

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT PÉDAGOGIQUE

-

FILM “SILENCES”

Un film de **Patrick Attali**

Produit par **NEMA 777 Production**

&

MS Production

-

Du Choc à l'Engagement : Comprendre, prévenir, agir ensemble

Guide pédagogique – Écoles, collèges, lycées, et au-delà

Table des matières

Avant-propos	3
PARTIE 1 – Intentions, cadres et repères éducatifs	5
1. Mot du réalisateur	5
2. Synopsis du film	5
3. Eléments de cadrage du guide pédagogique	6
3.1. Définitions essentielles	6
3.2. Cadre juridique	8
3.3. Une mobilisation de tous déjà en route	9
Pérennité et pilotage	9
4. Les compétences psychosociales, au cœur de la prévention de la lutte contre le harcèlement et du climat scolaire	10
PARTIE 2 – Démarche pédagogique	12
1. Principes pédagogiques choisis	12
2. Comprendre la dynamique du harcèlement : mécanismes internes, phases du processus et compétences psychosociales pour agir	12
2.1. Les mécanismes internes : émotions, besoins et théorie de l'esprit	13
2.2. Le processus de harcèlement : phases, acteurs et compétences pour comprendre et rompre la dynamique	14
3. Programmation/Scénarisation des séquences***	16
PARTIE 3 – Exploitation des séquences du film	17
1. Installer un cadre sécurisant et préparer les élèves à la projection	17
1.1 Proposition d'activité : carte mentale "Ce qui peut blesser"	17
2. Accompagner les élèves pendant et après la projection	20
2.1 Observer, soutenir et sécuriser pendant la projection	21
2.2 Fiche "Si un élève se reconnaît dans le film"	22
2.3. Conseils pour animer un débat sensible	23
3. Séquence 1 : l'initiation du harcèlement	24
4. Séquence 2 : l'escalade	27
5. Séquence 3 : l'ancrage	28
RESSOURCES COMPLEMENTAIRES	30
Conclusion	31
Mentions finales / 4ème de couverture	32

Avant-propos

Le harcèlement scolaire détruit en silence. Face à cette urgence nationale, l'auteur, producteur et réalisateur Patrick Attali a voulu raconter l'histoire de Sarah pour donner un visage, une voix, une vérité à ce que vivent tant d'élèves.

Contactée en amont du tournage, au moment du travail exploratoire, notre équipe a proposé d'élaborer un guide pédagogique pour accompagner la projection du film et permettre aux équipes éducatives, en milieu scolaire ou associatif, d'ouvrir un dialogue sécurisé, respectueux et constructif.

Le film *Silences* donne à voir l'invisible : cette mécanique du mutisme qui paralyse les victimes. Ce film n'accuse personne : il montre la complexité des situations, la fragilité des adolescents, la pression du groupe, et le rôle essentiel des adultes. Il rappelle que le harcèlement n'est jamais l'affaire d'un seul élève, mais le produit d'un écosystème relationnel où chacun — pairs, familles, institution — a un rôle à jouer.

Le courage est contagieux. En alignant la force du film *Silences* avec une approche éducative fondée sur l'acquisition des compétences psychosociales, et en s'appuyant sur des politiques d'établissements robustes, chaque projection peut devenir un levier supplémentaire puissant de fraternité et de sécurité scolaire.

Ce guide n'est donc pas un point de départ, ni un point final, mais une ressource supplémentaire pour consolider une culture de prévention, de vigilance partagée et de climat scolaire protecteur. C'est aussi un outil supplémentaire pour développer les compétences psychosociales des élèves et renforcer leur capacité à faire face, à coopérer et à se protéger mutuellement.

« Le climat scolaire n'est pas une donnée météo, c'est une construction collective. L'école n'est pas seulement un lieu où l'on apprend, c'est un lieu où l'on vit ensemble. » *Éric Debarbieux*

Les auteurs du guide

Ce guide a été conçu en lien étroit avec Patrick Attali par une équipe pluridisciplinaire engagée depuis plusieurs années dans la prévention du harcèlement scolaire, l'accompagnement des élèves et la formation des personnels. Nous parlons depuis nos pratiques quotidiennes, au croisement de l'éducation, du soin, de la pédagogie et du pilotage des établissements.

Nous avons choisi de rester anonymes : ce guide n'est pas une œuvre individuelle, mais un **cadeau professionnel**, élaboré pour soutenir le travail, la démarche et l'engagement du réalisateur. Notre intention est simple : mettre à disposition des équipes éducatives un outil solide, sensible et opérationnel, afin que chaque projection du film *Silences* puisse devenir un levier de compréhension, de prévention et d'action collective.

Ce guide propose un **cadre structurant**, mais il doit toujours être **décliné et précisé en contexte**, en tenant compte :

- de l'âge et de la maturité des élèves,
- des spécificités culturelles et sociales de l'établissement,
- des ressources institutionnelles disponibles (Éduscol, pHARe, CPS, protocoles internes),
- et en n'hésitant jamais à mobiliser les **équipes académiques et départementales expertes** (référents harcèlement, personnels sociaux et de santé, équipes mobiles de sécurité, conseillers pédagogiques, cellules de veille).

Il s'agit d'un outil d'appui, à adapter, enrichir et articuler avec les pratiques professionnelles existantes, pour renforcer la protection des élèves et la cohérence éducative.

« Rien de durable ne se construit en éducation sans une qualité de relation. » C. Marsollier

PARTIE 1 – Intentions, cadres et repères éducatifs

1. Mot du réalisateur

Parce qu’aujourd’hui le harcèlement n’est plus seulement une bousculade dans un couloir : c’est un écosystème qui mêle cour de récré et réseaux, où une image devient une sentence en quelques minutes. *Silences* apporte autre chose que la chronique d’un martyr : un double point de vue (l’adolescente et l’adulte qui choisit enfin d’agir), une éthique de mise en scène sans voyeurisme (on montre l’impact, pas la méthode), et la complexité des positions ; l’amie qui trahit, le proviseur qui temporise, la mère peu présente ; sans monstres ni saints. Le film se distingue par sa grammaire sensorielle (sons, silences, plans de traversée) qui fait ressentir la honte et la respiration qui revient, par son arc de réparation (pas de message plaqué, un basculement : “le silence change de camp”), et par une visée concrète d’impact (projections-débats, outils “voir/agir/parler”). Ce n’est pas un récit pour “expliquer” le harcèlement mais pour faire éprouver ce que coûte l’inaction et ce que peuvent changer les voix qui se lèvent.

Silences affirme que la honte n’appartient pas à la victime et que la responsabilité est collective. Il démonte la mécanique du harcèlement, regards complices, rires, écrans, renoncements, pour rappeler qu’on n’est pas condamné à être spectateur : un adulte qui prend sa part, un camarade qui se positionne, une classe qui refuse le jeu peuvent enrayer la spirale. Le film invite à regarder en face ce qui se passe, à nommer ce qui blesse et à se tenir aux côtés de celui ou celle qui vacille. Son message tient en trois idées : la dignité n’est pas négociable, l’isolement se combat, et le courage est contagieux.

2. Synopsis du film

Sarah, 14 ans, fait sa rentrée pleine d’espoir. Un incident anodin dans un couloir déclenche une spirale de micro-violences, d’humiliations et de solitude. Autour d’elle, les adultes font de leur mieux, mais passent parfois à côté des signaux faibles. Son amie Chloé, en quête de reconnaissance, s’éloigne. Le groupe se transforme. Le silence s’installe. Et Sarah s’enfonce.

Silences est un drame adolescent tendu comme un fil, qui raconte comment un collègue “ordinaire” peut devenir une arène où l’on teste sa valeur à coups de likes. Sarah (15ans), drôle et discrète, voit son monde basculer quand des photos intimes, prises naïvement avec sa meilleure amie Chloé, fuient au collège. Au centre du manège : Charles, meneur charismatique et cruel, qui fait la loi dans la classe et va faire de Sarah son bouc émissaire et va lancer un harcèlement quotidien sur elle.

Face à cette montée invisible, M. Favin, professeur principal au calme fragile, perçoit l’isolement dans lequel elle s’enferme : la honte, la bascule possible. Le film raconte le harcèlement à l’ère des réseaux, la lâcheté collective, la trahison qui blesse plus que les coups, mais aussi la

responsabilité des adultes et le prix d'un geste qui dit enfin "ça suffit". D'un quotidien ordinaire naît un récit tendu, intime, qui questionne : qui parle quand tout le monde se tait ?

