

# GUIDE PARENTAL



# Agir Ensemble pour nos enfants

PRÉVENIR, REPÉRER ET LUTTER CONTRE  
LE HARCÈLEMENT & LE CYBERHARCELEMENT



quartiers2030





# Sommaire

- 1 Introduction**
- 2 Le harcèlement & cyberharcèlement**
- 3 Comment agir en tant qu'élève ?**
- 4 Comment agir en tant que parent ?**
- 5 Comment agir en tant que professionnel ?**
- 6 Procédures de signalement & d'intervention**
- 7 Ressources**

# Introduction

Ce guide est destiné à fournir aux familles une compréhension approfondie du harcèlement et cyberharcèlement.

En effet, ce sont des problématiques préoccupantes en France, touchant particulièrement les jeunes. Le harcèlement scolaire est reconnu comme un sérieux problème qui affecte la santé mentale et le bien-être des élèves.

Selon plusieurs études et enquêtes menées ces dernières années, un élève sur dix serait victime de harcèlement à l'école. Des mesures ont été prises par le gouvernement, notamment la création de lignes d'écoute et des campagnes de sensibilisation, qui montrent la volonté de lutter contre ce fléau. Cependant, des défis persistent en matière de prévention et de prise en charge des victimes.

Le cyberharcèlement, quant à lui, est une forme de harcèlement se déroulant principalement sur les réseaux sociaux, par SMS ou par d'autres plateformes numériques. Il a également considérablement augmenté. Avec la généralisation des smartphones et des réseaux sociaux, les jeunes sont souvent exposés à des comportements malveillants en ligne. Ce phénomène est particulièrement préoccupant, car il peut toucher les victimes 24 heures sur 24, rendant la situation d'autant plus difficile puisqu'il n'y a pas forcément de témoin.

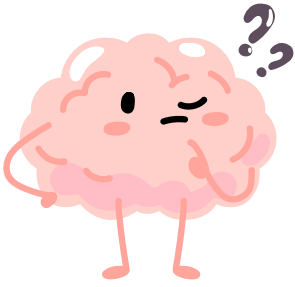
Zoomons sur le Var, comme dans d'autres départements français, le harcèlement et le cyberharcèlement sont des sujets de préoccupation pour les établissements scolaires, les parents et les associations. Des initiatives locales ont vu le jour pour sensibiliser les jeunes aux dangers d'Internet et promouvoir un environnement scolaire sain. Plusieurs écoles et collèges varois ont mis en place des programmes de prévention et des ateliers sur le harcèlement.

Les autorités locales, en collaboration avec des associations, organisent également des événements pour sensibiliser le public et encourager les jeunes à parler de leurs expériences. Les services sociaux et les psychologues scolaires travaillent en lien avec les établissements pour offrir un soutien aux victimes et intervenir en cas de harcèlement avéré.

Il reste essentiel de renforcer la collaboration entre les écoles, les parents, les autorités locales et les plateformes numériques pour créer un environnement sûr pour les jeunes. La formation des enseignants et la sensibilisation des jeunes à l'empathie et au respect d'autrui sont également des axes à développer pour lutter contre ce phénomène. Il est crucial que les victimes soient écoutées et soutenues, et que des mesures soient mises en place pour prévenir de futurs incidents.

Ce guide explore les différentes formes de harcèlement, les rôles respectifs des différents acteurs, les politiques et les procédures à mettre en place, ainsi que les ressources disponibles pour soutenir les victimes et prévenir de futures situations de harcèlement.

# Le harcèlement & cyberharcèlement



## Définition générale :

Le harcèlement est un comportement répétitif et intentionnel visant à intimider, humilier ou blesser une personne, qu'il soit physique, verbal, psychologique ou numérique.

## Les types de harcèlement :

- Harcèlement physique: coups, poussées, vols, dégradations de biens
- Harcèlement verbal : insultes, moqueries, menaces, diffamation
- Harcèlement psychologique: isolement social, rumeurs, manipulation
- Cyberharcèlement : messages haineux, publication de photos ou vidéos compromettantes, harcèlement sur les réseaux sociaux

