

PLAN DE LEÇON DE LA GRC – 9^e ET 10^e ANNÉES

LEÇON : LA CYBERINTIMIDATION – CONFLIT, COMPORTEMENT APPROPRIÉ, SOUTIEN

OBJECTIFS DE LA LEÇON

- Apprendre davantage au sujet de la colère et des moyens de la maîtriser sainement.
- Examiner comment un conflit en ligne peut s'aggraver, particulièrement la cyberintimidation.
- Examiner les techniques d'une communication numérique saine et sécuritaire.
- Déterminer où aller pour obtenir de l'aide et du soutien si l'on est victime de cyberintimidation.

MATÉRIEL

- Copies des documents suivants :
 - Technologie + situations = problèmes (Document 9-10.1)
 - Communication numérique saine et sécuritaire (Document 9-10.2)
 - La cybersécurité : Les trois principaux conseils (Document 9-10.3)
- Tableau à feuilles mobiles
- Marqueurs
- Petit paquet de papillons adhésifs (Post it), un par élève
- Tableau interactif

AUTRES RENSEIGNEMENTS À L'INTENTION DE L'ANIMATEUR

Cette leçon devrait durer environ 75 minutes. Vous devriez revoir les réponses finales et les réponses suggérées pour chaque activité, ce qui vous permettra d'ajouter des renseignements adaptés à votre école ou collectivité. Vous voudrez sans doute déterminer quelles ressources de soutien sont disponibles dans la région pour les jeunes qui font face à la cyberintimidation.

Cette leçon a pour but d'aider les jeunes à comprendre l'importance de réfléchir avant d'afficher du contenu en ligne et comprendre que ce qu'ils font en ligne a une très longue durée de vie. Dès que l'on appuie sur la touche « Envoyer », on perd tout contrôle du contenu. En tant qu'adultes, nous devons réduire la vulnérabilité des jeunes et les aider à décider quand ils peuvent appuyer sur la touche « Envoyer » et quand appuyer sur la touche « Supprimer ». Nous devons leur enseigner à se protéger lorsqu'ils utilisent la technologie.

STRATÉGIES D'ENSEIGNEMENT/D'APPRENTISSAGE

INTRODUCTION : APERÇU DE LA LEÇON (5 MINUTES)

- Donnez aux élèves un aperçu des sujets que vous allez aborder aujourd'hui. Il sera question de la colère et de moyens à prendre pour maîtriser cette émotion. Les élèves verront dans quelle mesure les conflits et l'intimidation peuvent s'aggraver en ligne; ils examineront les techniques de la communication numérique saine et sécuritaire ainsi que les diverses sources de soutien.

ACTIVITÉ N° 1 : MAÎTRISER SA COLÈRE (15 MINUTES)