Silences ne cherche pas le scandale, mais la vérité émotionnelle et la possibilité d'un avant et d'un après. Un récit d'aujourd'hui, net, direct, qui ouvre le débat sans sermon et laisse une empreinte durable.

Thématiques du film : *Harcèlement scolaire, Cyberviolence, Sexualisation précoce, Rôle des témoins, Signaux faibles, Vulnérabilité émotionnelle, Place des adultes, Construction identitaire, Solitude et silence, Pression du groupe, Influence des médias et réseaux sociaux, Dépendance numérique, Importance de la disponibilité parentale, Effets de la comparaison sociale, Recherche de validation, Fragilité des liens d'amitié,...*

Accompagner la projection du film : repères pour un cadre sécurisant

La projection d'un film abordant le harcèlement scolaire ne peut être un simple moment de visionnage : elle nécessite un accompagnement pédagogique attentif, avant, pendant et après. Pour garantir la sécurité émotionnelle des élèves et favoriser une compréhension juste des enjeux, l'adulte doit installer un cadre clair, observer les réactions, puis ouvrir un espace de parole structuré. Ce chapitre propose des repères concrets pour soutenir les élèves tout au long de cette expérience, en veillant à la fois à leur protection, à la qualité des échanges et à la construction d'un climat de confiance.

3. Éléments de cadrage du guide pédagogique

3.1. Définitions essentielles

- **Harcèlement scolaire** : violence répétée, physique, verbale, psychologique ou numérique, exercée par un ou plusieurs élèves envers un autre élève dans une relation de domination ou de déséquilibre de pouvoir.
- **Prévention** : ensemble des actions mises en place pour éviter l'apparition des situations de harcèlement, développer un climat scolaire positif et favoriser le respect entre les élèves.
- **Climat scolaire** : qualité des relations au sein de l'établissement scolaire, influençant le sentiment de sécurité, le bien-être et les apprentissages des élèves.
- **Compétences psychosociales (CPS)** : aptitudes cognitives, émotionnelles et sociales permettant de gérer ses émotions, communiquer efficacement, coopérer et résoudre les conflits de manière adaptée.
- **Empathie** : capacité à comprendre et prendre en compte les émotions et le vécu d'autrui sans nécessairement les ressentir soi-même.
- **Régulation émotionnelle** : capacité à identifier, comprendre et gérer ses émotions de manière adaptée aux situations sociales.
- **Estime de soi** : perception positive ou négative qu'une personne a d'elle-même, influençant la confiance et les relations sociales.
- **Coopération** : capacité à travailler avec les autres dans le respect, l'écoute et l'entraide.

- **Signalement** : action d'informer un adulte ou une institution d'une situation de harcèlement afin de protéger les élèves concernés.
- **Cyberharcèlement** : forme de harcèlement utilisant les outils numériques et les réseaux sociaux pour humilier, menacer ou exclure une personne. *Violence amplifiée par le numérique : permanente, publique, incontrôlable.*
- **Mobilisation collective** : engagement coordonné de l'ensemble de la communauté éducative (élèves, familles, personnels, partenaires) dans la prévention et la lutte contre le harcèlement.
- **Témoins passifs / actifs** : Leur rôle est déterminant : ils peuvent renforcer ou stopper la violence.
- **Violence symbolique** : Humiliation, moqueries, rumeurs, isolement : des violences invisibles mais destructrices.
- **Effet de groupe (ou effet de meute)** : Phénomène par lequel des élèves participent ou laissent faire des violences sous l'influence du groupe, avec une dilution du sentiment de responsabilité individuelle.
- **Désengagement moral** : Mécanisme psychologique permettant de justifier ou minimiser ses actes (ex : « c'était pour rire », « tout le monde le fait »).
- **Empathie** : Capacité à se représenter et à comprendre les émotions et la souffrance d'autrui. Elle constitue un levier central dans la prévention et le traitement du harcèlement.
- **Signaux faibles de harcèlement** : Changements discrets mais significatifs (isolement, chute des résultats, anxiété, refus scolaire...) pouvant indiquer une situation de mal-être ou de harcèlement.
- **CPC** : Les compétences psychosociales (CPS) désignent un ensemble d'aptitudes cognitives, émotionnelles et sociales qui permettent à une personne de faire face efficacement aux situations de la vie quotidienne, de gérer ses émotions, de communiquer de manière constructive et d'entretenir des relations positives avec les autres. Développées dès l'enfance, elles contribuent au bien-être, à la réussite scolaire et à la prévention des comportements violents ou à risque, notamment le harcèlement. Les CPS regroupent notamment l'empathie, la gestion du stress et des émotions, l'estime de soi, la coopération, la résolution de conflits, la pensée critique et la capacité à demander de l'aide.
- **Approche Restaurative** : concept pour passer de la simple sanction à la réparation du lien social et à la responsabilisation des auteurs. Concrètement, l'action permet d'amener l'auteur à comprendre les besoins fondamentaux brisés (Sécurité, Appartenance, Compétence) et proposer une réparation concrète.
- **Méthode de préoccupation partagée**
 La méthode de préoccupation partagée est une approche éducative du traitement du harcèlement scolaire qui vise avant tout à **développer l'empathie chez les élèves impliqués**, en particulier ceux susceptibles d'adopter des comportements intimidants. Développée par le psychologue Anatol Pikas, elle part du principe que certains élèves participent à des situations de harcèlement sans toujours mesurer pleinement les conséquences de leurs actes.
 La méthode repose sur des **entretiens individuels, non accusatoires**, durant lesquels l'adulte exprime sa préoccupation pour la situation de la victime, sans désigner de coupable ni chercher à confronter. L'objectif est d'amener l'élève à **se représenter la**

souffrance de l'autre, à prendre conscience de son rôle, puis à envisager lui-même des moyens d'améliorer la situation.

En mobilisant l'empathie plutôt que la sanction immédiate, cette approche permet de **désamorcer les mécanismes de groupe**, de favoriser des changements de comportement durables et de faire cesser les situations de harcèlement dans un cadre sécurisant pour la victime.

- **La théorie de l'esprit** : elle correspond à la capacité de comprendre que les autres possèdent des pensées, des croyances, des intentions et des émotions différentes des siennes. Elle permet à l'enfant d'interpréter les comportements d'autrui, d'anticiper les réactions et d'adapter sa propre conduite dans les interactions sociales. Le développement de cette compétence joue un rôle important dans la reconnaissance et la compréhension des émotions, qu'elles soient exprimées verbalement ou à travers les expressions du visage, le ton de la voix ou les attitudes corporelles. Une bonne compréhension des émotions favorise l'empathie, la qualité des relations sociales et la prévention des comportements agressifs ou de rejet, notamment dans le contexte scolaire.

3.2. Cadre juridique

Le harcèlement scolaire est clairement reconnu et encadré par la loi en France. Depuis la **loi du 2 mars 2022**, il constitue un délit spécifique. Il se définit par des agissements répétés visant à dégrader les conditions de vie d'un élève, que ce soit au sein de l'établissement, à ses abords ou en ligne, dans le cadre du cyberharcèlement. Ces violences peuvent porter atteinte à la dignité, à la santé physique ou mentale de la victime, ainsi qu'à ses conditions d'apprentissage.

La loi prévoit des sanctions pénales proportionnées à la gravité des faits. Le harcèlement scolaire est puni de peines pouvant aller jusqu'à **3 ans d'emprisonnement et 45 000 euros d'amende**. Ces peines peuvent être alourdies lorsque les faits entraînent une incapacité de travail, lorsqu'ils visent un élève de moins de 15 ans, ou encore lorsqu'ils ont des conséquences particulièrement graves, comme une tentative de suicide ou un suicide, pouvant porter les sanctions jusqu'à **10 ans d'emprisonnement et 150 000 euros d'amende**. Les mineurs auteurs de harcèlement peuvent également être poursuivis, avec des sanctions adaptées à leur âge.

L'institution scolaire a un rôle central dans la prévention et le traitement du harcèlement.

