

CYBERHARCÈLEMENT

JEUX VIDÉOS

RÉSEAUX  
SOCIAUX

# LES GARDIENS DU NUMÉRIQUE

Pour les parents et les enseignants

INFOX

DONNÉES  
PERSONNELLES

Une création inédite



GRUPE  
**vyv**  
Pour une santé  
accessible à tous

**CNIL**  
COMMISSION NATIONALE  
INFORMATIQUE & LIBERTÉS

Soutenue par

MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE  
ET DE LA JEUNESSE  
*Élève  
Égalité  
Futurs*

**mgen**  
GRUPE vyv

**An@é**  
Eduvox  
*AN@E*

**cité**  
sciences  
et industrie

# Sommaire

ÉDITO

MISSION 1

**Protéger  
les données  
personnelles**  
P.04

MISSION 2

**Reconnaître  
les infos**  
P.06

MISSION 3

**Lutter contre le  
cyberharcèlement**  
P.08

MISSION 4

**Connaître les  
mécanismes de  
l'influence en ligne**  
P.10

MISSION 5

**Maîtriser l'usage  
des jeux vidéo**  
P.12

LES  
CRÉATEURS

GRUPE  
VYV

Le Groupe VYV réalise des initiatives éducatives couvrant tous les éléments essentiels pour maintenir et gérer sa santé. À mesure que la santé devient numérique, un nombre croissant de données de santé personnelles sont générées et exploitées. En sa qualité de 1<sup>er</sup> acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France (assurance, soins et accompagnement, logement), le Groupe VYV vise à sensibiliser chaque individu aux défis liés à la protection de leurs données personnelles et de leur vie privée en ligne.

Dans le cadre de son programme dénommé « Confiance & Éthique Numérique », le Groupe VYV, MGEN (mutuelle membre du Groupe VYV) et ses partenaires collaborent pour fournir gratuitement des ressources pédagogiques visant à enseigner aux jeunes et aux parents les bonnes pratiques à adopter sur Internet.

[groupe-vyv.fr](http://groupe-vyv.fr)

CNIL  
COMMISSION NATIONALE  
INFORMATIQUE & LIBERTÉS

La CNIL est le régulateur des données personnelles, elle a fait de l'éducation au numérique une priorité stratégique. En partenariat avec de nombreux acteurs, elle agit pour diffuser une culture du numérique et de la protection des données personnelles auprès du grand public. Savoir protéger sa vie privée en ligne, comprendre le modèle économique des acteurs du numérique, connaître ses droits et être capable de les exercer : autant d'enjeux que chaque citoyen doit maîtriser pour être acteur de sa vie numérique.

[cnil.fr](http://cnil.fr)

Soutenu par

MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE  
ET DE LA JEUNESSE  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

Le MENJ a pour objectif de donner à tous les élèves une éducation au numérique qui leur permette d'acquérir les connaissances et les compétences nécessaires à leur insertion sociale et professionnelle, au développement de leur personnalité et à la poursuite de leurs études.

Les mondes numériques (Internet, réseaux sociaux, smartphones, consoles de jeux vidéo...) offrent de nombreuses possibilités d'échange, de partage. Un horizon infini de connaissances, disponibles en quelques clics depuis n'importe quel appareil connecté !

À l'ère des réseaux sociaux, smartphones, jeux vidéo et autres métavers, les enfants grandissent dans un monde où les frontières entre vie réelle et virtuelle sont floues et perméables. En tant que parents et enseignants, vous pouvez parfois être perplexes, et avoir besoin d'informations, de conseils pratiques pour les accompagner au mieux.

Dans ce livret nous souhaitons vous ouvrir une première porte sur les grands enjeux du numérique et vous fournir des clés de connaissances et des idées d'actions concrètes. Nous l'avons conçu comme un outil ludopédagogique pour ouvrir le dialogue avec les plus jeunes et vous accompagner dans l'éducation à la citoyenneté numérique des enfants.