Stratégie : Empiler les réponses

- Dites aux élèves qu'ils vont tous, un jour ou l'autre, se sentir contrariés ou en colère. Tout au long de notre vie, il y aura des moments où quelqu'un va nous blesser ou nous faire du mal. Il est très important de savoir comment se comporter dans ces situations. Nous sommes responsables de nos propres actions. Chaque action et chaque réaction qui s'ensuit entraîne une suite d'événements dont le résultat ne pourra jamais s'effacer.
- Donnez un petit paquet de papillons adhésifs à chacun des élèves, puis formez des groupes de 4 ou 5. Expliquez le déroulement de l'activité. D'abord, vous allez lire une question à haute voix. Chaque élève écrit une réponse individuelle sur un papillon adhésif. Il ne doit y avoir qu'une réponse par papillon, mais il n'y a pas de limite au nombre de papillons qu'un élève peut utiliser.
- Lorsque toutes les réponses sont écrites, les élèves les examinent au sein de leur groupe respectif. Un élève lit à haute voix une de ses réponses puis place son papillon au milieu du groupe. Tous ceux et celles qui ont fourni une réponse semblable placent leur papillon par-dessus ce papillon. Le prochain membre du groupe lit une nouvelle réponse et place son papillon à côté de la première pile. Encore une fois, les autres membres du groupe ayant fourni une réponse semblable déposent leurs papillons sur ce papillon. On continue ainsi jusqu'à ce qu'il ne reste plus de papillons. À ce moment-là, les élèves choisissent ensemble les trois réponses qui sont revenues le plus souvent à présenter à la classe.
- Lisez à haute voix la question suivante : « *Lorsque tu es en colère ou contrarié, que fais-tu ?* » Demandez aux élèves d'écrire leurs réponses sur des papillons adhésifs en procédant selon les explications ci-dessus.
 - *Les réponses vont varier. Voici quelques réponses possibles : faire valoir mon point, crier, m'éloigner du groupe, en parler à des amis, faire de l'exercice, pleurer, manger, aller marcher, frapper quelque chose, en parler avec mes parents ou avec un adulte en qui j'ai confiance, écrire un blogue, etc.*
- Demandez aux groupes de donner leurs trois réponses les plus populaires à toute la classe. Inscrivez-les ensuite sur un tableau à feuilles ou un tableau interactif. Demandez aux élèves s'ils ont des points à ajouter à la liste.
- En vous basant sur la liste complète de réponses écrites au tableau interactif ou tableau à feuilles, demandez aux élèves de nommer les moyens « sains » de maîtriser sa colère. Vous pouvez encercler ces réponses ou inscrire une étoile à côté. Rappelez aux élèves que la meilleure façon de composer avec sa colère, c'est de s'éloigner, de prendre du temps pour se retrouver seul et analyser ses sentiments, ou encore de se confier à une personne plus âgée ou à un adulte en qui on a confiance. Demandez aux élèves s'ils ont d'autres solutions « saines » à ajouter à la liste des moyens de maîtriser la colère.
- Résumez l'activité en expliquant aux élèves que parfois, quand un incident nous fâche ou nous contrarie, notre première réaction, c'est d'envoyer un message ou d'afficher un texto méchant ou inapproprié. Quand on est fâché, le mieux serait de prendre le temps de réfléchir à une façon de gérer la situation adéquatement, sans utiliser la technologie. Dès que l'on affiche des renseignements en ligne, on en perd le contrôle et ce contenu restera dans le cyberspace pendant très longtemps. Cela peut accroître notre colère ou empirer la situation. Réagir en ligne peut faire en sorte qu'un incident plutôt insignifiant – qui aurait pu se régler rapidement – soit amplifié hors de proportions et mette fin à une amitié. De toute façon, on considère comme de la cyberintimidation tout message ou texto négatif ou inapproprié qui est affiché sur le Web. Un élève qui est pris à faire de la cyberintimidation risque de s'attirer de graves ennuis.
- Rappelez aux élèves que, parfois dans les situations d'intimidation, à cause de la pression exercée par les pairs ou du sentiment de puissance que l'on ressent, on se laisse emporter et on oublie de réfléchir aux conséquences à long terme et à la façon dont tous les autres se sentent à cause de l'intimidation. C'est important de ne pas oublier qu'il y a des conséquences durables lorsque nous affichons ou envoyons de l'information à l'aide de la technologie. La vraie vie continue, mais on laisse toujours des traces en ligne. Revenez au scénario parlant de Damien, de Jasmine et de David, et expliquez aux élèves à quel point il est facile qu'une telle situation se produise en ligne et dégénère en intimidation.
 - *Vous devriez envisager d'établir un lien avec de récents reportages dans les actualités au sujet de jeunes qui ont connu des conséquences négatives à la suite de la cyberintimidation (p. ex., accusations d'infractions, suicides, etc.).*