L'institution scolaire joue également un rôle essentiel dans la prévention du harcèlement à travers une démarche éducative continue fondée sur la sensibilisation, le dialogue et le développement des compétences psychosociales. La prévention passe par la mise en place d'actions régulières auprès des élèves — séances d'information, ateliers, débats, projets collaboratifs ou campagnes de sensibilisation — afin de favoriser le respect, l'empathie et la culture de la non-violence. Elle implique aussi la formation des personnels éducatifs pour mieux repérer les signes de mal-être, intervenir rapidement et adopter une posture commune face aux situations de harcèlement. Cette dynamique repose enfin sur une coopération étroite entre l'école, les familles et les partenaires extérieurs, afin de créer un climat scolaire serein et protecteur pour tous les élèves.

Elle est tenue d'assurer la sécurité et le bien-être des élèves, ce qui implique de repérer les situations, de les signaler et de mettre en place des mesures de protection. Des dispositifs structurent cette action et encouragent une mobilisation collective des équipes éducatives.

Par ailleurs, **tout adulte ayant connaissance d'une situation de harcèlement a un devoir de signalement**. Selon la gravité des faits, celui-ci peut être effectué au sein de l'établissement ou auprès des autorités judiciaires.

Enfin, au-delà de la dimension répressive, **le cadre légal s'inscrit dans une approche éducative et protectrice**. Il vise à protéger les victimes, à accompagner les élèves concernés, à responsabiliser les auteurs et à prévenir la répétition des violences. Ainsi, la lutte contre le harcèlement scolaire repose à la fois sur la loi et sur l'engagement de l'ensemble de la communauté éducative.

3.3. Une mobilisation de tous déjà en route

La lutte contre le harcèlement scolaire ne commence pas avec ce guide : elle est déjà engagée dans de nombreux établissements. Les équipes éducatives, les familles et les partenaires institutionnels se mobilisent chaque jour pour prévenir, repérer et traiter les situations de harcèlement.

Cette mobilisation déjà en place s'articulent autour de plusieurs axes :

- **Prévention et sensibilisation** : campagnes régulières, ateliers, débats, projets collaboratifs pour développer l'empathie, le respect et la culture de la non-violence et du respect.
- **Formation des personnels** : repérage des signaux faibles, posture commune face aux situations, accompagnement des élèves vulnérables.
- **Protection et accompagnement des élèves vulnérables** : mise en place de personnes ressources, espaces de parole sécurisés, suivi individualisé.
- **Traitement et suivi des situations signalées** : traçabilité des faits, des réponses apportées et de leur évolution.
- **Coopération avec les familles et partenaires** : dialogue constant, co-construction des réponses, implication des associations et des institutions locales.
- **Promotion d'un climat scolaire serein et inclusif** : intégration du bien-être des élèves comme levier essentiel de réussite.
- **Pilotage et évaluation** : traçabilité des situations, évaluation régulière des dispositifs pour garantir leur efficacité.

Pérennité et pilotage

Cette mobilisation collective s'inscrit dans une démarche systémique : diagnostic, programmation, action, suivi et évaluation. Elle vise à installer durablement une culture de vigilance partagée et un climat scolaire protecteur.

La pérennité de l'action doit donc être garantie par son intégration dans les instances de pilotage, dans les procédures et dans les routines.

Le projet d'école ou d'établissement peut contenir un axe qui place le bien-être de l'élève comme levier essentiel de la réussite du parcours académique. Dans certaines unités scolaires, il donne lieu à l'élaboration d'une charte à l'image des "wellbeing policy" dans notre établissement ou d'établissement anglo-saxons.

Le **Comité d'Éducation à la Santé, à la Citoyenneté et à l'Environnement** (interdégrés ou non) est le quartier général de cette lutte contre toutes les formes d'intimidations et de harcèlement. **Diagnostic, programmation, action, suivi, évaluation, garantissent l'engagement d'une démarche qualité systémique.**

Enfin, le **Bien-être des personnels** et la **symétrie des attentions** est une condition indispensable de réussite : l'adulte doit être soutenu pour pouvoir soutenir. Garantir la formation et le bien-être des personnels permettent de renforcer leur capacité de protection des élèves.

4. Les compétences psychosociales, au cœur de la prévention de la lutte contre le harcèlement et du climat scolaire

Les compétences psychosociales constituent aujourd'hui un socle essentiel pour prévenir le harcèlement et améliorer durablement le climat scolaire. Définies par l'Organisation mondiale de la santé, elles regroupent un ensemble de capacités cognitives, émotionnelles et sociales qui permettent à chaque élève de mieux se connaître, de comprendre ses émotions, de réguler son stress, de penser de manière critique, de communiquer de façon constructive et de développer des relations positives.

Ces compétences — telles que la conscience de soi, la régulation des émotions, la coopération, la résolution de conflits, la capacité à demander de l'aide ou à faire des choix responsables — renforcent la résilience des élèves face aux tensions et leur permettent de résister à la pression du groupe et à adopter des comportements prosociaux. Elles sont désormais reconnues comme **un facteur de protection majeur** dans la lutte contre le harcèlement et la construction d'un climat scolaire serein.

Le Rapport IGÉSR (octobre 2025), Les compétences psychosociales : une exigence pour soutenir la promesse émancipatrice de l'École républicaine, souligne que leur développement doit être intégré à toutes les pratiques éducatives et pédagogiques, dans toutes les disciplines, et piloté de manière stratégique à l'échelle des établissements et du système éducatif. Ce rapport rappelle que les CPS ne sont pas un complément optionnel, mais une exigence au service des apprentissages, de la réussite scolaire et de l'émancipation républicaine ([Rapport IGÉSR 2025](#)).

D'autres ressources officielles, comme le [kit pédagogique pour les séances d'empathie à l'école](#) (MEN, 2026) montrent combien l'apprentissage des émotions constitue une première étape structurante : comprendre ce que l'on ressent, identifier les besoins associés, reconnaître les

émotions d'autrui et exprimer ses propres ressentis de manière adaptée. Ces apprentissages, travaillés dès les cycles 1, contribuent à installer un climat de classe plus apaisé, à réduire les malentendus relationnels et à favoriser l'entraide : les émotions sont des indicateurs précieux de besoins psychologiques fondamentaux (sécurité, appartenance, reconnaissance, autonomie, compétence...), et leur prise en compte améliore la disponibilité aux apprentissages et la qualité des interactions.

Articuler ces apports permet d'adopter une approche globale où le développement de l'empathie, de la coopération, l'apprentissage de la gestion du stress, l'amélioration de la pensée critique ou encore de l'assertivité constituent des levier puissants pour prévenir les violences, soutenir les élèves les plus vulnérables et renforcer la cohésion du groupe.

Dans le cadre de la lutte contre le harcèlement, **ces compétences ne sont pas un complément optionnel : elles sont un facteur de protection majeur, permettant aux élèves de reconnaître les situations injustes, de s'affirmer sans agressivité, de demander de l'aide, de soutenir un pair en difficulté et de résister aux dynamiques de groupe délétères.**

En plaçant les compétences psychosociales au cœur de ce guide, l'objectif est donc double :

- **protéger les élèves** en renforçant leurs ressources internes et relationnelles ;
- **transformer le climat scolaire** en installant des pratiques éducatives qui favorisent la sécurité affective, la coopération et la fraternité.

