

Module 9. Lutte contre la cyberintimidation dans les écoles

Ce document fournit aux éducateurs des connaissances et des stratégies pratiques pour identifier, prévenir et lutter efficacement contre la cyberintimidation en milieu scolaire.



**Co-funded by
the European Union**



Définition et compréhension

Cyberintimidation

Les jeunes de 15 à 24 ans représentent le groupe démographique le plus actif en ligne (Nations Unies, 2022). Si l'engagement numérique offre de nombreux avantages, il expose également les jeunes à des risques tels que la violence en ligne.

La cyberintimidation désigne spécifiquement le harcèlement qui se produit dans des environnements numériques tels que les réseaux sociaux, les plateformes de jeux et autres applications (UNICEF, 2024). Elle implique menaces, agressions verbales, hostilité et humiliation (OMS, 2022). L'étude sur le comportement des enfants d'âge scolaire en matière de santé, menée dans 44 pays, a révélé une augmentation de la cyberintimidation depuis 2018 : environ 12 % des adolescents déclarent harceler d'autres personnes en ligne et 15 % déclarent en être victimes, la proportion étant relativement égale entre les sexes.

Le cyberharcèlement atteint généralement son apogée entre 13 et 15 ans, plus tard que le harcèlement traditionnel (OMS, 2022).

Formes de Cyberintimidation	Distinct Caractéristiques	Puissance numérique Dynamique
La cyberintimidation se manifeste par des injures (bagarres en ligne avec un langage agressif), du harcèlement par des messages répétitifs, du cyberharcèlement, du dénigrement par la diffusion de mensonges et de photos, du vol d'identité et de l'ostracisme (Cantone et al., 2015).	Bien que la cyberintimidation partage des caractéristiques avec l'intimidation traditionnelle (intentionnalité, répétition, déséquilibre de pouvoir), elle présente des aspects uniques : anonymat, vaste portée du public, disponibilité 24h/24 et 7j/7, continuation au-delà des heures de classe et potentiel de diffusion virale du contenu (Campbell & Bauman, 2018).	Disparités en matière de littératie numérique peut créer des déséquilibres de pouvoir (OCDE, 2019). La cyberintimidation peut inclure la pornographie vengeresse, le sexting sans consentement, le vol de mot de passe, la création de faux profils et la publication d'informations diffamatoires (OMS, 2022 ; UNICEF, 2024).

Il est essentiel de comprendre que le cyberharcèlement survient rarement de manière isolée. Il coïncide souvent avec le harcèlement traditionnel, le harcèlement, la violence dans les relations amoureuses, le sexting et le cyberharcèlement (OMS, 2022 ; Campbell et Bauman, 2018). Il est essentiel de lutter contre l'intimidation à l'école, car elle permet de prédire d'autres formes de violence, notamment les comportements abusifs en ligne chez les adolescents (OMS, 2022).

La distance entre l'intimidateur et la victime dans les environnements en ligne permet à l'agresseur de ressentir moins d'empathie, tandis que la taille potentielle de l'audience, la permanence du contenu et la facilité de partage amplifient l'impact (Campbell et Bauman, 2018).

Mythes courants sur la cyberintimidation

Comprendre le cyberharcèlement nécessite de dissiper plusieurs idées fausses répandues qui peuvent entraver une intervention efficace. Ces mythes conduisent souvent à des réponses inappropriées ou minimisent la gravité du problème.

Selon l'OCDE (2019), plusieurs fausses hypothèses persistent dans les discussions sur la cyberintimidation.

Mythe : La cyberintimidation est universellement comprise

Réalité : Malgré la couverture médiatique, de nombreux adultes et étudiants manquent de connaissances claires compréhension de ce qui constitue la cyberintimidation, de ses diverses formes et de ses graves conséquences.

Mythe : Nous sommes confrontés à une épidémie de cyberintimidation

Réalité : Bien que la cyberintimidation soit une préoccupation sérieuse, les recherches montrent qu'elle touche un pourcentage spécifique de jeunes plutôt que d'être universelle. Exagérer sa prévalence peut normaliser le comportement.

