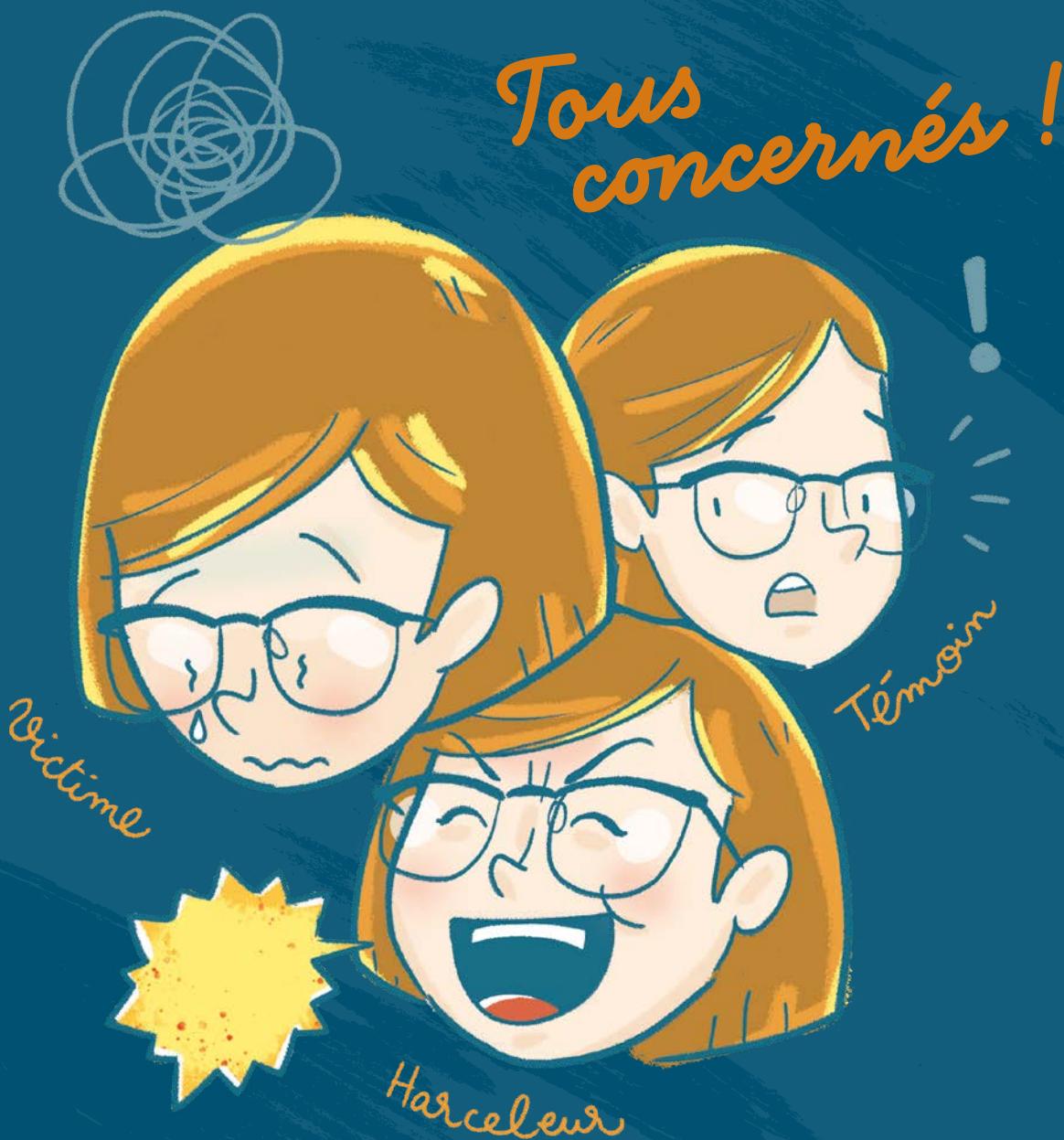


HARCÈLEMENT SCOLAIRE



Le harcèlement n'est malheureusement pas un phénomène nouveau. Certains jeunes ont subi des moqueries, des insultes, des menaces, ils ont été en proie à la rumeur, au racket, ou à d'autres formes de violence scolaire. Ceux-ci pris isolément peuvent parfois nous paraître avoir un impact limité. Cependant, lorsqu'on les considère dans leur globalité, on en perçoit mieux le caractère destructeur, préjudiciable pour la santé mentale et physique de nos élèves.

Avec l'apparition de nouvelles technologies, leur potentiel viral est venu complexifier la donne. Non seulement, le harcèlement a pris de nouvelles formes, mais il s'est aussi intensifié, de sorte que la victime peut ne plus connaître de répit.

C'est pour répondre à ces faits que le ministère de l'éducation nationale a mis en place un programme ambitieux de lutte contre le harcèlement, nommé pHARe.

En lien étroit avec ce dispositif, nous avons travaillé avec le CD31 afin de renforcer son efficacité. En s'appuyant sur des associations, sur des services civiques formés, l'opportunité est donnée d'accompagner nos élèves au plus près de leurs besoins.

Cette dynamique est unique en France et montre ô combien cette question du harcèlement scolaire est l'affaire de tous. C'est donc ensemble, en mêlant nos forces, que nous souhaitons agir !

Direction des Services Départementaux
de l'Éducation Nationale de la Haute-Garonne

Pour lutter contre le fléau du harcèlement et du cyberharcèlement, le Conseil départemental se mobilise aux côtés de l'éducation nationale pour accompagner au plus près les élèves, qu'ils soient victimes ou auteurs, et leur famille.

Ce guide pratique d'orientation distribué aux 68 000 collégien-ne-s haut-garonnais-e-s a été réalisé avec l'ensemble de nos partenaires, professionnels de la prévention, de l'éducation, du soin, de la justice.

Vous pourrez y trouver, que vous soyez élève ou parent, toutes les informations utiles vous permettant à la fois d'évaluer concrètement la situation, mais aussi de savoir précisément à qui vous adresser pour bénéficier d'un accompagnement sur mesure.

Face à une situation de harcèlement, ne restez pas seul-e et ne laissez pas seul-e un-e élève. Nous sommes toutes et tous concerné-e-s. C'est ensemble que nous pouvons et devons agir pour instaurer un climat serein et apaisé dans les collèges de la Haute-Garonne.

Sébastien Vincini

Président du Conseil départemental
de la Haute-Garonne



Sommaire

1 COMPRENDRE LE HARCÈLEMENT SCOLAIRE POUR MIEUX LE COMBATTRE	
A Le harcèlement scolaire, c'est quoi ?	4
B Pourquoi moi, lui ou elle ?	5
C Le harcèlomètre, un bon outil pour apprendre à repérer les comportements violents et malsains	7
D Et le cyberharcèlement, qu'est-ce que c'est ?	8
2 ET SI ON PARLAIT DU RESPECT DES BONNES PRATIQUES NUMÉRIQUES POUR ÉVITER LE CYBERHARCÈLEMENT	
Quelques conseils pour protéger mon image, mon droit à la vie privée et mon droit à l'intimité	11
3 BRISER LE SILENCE	
A Tes places dans le système du harcèlement	12
B Les conséquences du harcèlement et du cyberharcèlement	18
C Qui peut m'aider autour de moi pour que ça s'arrête ?	20
4 PRENDRE SOIN DE MOI	
A Le médecin généraliste peut être là pour t'aider	22
B Tu peux aussi faire appel à d'autres professionnel·les	22
C Les loisirs et prendre du temps pour se faire plaisir	23
5 LES RESSOURCES À TA DISPOSITION	24
6 LE COIN DES PARENTS	
A Pourquoi dois-je intervenir si mon enfant est victime de harcèlement ?	28
B Préjugés à éviter	29
C Accompagner mon enfant	30
7 ANNEXES	
A Ce que prévoit la loi...	34
B Protocole pHARe	35

On en parle
pour agir !

