

Derrière l'écran... comment tu te sens ?

Adoption de comportements prosociaux

Engagement social



Auteur.trice

Bureau des environnements scolaires favorables-CSSDM



Date de publication

19 décembre 2025



1re année secondaire, 2e année secondaire, Premier cycle secondaire



Activité physique, Alcool, drogues, jeux de hasard et d'argent, Alimentation, Infections, Santé buccodentaire, Santé environnementale, Santé mentale, Sexualité, Tabac, Traumatismes non intentionnels, Violence



2 animations de 75 minutes

Savoir à développer

- 1.6 (Contenu obligatoire 15) Comprendre sa responsabilité quant au respect des règles de vie en société et dans l'espace virtuel ainsi que les conséquences de leur non-respect pour soi et les autres

Lien avec le PFEQ

Français: **Communiquer oralement**

Culture et citoyenneté: **Vie collective et espace publique (sec 1) et démocratie et ordre social (2e sec)**

Domaines généraux de formation: **Santé et bien-être et vivre-ensemble et citoyenneté**

Compétences transversales: **Compétences d'ordre intellectuel, d'ordre personnel et social et de l'ordre de la communication**



Centre de services scolaire de Montréal

Québec 

Résumé



DURÉE

2 animations de 75 minutes

Lors de la première période, l'activité débute par une **phase d'activation** où les élèves réfléchissent aux problèmes qu'ils observent en ligne et expriment leurs émotions lorsqu'ils sont témoins d'intimidation ou de cyberintimidation. Ils identifient les comportements qui leur semblent problématiques et discutent des droits nécessaires pour se sentir respectés et en sécurité dans les espaces numériques.

Ensuite, un **échange collectif** permet d'analyser l'efficacité des outils et campagnes de sensibilisation existants et de proposer des améliorations. Les élèves sont invités à imaginer des **solutions concrètes** pour sensibiliser les autres jeunes à leurs rôles et responsabilités en ligne, ainsi qu'aux conséquences de leurs gestes.

Lors de la deuxième période, les élèves collaborent pour créer une **charte commune** regroupant les droits et responsabilités essentiels sur le civisme en ligne, à partir des échanges de la dernière période. Ils discutent des points de divergence, formulent des règles claires et choisissent les cinq principes incontournables. Enfin, ils décident comment présenter cette charte de manière engageante (affiche, format numérique, signature collective).

Avant l'activité

LES PRÉREQUIS

● LE MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Pour la première période:

Du matériel pour noter et consigner les échanges entre les élèves.

Une liste des ressources internes et externes du milieu.

Pour la deuxième période:

Les notes des échanges de la première période entre les élèves.

Un document de travail pour la création de la [charte sur le civisme numérique](#).

Un médium (à déterminer) pour la création de la charte : carton, affiche et crayons feutres ou outil numérique (CANVA, PPT, etc.).

● LE SOUTIEN À L'ACTIVITÉ NÉCESSAIRE

La thématique abordée peut susciter des réactions émotionnelles fortes. Certains élèves peuvent avoir vécu ou avoir été exposés à des situations d'intimidation. Il est essentiel d'adopter une **posture professionnelle adaptée de l'animateur ou de l'enseignant** pour parler pour créer un climat de confiance, de respect et de sécurité.

Posture bienveillante et non moralisante :

- Accueillir toutes les réponses avec ouverture, sans jugement.
- Éviter de corriger ou de ridiculiser les opinions, même maladroites. **Toutefois, lorsqu'une opinion émise porte atteinte à la dignité de la personne ou à un groupe de personnes, l'animateur ou l'enseignant se doit intervenir.**
- Encourager les élèves à s'exprimer librement, tout en respectant les autres.

Neutralité et respect de la diversité

- Garder une posture neutre, sans imposer ses propres valeurs.
- Reconnaître et valider la diversité des expériences, des identités et des réalités des élèves.

Posture réflexive et éducative

- Poser des questions ouvertes pour faire réfléchir plutôt que donner des réponses toutes faites.
- Aider les élèves à faire des liens entre les savoirs et leur vécu.
- Encourager la pensée critique et l'analyse des situations.

Posture sécurisante

- Être attentif aux signes de malaise ou de détresse chez les élèves.
- Orienter vers des ressources ou des intervenants au besoin.
- Créer un climat sécurisant (écoute, respect, droit de ne pas répondre).

Recommandations pour éviter ou gérer les malaises :

Observer les réactions non verbales

- Être attentif aux signes de détresse : retrait, agitation, larmes, silence inhabituel.
- Offrir discrètement à l'élève la possibilité de quitter le groupe s'il ou elle en ressent le besoin.

