



Province
de Liège

Social

Le harcèlement et le cyberharcèlement en milieu scolaire 2.0, l'affaire de **tous**



Brochure d'information à destination des adultes

Depuis plusieurs années, le harcèlement en milieu scolaire préoccupe les parents, l'Openado, la communauté éducative et le secteur de la recherche. Les brimades, les insultes et les menaces nuisent de manière évidente au bien-être des jeunes.

Le phénomène du harcèlement entre élèves existe depuis toujours mais aujourd'hui, de plus en plus d'enfants sont aussi victimes de cyberharcèlement.

Si les médias sociaux sont généralement bien utilisés, certaines pratiques sont susceptibles d'engendrer des dommages importants chez les adolescents. On remarque également que bien souvent, les adultes se sentent démunis face aux nouveaux usages d'Internet et des réseaux sociaux.

Selon l'OMS, en 2014, en communauté française, chez les enfants de 11 ans, 18 % des garçons et 28 % des filles disent avoir été intimidés au moins 2 ou 3 fois par mois au sein de leur école.

Le service Openado du département des Affaires sociales de la Province de Liège a édité en 2015 la première brochure « *Le harcèlement, l'affaire de tous* » ainsi qu'un outil de prévention à destination des jeunes.

Une deuxième brochure vous est aujourd'hui proposée. Intitulée « *Le harcèlement et le cyberharcèlement en milieu scolaire 2.0, l'affaire de tous* », elle vise à informer le grand public - professionnels, parents et jeunes utilisateurs - de la place importante de l'éducation aux médias dans la sphère scolaire et familiale. Une attention toute particulière est portée au cyberharcèlement. Chacun d'entre nous se doit de préparer ses enfants à devenir autonomes et responsables de leurs comportements face à l'utilisation de l'espace numérique.

Réfléchissons ensemble à l'accompagnement constructif que nous pouvons leur offrir pour qu'ils deviennent des adultes sensibilisés et épanouis qui transmettront à leur tour des valeurs positives dans la « vraie » vie et devant les écrans.

Bonne lecture à tous !

La Députée provinciale Vice-présidente
en charge de la Santé et des Affaires sociales

Définition du harcèlement en milieu scolaire

Le harcèlement se définit comme une violence répétée s'inscrivant sur le long terme, qui peut être verbale, physique et/ou psychologique, commise avec l'intention de nuire. Cette violence s'installe dans un rapport de dominance. Elle est le fait d'un ou de plusieurs élève(s) à l'encontre d'une victime, fille ou garçon, qui ne peut se défendre.

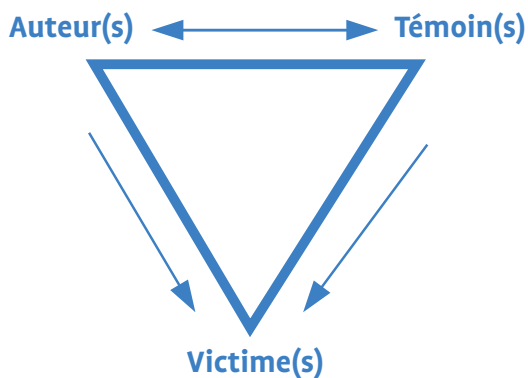
Le harcèlement se fonde sur la stigmatisation et le rejet de la différence :

- apparence physique : poids, taille, couleur de peau, type de cheveux... ;
- personnalité plus effacée, sensible, timide, manquant de confiance en elle... ;
- sexe, identité de genre, orientation sexuelle ou supposée ;
- handicap ;
- appartenance à un groupe social ou culturel particulier ;
- centres d'intérêt différents ;
- modes de vie différents.

Le harcèlement entre élèves est une violence dans laquelle les pairs sont amenés à jouer un rôle particulier. La relation victime-auteur-témoin(s) est centrale. L'auteur parvient à faire de ses camarades témoins les complices de ses actes, installant ainsi une relation de domination sur la victime.



Les acteurs du harcèlement



↳ Les auteurs

Pour dépasser un sentiment de fragilité ou dissimuler une vulnérabilité, les auteurs s'affirment par l'agressivité, la force corporelle et/ou verbale. La crainte qu'ils inspirent à leur victime leur permet de se rassurer sur leur pouvoir apparent et de cacher leurs propres faiblesses. Plus la situation dure, plus les auteurs se considèrent dans leur bon droit et deviennent incapables d'éprouver de l'empathie pour leur victime. Le silence ou la caution des témoins valide ce sentiment de légitimité et accable encore plus le souffre-douleur. De plus, le pouvoir apparent des harceleurs peut donner envie aux témoins de s'associer à eux en endossant également le rôle d'auteur.

↳ Les victimes

Les victimes de harcèlement sont souvent incapables de se défendre face à l'auteur des faits, plus puissant, en force ou en nombre.

Vulnérables et isolées, elles ne protestent pas ou ne dénoncent leurs agresseurs que rarement par :

- peur des représailles ;
- honte d'évoquer leurs mésaventures ;
- peur du jugement des adultes ;
- crainte de ne pas être crues ou soutenues ;
- volonté de se débrouiller seules, de ne pas passer pour une « balance ».

Ce silence fait la part belle aux pratiques des auteurs, qui restent impunis.

Mais plus encore, **le silence a un impact sur l'état psychologique des victimes.**

Progressivement, les personnes harcelées vont ressentir un sentiment de honte, une perte d'estime de soi et de la culpabilité : elles vont se sentir responsables des mauvais traitements subis. Elles vont « approuver » les pratiques de leur(s) auteur(s), pensant qu'elles sont justifiées et légitimes, puisque tolérées voire encouragées par tous les témoins du harcèlement. Les boucs émissaires développent également un sentiment d'insécurité permanent, aggravé par la régularité des intimidations physiques ou psychiques. Privées d'empathie et de soutien, les victimes s'enfoncent dans l'isolement. Fragilisées émotionnellement et psychologiquement, elles peuvent basculer dans des états dépressifs graves pouvant aller jusqu'au développement de troubles du comportement et/ou de symptômes suicidaires.

↳ Les témoins

Le harcèlement perdure car il est soutenu par les témoins ou cautionné par leur silence.

On peut distinguer **trois types de témoins** :

Le témoin passif : ne participe pas directement aux violences mais ne s'y oppose pas ou fait semblant de les ignorer. Par peur de devenir victime à son tour, il préfère ne pas attirer l'attention de l'auteur.

Le témoin actif : encourage les situations de harcèlement ou y participe. Colportant des rumeurs, s'associant aux moqueries ou à des actes de violence, il veut affirmer son statut et son appartenance au groupe.

Le témoin agissant : intervient seul ou en groupe, en défendant la victime et/ou en faisant appel à un adulte.

Les témoins peuvent mettre fin à une situation de harcèlement par leurs actions ! Il est important qu'ils en prennent conscience.

À l'école, la recherche de l'affirmation de soi, la construction de son identité et le désir de se rallier à un collectif sont très forts. Pour mieux s'identifier à ses pairs, un élève peut se laisser entraîner dans une dynamique de groupe. L'envie de se conformer au groupe peut susciter des comportements que les élèves ne cautionneraient pas nécessairement individuellement.

L'adulte peut expliquer à l'enfant « témoin » qu'il peut aider de différentes manières la victime et le harceleur en :

- adoptant un comportement respectueux vis-à-vis de l'enfant victime (ne pas rire, ne pas se moquer, ne pas l'exclure, ne pas participer à son isolement...);
- créant un mouvement de solidarité autour du jeune malmené, lui permettant de ne plus se sentir seul et de s'affirmer plus facilement face à l'auteur. Il peut aussi briser le silence en parlant à ses amis et/ou à un adulte de confiance ;
- diminuant le pouvoir de l'enfant auteur, en lui montrant qu'il peut attirer l'attention d'une manière plus positive, en lui faisant comprendre qu'il a des compétences, des qualités plus intéressantes à montrer.

Les différentes formes de harcèlement

Différentes formes de harcèlement coexistent. Les voici détaillées.

↳ Le harcèlement physique

- coups, pincements, tirage de cheveux... ;
- bousculades qui peuvent être brutales, jets d'objets ;
- bagarres organisées par un ou plusieurs bourreaux ;
- vols et rackets ;
- dégradation de matériel scolaire ou de vêtements ;
- enfermement dans une pièce ;
- violences à connotation sexuelle : voyeurisme dans les toilettes, déshabillage, baisers forcés, gestes déplacés... ;
- « jeux » dangereux effectués sous la contrainte.



↳ Le harcèlement moral

Ce type de violence – verbale, psychologique et/ou symbolique – est plus discret que le harcèlement physique et donc plus difficile à détecter par les adultes.

Il peut revêtir des formes très diverses :

- insultes répétées, moqueries, humiliations ;
- menaces, chantage ;
- utilisation de la dérision, qui peut induire une confusion entre ce qui est bien et ce qui est mal (ex : insulter un camarade et annoncer ensuite « C'était pour rire ! ») ;
- pratiques de discrimination, d'exclusion et de mise à l'écart (ostracisme) ;
- propagation de fausses rumeurs ;
- utilisation de surnoms dévalorisants ;
- provocations sexuelles verbales.

