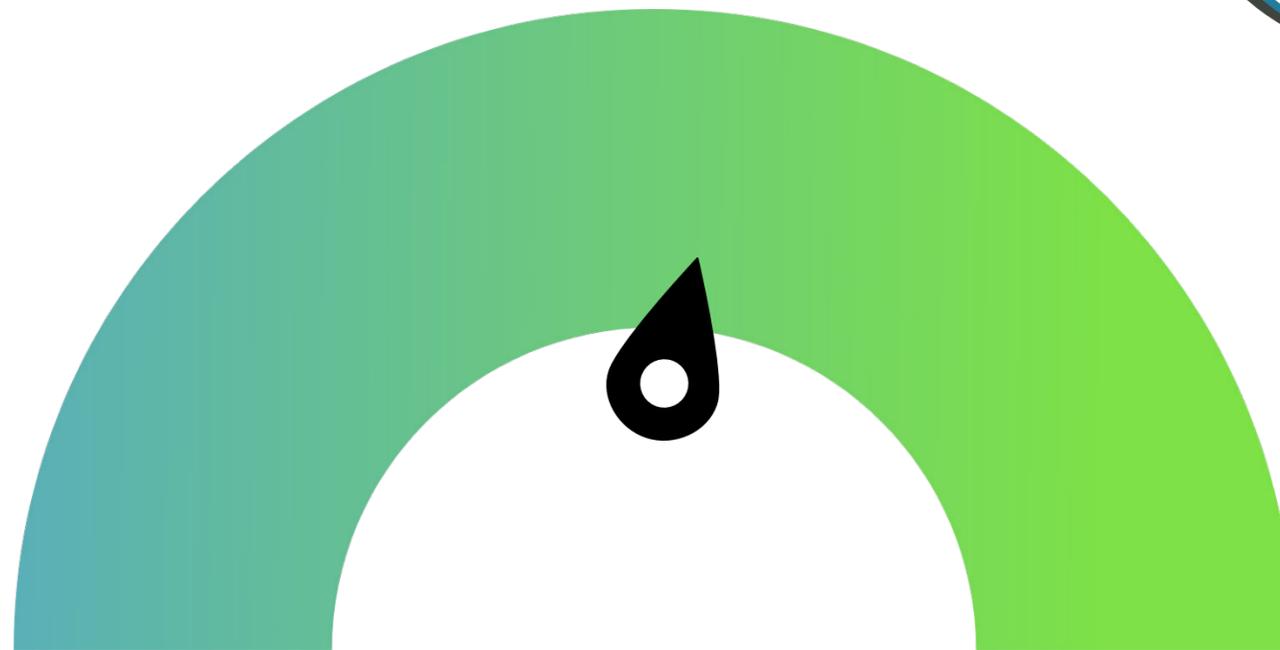
Un sentiment d'inconfort ou un malaise peut signaler le besoin de faire une pause et de réfléchir.



**Signaux confus**  
C'est normal que votre adolescent se sente nerveux à l'idée de se montrer en ligne. Aidez-le à décider s'il ressent simplement du trac ou si quelque chose ne va pas.

## NÉGATIF

Des sentiments comme la tristesse ou la frustration indiquent qu'il faut faire une pause et demander de l'aide.



## POSITIF

Des sentiments comme la joie et l'enthousiasme sont sans doute des signes qui indiquent qu'il est sur la bonne voie.

# CONCLUSION : PRÊT POUR LA MISE EN LIGNE ?

Repensez aux conseils ci-dessous lorsque votre adolescent crée du contenu.

- 1 Soyez un allié**  
Restez présent ! Assurez-vous que votre adolescent sait que vous êtes là pour le soutenir et le conseiller, que vous créez du contenu ensemble ou que vous l'encouragez.
- 2 Soyez un bon cybercitoyen**  
Aidez-le à contribuer à une communauté en ligne positive en faisant preuve d'empathie, en favorisant l'inclusion et en ayant conscience des conséquences de ses contenus sur les autres.
- 3 Amusez-vous avec les tendances et les challenges**  
Encouragez-le à montrer ses compétences en choisissant des tendances qui correspondent à ses valeurs. Si quelque chose paraît risqué, aidez-le à décider quand arrêter.
- 4 Réfléchissez aux risques**  
Encouragez-le à créer des contenus de façon sûre et responsable en protégeant sa confidentialité, en prenant connaissance des règles et des consignes, et en se méfiant des fausses informations.
- 5 Pensez bien-être**  
Aidez votre adolescent à faire confiance à son instinct. Il est maître de ses choix et il ne devrait pas mettre en ligne des contenus qui ne lui conviennent pas.





