

Le harcèlement en CM2 : leçon, exercices et évaluation



CM2

Difficulté ★★★

40 min

Objectif : Savoir réagir au harcèlement

Fiche complète + corrigé

Compétence visée (programme) : Distinguer le harcèlement d'un simple conflit ou d'une dispute et savoir alerter un adulte de confiance



Nova te résume l'essentiel

- Nova te le rappelle : le harcèlement est une violence répétée qui fait souffrir et qui isole une personne.
- Tu n'es jamais responsable du harcèlement que tu subis : parle vite à un adulte de confiance.
- Si tu es témoin, ne partage pas, ne ris pas et aide la personne à trouver un adulte.

La leçon

Reconnaître le harcèlement

Le harcèlement est une violence qui se répète contre une même personne. Il peut prendre la forme de moqueries, d'insultes, de surnoms blessants, de bousculades, de menaces, de mises à l'écart, de rumeurs ou de messages méchants. Ces actes peuvent arriver dans la cour, en classe, sur le chemin de l'école, dans un club, à la maison par écran ou dans plusieurs lieux. Ils font souffrir la personne visée et peuvent lui donner peur de venir à l'école ou de parler aux autres. Le harcèlement n'est pas une plaisanterie : une blague cesse d'être drôle si elle fait mal, si elle humilie ou si elle continue alors que la personne demande d'arrêter. Nova prépare ton entrée en 6e : retenir les bons mots t'aide à mieux protéger les autres et toi-même.

Trois indices importants

Pour reconnaître une situation de harcèlement, observe trois choses : les actes se répètent ou risquent de se répéter ; la personne visée souffre ou a peur ; elle a du mal à se défendre seule. Plusieurs élèves contre un seul élève, un élève plus fort ou plus populaire, ou un groupe qui relaie des messages peuvent créer un déséquilibre.

Distinguer un conflit, une dispute et le harcèlement

Situation	Ce que l'on observe	Ce qu'il faut faire
Un conflit	Deux personnes ne sont pas d'accord et peuvent chacune expliquer leur point de vue.	Parle calmement, écoute et cherche une solution juste. Demande de l'aide si le conflit ne se règle pas.
Une dispute	Des paroles ou des gestes blessants peuvent arriver, mais la situation ne s'installe pas forcément.	Arrête-toi, éloigne-toi si besoin et parle à un adulte si la violence apparaît.

Le harcèlement	Les attaques se répètent, isolent une personne et la mettent en difficulté.	Prévies rapidement un adulte de confiance. Ne garde pas le problème secret.
----------------	---	---

Toutes les formes de violence comptent

Le harcèlement peut être verbal : insultes, moqueries sur le prénom, le corps, la famille, l'origine, les goûts ou les résultats scolaires. Il peut être physique : coups, bousculades, affaires cachées ou abîmées. Il peut être social : empêcher quelqu'un de jouer, convaincre les autres de l'éviter, lancer une rumeur ou l'exclure volontairement d'un groupe. Il peut aussi être numérique, c'est-à-dire passer par une messagerie, un jeu en ligne, un réseau social ou un groupe de discussion. On parle alors de cyberharcèlement. Un message blessant peut être copié, transmis et vu par beaucoup de personnes. Une photo ou une vidéo humiliante peut aussi faire très mal, même si elle a été prise « pour rire ». Ne partage jamais une image, un message ou une vidéo qui se moque de quelqu'un. Effacer un contenu de son téléphone ne suffit pas toujours : d'autres personnes peuvent déjà l'avoir reçu.

Les mots utiles pour expliquer une situation

- Victime : personne qui subit les violences. Elle n'est jamais responsable de ce qu'elle subit.
- Auteur : personne qui commet les violences. Elle doit arrêter et réparer ce qu'elle a fait avec l'aide des adultes.
- Témoin : personne qui voit, entend ou reçoit des informations sur la situation.
- Rumeur : information non vérifiée qui circule sur une personne et peut lui faire du mal.
- Preuve : élément qui aide à raconter ce qui s'est passé, par exemple une date, un message, une capture d'écran ou le nom d'un témoin.
- Adulte de confiance : adulte à qui tu peux parler et qui peut agir pour te protéger : parent, enseignant, directeur ou directrice, personnel de l'école, animateur ou animatrice.