↳ Le cyberharcèlement

Il désigne toute forme d'utilisation de l'espace numérique (Internet, téléphones portables, réseaux sociaux...) où l'humiliation, la menace, l'insulte, la rumeur, l'utilisation de SMS agressifs ou à connotation sexuelle, la diffusion publique d'images privées... placent la victime dans un état permanent d'insécurité. La violence peut l'atteindre partout et tout le temps. L'espace numérique apparaît le plus souvent comme une forme de caisse de résonance qui amplifie les effets du harcèlement physique et/ou moral.



Caractéristiques

- **La propagation.** Il s'agit d'un phénomène collectif plus qu'interpersonnel qui peut impliquer tout un groupe. La vitesse et l'ampleur avec lesquelles les images et commentaires se diffusent et sont suivis par une personne, puis d'autres et ainsi de suite, ne sont pas maîtrisables. On est souvent surpris de voir qu'en quelques instants, plusieurs approuvent un commentaire, le partagent et/ou ajoutent leur propre commentaire. Cette surenchère amplifie le phénomène du harcèlement « classique ».
- **L'effet cockpit**¹. Un jeune qui n'oserait pas « agresser » quelqu'un dans la vraie vie peut être tenté de le faire sur la toile. L'absence de contact physique direct peut le rendre plus téméraire et aurait tendance à le déresponsabiliser de ses actes. Cette distance pourrait diminuer l'empathie et ne permet pas toujours de mesurer les conséquences des actes commis et la souffrance vécue par la victime.
- **L'aggravation.** Les paroles exprimées peuvent être plus violentes que dans la vie réelle.
- **Le sentiment d'anonymat.** Il est possible mais pas systématique : certains auteurs veulent parfois s'afficher volontairement.
- **La permanence des contenus.** Tout ce qui est publié peut rester « indéfiniment » sur Internet et donc être visible de tous.

¹ Michel Walrave et Wannes Heirman ont utilisé ce terme dès 2008 que l'on retrouve dans l'ouvrage *Cyberharcèlement : risque du virtuel, impact dans le réel* – Observatoire des Droits de l'Internet, fév 2009.

Les jeunes et leur rapport aux écrans : l'importance de l'éducation aux médias

↳ L'identité numérique

Plus l'enfant grandit, plus l'influence exercée par son groupe de copains est importante et l'amène à gagner en autonomie. Si la socialisation par les pairs est un nouvel espace de liberté, il est aussi un espace de contraintes. Au sein de son groupe, l'adolescent va se conformer à ce qui se dit, à ce qui se fait, à ce qui se porte et importe. Ceux avec qui « il traîne » vont influencer son mode de vie, parfois au détriment de ses propres valeurs.

En quête d'attention et de reconnaissance, l'adolescent est sensible aux « like » qu'il reçoit ou non via les réseaux sociaux. L'image de soi occupe une place essentielle sur le Web. Les médias sociaux illustrent combien cette image peut être mise en scène. C'est ainsi qu'il nous est proposé de lister nos plus belles réussites, de renseigner nos événements marquants ou de choisir une photo valorisante en guise de profil. Les TIC² sont autant d'occasions de s'affirmer, de marquer son territoire, d'exposer sa complicité et sa proximité, de matérialiser les liens et les ruptures. Ce qu'on appelle l'identité « numérique » devient un élément essentiel pour mesurer son degré de popularité et intervient par conséquent dans la construction de son identité « réelle ».



↳ L'e-réputation

Les sites d'éducation aux médias soulignent l'importance de faire attention à son « e-réputation ». Les réseaux sociaux créent une culture de la visibilité, de la comparaison et de la compétition. En effet, avez-vous déjà observé que sont principalement partagées les informations qui mettent en valeur ? La majeure partie des pratiques sur le Web ont une dimension relationnelle. On communique de façon différente (smiley, écriture phonétique...) mais on communique. C'est la façon de débattre qui est particulière : les échanges ont lieu devant

des spectateurs, ce qui crée des dynamiques différentes. Si certaines entraînent l'esprit de compétition ou le repli, d'autres ont heureusement un caractère positif et font naître des échanges agréables et valorisants entre les personnes.

Telle une caisse de résonance, les réseaux sociaux rendent visibles et amplifient les processus d'inclusion et d'exclusion car le lien social y est affiché. L'adolescent a le devoir d'aimer et d'être aimé de manière visible et socialement validée aux yeux de tous pour ne pas prendre le risque de porter l'étiquette de « sans ami ». La popularité et le rejet peuvent être vérifiés et quantifiés par le nombre de « like » et de partages.

↳ Les digitales natives

L'appartenance au groupe de pairs est tellement importante pour les adolescents que la bonne utilisation des écrans passe parfois au second plan. En effet, les adolescents d'aujourd'hui sont ce qu'on appelle la génération des « digitales natives³ ». Les enfants du numérique ont grandi pendant l'explosion du Web. Nés avec Internet, ils en éprouvent les failles, dont le manque d'éducation à la bonne utilisation de ces technologies. En connaître les avantages et les inconvénients en portant un regard critique leur apportera les connaissances indispensables pour eux-mêmes et leur permettra de les transmettre, à leur tour, à leurs propres enfants.

Quant à nous, les adultes d'aujourd'hui, nous sommes des « digital immigrants ». Nous ne sommes pas nés à l'époque où Internet était un outil presque indispensable à l'intégration sociale. Cette différence entre les « digital natives » et les « digital immigrants » crée ce qu'on appelle la « fracture numérique », entre les aînés et les jeunes. Cependant, nous constatons qu'une part des adultes s'intéresse aux nouvelles technologies. Malgré les innovations omniprésentes, ils ont pris le train en marche et montrent un certain intérêt à ce que vivent les jeunes d'aujourd'hui.

Que peuvent faire les parents et les éducateurs au sens large du terme ? Quels sont leurs devoirs d'éducation face aux médias et quel accompagnement apporter ? Comment aborder ces thèmes sans les diaboliser ni surprotéger l'enfant mais plutôt en le responsabilisant face à tous les médias existants ? Toutes ces questions sont au centre des enjeux de notre société actuelle. C'est la raison pour laquelle il est essentiel de créer ou recréer du lien autour de ces thématiques et de penser ou repenser notre façon d'appréhender ce territoire virtuel que nous connaissons parfois peu. Il est donc capital de renforcer l'alliance éducative école-parents, aussi appelée coéducation.

3 Expression utilisée par Thomas STENGER dans son ouvrage « Digital Natives. Culture, génération et consommation ».

L'école et la famille doivent militer ensemble pour plus de prévention. Comme pour la drogue, l'éducation à la vie sexuelle et affective ou la prévention routière, il est souhaitable d'organiser des séances de prévention consacrées à l'usage des TIC. Pour y parvenir, il est primordial de s'intéresser à ce que vivent nos jeunes au travers des médias sociaux, de les accompagner pas-à-pas dans leur découverte. C'est l'occasion, pour eux, de nous en apprendre à ce sujet et de nous mettre, nous, les « digital immigrants », en position d'apprentissage permanent. Cette attitude permettra à nos jeunes de se sentir valorisés, soutenus et accompagnés sur ce terrain parfois glissant. Ils auront dès lors moins de difficultés à s'adresser à nous en cas de problèmes rencontrés sur le Net.



↳ Les TIC : les technologies de l'information et de la communication

Les techniques utilisées dans le traitement et la transmission des informations (Internet, moteurs de recherche...) et les outils de communication (jeux en réseau, forums/chats, réseaux sociaux tels que Facebook, Snapchat, Tinder, WhatsApp, Instagram...) via l'ordinateur, la tablette et le smartphone soulèvent l'enthousiasme chez les jeunes mais leurs risques suscitent l'inquiétude des adultes !

Quelques caractéristiques

- **L'accessibilité en continu.** Il est possible de se connecter en permanence et partout : à la maison, à l'école, au travail. Cela implique que l'on peut être tout le temps joignable.
- **L'immédiateté.** Nous pouvons obtenir une réponse de façon presque instantanée.
- **Les multiples possibilités offertes aux utilisateurs.** Envoyer un e-mail, être actif sur les réseaux sociaux, faire des achats en ligne, jouer, communiquer, faire des photos et des recherches... Internet nous permet de faire plusieurs choses à la fois : chatter, écouter de la musique tout en rédigeant un texte ou en regardant la télévision, par exemple.
- **Web 2.0.** Les jeunes ne sont pas uniquement consommateurs de contenu, ils sont aussi producteurs de tout type de médias.

↳ La sécurité en ligne : mythe ou réalité ?

Au-delà des avantages tels que communiquer « gratuitement » avec ses proches où qu'ils soient, développer des apprentissages en cherchant des informations via des moteurs de recherche, jouer... le Net peut également exposer tout un chacun à certains risques – des arnaques, des virus, des sites et propos malveillants, des jeux pervers, de l'hyperconnectivité et du cyberharcèlement – et engendrer des dégâts considérables.

Les données personnelles présentes sur un ordinateur sont privées. La protection de ces données est un droit fondamental. Chaque personne peut décider quelle information elle souhaite partager ou non. Une autorisation préalable à toute utilisation par des tiers est requise. De manière générale, lorsque l'on produit du contenu, une fois les informations publiées, le risque que ces données à caractère privé se retrouvent dans l'espace public est important. Il est souvent difficile, voire impossible de les contrôler ou de les effacer complètement.