Ce livret fait également écho au jeu immersif que nous avons co-créé en 2019 visant à sensibiliser les jeunes de 10 à 15 ans. Soutenu par le ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse, MGEN, l'An@é-Educavox et Universcience.

**Le Groupe VYV et la CNIL**

En savoir plus sur  
le jeu immersif :

[cnil.fr/jeudevasion](http://cnil.fr/jeudevasion)

# Protéger les données personnelles



## Comment ça marche ?

Dès que nous utilisons nos appareils connectés (smartphone, tablette, ordinateur, montre...) nous livrons des données personnelles. Dans le langage informatique, les données numériques sont représentées par les chiffres 0 et 1. Elles traduisent souvent, dans ce langage, des informations concernant des personnes.



## Quelles données peuvent-être collectées ?

La religion, l'état de santé, les opinions politiques, l'appartenance syndicale, l'orientation sexuelle sont des **données personnelles dites « sensibles »**. Il est **interdit de les collecter** à moins de recueillir au préalable le consentement de la personne. L'empreinte digitale, l'ADN, l'iris de l'œil sont des **données biométriques**, qui sont aussi légalement considérées comme « sensibles ». En France et en Europe, il existe un cadre juridique très protecteur des données personnelles : le RGPD.



## Quelles sont les données qui nous identifient ?

Chaque jour ce sont des milliards de données qui sont partagées, dont nos données personnelles, celles qui nous permettent de nous identifier. Ce peut être notre prénom, nom, date de naissance, visage, voix, adresse IP... D'autres données qui touchent à notre vie privée peuvent être collectées également à travers notre navigation, nos commentaires sur les réseaux sociaux...

**Les cookies installés au fil de nos navigations sur nos appareils connectés permettent par exemple à des tiers de connaître nos navigations et d'en déduire nos goûts et nos préférences.**

# 46%

**des jeunes déclarent avoir subi un piratage de leurs comptes ou données personnelles sur les réseaux sociaux.**

Source : Enquête institut Audirep 2022 e-Enfance/3018

## À FAIRE

# 82%

**des enfants pensent qu'il y a des dangers quand ils utilisent Internet.**

Source : Étude Harris inter active 2023 pour e-Enfance/3018



## Quels sont les risques ?

Toutes les données que nous partageons renseignent sur notre identité, nos valeurs, nos passions, nos proches. Ce sont des données qui sont de l'ordre de la vie privée, de l'intime.

**Or elles peuvent être utilisées à notre insu, pour nous vendre des produits ou des idées.** Aujourd'hui, l'immense majorité du marché de la donnée est partagée par de grandes entreprises qui stockent de l'information et qui la revendent ensuite au plus offrant.

Le profilage est une technique qui a pour objectif de nous faire correspondre à des schémas mis en place pour persuader ou vendre par exemple.

Pour les parents

## À LA MAISON

Accompagnez vos enfants grâce à des jeux ou des activités ludiques pour parler de la protection de leurs données personnelles.



**LE LIURET D'ACTIVITÉS**  
Protégez la vie privée de vos enfants

**LE JEU DE CARTES**  
Tous ensemble, prudence sur Internet



**LA VIDÉO**  
Prudence sur Internet avec la CNIL

Pour les enseignants

## EN CLASSE

Sensibilisez vos élèves en organisant des séances de discussions et d'activités sur les actions à mettre en place pour la protection des données.



**LE PROGRAMME PÉDAGOGIQUE**  
Protégez la vie privée de vos élèves

**LE POSTER**  
En ligne, soyons tous prudents !



**L'AFFICHE**  
10 conseils pour rester net sur le Net

# Reconnaître les infox



## C'est quoi une "infox" ?

Une "fake news", ou "infox" en français, désigne une information mensongère pour induire une personne en erreur. La propagation d'une infox est facilitée par la rapidité de diffusion et l'effet d'amplification des réseaux sociaux, des messages instantanés...