Mythe : La cyberintimidation entraîne directement le suicide

Réalité : Le suicide est un phénomène complexe, avec de multiples facteurs contributifs. Tandis que la cyberintimidation peut contribuer au suicide idéation, établir une causalité directe simplifie à outrance les deux problèmes.

Mythe : La cyberintimidation est plus fréquente que l'intimidation traditionnelle

Réalité : Les recherches indiquent que l'intimidation traditionnelle reste plus courante, bien que la cyberintimidation soit davantage l'attention des médias et peut avoir impacts uniques en raison de sa nature numérique.

Mythe : La cyberintimidation est une phase normale du développement

Réalité : La cyberintimidation ne fait pas partie du processus normal de croissance. Le rejetant comme un comportement typiquement adolescent minimise ses effets nocifs et décourage l'intervention.

Mythe : Les cyberintimateurs sont intrinsèquement des « enfants méchants »

Réalité : Les enfants qui se livrent à la cyberintimidation ont souvent leurs propres difficultés, notamment des difficultés d'empathie, de régulation émotionnelle ou de comportement passé. expériences de victimisation.

Une autre idée reçue répandue est que le simple fait d'éteindre son ordinateur ou son appareil peut mettre fin au cyberharcèlement (OCDE, 2019). Cela simplifie excessivement le problème et ignore la réalité sociale des natifs du numérique. Pour les jeunes d'aujourd'hui, se déconnecter des espaces numériques signifie se déconnecter de leur monde social, ce qui peut accroître l'isolement et l'exclusion. De plus, des contenus préjudiciables peuvent continuer à circuler et causer des dommages même lorsque la cible est hors ligne.

Il est essentiel que les enseignants reconnaissent ces mythes pour élaborer des stratégies de prévention et d'intervention efficaces. En comprenant la véritable nature du cyberharcèlement, ils peuvent mieux soutenir les victimes et les auteurs, tout en créant des environnements numériques plus sûrs pour tous les élèves.

Reconnaître les symptômes et les comportements de la cyberintimidation

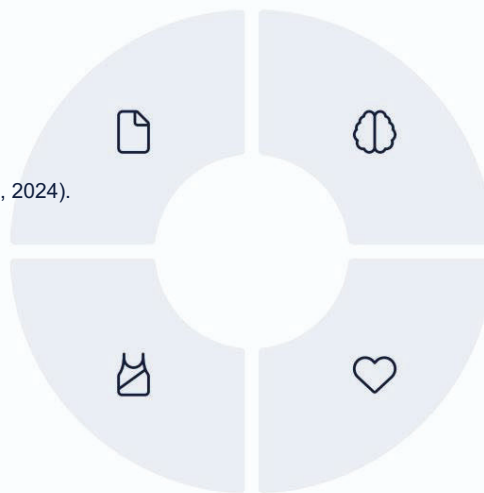
Les conséquences sont graves, car la cyberintimidation est associée à la dépression, au stress, à l'anxiété, aux troubles du comportement, à la toxicomanie, à la détérioration des relations sociales (Campbell et Bauman, 2018) et aux comportements suicidaires. Certaines études suggèrent que les effets néfastes de la cyberintimidation pourraient dépasser ceux du harcèlement traditionnel, en partie en raison de la désinhibition en ligne : les auteurs disent ou partagent en ligne des choses qu'ils ne feraient jamais en personne (Suler, 2004, cité dans Campbell et Bauman, 2018).

Symptômes physiques

Les élèves victimes de cyberintimidation peuvent manifester de la fatigue en raison de troubles du sommeil et développer des symptômes somatiques, notamment des maux de tête, des maux d'estomac et des nausées (UNICEF, 2024).

Changements de comportement

Les victimes peuvent s'isoler, sécher les cours, commencer à consommer des substances, adopter des comportements dangereux, afficher une conduite violente et afficher une baisse de leurs résultats scolaires (UNESCO, 2024 ; OCDE, 2019).



Impacts mentaux

Les victimes développent souvent une perception négative d'elles-mêmes, se croyant stupides, inacceptables ou indésirables. Ils ressentent généralement de la honte, de la peur, de la colère et une diminution de l'estime de soi. (UNICEF, 2024).