↳ Conseils

Avant de publier des images ou des informations, il est intéressant d'amener l'utilisateur à se poser quelques questions⁴ :

- Qu'ai-je envie de partager comme informations personnelles et avec qui ? Cela peut-il me nuire ou nuire à ma réputation ? Comment me sentir en sécurité sur la toile ? Je sécurise mes informations. Je choisis des mots de passe intelligents et des pseudonymes. Je limite ce que je dis de moi, je sélectionne de manière réfléchie mes photos et je protège mon intimité au travers de ce que je publie. Tout ce que j'écris et montre pourrait être utilisé contre moi à des fins mal intentionnées.

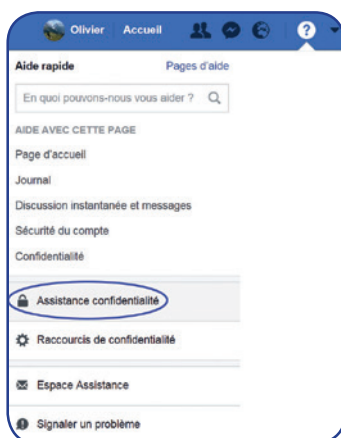
4 Make-it-safe, Guide d'activités de formation sur la sécurité en ligne pour les experts « Make-IT-Safe », ECPAT, Autriche, 2014.

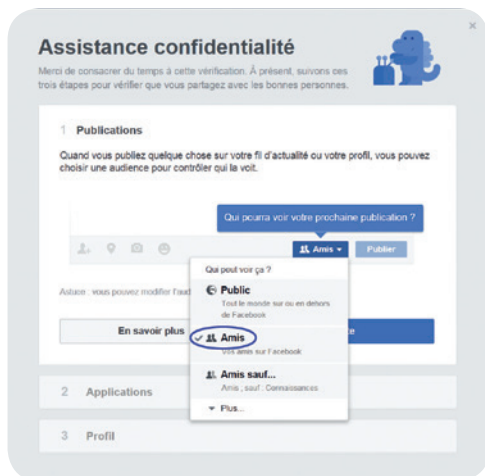
- Quelle information ou image d'autrui peut être publique ? Les personnes représentées sont-elles d'accord que je partage une information les concernant ? Cela pourrait-il être déplaisant ou embarrassant pour elles aujourd'hui et/ou dans le futur ? Je leur demande leur consentement avant de diffuser des photos ou vidéos d'elles. Le droit à l'image est lié au droit à la vie privée. La publication ou la diffusion de photo/vidéo d'une personne sans son accord viole son droit à la vie privée. Même si elle a accepté que la photo soit prise, elle peut refuser sa diffusion. Lorsqu'il s'agit de la photo d'un mineur, le droit à l'image relève de l'autorisation parentale.
- Mon profil sur Facebook peut-il être vu par tout le monde ? Mes paramètres de sécurité sont-ils correctement configurés ? La confidentialité de mes données personnelles est-elle suffisante ?
Child Focus conseille aux jeunes de configurer leur compte de manière à protéger leur vie privée en ligne. Une mise à jour des paramètres de sécurité est recommandée, au moins tous les 3 mois, afin de vérifier que tout est en ordre. En effet, les réseaux sociaux mettent régulièrement à jour les options de confidentialité.

En plus d'optimiser les paramètres de sécurité, on peut :

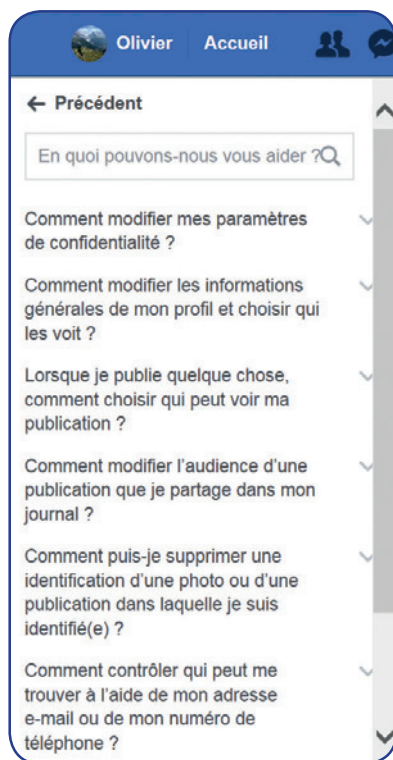
- gérer ses identifications en demandant à voir d'abord les photos dans lesquelles nous avons été identifiés avant qu'elles ne soient publiées ;
- classer nos amis par groupe/cercle d'amis et choisir à quoi ils peuvent avoir accès sur notre profil ;
- bloquer des personnes ;
- faire retirer des photos ;
- signaler du contenu nous concernant qui nous déplaît ;
- limiter la visibilité de chacun de nos posts en décidant qui y aura accès (au cas par cas) ;
- être vigilant quant à la géolocalisation.

A titre d'exemple, parmi les réseaux sociaux existants, pour la page Facebook, nous personnalisons nos paramètres dans l'onglet en haut à droite.





L'onglet « Signaler un problème » permet de signaler un contenu qui me dérange. Celui sur la confidentialité répond à une série de questions.



■ Quelles sont les personnes que j'accepte comme amis sur Facebook ?

L'image donnée sur le Net peut parfois ne pas correspondre à celle de la vie de tous les jours. J'accepte uniquement des personnes que je connais dans la « vraie » vie et avec lesquelles j'ai vraiment envie d'être en contact. Je redouble de prudence avec les amis de mes amis et à fortiori, avec des inconnus.

Ces mesures de sécurité visent à protéger le jeune de dérives éventuelles comme celles liées au cyberharcèlement. Attirons son attention sur le bon usage des médias : il ne passe pas uniquement par la maîtrise technique. Les adultes veilleront à amener leur vision éducative, leurs règles et leur logique en étant conscients qu'il ne faut pas être experts des TIC pour accompagner son enfant dans cet univers virtuel.

Préventivement, les adultes peuvent entreprendre diverses actions :

- privilégier le dialogue, poser des questions sans être intrusifs sur les bonnes et les moins bonnes expériences que le jeune vit sur le Net⁵ ;
- aborder des thèmes tels que le respect de l'autre, de soi et de son corps, l'intimité et l'extimité⁶ ;
- valoriser le jeune en abordant avec lui les aspects techniques des TIC que l'on ne maîtrise pas toujours suffisamment ;
- manifester de l'intérêt et de la curiosité pour ces outils qui constituent le quotidien du jeune ;
- ouvrir la discussion avec l'adolescent sur les informations qui circulent sur la toile et développer son esprit critique par rapport à ce qu'il voit, lit, partage et diffuse ;
- prendre le temps de réfléchir aux différentes aides possibles en cas de problème et utiliser les ressources existantes. Une bibliographie à la fin de la brochure peut vous y aider.

Que faire si un jeune est la cible de cyberharcèlement ?

Les adultes peuvent :

- être attentifs aux signaux (changements de comportement, d'humeur, résultats scolaires...) qui peuvent nous informer qu'un jeune est victime de cyberharcèlement et croiser nos informations afin d'avoir la meilleure réaction vis-à-vis de lui ;
- le rassurer pour l'amener à parler à une personne en qui il a entière confiance ;
- lui demander de ne pas/plus réagir à des e-mails et messages hostiles ;

5 *Make-it-safe, Guide d'activités de formation sur la sécurité en ligne pour les experts « Make-IT-Safe », ECPAT, Autriche, 2014.*

6 *Mouvement qui pousse chacun à mettre en avant une partie de sa vie intime, tant physique que psychique. C'est la part d'intimité que l'on expose aux autres afin d'en éprouver la valeur. Le jeune tente de dévoiler des fragments de son intimité (physique et/ou psychique) pour connaître la réaction des autres, voir s'il plaît ou non. Ce désir d'extimité est un pilier de la construction de soi et de l'identité qui est facilité par les réseaux sociaux.*

- mesurer avec lui l'utilité de signaler ces utilisateurs blessants aux administrateurs des services numériques afin de les mettre hors-jeu et de faire retirer leurs publications problématiques ;
- l'aider à sauvegarder une conversation, à faire des captures d'écran, à enregistrer les dates et heures des messages malveillants qu'il a reçus. Ceux-ci constitueront, en cas de besoin, les preuves nécessaires si un signalement devait avoir lieu.

La victime peut :

- parler à une personne qui pourra l'aider, un ami ou un adulte de confiance ;
- persévérer en s'adressant à une autre personne si elle ne s'est pas sentie entendue. Ne pas hésiter à en parler à nouveau ;
- demander à quelqu'un de l'accompagner dans ses démarches ;
- fréquenter des lieux où elle se sent en sécurité, rester près des condisciples sur qui elle peut compter et/ou avec lesquels elle passe de bons moments ;
- apprendre à donner la réplique et répondre avec assurance à l'auteur qui profite de sa vulnérabilité et de son silence pour continuer à l'ennuyer ;
- signaler une publication malveillante.

Que faire si un jeune est l'auteur ou le témoin de cyberharcèlement ?

Les adultes peuvent :

- exprimer que ce type de comportement n'est pas toléré et amener les jeunes à stopper directement leurs agissements ;
- ne pas punir d'emblée mais chercher à comprendre ce qui conduit l'auteur des faits et/ou le témoin à se comporter de la sorte. Les amener à se mettre à la place du jeune cyberharcélé pour qu'ils prennent conscience de la conséquence de leurs actes. Développer l'empathie en travaillant l'identification des émotions de part et d'autre ;
- responsabiliser les jeunes en les amenant à réfléchir à des solutions constructives (réparation, médiation, méthodes d'entraide...) pour permettre un changement pacifique et positif pour chaque protagoniste.