Parce que tu as le droit à une scolarité sans harcèlement, protégée de toute forme de violence, dans un climat d'apprentissage serein.

Parce que tu peux être concerné·e à tout moment par du harcèlement scolaire, en tant que victime, témoin, harceleur ou harceleuse, et parfois à plusieurs de ces places.

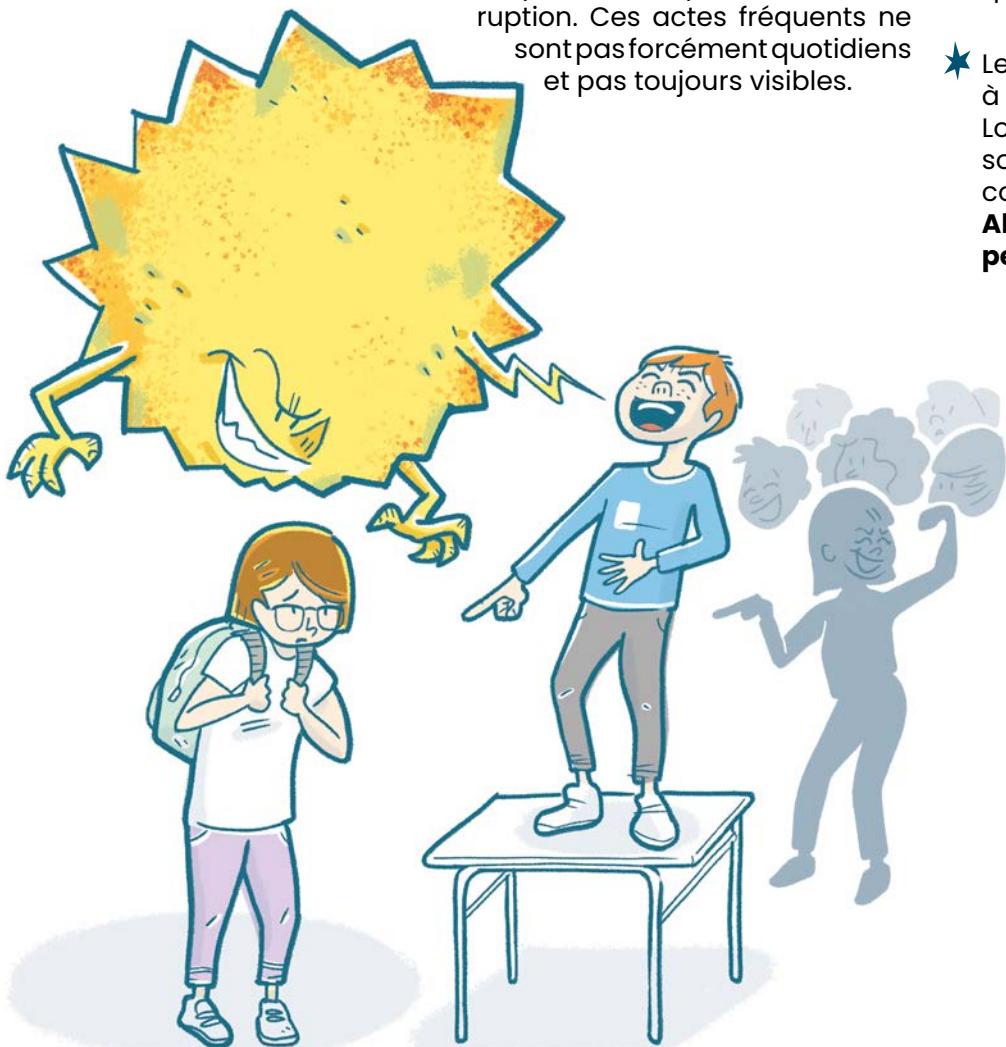
Il est important que tu comprennes ce qu'est le harcèlement et ses conséquences, que tu saches qui peut t'aider et surtout que tu agisses pour que cela s'arrête.

1 Comprendre LE HARCÈLEMENT SCOLAIRE POUR MIEUX LE COMBATTRE

A

Le harcèlement scolaire, c'est quoi ?

- ★ Le harcèlement scolaire, c'est des paroles ou des actes agressifs répétés d'un·e ou plusieurs élèves, à l'intérieur ou à l'extérieur de l'établissement et sur internet.
- ★ Cette situation dure et se répète avec parfois des périodes d'interruption. Ces actes fréquents ne sont pas forcément quotidiens et pas toujours visibles.
- ★ C'est une relation dans laquelle les harceleur·euse·s ne se rendent souvent pas compte des conséquences négatives pour la victime.
- ★ La victime est souvent incapable de se défendre tout en espérant que cela s'arrête.
- ★ Les témoins sont souvent mal à l'aise face à cette situation. Lorsqu'ils identifient que cela fait souffrir l'autre, ils peuvent agir contre le harcèlement scolaire !
Alors si tu deviens témoin, cette personne c'est toi !