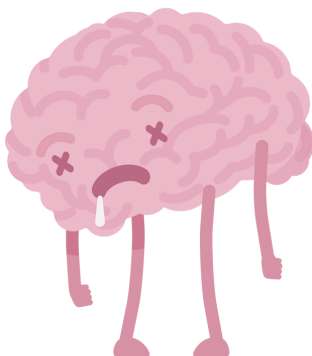
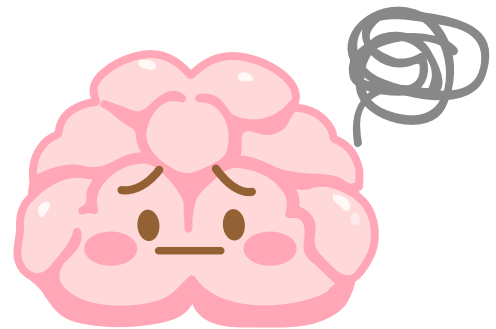
## Causes

Le harcèlement scolaire peut avoir des causes multiples, telles que des problèmes de communication, des différences culturelles, des préjugés, un manque d'empathie, un besoin d'affirmation de soi, ou une mauvaise gestion des conflits.

Ses **conséquences** sont souvent graves et durables pour les victimes.

## A) Conséquences psychologiques & sociales

- Anxiété et dépression
- Baisse de l'estime de soi
- Isolement social
- Pensées suicidaires (dans les cas les plus graves)
- Difficultés dans les relations .
- Comportements agressifs



## B) Conséquences physique & académiques

- Symptômes physiques : des maux de tête, des douleurs d'estomac, etc.
- Troubles du sommeil entraînant des problèmes de fatigue et de concentration.
- Diminution des performances scolaires
- Absences fréquentes

# Comment agir en tant qu'élève ?

Les enfants et les jeunes doivent être sensibilisés au phénomène du harcèlement, apprendre à identifier les situations problématiques, savoir comment soutenir les victimes et se montrer solidaires.

Si tu es témoin d'une personne qui est harcelée, voici quelques actions que tu peux envisager :

1. **Évalue la situation** : Observe ce qui se passe et assure-toi que tu es en sécurité avant d'intervenir. Si la situation semble dangereuse, il vaut mieux ne pas intervenir directement.
2. **Interviens si tu te sens en sécurité** : Si tu te sens à l'aise de le faire, tu peux prendre la parole en disant quelque chose comme "Laisse-la/le tranquille" ou "Ce n'est pas cool ce que tu fais". Cela peut dissuader l'agresseur et montrer à la victime qu'elle n'est pas seule.
3. **Soutiens la victime** : Après l'incident, approche la personne harcelée et propose-lui ton soutien. Écoute ce qu'elle a à dire et assure-lui qu'elle n'est pas seule.
4. **Informe une autorité** : Signale l'incident à un adulte de confiance, comme un professeur, un CPE, un assistant d'éducation, l'infirmière ou un parent. Ils peuvent prendre des mesures pour aider la personne harcelée.
5. **Encourage la victime à parler** : Encourage la personne harcelée à parler de son expérience, que ce soit avec des amis, des parents ou des professionnels.
6. **Sensibilise les autres** : Parle de ce que tu as vu avec tes amis ou dans des groupes de discussion pour sensibiliser aux dangers du harcèlement et à l'importance de ne pas rester silencieux.
7. **Utilise des ressources disponibles** : Renseigne-toi sur les ressources de ton école ou de ta communauté qui peuvent aider les victimes de harcèlement.

Il est important de rappeler que le harcèlement est inacceptable et que chacun a le droit de se sentir en sécurité. En agissant, tu contribues à créer un environnement plus respectueux et bienveillant.





# Comment agir en tant que parent ?

Chaque personne peut contribuer à créer un environnement scolaire sûr et inclusif. Les parents doivent rester attentifs au comportement de leurs enfants, communiquer avec eux sur le harcèlement scolaire, les soutenir en cas de besoin, et collaborer avec l'école.

Si **votre enfant ou un ami de votre enfant est victime** de harcèlement, voici quelques étapes que vous pouvez suivre :