Les témoins peuvent :

- réfléchir aux conséquences de leur silence ou de leur complicité ;
- soutenir la victime en adoptant un comportement respectueux vis-à-vis d'elle : ne pas en rire, ne pas se moquer d'elle, ne pas l'isoler, prendre sa défense, l'inviter à jouer et à discuter, la reconforter, devenir un copain présent et aidant, chercher avec elle des moyens d'agir et de s'affirmer... ;
- créer un mouvement de solidarité autour de la cible pour diminuer sa solitude ;

- rapporter une situation qui les inquiète auprès d'une personne qui pourra les aider. Dénoncer, témoigner, ce n'est pas balancer ! Cet acte permet de protéger et d'aider quelqu'un qui souffre ;
- demander à un autre témoin de les accompagner pour agir s'ils en éprouvent le besoin ;
- parler avec le harceleur de son comportement. Réfléchir avec lui à des moyens d'attirer l'attention de façon plus positive en lui faisant comprendre qu'il a des compétences, des qualités plus intéressantes à mettre en valeur ;
- veiller à la bonne utilisation des réseaux sociaux en évitant les fausses rumeurs et en interagissant avec respect ;
- signaler les publications malveillantes à l'égard de la victime. C'est discret et anonyme.



L'auteur peut :

- prendre conscience que le harcèlement n'est pas la réponse à un problème que l'on vit avec quelqu'un ;
- apprendre à accepter l'autre dans sa différence. Être différent de soi ne veut pas dire être meilleur ou pire que soi ;
- apprendre à se mettre en avant par ses forces, ses qualités et ses capacités ; apprendre à avoir un regard positif sur soi ;
- parler avec une personne qui pourra l'aider à avoir une image plus positive des autres ;
- demander à un ami de l'aider chaque fois qu'il cherche à harceler quelqu'un ;
- apprendre à trouver des moyens pour exprimer un désaccord de façon respectueuse : quels sont mes besoins ? Comment je me sens ? Comment le communiquer à l'autre sans utiliser la violence verbale et/ou physique ? ;
- se mettre à la place de l'autre : est-ce que j'aimerais me faire humilier, exclure ? Quel serait mon ressenti ? ;
- réfléchir à une réparation qui lui permettra de corriger ses erreurs, de s'améliorer et d'aider l'élève victime à se sentir mieux.

↳ Quelques dérives

- **L'hyperconnectivité.** Pour certains utilisateurs de réseaux sociaux et de jeux vidéo en ligne, se déconnecter ou avoir l'obligation de le faire est une épreuve ! L'hyperconnection est souvent accompagnée de conséquences au niveau social, familial, psychologique et/ou scolaire.
- **Le sexselfie.** Sur le même principe que le selfie, il consiste à se prendre en photo après une relation sexuelle.
- **Le sexting.** C'est l'envoi ou de la réception d'images sexuellement explicites ou suggestives par l'intermédiaire d'un support média. Ces images et vidéos peuvent être propagées par le biais des réseaux sociaux, des messageries instantanées ou des courriers électroniques.
- **Le revenge porn ou « revanche pornographique ».** Consiste à publier des images érotiques ou pornographiques d'une personne sans son consentement. Ces photos sont diffusées sur le Net par un ex-petit ami qui veut se venger.
- **Le grooming.** Child Focus le définit comme une stratégie de sollicitation d'un mineur par un adulte (qui peut se cacher sous une fausse identité, tricher sur son âge...). Il s'efforce d'affaiblir la résistance et les inhibitions du jeune à des fins sexuelles. Après avoir gagné sa confiance, le « groomer » lui demande d'envoyer des photos montrant sa nudité et s'en sert ensuite pour tenter de le manipuler et de l'abuser sexuellement. L'abus sexuel peut aussi bien se dérouler en ligne (via une Webcam, une session de chat, un mail...) que hors ligne (lors d'une rencontre réelle).
- **Le slut-shaming ou intimidation - humiliation.** Il regroupe un ensemble d'attitudes agressives envers les femmes dont le comportement sexuel serait jugé « hors norme ». Cette forme de harcèlement moral est une violence de genre qui a lieu dans l'espace public et sur le Net.

↳ D'un point de vue juridique⁷

Mais que dit la loi par rapport à ces problématiques ?

Quels éléments de réponses apporte-t-elle et que pouvons-nous attendre d'elle ?

Nous allons tenter de répondre à ces questions !

Il est important de se rendre compte des différents textes de loi sur lesquels nous pouvons baser une action en cas de harcèlement ou de cyberharcèlement, et de l'ordre dans lequel ces lois doivent être appréhendées.

En premier lieu, il faut noter que le harcèlement est un fait pénalement répréhensible. Cela signifie qu'il est clairement interdit par la loi (articles 442 bis et 442 ter du **code pénal**).

Lorsque le problème se passe dans une école et/ou touche des personnes fréquentant un établissement scolaire, d'autres normes vont pouvoir être pointées, à savoir : **le décret mission, le règlement d'ordre intérieur...**

Ces normes vont permettre aux écoles d'être des actrices responsables des actions de prévention, mais aussi de répondre par des sanctions que nous conseillons éducatives et pédagogiques à une difficulté qui parfois les dépasse.

En tant que témoin d'une situation de harcèlement ou de cyberharcèlement, nous avons une responsabilité individuelle. Cela signifie que le fait de ne pas réagir reviendrait à laisser se poursuivre un acte violent pouvant mettre une personne en difficulté, voire en danger. Il faut cependant prendre garde à ne pas réagir dans l'urgence, sans tenir compte de l'intérêt des jeunes concernés, du **secret professionnel** et du **devoir de réserve**. Il est important de travailler de manière concertée avec l'équipe éducative et, au besoin, d'élargir la réflexion par le soutien de professionnels extérieurs.

Certains seront tentés de déposer une plainte, ce qui peut bien sûr avoir du sens. Néanmoins, tenter au préalable d'utiliser des outils de communication et de médiation dans ce type de conflit a généralement plus d'intérêt. Il est essentiel de se demander ce que l'on attend d'un dépôt de plainte. Est-ce que je souhaite que la personne soit punie ? Est-ce qu'il s'agit d'être reconnu dans sa position de victime ? En fonction de l'attente et de l'analyse de la situation, le dépôt d'une plainte pourra avoir plus ou moins de sens.

Enfin, n'oublions pas qu'une utilisation responsable des réseaux sociaux s'apprend et que la protection de la vie privée n'est pas perçue de la même manière par chacun. Les réseaux sociaux se structurent par des chartes d'utilisation souvent longues et incompréhensibles pour beaucoup de jeunes et d'adultes.

Vulgariser les actions de prévention, rendre compte des réalités des systèmes d'utilisation, mettre en situation, parler des émotions... sont autant de pistes à utiliser en amont d'une solution purement légale.

Pour plus d'informations juridiques, nous vous invitons à vous adresser à

- SDJ : Service droit des jeunes, rue Lambert le Bègue, 23 à 4000 Liège – 04/222 91 20
et rue des Sottais, 1 à 4800 Verviers – 087/46 02 42

- Droit des Jeunes – AMO, rue Saint-Rémy, 1 à 4000 Liège – 04/221 97 41

⁷ Article rédigé en collaboration avec Mme Leila Slimani du Service droit des jeunes

Repérer une situation de harcèlement

Détecter une situation de harcèlement n'est pas facile car les actes sont souvent cachés. Ils peuvent être perçus comme de simples chamailleries ou taquineries enfantines. En effet, l'auteur s'arrange le plus souvent pour que ses actes soient visibles des autres élèves mais pas des adultes. C'est « l'invisible visibilité ».

De même, le mal-être de certaines victimes peut être interprété, à tort, par les adultes, comme une manifestation du tempérament peu sociable de l'enfant ou une simple crise d'adolescence.

La méconnaissance des mécanismes du harcèlement associée au silence des victimes peut retarder la prise de conscience de l'entourage. Il est donc de la responsabilité des adultes d'être attentifs aux changements de comportement des enfants et des adolescents.

↳ Chez l'enfant

Ce sont souvent les parents qui repèrent les premiers signes : somatisations anxieuses (maux de ventre, eczéma...), troubles du sommeil, changements d'humeur (irritabilité, colère, susceptibilité...).

Quant aux enseignants, ils peuvent remarquer une baisse des performances scolaires (l'anxiété diminue les capacités de concentration) et/ou des troubles du comportement chez l'enfant (agitation, colère, attitude provocante ou, au contraire, isolement, repli sur soi).

Bien entendu, ces symptômes peuvent aussi être rencontrés dans d'autres situations telles que des violences sexuelles, la maltraitance, des difficultés familiales...

↳ Chez l'adolescent

Guidé par un sentiment de honte et par la peur de ne pas être considéré comme un « grand », **l'adolescent va d'abord essayer de régler le problème lui-même.**

La première étape est caractérisée par des stratégies d'évitement : arrivées tardives à l'école, changements d'itinéraire, absentéisme, isolement, « oubli » de matériel scolaire (détruit par les auteurs).

