

Cyberharcelkido

parler - comprendre - agir



Contexte

Aujourd'hui, le numérique occupe une place incontournable dans la vie des enfants et des adolescents. Réseaux sociaux, messageries instantanées, plateformes de jeux... les échanges en ligne rythment leur quotidien et influencent leurs relations.

Mais cette présence continue dans l'univers numérique peut aussi les confronter à des risques, dont l'un des plus préoccupants est le cyberharcèlement.

Invisible aux yeux des adultes, souvent banalisé par les jeunes, le cyberharcèlement peut avoir des conséquences graves et durables. Il devient donc essentiel de leur transmettre les outils pour reconnaître ces situations, mettre des mots sur ce qu'ils vivent ou observent, et savoir comment agir pour se protéger ou aider un-e pair.

Conceptrices du jeu



Delphine Gay Rauch
Coach, Formatrice et
Conférencière autour de
la confiance en soi



Aline Selli
Illustratrice jeunesse

Constat

1 adolescent sur 5 déclare avoir déjà été victime de cyberharcèlement. Un chiffre alarmant, qui ne reflète que partiellement l'ampleur du phénomène, tant le silence des victimes reste courant.

Le rapport de l'UNESCO sur la violence en milieu scolaire alerte sur l'augmentation préoccupante du cyberharcèlement dans le monde, en particulier chez les jeunes.

Aujourd'hui, de nombreux jeunes :

- ne perçoivent pas toujours la frontière entre une plaisanterie et une violence en ligne,
- n'osent pas parler de ce qu'ils subissent,
- ne savent pas comment réagir face à une situation dont ils sont témoins,
- et, pour certains, sous-estiment l'impact de leurs actes numériques sur autrui.

Pendant que les usages évoluent à grande vitesse, les repères éthiques et émotionnels pour naviguer dans cet univers connecté restent fragiles ou inexistants.

En France, une étude de 2021 révèle qu'environ 20 % des adolescents ont déjà été exposés à une forme de cyberviolence :

- insultes,
- menaces,
- moqueries répétées,
- diffusion de contenus dégradants,
- usurpation d'identité,
- ou encore partages humiliants sur les réseaux sociaux.

Contrairement au harcèlement scolaire "classique", le cyberharcèlement ne s'arrête pas à la sortie de l'école : il envahit les espaces personnels et peut se poursuivre en continu, 24h/24, 7j/7, y compris à la maison.

Les conséquences sont sérieuses : troubles du sommeil, perte d'estime de soi, isolement, anxiété, voire dépression ou pensées suicidaires.

L'anonymat des auteurs, la viralité des contenus et la banalisation des violences numériques ne font qu'accentuer cette réalité.

Le cyberharcèlement peut toucher tous les jeunes, quels que soient leur âge, leur genre ou leur milieu. Il nécessite une mobilisation collective : des familles, des professionnel·les de l'éducation, des institutions, et bien sûr des jeunes eux-mêmes. Les contenus et la banalisation des violences numériques ne font qu'accentuer cette réalité.

Objectif du jeu

prévenir et agir contre le cyberharcèlement

CyberHarcelKido est un outil ludopédagogique et inclusif conçu pour prévenir le cyberharcèlement en sensibilisant les jeunes de manière concrète, bienveillante et participative.

À travers des cartes illustrées, des mises en situation, et des échanges guidés, le jeu permet de :

Comprendre

- Identifier ce qu'est (et ce que n'est pas) le cyberharcèlement.
- Reconnaître les différentes formes qu'il peut prendre : menaces, rumeurs, piratage, deepfake...
- Prendre conscience de l'impact des mots et des actes en ligne.

Exprimer

- Libérer la parole des jeunes, qu'ils soient victimes, témoins ou auteurs.
- Mettre des mots sur des situations vécues ou observées.
- Explorer les émotions associées (angoisse, insécurité).

Réagir

- Développer des réflexes de protection et des stratégies d'auto-défense numérique.
- Apprendre à demander de l'aide, à signaler, à soutenir une victime, à dire non.
- Renforcer les compétences psychosociales : empathie, estime de soi, affirmation, esprit critique.

Construire une culture du respect en ligne

- Promouvoir un usage éthique, responsable et bienveillant du numérique.
- Encourager une posture de cybercitoyenneté active, dès le plus jeune âge.

