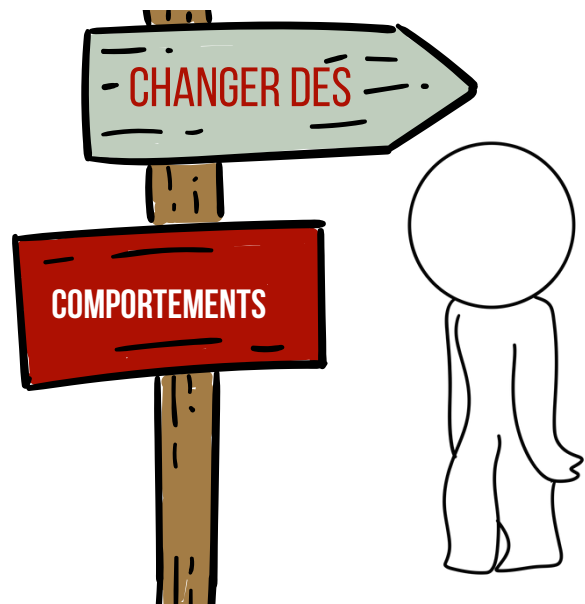


Livret rédigé par

Patricia Pereira en collaboration avec Eyleen Huon Devouassoux (illustration)

# HARCÈLEMENT

Connaître pour mieux réagir



# HARCÈLEMENT

Le harcèlement existe lorsqu'un enfant est insulté, menacé, battu, bousculé ou reçoit des messages injurieux à répétition. Cette relation de pouvoir est donc asymétrique, avec un enfant qui est l'harceleur et un enfant qui est harcelé.

Toute situation de harcèlement présente les caractéristiques suivantes :

**De la violence** : rapport de force et de domination entre un ou plusieurs élèves et une ou plusieurs victimes.

**De la répétition** : il s'agit d'agressions qui se répètent régulièrement durant une longue période.

**De l'intention de nuire** : Au début cela peut commencer comme un jeu, mais sa répétition et durée, alors que la personne se plaint, montre que cela n'est pas réciproque.

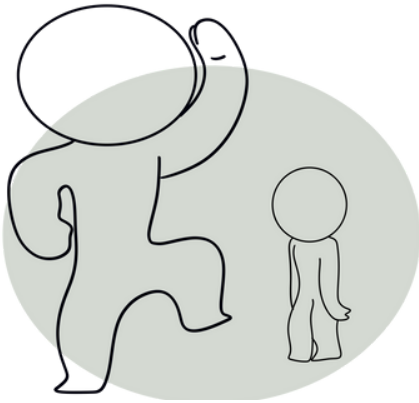
**De l'isolement de la victime** : la victime est souvent isolée, plus petite, plus faible physiquement, et dans l'incapacité de se défendre. Cette victime se sentira de plus en plus seule et non-protégée.

Les conflits et les jeux plus violents, mais qui restent des jeux pour les deux parties ne sont pas de situations de harcèlement. La notion de harcèlement implique donc des actions dont une des personnes n'a pas de défense ou ne veut pas activement participer.

**Le harcèlement est une violation des droits de la personne concernée.**

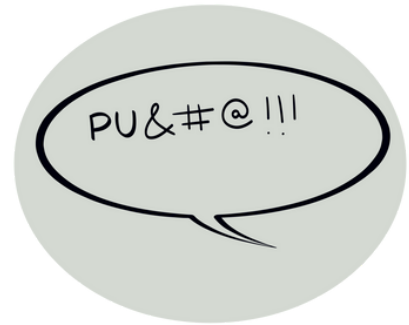
Les différentes formes de harcèlement peuvent être visibles ou invisibles aux yeux de l'adulte.