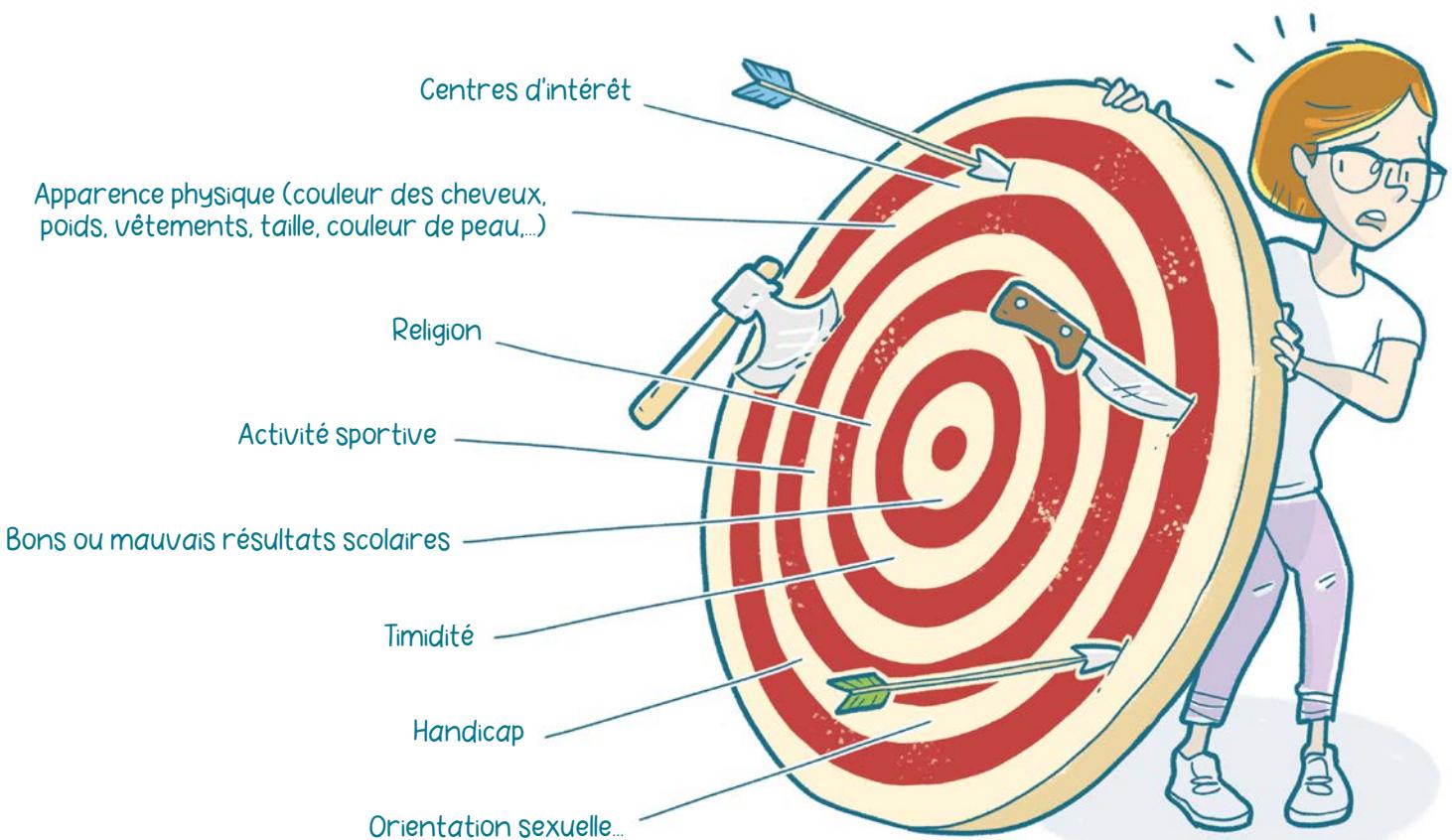


Sais-tu
qu'en France,
près d'1 élève sur 10
est victime de
harcèlement scolaire ?

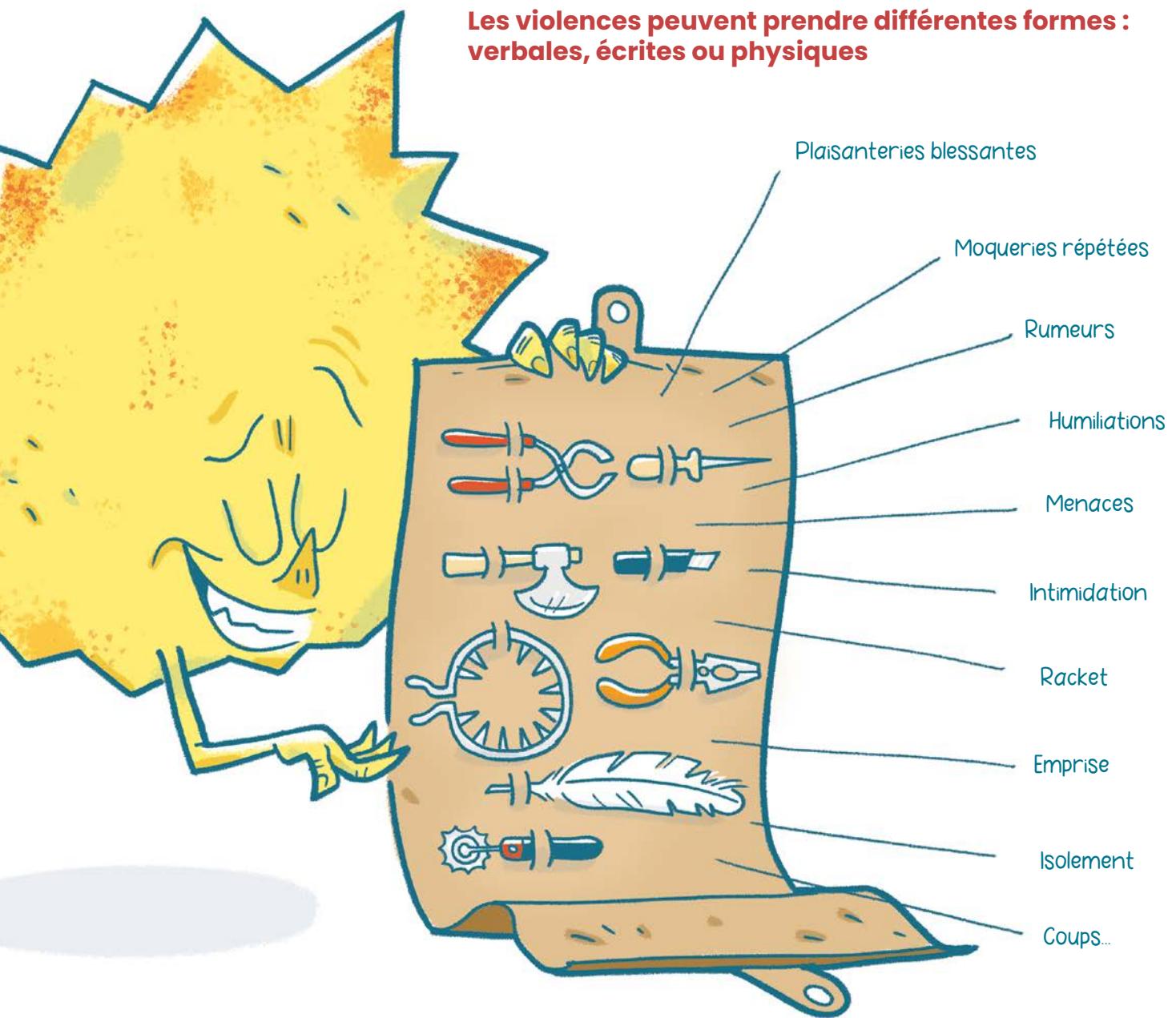


B Pourquoi moi, lui ou elle ?

Tout ce qui fait de toi une personne unique peut être utilisé par un harceleur ou une harceleuse pour te faire du mal :



Les violences peuvent prendre différentes formes : verbales, écrites ou physiques



Dans tous les cas, ce qui compte c'est :

★ Ce que ressent la victime, qui varie d'une personne à une autre, en fonction de son histoire et ce qu'elle arrive à en dire.

★ Quand on est harcelé·e, on peut finir par croire les propos dévalorisants tenus à son encontre et perdre toute estime et confiance en soi.

C Le harcèlomètre, un bon outil pour apprendre à repérer les comportements violents et malsains

Cette personne :

- > Respecte mes goûts, mes besoins, mes choix
- > Me permet d'être à l'aise quand je suis avec elle ou avec lui
- > Se réjouit pour moi quand je vais bien et me soutient quand j'en ai besoin



Ce comportement est positif

Vous vous respectez mutuellement. Même s'il vous arrive de vous disputer, tu n'as pas peur

- > Me critique et me juge régulièrement
- > M'exclut, me met volontairement à l'écart
- > Se moque de moi, me donne des surnoms méchants
- > Lance des rumeurs sur moi
- > Publie des choses qui me rabaiscent ou qui me font honte sur les réseaux sociaux
- > M'humilie en public, m'insulte
- > Me bouscule violemment, me frappe, m'agresse physiquement
- > Me fait des sales coups
- > Me force à faire des choses dont je n'ai pas envie, me fait du chantage, me menace
- > Me vole, me rackette et/ou détériore mes affaires



Zone de DANGER !

Ces comportements sont inacceptables.

Ce qui se passe n'est pas normal et tu n'as pas à le supporter.
Ce n'est pas non plus de ta faute.

Si au moins l'un de ces comportements se répète, tu es victime de harcèlement.

Ne reste pas seul·e !

Cela pourrait avoir de graves répercussions sur ta santé et ta scolarité.

D

Et le cyberharcèlement, qu'est-ce que c'est ?

Il te poursuit chez toi via les réseaux sociaux, les blogs, les jeux vidéo multijoueurs et démultiplient le nombre de témoins, de complices, voire de harceleur·euse·s.