1. **Écouter et soutenir** : Il est essentiel d'écouter votre enfant sans jugement. Montrez-lui que vous êtes là pour lui et que vous le soutenez.
2. **Valider ses émotions** : Dites-lui que ce qu'il ressent est normal et que le harcèlement n'est pas de sa faute.
3. **Recueillir des informations** : Posez des questions pour comprendre la situation. Qui est impliqué ? Quand et où cela se produit-il ? Comment cela affecte-t-il votre enfant ?
4. **Documenter les incidents** : Gardez une trace des incidents de harcèlement, en prenant des notes sur ce qui s'est passé, quand et où, ainsi que les personnes présentes.
5. **Parler à l'école** : Contactez l'école pour signaler le harcèlement. Les établissements scolaires ont souvent des politiques en place pour traiter ces problèmes.
6. **Encourager des stratégies d'adaptation** : Aidez votre enfant à trouver des moyens de faire face à la situation, que ce soit en s'éloignant, en discutant avec des amis ou en demandant l'aide d'un adulte.
7. **Envisager une aide professionnelle** : Si le harcèlement a un impact important sur le bien-être émotionnel de votre enfant, envisagez de consulter un psychologue ou un conseiller.
8. **Sensibiliser votre enfant sur le harcèlement** : Éduquez votre enfant sur le harcèlement, pour qu'il puisse reconnaître les comportements problématiques et savoir comment demander de l'aide.
9. **Favoriser des relations saines** : Encouragez votre enfant à développer des amitiés positives et à participer à des activités où il pourra rencontrer de nouveaux amis.
10. **Restez impliqué** : Montrez à votre enfant que vous êtes là pour le soutenir tout au long de ce processus et que vous veillez à son bien-être.

Il est important de traiter la situation avec sérieux et rapidement. Les victimes de harcèlement peuvent souffrir de conséquences à long terme si le problème n'est pas résolu.



# Comment agir en tant que professionnel ?

Tous les acteurs de la communauté scolaire ont un rôle crucial à jouer dans la prévention du harcèlement scolaire.

Les professionnels éducatifs doivent être formés à la détection et à la gestion du harcèlement scolaire, développer des stratégies pédagogiques de prévention, et intervenir rapidement et efficacement en cas de signalement.

Repérer et aider un élève qui subit du cyberharcèlement ou du harcèlement nécessite une attention particulière et une approche empathique. Voici quelques étapes à suivre :

## Repérer des signes de harcèlement :

- **Changements de comportement** : Soyez attentif aux changements dans le comportement de l'élève, comme l'isolement, la tristesse, l'anxiété ou une baisse de motivation scolaire.
- **Signes physiques** : Un élève victime de harcèlement peut montrer des signes physiques de stress, comme des maux de ventre, des maux de tête ou des troubles du sommeil.
- **Interactions sociales** : Observez les interactions de l'élève avec ses pairs. S'il évite certains groupes ou semble mal à l'aise en présence de certains élèves, cela peut être un signe de problème.
- **Performances académiques** : Un déclin dans ses résultats scolaires ou dans son engagement en classe peut également être révélateur.
- **Utilisation des technologies** : Si un élève devient soudainement réticent à utiliser son téléphone ou des réseaux sociaux, cela peut indiquer qu'il subit du cyberharcèlement.

## Aider l'élève :

- **Créer un environnement de confiance** : Assurez-vous que l'élève se sente en sécurité pour partager ses expériences. Écoutez-le sans jugement et validez ses sentiments.
- **Encourager la communication** : Incitez l'élève à parler de ce qu'il vit. Posez des questions ouvertes pour mieux comprendre la situation.
- **Rassembler des preuves** : Expliquez à l'élève l'importance de conserver des preuves (captures d'écran, messages, etc.) des comportements de harcèlement, qu'ils soient en ligne ou en personne.
- **Intervention appropriée** : Si l'élève est d'accord, vous pouvez informer d'autres personnalités clés (enseignants, conseillers d'éducation, parents) de la situation afin qu'ils puissent apporter leur soutien.
- **Sensibilisation et éducation** : Discutez du harcèlement et du cyberharcèlement en classe pour sensibiliser tous les élèves. Cela peut aider à créer un climat de solidarité et de compassion.
- **Proposer des ressources** : Orientez l'élève vers des ressources internes (psychologue scolaire, assistante sociale) ou externes (associations, lignes d'écoute) qui peuvent lui offrir un soutien supplémentaire.
- **Suivi** : Restez en contact avec l'élève après qu'il ait partagé son expérience pour vous assurer qu'il reçoit l'aide nécessaire et pour l'encourager à continuer à en parler.

# Procédures de signalement & d'intervention

Des procédures claires et efficaces doivent être en place pour signaler et gérer les cas de harcèlement scolaire.