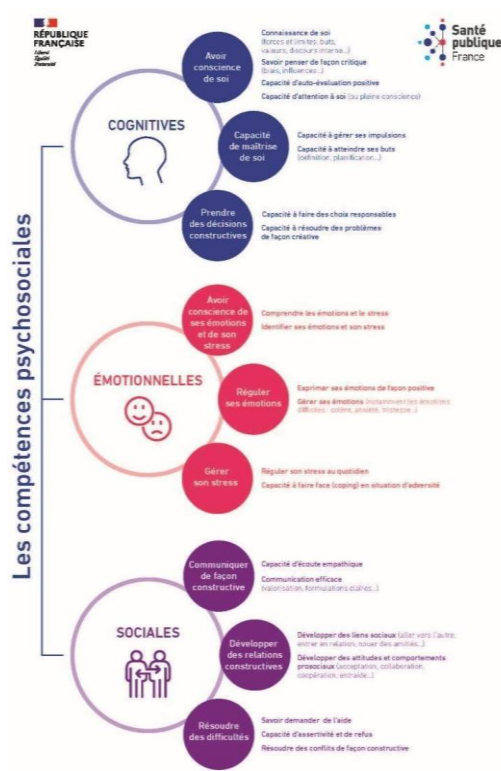
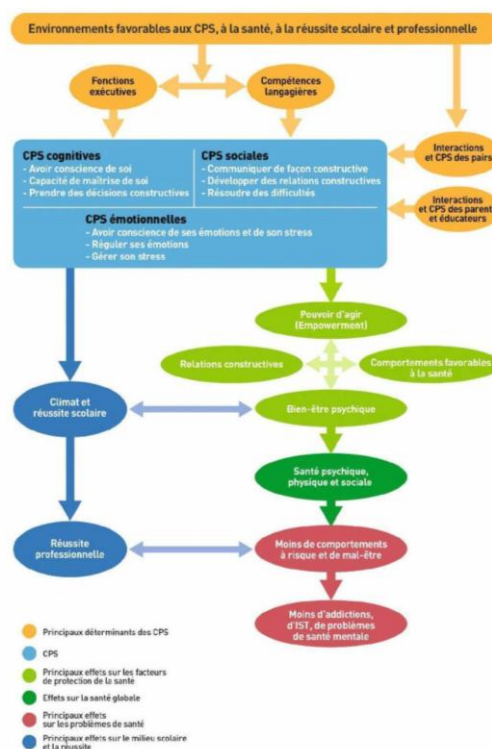


Figure 2. Représentation schématique des CPS, de leurs principaux effets et déterminants



Santé publique France / Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021 / p. 24

PARTIE 2 – Démarche pédagogique

L'exploitation du film se concentre sur trois scènes marquantes, des scènes repères, des moments de bascule.

L'exploitation du film se fonde aussi sur des grands principes pédagogiques, un décryptage des mécanismes en jeu dans le phénomène de harcèlement, et une montée en Compétences Psycho Sociales pour mieux agir et réagir.

1. Principes pédagogiques choisis

- **Enseignement explicite** : le lien entre chaque scène du film et la/les CPS enseignée(s) est explicitement fait. Chaque CPS enseignée est nommée, définie, exemplifiée et entraînée avant d'être mobilisée..
- **Pédagogies Actives** : jeux de rôle, débats, photolangage, études de cas, travail coopératif, théâtre forum...
- **Métacognition** : chaque séance se clôt par un temps de réflexion guidée sur ce que l'élève a appris et comment il peut le mobiliser dans sa vie. La métacognition contribue à l'auto-évaluation.

2. Comprendre la dynamique du harcèlement : mécanismes internes, phases du processus et compétences psychosociales pour agir

Comprendre le harcèlement scolaire nécessite d'en saisir la dynamique et montrer les mécanismes souvent invisibles : il ne s'agit jamais d'un événement isolé, mais d'un processus qui s'installe progressivement, fait de micro-violences qui saturent le quotidien, s'alimentent de multiples facteurs, brisent l'estime de soi de la victime, et transforment les relations au sein d'un groupe.

La "Victimisation de Basse Intensité"

« C'est la répétition du banal qui fait le drame. » — É. Debarbieux

Chacune de ces phases mobilise ou fragilise des compétences psychosociales essentielles. Il s'agit donc de mieux les repérer et de les consolider pour mieux agir. Pour chaque phase, les comportements spécifiques des trois acteurs (auteur, victime, témoin) sont identifiés, ainsi que les CPS à mobiliser pour briser le processus.

2.1. Les mécanismes internes : émotions, besoins et théorie de l'esprit

Avant de décrire les différentes phases du processus de harcèlement, il est essentiel de comprendre ce qui se joue à l'intérieur des élèves : leurs émotions, leurs besoins affectifs et cognitifs, et leur capacité à percevoir les intentions et les ressentis d'autrui. Ces éléments constituent le socle des compétences psychosociales. Ils influencent la manière dont un élève réagit, se protège, intervient ou reste silencieux face à une situation blessante.

1. Les émotions : moteurs et obstacles

- Peur, honte, colère, confusion, culpabilité.
- Réactions physiologiques (stress, sidération).
- Impact sur la prise de décision et la capacité à demander de l'aide.

2. La théorie de l'esprit : comprendre l'autre

- Capacité à percevoir les intentions, émotions et besoins d'autrui.
- Difficultés fréquentes chez les adolescents (centrage sur soi, impulsivité).
- Conséquences : malentendus, minimisation, interprétations erronées.

3. Les besoins cognitifs et affectifs

- Besoin d'appartenance.
- Besoin de reconnaissance.
- Besoin de sécurité émotionnelle.
- Besoin de cohérence et de sens.
- Comment ces besoins peuvent être manipulés ou fragilisés dans un groupe.

2.2. Le processus de harcèlement : phases, acteurs et compétences pour comprendre et rompre la dynamique

PHASE 1 : L' INITIATION - Le premier acte

Un acte isolé en apparence : une moquerie, une mise à l'écart, une humiliation ponctuelle.

Cette phase est décisive : si elle n'est pas interceptée, elle ouvre la porte à l'escalade.

Phase 1 Initiation	Auteur	Victime	Témoin
Comportements observables	- Tente une première provocation ou moquerie - Cherche la réaction de la victime - Guette la réaction du groupe - Minimise l'acte (« c'était pour rire »)	- Réaction de surprise, sidération - Peut minimiser l'incident - Ne comprend pas ce qui lui arrive - Se replie ou réagit de façon démesurée	- Observe sans réagir (effet spectateur) - Peut rire ou valider implicitement - N'identifie pas encore la gravité - Évite le conflit
CPS à mobiliser pour rompre le processus	• Auteur : Gestion des émotions, reconnaître et réguler l'impulsion d'agresser • Victime : Communication assertive, savoir nommer et signaler dès le 1er acte • Témoin : Courage moral, ne pas valider par le silence ou le rire		

PHASE 2 : L' ESCALADE - La répétition s'installe

Le premier acte non sanctionné encourage la répétition. L'auteur prend confiance, le groupe se positionne, la victime s'isole. Le déséquilibre de pouvoir se construit.

Phase 2 Escalade	Auteur	Victime	Témoin
Comportements observables	- Multiplie les actes (insultes, surnoms, exclusions) - Recrute des complices dans le groupe - Choisit des moments sans adulte - Établit un rapport de domination	- Développe une anxiété anticipatoire - Modifie ses comportements pour éviter la violence - Se désocialise progressivement - Baisse de résultats scolaires	- Se positionne : complice actif, complice passif ou hésitant - Le silence des témoins renforce l'auteur - Quelques-uns ressentent de l'inconfort sans agir -
CPS à mobiliser pour rompre le processus	• Auteur : Empathie, se décentrer et percevoir la souffrance de l'autre • Victime : Connaissance de soi, identifier ses ressources et chercher de l'aide • Témoin : Prise de décision responsable, sortir de l'effet spectateur		

PHASE 3 : L'ANCRAGE - Le harcèlement est installé

Le harcèlement est devenu une norme de groupe. La victime est étiquetée, la dynamique est figée. Le silence collectif devient une forme de complicité systémique.

Phase 3 Ancrage	Auteur	Victime	Témoin
Comportements observables	- Le harcèlement devient un rituel de groupe - Utilise le cyberharcèlement pour étendre l'emprise - Se perçoit comme légitime (« il/elle le mérite ») - Exerce une pression sur les témoins potentiels	- Vit dans la honte et la culpabilité - Refuse d'en parler (peur d'aggraver) - Peut développer des symptômes : insomnie, somatisation - Risque de déscolarisation	- Normalise la situation - Peut se sentir piégé par la pression du groupe - Risque de devenir complice pour se protéger - Ressent de la culpabilité sans savoir comment agir
CPS à mobiliser pour rompre le processus	• Auteur : Pensée critique, déconstruire les justifications et stéréotypes • Victime : Estime de soi, résister à l'étiquetage et maintenir une image positive de soi • Témoin : Coopération, agir collectivement pour briser le silence		

Une autre phase existe : la rupture, la résolution. Elle consiste à briser le processus.