Il est souvent le prolongement du harcèlement qui se passe en face à face à l'école ou au collège. Il est souvent anonyme.

Sais-tu que
le cyberharcèlement
touche 1 enfant sur 3
dans le monde ?



On ne peut
rien faire contre
le cyberharcèlement

→ **Non**

On peut agir
contre le cyberharcèlement
qui est une circonstance aggravante
du harcèlement !





Pourquoi c'est grave :

- ★ On peut se montrer plus violent-e quand on n'est pas en face de celui ou celle qu'on harcèle.
- ★ Ce n'est pas parce qu'on met un émoticône qui signifie « c'est pour rire » qu'un message violent devient drôle.
- ★ Liker un message agressif amplifie la violence subie et me rend complice.

2

Et si on parlait

DU RESPECT DES BONNES PRATIQUES NUMÉRIQUES POUR ÉVITER LE CYBERHARCÈLEMENT



L'inscription sur les réseaux sociaux (Snapchat, Instagram, Tiktok, Whatsapp...) **n'est pas autorisée avant l'âge de 13 ans.**



Ne like/partage jamais une publication qui dévalorise un ou une camarade !
Apporte-lui ton soutien en lui en parlant.



Signale systématiquement les contenus choquants !

Les principales plateformes sociales sont équipées d'outils de modération. Pratique pour bloquer des trolls, demander la suppression d'un message inapproprié ou signaler les abus dont tu peux être victime ou témoin.



Ci-contre, quelques conseils pour protéger ton image, ton droit à la vie privée et ton droit à l'intimité.

10 conseils de la CNIL pour rester Net sur le Web

1 Réfléchir avant de publier

Sur internet, tout le monde peut voir ce que tu publies : photos, vidéos, opinions, etc.



2 Respecter les autres

Tu es responsable de ce que tu publies sur les réseaux sociaux... Ne fais pas aux autres ce que tu ne voudrais pas que l'on te fasse.



3 Ne pas tout dire

Donner le minimum d'informations sur soi en ligne, c'est se protéger ! Mieux vaut ne pas communiquer tes opinions, ta religion ou ton numéro de téléphone...



4 Sécuriser ses comptes

En paramétrant tes profils sur les réseaux sociaux, tu restes maître des informations que tu souhaites partager.



5 Crée plusieurs adresses mail

Tu peux par exemple utiliser une adresse pour les jeux vidéos, une pour tes amis et une autre boîte e-mail pour les réseaux sociaux.



6 Faire attention à tes photos et tes vidéos

Envoyer, publier une photo ou une vidéo gênante de soi ou des autres, c'est risquer une diffusion incontrôlable.



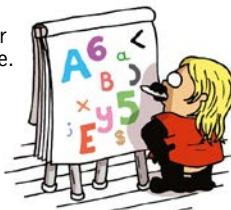
7 Utiliser un pseudonyme

Seules les personnes à qui tu l'auras communiqué sauront qu'il s'agit de toi et suivront tes aventures sur le net.



8 Protéger ses mots de passe

Il faut qu'il soit difficile à deviner et différent pour chaque service. Évite d'utiliser ton surnom ou bien ta date de naissance par exemple. Et surtout, garde-le pour toi !



9 Nettoyer ses historiques

Pour éviter d'être tracé, il est conseillé d'effacer régulièrement tes historiques de navigation et d'utiliser la navigation privée si tu utilises un ordinateur ou un smartphone qui n'est pas le tien.



10 Surveiller sa réputation en ligne

Taper ton nom dans un moteur de recherche te permet de savoir ce qui est dit sur toi sur internet et quelles informations circulent.



Partage ces conseils avec tes amis et ta famille pour qu'ils protègent eux aussi leur vie privée !

CNIL
COMMISSION NATIONALE
INFORMATIQUE & LIBERTÉS

Retrouvez d'autres conseils sur www.cnil.fr

EFIs / www.efis.fr / 90150027 - Illustrateur : Martin Viallong - juin 2020

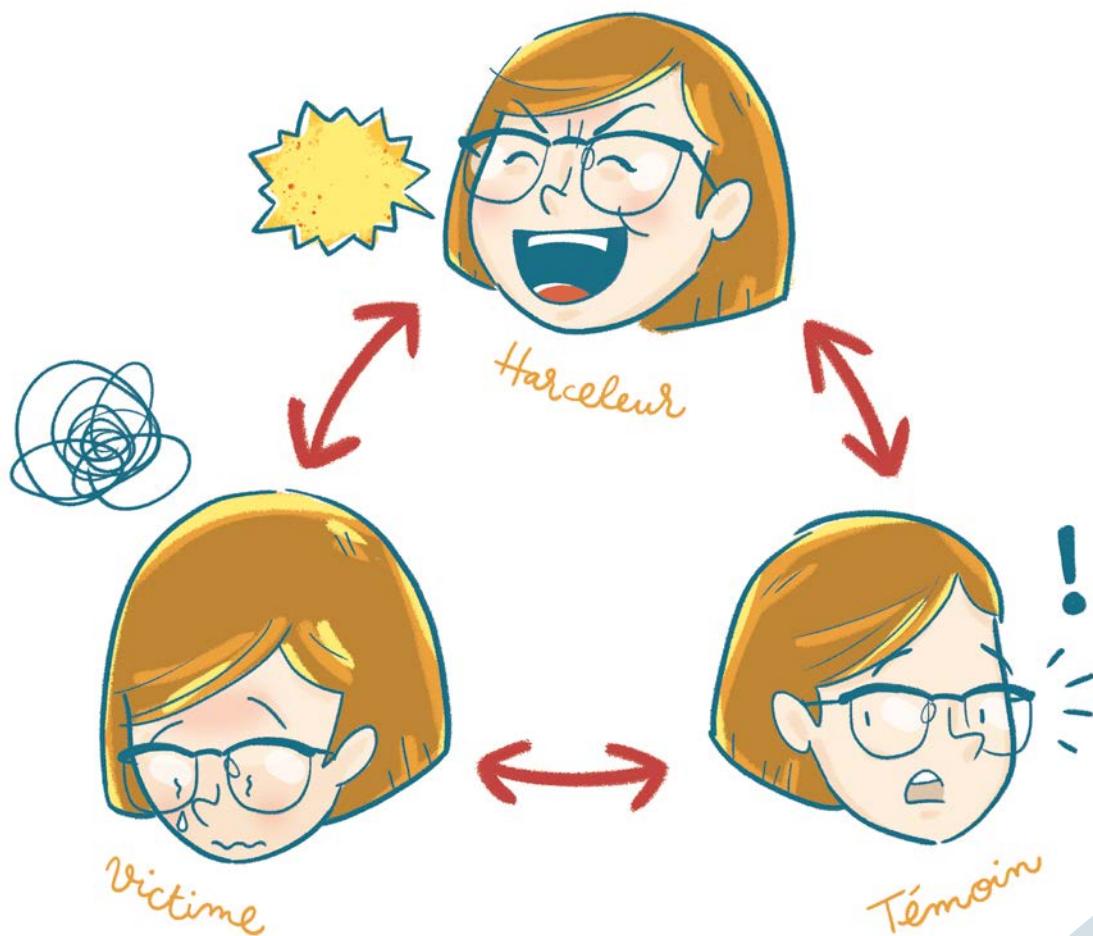
3 Briser LE SILENCE

Sais-tu qu'à l'école élémentaire, les élèves harcelé·e·s mettent en moyenne 4 à 6 mois avant d'en parler à leur entourage et entre 2 et 4 ans au collège ?

