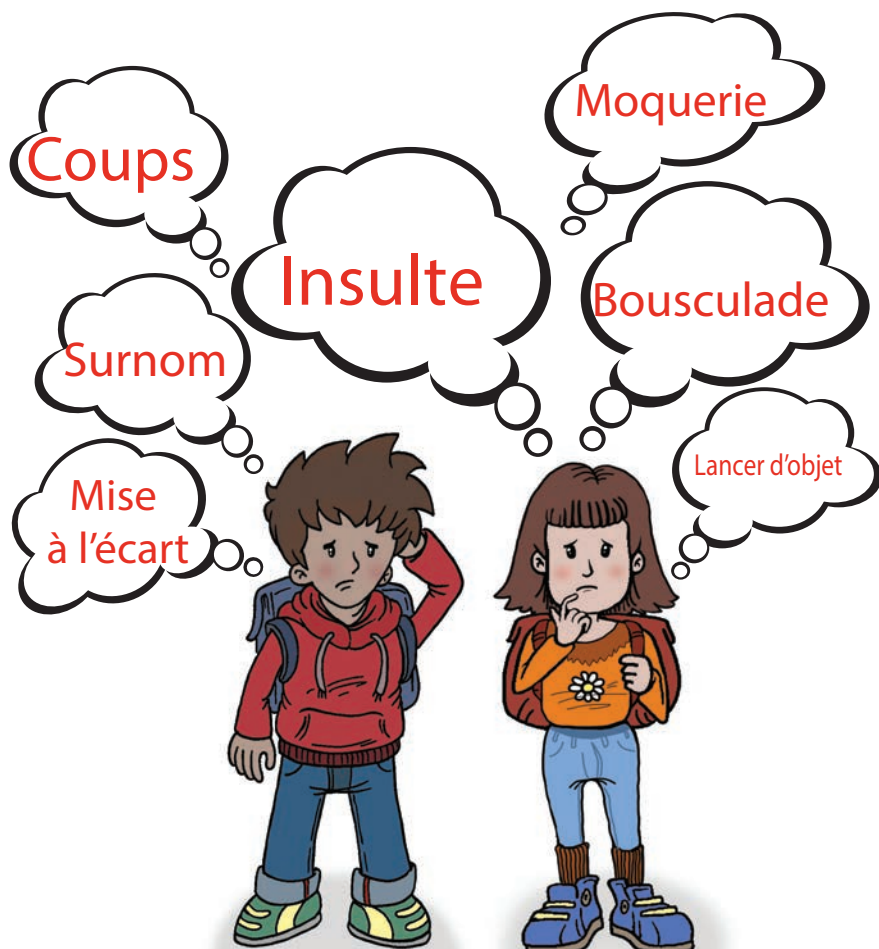


# Le harcèlement

à Carquefou on ose en parler



Des idées pour échanger,  
des clés pour agir.

Harcèlement... un mot qui choque, qui met mal à l'aise ou qui peut paraître en-dehors de notre sphère et pourtant... Il est primordial d'en parler pour mieux le connaître et accompagner nos enfants.

Penser que le harcèlement s'exerce uniquement sur le temps scolaire est un raccourci. Au contraire il faut l'envisager comme « possible » au sens large du terme. Veiller au bien-être de nos enfants c'est être vigilant sur tous les temps de leur vie.

Les adultes peuvent parfois se trouver démunis face à des situations qu'ils ne comprennent pas ou qu'ils ignoraient. Ce livret doit permettre de favoriser le dialogue entre enfants et adultes afin de prévenir des situations sensibles qu'ils pourraient vivre, et d'informer des accompagnements possibles à l'échelle nationale mais aussi sur Carquefou.

Ce guide a été élaboré conjointement par **Valérie Fresneau**, Adjoint à la Famille et à l'Education, **Sébastien Le Gal**, Conseiller délégué à la Jeunesse et les services de la Ville (Direction Famille & Education, Service Jeunesse et Projet Educatif Local), le directeur, le principal et les infirmières des deux collèges de Carquefou, et les associations de parents d'élèves. Son objectif est simple : vous donner des outils, des conseils pour favoriser le dialogue et identifier les aides à solliciter.

Ce guide qualifie clairement l'adulte comme un protecteur dont le rôle est de garantir un épanouissement harmonieux des plus jeunes.

Il s'adresse aux parents, grands-parents mais aussi aux enseignants, aux responsables et encadrants associatifs pour que le harcèlement soit identifié et qu'un accompagnement soit proposé le plus tôt possible.