La rupture est possible à chaque phase, mais elle nécessite un déclencheur : un adulte alerté, un témoin courageux, une prise de conscience de l'auteur. **Cette phase sera questionnée de manière transversale dans le guide pour analyser les moments de bascule et apprendre comment sortir de la fatalité.**

Phase RUPTURE / RESOLUTION	Auteur	Victime / Cible	Témoin
Comportements observables	- Peut prendre conscience de l'impact de ses actes - Peut être en mesure de reconnaître et réparer - Nécessite un accompagnement sans stigmatisation	- Ose parler à un adulte de confiance - Reçoit un soutien de pair(s) courageux - Retrouve progressivement confiance et place dans le groupe	- Devient un témoin actif — refuse de valider - Alerte un adulte (adulte-référent, ambassadeur) - Soutient la victime et brise l'isolement
CPS à mobiliser pour rompre le processus	• Auteur : Résolution de problèmes + résilience, trouver des voies de sortie non violentes • Victime : Communication assertive + confiance en soi, reprendre le contrôle de sa parole • Témoin : Courage moral + coopération, passer de spectateur à acteur de la rupture		

3. Programmation/Scénarisation des séquences

Chaque séquence s'appuie sur une scène du film qui correspond à une phase du processus de harcèlement : initiation, escalade, ancrage.

Séquence	Scène	CPS majeure	Objectif pédagogique	Point de bascule
1 – Initiation	Couloir	Courage moral	Comprendre et entraîner la capacité à refuser la micro-violence dès le premier acte.	Un témoin qui dit "stop"
2 – Escalade	Cour	Empathie / décentration	Comprendre l'impact de la violence numérique Développer la capacité à percevoir la souffrance d'autrui et à résister à la pression du groupe.	Un élève qui baisse son téléphone
3 – Ancrage	Classe	Coopération	Rompre une norme de groupe installée Construire une réponse collective pour rompre une norme de groupe injuste et protéger les pairs.	Une coalition de témoins

Chaque séquence peut se décliner en 3 séances selon le déroulé type :

- *Séance 1 : Analyse de la scène du film*
Objectif : Identifier les émotions des différents acteurs, décrypter leurs manifestations et analyser les besoins sous-jacents.
- *Séance 2 : Le scénario de la résolution*
Objectif : Faire émerger et expérimenter des comportements alternatifs basés sur les CPS pour résoudre la situation identifiée au temps 1.
- *Séance 3 : Enseignement décroché de la CPS majeure (en fonction du niveau)*

PARTIE 3 – Exploitation des séquences du film

1. Installer un cadre sécurisant et préparer les élèves à la projection

Avant de visionner un film qui aborde le harcèlement scolaire, il est essentiel d'aider les élèves à élargir leur compréhension de ce que peut être une violence. Beaucoup associent encore la violence aux seuls coups, alors que la majorité des atteintes vécues à l'école sont verbales, relationnelles, sociales ou émotionnelles. Recenser ensemble « ce qui peut blesser » permet de rendre visibles ces violences ordinaires, souvent minimisées ou banalisées. Cette démarche offre aussi un espace sécurisé où les élèves peuvent reconnaître des situations sans se dénoncer ni exposer d'autres élèves, en parlant de comportements plutôt que de personnes. Elle les place dans une posture d'attention, de réflexion et d'empathie, tout en mobilisant des compétences psychosociales essentielles comme l'identification des émotions, la coopération ou la compréhension des dynamiques de groupe. C'est une étape clé pour préparer les élèves émotionnellement et intellectuellement à la projection, installer un cadre protecteur et bienveillant, et clarifier les règles de parole et de sécurité émotionnelle.

1.1 Proposition d'activité : carte mentale “Ce qui peut blesser”

Objectif : sensibiliser aux différentes formes de violence scolaire pouvant conduire à du harcèlement.

Matériel : feuilles, stylos, post-it.

Durée : 45 minutes.

Déroulement :

1) Répartir la classe en petits groupes

2) Indiquer les règles de sécurité émotionnelles durant les activités

- Aucune moquerie ni jugement ne sont autorisés
- Il est interdit de citer des noms d'élèves de l'établissement ou de situations réelles identifiables.
- Les échanges doivent porter uniquement sur des situations générales ou fictives, et non sur des situations individuelles vécues dans la classe ou l'établissement.
- Chacun est libre de s'exprimer ou de ne pas parler, sans pression.
- Il est possible de demander une pause à tout moment, en cas d'inconfort ou d'émotion.

3) Chaque groupe crée une carte mentale “Ce qui peut blesser”

Proposition de réponse :

1. Les mots	2. Les gestes	3. L'exclusion	4. Le numérique
• Moqueries • Insultes directes • Surnoms humiliants • Rumeurs, ragots • Menaces • Messages blessants (écrits, réseaux sociaux)	• Bousculades • Coups, violences physiques • Vols ou dégradations d'affaires • Intimidation par la posture ou le regard • Mimer, imiter pour se moquer	• Ignorer volontairement • Ne pas inviter • Faire semblant de ne pas entendre • Mettre à l'écart dans les jeux ou les groupes • Faire “comme si” quelqu'un n'existait pas	• Photos ou vidéos partagées sans accord • Commentaires humiliants • Harcèlement en groupe (messages, chats) • Usurpation d'identité • Diffusion d'informations privées
5. Les attitudes blessantes	6. Les injustices	7. Les atteintes à l'identité	8. Les émotions invisibles
• Soupçons, yeux levés au ciel • Rires nerveux dirigés vers quelqu'un • Regards insistants ou méprisants • Ignorer une demande d'aide • Faire semblant d'être ami pour se moquer	• Accuser sans preuve • Favoriser certains élèves • Punir ou réprimander injustement • Se moquer d'une erreur • Ne pas croire la parole d'un élève	• Se moquer du physique • Se moquer de la façon de parler • Attaques liées à l'origine, la culture, la religion • Attaques liées au genre ou à l'orientation supposée • Se moquer d'un handicap ou d'un trouble	• Honte • Peur de parler • Sentiment d'être seul • Impression de ne pas être “à la hauteur” • Pression du groupe • Culpabilité

4) Mise en commun, discussion et prolongements

🗨️ “Pourquoi est-il difficile de parler lorsque l'on est blessé ?”

Ce que les élèves peuvent répondre :

- « J'ai peur qu'on ne me croie pas. »
- « J'ai peur que ça empire si j'en parle. »
- « Je ne veux pas passer pour quelqu'un qui se plaint. »
- « J'ai honte de ce qui m'arrive. »
- « Je ne veux pas attirer l'attention sur moi. »
- « Je ne veux pas que mes amis pensent que je les trahis. »
- « Je ne sais pas comment expliquer ce que je ressens. »
- « Je me dis que ce n'est peut-être pas si grave. »
- « J'ai peur que les adultes minimisent ou disent que c'est “pour rire”. »
- « Je ne veux pas créer de problèmes. »
- « Je ne veux pas que mes parents s'inquiètent. »

- « Je ne veux pas être vu comme “faible”. »
- « Je ne sais pas à qui en parler. »
- « Je me sens seul, donc je pense que ça ne sert à rien. »
- « Je ne veux pas que tout le monde soit au courant. »

💬 *“Quels sentiments entrent en jeu ?”*

Ce que les élèves peuvent répondre :

- La honte : « J’ai honte de ce qu’on me fait », « J’ai honte d’en parler ».
- La peur : peur du jugement, peur des représailles, peur d’être isolé.
- La tristesse : « Ça me fait mal mais je n’ose pas le dire ».
- La colère : contre les autres, contre soi-même, contre l’injustice.
- La culpabilité : « Peut-être que c’est de ma faute », « J’aurais dû réagir ».
- La confusion : « Je ne comprends pas pourquoi ça m’arrive ».
- Le doute : « Est-ce que j’exagère ? », « Est-ce que c’est vraiment du harcèlement ? ».
- La loyauté : « Je ne veux pas dénoncer mes amis ».
- La pression du groupe : « Tout le monde rigole, alors je me tais ».
- Le sentiment d’être seul : « Je pense que personne ne peut m’aider ».
- La fatigue émotionnelle : « Je n’ai plus l’énergie d’en parler ».
- La peur de décevoir : « Je ne veux pas que mes parents pensent que je ne gère pas ».
- Le manque de confiance : « Je ne crois pas que ça changera quelque chose ».