Il est important que tu brises le silence, sans attendre, que tu sois victime ou témoin, pour stopper toute situation de harcèlement ou de cyberharcèlement. Ce n'est jamais la faute de la victime. Pas de honte à avoir !

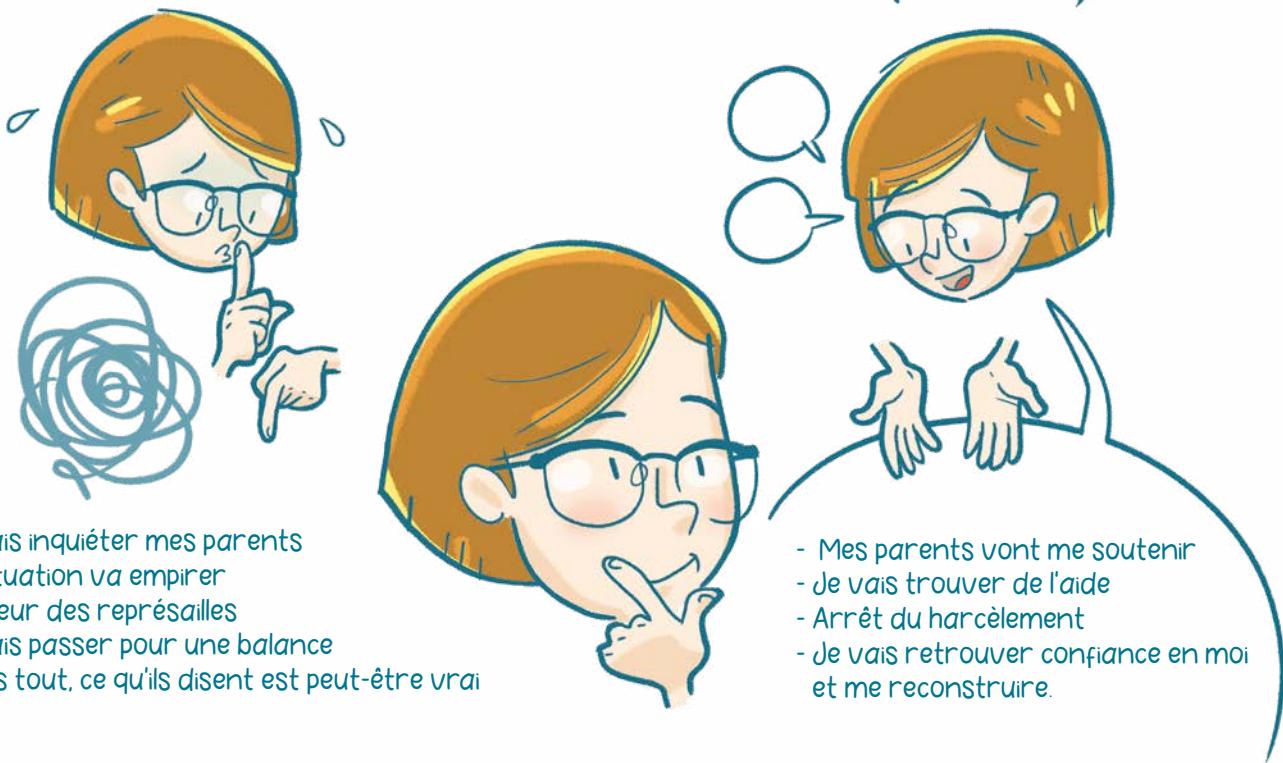
Plus le harcèlement dure, plus les conséquences s'aggravent. En plus, parler peut permettre au harceleur ou à la harceleuse de prendre conscience de la gravité de ses actes et de ses conséquences.

A Tes places dans le système du harcèlement



1 Tu es harcelé·e

Ce qu'il t'arrive n'est pas tolérable et doit s'arrêter : ose parler et dire non.
Oser en parler est une première étape indispensable pour mettre fin au harcèlement. Essaie de te libérer de la peur des représailles pour pouvoir en parler.



Petit conseil

Si tu y arrives, essaie de lister toutes les paroles et les actes répétés que tu subis et dont tu te rappelles (dates, gestes, mots prononcés, coups, nom des témoins...). Ça pourra t'aider pour en parler à un adulte.

2 Tu es harceleur ou harceleuse



Quand on harcèle,
on est forcément
méchant et sadique

→ Non

Qu'est-ce qui te pousse à jouer ce rôle ? Pour te sentir plus fort·e, pour dépasser un sentiment ou une crainte de faiblesse, masquer une image de soi fragile, tu as choisi de t'imposer par la force ou une certaine forme de vantardise, pour devenir populaire, être remarqué·e.



Si tu as un doute, sache que tu es harceleur ou harceleuse même si tu n'es pas à l'origine des actes de harcèlement.

Tu peux le devenir :

- ★ Pour te sentir fort·e dans un groupe.
- ★ De peur d'être exclu·e du groupe.
- ★ De peur que les harceleurs, harceleuses s'en prennent aussi à toi.
- ★ Parce que tu es la cible de harcèlement et que tu cherches à détourner l'attention sur quelqu'un d'autre.
- ★ Car tu n'as pas mesuré la souffrance que tu peux générer.



Tu peux sortir de ce rôle du harceleur ou de la harceleuse :

- ★ En te mettant à la place de la victime.
- ★ En essayant de comprendre ses émotions.
- ★ En parlant avec tes parents, un·e ami·e, un·e adulte en qui tu as confiance.
- ★ En présentant tes excuses à la victime, lui disant que tu as compris que tu lui as fait vivre quelque chose de difficile et d'anormal et que tu le regrettas.

Qu'est-ce que tu peux gagner si tu en parles :

Tu pourras te sentir valorisé·e autrement que par tes actes agressifs, humiliants et répétés.

Tu apprendras de tes erreurs, en sortiras grandi·e.

Le climat scolaire va s'améliorer pour tout le monde.

3 Tu es témoin



Tu peux sortir du rôle de spectateur ou de spectatrice en devenant celui ou celle qui va défendre la victime :

- ★ En n'encourageant pas par un sourire ou un like.
- ★ En t'interposant ou en manifestant publiquement ton désaccord.
- ★ En parlant à un·e adulte.

En tant que témoin, tu peux :

- ★ Être actif ou active en encourageant le harceleur ou la harceuse par tes paroles ou tes actes.
- ★ Être passif ou passive en te taisant.
- ★ Défendre et soutenir la victime.

>> Le rôle du témoin est donc essentiel.





Pourquoi devrais-tu intervenir s'il y a des adultes qui sont témoins et qu'ils n'agissent pas ?

- ★ À l'école, un·e adulte peut être présent·e sans forcément tout voir et tout entendre.
- ★ Un·e adulte peut n'assister qu'à des évènements isolés qui ne lui permettent pas de comprendre tout de suite la situation de harcèlement et de répétition et y voir plutôt des tensions entre élèves.

Sais-tu que
dans 85 % des cas,
le harcèlement a lieu
devant quatre témoins
en moyenne ?

Que faire pour que les adultes interviennent ?

Tu peux en parler à plusieurs adultes autour de toi comme par exemple à un·e surveillant·e, à un·e animateur ou animatrice, ton ou ta CPE, aux professeur·e·s...

Les adultes sont garant·e·s de la sécurité des élèves dans l'établissement. Plusieurs d'entre eux·elles sont formé·e·s pour t'accompagner et faire cesser toute situation de harcèlement.

B

Les conséquences du harcèlement et du cyberharcèlement

Les situations de harcèlement ou de cyberharcèlement ont des conséquences graves pour toutes et tous.