La sensibilisation de tous à cette question et le dialogue apportent des résultats concluants : aujourd'hui les cas sont plus rapidement identifiés.

Poursuivons nos efforts et disons Non au harcèlement.

**Véronique Dubettier-Grenier**

Maire

Conseillère départementale

## Sommaire

- Qu'est-ce que le harcèlement : p.3
- Quizz 3-6 ans : p.6
- Quizz 7-10 ans : p.8
- Quizz ados : p.10
- Quizz parents : p.12
- 10 conseils contre le harcèlement : p.14

# Qu'est ce que le harcèlement ?

## Les 3 caractéristiques du harcèlement :

- **La violence** : c'est un rapport de force et de domination entre une ou plusieurs personnes et une ou plusieurs victimes.
- **La répétitivité** : il s'agit d'agressions qui se répètent régulièrement durant une longue période.
- **L'isolement de la victime** : la victime est souvent isolée, plus petite, faible physiquement et dans l'incapacité de se défendre.

## Le harcèlement se fonde sur le rejet de la différence et sur la stigmatisation de certaines caractéristiques, telles que :

- L'apparence physique (poids, taille, couleurs de peau ou de cheveux),
- Le sexe, l'identité de genre (garçon jugé trop efféminé, fille jugée trop masculine, sexisme), orientation sexuelle ou supposée,
- Un handicap (physique, psychique ou mental),
- Un trouble de la communication qui affecte la parole (bégaiement, bredouillement),
- L'appartenance à un groupe social ou culturel particulier,
- Des centres d'intérêts différents.

**700 000**

Victimes de harcèlement scolaire

**12 % au primaire**

**10 % au collège**

**4 % au lycée**

Source : UNICEF 2018

# Qu'est ce que



## LE HARCÈLEMENT PHYSIQUE

### Cette forme de violence se traduit par :

- des coups, pincements, tirage de cheveux...
- des bousculades, jets d'objets
- des bagarres organisées par un ou plusieurs harceleurs
- des vols et du racket
- des dégradations de matériel scolaire ou de vêtements
- des enfermements dans une pièce
- des violences à connotation sexuelle : voyeurisme dans les toilettes, déshabillage et baisers forcés, gestes déplacés...
- des « jeux » dangereux effectués sous la contrainte

En primaire, le harcèlement touche **12%** des élèves dont **5%** de manière sévère.

Au lycée, il touche plus de **4%** des 15-18 ans dont **1,4%** de manière sévère.

Source : Ministère de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des Sports - Politique française de lutte contre le harcèlement entre élèves Novembre 2020.

### On distingue deux types de « jeux » dangereux :

Environ

**10%**

des jeunes de 10 à 17 ans ont déjà pratiqué un jeu dangereux.

**36 %**

y ont été exposés.

Source : Sondage YouGov pour l'association SOS Benjamin - 2014.

- Les « jeux » d'évanouissement et d'asphyxie basés sur la compression du sternum ou du cou et l'asphyxie comme le « jeu du foulard », le « rêve indien » ou le « jeu de la tomate », toutes pratiques précédées d'« hyperventilation » qui en potentialisent le danger (les « jeux » d'agression comme le happy slapping, le « jeu des claques joyeuses », filmées par les camarades) ou le jeu de la mort subite (tout porteur de la couleur désignée devient, par exemple, une cible à attaquer). Le « petit pont massacreur », le « jeu de l'anniversaire » ou du « coiffeur », le « catch ».

- Les « jeux » de défi : sur le principe du « t'es pas cap ».

Certains de ces « jeux » sont parfois exercés de plein gré et ne sont pas dûs à une situation de harcèlement. Toutefois, ils résultent régulièrement de la pression du groupe. Leurs conséquences peuvent être dramatiques et parfois même mortelles.

# le harcèlement ?



## LE CYBER HARCÈLEMENT

Avec le développement des nouvelles technologies et des réseaux sociaux, les harceleurs peuvent poursuivre leurs victimes où qu'elles soient.

On parle alors de « cyber-harcèlement ».

Il se pratique via les SMS, sessions de chat, commentaires et vidéos postés sur les réseaux sociaux, les photos prises avec les téléphones portables, etc., et place la victime dans un état d'insécurité permanent. La violence peut l'atteindre partout et tout le temps.