# TYPES DE HARCÈLEMENT



Harcèlement physique

(ex : coups)



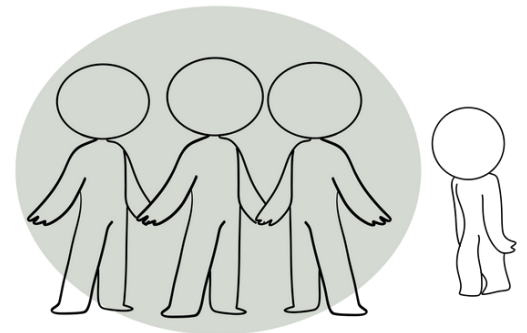
Harcèlement verbal

(ex : insultes)



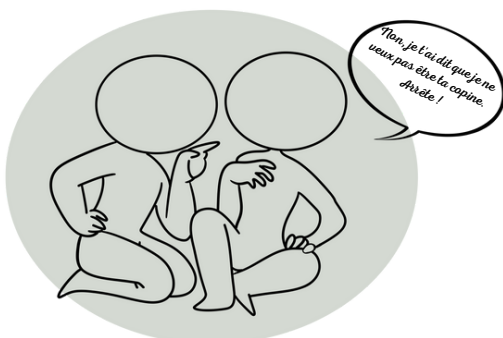
Harcèlement Psychologique

(ex : chantage, menace)



Harcèlement Social

(ex : isoler la victime)



Harcèlement Sexuel

(ex : homophobie)



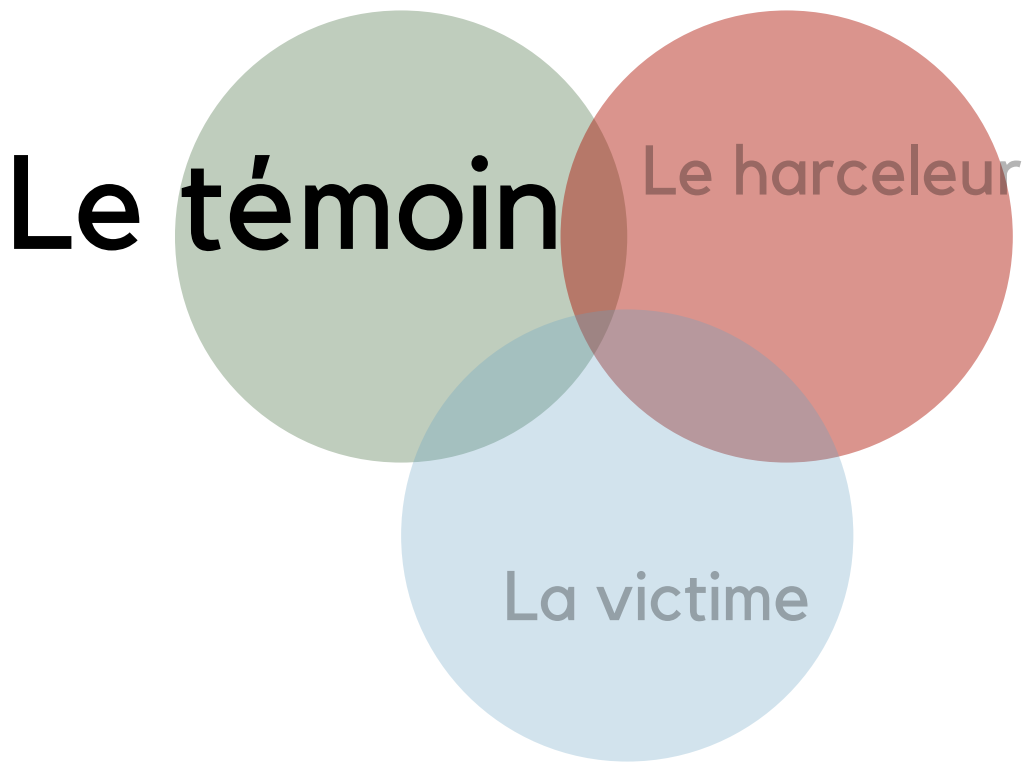
CyberHarcèlement

(ex : exposition des photos)

**Aucune interaction violente ou forme de harcèlement n'est permise !**

**Ce n'est pas de ta faute...**

# DYNAMIQUE



Le concept de harcèlement englobe aussi les **témoins qui voient les actes de harcèlement**. Ils peuvent apporter du soutien au harceleur, ne rien dire ou même apporter du soutien à la victime après les actes de harcèlement. Les actes de harcèlement peuvent être arrêtés plus rapidement si les témoins interviennent :