Stratégie : Réunion en petits groupes

- Pour la prochaine activité, vous voulez amener les élèves à trouver d'autres façons de réagir et de gérer un conflit quand ils sont contrariés ou fâchés, sans utiliser la technologie. Après avoir discuté des solutions possibles, ils devront présenter leurs conclusions à la classe.
- Divisez les élèves en quatre groupes. Expliquez-leur le déroulement de l'activité, et donnez-leur une copie du document **Technologie + situations = problèmes** (Document 9-10.1).
- Après avoir formé les petits groupes, lisez un des quatre scénarios à voix haute. Expliquez aux élèves qu'ils vont devoir travailler ensemble pour trouver les réponses. Attribuez un numéro à chaque membre de chaque groupe. Dites aux élèves qu'ils doivent répondre par écrit aux deux questions inscrites sur la feuille qui leur a été donnée, et qu'ils peuvent écrire toutes les réponses possibles. Quand les élèves ont terminé, vous appelez un numéro, et le membre qui a ce numéro au sein de chaque groupe donne la réponse que son groupe a formulée. Répétez la démarche pour les trois autres scénarios.
- Expliquez aux élèves que pour chaque scénario, ils doivent discuter ensemble de l'impact que la technologie a eu sur le résultat, puis déterminer comment les choses auraient pu se terminer autrement si les jeunes en cause avaient discuté du problème en personne. Vous pouvez consulter le document **Technologie + situations = problèmes – Référence** (Document de référence 9-10.1) lorsque vous rassemblez les réponses des élèves. Vous devriez aussi parler des conséquences juridiques de ces comportements ainsi que des procédures en vigueur dans le milieu scolaire de la région où vous vous situez.
- Quatre scénarios pour la réunion en petits groupes :
 - Premier scénario : Isabella et Michelle sont amies depuis très longtemps. Il y a quelques semaines, Michelle était aux prises avec un problème personnel et elle s'est confiée en secret à Isabella. Hier, Michelle a appris qu'Isabella avait dévoilé ses problèmes personnels à une autre de leurs amies. Furieuse, Michelle a immédiatement changé son statut sur sa page Facebook, en inscrivant un commentaire négatif au sujet d'Isabella, puis elle a envoyé un texto à une foule de leurs amis, disant qu'Isabella n'était qu'une commère et qu'il ne fallait pas lui faire confiance. Isabella a répondu au message en disant que Michelle mentait et qu'elle avait fait des remarques désobligeantes au sujet de tous leurs amis. Pendant les semaines qui ont suivi, elles se sont lancées des messages et des textos injurieux l'une contre l'autre, et en bout de ligne, elles ont simplement arrêté de se parler.
 - Deuxième scénario : Jermaine a récemment affiché une photo de lui-même sur sa page Facebook. Carlos, un bon ami, a écrit une remarque déplacée sous la photo. À peine une heure après, une trentaine d'« amis » Facebook y étaient allés de leurs propres commentaires, lesquels devenaient de plus en plus méchants et grossiers. De nombreux amis ont également « aimé » certains commentaires, en général ceux qui étaient les plus méchants et déplacés. Jermaine, furieux que Carlos ait commencé tout cela, a affiché une photo embarrassante de Carlos afin de se venger. Il a identifié ce dernier dans la photo, et a écrit un commentaire vraiment déplacé. Le lendemain à l'école, Carlos a refusé de parler à Jermaine.
 - Troisième scénario : Jessica, Bianca et Karlee jouent au volleyball ensemble depuis la 5^e année, et elles font toutes les trois partie de l'équipe de leur école. Le mois dernier, l'entraîneur de l'équipe a choisi Jessica pour faire partie du peloton de tête. Karlee et Bianca ont eu l'impression que Jessica agissait comme si elle leur était supérieure, et elles ont commencé à s'envoyer des textos à son sujet. Elles s'envoyaient même des messages en présence de Jessica. À la longue, Jessica a fini par se sentir exclue du groupe et voyait bien que quelque chose clochait. La situation a duré des semaines; Jessica tentait toujours de s'intégrer, mais elle était mal à l'aise. Elle revenait souvent à la maison en larmes, après un entraînement de volleyball, et elle parlait de ses sentiments avec ses parents. Après un certain temps, Jessica a commencé à écrire en ligne que Bianca et Karlee étaient les membres les plus faibles de l'équipe. La fin de semaine dernière, lors d'un tournoi, la mère de Jessica s'est rendu compte que Bianca et Karlee tenaient sa fille à l'écart. Elle les a engueulées, et les trois filles ont été suspendues de l'équipe de volleyball.
 - Quatrième scénario : Nathan et Raelyn se fréquentent depuis six mois. Dernièrement, les amis de Nathan lui disent que si Raelyn l'aimait vraiment, elle lui enverrait une photo d'elle-même en soutien-gorge. Il y a quelques jours, Nathan a répété ce commentaire à Raelyn et, en conséquence, cette dernière lui a envoyé la photo demandée afin de lui prouver