Si tu subis des moqueries ou des violences répétées

D'abord, retiens ceci : tu as le droit d'être protégé et respecté. Ne reste pas seul avec ce qui t'arrive. Dis clairement, si tu le peux et si cela ne te met pas en danger : « Arrête, cela me fait mal. » Ensuite, éloigne-toi et cherche un adulte. Parle même si tu as peur d'être traité de rapporteur ou rapporteuse. Demander de l'aide, ce n'est pas dénoncer pour punir : c'est se protéger et permettre à un adulte d'arrêter une violence. Raconte les faits avec précision : qui était là, ce qui a été dit ou fait, où, quand, et si cela s'est déjà produit. Tu peux écrire quelques mots pour ne rien oublier. Si les violences ont lieu en ligne, ne réponds pas par des insultes et ne transfère pas les messages. Garde les éléments utiles, par exemple des captures d'écran, puis montre-les à un adulte. Bloquer une personne peut aider, mais cela ne remplace pas le fait d'en parler.

La règle de Nova : parler jusqu'à être entendu

Si le premier adulte ne peut pas agir tout de suite ou si tu n'arrives pas à tout raconter, parle à un autre adulte de confiance. Continue à demander de l'aide jusqu'à ce qu'un adulte prenne la situation au sérieux et t'accompagne.

Être témoin : tu peux faire une grande différence

Quand tu vois une personne mise à l'écart ou humiliée, ton attitude compte. Rire, filmer, liker, partager ou répéter une rumeur peut aggraver la situation. Même si tu ne dis rien, rester dans un groupe qui se moque peut donner l'impression que tu es d'accord. Tu n'as pas à te mettre en danger pour aider. Tu peux t'éloigner avec la personne visée, lui dire : « Je suis avec toi », refuser de transmettre un message, demander aux autres d'arrêter si tu te sens capable de le faire, puis prévenir un adulte. Si plusieurs témoins parlent, l'adulte comprend mieux ce qui se passe. Après avoir aidé, évite de raconter l'histoire à toute la classe : respecte la personne concernée et laisse les adultes gérer la situation.

Utiliser les écrans avec respect

Sur un écran, les mots peuvent sembler moins graves parce que l'on ne voit pas le visage de la personne. Pourtant, ils peuvent blesser autant que des paroles dites en face. Avant d'envoyer un message, relis-le et demande-toi : « Est-ce que je serais d'accord pour recevoir ce message ? » Ne publie pas de photo, de vidéo ou d'information sur quelqu'un sans son accord. Une vidéo harcèlement peut servir à comprendre les dangers du harcèlement si elle est proposée par un adulte dans un cadre scolaire. En revanche, une vidéo qui montre une personne humiliée ne doit pas être diffusée. Ne la commente pas, ne la partage pas et montre-la à un adulte. Respecter les autres sur Internet, c'est aussi protéger leur image, leur vie privée et leur droit à être tranquilles.

Ta méthode en quatre actions

- 1. Repère : remarque ce qui se répète, ce qui blesse et ce qui isole.
- 2. Protège-toi : éloigne-toi d'une situation dangereuse et ne réponds pas par la violence.
- 3. Raconte : donne des faits précis à un adulte de confiance.
- 4. Aide : si tu es témoin, soutiens la personne et ne participe jamais aux moqueries.

Ne garde pas un secret qui fait souffrir

Quelqu'un peut te demander de ne rien dire après une moquerie, une menace ou la diffusion d'une image. Un secret qui protège une surprise peut être gardé ; un secret qui fait peur, honte ou mal doit être confié à un adulte de confiance.

Exemples résolus

Des surnoms qui reviennent chaque jour

Énoncé. Depuis plusieurs jours, des élèves appellent Yanis par un surnom qu'il n'aime pas. Ils continuent quand il leur demande d'arrêter et d'autres élèves rient.

1. Repère la répétition : les surnoms reviennent depuis plusieurs jours.
2. Repère la souffrance : Yanis a demandé d'arrêter, donc ce comportement le gêne ou le blesse.
3. Repère le déséquilibre : plusieurs élèves se moquent pendant que Yanis est seul.
4. Choisis une action : Yanis ou un témoin raconte les faits à un adulte de confiance.

Résultat : Il peut s'agir de harcèlement. Les moqueries doivent être arrêtées et un adulte doit être prévenu.

Une vidéo humiliante reçue sur un groupe

Énoncé. Lina reçoit une vidéo où un élève est filmé pendant qu'on se moque de lui. Des camarades demandent à Lina de la transférer.

1. Ne transfère pas la vidéo et ne mets pas de commentaire.
2. Garde l'information utile sans la diffuser davantage.
3. Montre la vidéo ou le message reçu à un adulte de confiance.
4. Soutiens l'élève filmé sans raconter l'histoire à d'autres personnes.