Dans un second temps, lorsque l'adolescent constate l'inefficacité de ces stratégies, pris d'un sentiment d'impuissance et de désarroi, il commence à se défendre par des attitudes agressives et désorganisées, ce qui ne lui attire pas la sympathie des adultes. Ce manque de soutien de la part des adultes renforce le sentiment d'abandon, l'impression d'être dans une situation sans espoir d'amélioration. Ce processus est un véritable cercle vicieux !

C'est lors de cette étape qu'apparaissent des signes de souffrance psychique, généralement identiques à ceux observés chez l'enfant : troubles du sommeil et de l'alimentation, somatisations anxieuses, irritabilité, susceptibilité, baisse des résultats scolaires, absentéisme...

Si le harcèlement n'est pas décelé et pris en charge à ce stade, l'adolescent peut se retrouver en situation de décrochage scolaire et développer des symptômes dépressifs de plus en plus graves (pleurs, sentiment d'impasse et/ou d'abandon, honte, culpabilité) avec risque de passage à l'acte suicidaire.

Les parents, les enseignants et le personnel de surveillance ont un rôle déterminant à jouer dans la lutte contre le harcèlement à l'école. Les changements brutaux de comportement, les fluctuations de résultats scolaires, les attitudes d'isolement, les retards systématiques et l'absentéisme doivent alerter les adultes. Dans tous les cas, les parents et le personnel éducatif ne doivent pas hésiter à engager un dialogue avec les jeunes.



Les conséquences du harcèlement

Si les signes de souffrance sont plus facilement identifiables chez les victimes, ceux des auteurs sont masqués par les actes qu'ils commettent. L'action protège de la souffrance mais celle-ci est bien présente et réapparaîtra souvent ultérieurement.

Il convient de lutter contre la tentation de se limiter à l'envoi de la victime chez un psychologue et de l'auteur chez le juge des enfants.

Ci-dessous, vous trouverez une liste non-exhaustive des conséquences du harcèlement. L'enfant ne développe pas la totalité de ces symptômes ; ils varient d'un individu à l'autre.



↳ Chez la victime

Troubles du métabolisme et du comportement

Maux de tête, douleurs au ventre, vomissements, évanouissements, problèmes de vue, insomnies sont les symptômes physiques les plus courants chez les victimes de harcèlement. Dans certains cas, un arrêt de croissance et des faiblesses du système immunitaire sont observés. Certaines victimes peuvent développer des troubles du comportement ou souffrir de troubles alimentaires tels que l'anorexie et/ou la boulimie.

Absentéisme et décrochage scolaire

La peur du harcèlement peut provoquer un absentéisme répété menaçant la réussite scolaire, des troubles de la mémoire et de la concentration et des difficultés de raisonnement. Ces manifestations peuvent mener la victime à un arrêt prématuré de sa scolarité ou à des orientations inadaptées.

Isolement relationnel

Malmenée par ses pairs, la victime se renferme sur elle-même et passe sa détresse sous silence. Cet isolement la prive d'un partage émotionnel et d'échanges qui lui permettraient pourtant de réfléchir à sa situation, et de se donner ainsi, le cas échéant, la possibilité de s'appuyer sur autrui pour trouver une solution. Sentiment de honte, perte d'estime de soi, culpabilité sont favorisés. Le jeune imagine qu'il est responsable des mauvais traitements qu'il subit.

Sentiment d'abandon

Le sentiment d'être abandonné par ses camarades mais aussi par les adultes fragilise le processus de socialisation, pousse la victime à se renfermer sur elle-même et accroît le risque de recours à la violence comme moyen d'expression et de défense. Sans appui, le jeune perd progressivement confiance dans son entourage et renonce à demander de l'aide.

Troubles de la socialisation et troubles anxio-dépressifs

L'impact psychique du harcèlement est de très longue durée. Une faible estime de soi, des tendances dépressives pouvant aller jusqu'au passage à l'acte suicidaire et une vulnérabilité relationnelle risquent d'entraîner des difficultés d'adaptation dans le contexte scolaire, professionnel, relationnel et amoureux.

↳ Chez l'auteur

Rapport à la violence

En exerçant son pouvoir sur un individu considéré comme plus faible, l'auteur comble son manque d'estime de lui-même. Pour maintenir cet état de sécurité psychique, il a besoin de reproduire cette situation autant de fois que nécessaire.

Manque d'empathie

Le sentiment d'impunité renforce l'auteur dans sa tendance narcissique et l'amène à justifier son comportement violent et à le faire perdurer. Plus l'auteur harcèle sa victime, plus sa capacité à ressentir de l'empathie diminue et moins il mesure la gravité de ses actes.

Répétition des comportements

Sanctionner un auteur en l'excluant de l'établissement scolaire provoque une rupture avec son cercle de relations et une fragilisation affective. En réaction, il reproduit rapidement des phénomènes de harcèlement pour retrouver un sentiment de puissance et rétablir une estime de lui dégradée par la sanction lorsque cette dernière n'est pas éducative.

Échec scolaire

Persuadé de ne pouvoir compter que sur lui-même, convaincu d'être injustement rejeté, l'auteur se méfie des adultes qui l'entourent et refuse leurs tentatives d'aide. Il a de grandes difficultés à s'extraire d'une spirale d'échecs scolaires, aggravée par de nombreuses exclusions et changements d'établissements.

Le fait d'avoir été auteur de harcèlement à l'école peut également avoir de lourdes conséquences à long terme. Outre un statut social précaire et des risques plus élevés de délinquance et de marginalisation, l'ancien auteur semble avoir plus de difficultés à développer des relations humaines positives une fois adulte. Il est plus susceptible de maltraiter son partenaire et d'utiliser les punitions corporelles et la violence à l'encontre de ses enfants.

Blessé depuis l'enfance par un sentiment d'échec et une profonde faille narcissique, l'ancien auteur alterne des périodes où il peut avoir le sentiment de dominer la situation et des périodes d'abattement, voire de dépression.

↳ Chez les témoins

Attitudes violentes

Assister à des pratiques de harcèlement en constatant leur impunité peut inciter des jeunes à adopter des pratiques violentes et malveillantes à l'égard de leurs camarades.

Lorsque la peur de devenir victimes à leur tour devient trop forte, certains témoins choisissent alors le passage à l'acte violent pour asseoir leur statut au sein du groupe.

Sentiment d'insécurité

Assister à des phénomènes de harcèlement entraîne un sentiment d'insécurité chez les témoins.

Sentiment de culpabilité

Le risque majeur est le sentiment de culpabilité et de mauvaise conscience que certains éprouvent pour ne pas avoir dénoncé les faits par crainte de devenir victimes à leur tour. Malgré la tentative d'oubli ou de rationalisation, cette expérience laisse des traces durables dans le psychisme des témoins.

Prendre soin du jeune après une situation de harcèlement

Régulièrement, nous observons que beaucoup de jeunes se développent positivement, maintiennent ou retrouvent un bien-être psychologique et physique en dépit d'une situation susceptible d'être génératrice de stress. L'être humain est doté d'une capacité naturelle à résister aux épreuves de la vie, à retrouver la forme après un choc.

« Cet art de naviguer entre les torrents » permet de faire face à une situation, de rebondir pour aller de l'avant.

Néanmoins et sans prétendre vous en proposer une liste exhaustive, voici quelques pistes de soutien qui peuvent être mises en œuvre après une situation de harcèlement. L'aide à apporter dépend de la façon dont le jeune va se sentir touché par la situation et le rôle endossé.

On observe régulièrement que le jeune victime de harcèlement manque de confiance et d'estime de soi. Sur base de ce constat, le soutenir à s'accepter tel qu'il est, l'aider à se connaître avec ses qualités et ses limites actuelles, en se fixant des objectifs accessibles, est un premier pas vers un mieux-être. S'accepter, c'est renoncer à la perfection. Il est également important d'arrêter de se dévaloriser en stoppant les petites phrases négatives qu'on se répète à l'intérieur de soi et qui rabaissent. S'accepter, c'est aussi être réaliste par rapport aux autres qu'on a parfois tendance à survaloriser. Ne pas exiger de soi-même d'être un super héros va permettre d'être plus tolérant.

Pour renforcer la confiance en soi, voici quelques-uns des nombreux exercices possibles :

- donner son opinion dans une conversation permet d'oser davantage, de prendre sa place et de s'affirmer ;
- repérer et noter les situations où l'on se sent mal à l'aise ou diminué par son manque de confiance en soi. En choisir une qui nous semble accessible. En fonction des circonstances, s'y confronter pour réussir à la dépasser ;
- observer sa peur, la reconnaître, la contenir pour oser faire des petits pas sont des attitudes qui permettent d'augmenter la confiance en soi.

Souvent, les situations de mal-être sont évitées et n'empêchent plus l'individu d'avancer dans sa vie. À fortiori, aller vers des choses qui plaisent, renforce la confiance en soi, liée notamment à la notion de plaisir.

Parfois, il peut être nécessaire de chercher les racines du manque de confiance en soi et d'en comprendre les raisons.

Si le jeune est victime de harcèlement, il peut arriver qu'un soutien psychologique et/ou thérapeutique soit nécessaire. Analyser la situation avec lui, observer comment et de quelle façon l'auteur a agi peut le rendre acteur de la situation. L'enfant peut, par exemple, modifier légèrement son comportement ou en prendre le contre-pied. Cette façon d'aborder le phénomène permet de déjouer les manœuvres mises en place par l'auteur.