**25%** des collégiens déclarent avoir connu au moins une atteinte via les nouvelles technologies.

Pour **7%**, cela peut s'apparenter à du cyberharcèlement.

Source : Ministère de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des Sports - Politique française de lutte contre le harcèlement entre élèves Novembre 2020.

### Exemples de cyber-harcèlement :

- moqueries en ligne
- propagation de rumeurs par téléphone mobile ou internet
- sur un réseau social, création d'une page ou d'un profil à l'encontre d'une personne
- envoi de photographies sexuellement explicites ou humiliantes
- publication d'une vidéo de la victime en mauvaise posture
- envoi de messages injurieux ou menaçants par SMS ou courrier électronique

En France, 87 % des jeunes entre 9 et 16 ans utilisent internet. 80 % des 15-16 ans ont un profil Facebook. Sur les réseaux sociaux, les adolescents font l'expérience de la gestion publique de l'amitié et de leur image virtuelle. Cet apprentissage peut parfois être difficile et conduire à des pratiques de harcèlement.

## LE HARCÈLEMENT MORAL

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

Il existe trois types de harcèlement moral :

- le harcèlement verbal (insultes répétées...)
- le harcèlement émotionnel (humiliation, chantage, ostracisme...)
- le harcèlement sexuel (provocations sexuelles verbales, gestes déplacés)

### Cela peut être :

- l'utilisation de surnoms dévalorisants
- des moqueries, insultes, menaces
- des humiliations, chantages
- des propagations de fausses rumeurs
- des pratiques de discrimination, d'exclusion et de mise à l'écart.

# Quiz 3-6 ans

**Par quelques questions simples, vérifiez ce que vit votre enfant dans son quotidien :**

- Est-ce que quelqu'un t'a fait pleurer aujourd'hui ?
- Est-ce que quelqu'un t'a demandé d'amener des objets de la maison ?
- Est-ce que quelqu'un t'a fait peur aujourd'hui ?
- Les autres t'appellent-ils toujours par ton prénom ou par un surnom ?

**Il est important de discerner les actes occasionnels des actes répétitifs.**







# Quiz 7-10 ans

## Une fille se fait appeler “grosse vache” depuis 3 mois.

- Ça fait rigoler, je crois.
- C'est pas très sympa pour elle, mais c'est pas vraiment du harcèlement.
- Ça me fait pas rire, c'est insultant et ça peut lui faire du mal.

## Le racket :

- C'est leur problème.
- Se taire c'est laisser faire ! Il faut en parler.
- Ça arrive, mais je ne sais pas quoi faire.

## Les “jeux” de bagarre :

- C'est dangereux mais ce n'est pas « grave », c'est juste un jeu, c'est marrant.
- Ce n'est pas un jeu ! C'est bien plus risqué que l'on imagine on peut garder des séquelles.

## Des gestes déplacés envers un(e) camarade :

- Ça arrive de temps en temps, mais ce n'est qu'un geste sans importance.
- Ça arrive trop souvent, j'aimerais que ça cesse.
- C'est quoi exactement un geste déplacé ?

## Tu reçois des photos embarrassantes d'un enfant que tu connais.

- C'est marrant, je les transfère aux copains.
- Je les efface et préviens l'intéressé(e).
- Ça peut vraiment lui faire du mal, j'alerte un adulte.



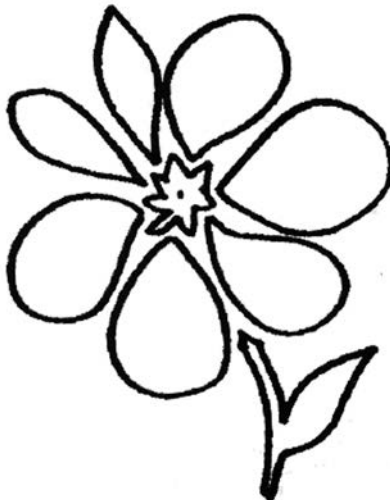


**Cette scène se reproduit plusieurs fois devant toi, tu penses :**

- Ils ont dû le faire tomber : c'est dangereux.
- C'est plus facile de rigoler que de l'aider à se relever.
- Il est tombé, ça fait rire tout le monde, c'est normal.

**Le harcèlement est un sujet grave, mais je peux agir en parlant.**

Construis avec tes parents la fleur des personnes qui peuvent t'aider.  
Remplis chaque pétale du nom ou métier de ces personnes.



