Contrôle parental en pratique

Configurer des garde-fous sans installer une surveillance permanente

LE PRINCIPE

Un contrôle parental est un outil de protection. Il doit être adapté à l'âge, expliqué à l'enfant et régulièrement réévalué. La CNIL recommande une approche proportionnée, transparente et respectueuse de la vie privée. [1]

01 Ce qu'un contrôle parental peut faire, et ne peut pas faire

Fonctions utiles

- Restreindre certains contenus selon l'âge.
- Bloquer ou soumettre les téléchargements à autorisation.
- Limiter certains horaires ou temps d'utilisation.
- Encadrer les achats et dépenses en ligne.
- Limiter les interactions et communications selon les services.
- Aider à sécuriser le navigateur ou certaines applications.

Ce qu'il ne garantit pas

- Filtrer 100 % des contenus problématiques.
- Empêcher toutes les stratégies de contournement.
- Comprendre à la place de l'enfant ce qu'il voit ou vit.
- Remplacer la discussion sur les contacts, les achats et la vie privée.
- Évaluer le bien-être ou détecter seul un cyberharcèlement.

Le portail public « Je protège mon enfant » recommande d'activer et de paramétrer les outils sur l'ensemble des équipements utilisés (smartphone, tablette, ordinateur, console), tout en rappelant qu'ils ne remplacent pas l'écoute et le dialogue. [2]

02 Checklist de configuration en 10 étapes

1. **Créer des comptes distincts** : un compte adulte administrateur et, lorsque le service le permet, un compte enfant ou adolescent.
2. **Indiquer l'âge réel** : les protections et classifications dépendent souvent de l'âge déclaré.
3. **Définir les contenus autorisés** : applications, jeux, sites ou catégories cohérents avec l'âge et la maturité.
4. **Activer l'autorisation des achats** : éviter un moyen de paiement utilisable sans validation ou code parent.
5. **Régler les horaires** : protéger notamment le sommeil et les moments familiaux.

6. **Vérifier les communications** : chat vocal, messages, invitations, multijoueur et contacts inconnus.
7. **Réduire les données exposées** : profil, géolocalisation, visibilité publique et historique quand ils ne sont pas nécessaires.
8. **Sécuriser le compte parent** : mot de passe unique, authentification renforcée si disponible, code non partagé.
9. **Tester depuis le compte enfant** : vérifier concrètement ce qui est bloqué, autorisé et visible.
10. **Expliquer et réévaluer** : dire à l'enfant quelles règles sont actives et pourquoi ; les ajuster à mesure qu'il gagne en autonomie.

03 Où trouver les réglages officiels ?

Les menus changent régulièrement. Plutôt que de mémoriser une procédure qui peut devenir obsolète, utilisez le portail public « Je protège mon enfant », qui renvoie vers des fiches de paramétrage pour les principaux environnements : consoles, smartphones, tablettes, services vidéo et réseaux sociaux. [2]

ÉQUIPEMENT OU USAGE	RÉGLAGES À VÉRIFIER
Console de jeux	Classification par âge, achats, multijoueur, chat, horaires.
Smartphone ou tablette	Installation d'applications, temps d'usage, contenus, navigateur, paiement, localisation.
Ordinateur	Compte non administrateur, navigateur, téléchargements, applications, horaires.
Réseaux et plateformes	Compte privé, messages, commentaires, recommandations, blocage, signalement.

04 Vie privée : la limite à ne pas franchir

La CNIL alerte sur les fonctions très intrusives : géolocalisation permanente, consultation systématique des conversations ou surveillance continue peuvent fragiliser la confiance, freiner l'autonomisation et banaliser la surveillance. Elle recommande de choisir les fonctions nécessaires, d'informer l'enfant et de tenir compte de son âge et de sa maturité. [1]

> **QUESTION À SE POSER AVANT D'ACTIVER UNE OPTION**
> Cette fonction protège-t-elle réellement mon enfant contre un risque identifié, ou me permet-elle surtout de tout voir ? Si une protection moins intrusive atteint le même objectif, privilégiez-la.

05 Cadre français

La loi du 2 mars 2022 a renforcé le cadre applicable aux dispositifs de contrôle parental sur les équipements donnant accès à internet. Elle prévoit notamment la présence d'un dispositif aisément accessible et compréhensible permettant de restreindre ou contrôler l'accès des mineurs à certains services et contenus. [3]

IMPORTANT

Cette ressource fournit des repères éducatifs et de prévention. Elle ne remplace pas un avis médical, psychologique, juridique ou une prise en charge individualisée.

Sources et références

[1] CNIL : Recommandation 5 : promouvoir des outils de contrôle parental respectueux de la vie privée et de l'intérêt de l'enfant (2021). www.cnil.fr

[2] Je protège mon enfant : Vos outils : je protège mon enfant dans son usage des écrans (consulté en 2026). jeprotegemonenfant.gouv.fr

[3] Légifrance : Loi n° 2022-300 du 2 mars 2022 visant à renforcer le contrôle parental sur les moyens d'accès à internet (en vigueur au 28/08/2026). www.legifrance.gouv.fr

[4] PEGI : Comment les jeux sont-ils évalués ? (consulté en 2026). pegi.info

Un mot technique ? Le glossaire est sur asso-reboot.fr/glossaire. Sources vérifiées le 28 août 2026. Les interfaces, services et textes réglementaires peuvent évoluer : privilégiez les liens officiels pour les informations opérationnelles à jour.

POUR ALLER PLUS LOIN

Un atelier sur ce thème ?

REBOOT construit le format à partir de votre public, de vos objectifs et de vos contraintes : atelier ponctuel, cycle, conférence ou temps fort.

LES 5 FICHES RESSOURCES

01 **Écrans et jeux vidéo : les bons repères**
asso-reboot.fr/ressources/ecrans-jeux-video-bons-reperes

02 **Parents, enfants et écrans**
asso-reboot.fr/ressources/parents-enfants-ecrans

03 **Contrôle parental en pratique**
asso-reboot.fr/ressources/controle-parental

04 **Cyberharcèlement et comportements en ligne**
asso-reboot.fr/ressources/cyberharcelement

05 **PEGI, jeux en ligne et achats intégrés**
asso-reboot.fr/ressources/pegi-jeux-en-ligne-achats-integres

CONTACT

WhatsApp : 06 40 40 06 99

contact@asso-reboot.fr

www.asso-reboot.fr

Nous privilégions l'e-mail et WhatsApp. Permanence téléphonique : mercredi 14h à 18h, samedi 10h à 12h.

CATALOGUES

Catalogue des ateliers, avec les durées et les tarifs :

asso-reboot.fr/catalogue-ateliers

Association REBOOT

5 bis rue de la Forêt, 95350 Saint-Brice-sous-Forêt · SIRET 879 293 470 00024 · RNA W952013173