Quelques fausses croyances

↳ « Ce sont des histoires d'enfants, il vaut mieux ne rien faire pour ne pas aggraver les choses. »

L'absence de réaction des adultes renvoie les protagonistes à leur propre souffrance. Le sentiment d'abandon des victimes peut les conduire à retourner cette souffrance contre elles-mêmes ou contre les autres.

↳ « Il suffit de punir sévèrement ou d'exclure les auteurs. »

Victimes et auteurs partagent la même vulnérabilité psychique et relationnelle, ce qui explique l'évolution possible de la position de l'un vers l'autre. Sanctionner l'auteur ou protéger la victime ne règle pas pour autant le problème. Les témoins doivent également être pris en compte. C'est avant tout une dynamique de groupe qui s'installe dans des lieux et dans un contexte bien particuliers, notamment lorsque le climat scolaire est dégradé ou en raison d'un déficit de surveillance dans certains lieux (toilettes, vestiaires, cour de récréation, bus scolaire, sortie de l'école...).

↳ « Les victimes ne sont pas toujours innocentes ; elles provoquent souvent. »

Les adultes ont tendance à croire que les agissements de l'enfant victime peuvent être inadéquats ou agressifs. Ils traduisent plus une volonté de se défendre et ce, sans se soucier de se faire prendre, à la différence des auteurs qui, eux, y font très attention. Les adultes doivent tenter de comprendre ce qui se passe avant de poser un jugement trop rapide ou faussé pour réagir de manière efficace.

↳ « Ce n'est pas à l'école de régler ce problème mais aux parents. »

L'école est un lieu de socialisation où les enfants sont confrontés à des pairs qu'ils n'ont pas choisis. Ceux-ci doivent adapter leur conduite sous la pression des autres et adopter parfois des comportements totalement différents de ceux qu'ils peuvent avoir dans leur milieu familial. Pour éviter toute source d'incompréhension par rapport à cet écart, les adultes qui ont la responsabilité éducative d'enfants doivent se faire davantage confiance pour pouvoir analyser sereinement une situation inquiétante.

↳ « Le cyberharcèlement ne concerne pas l'école. »

Les études révèlent que des jeunes victimes de cyberharcèlement le sont également souvent à l'école. Ce phénomène a des conséquences sur le climat scolaire et le déroulement des études des adolescents. Il est judicieux d'intégrer le cyberharcèlement à la politique de prévention et de lutte contre le harcèlement ! Ceci passe par une connaissance approfondie du fonctionnement et des risques de ces nouveaux moyens de communication !

↳ « On ne peut rien contre l'effet de groupe. »

Au contraire, apprendre à vivre ensemble est l'un des objectifs de l'école :

- ce n'est pas parce que des enfants sont ensemble qu'ils forment un groupe. La création d'un groupe doit idéalement se faire autour de valeurs positives, ce qui nécessite une régulation. Les valeurs du groupe doivent être édictées par un adulte dans le cadre de son action éducative. Les règles, qui en régissent le fonctionnement, doivent être répétées régulièrement ;
- tout groupement d'enfants sans régulation a tendance à s'auto-organiser sur le principe de l'homéostasie, c'est-à-dire en éliminant les plus grandes différences.

↳ « Ce n'est pas si grave que ça ! Quand le harcèlement s'arrêtera, il sera oublié. »

N'oublions pas que les effets peuvent se faire sentir bien après l'arrêt du harcèlement. Les conséquences peuvent être lourdes et ressurgir des années après !



Éléments de réussite pour prévenir et agir au sein du milieu scolaire

↳ La mobilisation conjointe et durable des adultes autour du problème du harcèlement

Une ambiance positive entre adultes au sein de l'établissement scolaire limite le risque de harcèlement entre élèves.

En parallèle de toute initiative menée en classe pour sensibiliser les jeunes, il est primordial que **la prise en charge du problème concerne l'ensemble de la communauté éducative**, en ce compris les personnes qui sont en contact régulier avec les élèves en dehors des cours : surveillants, personnel technique et d'entretien, chauffeurs de bus, etc.

Chaque personne qui entoure le jeune dans le cadre de ses fonctions doit sentir qu'elle fait partie d'une équipe prête à s'investir en cas de besoin. Si l'entente et la cohésion de groupe sont suffisantes, les élèves auront devant eux un modèle puissant, une protection contre les violences. Si les adultes croisent leurs regards et échangent leurs impressions sur les élèves dont le comportement interpelle, la compréhension des faits peut s'affiner et amener une prise en charge de la situation plus efficiente.

Dans le cas contraire, les adultes risquent de se sentir moins disponibles pour observer et gérer les relations entre élèves. Ne pas être attentif et sensible à la dynamique du groupe de jeunes peut favoriser la mise en place d'une situation de harcèlement.

↳ La mise en place de règles claires

Des règles de vie compréhensibles et adaptées à l'âge des élèves doivent être instituées très tôt dans leur scolarité. Les objectifs poursuivis sont : ne pas agresser les autres, venir en aide aux élèves en difficulté (par exemple : en soutenant l'enfant victime, en montrant que l'on est en désaccord, en ne se moquant pas du harcelé...) et faire participer les jeunes isolés. Des sanctions réparatrices et proportionnelles aux faits commis doivent également être envisagées avec les élèves. Le règlement doit être connu de tous afin de ne pas créer d'effet de surprise lorsque les adultes y feront référence !

L'équipe éducative doit montrer aux enfants que les transgressions sont sanctionnées de façon régulière en fonction de la gravité de l'acte. La cour de récréation peut, par exemple, vite devenir – sans règles ou avec des règles trop floues – un espace anarchique au sein duquel les pulsions agressives du jeune se manifestent de manière visible ou invisible. Dans ce cas de figure, les règles doivent donc servir à contrôler des comportements inadéquats et à réguler la cour de récréation en délimitant des zones de jeux bien distinctes.

↳ De l'importance de la prévention générale et du renforcement des habiletés sociales et affectives au sein des groupes de jeunes

Malgré l'existence de mesures curatives éprouvées⁸ en cas de harcèlement en milieu scolaire, il est pertinent de se poser la question de la prévention des comportements violents qu'ils soient verbaux ou physiques.

Est-il possible de réduire les risques ? Comment faire ? Dès quel âge ? Existe-t-il des facteurs de protection qui pourraient nous aider à mieux communiquer pour mieux vivre ensemble ? Comment favoriser et maintenir un climat scolaire positif ?

Pour étayer cette réflexion, Johan Deklerck nous propose un modèle de lecture de la prévention des violences en milieu scolaire⁸. Cette approche intégrée nous montre distinctement différents niveaux d'actions possibles qui se sous-tendent les uns les autres. Un travail de fond implique les différents niveaux d'actions. Les mesures prises en matière de prévention fondamentale diminueront les besoins en prévention spécifique et, le cas échéant, rendront les mesures curatives plus efficaces.

La pyramide de prévention

(Johan Declerck)



open
odo
orientation - prévention
enfants - adolescents

Le besoin d'une intervention de crise est l'occasion de nous interroger sur la base de la pyramide et implique une réflexion plus large car une approche focalisée sur le problème risque d'être insuffisante et non durable.

⁸ Maines & Robinson, *No blame ou la méthode du groupe d'entraide* et Pikas, A., MIC, *la méthode des intérêts communs ou la méthode des préoccupations partagées*.

Apprendre aux enfants et aux adolescents à vivre ensemble est une nécessité.

Concrètement, il est possible de mettre en place une multitude d'activités avec les jeunes sous forme d'animations et de rituels au sein de la classe. Si l'idéal est que la personne en charge du groupe classe initie elle-même ces activités de façon régulière, il peut s'avérer intéressant de faire venir un intervenant extérieur.

Dès le plus jeune âge, il est nécessaire d'inculquer aux enfants les valeurs :

- de solidarité (pour diminuer la concurrence entre eux) ;
- d'entraide et d'amitié (pour protéger un enfant en difficulté) ;
- d'acceptation de la diversité (faire des différences une richesse) ;
- d'empathie (se décentrer de soi-même pour prendre en compte le ressenti, les pensées de l'autre et lui donner ainsi des signes de reconnaissance) ;
- d'affirmation de soi (basée sur la découverte de ce que chacun peut apporter à l'autre et au groupe).

Celles-ci constituent de puissants facteurs de protection contre différentes formes de discrimination.

De manière complémentaire, créer en classe un espace de parole est essentiel pour que l'enfant apprenne à parler de ce qu'il vit et à gérer, sans violence, les conflits dans lesquels il est impliqué. Dès la maternelle, le corps éducatif peut aider les élèves à identifier leurs émotions et leurs besoins plutôt que d'accuser les comportements d'autrui (processus de médiation). L'intelligence émotionnelle et collective du groupe sera stimulée afin de trouver des solutions par rapport au problème décrit.

En tant qu'adultes, nous sommes les premiers référents du jeune que nous accompagnons. Afin de l'aider à assimiler les limites du vivre ensemble, il est de notre responsabilité de montrer au quotidien notre souci de l'autre, du lien social et du collectif.

« La seule manière intelligente d'éduquer consiste à être soi-même un exemple. »
Albert Einstein



Quelques règles simples

↳ Je suis un professionnel en contact avec les élèves

Je prends position en donnant une information théorique sur le sujet car les enfants maîtrisent peu la complexité du problème. Ils doivent sentir que je m'implique, que mes connaissances sur le sujet sont déjà un facteur de protection et que je les amène à y réfléchir par des ateliers et des jeux de rôle.