Signes émotionnels

Perte d'intérêt et motivation, nervosité, anxiété, insécurité, culpabilité et la solitude est courante. réponses émotionnelles aux expériences de cyberintimidation (UNICEF, 2024).

Selon le ministère américain de la Santé et des Services sociaux (ASPA, 2019), plusieurs signes avant-coureurs indiquent qu'un élève peut être victime de cyberintimidation, en particulier lorsqu'il utilise des appareils numériques :

- Augmentation ou diminution notable de l'utilisation de l'appareil
- Réponses émotionnelles fortes lors de l'utilisation d'appareils
- Cacher les écrans ou refuser de discuter des expériences en ligne
- Éviter les interactions sociales
- Suppression des comptes de réseaux sociaux
- Perte d'intérêt pour les activités auparavant appréciées

Comparés aux non-intimideurs, les cyberintimideurs présentent davantage de problèmes de comportement, d'hyperactivité, de problèmes relationnels avec leurs pairs, de difficultés de régulation émotionnelle et de niveaux plus élevés de stress, d'anxiété et de dépression.

Si vous observez plusieurs signes avant-coureurs suggérant qu'un élève est impliqué dans du cyberharcèlement, la première étape consiste à lui en parler en privé. Après cette conversation, pensez à impliquer les parents.

Stratégies d'intervention pour La cyberintimidation en milieu scolaire

Pour lutter efficacement contre le cyberharcèlement, il est nécessaire de mettre en œuvre des stratégies fondées sur des données probantes, tant en classe qu'en dehors. Avant de mettre en œuvre des techniques de lutte contre le cyberharcèlement, les enseignants doivent comprendre plusieurs principes clés identifiés par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS, 2022) : la plupart des violences en ligne contre les enfants proviennent de pairs et de connaissances plutôt que d'inconnus ; les interventions efficaces privilégient les compétences relationnelles saines ; et le cyberharcèlement se produit généralement parallèlement au harcèlement traditionnel et à d'autres comportements problématiques.

Les interventions ponctuelles, comme les présentations ponctuelles, s'avèrent inefficaces. Les programmes complets devraient plutôt tenir compte des caractéristiques de l'environnement en ligne, telles que l'anonymat, l'absence de supervision d'un adulte, le potentiel d'un large public et la difficulté des victimes à se retirer sans isolement social (UNESCO, 2020). Les programmes efficaces renforcent la sensibilisation des élèves, développent leurs capacités d'adaptation, forment l'empathie, améliorent leurs compétences en communication, utilisent des enquêtes de sécurité et établissent de solides relations élèves-enseignants (Masoumi et al., 2024).



Interventions proactives

Ces approches préventives comprennent des discussions régulières en classe sur le comportement approprié en ligne, des règles générées par les élèves (par exemple, inclure ceux qui sont laissés de côté, aider les pairs victimes d'intimidation), inciter les spectateurs à s'opposer aux comportements nuisibles, mettre en œuvre des modèles comme KiVa anti-intimidation, utiliser des techniques d'apprentissage socio-émotionnel et organiser des réunions de cercle pour les préoccupations.



Interventions réactives

Lorsque des incidents surviennent, appliquez des sanctions appropriées (pas excessivement autoritaires), renforcez les compétences sociales des victimes, réglez les conflits en tenant compte de la douleur des deux parties, utilisez des pratiques réparatrices encourageant la réflexion et la réintégration, mettez en œuvre des méthodes de groupe de soutien et employez des techniques d'entretien motivationnel qui expriment des attentes positives et encouragent le changement de comportement.

