

GUIDE POUR LES FAMILLES

sur la création de contenu
par les adolescents

→ **Conseils destinés
aux adolescents**

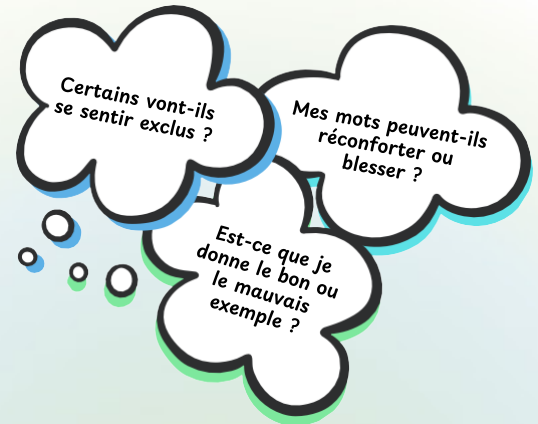
common sense networks™ en partenariat avec 

Créer du contenu est un excellent moyen d'exprimer ta créativité, de partager tes pensées et d'échanger. Suis ces conseils pour que le processus reste toujours sûr, positif et fun !

LA POSITIVITÉ PLUTÔT QUE LA PERFECTION

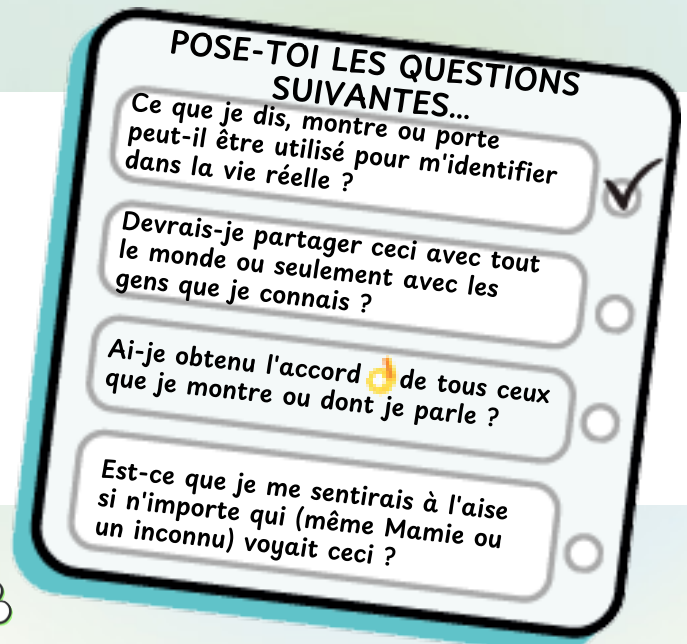
Ton contenu aura un impact sur toi-même et sur les personnes qui le voient, alors autant qu'il soit positif. Pense à la façon dont tes vidéos et tes commentaires vont influencer ton humeur et celle des autres.

Le but est d'échanger avec les autres, pas de te comparer à eux. Ne cherche pas la perfection ni à obtenir des vues et des "J'aime" avant tout. Sois authentique et fais ce que tu aimes.



ATTENTION À NE PAS TROP EN DIRE

Il y a des choses qu'il ne vaut mieux pas partager. Pose-toi ces questions pour mieux vous protéger, tes proches et toi.



FAIS PREUVE D'ESPRIT CRITIQUE

Les tendances et les challenges sont une façon amusante de montrer ses talents et de se sentir proche des autres. Mais parfois, ce qui semble anodin peut se révéler dangereux. Avant de participer, adopte ces trois bons réflexes :

RÉFLÉCHIR > ÉVALUER LES RISQUES > DÉCIDER

GUIDE POUR LES FAMILLES

sur la création de contenu
par les adolescents

→ Conseils destinés
aux adolescents

common sense networks™ en partenariat avec  YouTube

GARDE LE CONTRÔLE SUR TES COMMENTAIRES

Les avis et même les critiques font partie intégrante de la création de contenu. Décide de quelle manière tu vas (ou ne vas pas) répondre.



SUIS TON INSTINCT

Le choix t'appartient. Reste toujours à l'écoute de tes émotions.

-  Tu ressens de la joie ou de l'impatience ? Tu es sûrement sur la bonne voie !
-  Tu es sur les nerfs ou mal à l'aise ? Fais une pause pour réfléchir.
-  Tu ressens de la tristesse ou de la frustration ? C'est peut-être le moment d'arrêter et de demander de l'aide.

PRENDS SOIN DE TOI

Quand tu crées, veille à toujours donner la priorité à ton bien-être...

TROUVE DES ALLIÉS

Appuie-toi sur tes amis, ta famille ou des adultes de confiance.

TROUVE UN ÉQUILIBRE

N'oublie pas tes autres priorités et les activités que tu aimes.

FAIS LE POINT

Qu'est-ce que tu as préféré ?
Que feras-tu différemment la prochaine fois ?

...et le plus important : **AMUSE-TOI** 