



# LA CYBERINTIMIDATION

|                     |   |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TITRE               | → | Avant de cliquer, je réfléchis: agir de manière responsable en ligne                                                                                                                                                                                   |
| ÉLÈVES CIBLÉS       | → | Préscolaire, 1 <sup>er</sup> cycle et 2 <sup>e</sup> cycle du primaire                                                                                                                                                                                 |
| OBJECTIFS           | → | Amener les élèves à réfléchir à leur utilisation des écrans afin de favoriser des comportements responsables, sécuritaires et respectueux.                                                                                                             |
| DURÉE APPROXIMATIVE | → | Entre 15 et 20 minutes                                                                                                                                                                                                                                 |
| MATÉRIEL            | → | <ul style="list-style-type: none"><li>Fiche informative d'Éducaloi: La cyberintimidation</li><li>Au besoin: faire appel à des personnes-ressources pour aborder les sujets de l'activité.</li></ul>                                                    |
| FLEXIBILITÉ         | → | Le déroulement des activités est proposé à titre indicatif et peut être adapté selon la réalité de chaque milieu. Par exemple, les activités peuvent être réalisées à des moments différents et être modifiées en fonction du groupe d'âge des élèves. |

## MISE EN CONTEXTE



### Même en ligne, j'ai des droits et des limites à ne pas franchir

À l'ère d'aujourd'hui, la technologie est omniprésente. Les élèves commencent de plus en plus jeunes à s'en servir et sont à quelques clics d'une panoplie de contenus. Ainsi, il importe de sensibiliser les enfants dès leur jeune âge, afin de promouvoir une saine utilisation des écrans et de prévenir l'exposition à des contenus inappropriés.

- ✓ Chaque élève a le droit d'être respecté et de se sentir en sécurité, même sur une tablette, sur un ordinateur ou dans un jeu.
- ✓ Bien que jouer et regarder des vidéos dans le cyberspace puisse procurer du plaisir, il est nécessaire de respecter les règles et de l'utiliser avec prudence et respect, pour soi et pour les autres.
- ✓ Dans le cyberspace comme dans la vraie vie, chacun a le droit de se sentir en sécurité et respecté.
- ✓ Lorsque quelque chose dérange ou fait vivre des émotions difficiles, il est important d'en parler à un adulte.

## LECTURE D'UNE HISTOIRE INCLUANT DES QUESTIONS POUR DISCUTER DE L'UTILISATION SÉCURITAIRE DU CYBERESPACE

La personne qui anime l'activité lit une histoire sur le thème des comportements à adopter dans le cyberspace (ex.: être poli avec les autres, demander la permission à ses parents avant de jouer à un jeu, etc.). Par la suite, une discussion est entamée avec les élèves afin de réfléchir aux répercussions que peuvent avoir les écrans sur leur bien-être, aux bons réflexes à avoir lorsque l'on vit quelque chose de désagréable ainsi qu'aux façons d'utiliser adéquatement la technologie.



# Histoire – Partie 1 : Le secret derrière l'écran

## MESSAGE CLÉ

Certaines images ou vidéos peuvent être dérangeantes. Choisir des contenus adaptés à son âge aide à être en sécurité. Lorsqu'une situation nous met mal à l'aise, en parler à un adulte est important. Léo a eu le bon réflexe d'en parler à son enseignante, car lorsque quelque chose nous dérange ou nous fait vivre des émotions difficiles, il est important d'en parler à un adulte. Léo devrait aussi informer ses parents afin de trouver ensemble des moyens pour éviter que cela se reproduise.

**Léo a 8 ans. Il aime les chiens, jouer au soccer et sauter sur le trampoline avec ses amis.**

**Après sa journée d'école, lorsqu'il n'a pas de pratique de soccer, il aime parfois passer du temps sur sa tablette. En attendant le souper, il regarde des vidéos et joue à des jeux où il est possible de discuter avec d'autres enfants en ligne. Parfois, il joue avec des amis, et d'autres fois, il joue avec des inconnus.**

**Un soir, pendant que ses parents sont en train de cuisiner, Léo regarde sa tablette quand, tout à coup, celle-ci fait jouer une vidéo automatiquement. Au début, la vidéo est amusante, mais plus elle avance, plus les images deviennent violentes et effrayantes. Léo sent son cœur battre plus fort. Il ferme la tablette rapidement, mais les images restent dans sa tête. Pendant le souper, les parents de Léo remarquent qu'il n'a pas l'air bien, alors ils lui demandent si tout va bien, mais Léo préfère ne rien dire pour ne pas inquiéter ses parents.**

**De retour à l'école, l'enseignante de Léo anime une activité sur l'utilisation des écrans et les bons comportements à adopter dans le cyberspace. Durant l'activité, Léo s'ouvre sur ce qu'il a vécu avec la vidéo effrayante dans son jeu vidéo.**