💬 *“Qu’est-ce qui, autour de nous, dans la vie quotidienne, peut déclencher ou rendre une situation blessante plus compliquée ou plus douloureuse ?”*

1. Influence des médias et de la culture

- « Dans la télé réalité, on se moque des gens, alors certains pensent que c’est normal. »
- « Les influenceurs se clashent tout le temps, ça donne des idées. »
- « Les vidéos humiliantes font beaucoup de vues. »

2. Impact des réseaux sociaux

- « Une rumeur peut se répandre très vite. »
- « Les gens se permettent plus de choses derrière un écran. »
- « Les commentaires restent visibles longtemps. »
- « Les groupes privés peuvent devenir des lieux de moqueries. »

3. Hyperconnexion et dépendance au téléphone

- « On compare tout le temps nos vies à celles des autres. »
- « Les notifications stressent et rendent plus sensibles. »
- « On réagit trop vite sans réfléchir. »

4. Pression du groupe et dynamique de classe

- « Si tout le monde rigole, on n’ose pas dire stop. »
- « On suit le groupe pour ne pas être la prochaine cible. »
- « Quand personne ne réagit, ça donne l’impression que c’est normal. »

5. Disponibilité émotionnelle des adultes

- ☐ « On a peur de déranger nos parents. »
- ☐ « On pense que les adultes n'ont pas le temps. »
- ☐ « On ne sait pas à qui parler. »

6. Fragilités personnelles

- ☐ « Quand on manque de confiance en soi, tout fait plus mal. »
- ☐ « Quand on est fatigué ou stressé, on réagit plus vite. »
- ☐ « Quand on se sent seul, on pense que ça ne sert à rien d'en parler. »

7. Malentendus et communication

- ☐ « Parfois, quelqu'un pense faire une blague, mais ça blesse vraiment. »
- ☐ « On ne se rend pas compte que l'autre ne vit pas la situation comme nous. »

5) Conclure et engager vers le film

Proposition pour l'enseignant :

« Tout ce que vous venez de dire montre à quel point il peut être difficile de parler quand on souffre. La peur, la honte, le doute, la pression du groupe... ce sont des émotions très fréquentes, et elles peuvent empêcher quelqu'un de demander de l'aide, même quand il en aurait vraiment besoin. Vous avez aussi identifié que certaines influences extérieures — les réseaux sociaux, la télé réalité, la pression du groupe, l'hyperconnexion, le manque d'écoute ou les malentendus — peuvent déclencher, aggraver ou accélérer des situations blessantes. Ces facteurs jouent un rôle important dans la manière dont une situation évolue, parfois très vite, parfois sans que personne ne s'en rende compte.

Le film que nous allons voir raconte justement cela : des situations où des élèves vivent des choses blessantes, parfois visibles, parfois invisibles, et où la parole est difficile. Ce que vous avez partagé prépare très bien à la projection : vous avez identifié ce qui peut blesser, ce qui empêche de parler, et ce qui peut aggraver une situation. Le film va maintenant vous permettre de voir comment ces éléments s'entremêlent, comment une situation peut évoluer, et pourquoi il est si important que personne ne reste seul.

L'objectif est donc de mieux comprendre ce qui se joue dans la vie réelle, pour savoir comment réagir, comment aider, ou comment demander de l'aide si un jour vous en avez besoin.”

2. Accompagner les élèves pendant et après la projection

2.1 Observer, soutenir et sécuriser pendant la projection

La projection d'un film sur le harcèlement scolaire est un moment sensible qui peut provoquer des réactions émotionnelles fortes chez les élèves. L'adulte présent doit adopter une posture vigilante et sécurisante, afin de garantir que chacun traverse cette expérience dans un cadre protecteur.

Objectifs principaux :

- Observer les réactions des élèves pour repérer les signaux faibles.
- Soutenir discrètement les élèves en difficulté.
- Maintenir un climat de sécurité émotionnelle et relationnelle.
- Prévenir toute dérive (moqueries, rires déplacés, malaise non pris en compte).

Points d'attention pour l'enseignant :

- **Observer les réactions visibles** : rires nerveux, agitation, silence inhabituel, pleurs, regards fuyants.
- **Repérer les signaux faibles** : isolement soudain, crispation corporelle, refus de regarder l'écran, soupirs ou gestes d'inconfort.
- **Être attentif aux postures des témoins** : certains élèves peuvent réagir par complicité (rire, validation implicite), d'autres par malaise ou empathie.
- **Adopter une posture sécurisante** : présence calme, disponibilité, regard bienveillant, attitude non intrusive.
- **Intervenir avec discrétion** : si un élève manifeste un malaise, proposer un accompagnement discret (changer de place, sortir quelques minutes, être accompagné par un adulte).
- **Suivre le protocole de l'établissement** : toute situation préoccupante doit être signalée et traitée conformément aux procédures internes.

Conseils pratiques :

- Se placer de manière à voir l'ensemble du groupe pendant la projection.
- Garder une attitude neutre et rassurante, sans sur-réagir aux émotions exprimées.
- Prévoir la présence d'au moins deux adultes si possible (enseignant + CPE/infirmière/psychologue).
- Noter mentalement les réactions pour les reprendre dans le débat ou l'espace de parole après la projection.

- Rappeler aux élèves, avant la séance, qu'ils peuvent demander à sortir ou à parler à un adulte s'ils en ressentent le besoin.

Encadré pratique :

Si un élève manifeste un malaise fort → proposer calmement :

- *“Tu peux sortir quelques minutes si tu en as besoin, et nous en parlerons ensuite dans un cadre sécurisé.”*

Si un élève rit ou se moque → recadrer fermement mais sans stigmatiser :

- *“Je comprends que chacun réagisse différemment, mais ici nous respectons les émotions de tous.”*

2.2 Fiche “Si un élève se reconnaît dans le film”

La projection d'un film sur le harcèlement peut aussi susciter des résonances fortes chez certains élèves. Il est possible qu'un élève se reconnaisse dans les situations vécues par Sarah ou par d'autres personnages. Cette identification peut provoquer des émotions intenses (tristesse, colère, honte, anxiété) et nécessite une attention particulière de la part des adultes.

Principes d'accompagnement :

- **Accueillir la parole sans jugement** : si un élève exprime qu'il se reconnaît dans le film, l'adulte doit écouter avec bienveillance, sans minimiser ni dramatiser.
- **Valider l'émotion** : reconnaître que ce qu'il ressent est légitime et que le film peut réveiller des souvenirs ou des expériences personnelles.
- **Proposer un espace sécurisé** : offrir la possibilité de parler en dehors du groupe (entretien individuel avec un adulte de confiance, CPE, infirmière scolaire, psychologue).
- **Ne pas laisser l'élève seul** : s'assurer qu'il est accompagné immédiatement après la séance, même si son émotion semble contenue.
- **Orienter vers les ressources disponibles** : rappeler l'existence des personnes ressources dans l'établissement (professeur référent, infirmière, psychologue, médiateur) et des dispositifs externes (numéros d'aide, associations spécialisées).
- **Assurer la confidentialité** : protéger la parole de l'élève, éviter toute exposition devant ses pairs, et ne partager les informations qu'avec les adultes concernés dans le respect du cadre légal.
- **Respecter le protocole de l'établissement** : toute situation révélée doit être traitée conformément aux procédures internes (signalement, accompagnement, suivi), afin de garantir une réponse cohérente et sécurisée.
- **Suivi** : prévoir, avec l'équipe dédiée, un temps de retour quelques jours après la projection pour vérifier que l'élève va mieux et qu'il se sent soutenu.

Encadré pratique pour les enseignants :

Si un élève dit : *“C’est exactement ce que je vis”* → répondre calmement :

- *“Merci de l’avoir partagé. Ce que tu ressens est important. Nous allons prendre le temps d’en parler ensemble, dans un cadre où tu seras en sécurité.”*
- Ne jamais répondre par : *“Tu exagères”* ou *“Ce n’est qu’un film”*.
- Toujours proposer un relais : *“Tu peux en parler à [nom de la personne ressource], elle est là pour t’écouter et t’aider.”*

2.3. Conseils pour animer un débat sensible

Nous proposons aux éducateurs de suivre la scénarisation des séquences proposée dans ce guide. Toutefois, certains souhaiteront peut-être s’en éloigner et privilégier un autre déroulé, en animant par exemple un débat.