Éléments structurels des programmes efficaces

- Utiliser plusieurs stratégies et outils d'apprentissage (vidéos, jeux, activités de lecture, discussions)
- Assurer une exposition répétée au contenu anti-intimidation pour un impact durable
- Intégrer des jeux de rôle pour développer l'engagement et l'interaction entre pairs
- Impliquer l'ensemble de la communauté scolaire et les parents à travers des activités continues

Stratégies de réduction des risques pour les personnes apparentées

Risques en ligne

La cyberintimidation survient souvent parallèlement à d'autres risques en ligne qui nécessitent des approches spécifiques de réduction des risques. Plutôt que d'utiliser des messages prohibitifs, qui peuvent être inefficaces auprès des adolescents, les éducateurs devraient mettre en œuvre des stratégies qui reconnaissent les réalités numériques tout en minimisant les dommages potentiels (OMS, 2024). Ces approches s'attaquent non seulement à la cyberintimidation, mais également à des phénomènes connexes comme le grooming en ligne et le sexting problématique.



Prévention du toilettage

Inclure des discussions sur la loi relative à l'âge du consentement et les raisons pour lesquelles les relations entre adultes et mineurs sont inappropriées. Sensibiliser les élèves aux tactiques des manipulateurs : séduction, isolement, cadeaux, culpabilisation et dénigrement familial. Apprendre à reconnaître les signes avant-coureurs, comme les questions excessives sur les expériences sexuelles et les demandes de photos. Développer l'affirmation de soi, refus, stratégies de soutien par les pairs et recherche d'aide comportementaux.



Sécurité du sexting

Expliquez que si les élèves choisissent de partager des images, ils ne doivent les partager qu'avec des personnes de confiance, individuellement et jamais sous pression ou en état d'ébriété. Définir le consentement éclairé. Clairement. Déconseillez d'inclure des parties intimes ou des visages sur les photos. Recommandez l'utilisation d'applications de chiffrement de bout en bout. Insistez sur le fait de ne jamais partager les images reçues avec d'autres personnes sans autorisation explicite.

Reconnaître les relations saines et malsaines

Signes de relations saines

- Le consentement est systématiquement respecté et pratiqué
- Les promesses sont tenues et les engagements honorés
- Les erreurs sont reconnues et traitées de manière constructive
- Le respect mutuel est démontré dans tous les domaines d'interactions
- La communication est ouverte, honnête et encourageante
- Les limites sont établies et respectées

Signes avant-coureurs d'une mauvaise santé Relations

- Contrôle excessif sur les activités, les amitiés ou communication
- Problèmes graves de gestion de la colère ou réactions volatiles
- Utilisation fréquente de tactiques de culpabilité ou de manipulation
- Présence de menaces, d'intimidation ou de coercition
- Isolement des amis, de la famille ou du soutien réseaux
- Mépris des limites personnelles ou du consentement

Sensibiliser les étudiants à la responsabilité

Utilisation de la technologie

Le progrès technologique est inéluctable et son accès ne peut ni ne doit être refusé aux jeunes.

Ce qui fait la différence, c'est d'éduquer les étudiants à la culture Internet et à la citoyenneté numérique responsable.

Une éducation efficace en matière d'éthique informatique comprend des objectifs clairs, un contenu précis, des méthodes appropriées, des études de cas réels et des cadres éthiques que les étudiants peuvent appliquer à diverses situations en ligne.

6 heures

Temps en ligne quotidien

Le temps moyen que les jeunes passent en ligne chaque jour (OMS, 2022), soulignant la nécessité d'une éducation complète à la littératie numérique.

24h/24 et 7j/7

Disponibilité du contenu

Contrairement à l'intimidation traditionnelle, le contenu de la cyberintimidation reste accessible en permanence, ce qui peut étendre son impact au-delà des heures de classe.

15%

Victimes de cyberintimidation

Pourcentage d'adolescents déclarant avoir été victimes de cyberintimidation selon l'enquête Health Behavior in School-Étude sur les enfants âgés.

Étapes pour atteindre la résilience numérique

Enseigner la confidentialité numérique

Compétences

Discutez des informations qui ne devrait jamais être partagé en ligne (âge, nom complet, lieu de l'école, informations financières) et établir des limites claires pour le partage numérique.

Développer un esprit critique

Pensée

Encouragez les élèves à remettre en question le contenu en ligne en tenant compte de la fiabilité de la source, du but du contenu, des références de l'auteur, de la distinction entre faits et opinions et des techniques de manipulation émotionnelle.