# Quizz Ados

## **On te propose de venir en groupe pour embêter un(e) autre jeune que tu ne connais pas.**

- J'y vais, après tout je ne le connais pas et il l'a sûrement mérité ...
- Je n'ai pas envie d'y aller mais j'y vais quand même, je n'ose pas refuser.
- Je refuse d'y aller et je cherche un moyen pour alerter.
- J'essaie de convaincre le groupe de ne pas le faire.

## **Ça fait quoi de se faire insulter ?**

- Juste des mots, on s'en fiche ...
- Ce n'est pas agréable mais ça fait moins mal qu'un coup de poing.
- C'est vexant, blessant, ça laisse des marques dans la tête comme un coup de poing sur la figure.

## **Tu reçois des photos compromettantes**

- C'est marrant, je transfère aux copains.
- Je les efface et préviens l'intéressé(e).
- Ça peut vraiment lui faire du mal, j'alerte un adulte.

## **Je suis témoin de violences verbales ou physiques, à quel moment le dire ?**

- Quand ce n'est pas grave et sans conséquence.
- Quand ce n'est pas très grave mais c'est tout le temps.
- Quand c'est grave et urgent.
- Quand ça met quelqu'un mal à l'aise.
- Quand ça met quelqu'un en danger (il risque d'être blessé).



## Le harcèlement est un sujet grave, prends-en conscience.

Pour certains, c'est seulement pour rigoler. Pour d'autres, c'est dur à oublier.

Tu n'es pas forcément interpellé par certains événements qui se déroulent autour de toi. Pourtant ils peuvent s'avérer violents. Ce qui ne te touche pas toi, peut blesser quelqu'un d'autre. Chacun a une sensibilité différente, on peut involontairement faire du mal autour de soi. S'en rendre compte c'est déjà lutter contre le harcèlement.

Le harcèlement, les violences quotidiennes répétées sont à tort banalisés et considérés comme anodins.

C'est une erreur de penser qu'ils sont sans conséquence parce qu'ils ont toujours existé. Chez un jeune les conséquences psychologiques peuvent être : anxiété, dépression et même conduites suicidaires.

Certains de tes actes peuvent porter atteinte à quelqu'un de ton entourage, même si tu le considères comme un(e) ami(e), il ou elle peut interpréter certains gestes ou paroles comme une vraie agression.

# Quiz Parents

## **Un enfant subit régulièrement des violences.**

- Ce n'est pas grave. A notre époque aussi, cela se pratiquait.
- C'est dangereux. Il risque de garder des séquelles psychologiques.
- C'est interdit par la loi. J'en parle avec les autorités (Gendarmerie, équipe éducative...).

## **Contrôlez-vous ce que fait votre enfant sur internet ?**

- Oui, je fais attention aux sites qu'il / qu'elle visite et j'ai accès à ses réseaux sociaux (Facebook, instagram, snapchat...).
- Internet, c'est son monde, moi je n'y connais rien !
- Le harcèlement peut aussi être "virtuel", il faut s'en protéger par une meilleure connaissance et utilisation des nouveaux moyens de communication.

## **Vous avez noté un changement brutal de comportement de votre enfant (isolement, refus d'aller à son activité, chute des notes...).**

- Je pense qu'il a des soucis mais ne sais pas comment lui en parler.
- Je le sens triste et soucieux. C'est peut-être à cause d'un problème avec d'autres camarades.
- C'est normal, c'est un ado !

## **Pensez-vous connaître suffisamment les relations de votre enfant ?**

- Je contrôle surtout celles que j'estime être mauvaises pour le préserver d'un harcèlement potentiel.
- Il ne veut pas que je me mêle de sa vie, comment pouvoir vérifier sans le traquer ?
- Ce sont nous, ses parents, qui le protégeons, que pourrait-il bien lui arriver ?

### **Dans la vie de votre enfant, le racket est peut-être présent.**

- J'en parle parfois avec lui / elle. Je sais à qui m'adresser en cas de difficultés.
- Ça ne lui est jamais arrivé.
- Je sais que ça existe mais pas dans les lieux que fréquente mon enfant.

**Le harcèlement est un sujet grave, prenez-en conscience.**

### ***Votre enfant se construit. Le harcèlement le détruit.***

Vous n'avez peut-être pas conscience que certains actes peuvent être perçus comme des actes violents et laisser des traces à vie.

Le harcèlement, les violences quotidiennes répétées sont à tort banalisés et considérés comme anodins.