Public cible

CyberHarcelKido s'adresse à tous les acteurs impliqués dans l'éducation, la prévention et le bien-être des jeunes face aux usages numériques.

Enfants et adolescents (à partir de 8 ans jusqu'à 18 ans)

Élèves du primaire (CM1-CM2), du collège et du lycée

Jeunes en situation de vulnérabilité ou en accompagnement éducatif spécialisé

Participants à des ateliers ou groupes de parole autour du numérique, du harcèlement ou du vivre-ensemble.

Professionnel·les de l'éducation

Enseignant·es (enseignement moral et civique, vie scolaire, numérique, CPE...)

Éducateur·trices, animateur·trices en milieu scolaire ou périscolaire

Médiateurs numériques et référents harcèlement

Intervenants associatifs sur les thématiques de citoyenneté, prévention ou droits de l'enfant.

Professionnel·les de la santé mentale et de la prévention

Psychologues scolaires, infirmier·ères, assistant·es sociaux·ales

Acteurs de la protection de l'enfance

Spécialistes des addictions et usages numériques.

Parents et familles

Pour aborder le sujet dans un cadre familial, sans dramatiser

Pour ouvrir un dialogue intergénérationnel sur les pratiques en ligne

Pour outiller les parents face aux signaux faibles ou aux situations de cyberviolence.



Contenu du jeu



Ce jeu de cartes se compose d'une boîte en carton, d'une règle du jeu et de 40 cartes illustrées réparties en quatre sections de couleurs différentes comme suit :

- 10 cartes jaunes illustrées dans la section « Situations » (vécue ou observée)
- 10 cartes vertes illustrées dans la section « Émotions »
- 10 cartes violettes illustrées dans la section « Réactions »
- 10 cartes bleues illustrées dans la section « Ressources »



Un jeu inclusif pour chaque enfant puisse se retrouver
Des enfants aux différentes couleurs de cheveux et de peau, des filles et des garçons, des enfants en situation de handicap sont représentés.

Objectif du jeu

Un jeu spécifiquement élaboré pour des élèves dès 8 ans jusqu'à l'adolescence.

Adaptés à un jeune public, les dessins de situation concrète permettent aux enfants de s'identifier aisément tout en leur permettant de prendre de la distance par rapport à leurs propres expériences ou observations.

Une variante de jeu

Les enfants ont la possibilité de jouer au jeu de cartes de plusieurs manières différentes, en fonction de leurs préférences et de leurs besoins du moment.

Une liberté d'expression offerte aux enfants

Chaque section du jeu comprend une carte « autre » qui permet aux enfants de partager des situations, émotions, réactions et ressources différentes de celles envisagées par les conceptrices du jeu.



Utilisation du jeu

Le jeu peut être amené à tout moment, sur proposition de l'adulte ou à la demande de l'enfant, à partir de l'instant où l'enfant est calme et prêt à échanger.

Disposer les 10 cartes de la section « Situations » face visible sur une table. Encourager l'enfant à sélectionner la ou les cartes qui correspondent à une ou plusieurs situations qu'il a récemment vécues ou observées.

Donner le temps nécessaire à l'enfant pour qu'il puisse s'exprimer librement. Acquiescer, reformuler ses propos pour être sûr d'avoir bien compris, l'encourager avec bienveillance (il ne s'agit en aucun cas d'un « interrogatoire »)

Inviter l'enfant à associer une ou plusieurs cartes « Émotions » à une ou plusieurs cartes « Situations » pour lui permettre de verbaliser les émotions/ sentiments qu'il a pu ressentir face à la ou les situations vécues ou observées.



Faire de même avec les cartes « Réactions » (Quelle(s) réaction(s) a-t-il eu après avoir ressenti telle(s) émotion(s)... ?) et « Ressources » (Quelle(s) ressource(s) a-t-il éventuellement déjà utilisé et pourrait-il utiliser à l'avenir pour mettre fin aux situations potentielles de cyberharcèlement ?).



Les variantes

Regrouper les cartes de chaque section et former 4 piles sur une table. Puis, inviter l'enfant à sélectionner une seule section autour de laquelle il souhaite échanger.

Proposer une discussion autour d'une seule carte.

Accès à des ressources supplémentaires via un QR Code