Mettre l'accent sur le numérique

Permanence

Aidez les élèves à comprendre que tout ce qui est téléchargé sur Internet peut éventuellement devenir public, quels que soient les paramètres de confidentialité ou les tentatives de suppression.

Expliquer en ligne
Motivations comportementales

Discutez des facteurs psychologiques derrière Internet agression : colère, anonymat, manque d'empathie, recherche d'approbation par les pairs, communication malentendus et culture du trolling.

Construire numérique
Confiance

Inclure les étudiants dans la recherche de solutions aux défis numériques, leur permettant de s'approprier leurs expériences en ligne et de développer leur capacité à résoudre des problèmes

compétences.

Aide à la normalisation-
En cherchant

Apprenez aux élèves à demander de l'aide à des adultes de confiance lorsque face aux défis en ligne, en soulignant que le fait de résoudre les problèmes tôt permet d'éviter l'escalade (principe de la thermodynamique).

Comprendre le comportement en ligne

Psychologie

Pour lutter efficacement contre le cyberharcèlement, les enseignants doivent comprendre les facteurs psychologiques qui influencent les comportements en ligne. L'environnement numérique crée des conditions uniques qui peuvent modifier considérablement la façon dont les individus, et notamment les jeunes, interagissent avec les autres. Cette compréhension aide les enseignants à développer des interventions plus ciblées et plus efficaces.



Désinhibition en ligne Effet

Le phénomène psychologique selon lequel les gens se comportent différemment en ligne qu'ils le feraient en personne. Cet effet conduit les individus à dire ou partager numériquement des choses qu'ils n'exprimeraient jamais en face à face (Suler, 2004). Comprendre cela permet d'expliquer pourquoi des élèves par ailleurs bienveillants pourraient s'engager dans comportements en ligne nuisibles.



Anonymat et identité

L'anonymat perçu des espaces en ligne permet aux élèves d'expérimenter différentes identités ou personnalités. Si cela peut être bénéfique pour le développement, cela peut aussi réduire le sentiment de responsabilité et favoriser les comportements à risque. Les élèves peuvent se sentir déconnecté de la conséquences de leurs actes.



Barrières à l'empathie

La communication numérique manque d'indices non verbaux importants qui suscitent généralement l'empathie. Sans réaction immédiate à leurs propos, les cyberharcelleurs peuvent ne pas saisir pleinement l'impact de leurs propos. La recherche montre que les cyberintimidateurs obtiennent des résultats inférieurs aux mesures de l'affectif et de l'empathie cognitive (Zych et al., 2019).



Effet d'audience

Le potentiel d'un large public en ligne peut motiver un comportement négatif chez les étudiants qui cherchent validation, mentions « J'aime » ou statut. Cet aspect « performance » des réseaux sociaux et des médias peuvent aggraver les choses en tant qu'auteurs et recevoir des renforts de pairs.



Régulation émotionnelle Défis

Les élèves qui se livrent à la cyberintimidation présentent souvent des difficultés émotionnelles. La réglementation. L'immédiateté de la communication en ligne permet des réactions impulsives sans la période de réflexion qui pourrait se produire lors d'interactions en face à face.



Cycle de victimisation

De nombreux cyberharcelleurs ont eux-mêmes été victimes de harcèlement. Ce cycle souligne l'importance de prendre en compte les deux aspects des incidents de cyberharcèlement plutôt que de simplement étiqueter les élèves comme « intimidateurs » ou « victimes ».

Comprendre ces facteurs psychologiques aide les enseignants à dépasser les discours simplistes du « bon élève/mauvais élève ». Ils peuvent ainsi reconnaître que les comportements de cyberharcèlement découlent souvent de besoins psychologiques complexes, de difficultés de développement et de facteurs environnementaux. Cette perspective permet des interventions plus empathiques et efficaces, qui s'attaquent aux causes profondes plutôt qu'aux seuls symptômes.

Lorsque vous discutez du comportement en ligne avec les élèves, intégrez ces connaissances psychologiques pour les aider à comprendre leurs propres actions et réactions numériques.