Le débat qui suit la projection d’un film sur le harcèlement scolaire peut susciter des émotions fortes et des prises de parole délicates. Il s’agit d’offrir un espace de parole structuré et bienveillant, où chacun peut exprimer ses ressentis en sécurité. L’enseignant ou l’animateur doit créer un cadre protecteur, clair et respectueux, afin que chacun puisse s’exprimer sans crainte et que la discussion reste constructive.

Principes de base :

- **Installer un cadre sécurisant** : rappeler les règles de respect mutuel, d’écoute active et de non-jugement.
- **Clarifier l’objectif** : préciser que le débat vise à comprendre les mécanismes du harcèlement et à réfléchir collectivement aux moyens d’agir, et non à partager des témoignages personnels obligatoires.
- **Encourager la diversité des points de vue** : valoriser les différentes perceptions, même si elles divergent, pour enrichir la compréhension collective.
- **Protéger les élèves fragiles** : rester attentif aux signes de malaise, proposer un temps individuel si nécessaire, et **suivre le protocole de l’établissement** en cas de révélation ou de situation préoccupante.
- **Favoriser la régulation émotionnelle** : permettre aux élèves de nommer leurs émotions, mais éviter que le débat ne se transforme en déballage émotionnel non accompagné.
- **Encadrer la durée** : prévoir un temps limité et structuré, afin que la discussion reste maîtrisée et ne s’épuise pas.
- **Clôturer de manière positive** : terminer sur des pistes d’action, des messages de solidarité et des ressources disponibles dans l’établissement.

Techniques d’animation :

- **Questions ouvertes** : *“Qu’est-ce qui vous a marqué ?”, “Quels comportements vous semblent dangereux ?”, “Qu’est-ce qui pourrait aider dans une telle situation ?”*

- **Reformulation** : reprendre les propos des élèves pour les clarifier et les rendre audibles par tous.
- **Normalisation** : rappeler que les émotions exprimées sont fréquentes et légitimes.
- **Décentration** : inviter à réfléchir non seulement du point de vue de la victime, mais aussi de celui des témoins et des adultes.
- **Lien avec les compétences psychosociales** : montrer comment l'empathie, la coopération ou la pensée critique peuvent aider à agir dans la réalité.

Encadré pratique pour l'enseignant :

- Avant le débat : annoncer les règles (respect, écoute, pas d'obligation de témoignage).
- Pendant le débat : distribuer la parole équitablement, intervenir pour recadrer si nécessaire, rester attentif aux signes de malaise.
- Après le débat : proposer un temps de retour au calme, rappeler les ressources disponibles, et assurer un suivi si un élève s'est montré particulièrement affecté.

3. Séquence 1 : INITIATION

Les deux premières séances de cette séquence sont basées sur **la scène "du couloir"**, avec la première micro-agression.

Extrait : « Tu prends tes aises toi ? Tu sais pas regarder où tu mets tes jambonneaux ? »

Analyse : Une micro-agression qui semble anodine mais qui installe un rapport de domination.

Thèmes : micro violence, humiliation, signaux faibles

CPS majeure : Courage moral

CPS secondaires : Communication assertive · Conscience de soi

Justification pédagogique : la scène du couloir illustre le premier acte : une micro-violence humiliante, souvent minimisée, mais décisive dans la dynamique du harcèlement. À ce stade, tout se joue dans la réaction du groupe : rire, silence, indifférence. Le courage moral est la CPS centrale, car il permet au témoin de ne pas valider la violence par son silence, et à la victime de nommer ce qui blesse dès le premier acte. Développer cette compétence aide les élèves à reconnaître l'injustice, à s'affirmer sans agressivité et à refuser la banalisation des humiliations.

Point de bascule : un témoin qui refuse de rire ou qui dit simplement "stop", ou une victime qui ose nommer l'humiliation, peut empêcher l'escalade.

Activité associée : jeu de rôle "premier acte" : comment réagir sans agressivité ? Photolangage sur les émotions ressenties dans la scène.

Séance 1 : Analyse de la scène du film

Objectif : Identifier les émotions des différents acteurs, décrypter leurs manifestations et analyser les besoins sous-jacents.

Durée : max 45 min

- **Présentation de l'objectif visé et rappel du contexte de la scène** : ce qui s'est passé avant, identifications des personnages
- **Présentation des consignes de visionnage et de la grille à compléter** : une grille par niveau et à adapter en mais structuré de la même façon (on irait plus loin sur l'analyse pour les lycéens)

Personnages	Indices, manifestations (ce que je vois/entends)	Émotions (ce que je pense que le personnage ressent)	Besoin sous-jacent
Sarah			
Charles			
Témoin(s) (à préciser selon Chloé - Groupes d'élèves - Enseignants ligne par témoin si plusieurs)			

- **Visionnage 1** : les manifestations
 - **Visionnage 2** : les émotions
 - **Synthèse collective sur manifestations et émotions** = support collectif
Différenciation par niveau :
 - Cycle 3 : les émotions primaires
 - Collège : les émotions primaires + secondaires et dilemmes sociaux
 - Lycée : on ajoute la théorie de l'esprit
 - **Analyse des besoins sous-jacents** : cartes émotions-besoins, réflexion par groupe, propositions de modalités pédagogiques possibles
 - **Synthèse collective et institutionnalisation**
 - **Bilan** : qu'avons-nous / qu'as-tu appris (*support de réflexion à proposer afin de ne pas baser cette étape essentielle sur un bilan collectif - la place de l'écrit est importante afin de soutenir et consolider la métacognition*)
 - **Temps dédié lors de la première séance : présentation des émotions primaires et secondaires**
- RESSOURCES POUR L'ENSEIGNANT** : les émotions, communication non verbale, besoins cognitifs et sociaux - théorie de l'esprit.... [Voir partie « Ressources complémentaires »](#)

Séance 2 : Le scénario de la résolution

Objectif : Faire émerger et expérimenter des comportements alternatifs basés sur les CPS pour résoudre la situation identifiée au temps 1.

Durée : max 45 min

- **Présentation de l'objectif** : “Nous avons vu pourquoi les personnages agissent ainsi (besoins). Maintenant, nous allons voir comment ils auraient pu agir autrement afin de mettre un terme à la situation / résoudre le problème “
- **Identification du point de bascule**
- **Emergence des pistes de résolution** : deux modalités pédagogiques possibles
Modalité 1 : Les ateliers par acteur (ateliers tournants ou fixes)
Organisation : diviser la classe en groupes et attribuer un personnage à chaque groupe :
Consigne : « À partir du point de bascule, chaque groupe doit proposer une action concrète que son personnage pourrait faire pour changer l'issue de l'histoire ».
Créer des supports pour soutenir la réflexion ?

Modalité 2 : Le théâtre-forum

- **Synthèse collective et institutionnalisation** : pour mettre en évidence la CPS qui est au cœur du scénario de la résolution : Quelle a été l'action la plus efficace (par acteur, selon la scène) ? + mise en perspective du temps 3 et apprentissages à venir centrés sur les CPS identifiées et explicitées.
- **Bilan** : qu'avons-nous / qu'as-tu appris (*support de réflexion à proposer afin de ne pas baser cette étape essentielle sur un bilan collectif - la place de l'écrit est importante afin de soutenir et consolider la métacognition*)

RESSOURCES POUR L'ENSEIGNANT : les CPS.... [Voir partie « Ressources complémentaires »](#)

Séance 3 : Enseignement décroché de la CPS majeure (en fonction du niveau)

CPS majeure : Courage moral

CPS secondaires : Communication assertive · Conscience de soi

Objectif pédagogique : permettre aux élèves de comprendre ce qu'est le courage moral, d'identifier les situations où il peut être mobilisé, et de s'entraîner à adopter des comportements protecteurs dès le premier acte de micro-violence. Les élèves apprennent à reconnaître l'injustice, à s'affirmer sans agressivité, et à refuser la banalisation des humiliations.

Durée : max 45 min

[Voir partie « Ressources complémentaires »](#)

4. Séquence 2 - ESCLALADE

Les deux premières séances de cette séquence sont basées sur la **scène de “La cour” les téléphones se lèvent pour filmer ou “snaper” (sexualisation, meute, réseaux sociaux, exposition numérique)**

Extrait : Les téléphones se lèvent discrètement pour filmer ou 'snaper'.