1 Des résultats scolaires en baisse et des problèmes de santé



Le harcèlement abîme la santé physique et mentale de celles et ceux qui le subissent.

Plus le harcèlement dure et le silence s'installe, plus le risque est grand d'avoir des problèmes de santé importants et qui dureront.

Quand on est victime de harcèlement, on peut avoir beaucoup de difficultés à se concentrer parce qu'on se sent mal et qu'on n'a plus du tout confiance en soi. Parfois, les notes baissent.

Quand on est témoin de harcèlement, on peut être anxieux ou anxieuse et avoir du mal à se concentrer parce qu'on se sent honteux ou honteuse et coupable de ne rien dire ou de ne pas avoir dit les choses à temps à des adultes...

2 Les conséquences sur tes relations avec les élèves

Si tu es victime, ta relation avec les autres élèves peut devenir difficile car tu n'oses plus aller vers les autres et tu auras du mal à faire confiance.

Si tu es harceleur ou harceleuse, tu crois gagner en popularité en harcelant un·e autre élève mais tu risques de perdre tes copains, être exclu·e de ton collège et d'avoir des ennuis avec la justice.

3 Harcèlement : quelles sanctions ?

Tout élève a droit à une scolarité sans harcèlement.

★ Les mesures au sein de l'établissement

Tout acte de harcèlement est puni ou sanctionné en fonction de la gravité des faits. L'équipe éducative peut organiser un conseil de discipline. La sanction peut aller jusqu'à l'exclusion temporaire ou définitive de l'établissement.



★ En dehors de l'établissement scolaire

Le harcèlement scolaire est un délit pénal puni par la loi, même pour les mineur·es, avec des mesures et des sanctions prévues. Un juge peut décider d'une amende ou de peines d'emprisonnement.

Pour en savoir plus, regarde l'annexe page 34.



Sais-tu que les procédures pénale (tribunal) et disciplinaire (établissement scolaire) peuvent se cumuler et sont indépendantes ?



Qui peut m'aider autour de moi pour que ça s'arrête ?

Il est important et urgent que tu brises le silence, que tu sois harcelé·e ou témoin de harcèlement scolaire voire même complice sans crainte des représailles.

Choisis la ou les personnes en qui tu as le plus confiance pour être aidé·e car sans elles, cela ne va pas s'arrêter et risque même de s'aggraver.

Si tu es déçu·e de la réaction de la première personne à qui tu as parlé, ne te décourage pas et choisis en une autre.

1 Mes parents

Tes parents sont là pour t'écouter, te conseiller et te protéger. Tu peux leur en parler sans craindre leur réaction ou de les inquiéter, de les décevoir. Parler demande du courage et ils seront là à tes côtés pour dépasser cette période difficile que tu ne devrais pas avoir à subir.

2 Mes ami·e·s

Les ami·e·s de l'école, de ton quartier, de tes activités sont là pour t'aider, te soutenir. Tu peux leur en parler pour te sentir moins isolé·e.

S'ils ne comprennent pas ce que tu ressens, ils reviendront peut-être vers toi plus tard en se rendant compte que ce n'est pas normal ce que tu vis.

3 Des adultes de l'établissement scolaire

Le personnel de ton établissement scolaire a été sensibilisé à la lutte contre le harcèlement scolaire grâce au programme pHARe.

Pour en savoir plus, regarde l'annexe page 35.

pHARe est un programme de lutte contre le harcèlement qui vise dans chaque école, collège et lycée publics à prévenir et repérer toute situation d'intimidation et de harcèlement afin de protéger chaque élève. C'est une démarche qui engage l'ensemble de la communauté éducative.

Dans certains établissements, il y aussi parmi les élèves des ambassadeurs "non au harcèlement".

Ce programme combine plusieurs actions et dispositifs pour prévenir et intervenir sur toutes ces situations, mais aussi pour améliorer le climat scolaire et le bien-être de toutes et tous à l'École.

4 Les numéros nationaux d'écoute et de signalement

Victime, ou témoin, tu peux appeler gratuitement des professionnel·le·s qui sont là pour t'aider :

Pour plus d'infos et de ressources, regarde page 24.



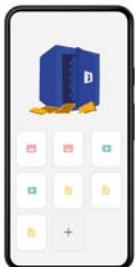
7j/7 de 9h à 23h

Le 3018, propose aussi une application efficace pour demander le retrait de contenus sur internet.

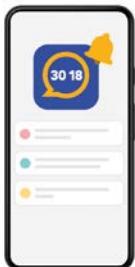
Demande de l'aide aux professionnels du 3018



Garde une trace de ton harcèlement dans ton coffre-fort sécurisé



Reste informé par des notifications



7j/7 non stop



7j/7 non stop

5 Des professionnel·le·s du droit des enfants et des jeunes

En Haute-Garonne, des associations et des institutions peuvent te renseigner sur tes droits et te conseiller. Il y a par exemple la Maison des Droits des Enfants et des Jeunes, la Maison de protection des Familles, le défenseur

des droits, l'Enfant Bleu, l'Association des Avocats des Jeunes de Toulouse, les maisons de la justice et du droit... Tu peux les solliciter seul·e ou avec tes parents.

Pour en savoir plus, regarde page 26.

6 La justice

Si tu es mineur·e et victime de harcèlement, tu peux porter plainte seul·e mais nous te conseillons d'y aller avec tes parents. Tu peux te rendre au commissariat ou à la gendarmerie les plus proches de chez toi.

Si demander à la justice d'intervenir pour faire reconnaître le harcèlement est possible en déposant plainte, il importe pour une victime que son agresseur reconnaîsse ses actes et présente ses excuses.

Dès le début du harcèlement, tu peux rassembler les preuves, notamment par le biais de captures d'écran (par exemple capture d'écran des SMS ou messages reçus, du journal d'appel, des captures d'écran des réseaux sociaux ou encore un enregistrement vocal...).

Si tu ne connais pas l'identité du harceleur ou de la harceleuse, tu peux porter plainte contre X.

4 Prendre soin DE MOI

La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.

Il est important que tu prennes soin de toi le plus possible durant la période de harcèlement et aussi quand il prend fin.



A

Le médecin généraliste peut être là pour t'aider

Le médecin est la personne qui examine ton corps, qui discute avec toi pour savoir comment tu vas et qui te soigne quand tu es malade ou quand tu ne vas pas bien. Il peut te donner des conseils.

Si cela est nécessaire, il peut t'orienter vers un médecin spécialiste ou un·e autre professionnel·le comme un psychologue.

Être en bonne santé est un droit de l'enfant, donc tu peux compter sur ton médecin pour te soutenir.

B

Tu peux aussi faire appel à d'autres professionnel·le·s

Au sein de l'établissement scolaire, l'infirmier·ière, le ou la médecin scolaire, l'assistant·e social·e, le ou la psychologue scolaire sont là pour toi.

En dehors de l'établissement scolaire, tu peux te rendre à la Maison Départementale des Adolescents, l'Enfant bleu,

l'Espace Écoute Jeunes de l'École des Parents et des Éducateurs, les Points Accueil Écoute Jeunes (PAEJ)...
Tu trouveras plus d'informations page 27.

**B***Les loisirs
et prendre du temps
pour se faire plaisir*

En pratiquant des activités (loisirs, sport, sorties culturelles) seul·e ou en famille, tu pourrais faire de nouvelles rencontres, te changer les idées et reprendre confiance en toi.

5 *Les ressources* À TA DISPOSITION

Il est important que tes parents et toi y voyiez clair sur les portes qui peuvent être ouvertes pour t'écouter, vous conseiller, vous soutenir.