Résultat : Lina ne participe pas à l'humiliation et elle aide à protéger l'élève filmé.

Les astuces de Nova



Le feu tricolore de Nova

Vert : une parole respecte l'autre. Orange : une parole gêne, alors arrête et discute. Rouge : une parole ou un geste se répète, fait peur ou humilie : parle à un adulte.



La phrase qui aide

Retiens : « Je te crois, je reste avec toi, on va en parler à un adulte. » Trois petites phrases peuvent aider quelqu'un à ne plus se sentir seul.



Le bouton pause

Avant de cliquer sur envoyer ou partager, fais une pause Nova : si le contenu peut blesser ou humilier, tu ne le diffuses pas.

Erreurs fréquentes

Erreur à éviter	Pourquoi	Le bon réflexe
Penser que répéter une moquerie est drôle si plusieurs personnes rient.	Le rire du groupe ne retire pas la souffrance de la personne visée.	Arrête de répéter la moquerie, ne ris pas et préviens un adulte si cela continue.
Croire qu'il faut se débrouiller seul pour ne pas être un rapporteur ou une rapporteuse.	Le harcèlement peut continuer et devenir plus difficile à supporter quand personne n'est prévenu.	Parle à un adulte de confiance et raconte les faits précisément.
Partager une image blessante seulement pour montrer ce qui s'est passé.	Chaque partage peut augmenter l'humiliation et faire circuler l'image plus longtemps.	Montre l'image directement à un adulte sans l'envoyer à d'autres personnes.

Mes exercices

1 Repère les indices ★★★

Indique si chaque situation peut être un signe de harcèlement.

1. Chaque récréation, un groupe cache la trousse de Mehdi et rit quand il la cherche.
2. Deux élèves ne sont pas d'accord sur les règles d'un jeu et demandent à un adulte de les aider.
3. Une élève reçoit chaque soir des messages insultants du même compte.

2 Choisis le bon mot ★★★

Complète chaque phrase avec le mot qui convient : témoin, rumeur, adulte de confiance.

1. Une information non vérifiée qui circule sur une personne est une ...
2. Une personne qui voit une scène de moquerie est un ...
3. Un parent ou un enseignant peut être un ...

3 Réagis sur les écrans ★★★

Indique si chaque affirmation est vraie ou fausse.

1. Partager une vidéo humiliante pour rire peut participer au harcèlement.
2. Si un message est méchant, je dois répondre par une insulte plus forte.
3. Je peux montrer un message blessant à un adulte de confiance.

4 Classe les situations ★★★

Associe chaque situation à la bonne catégorie : conflit, violence à signaler, harcèlement possible.

1. Depuis une semaine, plusieurs élèves empêchent volontairement Inès de s'asseoir avec eux et disent aux autres de l'éviter.
2. Tom pousse un camarade une fois dans la file.
3. Deux camarades veulent utiliser le même ballon et cherchent une règle pour décider.

5 Trace le chemin de l'aide ★★★

Trace des flèches dans le cadre pour relier la situation à trois actions utiles : ne pas partager, garder une preuve, parler à un adulte de confiance.

1. Situation à placer au départ : « Je reçois une photo humiliante d'un camarade. »

6 Choisis une réaction protectrice ★★★

Choisis la meilleure réaction dans chaque situation et justifie ton choix.

1. Tu entends des élèves répéter chaque jour un surnom blessant à un camarade. Choisis : A. Rire avec eux. B. Répéter le surnom. C. Soutenir le camarade et prévenir un adulte. D. Filmer la scène.
2. Un camarade te demande de garder secret le fait qu'il reçoit des menaces. Choisis : A. Garder le secret. B. En parler à toute la classe. C. En parler à un adulte de confiance. D. Répondre aux menaces à sa place.

7 Prépare ton message ★★★

Rédige un court message à un adulte de confiance pour raconter une situation répétée. Indique qui, quoi, où et quand.

Écris ton message en utilisant une situation imaginaire de moqueries répétées.

8 Explique ton rôle de témoin ★★★

Explique en trois phrases ce que tu peux faire si tu vois un camarade isolé et moqué chaque jour.

Rédige tes trois phrases.

Évaluation

Lis chaque situation, puis réponds avec soin. Écris des phrases complètes quand cela est demandé.