**APRÈS LA  
MISE EN  
LIGNE**

# SOYEZ UN ALLIÉ : GÉRER L'APRÈS-DIFFUSION

Son contenu et lui sont en ligne. Et maintenant ?

Il est impossible d'anticiper les réactions de l'audience. Que la vidéo de votre adolescent devienne virale à l'école ou qu'il ait blessé quelqu'un, il est essentiel de garder les pieds sur terre et de donner la priorité au bien-être.

- 1 Offrez-lui votre soutien**  
Invitez votre adolescent à se déconnecter et à échanger avec des personnes de confiance. Il peut parler avec vous de ce qu'il ressent, appeler un ami ou bénéficier des conseils d'un professionnel.
- 2 Encouragez-le à prendre soin de lui**  
Veillez à ce que votre adolescent fasse des pauses pour se reposer. S'il se sent dépassé ou découragé, aidez-le à retrouver un équilibre en recentrant son attention sur d'autres activités qui l'aident à recharger ses batteries.
- 3 Félicitez-le**  
Soulignez ses progrès, petits et grands. Sa vidéo l'a aidé à se sentir bien, a généré des interactions positives ou reflète sa vraie personnalité ? Félicitez-le !
- 4 Aidez-le à tirer des enseignements**  
Voyez les difficultés comme des opportunités de grandir, de s'adapter et de se perfectionner.



# PRÉPAREZ-VOUS : COMMENTAIRES

Votre adolescent doit garder confiance en parcourant la section des commentaires.

Il est important pour les adolescents de savoir que la critique est un aspect naturel et prévisible de la création de contenu. Suivez ces conseils pour aider votre adolescent à gérer les commentaires de façon à favoriser la positivité et le bien-être.



## **@Répondre\_avec\_un\_but**

Aidez-le à rester déterminé et positif en établissant un plan de réponse.



## **@Le\_pouvoir\_de\_choisir**

Rappelez-lui qu'il peut choisir d'activer ou non les commentaires et d'interagir avec eux.



## **@Favoriser\_la\_positivité**

Encouragez les discussions qui font du bien aux autres. Rappelez-lui de donner l'exemple avec ses propres commentaires pour favoriser les interactions positives.



## **@Visualiser\_la\_personne**

Rappelez-lui qu'une vraie personne, avec des sentiments et une situation personnelle, se trouve derrière l'écran.



## **@Ignorer\_les\_trolls**

Donnez-lui les moyens d'ignorer ou de supprimer les remarques méchantes ou nocives. Les outils des plates-formes peuvent aussi l'aider à filtrer ou à désactiver les commentaires (même temporairement).



## **@La\_santé\_mentale\_avant\_tout**

Encouragez-le à s'accorder des pauses, ou mieux encore, faites-en avec lui.



# PRÉPAREZ-VOUS : CYBERHARCÈLEMENT

Gérez la négativité avec fermeté en apportant votre soutien.

Le cyberharcèlement est un comportement en ligne qui vise à contrarier une victime (même inconnue), à la persécuter ou à lui nuire. Les conflits numériques sont plutôt des désaccords du quotidien entre des personnes qui se connaissent. Ces deux situations sont des inconvénients de l'expérience en ligne qui peuvent avoir des conséquences importantes sur la santé mentale. Aidez votre adolescent à gérer ces difficultés potentielles.

## 1 Prévenez les problèmes

Aidez-le à reconnaître les signes de cyberharcèlement (par exemple si un utilisateur profère des insultes à son encontre, lance des rumeurs, le met dans l'embarras, le menace ou le persécute) et à éviter les conflits numériques (comme les disputes et les commérages), qui peuvent s'envenimer. Assurez-vous qu'il sait que ces comportements sont inacceptables.

