Prendre de la distance

Objectif du jeu : aide à développer une empathie véritable, à prendre conscience des émotions et motivations, et à se préparer mentalement pour agir avec calme et sagesse face à une situation de cyberharcèlement.

Règles du jeu

A partir de la situation donnée, tu rempliras toutes les cases de chaque tableau : cela devra t'amener à imaginer ce que peut ressentir chaque personne vivant la situation et à comprendre ce qui pourrait blesser/aider une personne vivant une situation de cyberharcèlement.

Voici la situation :

Théo découvre que Max, Lili et Tom ont créé un groupe sur un réseau social pour se moquer de lui en diffusant des rumeurs fausses et des insultes répétées.

Numéro de projet : 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237
Financé par l'Union européenne. Les opinions et points de vue exprimés sur ce site web n'engagent que leur(s) auteur(s) et pas nécessairement l'Union européenne ou le Service espagnol pour l'internationalisation de l'éducation (SEPIE). Ni l'Union européenne ni l'Agence nationale SEPIE ne peuvent en être tenues pour responsables.

Se mettre à la place de l'autre : *rempli les cases du tableau, en imaginant que tu es chacun des personnages de la situation*

	Tu es Théo et tu découvres les moqueries sur le groupe WhatsApp	**Tu es Lili, tu as écrit un message d'insulte envers Théo** sur le groupe WhatsApp	**Tu es inscrit** dans le groupe WhatsApp **et tu viens de lire le message de Lili**
Que ressens-tu ?			
Qu'est-ce qui t'as amené à faire ça ?			
Que pourrais-tu faire d'autre ?			
Quel besoin as-tu ?			
Que voudrais-tu que les autres fassent ?			
Que pourrais-tu faire maintenant ?			

Prendre de la distance

- Prépare-toi **à ne pas réagir immédiatement** en émotion, mais à réfléchir calmement.
- Rappelle-toi que **les mots peuvent blesser très fort**, mais que la situation ne définit pas la valeur de la personne.
- **Pense à des actions constructives** : en parler à un adulte de confiance, bloquer ou signaler les comptes harceleurs, soutenir la victime.

Numéro de projet : 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237
Financé par l'Union européenne. Les opinions et points de vue exprimés sur ce site web n'engagent que leur(s) auteur(s) et pas nécessairement l'Union européenne ou le Service espagnol pour l'internationalisation de l'éducation (SEPIE). Ni l'Union européenne ni l'Agence nationale SEPIE ne peuvent en être tenues pour responsables.

Exprimer ce que tu as appris

Dis ou écris ce que tu as compris de ces différents points de vue et comment cela te fait ressentir la situation autrement.

Par exemple ; Liam qui a fait ce jeu dit : « *J'ai compris que souvent, les harceleurs ont eux-mêmes des souffrances cachées, mais cela ne justifie pas leurs actes. Être témoin donne le pouvoir de changer les choses. J'ai appris à ne pas prendre les moqueries pour ma valeur personnelle et à chercher de l'aide.* »

Numéro de projet : 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237
Financé par l'Union européenne. Les opinions et points de vue exprimés sur ce site web n'engagent que leur(s) auteur(s) et pas nécessairement l'Union européenne ou le Service espagnol pour l'internationalisation de l'éducation (SEPIE). Ni l'Union européenne ni l'Agence nationale SEPIE ne peuvent en être tenues pour responsables.