Approches collaboratives avec les parents et les forces de l'ordre

Dans les cas graves de cyberintimidation, une réponse coordonnée impliquant les enseignants, les parents et parfois la loi L'application des lois devient nécessaire. Cependant, ces relations sont souvent mal définies, ce qui complique une coordination efficace (Broll, 2014). Une approche globale définissant clairement les rôles et les canaux de communication est essentielle pour traiter les incidents graves de cyberharcèlement.

Étape de prévention

Les enseignants collaborent avec les parents pour établir des limites claires et guider les enfants dans le monde en ligne. Les deux parties partagent la responsabilité de l'éducation à la littératie numérique et du suivi approprié des activités en ligne.

Réponse renforcée

En cas de cyberintimidation persistante ou grave, les conseillers ou administrateurs scolaires interviennent. Des ressources supplémentaires peuvent être engagées et des politiques scolaires formelles activées.

1

2

3

4

Intervention précoce

Lorsque des signes avant-coureurs apparaissent, les enseignants et les parents communiquent préoccupations et coordonnent de manière cohérente réponses à la maison et à l'école environnements. Documentation de les incidents commencent à ce stade.

Autorités externes

En cas de menaces, de harcèlement important ou d'activités illégales, il peut être nécessaire de contacter les forces de l'ordre. Les écoles devraient des protocoles clairs sur le moment et la manière d'impliquer les autorités.

Rôles et responsabilités dans les réponses collaboratives

Partie prenante	Principales responsabilités	Actions collaboratives
Parents	Comprendre les activités en ligne de leur enfant vie; fournir un environnement sûr pour la divulgation; surveiller les limites appropriées; être ouvert aux nouvelles informations tout en maintenant une conscience critique des risques.	Partager des informations pertinentes avec les enseignants ; renforcer les messages scolaires à la maison ; participer aux programmes de citoyenneté numérique de l'école ; se renseigner sur les mécanismes de signalement.
Enseignants	Rester au courant de la littérature et de la technologie; fournir des informations aux parents et aux élèves; mettre en œuvre des programmes de prévention; reconnaître les signes avant-coureurs; documenter les incidents.	Communiquer vos préoccupations à parents et administrateurs; savoir quand et comment faire remonter les cas graves; faciliter la communication parents- école ; mettre en œuvre interventions en classe.
forces de l'ordre	Restez informé des risques potentiels pour les étudiants; analysez les situations signalées; déterminez les interventions appropriées pour mettre fin à la cyberintimidation; comprenez les lois et règlements pertinents.	Maintenir le contact avec l'école fonctionnaires; fournir des conseils sur les limites légales; répondre rapidement aux rapports graves; participer aux programmes d'éducation scolaire lorsque cela est approprié.

Étude de cas : Mise en œuvre d'une approche globale

Approche scolaire

Cette étude de cas examine comment les écoles peuvent mettre en œuvre des stratégies intégrées qui s'attaquent à la cyberintimidation à plusieurs niveaux simultanément.

Direction

Administration scolaire
établit des politiques claires, alloue des ressources et démontre son engagement pour lutter contre la cyberintimidation.

Formation des enseignants

Tout le personnel bénéficie d'un développement professionnel continu sur la citoyenneté numérique, la reconnaissance de la cyberintimidation et les stratégies d'intervention.

Classe

Programme d'études

Le contenu sur la citoyenneté numérique et la lutte contre la cyberintimidation est intégré dans tous les domaines d'études plutôt que traité comme un tout. sujet séparé.

Engagement des étudiants

Les programmes de mentorat par les pairs, les initiatives menées par les étudiants et la voix des jeunes dans l'élaboration des politiques créent un sentiment d'appropriation et de pertinence.

Implication des parents et de la communauté

Des ateliers réguliers, des canaux de communication et des projets collaboratifs étendent la prévention au-delà des murs de l'école.