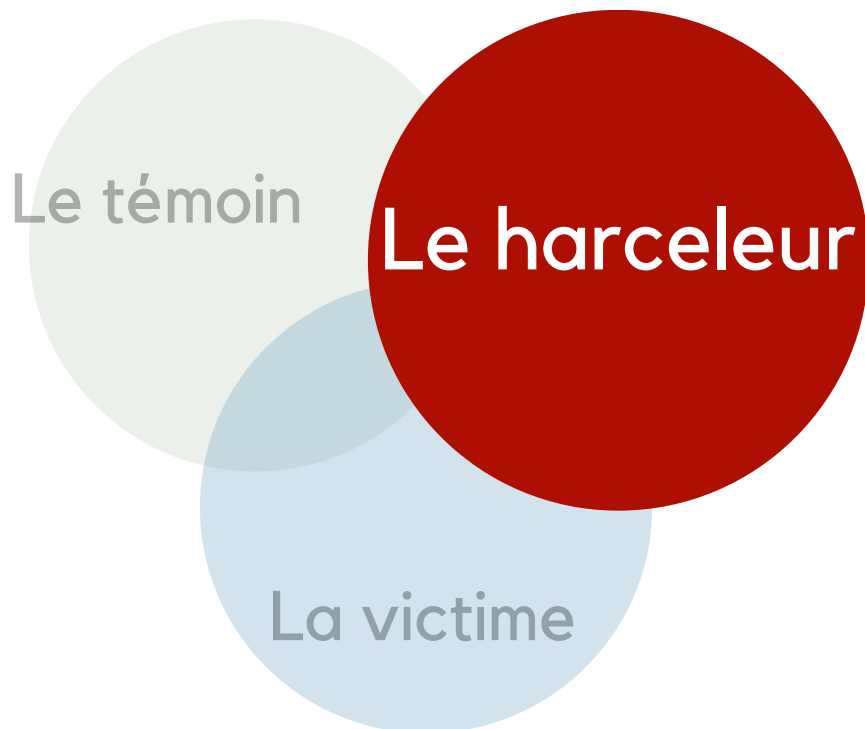
- Faire arrêter l'enfant qui harcèle;
- Parler de ces situations à un adulte ou d'autres enfants pour se sentir entouré;
- Encourager l'enfant visé à parler avec une personne qui peut apporter de l'aide;
- Ne pas faire circuler des rumeurs;
- Ne pas participer dans les actes de violence.

Ces enfants peuvent **avoir également peur des représailles** de leurs camarades ou d'être exclus.

Dans la démarche de lutte contre le harcèlement scolaire, toute personne doit être considérée comme une partie importante de ce même système.

Un travail scolaire au niveau de l'environnement et des attitudes et comportements sociaux, ainsi que un travail sur la résolution de conflits semblent être intéressants pour créer une atmosphère plus harmonieuse.

# DYNAMIQUE



Le fait qu'un enfant soit violent physiquement et/ou psychologiquement avec un autre enfant est le résultat d'un important mal-être psychique, de la non-compréhension de la conséquence de ses actes, d'une personnalité plus agressive entre autres facteurs.

Toutefois, ces enfants peuvent se présenter comme des enfants gentils à d'autres moments.

**Les enfants qui sont harceleurs ont besoin de soutien de la part des adultes et d'un suivi pour comprendre la cause de ces comportements nocifs.**

Cette compréhension ne doit pas être confondue comme une acceptation de ces mêmes comportements. L'intervention auprès de ces enfants permet de développer des comportements sociaux plus adaptés et de ne pas valoriser les comportements agressifs qui pourront continuer tout au long de la vie.

Il est important de travailler avec l'enfant qui réalise les actes violents pour l'aider à gérer ses émotions (ex : gérer la colère et l'anxiété), comprendre son environnement (ex : l'utilisation de punition physique peut augmenter le risque de comportement violent), l'aider à développer de l'empathie, lui donner la sensation d'être écouté et d'être intégré.

# DYNAMIQUE

Le témoin

Le harceleur

**La victime**

Les comportements de violence doivent être **toujours considérés comme importants**, car ils peuvent avoir des conséquences dans la construction identitaire de la personne, de la performance scolaire et même être à l'origine de la maladie mentale (ex : anxiété, dépression).