## 2 Incitez-le à faire un signalement

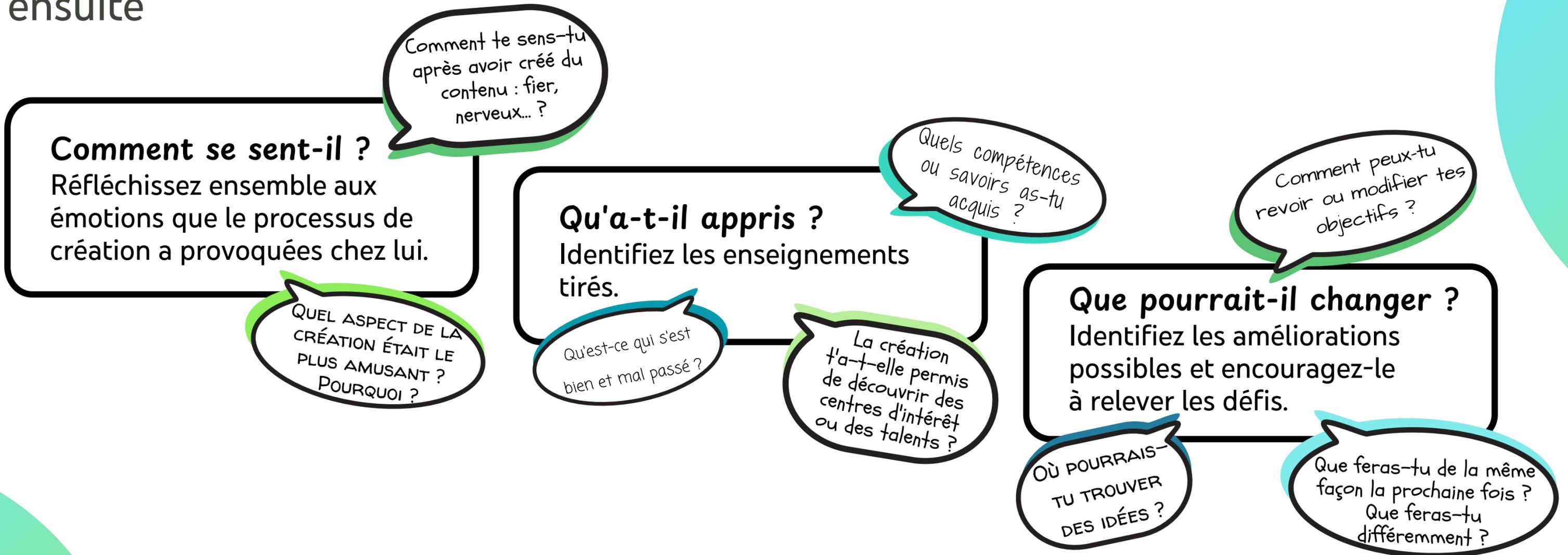
En prenant des mesures pour assurer sa protection et celle des autres, votre adolescent favorise l'empathie et contribue à une communauté en ligne positive. Encouragez-le à utiliser les fonctionnalités de blocage et de signalement pour tous les cas de cyberharcèlement qu'il constate.

## 3 Soutenez-le

L'intimidation peut affecter fortement une personne. Veillez à ce que votre adolescent sache qu'il peut se confier à vous. Proposez-lui des stratégies positives pour surmonter la situation. Par exemple, encouragez-le à prendre du repos, à faire des activités qu'il aime, et à passer du temps avec des amis et des proches qui le soutiennent.

# PENSEZ BIEN-ÊTRE : FAIRE LE POINT ENSEMBLE

Réfléchissez ensemble à ce qu'il a ressenti et appris, et ce qu'il voudrait faire ensuite



Aidez votre adolescent à voir la création de contenu comme l'occasion d'apprendre et de s'améliorer constamment.

# CONCLUSION : TIRER DES ENSEIGNEMENTS DE LA CRÉATION

Repensez aux conseils ci-dessous lorsque votre adolescent commence à partager du contenu.