Ne pas forcer les confidences

- Si un élève partage une situation personnelle, remercier avec respect, mais ne pas approfondir en public.
- Orienter vers un adulte de confiance ou un professionnel.

Prévoir un soutien

- Informer l'équipe d'intervention psychosociale de la tenue de l'activité (TES, psychoéducateur.trice, etc.).
- Aviser un membre de l'équipe d'intervention psychosociale lors de l'activité afin qu'il soit disponible pour accueillir un élève, au besoin.
- Encourager les élèves à parler à un adulte de confiance ou à utiliser les ressources 24/7 si un malaise ou des questions surgissent après l'activité.

Offrir un espace de parole après l'activité

- Rappeler aux élèves votre ouverture et disponibilité à prendre quelques minutes avec eux s'ils en ressentent le besoin.
- Distribuer une liste de ressources d'aide.
- Mentionner les membres de l'équipe d'intervention psychosociale et comment les contacter (courriel, local, etc.).

Si vous craignez d'animer seul ou votre aisance est plus grande en coanimation identifiez un co-animateur et répartissez ensemble les rôles. Certaines personnes sont plus susceptibles de coanimer avec vous car elles maîtrisent les connaissances en matière d'intimidation et de cyberintimidation et abordent régulièrement la thématique avec des élèves, des parents ou du personnel scolaire (ex. psychologue, psychoéducateur, TES, travailleur social ou autre intervenant scolaire).

● NOTE INFORMATIVE

Cette activité peut être réalisée deux périodes ou répartie sur plusieurs, selon les forces, les besoins et les caractéristiques des élèves, ainsi que la dynamique du groupe. Adapter le rythme permet d'assurer une **transmission optimale du savoir**, de respecter le **niveau de développement** des jeunes, et de favoriser leur **engagement actif**. Prendre le temps nécessaire pour explorer les concepts, discuter en profondeur et créer des productions significatives contribue à un apprentissage plus durable et plus ancré dans leur réalité.

● À PRÉPARER

- Lire la fiche : [Fiche 15 | ÉKIP-PPVI – Comprendre sa responsabilité quant au respect des règles de vie en société et dans l'espace virtuel ainsi que les conséquences de leur non-respect pour soi et les autres](#)
- Un médium pour la prise de notes de l'animateur
- Une liste des ressources disponible dans votre milieu et inclure les ressources suivantes:
- [Tel-jeunes | Aide pour les jeunes et adolescent.e.s | Québec](#)
- [Besoin D'aide – Jeunesse, J'écoute](#)

Pour la première période:

- Lire l'introduction et les questions à poser aux élèves.
- Définir et préparer une affiche ou un visuel pour les règles à respecter.
- Aménager le local de manière à former un cercle ou un « U » avec les pupitres ou les tables de travail.
- Attribuer des places, au besoin, pour favoriser une meilleure dynamique de groupe et éviter trop de gestion.
- Prévoir un bâton de la parole ou un mécanisme pour la gestion des droits de paroles.
- Préparer un outil pour la prise de notes afin de pouvoir les consigner.

Pour la deuxième période:

- Préparer une synthèse des discussions de la première période.
- Déterminer la manière pour remettre ou projeter la synthèse aux élèves.
- Lire et imprimer, au besoin, le document de travail pour la création de la [charte sur le civisme numérique](#).
- Préparer une courte introduction et des questions d'activation en lien avec les éléments discutés lors de la première période.

*Selon les capacités et les caractéristiques de votre groupe, vous pourrez déterminer les questions à poser et le médium de création, en amont, pour alléger votre animation. Tenez compte du rythme et du développement des élèves pour préparer cette activité.

● L'INTRODUCTION À L'ACTIVITÉ

Ce qui se passe en ligne peut avoir un vrai impact sur nous et sur les autres. Parfois, un simple commentaire ou un geste peut blesser, même derrière un écran. Aujourd'hui on va réfléchir à nos comportements en ligne: comment ils influencent les autres, comment ceux des autres nous touchent, et ce qu'on peut faire pour rendre Internet plus respectueux. Ensemble, on va aussi chercher des idées pour sensibiliser les autres jeunes à ces enjeux.

● L'ACTIVATION DES CONNAISSANCES ANTÉRIEURES

Poser la question suivante aux élèves et inviter tous les élèves à prendre un moment pour y réfléchir:

Comment te sens tu lorsque tu es témoin d'un geste d'intimidation ou de cyberintimidation?

Vous pouvez inviter quelques élèves qui le souhaitent à partager leurs réponses. Ne pas insister auprès des élèves qui ne souhaitent pas prendre la parole.