Analyse : La cour devient un théâtre social où chacun joue un rôle pour exister. Le téléphone amplifie la violence en la rendant publique.

Thèmes : regard des pairs, sexualisation, réseaux sociaux

Questions :

- Pourquoi Chloé cherche-t-elle la validation ?
- Comment la foule amplifie-t-elle la violence ?
- Qu'est-ce qui rend cette scène réaliste ?

CPS majeure : Empathie (décéntration)

CPS secondaires : Pensée critique · Gestion du stress

Justification pédagogique : la scène de la cour montre la montée en puissance : sexualisation, exposition numérique, regard des pairs. Les élèves filment sans mesurer l'impact émotionnel et social de leurs actes. L'empathie — au sens de décéntration — est la CPS clé : elle permet de percevoir la souffrance de l'autre, de comprendre que “filmer” n'est pas neutre, et de résister à la pression du groupe. Travailler cette compétence aide les élèves à sortir de l'effet spectateur, à questionner leurs comportements numériques et à prendre des décisions responsables.

Point de bascule : un témoin qui refuse de filmer ou qui baisse son téléphone peut casser la dynamique de groupe. Un élève qui exprime son malaise peut faire réfléchir les autres.

Activité associée : débat mouvant : “Filmer, est-ce participer ?” Atelier “théorie de l'esprit” : ce que ressent la victime, ce que pense le groupe, ce que voit l'adulte.

Séance 1 : Analyse de la scène du film

Objectif : Identifier les émotions des différents acteurs, décrypter leurs manifestations et analyser les besoins sous-jacents.

Durée : max 45 min

Voir séquence 1

Séance 2 : Le scénario de la résolution

Objectif : Faire émerger et expérimenter des comportements alternatifs basés sur les CPS pour résoudre la situation identifiée au temps 1.

Durée : max 45 min

Voir séquence 1

Séance 3 : Enseignement décroché de la CPS majeure (en fonction du niveau)

CPS majeure : Empathie (décéntration)

CPS secondaires : Pensée critique · Gestion du stress

Objectif pédagogique : Développer la capacité des élèves à percevoir les émotions, besoins et vulnérabilités d'autrui, en particulier dans les situations de pression du groupe ou de violence numérique. Les élèves apprennent à se décentrer, à comprendre l'impact de leurs actes (filmer, diffuser, rire), et à prendre des décisions responsables face à la dynamique de groupe.

Durée : max 45 min

[Voir partie « Ressources complémentaires »](#)

5. Séquence 3 - ANCRAGE

Les deux premières séances de cette séquence sont basées sur la **scène : la classe (humiliation publique, impuissance de l'adulte)**

Extrait : « C'est dingue que la meuf la plus bonne du collège traîne avec la plus moche. »

Analyse : La classe est un espace où la violence peut devenir spectacle. L'adulte doit intervenir rapidement pour casser la dynamique.

Thèmes : dynamique de groupe, autorité, vulnérabilité

Questions :

- Pourquoi M. Favin peine-t-il à intervenir ?
- Comment un enseignant peut-il gérer une meute ?
- Quelles émotions traverse Sarah ?

CPS majeure : Coopération (rupture collective)

CPS secondaires : Courage moral · Communication efficace

Justification pédagogique : la scène de la classe montre l'ancrage : la violence est devenue une norme de groupe, la victime est étiquetée, et le silence collectif devient complicité. La CPS majeure est la coopération, car seule une action collective peut rompre une dynamique installée. Coopérer, c'est apprendre à se soutenir entre pairs, à refuser les normes injustes, à créer un climat de classe protecteur. Cette CPS permet de transformer le groupe en ressource plutôt qu'en menace.

Point de bascule : une coalition de témoins qui refuse la moquerie, un élève qui soutient la victime, ou un adulte qui recadre clairement la classe peut inverser la dynamique.

Activité associée : théâtre-forum : "Comment la classe peut changer la norme ?" Atelier "charte de classe" : ce que nous refusons, ce que nous protégeons.

Séance 1 : Analyse de la scène du film

Objectif : Identifier les émotions des différents acteurs, décrypter leurs manifestations et analyser les besoins sous-jacents.

Durée : max 45 min

Voir séquence 1

Séance 2 : Le scénario de la résolution

Objectif : Faire émerger et expérimenter des comportements alternatifs basés sur les CPS pour résoudre la situation identifiée au temps 1.

Durée : max 45 min

Voir séquence 1

Séance 3 : Enseignement décroché de la CPS majeure (en fonction du niveau)

CPS majeure : Coopération (rupture collective)

CPS secondaires : Courage moral • Communication efficace

Objectif pédagogique : Amener les élèves à comprendre comment un groupe peut devenir une ressource protectrice plutôt qu'un espace de domination. Ils apprennent à coopérer pour rompre une norme injuste, à soutenir un pair en difficulté, et à construire collectivement un climat de classe sécurisant. La séance vise à transformer la posture individuelle en posture collective : "nous refusons la violence".

Durée : max 45 min

[Voir partie « Ressources complémentaires »](#)

RESSOURCES COMPLEMENTAIRES ET INDISPENSABLES

Références pour en savoir plus :



[Eduscol - Développer les compétences psychosociales chez les élèves](#)



[Eduscol - Les CPS, pourquoi et comment les développer ?...](#)



[Kit pédagogique pour les séances d'empathie à l'école](#) (MEN, 2026)



[Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques](#)

Conclusion

Le film Silences met en lumière la fragilité des adolescents, la puissance du groupe, l'impact du numérique et l'importance des adultes.

Le harcèlement scolaire ne se résume pas à des faits isolés : il s'inscrit dans des dynamiques relationnelles complexes, souvent silencieuses, qui fragilisent durablement les élèves qui en sont victimes. Le rendre visible, le comprendre et agir collectivement constitue une responsabilité partagée par l'ensemble de la communauté éducative.

Ce guide a pour ambition d'aider les équipes éducatives à comprendre les mécanismes du harcèlement, repérer les signaux faibles, intervenir avec justesse, accompagner les élèves et les familles, et construire un climat scolaire protecteur.

À travers ce film et les outils proposés, l'objectif est de **donner à voir, à comprendre et à agir**. Voir, en mettant en lumière des situations parfois banalisées ; comprendre, en analysant les mécanismes à l'œuvre ; agir, en développant des réponses éducatives adaptées, fondées sur l'empathie, la responsabilisation et la coopération.

Chaque adulte peut faire une différence.

Chaque geste compte.

Chaque parole peut sauver.

Chaque élève peut être tour à tour témoin, acteur ou ressource. Chaque adulte a un rôle déterminant dans la prévention, le repérage et le traitement des situations. C'est dans la qualité du regard porté sur les élèves, dans l'attention aux signaux faibles et dans la capacité à créer des espaces de parole sécurisés que se construit une réponse efficace.

Lutter contre le harcèlement, c'est aussi **former des citoyens capables de respecter l'autre, de reconnaître la souffrance et d'agir avec responsabilité**. C'est faire le choix d'une école où chacun a sa place, où la parole est entendue, et où les liens peuvent être restaurés.

Mentions finales / 4^{ème} de couverture

Ce livret pédagogique accompagne le film *Silences*, réalisé et écrit par **Patrick Attali** et produit par **NEMA 777 Production & MS Production**

Ce guide s'appuie sur les travaux très inspirants de **Christophe Marsollier**, **Éric Debarbieux**, ainsi que sur les cadres de référence du **programme Phare** et des politiques de **climat scolaire**.

Il est destiné aux équipes éducatives des écoles, collèges et lycées, aux personnels de direction, CPE, enseignants, services médico-sociaux, assistants d'éducation, parents, élèves, ainsi qu'à l'ensemble des acteurs institutionnels et associatifs engagés dans les politiques publiques en faveur de l'épanouissement et de la protection des enfants, et visant à garantir une expérience scolaire réussie pour soutenir la construction de parcours ambitieux pour chacun.

Ce guide ambitionne de s'inscrire pleinement dans la **politique nationale de lutte contre toutes les formes d'intimidations, de violences et de harcèlement** conduite par le ministère de l'Éducation nationale.

Il vise à soutenir tous les acteurs dans la construction d'un environnement scolaire protecteur, bienveillant et cohérent. **Toutefois, son contenu n'engage que ses auteurs et ne saurait être considéré comme une position officielle de l'institution.**