



Activité avec la carte d'empathie

Cette activité encourage les participants à se mettre dans la peau d'une personne victime de cyberintimidation et à se pencher sur son expérience sous différents angles.

Objectif :

Développer l'empathie et comprendre les conséquences émotionnelles de la cyberintimidation sur les personnes ciblées, et encourager les participants à avoir une réflexion critique sur les conséquences de leur comportement en ligne.

Matériel :

- Modèle imprimé de la carte d'empathie
- Stylos/crayons
- Un nombre égal d'impressions de chaque feuille de mise en situation sur la cyberintimidation et suffisamment de cartes d'empathie pour chaque groupe

Activité avec la carte d'empathie

Instructions :

- Expliquez d'abord le concept d'empathie et son importance pour comprendre les conséquences de la cyberintimidation et pour l'appliquer au quotidien.
- Présentez la carte d'empathie et décrivez chaque section.
- Divisez les participants en groupes et répartissez les différentes mises en situation entre les groupes.
- En petits groupes, les participants discutent de la mise en situation et indiquent dans chaque section de la carte ce que la personne ciblée pourrait voir, entendre, ressentir, dire, penser et faire.
- Une fois l'activité terminée, tout le monde reprend sa place.
- Chaque groupe peut présenter sa carte d'empathie à la classe et expliquer ses réflexions et ses idées pour chaque section.

Facilite a class discussion based on the presentations.

Animez une discussion en classe en fonction des présentations.

Voici quelques exemples de questions :

- Quels sont les thèmes récurrents?
- Comment cette activité a-t-elle modifié votre compréhension des conséquences de la cyberintimidation?
- Que pouvons-nous faire pour soutenir les victimes de cyberintimidation et mettre un frein à la cyberintimidation?

Encouragez les participants à réfléchir à leur propre comportement en ligne et à la manière dont ils peuvent contribuer à un environnement positif en ligne et hors ligne.

Activité avec la carte d'empathie

Mise en situation 1

Qu'est-ce que l'empathie?

L'empathie est la capacité de comprendre et de partager les sentiments d'une autre personne. Vous arrivez à vous mettre à la place de quelqu'un d'autre et à imaginer ce que c'est que de vivre les émotions, les pensées et les points de vue de cette personne. L'empathie va au-delà de la sympathie, qui consiste simplement à éprouver de la pitié ou du chagrin pour le malheur d'autrui. L'empathie nécessite au contraire une connexion plus profonde et un effort pour comprendre réellement ce que l'autre personne traverse.

Mise en situation sur la cyberintimidation no 1

Emma, une élève de troisième secondaire, a reçu des commentaires blessants à la suite de ses publications sur les réseaux sociaux. Si, au départ, il n'y avait que quelques remarques négatives, la situation s'est rapidement envenimée. Désormais, chaque fois qu'elle publie une photo ou met à jour son statut, des camarades de classe laissent des commentaires cruels et répandent des rumeurs à son sujet. Ils créent même des mèmes qui se moquent d'elle et les diffusent largement. Sarah [JL1] se sent humiliée et commence à redouter d'aller sur Internet.

Instructions :

Remplissez la feuille d'activité sur la carte d'empathie et imaginez-vous à la place d'Emma. Plongez dans son expérience et réfléchissez à ce qu'elle voit, entend, ressent, dit, pense et fait dans cette situation.

Activité avec la carte d'empathie

Mise en situation 2

Qu'est-ce que l'empathie?

L'empathie est la capacité de comprendre et de partager les sentiments d'une autre personne. Vous arrivez à vous mettre à la place de quelqu'un d'autre et à imaginer ce que c'est que de vivre les émotions, les pensées et les points de vue de cette personne. L'empathie va au-delà de la sympathie, qui consiste simplement à éprouver de la pitié ou du chagrin pour le malheur d'autrui. L'empathie nécessite au contraire une connexion plus profonde et un effort pour comprendre réellement ce que l'autre personne traverse.

Mise en situation sur la cyberintimidation no 2

Dev, un élève de quatrième secondaire, a reçu des messages menaçants provenant d'un compte anonyme. D'abord des insultes, les messages sont devenus de plus en plus personnels et menaçants au fil du temps. Le cyberharceleur semble connaître en détail la routine quotidienne de Dev, ses allées et venues, ce qui fait qu'il se sent constamment surveillé et en danger. Dev a peur d'en parler à qui que ce soit, craignant que la situation n'empire.

Instructions :

Remplissez la feuille d'activité sur la carte d'empathie et imaginez-vous à la place de Dev. Plongez dans son expérience et réfléchissez à ce qu'il voit, entend, ressent, dit, pense et fait dans cette mise en situation.

Activité avec la carte d'empathie

Mise en situation 3

Qu'est-ce que l'empathie?

L'empathie est la capacité de comprendre et de partager les sentiments d'une autre personne. Vous arrivez à vous mettre à la place de quelqu'un d'autre et à imaginer ce que c'est que de vivre les émotions, les pensées et les points de vue de cette personne. L'empathie va au-delà de la sympathie, qui consiste simplement à éprouver de la pitié ou du chagrin pour le malheur d'autrui. L'empathie nécessite au contraire une connexion plus profonde et un effort pour comprendre réellement ce que l'autre personne traverse.

Mise en situation sur la cyberintimidation no 3

Alex, un élève de quatrième secondaire, était enthousiaste à l'idée de rejoindre un groupe de discussion avec ses nouveaux amis. Cependant, il s'est vite rendu compte que le groupe utilisait le clavardage pour l'exclure et se moquer de lui. Le groupe organisait des activités sans inviter Alex et publiait ensuite des photos pour qu'il se sente exclu. Le groupe a également partagé des histoires embarrassantes et des photos d'Alex pour le ridiculiser sur la place publique.

Instructions :

Remplissez la feuille d'activité sur la carte d'empathie et imaginez-vous à la place d'Alex. Plongez dans son expérience et réfléchissez à ce qu'il voit, entend, ressent, dit, pense et fait dans cette mise en situation.

Activité avec la carte d'empathie

| Voir | Entendre | Ressentir | Dire | Réfléchir | Faire |
|---|---|--|--|--|--|
| Quels types de messages ou d'images la personne ciblée voit-elle en ligne? Comment ces messages affectent-ils cette personne? | Que disent les autres à propos de la personne ciblée? Y a-t-il des rumeurs ou des ragots? | Quelles émotions la personne ciblée peut-elle ressentir? | Comment la personne ciblée s'exprime-t-elle? Parle-t-elle de son expérience à quelqu'un? | Quelles sont les pensées qui peuvent traverser l'esprit de la personne ciblée? | Comment la personne ciblée réagit-elle? Se retire-t-elle, cherche-t-elle de l'aide, se venge-t-elle, etc.? |
| | | | | | |