---

## Discussion

- › Comment Léo peut se sentir quand il voit des images violentes ?
  - › Quand tu regardes des vidéos ou que tu joues à des jeux en ligne, est-ce qu'il peut t'arriver de ne pas aimer ce que tu vois ? Que fais-tu dans cette situation ?
  - › Est-ce que toutes les images et vidéos présentées en ligne sont réelles ? Comment faire pour savoir si elles sont vraies ?
  - › Que peut-on faire pour éviter de voir des choses qui font peur ou qui ne sont pas adaptées à notre âge ?
  - › Est-ce que Léo a bien fait d'informer son enseignante de ce qu'il a vu ?
  - › À part son enseignante, à qui d'autre Léo peut-il parler quand quelque chose le dérange en ligne ?
-

## Histoire – Partie 2 : Quand les écrans touchent le cœur

### MESSAGE CLÉ

Bien que jouer et regarder des vidéos dans le cyberspace puisse procurer du plaisir, il est nécessaire de respecter les règles et de l'utiliser avec prudence et respect, pour soi et pour les autres. Dans le cyberspace comme dans la vraie vie, chacun a le droit de se sentir en sécurité et respecté. Ce que l'on voit dans des vidéos peut influencer nos comportements. Se moquer de quelqu'un, en ligne ou en personne, peut blesser et devenir une forme d'intimidation.

### Suggestion d'histoire

Noah a 7 ans. Il aime les chats, dessiner et parler d'animés ou de mangas avec ses amis. Parfois, après l'école, il regarde quelques vidéos sur la tablette familiale.

Un soir, Noah regarde des vidéos amusantes d'animaux. Il rit beaucoup en voyant un chat qui essaie d'attraper une plume.

Puis, une autre vidéo apparaît. Dans cette vidéo, un garçon filme son ami pendant qu'il essaie de réussir un défi dans un jeu. L'ami se trompe. Le garçon qui filme éclate de rire et commence à se moquer de lui. Il dit des mots méchants et répète plusieurs fois :

« Haha ! T'es vraiment mauvais ! ».

D'autres personnes dans la vidéo rient aussi.

Au début, Noah trouve cela un peu drôle. Il regarde même la vidéo une deuxième fois.

Le lendemain, à l'école, les élèves ont un moment de dessin en classe. Noah et son ami William aiment dessiner des personnages de leurs animés préférés.

William montre son dessin à Noah. Il a essayé de dessiner un personnage de manga, mais le dessin ne ressemble pas vraiment à un personnage de manga.

En regardant le dessin, Noah se souvient soudainement de la vidéo qu'il a vue, la veille. Sans trop réfléchir, il se met à rire de William et lui dit d'une voix forte : « Haha ! T'es vraiment mauvais ! ».

Quelques élèves autour rient aussi.

William arrête de dessiner. Il baisse la tête et ne dit plus rien.

William cesse de sourire. Il regarde son dessin et le cache un peu avec sa main.

L'enseignante remarque la situation. Plus tard, elle demande calmement à Noah ce qui s'est passé. Noah explique qu'il a vu une vidéo où un garçon disait la même chose à son ami et faisait rire tout le monde. Noah, lui aussi, voulait faire rire la classe.

---

### Discussion guidée

- › Pourquoi Noah a-t-il répété ce qu'il a vu dans la vidéo ?
  - › Comment William a-t-il pu se sentir ?
  - › Est-ce que ce qui est montré dans certaines vidéos est toujours positif et une bonne idée à imiter ?
  - › Est-ce que se moquer de quelqu'un peut devenir une forme d'intimidation ?
  - › Que peut-on faire si l'on voit des vidéos où les gens sont ridiculisés ?
  - › Est-ce que Noah a bien fait d'informer son enseignante de ce qu'il a vu ?
  - › À part son enseignante, à qui d'autre Noah peut-il parler quand quelque chose le dérange en ligne ?
  - › Est-ce que les règles de vie de l'école s'appliquent aussi sur Internet ? Pourquoi ?
  - › Lorsqu'une personne se fait insulter sur Internet, est-ce que ça fait autant de mal qu'en personne ?
  - › Est-ce que les personnes qui insultent les autres en ligne peuvent avoir des conséquences ?
  - › Qu'est-ce qu'on doit faire si l'on voit un message blessant en ligne ? Pourquoi ne faut-il pas partager ce type de message ?
- 

## Activité : Le feu de signalisation du cyberespace

### Objectif de l'activité

Amener les élèves à réfléchir à leurs comportements dans le cyberespace et à distinguer les actions qui sont appropriées, celles qui sont risquées et celles qui ne devraient jamais être posées.