C'est une erreur de penser qu'ils sont sans conséquence parce qu'ils ont toujours existé.

Chez un jeune les conséquences psychologiques peuvent être : anxiété, dépression et même conduites suicidaires.

### **Les conséquences du harcèlement.**

Le harcèlement peut avoir des conséquences importantes sur le développement psychologique et social de l'enfant ainsi que de l'adolescent :

- Décrochage scolaire voire déscolarisation,
- Désocialisation,
- Anxiété,
- Dépression,
- Perte de confiance en soi et sentiment de honte,
- Somatisation (maux de tête, de ventre, maladies),
- Et dans les cas extrêmes : conduites suicidaires.

### **En savoir plus sur le harcèlement ?**

Les petites disputes, bagarres et petites moqueries font partie du quotidien de votre enfant. On ne parle pas ici de harcèlement. En revanche, quand il y a une volonté de nuire, quand les agressions s'inscrivent dans la durée, il y a bien harcèlement.

Le harcèlement peut prendre différentes formes de violences verbales, psychologiques et physiques (par agression ou par jeux, gestes ou paroles sexistes ou déplacés) et plus récemment le harcèlement virtuel qui implique les nouvelles technologies : internet et smartphones.

# Si tu es victime

## 1 Se confier

**N'aie pas honte ou peur des représailles !** Ose te confier à un adulte du collège mais aussi à tes parents, à ton grand frère ou ta grande sœur. Ne laisse jamais la situation s'installer dans le temps.

## 2 Se protéger

**Pour éviter tout problème sur Internet,** ne donne jamais de détails sur ta vie privée et réfléchis avant de diffuser des photos. Ne donne jamais tes mots de passe, ce sont des informations très personnelles.

## 3 Signaler un abus

**Sur Facebook,** tu peux signaler un contenu abusif et « **bloquer** » les amis qui n'en sont pas. Les comptes des agresseurs peuvent eux aussi être bloqués.

## 4 Téléphoner

Si tu es victime de harcèlement à l'École, tu peux appeler **le numéro gratuit « Stop Harcèlement » 3020**

## 5 Porter plainte

**Dans les cas les plus graves,** il est possible de porter plainte contre l'auteur du harcèlement. C'est à tes parents, qui sont tes représentants légaux, d'effectuer cette démarche.

**Source : agir contre le harcèlement à l'école .gouv.fr**

1  
cons  
cont  
harcèl



# Si tu es témoin

## 6 Soutenir

Bien souvent, **les élèves victimes de harcèlement** sont mis à l'écart de la classe. Ne participe pas à cet isolement forcé et n'hésite pas à aller leur parler.

## 7 Ne pas rire

S'il cesse d'avoir une « **majorité silencieuse** », ou pire, un public hilare face à lui, l'agresseur arrêtera sans doute ses brimades. Les témoins ont un grand rôle à jouer contre le harcèlement à l'école.

## 8 En parler

**Adresse-toi à un délégué de classe ou à un adulte** du collège si tu es témoin d'un cas de harcèlement. S'il existe des médiateurs, ils peuvent aider à dénouer la situation.

## 9 Ne pas participer

Si tu reçois un message ou une photo humiliante « à faire tourner », supprime le message plutôt que de le transférer à tes amis. **Tu pourras ainsi briser la chaîne du harcèlement.**

## 10 Convaincre

**Si le harceleur fait partie de ton groupe d'amis**, essaie de le raisonner et de comprendre pourquoi il agit ainsi. Vouloir faire du mal aux autres est aussi un signe de mal-être.

0  
seils  
re le  
ement

# INFOS UTILES

## LOCALES

### Point information santé :

Espace d'accueil, de ressources et d'orientation.

**LA JOUANDIERE**

02 28 22 20 43

Rue de la Vendée, Carquefou

## NATIONALES

**STOP HARCELEMENT**

3020

[www.nonauharcelement.education.gouv.fr](http://www.nonauharcelement.education.gouv.fr)

**NET ECOUTE**

0 800 200 000

[www.netecoute.fr/](http://www.netecoute.fr/)

## Remerciements

Ce projet est soutenu et a été réalisé par la Ville de Carquefou, les collèges, les écoles et l'ensemble des associations de parents d'élèves de la Ville.

**Ce guide est à destination de toutes les personnes qui participent à l'éducation des enfants : parents, grands-parents, enseignants, éducateurs sportifs, animateurs...**