## **Soyez un allié**

**1** Partager demande du courage ! Une fois qu'il a mis en ligne du contenu, rappelez-lui que vous l'aidez pour la suite. Offrez-lui votre soutien, apprenez-lui à prendre soin de lui, félicitez-le pour ses réussites et tirez ensemble des enseignements de cette expérience.

## **Préparez-vous**

**2** Faire face à des critiques peut être difficile. Donnez-lui les moyens de gérer les commentaires de façon à favoriser la positivité et à placer sa santé mentale au premier plan.

## **Pensez bien-être**

**3** Aidez votre adolescent à voir la création de contenu comme un cheminement. Maintenant qu'il a partagé du contenu, encouragez-le à se demander comment il se sent, ce qu'il a appris et ce qu'il voudrait faire ensuite.



# POINTS CLÉS À RETENIR

Vous pouvez accompagner votre adolescent dans la création de contenu de nombreuses façons. Récapitulons.

## AVANT LA CRÉATION

*Soyez l'allié créatif de votre adolescent.*

Avant qu'il se lance, aidez-le à réfléchir à son implication et stimulez son envie de créer tout en veillant à sa confidentialité et à son bien-être.

## PENDANT LA CRÉATION

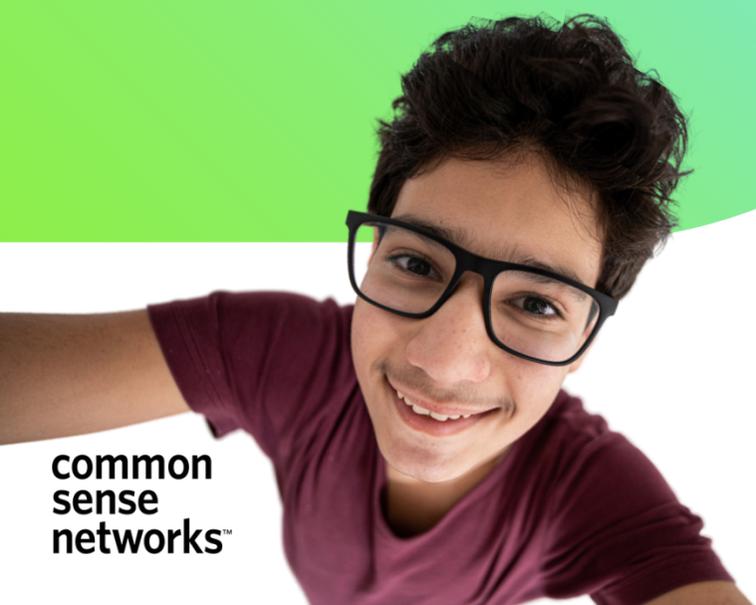
*Soyez sa boussole.*

Quand il crée du contenu, offrez-lui les conseils dont il a besoin : aidez-le à décider comment participer et à s'appliquer à être un citoyen numérique bienveillant et responsable.

## APRÈS LA MISE EN LIGNE

*Soyez le partenaire de sa réflexion.*

Une fois qu'il a partagé du contenu, soyez présent pour le féliciter, lui demander comment il se sent et l'aider à gérer les commentaires ainsi qu'à décider quoi créer ensuite.



Prendre le temps de soutenir la création de contenu de votre adolescent, ce n'est pas seulement l'aider à concevoir des vidéos amusantes. C'est l'accompagner pour qu'il devienne un citoyen numérique **bienveillant prudent et confiant**.

*Ce guide touche à sa fin. Nous espérons qu'il marquera le début de la grande aventure qui attend votre adolescent dans l'univers de la création de contenu.*

common sense networks™ en partenariat avec  YouTube



# SOURCES

Anderson, M., Vogels, E. A., Perrin, A., & Rainie, L. (2022). *Connection, Creativity and Drama: Teen Life on Social Media in 2022*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/internet/2022/11/16/connection-creativity-and-drama-teen-life-on-social-media-in-2022/>

Anderson, M., & Jiang, J. (2018). *Teens and their experiences on social media*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/internet/2018/11/28/teens-and-their-experiences-on-social-media/>

Balleys, C., Millerand, F., Thoër, C., & Duque, N. (2020). Searching for Oneself on YouTube: Teenage Peer Socialization and Social Recognition Processes. *Social Media + Society*, 6(2), 205630512090947. <https://doi.org/10.1177/2056305120909474>