qu'elle l'aime bien. Elle lui a cependant demandé de ne pas la montrer à personne. Le lendemain, Nathan a quand même montré la photo à quelques amis à l'école. Après le dîner, un des amis qui avait vu la photo lui a proposé de la transférer à quelques autres gars de la classe, ce que Nathan a fait. Ces derniers ont décidé de transférer la photo à quelques autres personnes et, bientôt, tous les élèves de la classe avaient reçu la photo. Un enseignant ayant pris connaissance de la situation en a avisé le directeur de l'école. Nathan et Raelyn ont dû participer à une rencontre avec leurs parents, le directeur, leur enseignant et un policier afin de régler la situation. À ce jour, la photo circule toujours. Les parents de Raelyn veulent que des accusations soient portées pour possession et distribution de pornographie juvénile.

- À la fin de l'activité, expliquez aux élèves l'importance d'apprendre à maîtriser sa colère, son amertume ou sa frustration. Il faut prendre le temps de se calmer et il faut éviter d'utiliser la technologie pour régler un problème. La meilleure solution, c'est d'adopter les stratégies apprises pour maîtriser sa colère ou surmonter ses sentiments blessés, et de toujours utiliser des techniques sécuritaires pour la communication numérique.
- Dans la vie, le conflit est normal. C'est à nous par contre de choisir la façon d'y faire face. Utiliser la technologie ne fait qu'aggraver le conflit et empirer les problèmes. Les jeunes doivent en être conscients quand ils choisissent comment réagir à un problème.

ACTIVITÉ N° 3 : COMMUNICATION NUMÉRIQUE SAIN ET SÉCURITAIRE (10 MINUTES)

- Rappelez aux élèves que tout commentaire ou texto risque d'avoir une très longue durée de vie. Une fois affiché, le contenu échappe à notre contrôle. Il faut s'assurer de ne pas avoir à regretter son geste, et toujours agir de façon responsable pour être fier de son comportement.
- Donnez aux élèves une copie du document **Communication numérique saine et sécuritaire** (Document 9-10.2). Expliquez-leur que, tout comme dans la vraie vie, il y a des règles de sécurité à respecter dans l'utilisation d'outils de communication numérique.
- Expliquez aux élèves qu'ils auront l'occasion de réfléchir aux comportements jugés convenables dans la vie, afin de les mettre en pratique dans leur univers en ligne. Par exemple, abordez l'art de bien parler avec quelqu'un, l'écoute attentive et la façon de bien gérer un conflit. Demandez aux élèves de se regrouper deux par deux pour faire l'exercice proposé sur le document remis. L'exercice peut être fait à la fin du cours ou comme devoir en soirée, puis ramené le lendemain. Vous pouvez consulter le document **Technologie + situation = problèmes – Référence** (Document de référence 9-10.1) lorsque vous rassemblez les réponses des élèves.