Quelle que soit la forme qu'il prend, le harcèlement est un délit, acte interdit par la loi et puni d'une amende et/ou d'une peine d'emprisonnement inférieure à 10 ans qui porte atteinte aux droits fondamentaux de la personne qui le subit (à sa dignité, à sa santé physique et mentale).

Les moyens de dénoncer de tels agissements diffèrent en fonction du type de harcèlement :

- Harcèlement sexuel
- Harcèlement moral
- Cyberharcèlement (harcèlement sur internet)
- Harcèlement téléphonique
- Harcèlement scolaire au collège et au lycée

Si vous êtes témoin ou si vous avez des raisons de croire qu'un enfant est victime de harcèlement en France, il est important d'agir rapidement. Voici quelques étapes que vous pouvez suivre pour signaler la situation aux autorités :

- **Contactez l'école** : Si le harcèlement se produit à l'école, la première étape consiste à en parler aux responsables de l'établissement (enseignants, directeur, etc.). Ils ont souvent des protocoles en place pour gérer ces situations.
- **Informez les parents** : Si vous connaissez les parents de l'enfant, il peut être judicieux de les informer de la situation afin qu'ils puissent également intervenir.
- **Signaler aux autorités** : Vous pouvez signaler le harcèlement aux policiers ou à la gendarmerie. Vous pouvez vous rendre au commissariat ou à la brigade de gendarmerie la plus proche, ou contacter le 17 (appel d'urgence police).

*En cas d'urgence, et uniquement dans cette situation, il est possible d'alerter la police ou la gendarmerie par appel téléphonique. Les personnes malentendantes ou atteintes de troubles du langage peuvent contacter ces services par SMS.*

- **Appeler le numéro d'écoute** : Vous pouvez également contacter des lignes d'écoute spécifiques comme le 3018, qui est dédié aux victimes de cyberharcèlement, ou le 3020 pour les victimes de harcèlement, ou le 119, qui est le numéro de l'enfance en danger.
- **Consulter des associations** : Plusieurs associations, comme "SOS Harcèlement", offrent des conseils et peuvent vous aider à naviguer dans le processus de signalement.
- **Documentation** : Si possible, documentez les incidents de harcèlement (dates, heures, descriptions des événements, témoins, etc.), ce qui pourra être utile lors du signalement.

N'oubliez pas qu'il est crucial de agir pour protéger l'enfant, et que le silence ne fait qu'aggraver la situation.



## Lignes d'écoute et services d'assistance :

### • Lignes d'écoute

#### ◦ Numéro d'appel national contre le harcèlement scolaire

- Numéro : 3020
- Site web : [nonauharcelement.fr](http://nonauharcelement.fr)
- Service hébergé par le ministère de l'Éducation nationale pour les victimes de harcèlement à l'école.

#### ◦ La ligne dédiée aux victimes de cyberharcèlement

- Numéro : 3018
- Service : Assistance pour les victimes de cyberharcèlement, conseils sur les démarches à suivre.

### • Services d'assistance

#### ◦ Point Justice

#### ◦ MVAC (Mouvement contre le Harcèlement et les Violences)

- Site web : [mvac.org](http://mvac.org)
- Offre des ressources, des informations et du soutien aux victimes de harcèlement.

#### ◦ Phare (Pour les enfants et les adolescents)

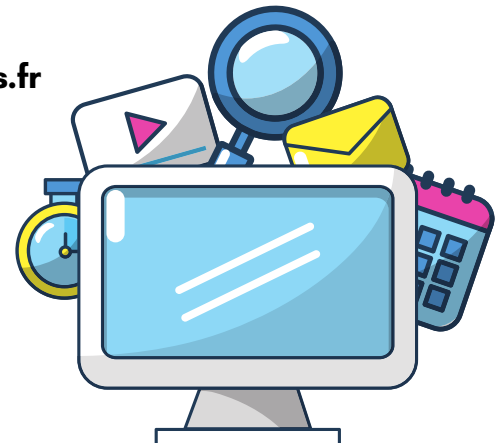
- Numéro : 01 44 93 87 87
- Site web : [phare.org](http://phare.org)
- Soutien spécialisé pour les jeunes confrontés à la violence et au harcèlement.