Aucun comportement agressif (même que sous la forme de jeu) ne doit être accepté si une des parties ne le vit pas comme un jeu et de l'échange réciproque.

La résolution de ces agressions n'a pas comme objectif de faire que toutes les parties soient amies, mais de faire valoir le droit au respect et à la tolérance de toute différence ou manière de fonctionner.

Il est également important de souligner que **tout enfant peut être victime de harcèlement**. Il est donc essentiel de créer un environnement accueillant pour que toute personne concernée sache qu'elle va recevoir l'aide nécessaire.

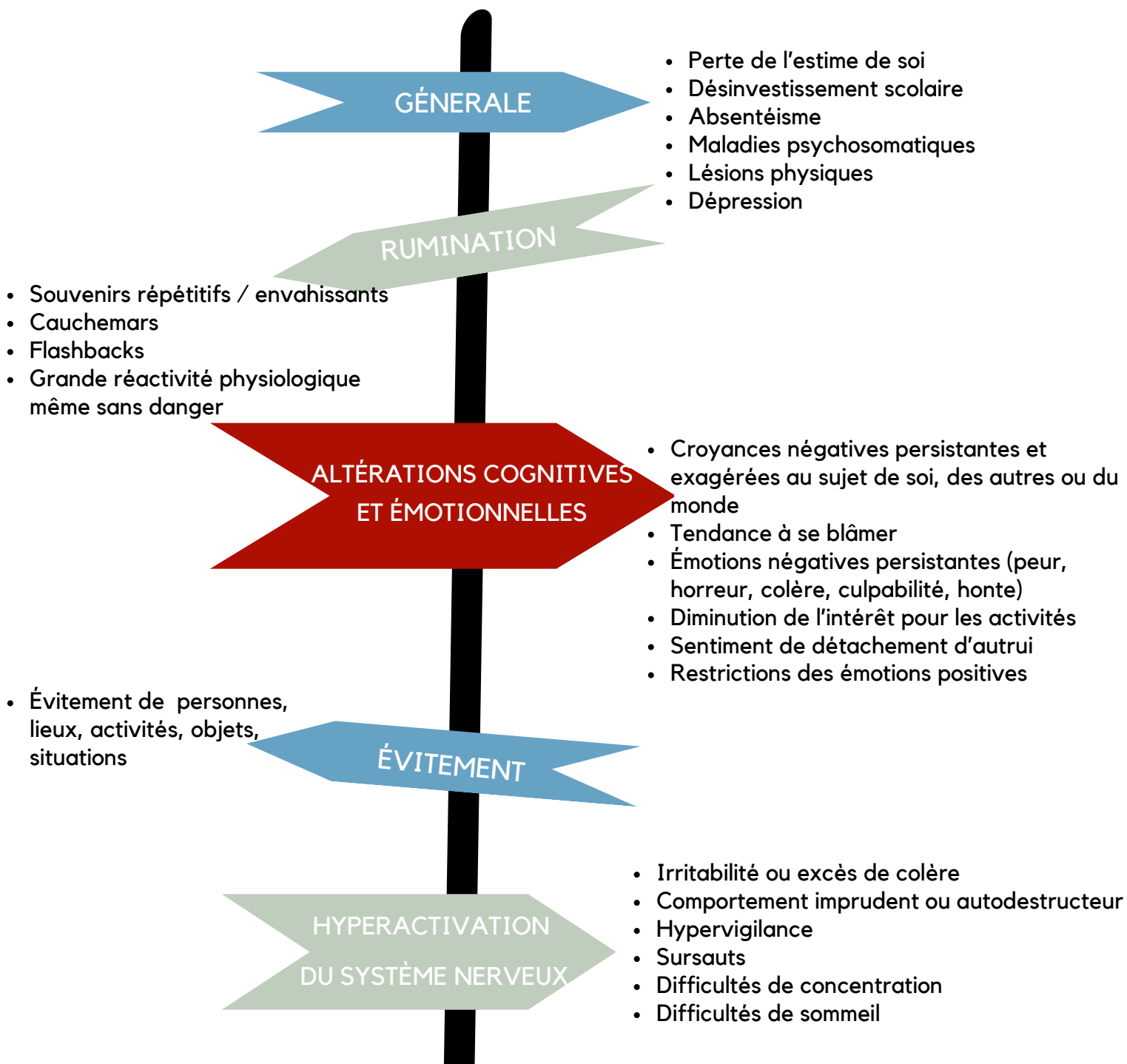
Témoignage :