● LA PRÉSENTATION DES CONSIGNES

Respectez les autres

Écoutez sans interrompre. Chaque personne a le droit d'avoir ses opinions et ses expériences.

Exprimez-vous librement, mais avec bienveillance

Vous pouvez partager vos idées, mais évitez les jugements ou les moqueries.

Vous avez le droit de ne pas répondre

Si une question vous met mal à l'aise, vous pouvez choisir de ne pas y répondre.

Ce qui est dit ici reste ici

Respectez la confidentialité des échanges. Ce qui est partagé dans le groupe ne doit pas être répété à l'extérieur.

Posez des questions si quelque chose n'est pas clair

Il n'y a pas de mauvaise question. L'objectif est d'apprendre ensemble.

Soyez ouverts à apprendre et à réfléchir

Cette activité est une occasion de mieux comprendre les relations et de réfléchir à ce que vous voulez vivre dans les vôtres.

Demandez de l'aide si vous en ressentez le besoin ou si vous avez des questions

Pendant l'activité

LA RÉALISATION

Animation d'un cercle de discussion: (première partie)

Rappeler les règles et expliciter le mécanisme pour la gestion des droits de paroles.

Posez les questions suivantes aux élèves:

- Quels comportements en ligne sont problématiques selon vous ?
- Quels droits et responsabilités devrions avoir en ligne pour nous sentir respectés et en sécurité ?

L'animateur doit:

- Noter les réponses des élèves de manière à pouvoir s'y référer plus tard.
- Encourager la prise de parole, sans forcer.
- Renforcer positivement les réponses pertinentes.
- Recadrer la discussion au besoin.
- Remercier les élèves de leur partage et de leurs réponses.

Cercle de discussion (2e partie)

Poser les questions suivantes aux élèves:

- As tu déjà vu des campagnes de sensibilisation sur la cyberintimidation?
- Trouves tu que les outils ou les campagnes de sensibilisation sont efficaces et représentatifs de toi et de ta réalité?
- Que ferais tu différemment?
- Quelles seraient vos suggestions, solutions, actions, moyens pour sensibiliser les autres jeunes à leurs rôles et responsabilités et aux conséquences de leurs gestes en ligne?

L'animateur doit:

- Noter les réponses des élèves de manière à pouvoir s'y référer plus tard.
- Encourager la prise de parole, sans forcer.
- Renforcer positivement les réponses pertinentes.
- Recadrer la discussion au besoin.
- Remercier les élèves de leur partage et de leurs réponses.

Pour la deuxième période:

La réalisation de la deuxième période se fera à partir de la synthèse des éléments de la première période. Pour guider l'animation lors de cette deuxième période, utiliser le document pour la création d'une [charte sur le civisme numérique](#). Une certaine planification sera nécessaire pour assurer une animation et une transmission optimale. Voici une proposition d'animation qui se retrouve dans le document: [charte sur le civisme numérique](#)

Présentation de la synthèse de la première période aux élève.

Échange collectif : (environ 15 minutes)

- À partir de la synthèse, déterminer 5 principes essentiels (droits et responsabilités).
- Identifier les éléments qui reviennent.

Retour sur les principes (environ 20 minutes)

- Quelles responsabilités semblent essentielles pour tous ?
- Y a-t-il des points qui font débat ? Lesquels et pourquoi ?
- Comment pouvons-nous formuler ces règles pour qu'elles soient claires et applicables ?
- Quels 5 principes devraient absolument figurer dans notre charte finale ? **Vote sur les éléments à retenir.**

Échange pour la création:

- Comment présenter cette charte pour qu'elle soit engageante (affiche, numérique, signature) ?

Création d'une charte collective : (environ 40 minutes)

- Convenir d'un médium pour la création (il peut être déterminé préalablement)
- Répartir le groupe en équipe de travail pour la création d'une seule charte : écriture du texte, conception de l'affiche, autres éléments à inclure au besoin, comme des ressources par exemple.
- Ou diviser le groupe en équipe pour la création de plusieurs chartes avec les mêmes éléments.
- Proposer la création d'un visuel accrocheur (icônes, couleurs).
- Signature symbolique de tous les élèves du groupe ou des membres l'équipe.

INTÉGRATION ET TRANSITION

- **RÉINTÉGRER LES CONCEPTS LIÉS AUX SAVOIRS ET RAPPELER LE LIEN ENTRE LE SAVOIR ET LA COMPÉTENCE**

Assurez vous d’avoir un temps pour clore votre activité.

Poser des questions pour valider la compréhension et partager les prises de conscience.

Question ouverte :

Après cette activité, qu’est-ce que vous reprenez sur l’impact des comportements en ligne ?