Barème : 20 points

1. Cite deux formes possibles de harcèlement. / 3
2. Explique pourquoi une plaisanterie peut devenir blessante. / 3
3. Depuis plusieurs jours, des élèves envoient des messages insultants à Hugo. Indique deux actions que Hugo peut faire. / 3
4. Tu vois une vidéo humiliante d'une camarade sur un groupe. Explique ce que tu fais. / 4
5. Explique la différence entre un conflit et un harcèlement. / 4
6. Écris une phrase de soutien à dire à un camarade qui subit des moqueries répétées. / 3

Quiz de révision

1. Quel élément est important pour reconnaître le harcèlement ?

- A) Les violences se répètent et font souffrir. B) Les élèves portent le même vêtement.
C) La situation se passe seulement en classe. D) La personne visée répond toujours.

2. Que fais-tu si tu reçois une image humiliante ?

- A) Je la transfère à mes amis. B) Je la commente pour rire.
C) Je ne la partage pas et j'en parle à un adulte. D) Je la publie sur un autre groupe.

3. Qui peut être un adulte de confiance ?

- A) Un parent ou un enseignant. B) Seulement un camarade. C) Seulement la personne qui se moque.
D) Personne à l'école.

4. Quel comportement peut aggraver une situation de harcèlement ?

- A) Soutenir la personne visée. B) Prévenir un adulte. C) Ne pas relayer une rumeur.
D) Rire et partager une vidéo.

5. Une rumeur est...

- A) Une information non vérifiée qui circule. B) Une règle de jeu. C) Une preuve certaine.
D) Un message gentil.

6. Que peux-tu dire à un camarade qui te confie subir des moqueries ?

- A) Garde cela pour toi. B) Je te crois, parlons-en à un adulte. C) Réponds par des coups.
D) Je vais raconter cela à tout le monde.

7. Pourquoi demander de l'aide n'est-il pas « rapporter » ?

- A) Parce que cela sert à protéger une personne et à arrêter une violence.
B) Parce que cela permet de se moquer davantage. C) Parce que cela évite de parler aux adultes.
D) Parce que cela rend les rumeurs vraies.

8. Quel fait correspond le mieux à une situation de conflit ?

- A) Un groupe exclut chaque jour le même élève.

- B)** Deux élèves cherchent une solution après un désaccord.
C) Des messages insultants arrivent chaque soir. **D)** Une vidéo humiliante est partagée plusieurs fois.

Guide pour les parents

Écoutez l'enfant calmement et remerciez-le d'avoir parlé, même si son récit semble incomplet ou désordonné.

- Posez des questions simples sur les faits : qui, quoi, où, quand et depuis combien de temps, sans lui demander de régler seul la situation.
- Conservez les messages ou images utiles sans les diffuser, puis contactez l'école afin qu'un adulte puisse protéger l'enfant et suivre la situation.
- Rappelez que demander de l'aide n'est pas dénoncer : c'est chercher à faire arrêter une violence.

Temps conseillé : ~20 min.

Questions fréquentes

Q. Une seule insulte est-elle du harcèlement ?

- R.** Une seule insulte est déjà une parole inacceptable et doit être signalée si elle est grave ou si elle continue. Le harcèlement se reconnaît surtout par la répétition, la souffrance et la difficulté à se défendre seul.

Q. Que faire si j'ai peur que les autres se vengent ?

- R.** Parle à un adulte de confiance et explique que tu as peur. L'adulte doit prendre cette peur en compte pour te protéger.

Q. Puis-je aider un camarade sans affronter le groupe ?

- R.** Oui. Tu peux rester près de lui, ne pas relayer les moqueries et prévenir discrètement un adulte.

Q. Faut-il effacer les messages méchants ?

- R.** Ne les diffuse pas. Montre-les d'abord à un adulte de confiance afin de garder les éléments utiles, puis décidez ensemble de ce qu'il faut faire.

Corrigé

Exercice 1 : Repère les indices

1. Oui, c'est un signe possible de harcèlement. *L'acte est répété et le groupe humilie Mehdi.*
2. Non, cela ressemble à un conflit à résoudre. *Un désaccord peut être réglé par le dialogue et l'aide d'un adulte.*
3. Oui, c'est un signe possible de cyberharcèlement. *Les insultes répétées par écran peuvent faire souffrir autant que des insultes en face.*

Exercice 2 : Choisis le bon mot

1. rumeur *Une rumeur peut blesser et isoler une personne.*
2. témoin *Un témoin peut aider en prévenant un adulte.*
3. adulte de confiance *Cet adulte peut écouter et agir pour protéger.*

Exercice 3 : Réagis sur les écrans

1. Vrai. *Le partage augmente la diffusion de l'humiliation.*
2. Faux. *Il faut éviter d'aggraver la situation et en parler à un adulte.*
3. Vrai. *Le message peut aider l'adulte à comprendre la situation.*