*"Je suis petite de taille, j'ai eu beaucoup de remarques et de moqueries face à cela durant plusieurs années scolaires. J'en ai parlé à mes professeurs mais sans succès, cela m'a fortement touchée, j'étais énervée, donc j'ai fini par abandonner et les laisser se moquer de moi. En rentrant j'étais souvent de mauvaise humeur, puis j'ai fini par devoir me débrouiller toute seule. Je me suis fait des amis et j'ai fini par leur parler de mon complexe (ma taille) il m'ont alors soutenu et j'ai fini par savoir riposter verbalement tout en restant calme et polie lorsque je faisais face à des moqueries en tout genre ."*

E.HD.,12 ans

# CONSÉQUENCES DU HARCÈLEMENT

Le harcèlement est une forme de violence répétée qui isole et prive la victime de toute forme de contrôle. Cette violence est donc une expérience répétée qui peut arriver à tout moment. Cette situation active le système de stress de la personne concernée, étant à l'origine de l'anxiété et de la dépression (les victimes ont 4 fois plus de probabilité d'avoir des idées noires que les autres enfants). Il est donc essentiel d'identifier les enfants victimes et d'agir en accord.



# THERMOMÈTRE DE LA VIOLENCE

Aucune forme de violence et de discrimination n'est permise. Lorsque tu es sujet.te à des actes violents ou de discrimination, tu peux **demander de l'aide auprès d'un adulte** (enseignant, surveillant, parents). **Reste avec des personnes qui te soutiennent !** Dans un cas de besoin, tu peux aussi appeler le N. Vert "**Non à le Harcèlement**" 3020 ou activer la cellule anti-harcèlement de l'académie.

Ce comportement est acceptable, sain et respectueux.

- Respecte mes goûts et mes choix
- M'accepte comme je suis ; je peux être à l'aise avec lui
- Est content quand je suis bien

Ces comportements ne sont pas acceptables.

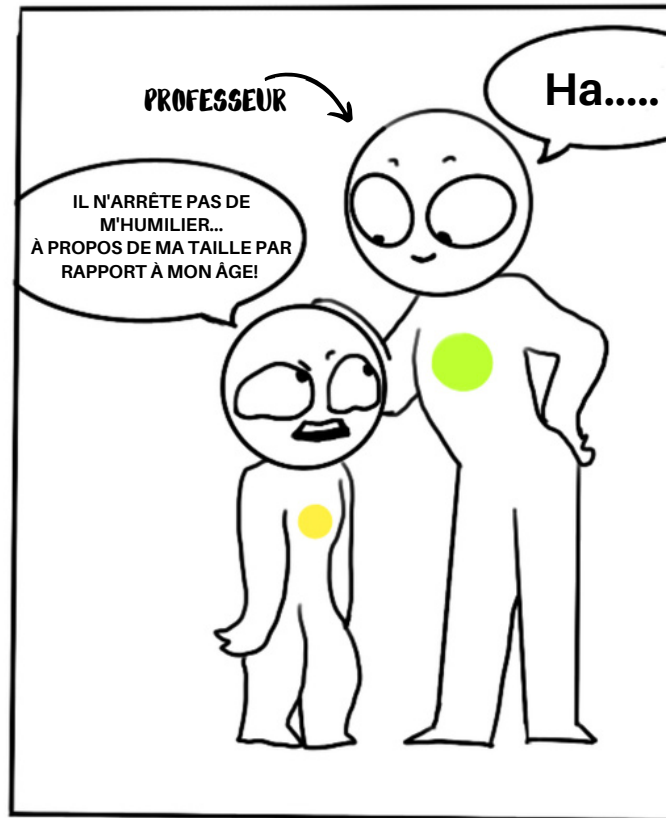
- Ne réagit pas et ne m'aide pas quand j'ai besoin
- Me critique, me juge en permanence
- M'exclut et me met volontairement à l'écart
- Se moque de moi, me donne des surnoms méchants

Ce n'est pas de ta faute. Ne reste pas seule et en parle à un copain, à un adulte ou à une personne d'autorité.