Relances possibles :

Qu’est-ce qui vous a surpris ou fait réfléchir ?

Est-ce que votre perception a changé ? Pourquoi ?

Terminer en disant ceci:

Aujourd’hui, nous avons appris que le civisme numérique, c’est respecter les autres même derrière un écran, et que la cyberintimidation, ce sont des gestes ou paroles en ligne qui blessent. Comprendre notre responsabilité quant au respect des règles de vie en société et dans l’espace virtuel, ainsi que les conséquences de leur non-respect pour soi et pour les autres, est essentiel. En réfléchissant à nos droits et responsabilités, nous développons la compétence d’adopter des comportements prosociaux : des gestes qui favorisent le respect, la sécurité et la coopération dans nos interactions en ligne.

Pour la deuxième période:

Questionner les impacts possibles de la création de cette charte et comment en faire la diffusion.

Rappeler les liens avec le savoir et la compétence.

- **S’ASSURER QUE LES ÉLÈVES SE SOUVIENNENT DES SAVOIRS TRAVAILLÉS ET LES ENCOURAGER À METTRE LA COMPÉTENCE EN APPLICATION**

Ce que tu fais en ligne a un vrai impact. Chaque commentaire, chaque partage peut aider... ou blesser. Aujourd’hui, tu as réfléchi à ce que ça veut dire être respectueux sur Internet et à ta responsabilité pour rendre les espaces numériques plus sécuritaires. À toi de jouer : pense avant de publier, agis pour protéger les autres, et montre que le respect, ça compte aussi derrière l’écran. Ensemble, on peut faire la différence.

À partir de vos idées, nous allons poursuivre la réflexion lors de la prochaine période. Pour rendre nos espaces numériques sécuritaires et respectueux, nous allons créer ensemble une charte commune sur les droits et responsabilités du civisme numérique. Nous déciderons ensemble, comment en faire la diffusion et qui sait, créer notre propre campagne de sensibilisation!

Pour la deuxième période:

Rappeler l’utilité de la charte et inviter les élèves à l’appliquer au quotidien.

Rappeler aussi les responsabilités quant à la violence et à l’intimidation en virtuel, mais aussi dans le « vraie vie ».

Encourager les à adopter ces comportements et à dénoncer les comportements d’intimidation dans toutes les sphères de leurs vies.

Après l'activité

RÉINVESTISSEMENT À L'ÉCOLE

Informez l'équipe école de la réalisation de cette activité.

Création d'une campagne numérique

- Slogans et visuels pour les écrans interactifs ou le site de l'école.

Semaine thématique "Respect en ligne"

- Chaque jour, un défi : "Aujourd'hui, je publie un message positif", "Je signale un contenu blessant".
- Ateliers animés par des élèves (ex. : quiz interactif sur les comportements en ligne).

Projet interdisciplinaire

- **Français** : rédaction de textes engagés ou de chroniques sur le civisme numérique.
- **Arts plastiques** : création d'affiches ou illustrations pour la campagne.
- **Éthique et culture religieuse** : réflexion sur les valeurs et le respect en ligne.

Création d'un balado ou d'une web-série

- Épisodes courts où les élèves discutent des impacts de la cyberintimidation et des solutions.

Concours d'idées ou de slogans

- Les élèves proposent des phrases accrocheuses pour promouvoir le respect en ligne.
- Les meilleures idées sont affichées ou publiées sur les réseaux de l'école.

Ambassadeurs du civisme numérique

- Former un groupe d'élèves responsables de sensibiliser leurs pairs (présentations, affiches, capsules).

Mur collaboratif en classe ou en ligne

- Les élèves ajoutent des exemples de comportements respectueux ou des conseils pour agir positivement.

Réinvestissement à la maison et dans la communauté

Solliciter l'implication des parents ou des tuteurs dans le développement des savoirs:

- Envoi d'une communication qui renseigne sur les sujets abordés et les apprentissages réalisés.
- Partage des ressources offertes aux élèves
- Partage des ressources du milieu et du quartier pour les familles.

Inviter les élèves à expliquer la charte à leurs parents et à discuter des règles familiales pour l'utilisation des écrans.

Proposer une activité intergénérationnelle : créer ensemble un "guide familial du respect en ligne".

Dans la communauté:

Collaborer avec la bibliothèque ou le centre communautaire pour exposer les affiches ou capsules créées par les élèves.

Promouvoir les ateliers, les activités parascolaires ou de loisirs dans la communauté.

Collaborer avec des organismes communautaires pour enrichir les interventions ou pour offrir des ateliers.

Impliquer des partenaires locaux (police communautaire, organismes jeunesse) pour discuter des conséquences légales et sociales.