Exercice 4 : Classe les situations

1. harcèlement possible *L'exclusion est répétée et isole Inès.*
2. violence à signaler *Même une seule violence doit être arrêtée et signalée à un adulte.*
3. conflit *Ils ont un désaccord qui peut être résolu sans humiliation.*

Exercice 5 : Trace le chemin de l'aide

1. Le schéma relie la situation aux trois actions : « ne pas partager », « garder une preuve » et « parler à un adulte de confiance ». *Ces actions évitent d'aggraver la diffusion et permettent d'obtenir de l'aide.*

Exercice 6 : Choisis une réaction protectrice

1. C. Je choisis de soutenir le camarade et de prévenir un adulte, car les moqueries répétées peuvent être du harcèlement et doivent être arrêtées. *Un témoin peut protéger sans se mettre en danger.*
2. C. Je choisis d'en parler à un adulte de confiance, car un secret qui fait peur ou qui met quelqu'un en danger ne doit pas être gardé. *L'adulte peut aider à protéger le camarade.*

Exercice 7 : Prépare ton message

1. Réponse attendue : un message clair qui indique une personne concernée, des faits répétés, un lieu, un moment et une demande d'aide. Exemple : « Bonjour, depuis plusieurs récréations, deux élèves se moquent de moi près du préau et cachent mon bonnet. Je leur ai demandé d'arrêter. J'ai besoin de votre aide pour que cela cesse. » *Des faits précis aident l'adulte à comprendre et à agir.*

Exercice 8 : Explique ton rôle de témoin

1. Réponse attendue : l'élève indique qu'il ne rit pas et ne participe pas, qu'il soutient le camarade ou reste avec lui, puis qu'il prévient un adulte. Phrase modèle : « Je ne ris pas et je ne répète pas les moqueries, car cela pourrait aggraver la souffrance du camarade. Je reste avec lui si je peux. Je préviens un adulte de confiance pour qu'il puisse l'aider. » *Aider ne signifie pas se mettre en danger : prévenir un adulte est une action importante.*

Évaluation : corrigé

1. Réponse attendue : deux formes parmi moqueries ou insultes répétées, violences physiques, exclusion, rumeurs, messages blessants, diffusion d'images humiliantes. / 3
2. Une plaisanterie devient blessante si elle fait mal, humilie une personne ou continue alors qu'elle a demandé d'arrêter. / 3
3. Réponse attendue : ne pas répondre par des insultes, garder les messages utiles ou des captures d'écran, puis en parler à un adulte de confiance. / 3
4. Je ne partage pas la vidéo et je ne la commente pas, car cela augmenterait l'humiliation de ma camarade. Je la montre à un adulte de confiance pour qu'il puisse aider. / 4
5. Un conflit est un désaccord entre des personnes qui peuvent chercher une solution. Le harcèlement est une violence répétée qui fait souffrir une personne et qui la met souvent en difficulté pour se défendre seule. / 4

6. Réponse attendue : une phrase bienveillante qui propose de l'aide, par exemple : « Je te crois, je reste avec toi et nous allons en parler à un adulte. » / 3

Quiz : réponses

1. **A) Les violences se répètent et font souffrir.** *Le harcèlement est une violence répétée qui fait souffrir et isole souvent une personne.*
2. **C) Je ne la partage pas et j'en parle à un adulte.** *Ne pas diffuser l'image limite l'humiliation et permet à un adulte d'aider.*
3. **A) Un parent ou un enseignant.** *Plusieurs adultes peuvent écouter, protéger et agir.*
4. **D) Rire et partager une vidéo.** *Rire et partager donnent plus de force à l'humiliation.*
5. **A) Une information non vérifiée qui circule.** *Une rumeur peut blesser une personne même si elle est fausse.*
6. **B) Je te crois, parlons-en à un adulte.** *Croire la personne et chercher un adulte sont des réactions protectrices.*
7. **A) Parce que cela sert à protéger une personne et à arrêter une violence.** *Parler à un adulte permet de ne pas rester seul face à une violence.*
8. **B) Deux élèves cherchent une solution après un désaccord.** *Un conflit est un désaccord qui peut être résolu par le dialogue et l'aide d'un adulte.*

Pour aller plus loin sur exercices-cm2.fr

- › [Toutes les fiches d'EMC CM2](#) · /emc/
- › [Les symboles de la République en CM2](#) · /emc/citoyennete-et-nationalite/symboles-de-la-republique-cm2/
- › [Addition et soustraction des nombres décimaux en CM2](#) · /mathematiques/calcul-pose/addition-et-soustraction-cm2/