- Je suis vigilant(e) dans les classes, dans les couloirs, dans la cour de récréation et dans tout lieu fréquenté durant le temps scolaire pour repérer un jeune en situation de vulnérabilité et lui assurer un soutien actif en tant qu'adulte.
- Je renforce l'observation d'un élève qui rencontrerait des difficultés. Je l'aide à reconnaître que ce qu'il vit est une situation de harcèlement ou de mal-être. Je peux faire part de mon point de vue en classe sans commentaire personnalisé et avec l'autorisation de l'élève concerné afin de sensibiliser le groupe au phénomène de harcèlement.
- J'écoute l'élève quand il souhaite se confier à moi. Je ne mets pas systématiquement en doute ses propos et je sais changer de point de vue. La certitude est mauvaise conseillère.
- Je distingue les petites plaintes de la souffrance réelle. La durée et la répétition des brimades doivent m'alerter.
- Je cherche à échanger avec mes collègues et ma direction autour de ce que chacun a vu et/ou entendu et je ne prends pas de décision seul(e).
- Je prends le temps d'accueillir le point de vue des parents par rapport à la situation qui nous interpelle car il est important de les associer à l'élaboration d'un programme de prévention et/ou de solutions envisagées pour mettre un terme au harcèlement.
- Dans tous les cas, je tente de responsabiliser chaque enfant concerné en imaginant une sanction réparatrice et non une punition classique qui peut laisser un sentiment d'échec et d'injustice au jeune auteur. Je lui permets ainsi de réparer et d'améliorer son comportement. Je lui apporte un regard positif sur une nouvelle attitude que je lui propose. Une réparation dédommage la victime et restaure l'estime de soi de l'auteur. C'est sans doute la clé d'une approche constructive et humaine en éducation.

Changeons notre façon de voir les choses !

↳ Je suis un parent

La tentation est grande de protéger mon enfant et de prendre sa défense quelle que soit la situation mais cette attitude n'est pas toujours adéquate !

- J'évite d'aborder le sujet de manière frontale car un enfant ne met pas toujours de mots sur ce qu'il vit. Je l'écoute attentivement quand il parle de sa vie scolaire ; je m'intéresse aux activités qu'il réalise en classe et en dehors. Je lui fais prendre conscience de l'importance de prendre soin de ses relations dans la vie de tous les jours.
- Par rapport à une situation plus difficile qu'il vivrait, je ne mets pas en doute ses propos mais j'analyse au mieux ce que j'entends pour avancer avec lui vers une solution efficace.
- Je renforce son estime de lui et je l'encourage à trouver sa place en s'affirmant auprès des autres et en cherchant avec lui un panel de solutions pour résoudre son conflit à l'école.
- Je l'aide à trouver des moyens pour exprimer ses émotions désagréables sans s'en prendre verbalement ou physiquement aux autres.
- Je l'aide à trouver, à l'école, une personne de confiance à qui il peut se confier.
- Je veille à la bonne utilisation des réseaux sociaux car ils peuvent amplifier les problèmes vécus à l'école et provoquer chez mon enfant une souffrance supplémentaire.
- Je ne règle pas seul(e) un problème de harcèlement. Je cherche à croiser les différents regards des adultes qui entourent mon enfant et qui ont connaissance du problème pour trouver une solution cohérente et appropriée pour chaque partie impliquée dans la situation (enfant auteur, enfant victime et témoin).

↳ L'outil de PRÉVENTION « situ'action » à destination d'un groupe

Sur base de 7 situations fictives et de supports de réflexion, les objectifs poursuivis sont d'amener les participants à :

- comprendre les mécanismes qui permettent l'installation et la répétition d'une situation de harcèlement ;
- identifier les signes de détresse et les émotions vécues par les différents protagonistes ;
- proposer des pistes de solution pour prévenir le phénomène.



L'outil s'adresse à un public d'enfants et d'adolescents à partir de 10 ans. Il peut être utilisé en milieu scolaire, dans les mouvements de jeunesse, au sein des maisons de quartier..

Son utilisation doit, idéalement, s'inscrire dans la durée et être le début d'une action plus globale au sein d'un groupe pour que l'impact auprès des jeunes soit plus important.

L'outil est gratuit.

Il est disponible lorsque l'utilisateur a reçu une information sur son utilisation.

↳ L'outil d'INFORMATION « Harcèlement et cyberharcèlement en milieu scolaire » pour les jeunes

Les objectifs poursuivis sont :

- amener le jeune à prendre conscience de la place éventuelle qu'il occupe dans la relation triangulaire auteur(s) - témoin(s) - victime(s) ;
- sensibiliser au rôle actif que peuvent jouer les témoins ;
- proposer des conseils au jeune, qu'il soit victime, auteur ou témoin ;
- accroître le sentiment d'empathie chez l'auteur et le témoin pour permettre un changement de la dynamique de groupe.

L'outil est gratuit.

Il peut être obtenu lorsque la demande s'intègre dans un projet de prévention du harcèlement en milieu scolaire.

Sites internet :

- www.openado.be
- www.clps.be
Service ressource pour développer des projets de promotion de la santé et la qualité de la vie de la population.
- www.clicksafe.be
Dossiers pédagogiques téléchargeables « Réfléchis avant de publier » et cyber-harcèlement « Stop au cyber-harcèlement »
- www.cavliege.be
Centre de ressources en éducation aux médias de l'enseignement officiel subventionné.
- www.facebook.com/safety/bullying/teens/take_action
Documents à l'attention des jeunes (victime(s), auteur(s), témoin(s)), parents et éducateurs.
- www.jedecide.be
Site d'informations concernant l'influence des nouvelles technologies sur l'utilisation et la transmission des données à caractère personnel. Espace pour enfants-ados-parents et enseignants. On y trouve des fiches pratiques contre le cyberharcèlement.
- www.loupiote.be
Outil pédagogique « Ce qui nous regarde ».
- www.enseignement.be/harcelement
Plateforme de l'enseignement créée dans le cadre des mesures de prévention et de prise en charge du harcèlement et du cyberharcèlement à l'école.
- www.lecef.org
Comité des élèves francophones.
- www.agircontreleharcelementalecole.gouv.fr
Plateforme qui recense de nombreuses ressources, outils pédagogiques et éclairages d'experts pour aborder le sujet du harcèlement scolaire et agir concrètement.
- www.universitedepaix.org/le-cyber-harcelement
Centre de réflexion et de formation, il axe son travail sur la gestion positive des conflits et contribue à faire connaître des moyens possibles pour prévenir la violence, y faire face et favoriser un « vivre ensemble » harmonieux, à l'école, dans la famille et dans le quartier.
- www.webetic.be
La Ligue des familles et Child Focus s'associent pour offrir des séances d'information sur la gestion d'Internet au quotidien à destination des adultes. Leur but est de démystifier l'usage d'Internet et de proposer des informations et des pistes de réflexion pour une utilisation sûre et responsable de l'Internet fixe et mobile par les enfants et les jeunes.
- www.childfocus.be
Propose des ressources pour un usage sûr et responsable d'Internet par les enfants et les adolescents.
- www.make-it-safe.net
Sensibilise les jeunes à une utilisation sûre et responsable d'Internet, notamment des réseaux sociaux tels que Facebook, Myspace, Netlog et des applications comme WhatsApp, afin de se protéger contre les risques potentiels liés à l'exploitation sexuelle et l'abus en ligne.

- www.stopcyberhate.be
Boîte à outils en lien avec le cyberharcèlement proposée par la police fédérale et l'Institut supérieur de formation sociale et de communication (ISFSC) destinée aux professionnels, aux parents et aux adolescents.
- www.ecolenumerique.be
À l'initiative de plusieurs appels à projets, « École numérique » et « connectivité interne des établissements » visent à impulser les usages innovants des technologies de l'information et de la communication (TIC) au bénéfice de l'éducation dès le niveau maternel et jusqu'à l'enseignement supérieur.
- www.reseau-prevention-harcelement.be
Vise à favoriser les échanges entre intervenants de différents secteurs (enseignement, jeunesse, égalité des chances, promotion de la santé, aide à la jeunesse...) autour de la thématique.
- www.ufapec.be/nos-analyses/3011-education-medias.html
Article rédigé sur l'usage des médias : « une question d'éducation à l'école et en famille ».
- www.cyberdependance.be
Aborde les usages abusifs des jeux vidéo et des jeux en ligne.
- www.privacycommission.be
Commission qui veille à ce que les données à caractère personnel soient utilisées et sécurisées soigneusement, et que votre vie privée future soit également garantie.
- www.netecoute.fr
Recense de nombreuses informations et outils. Numéro vert national gratuit et anonyme destiné aux enfants et adolescents confrontés à des problèmes dans leurs usages numériques.
- www.yapaka.be
Programme de prévention de la maltraitance à l'initiative du Ministère de la Fédération Wallonie-Bruxelles de Belgique.