#### ◦ Association e-Enfance

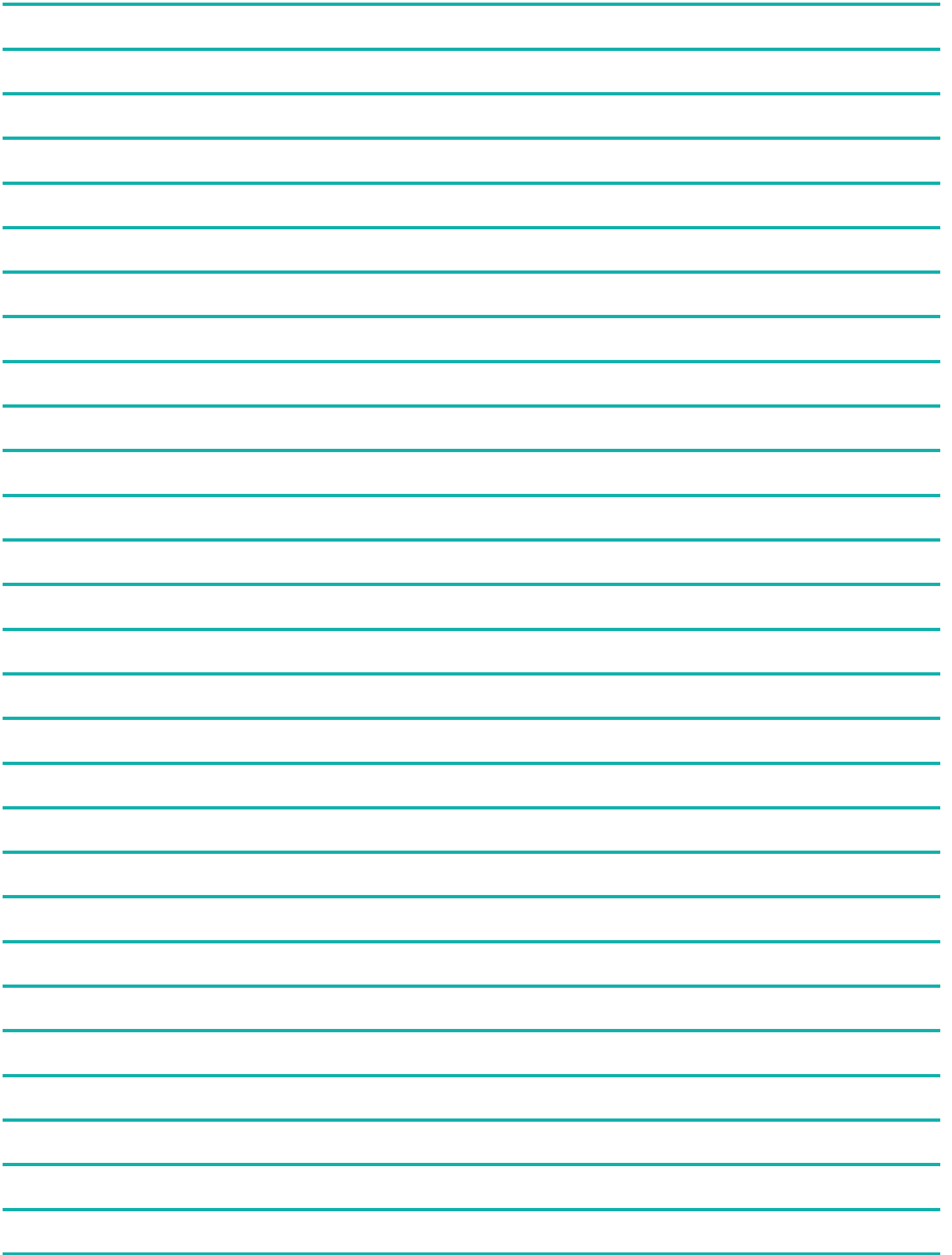
- Site web : [e-enfance.org](http://e-enfance.org)
- Propose des conseils, des informations et un service d'écoute pour les jeunes et les parents concernant les dangers d'internet.

## Structures associatives locales

- Maison Des Parents de l'association AXIS - [www.asso-axis.fr](http://www.asso-axis.fr)
- Ligue Varoise de Prévention
- Maison Des Adolescents - Centre Ville de Toulon







# Contacter la Maison Des Parents



Maison  
Des  
Parents



06.11.11.51.21



mdp.axis



maisondesparents@asso-axis.fr



94 rue Laurent Mongin  
83200 Toulon

## En savoir plus



06.11.11.51.21



association@asso-axis.fr



9 rue Corneille, 83000 Toulon



www.asso-axis.fr



SCAN ME 