Calendrier de mise en œuvre

Phase 1 : Évaluation (1 à 2 mois)

- Mener une enquête sur le climat scolaire, y compris des questions sur la cyberintimidation
- Revoir les politiques et procédures existantes
- Établir des données de référence sur les incidents
- Former un comité de citoyenneté numérique avec diverses parties prenantes

Phase 2 : Planification (2 à 3 mois)

- Élaborer une politique globale portant sur la prévention, l'intervention et le suivi
- Créer un plan d'intégration du programme scolaire à tous les niveaux scolaires
- Séquence de développement professionnel en conception
- Établir des mécanismes de signalement et des protocoles de réponse

Phase 3 : Mise en œuvre (en cours)

- Lancer une campagne de sensibilisation pour toutes les parties prenantes
- Commencer la mise en œuvre du programme scolaire
- Organiser des séances de formation du personnel
- Lancer un programme d'éducation des parents
- Activer les initiatives de leadership étudiant

Phase 4 : Évaluation et perfectionnement (Annuel)

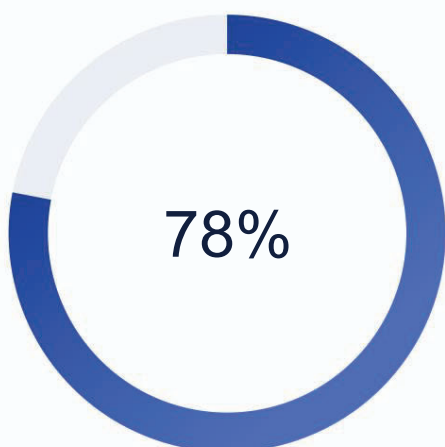
- Recueillir des données sur l'efficacité du programme
- Recueillir les commentaires de tous les groupes de parties prenantes
- Réviser et mettre à jour les politiques et procédures
- Ajuster la mise en œuvre en fonction des besoins émergents

Résilience numérique : au-delà de la prévention

Autonomisation

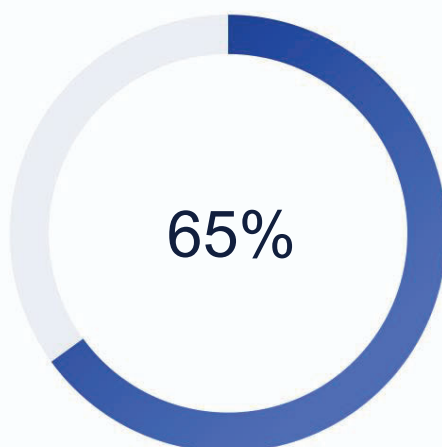
Bien que la prévention de la cyberintimidation demeure essentielle, il est tout aussi important de développer la résilience numérique des élèves, c'est-à-dire leur capacité à relever efficacement les défis en ligne et à se remettre d'expériences négatives.

La résilience numérique représente un passage des approches axées sur la protection aux stratégies d'autonomisation qui dotent les étudiants des compétences nécessaires pour s'épanouir dans des environnements numériques malgré les défis inévitables.



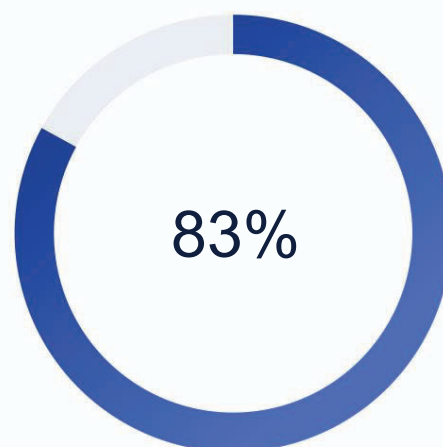
Taux de récupération

Pourcentage d'élèves qui se remettent efficacement d'expériences de cyberintimidation lorsqu'ils sont dotés de compétences en matière de résilience numérique.



Réduction des risques

Diminution de la probabilité de récurrence de victimisation pour les étudiants qui développent de fortes capacités de résilience numérique.



Croissance de la confiance

Augmentation de la confiance des étudiants à relever les défis en ligne après avoir participé à la résilience numérique programmes.