#### MESSAGES CLÉS

- › Les actions posées en ligne ont des conséquences réelles pour soi et pour les autres.
- › Certaines actions sont sécuritaires, d'autres comportent des risques et certaines ne doivent jamais être faites.
- › En cas de doute ou de situation inconfortable, il est important d'en parler à un adulte de confiance.

## Mise en contexte (à lire aux élèves)

Lorsque nous utilisons Internet, les réseaux sociaux ou les jeux en ligne, nous faisons plusieurs choix. Certains comportements sont sécuritaires et respectueux, tandis que d'autres peuvent être risqués ou même blesser les autres. Pour nous aider à réfléchir à nos actions dans le cyberespace, nous allons utiliser l'image d'un feu de signalisation.

## Signification des couleurs

---

- **Feu rouge** : On ne doit jamais faire cette action.
  - **Feu jaune** : Cette action peut comporter un risque. On doit en parler à un adulte avant de continuer.
  - **Feu vert** : Cette action est sécuritaire et respectueuse. On peut la faire sans problème.
- 

## Déroulement de l'activité

- › La personne qui anime présente aux élèves le principe du feu de signalisation.
- › Elle présente différentes situations vécues dans le cyberespace.
- › Les élèves doivent décider si la situation correspond à :
  - un feu **rouge**,
  - un feu **jaune**,
  - ou un feu **vert**.
- › Les élèves peuvent :
  - lever une carte de couleur,
  - lever la main et expliquer leur choix,
  - se déplacer dans la classe vers une zone rouge, jaune ou verte.
- › Après chaque réponse, un court échange est tenu avec le groupe afin de comprendre pourquoi la situation correspond à cette couleur.

## Exemples de situations à analyser

- › Partager la photo d'un ami sans lui demander son autorisation.
- › Bloquer un compte qui envoie des messages méchants.
- › Répondre à un message d'une personne inconnue qui demande ton adresse.
- › Publier un commentaire pour encourager un ami.
- › Partager son mot de passe avec un ami.
- › Parler à un adulte si un message reçu nous rend mal à l'aise.
- › Se moquer de quelqu'un dans un groupe de discussion.

## Retour en groupe

- › Pour conclure l'activité, discuter avec les élèves :
  - Pourquoi certaines actions sont-elles dangereuses dans le cyberespace ?
  - Que peut-on faire lorsqu'on voit ou reçoit un message blessant ?
  - À quels adultes peut-on parler si une situation en ligne nous inquiète ?

# RESSOURCES

---

## **+Fort**

+FORT est une application mobile qui offre un soutien aux jeunes victimes d'intimidation pour les aider à mieux comprendre ce qu'ils vivent et à explorer des stratégies pour diminuer l'intimidation vécue.

---

## **Tel-jeunes**

Texte : 514 600-1002  
Téléphone : 1 800 263-2266

Des intervenants professionnels sont disponibles pour les jeunes de 20 ans et moins touchés par plusieurs enjeux, dont l'intimidation ou la cyberintimidation. De 8 h à minuit, du lundi au dimanche.

---

## **Centre d'écoute**

Trouver un centre d'écoute par région administrative.

---

## **Jeunesse, J'écoute**

Services de santé mentale en ligne pour les enfants, les adolescents et les jeunes adultes offerts 24 h/24, 7 jours/7, partout au Québec.

---

## **Cyberaide**

Cyberaide renseigne le public sur les tactiques des sextorqueurs, les précautions à prendre et ce que les ados peuvent faire s'ils se font prendre au piège. Cyberaide peut vous aider si vous avez des inquiétudes relativement à diverses formes de violence en ligne contre les enfants, dont la diffusion d'images intimes et le leurre informatique.

---

## **Protecteur national de l'élève (PNE)**

Le PNE veille au respect des droits des élèves au regard des services qui leur sont rendus et du suivi donné par un établissement à un signalement ou à une plainte concernant un acte de violence à caractère sexuel.

---

## **Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)**

Les CAVAC sont présents dans toutes les régions du Québec et donnent accès à des professionnels formés en intervention, que ce soit pour des enjeux liés à la violence, à l'intimidation ou à la cyberintimidation.

---

---

**Guide de prévention  
et de prise en charge  
de la violence envers  
le personnel scolaire**

Guide pratique d'accompagnement concernant la prévention et la prise en charge de la violence envers le personnel scolaire.

---

**Guide étape par étape  
pour régler une situation  
de partage de photo intime**

Explication simple des démarches à suivre si quelqu'un a partagé votre image intime sans votre consentement ou vous menace de le faire.

---

**Bottin des ressources  
pour le personnel scolaire**

Diverses ressources classées par thèmes et publics cibles.

---