Les numéros et application nationaux d'écoute et de signalement (gratuits et anonymes) :



7 jours/7 de 9h à 23h
Ou en téléchargeant l'appli mobile

Écoute, conseil, assistance et orientation sur les situations de harcèlement, cyberharcèlement et de cyberviolence



Accessible
24H/24 et 7J/7

Permanence téléphonique, gratuite et anonyme pour toute situation de violence, de maltraitance sur enfant



Accessible
24H/24 et 7J/7

Prise en charge des personnes ayant des idées suicidaires et de leur entourage

• PARCOURS en situation de HARCELEMENT •

1 PRENDRE CONSCIENCE



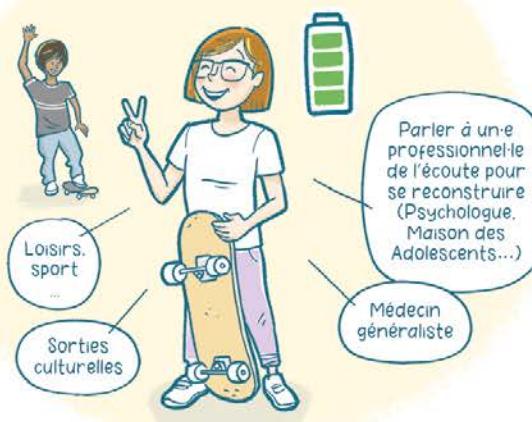
2 BRISER le SILENCE



3 FAIRE STOPPER le HARCELEMENT



4 PRENDRE SOIN DE SOI



Les associations et institutions haut-garonnaises proposant des conseils juridiques

Avocats des Jeunes Toulouse (AJT) 	<p>Permanences sans rendez-vous les 1^{er} et 4^e mercredi du mois de 14h à 17h</p> <p>13 rue des fleurs 31000 TOULOUSE Assoajt31@gmail.com www.asso-ajt.fr</p>	<p>Association ayant pour but de permettre aux jeunes l'accès au droit, de promouvoir et de mettre en œuvre tous les moyens appropriés pour favoriser l'assistance juridique, la représentation et la défense des mineur·e·s.</p>
Maison de protection des familles 	<p>Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 18h</p> <p>05 62 20 23 20 Brigade Numérique disponible 7j/7 et 24h/24, joignable par tchat sur : www.gendarmerie.interieur.gouv.fr/contact/discuter-avec-un-gendarme</p>	<p>Unité de gendarmerie pour des conseils aux enfants, parents et professionnel·le·s pour l'ouverture éventuelle d'une enquête. Intervention sur l'ensemble du département (sauf communes de St Gaudens, Tournefeuille, Blagnac et Toulouse pour lesquelles le commissariat de police de secteur sera compétent).</p>
Le défenseur des droits 	<p>Du lundi au vendredi de 8h30 à 19h30</p> <p>09 69 39 00 00 www.defenseurdesdroits.fr</p>	<p>Les délégué·e·s du Défenseur des droits peuvent être saisi·e·s directement et gratuitement par des enfants et des jeunes. Ils ou elles ont un rôle d'écoute, d'information, d'orientation et peuvent résoudre les litiges par la voie de la médiation. Entretiens gratuits sur rendez-vous dans différents lieux de permanences indiqués sur le site.</p>
L'Enfant Bleu 	<p>Du lundi au vendredi de 09h30 à 12h30 et de 14h à 17h</p> <p>05 61 53 21 10 www.lenfantbleutoulouse.fr</p>	<p>Information, conseil sur les différentes procédures judiciaires et/ou administratives. Assistance et accompagnement juridique adaptés à chaque situation.</p>
Maison des droits des enfants et des jeunes (MDEJ) 	<p>Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h</p> <p>05 61 53 22 63 accueil@mdej.org www.droitsetenfants.org</p>	<p>Des rendez-vous gratuits pour que les jeunes connaissent leurs droits, comprennent les démarches juridiques qui les concernent, sachent à qui s'adresser, qu'ils soient victime, auteur ou autrice. Les parents peuvent également y poser leurs questions, être soutenus et accompagnés.</p>
Conseil départemental de l'accès au droit 	<p>05 61 33 70 90 contact@cdad31.fr www.cdad-hautegaronne.justice.fr</p>	<p>Information, conseils juridiques gratuits et consultations juridiques gratuites d'avocats sur tout le territoire haut-garonnais. Pour connaître la maison de justice et de droit ou la permanence la plus près de chez vous, contacter le Conseil départemental de l'accès au droit (coordonnées ci-contre).</p>

Les associations, psychologues libéraux et institutions pour prendre soin de ta santé

Maison Départementale des Adolescents (MDA)



Sur rdv les lundis, mardis,
vendredis de 13h à 17h,
Sans rdv le mercredi de 13h à 18h

16 rue Riquet
31000 TOULOUSE
05 34 46 37 64
maisondesadolescents31@cd31.fr
www.haute-garonne.fr/service-la-maison-departementale-des-adolescents-mdm

Lieu d'écoute, d'information, d'orientation et d'accompagnement de courte durée pour les jeunes de 11 à 21 ans et leur famille.

Accueil individuel et actions collectives.

École des Parents et des Éducateurs



Du lundi au vendredi
de 9h à 19h

18 avenue des Mazades
31200 TOULOUSE
05 62 26 78 79
www.epe31.fr

Espace Écoute Jeunes accueille, écoute, informe et soutient les jeunes de 12 à 26 ans et apporte une aide psychologique (gratuit, confidentiel et anonyme).

L'Enfant Bleu



Du lundi au vendredi
de 09h30 à 12h30 et de 14h à 17h

05 61 53 21 10
www.lenfantbleutoulouse.fr

Accompagnement psychologique de mineur·e·s victimes.

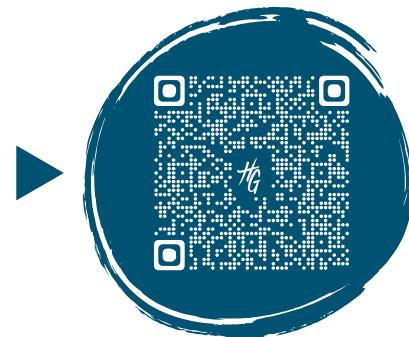
Psychologues libéraux·es aux



Annuaire des psychologues du dispositif « Mon psy » :
www.monsoutienpsy.sante.gouv.fr/annuaire

Environ 1300 psychologues assurent du soutien psychologique en Haute-Garonne tout près de chez toi.
Plus de 400 d'entre eux participent au dispositif "mon psy" qui te permet d'avoir 12 séances d'accompagnement psychologique par an prises en charge.

RETRouve
TOUTES LES
RESSOURCES ICI



6 Le coin DES PARENTS

Tes parents
peuvent t'aider,
cette partie
leur est réservée.

>> Avant de lire
ces pages, n'hésitez pas
à prendre connaissance
de la première partie
de ce livret qui est dédiée
à votre enfant mais
qui vous apprendra
peut-être beaucoup

de choses
sur le phénomène
du harcèlement scolaire
contre lequel il est
important de lutter
ensemble, car nous
sommes toutes
et tous concerné·e·s.

A

Pourquoi dois-je intervenir si mon enfant est victime de harcèlement ?

Vous êtes les premiers protecteurs et protégées de votre enfant. S'il ou elle est concerné·e par du harcèlement, que ce soit en tant que victime, témoin, harceleur ou harceleuse, il ou elle a besoin de vous.