## Est-ce que c'est grave ?

Les infox peuvent propager de la désinformation sur des sujets cruciaux tels que la santé, la politique et la science, ce qui peut avoir des **conséquences néfastes allant de la confusion du public à la manipulation des opinions et des comportements**. En alimentant les divisions sociales et en exacerbant les tensions, les infox peuvent contribuer à polariser les débats et mettre en danger la démocratie.



## Comment les repérer ?

Pour lutter contre les risques d'infox, il est essentiel de développer des compétences en **pensée critique** et en vérification des faits, afin de contrer les effets nocifs des infox et préserver l'intégrité de l'information.

Doter les enfants (et les adultes !) d'outils nécessaires au développement de la pensée critique, leur permet de devenir des lecteurs et lectrices avertis et responsables de l'information. Il est crucial **d'apprendre à questionner les contenus, apprendre à observer les sources d'information, à vérifier les faits et à rechercher des avis différents**. Aider les enfants à identifier les signes caractéristiques de contenus douteux (titres sensationnalistes, images manipulées...) permet d'aller dans ce sens.

Plus de  
**40%**

des utilisateurs de TikTok ont confiance dans le contenu des influenceurs s'ils ont beaucoup d'abonnés.

Source : IFOP, Fondation Jean Jaurès, Reboot, 2022

## À FAIRE

**64%**

des jeunes entre 18 et 24 ans utilisent Internet comme source principale d'information.

Source : "Observation Reboot de l'information et du raisonnement critique - volet 2 : l'élection présidentielle et les pratiques des Français en matière d'information et de raisonnement critique", IFOP, 19 avril 2022

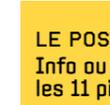
Pour les parents

## À LA MAISON

Familiarisez-vous avec le décodage des fausses informations et éduquez vos enfants à l'esprit critique.



LA VIDÉO  
C'est quoi les infox ?



LE POSTER  
Info ou Intox, les 11 pièges à éviter



LE KIT DECODEX  
Pour dénicher les fausses informations

Pour les enseignants

## EN CLASSE

Organisez des sessions et des programmes ludiques à l'éducation aux médias et à l'information.



LE LIVRET PÉDAGOGIQUE  
Les essentiels d'éducation aux médias et à l'information



LE PROGRAMME ÉDUCATIF  
Éducation aux médias et à l'information



LE LIVRET  
Info ou Intox, ne tombe pas dans le panneau !

# Lutter contre le cyberharcèlement



## Qu'est-ce que le cyberharcèlement ?

Le cyberharcèlement est un harcèlement sur Internet (courriels, réseaux sociaux...). **C'est un délit, au même titre que les autres formes de harcèlement (sexuel, moral).** Il se caractérise par des propos ou comportements répétés ayant pour objet ou pour effet une dégradation des conditions de vie d'une personne, se traduisant par une altération de sa santé physique ou mentale.



## Que faire en cas de cyberharcèlement ?

Chacun de nous détient une part de la solution au problème du cyberharcèlement. Des actions sont possibles à chaque niveau (familial, scolaire, institutions, hébergeur, police...) et doivent s'opérer de concert pour le plus d'efficacité possible.



## À quoi ressemble-t-il ?

Le cyberharcèlement prend **des formes diverses qui sont en évolution constante** :

- les intimidations, insultes, moqueries ou menaces en ligne
- la diffusion de rumeurs
- le piratage de compte et/ou l'usurpation d'identité digitale
- la création d'un groupe, d'une page ou d'un sujet de discussion sur un réseau social à l'encontre d'une personne
- la publication de photos ou vidéos embarrassantes ou humiliantes de la victime
- le *sexting* non consenti (contraction de « sex » et « texting » pour désigner l'échange de contenus à caractère sexuel par SMS ou messagerie) ou encore le *revenge porn* ou vengeance pornographique
- le chantage à la webcam
- ...

# 52%

**des jeunes ont déjà fait de mauvaises rencontres sur Internet.**

Source : Etude e-Enfance/3018, réalisée par l'Institut Audirep du 18 mai au 3 juin 2022 par Internet auprès de 1 209 jeunes de 18 à 25 ans

## À FAIRE



## À qui demander de l'aide ?

Un numéro national par e-Enfance est disponible pour des conseils et de l'aide en cas de cyberharcèlement. Gratuit, anonyme et confidentiel, 7j/7 de 9h à 23h. Par téléphone, tchat et via l'application **3018**, avec un quiz « Suis-je harcelé(e)?, 2 minutes pour savoir et agir ».