Stratégies de classe pour renforcer la résilience numérique

- Apprentissage basé sur des scénarios : présentez des défis numériques réalistes et guidez les élèves à travers des processus de résolution de problèmes, en augmentant progressivement la complexité à mesure que les compétences se développent.
- Pratiques de réflexion : Encouragez une réflexion régulière sur les expériences numériques par le biais d'un journal, de discussions en classe ou de projets créatifs qui traitent des interactions en ligne.
- Mentorat par les pairs : Établir des programmes dans lesquels les étudiants plus âgés ou plus confiants en matière de numérique aident leurs pairs à développer leurs compétences de navigation en ligne.
- Approches positives face à l'échec : créer des espaces sûrs pour que les étudiants puissent faire des erreurs en ligne et en tirer des leçons sans conséquences graves.
- Projets de citoyenneté numérique : impliquez les élèves dans la création de ressources, de campagnes ou d'outils qui favorisent des comportements en ligne positifs pour leurs pairs.

La résilience numérique représente une avancée significative par rapport aux approches traditionnelles de prévention du cyberharcèlement. Plutôt que de se concentrer exclusivement sur la protection des élèves contre les risques en ligne (une tâche de plus en plus ardue dans notre monde connecté), les approches de renforcement de la résilience dotent les élèves des compétences nécessaires pour naviguer avec confiance dans les environnements numériques malgré les inévitables défis.

Conclusion : Créer un numérique plus sûr Environnements

Lutter efficacement contre le cyberharcèlement nécessite une approche multidimensionnelle alliant compréhension, prévention, intervention et collaboration. Alors que les technologies numériques continuent d'évoluer et de s'intégrer à la vie des élèves, les enseignants jouent un rôle crucial pour favoriser des environnements où les jeunes peuvent naviguer en ligne de manière sûre et responsable.

Compréhension globale

Les réponses efficaces à la cyberintimidation commencent par la reconnaissance de ses caractéristiques uniques⁴ : Anonymat, large audience, disponibilité 24h/24 et 7j/7, et potentiel viral du contenu. Comprendre que le cyberharcèlement survient rarement de manière isolée, mais coïncide souvent avec l'intimidation traditionnelle et d'autres comportements problématiques permettent une action plus ciblée et des interventions.

Approches fondées sur des données probantes

Les recherches montrent systématiquement que les interventions à exposition unique sont inefficaces. Au lieu de cela, des programmes complets qui intègrent de multiples stratégies d'apprentissage, une exposition répétée, des jeux de rôle et un engagement de toute l'école donnent de meilleurs résultats. Ces approches devraient aborder à la fois la prévention et l'intervention tout en développant la résilience numérique des étudiants.

Accent sur le développement des compétences

Au-delà de la sensibilisation, une prévention efficace du cyberharcèlement nécessite le développement de compétences spécifiques : résolution de problèmes, assertivité, empathie, gestion des émotions, résolution de conflits, recherche d'aide et intervention auprès des témoins. Ces compétences permettent aux élèves de gérer non seulement le cyberharcèlement, mais aussi... risques en ligne liés.

Réponses collaboratives

Enseignants, parents, administrateurs scolaires, et parfois les forces de l'ordre doivent travailler avec des rôles clairement définis et des canaux de communication. Cette collaboration assure une messagerie cohérente et une escalade appropriée lorsque nécessaire, en particulier pour les cas graves.

Principales recommandations pour les éducateurs

1. Intégrer l'éducation à la citoyenneté numérique dans l'ensemble du programme scolaire plutôt que de la traiter comme un sujet distinct
2. Établir des politiques et des procédures claires pour signaler et répondre aux incidents de cyberintimidation
3. Développer la résilience numérique des élèves grâce à des pratiques d'apprentissage et de réflexion basées sur des scénarios
4. Impliquer les parents par le biais d'une communication régulière et d'opportunités éducatives sur la sécurité en ligne
5. Maintenir des connaissances à jour sur les plateformes numériques et les risques émergents en ligne
6. Créer des environnements de classe où les élèves se sentent à l'aise pour discuter des défis en ligne
7. Mettre en œuvre des stratégies de prévention proactives et des approches d'intervention réactives
8. Répondre aux besoins des cibles et des auteurs de cyberintimidation, en reconnaissant que les deux peuvent nécessiter soutien