Ouvrages :

- BELLON J-P. et GARDETIE B., « *Harcèlement et brimades entre élèves, la face cachée de la violence scolaire* », éd. Fabert, 2010.
- BELLON J-P. et GARDETIE B., « *Prévenir le harcèlement à l'école* », éd. Fabert, 2011.
- BUTSTRAEN, C., « *Internet, mes parents, mes profs et moi. Apprendre à surfer responsable* », éd. De Boeck, 2015.
- CLERGET, S., BRAVI, S., « *Comment renforcer la confiance en toi ? Pour réussir et être aimé* », éd. Limonade, coll. Adulte mais pas trop, 2015.
- ERNOUX G. & JEUNEJEAN, « *Facebook et les réseaux sociaux* », De Boeck Education, 2012.
- GALAND, B., « *Prévenir le harcèlement à l'école. Oui, mais comment ?* », UCL Presse, 2017.
- MINOTTE, P., « *Coopérer autour des écrans* », Yapaka.be, 2017.
- PIQUET, E., « *Le harcèlement scolaire en 100 questions. Primaire, collège, lycée : les solutions qui marchent* », éd. Tallandier, 2017.

Ouvrages pour enfants :

- BISSCHOP M. et VERREY DTD., « *Frappe plus fort ici* », éd. Averbode, 2000.
- CALI D. et BOUGAEVA S., « *Marlène baleine* », éd. Sarbacane, 2009 (dès 3 ans).
- CARRIER I., « *La petite casserole d'Anatole* », éd. Bilboquet, 2009 (dès 3 ans).
- DREYFUSS C. et LEGRAND M., « *Le plus fort* », éd. Actes Sud junior, 2009 (dès 3 ans).
- GREEN I., « *Strongboy, le tee-shirt de pouvoir* », éd. Didier jeunesse, 2007 (dès 3 ans).
- NAUMANN-VILLEMEN Ch. et DUMONT J-F., « *T'es pas cap !* », éd. Kaléidoscope, 2008 (dès 3 ans).
- RAMOS M., « *C'est moi le plus fort* », éd. Pastel, 2001 (dès 3 ans).
- WEISHAR-GIULIANI V. et LEGEAY Ch., « *Hugo, un héros... Un peu trop gros !* », éd. Alice jeunesse, 2011 (dès 3 ans).
- WORMELL Ch., « *Héroïque Éric* », éd. Pastel, 2012 (dès 3 ans).
- GIRARDET S. et ROSADO F., « *Silence, la violence !* », éd. Hatier, 1999 (dès 5 ans).
- LABBE B. et GASTE E., « *Et pourquoi je ne suis pas le chef ?* », éd. Milan jeunesse, 2009 (dès 6 ans).
- LENAIN Th. et DURAND D., « *Vive la France !* », éd. Nathan, 1999 (dès 6 ans).
- RAMOS M., « *Un monde de cochons* », éd. Pastel, 2007 (dès 6 ans).
- DE KINDER, J., « *Rouge* », éd. Didier Jeunesse, 2015 (dès 7-8 ans).
- PIQUET, E., « *Je me défends du harcèlement* », éd. Albin Michel Jeunesse, 2016. (dès 9 ans).
- TISSERON, S., « *Guide de survie pour accros aux écrans...ou comment garder ton ordi ET tes parents* », éd. Nathan, 2015. (dès 9 ans).
- TREDEZ-HALFBOB, E., « *Les réseaux sociaux, comment ça marche ? Et toutes les questions que tu te poses pour rester connecté !* », Fleurus, 2016. (dès 9 ans).
- COLOT, M., « *Dans de beaux draps* », éd. Alice, collection Tertio, 2015 (dès 12 ans).

Table des matières

Édito	2
Définition du harcèlement en milieu scolaire	3
Les acteurs du harcèlement	4
Les auteurs	4
Les victimes	4
Les témoins	5
Les différentes formes de harcèlement	6
Le harcèlement physique	6
Le harcèlement moral	6
Le cyberharcèlement	7
Les jeunes et leur rapport aux écrans : l'importance de l'éducation aux médias	8
L'identité numérique	8
L'e-réputation	8
Les digitales natives	9
Les TIC : les Technologies de l'Information et de la Communication	10
La sécurité en ligne : mythe ou réalité ?	11
Conseils	11
Quelques dérives	17
D'un point de vue juridique	18
Repérer une situation de harcèlement	19
Chez l'enfant	19
Chez l'adolescent	19
Les conséquences du harcèlement	21
Chez la victime	21
Chez l'auteur	22
Chez les témoins	23
Prendre soin du jeune après une situation de harcèlement	24

Quelques fausses croyances.....26

- « Ce sont des histoires d'enfants, il vaut mieux ne rien faire pour ne pas aggraver les choses. »... 26
- « Il suffit de punir sévèrement ou d'exclure les auteurs.» 26
- « Les victimes ne sont pas toujours innocentes ; elles provoquent souvent. »..... 26
- « Ce n'est pas à l'école de régler ce problème mais aux parents. »..... 26
- « Le cyberharcèlement ne concerne pas l'école. » 26
- « On ne peut rien contre l'effet de groupe. » 27
- « Ce n'est pas si grave que ça ! Quand le harcèlement s'arrêtera, il sera oublié. » 27

Éléments de réussite pour prévenir et agir au sein du milieu scolaire.....28

- La mobilisation conjointe et durable des adultes autour du problème du harcèlement.... 28
- La mise en place de règles claires 28
- De l'importance de la prévention générale et du renforcement des habiletés sociales et affectives au sein des groupes de jeunes..... 29

Quelques règles simples 31

- Je suis un professionnel en contact avec les élèves 31
- Je suis un parent..... 32

Les outils développés par l'Openado33

- L'outil de PRÉVENTION « situ'action » à destination d'un groupe..... 33
- L'outil d' INFORMATION « Harcèlement et cyberharcèlement en milieu scolaire » pour les jeunes 33

Ressources.....34

- Sites internet..... 34
- Ouvrages 35
- Ouvrages pour enfants 36



open
ado

orientation - prévention
enfants - adolescents

L'**Openado** est un service du département des Affaires sociales de la Province de Liège destiné aux enfants et adolescents de 0 à 25 ans, à leur famille et aux professionnels des secteurs psycho-médico-social et éducatif.

Notre équipe pluridisciplinaire se compose d'assistants sociaux, de psychologues, de criminologues, d'éducatrices, d'un médecin-psychiatre, d'une assistante juridique...

L'**Openado** agit selon deux axes principaux et complémentaires :

- la prévention et la promotion du bien-être ;
- l'accueil, l'information, l'orientation et l'accompagnement.

Openado prévention

Prévention et promotion du bien-être

Nous proposons :

- des actions de prévention et des espaces de parole, dans les établissements scolaires (maternels, primaires, secondaires) et parascolaires autour de thèmes comme le respect de soi et des autres, l'estime de soi, les sentiments, la coopération, les réseaux sociaux, la gestion des conflits...

Objectif : permettre aux jeunes une meilleure connaissance de soi et des autres et de développer des compétences psycho-sociales ;

- un accompagnement des équipes éducatives dans la réalisation et la mise en place d'un projet adapté à l'établissement ;
- des séances d'information et de prévention sur les assuétudes et la gestion des consommations ;
- un soutien aux professionnels en matière d'assuétudes au sens large via l'échange et le prêt gratuit de différents outils (jeu pédagogique « Cool les jeunes ! ? », parcours « Alcovision », Ecrans@plat, expositions...);
- des séances de sensibilisation et d'information, des animations spécifiques et des outils de prévention sur la thématique du harcèlement en milieu scolaire et des jeunes en détresse ou en mal-être.

Openado accueil

Accueil, information, orientation et accompagnement

Anonyme et gratuit

Seul ou accompagné, avec ou sans rendez-vous

Pour qui ?

L'**Openado** s'adresse aux enfants et aux adolescents de 0 à 25 ans, aux familles et aux professionnels.

Nous proposons :

- une information claire concernant les thématiques liées à l'enfance et à l'adolescence ;
- un lieu d'écoute où inquiétudes et questionnements peuvent être exprimés dans un cadre chaleureux et convivial ;
- un accompagnement psychologique en vue d'une meilleure orientation ;
- un accompagnement suite à un suicide (ou tentative de suicide) dans une école ou un service dédié aux jeunes (0-25 ans) ;
- un accompagnement individuel pluridisciplinaire (psychologique, social, juridique...) coordonné avec les partenaires pertinents pour chaque situation, avec une attention particulière pour les jeunes de 16 à 25 ans ;
- un travail en concertation avec les professionnels des secteurs de la jeunesse, de l'Aide à la Jeunesse, de la santé mentale, du milieu hospitalier, de l'aide sociale... ;
- des conférences tout public ;
- des ateliers thématiques à l'intention des parents ou des jeunes ;
- des ateliers de rencontres parents-enfants.

↳ Coordonnées de l'Openado

Rue Beeckman, 26 à 4000 Liège

☎ 04/279 56 67

✉ openado@provincedeliege.be

🌐 www.openado.be

Horaire: lundi uniquement sur rendez-vous
mardi, mercredi, jeudi, vendredi de 9 à 17 h
2^e et 4^e samedis de chaque mois de 9 à 12 h

↳ Pour l'axe prévention harcèlement

☎ 04/279 56 82

✉ openado.harcelement@provincedeliege.be



Notes

A page of lined paper for notes. The page is white with a light blue vertical bar on the right side. The top of the page has an orange header with the word "Notes" in white. The main body of the page is filled with 25 horizontal dashed lines, providing space for writing notes.



www.openado.be