## Que dit la loi ?

Le cyberharcèlement **est un délit sanctionné par des peines pouvant atteindre un an d'emprisonnement et 15 000 € d'amende** (Article 222-33-2-2 du Code Pénal).

Les sanctions varient suivant que l'auteur a plus ou moins de 13 ans, et que la victime a plus ou moins de 15 ans. Dans tous les cas, ce sont les parents des auteurs mineurs, quel que soit leur âge, qui seront responsables civilement. Ce sont eux qui devront indemniser les parents de la victime.

Pour les parents

## À LA MAISON

Communiquez de façon ouverte avec vos enfants et approfondissez vos connaissances pour prévenir le cyberharcèlement.



LA VIDEO  
Ma meilleure amie est super fâchée



LA MALLETTE  
Pour les parents par la Trousse à Projets



LA BD  
Le cyberharcèlement, parlons-en

Pour les enseignants

## EN CLASSE

Formez-vous pour identifier des cas de harcèlement chez vos élèves et mettez en place des programmes de lutte contre le cyberharcèlement au sein de votre établissement.



LE PROGRAMME DE LUTTE "PHARE"



LES INFOS  
Agir contre le cyberharcèlement



LA LOI  
Connaître ses droits

# Connaître les mécanismes de l'influence en ligne



## L'influence, qu'est-ce que c'est ?

Action qu'exerce une chose, un phénomène, une situation sur quelqu'un ou quelque chose. [...] *Le Robert*, 2020

Parmi les 5 milliards d'internautes,

# 93%

sont sur les réseaux sociaux (4,65 milliards).

Source : Domo, "Data Never Sleeps", 2022



## Quels en sont les mécanismes ?

Les mécanismes de l'influence agissent sur les subtils rouages qui guident nos choix, attitudes et comportements, souvent de manière inconsciente. Ces mécanismes tirent parti de notre psychologie et de nos **biais cognitifs, exploitant notre besoin d'appartenance, de conformité et de reconnaissance sociale**. Et ces mécanismes de l'influence prennent une nouvelle dimension à l'ère des réseaux sociaux, où la technologie amplifie leur portée et leur impact. Les plateformes sociales exploitent la preuve sociale en mettant en avant le nombre de *j'aime*, de partages et de commentaires pour valider l'importance d'une publication.

Cela nous incite à adopter des comportements similaires à ceux des autres dans le but de nous sentir acceptés. **Comprendre ces mécanismes de l'influence peut nous rendre plus conscients de nos choix et nous aider à prendre des décisions plus éclairées en toute indépendance.**

## À FAIRE



## Quel est le rôle des algorithmes ?

Les algorithmes utilisent les données collectées sur nos comportements passés pour anticiper nos préférences et nous présenter un contenu personnalisé. Cette personnalisation peut renforcer nos croyances existantes en nous exposant principalement à des informations similaires, limitant ainsi notre exposition à des contenus diversifiés. De plus, **les algorithmes exploitent nos réactions émotionnelles en mettant en avant des contenus pouvant susciter des réponses émotionnelles fortes, ce qui peut renforcer notre engagement en ligne, mais aussi contribuer à la propagation de la désinformation.**

Si l'on considère que l'individu moyen dort environ 7 à 8 heures par jour, l'internaute type passe désormais plus de

# 40%

de sa vie éveillée « en ligne ».

Source : Hootsuite et We Are Social, "Digital Report 2022", 2022

Pour les parents

## À LA MAISON

Parlez en famille des différents mécanismes de l'influence pour que les enfants soient conscients de ces derniers.



LA VIDÉO  
L'addiction aux écrans ?

Pour les enseignants

## EN CLASSE

Sensibilisez vos élèves aux techniques de l'influence grâce à des sessions et activités en classe.