CONCLUSION : SOUTIEN

- Terminez la leçon en rappelant aux élèves cette consigne très importante : avant d'utiliser le téléphone cellulaire ou l'ordinateur pour réagir à une situation, il faut toujours se rappeler que la technologie peut aggraver tout conflit.
- Rappelez aux élèves qu'ils ne doivent jamais sentir qu'ils sont seuls pour régler un problème. Il y a des moments où on se retrouve dans une situation qui semble sans issue – on choisit d'envoyer un sexto à sa copine ou à son copain ou encore on envoie un message mordant à un ami qui a dit des choses sarcastiques à notre endroit. Sous l'effet de la colère, on écrit un message déplacé en ligne. Ou encore, on reçoit un texto d'un camarade de classe qui est en train de répandre une fausse rumeur au sujet d'un autre élève. Peu importe la situation, il y a toujours des services de soutien et des personnes sur qui on peut compter et qui peuvent aider à maîtriser la situation avant que les choses aillent trop loin. L'important, c'est d'agir correctement. Quelqu'un qui s'oppose à l'intimidation s'appelle un défenseur.
- Avant de partir, demandez à chaque élève de répondre à la question suivante : « À qui demanderais-tu de l'aide si tu avais un problème ou un conflit à régler? »
 - *Éléments de réponse : parents, frères et sœurs plus âgés, autres membres de la famille, gardiens, voisins, enseignants, aides-enseignants, conseillers en orientation, brigadiers scolaires, policiers, directeur de l'école ou directeur adjoint, élèves plus âgés, entraîneurs, aînés, services d'aide aux enfants, services aux étudiants, service 9-1-1 en cas d'urgence, etc.*

- Demandez aux élèves de proposer des réponses. Vous devriez ensuite dresser une liste de toutes les réponses fournies et l'afficher dans la classe afin de rappeler aux élèves qu'il y a toujours quelqu'un à qui ils peuvent demander de l'aide.
- Pour conclure la leçon et résumer les points importants, donnez à chaque élève une copie du document **La cybersécurité : Les trois principaux conseils** (Document 9-10.3), et faites-en une copie à afficher en classe. Ensuite, passez le document en revue avec la classe.
 - **Premier conseil : Traite tout le monde avec le même respect, en ligne comme ailleurs.** *Rappelez aux élèves qu'ils doivent suivre les mêmes règles dans leurs relations en ligne que dans tous les autres aspects de leur vie. S'ils n'utilisent pas de mots grossiers habituellement, qu'ils ne le fassent pas en ligne non plus. S'ils ne diraient pas des choses méchantes en parlant directement à une personne, qu'ils ne le fassent pas en ligne non plus.*
 - **Deuxième conseil : Pense avant d'écrire ou d'afficher du contenu sur le Web.** *Rappelez aux élèves l'importance de bien réfléchir avant d'écrire quoique ce soit dans un courriel, un texto ou tout autre message versé en ligne, que ce soit un texte, une photo, un blogue, un lien ou autre. Tout ce qui est transmis sur support électronique ou numérique a une longue durée de vie. Parfois, l'information y reste à tout jamais. Avant de cliquer sur le bouton «Envoyer », il faut bien réfléchir aux conséquences, aux résultats et à la « durée de vie » du contenu. Il faut se demander quels renseignements ou quelles images on veut conserver à long terme sur Internet.*
 - **Troisième conseil : N'hésite jamais à signaler un problème et à « Supprimer ».** *Dites aux élèves qu'il est très important d'appuyer rapidement sur « Supprimer ». S'ils voient ou reçoivent du contenu déplacé, irrespectueux, nuisible ou blessant au sujet d'une autre personne, ils doivent le dire à un adulte et tout supprimer. Il ne faut jamais le transmettre à une autre personne, ni le conserver. Il ne faut pas le répéter à ses amis. Enfin, expliquez-leur que si le message est à leur sujet, ils doivent l'imprimer et en conserver une copie.*

SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS D'ENRICHISSEMENT

- Les élèves pourraient...
 - Inventer et présenter des jeux de rôles illustrant un conflit qui peut avoir deux conclusions. La première : quand le conflit aboutit sur Internet. La deuxième : quand le conflit est réglé hors ligne, dans le monde réel.
 - Formuler des lignes de conduite sur la façon de bien gérer un conflit, en ligne et hors ligne. Vous pourriez ensuite afficher ces lignes de conduite dans la classe afin que les élèves puissent les examiner.
 - Présenter des messages à des élèves plus jeunes afin de leur expliquer l'importance de mettre fin à la cyberintimidation et à l'intimidation sous toutes ses formes.
 - Créer un tableau de référence pour les lignes de conduite « Communication numérique saine et sécuritaire », et l'afficher en classe.
 - Sur des fiches, présenter de bonnes techniques de communication. Par exemple, créer une fiche sur la netiquette, l'écoute active ou encore toute autre qualité liée à une saine communication.