- Lance des rumeurs sur moi
- Publie des choses qui me rabaisent sur les réseaux
- Me fait du chantage ou me menace
- Me force à faire des choses dont je n'ai pas envie
- Me fait des coups bas
- M'humilie en public, m'insulte
- Me vole, me détéorie et/ ou rackette mes affaires
- Me bouscule violemment, me frappe, m'agresse sexuellement



# ADULTE : RÉACTION À **ÉVITER** FACE AU HARCÈLEMENT



Lorsqu'un enfant demande de l'aide à un adulte ou raconte une situation difficile qu'il a vécu c'est un moment très important, il lui donne toute sa confiance en croyant que cette personne peut l'aider. Il est important de l'accueillir et d'aider l'enfant à retrouver un environnement stable et adapté à l'apprentissage. Il est important d'accompagner cet enfant émotionnellement et de manière pragmatique. Votre attitude envers cet enfant aura aussi de l'impact sur d'autres enfants qui arrêteront de vous chercher, même quand la situation est de plus en plus grave.

# ADULTE : RÉACTION À **TENIR** FACE À L'HARCÈLEMENT



Si vous adoptez cette stratégie, félicitations : vous êtes une ressource pour les enfants. Il est effectivement important de : (1) **accueillir la demande d'aide**, (2) **valider les sentiments de l'enfant**, (3) **mentionner que le comportement n'est pas accepté envers l'enfant qui a commis les violences**, (4) **mentionner que l'enfant a toujours le droit de venir chercher de l'aide, donner des modèles de jeu et des conséquences à des comportements futurs**.

# MESSAGE AUX PARENTS

"Comment s'est passé l'école aujourd'hui ?", "Comment te sens tu ?", Ces questions sont vitales pour comprendre l'expérience scolaire des enfants. Il est important de montrer de l'écoute active, de poser des questions ouvertes et de réellement s'intéresser au discours de l'enfant sans le juger. Les enfants ont autant de besoin d'aide pragmatique (savoir quoi faire) comme d'écoute et de validation de leurs émotions.

Si vous repérez des changements dans le comportement de votre enfant (voir liste fourni dans ce livret) essayez de mieux connaître les causes et n'hésitez pas à rechercher l'aide d'un professionnel ou à chercher de l'information dans l'environnement scolaire.

Lorsqu'un de ses enfants est victime de harcèlement, les parents se sentent souvent tristes, en colère ou même culpabilisent. C'est normal ! Les parents sont une importante source d'aide pour l'enfant. Il est important de ne pas sur-réagir ("*nous allons directement porter plainte*") ni de sous-réagir ("*oh, ce n'est rien*"). Les parents peuvent accompagner l'enfant pour augmenter son estime de soi et l'aider dans les démarches plus pragmatiques (ex : alerter l'école).

## **Attitudes à adopter:**

- Dire clairement que cette forme de violence n'est pas méritée et que ce n'est pas de sa faute;
- Encourager l'enfant à s'exprimer et que vous allez l'aider (rechercher les faits);
- Entraîner des comportements pour faire face aux situations de harcèlement (ex : partir de l'environnement, rechercher de l'aide, dire STOP de manière affirmée, être entouré);
- Augmenter la confiance en soi et l'estime de soi de l'enfant (partager des bons moments);
- Encourager l'enfant à inviter des enfants à la maison et à pratiquer des compétences sociales;
- Inviter et encourager des activités ludiques (ex : clubs en dehors de l'école).

# SI TU ES CONFRONTÉ AU HARCÈLEMENT, PENSE À ....

Signaler un "abus" sur les  
réseaux sociaux

Parler avec un adulte  
responsable et de  
confiance

Appeler le numéro  
Vert " Non à le Harcèlement"  
3020

T'entourer d'amis ou de  
personnes qui te  
protègent

Si le problème persiste,  
tu peux aller à la police