LA SÉRIE  
Dopamine

LE PROGRAMME  
PÉDAGOGIQUE  
Les écrans, le cerveau  
et... l'enfant



# Maîtriser l'usage des jeux vidéo



## Quelle est la spécificité des jeux vidéo ?

Tout comme quand on lit un roman, ou regarde un film, **les jeux vidéo permettent de vivre une expérience et d'entrer dans un autre monde.** La spécificité avec les jeux vidéo, c'est **l'interactivité.** Le personnage que nous incarnons dans le jeu peut agir dans l'histoire et la modifier. On parle de **"gameplay"**, c'est la façon de jouer et d'interagir dans l'histoire.



## Quels sont les modèles économiques de ces jeux ?

Pour être rentables, les sociétés éditrices de jeux vidéo **utilisent plusieurs modèles économiques, parfois combinés. Alternant le temps de jeu gratuit et payant.** Par exemple, on peut s'abonner ou bien jouer gratuitement une partie du jeu puis devoir payer ensuite, en achats intégrés. On peut aussi payer à l'acte. Aujourd'hui, on peut même être payé pour jouer (modèle "play to earn"). La publicité peut financer le jeu et dans ce cas, chaque clic et chaque minute passée détermine un profil. Des produits correspondant à nos goûts nous seront proposés et ce ne sera pas le hasard.



## Quels sont les impacts sur les joueurs ?

Les modèles économiques guident toute l'expérience du joueur. Le design des jeux vidéo est aussi pensé pour amener les actions immédiates et maintenir l'attention. **Pour inciter à continuer à jouer, et donc à payer, plusieurs émotions vont être provoquées.** Par exemple, la frustration peut être voulue par l'éditeur du jeu, pour inciter à cliquer sur « payer ». L'exploitation des données personnelles et des traces numériques peut aussi largement faire partie du modèle économique des jeux vidéo, y compris quand on paie l'accès au jeu.

## À FAIRE

# 95%

des enfants jouent aux jeux vidéo (10-17 ans).

# 95%

des parents déclarent connaître l'existence du contrôle parental et 44% l'utilisent.

Source : étude SELL/Médiamétrie  
« Les Français et le Jeu Vidéo », 2022



## À quoi servent les classifications PEGI ?

Le *Pan European Game Information* (PEGI) est un système européen de classification des jeux vidéo en fonction de leur contenu, visant à fournir aux consommateurs des informations claires sur le contenu approprié à différentes tranches d'âge. **PEGI a été créé dans le but d'aider les parents et les tuteurs à prendre des décisions éclairées lors de l'achat de jeux vidéo pour les enfants et les adolescents.** Il est important de respecter le système de classification des jeux vidéo pour s'assurer que le contenu corresponde bien à l'âge des enfants.

Pour les parents

### À LA MAISON

Enrichissez vos connaissances des jeux vidéo pour pouvoir communiquer avec vos enfants et les aider à maîtriser leur usage des jeux vidéo.



E-ENFANCE  
Contrôle parental



PÉDAGOJEUX  
Comprendre les jeux vidéos en famille



LE LIVRET  
Pour une pratique responsable du jeu vidéo

Pour les enseignants

### EN CLASSE

Organisez des sessions d'informations et de réflexions sur le fonctionnement des jeux vidéo auprès des élèves.



LES LOGOS  
Le classement PEGI



PÉDAGOJEUX  
Les jeux qui font débat



ESPACE D'INFO  
Informations pratiques

# Aller plus loin

## EDUCNUM.

**Le collectif EDUCNUM vous invite à aller plus loin en découvrant d'autres ressources.**

*Le collectif Educnum réunit des acteurs très divers, issus du monde de l'éducation, de la recherche, de l'économie numérique, de la société civile, de fondations d'entreprises et d'autres institutions. Il a pour objectif de porter et de soutenir des actions visant à promouvoir une véritable «culture citoyenne du numérique».*



**Scannez pour accéder à  
toutes les ressources !**