Berger, J., & Milkman, K. L. (2012). What makes online content viral? *Journal of Marketing Research*, 49(2), 192–205. <https://doi.org/10.1509/jmr.10.0353>

Ceci, M. W., & Kumar, V. K. (2015). A Correlational Study of Creativity, Happiness, Motivation, and Stress from Creative Pursuits. *Journal of Happiness Studies*, 17(2), 609–626. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9615-y>

Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256–273. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.95.2.256>

*Evaluating information: The cornerstone of civic online reasoning*. (2016). Stanford History Education Group. <https://stacks.stanford.edu/file/druid:fv751yt5934/SHEG%20Evaluating%20Information%20Online.pdf>

*How to Prevent Cyberbullying: A Guide for Parents, Caregivers, and Youth*. (2021). StopBullying.gov. <https://www.stopbullying.gov/sites/default/files/documents/Cyberbullying%20Guide%20Final%20508.pdf>

*Parent's Guide to Disinformation and Misinformation Online*. (2022) The Digital Wellness Lab. <https://digitalwellnesslab.org/guides/parents-guide-to-disinformation-and-misinformation-online/>

Montes-Vozmediano, M., García-Jiménez, A., & Menor-Sendra, J. (2018). Teen videos on YouTube: Features and digital vulnerabilities. *Comunicar*, 26(54), 61–69. <https://doi.org/10.3916/c54-2018-06>

# SOURCES

Nesi, J., Mann, S. and Robb, M. B. (2023). *Teens and mental health: How girls really feel about social media*. Common Sense Media.

[https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/how-girls-really-feel-about-social-media-researchreport\\_web\\_final\\_2.pdf](https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/how-girls-really-feel-about-social-media-researchreport_web_final_2.pdf)

Pikó, B. (2023). Adolescent Life Satisfaction: Association with Psychological, School-Related, Religious and Socially Supportive Factors. *Children (Basel)*, *10*(7), 1176–1176.

<https://doi.org/10.3390/children10071176>

Robb, M. B. (2020). *Teens and the news: The influencers, celebrities, and platforms they say matter most*. Common Sense Media.

[https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/2020\\_teensandnews-fullreport\\_final-release-web.pdf](https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/2020_teensandnews-fullreport_final-release-web.pdf)

Romer, D. (2010). Adolescent risk taking, impulsivity, and brain development: Implications for prevention. *Developmental Psychobiology*, *52*(3).

<https://doi.org/10.1002/dev.20442>

Smith, A. R. Steinberg, L., Strang, N., & Chein, J. (2015). Age differences in the impact of peers on adolescents' and adults' neural response to reward. *Developmental Cognitive Neuroscience*, *11*, 75–82. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2014.08.010>

<https://doi.org/10.1016/j.dcn.2014.08.010>

Steinberg, L., Graham, S., O'Brien, L., Woolard, J., Cauffman, E., & Banich, M. (2009). Age Differences in Future Orientation and Delay Discounting. *Child Development*,

*80*(1), 28–44. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01244.x>

*Teen Brain: Behavior, Problem Solving, and Decision Making*. (2017). The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry Facts for Families Guide.

[https://www.aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/FFF-Guide/The-Teen-Brain-Behavior-Problem-Solving-and-Decision-Making-095.aspx](https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/The-Teen-Brain-Behavior-Problem-Solving-and-Decision-Making-095.aspx)

Vogels, E. A. (2022). *Teens and Cyberbullying 2022*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/internet/2022/12/15/teens-and-cyberbullying-2022/>

Yeager, D. S., Romero, C., Paunesku, D., Hulleman, C. S., Schneider, B., Hinojosa, C., Lee, H. Y., O'Brien, J., Flint, K., Roberts, A., Trott, J., Greene, D., Walton, G. M., & Dweck, C. S. (2016). Using design thinking to improve psychological interventions: The case of the growth mindset during the transition to high school. *Journal of Educational Psychology*, *108*(3), 374–391. <https://doi.org/10.1037/edu0000098>

<https://doi.org/10.1037/edu0000098>

<https://doi.org/10.1037/edu0000098>