

MON ENFANT " JOUE À DES JEUX VIDÉO JE RETIENS QUE



MON ENFANT S'Y INTÉRESSE :

Il prend du plaisir et se divertit.

Il développe de nouvelles compétences.

Il progresse et il gagne.

Il est valorisé.

Il peut jouer avec ses amis
et ses camarades de classe.

Il peut en parler avec eux.





JE M'INTÉRESSE AU CONTENU:

Je recherche des informations
sur Internet
et auprès des autres parents
avant d'acheter un jeu.

Je me renseigne sur le contenu
et l'âge conseillé
en consultant www.pe8i.info.

Je me renseigne
sur la durée des parties.

Je sais que des achats intégrés
sont proposés dans certains jeux.

JE FIXE DES RÈGLES:

Je limite le temps
pour que mon enfant puisse:

- se dépenser physiquement;
- avoir ses heures de sommeil;
- avoir des activités variées.

Je discute des règles avec lui.

Je lui propose d'écrire
les règles et de les afficher.

Je fais évoluer les règles
selon l'âge et les besoins
de mon enfant.

Je parle des conséquences en cas
de non-respect des règles.



POUR M'AIDER À MAINTENIR LE CADRE:



Je fixe des règles et des limites
pour le bien-être de mon enfant.

Je sais pourquoi je dis non,
je me fais confiance.

Je lui apprends à gérer ses émotions
quand il joue ou quand il doit arrêter de jouer.

Je paramètre la console de jeux
avec un contrôle parental.

J'utilise un minuteur
pour limiter la durée du jeu.

Je diminue mon temps d'écran
pour montrer l'exemple.

Je prends le temps de regarder
mon enfant jouer,
je le félicite et l'encourage.

Je joue à un jeu vidéo avec lui.



J'AI RAISON DE M'INQUIÉTER SI:

Mon enfant passe de plus
en plus de temps à jouer
et délaisse les autres activités.

Il se met régulièrement en colère
lorsqu'il doit arrêter de jouer.

Il devient agressif.

Ses résultats scolaires baissent.

Il a des difficultés à s'endormir.

Il est fatigué.

Il s'isole, il se renferme.