Le harcèlement scolaire, qui est un délit dans le code pénal, peut entraîner des conséquences néfastes et durables sur les enfants. En plus de subir les effets physiques du harcèlement, les enfants peuvent souffrir de problèmes de santé mentale ou de problèmes émotionnels avec une dégradation de l'estime de soi, tels que la dépression ou l'anxiété, susceptibles de conduire à un mal-être et à une baisse des résultats scolaires. Votre enfant pourrait aussi en garder des traces à l'âge adulte.

Votre enfant a le droit de bénéficier d'un milieu scolaire sûr et protecteur qui respecte sa dignité. La Convention internationale des droits de l'enfant précise que tous les enfants ont droit à une éducation et à une protection contre toute forme de violence, d'abus ou de maltraitances physiques ou mentales. Le harcèlement ne fait pas exception.

Dans le cas du cyberharcèlement, les hébergeurs et les fournisseurs d'accès peuvent voir leur responsabilité engagée s'ils ont eu connaissance des messages publiés et qu'ils n'ont pas agi rapidement pour retirer ces messages dès qu'ils en ont eu connaissance.

N'oubliez pas
que l'inscription sur les
réseaux sociaux (Snapchat,
Instagram, Facebook...)
n'est pas autorisée avant
l'âge de 13 ans !

B Préjugés à éviter



Le harcèlement a toujours existé et on va bien

→ Non

Le harcèlement a toujours existé et a toujours été grave, avec des conséquences importantes sur le développement de l'enfant et parfois des séquelles dans sa vie d'adulte. Les réseaux sociaux ont amplifié le phénomène et ses traumatismes.



Le propre de l'enfant est d'être cruel avec les autres

→ Non

C'est aux adultes de faire prendre conscience à l'enfant des limites nécessaires à poser pour ne pas se mettre en danger et respecter les autres.



Ce sont des jeux d'enfants, cela ne concerne que les enfants

→ Non

Il est important de toujours rester attentif à la parole de l'enfant qui est en souffrance et d'agir.



Ce n'est pas grave, cela forge le caractère

→ Non

Un traumatisme reste empêchant toute sa vie s'il n'est pas traité. Plus le harcèlement dure, plus les dégâts seront importants.



Laisse tomber, ça va passer

→ Non

Une situation de harcèlement ne s'arrête que très rarement sans intervention.



C'est de ta faute si tu es harcelé

→ Non

La victime n'est pas responsable de ce qui lui arrive ! Lui renvoyer la responsabilité est une manière pour l'adulte de se dégager de toute intervention de la situation, par peur peut-être de ne pas savoir la résoudre.

C

Accompagner mon enfant

1

Savoir identifier les signes de harcèlement

Les signes visibles du harcèlement sont souvent difficiles à identifier et votre enfant peut avoir du mal à mettre des mots sur ce qu'il vit et ressent.

Soyez attentifs à tout changement de comportement de votre enfant ; c'est un indice, et le début d'une conversation à engager le plus simplement possible, sans la ou le brusquer.



2 Liste des manifestations et troubles possiblement liés à une situation de harcèlement

Cette liste est donnée à titre indicatif : il n'y a pas besoin que l'enfant ait tous les signes pour s'alerter et ces signes ne sont bien sûr pas exclusivement rattachés à une situation de harcèlement.

Que ce soit en lien avec du harcèlement scolaire ou une autre problématique, ces signes doivent vous alerter :

- La démotivation qui peut aller de la chute des résultats scolaires jusqu'au décrochage scolaire et parfois à des phobies scolaires
- Des difficultés à se concentrer
- La perte de confiance en soi
- Une très mauvaise estime de soi
- De l'irritabilité, des changements d'humeur, agressivité
- La désocialisation, le repli sur soi (refus de sortir ou de pratiquer des loisirs)
- Une volonté de se rendre invisible
- La tristesse, pouvant aller jusqu'à la dépression

- Des troubles du sommeil
- Des angoisses
- Des troubles de l'alimentation
- L'automutilation
- L'usage de drogues
- Des idées noires ou suicidaires

Ces signaux peuvent s'expliquer par l'anxiété provoquée par la situation de harcèlement et par le fait de ne pas pouvoir se défendre seul·e. L'enfant est aussi confronté·e aux sentiments d'incompréhension, d'impuissance, de honte.

Aucune personne confrontée à du harcèlement ne peut s'en sortir sans en parler et sans être aidée.

Il est aussi important de vous occuper de votre enfant, qu'il soit victime, harceleur/harceleuse ou témoin.

3 Dans tous les cas : les bons réflexes si votre enfant est harceleur/harceleuse, victime ou témoin

★ Ne pas céder à la panique, à la colère

Votre enfant a besoin de mots apaisants et rassurants et pas d'escalade de la violence. Il est fortement déconseillé de contacter directement les parents de l'enfant harceleur. Il est du rôle de l'institution scolaire de protéger les enfants. En plus, l'expérience montre que cette tentation de régler la situation soi-même ne fait pas cesser le harcèlement et peut même l'aggraver.

★ Écouter votre enfant

Prenez le temps d'écouter votre enfant, de comprendre ce qu'il se passe et de l'amener à vous expliquer ce qu'il vit : à la fois les faits et ses émotions. Sans banaliser ni dramatiser, en reformulant si besoin pour s'assurer qu'on a bien compris. Il est important de lui assurer que vous êtes là pour la ou le protéger et que vous allez vous adresser au responsable de l'établissement.

★ Agir immédiatement

Après avoir échangé avec votre enfant qui vous parle de faits répétés, il est toujours mieux de signaler une situation naissante plutôt que de risquer de la laisser se dégrader. Il y a un vrai risque à ne pas réagir : on se dit que ce n'est pas grave et que ça va passer,

mais le harcèlement coûte chaque année en France la vie à 25 à 30 élèves, l'équivalent d'une classe.

Comme le conseille Samuel Complez, psychologue de l'enfant et de l'adolescent et spécialiste sur le harcèlement, le mieux, c'est de demander un rendez-vous au chef d'établissement par écrit. D'une part, cela formalise la demande. D'autre part, cela montre que la situation est importante, qu'elle demande d'être prise au sérieux par l'institution scolaire et qu'elle doit être prise en compte le plus rapidement possible. Il est préférable d'envoyer un courrier recommandé pour avoir l'assurance que l'institution l'a reçue. En parallèle, il est conseillé d'informer par téléphone le ou la principale de cette sollicitation écrite. Toute situation de harcèlement est une situation d'urgence. Le rendez-vous doit être donné dans les 8 ou 15 jours.

On peut rappeler qu'il est de la responsabilité de l'établissement scolaire de résoudre une situation de harcèlement entre deux élèves, même si elle a lieu en dehors de l'établissement ou sur internet.



★ **Aider votre enfant à se protéger du cyberharcèlement**

En premier lieu, il est important de ne pas répondre sur les réseaux sociaux lorsqu'on est victime de cyberharcèlement car ce qui est recherché, c'est justement d'avoir un impact sur la victime.

Supprimer des objets connectés n'est pas la solution non plus. Il vaut mieux accompagner votre enfant dans sa pratique numérique. Faites attention à toutes les photos / commentaires / publications postés par vous-même, la famille ou les amis sur les réseaux sociaux. Tous ces éléments peuvent être récupérés et retournés contre votre enfant. Ensuite, il est conseillé de signaler la situation au réseau social en question. Si c'est compliqué ou que le réseau social ne réagit pas, vous pouvez appeler le 3018 (numéro national et application contre le cyberharcèlement) qui peut faire des remontées de signalement très rapides aux différentes plateformes. En général, en quelques minutes ou heures, ils font supprimer des contenus voire des comptes dans les situations les plus graves.

★ **Faire valoir vos droits**

Le harcèlement est un délit pénal. Une partie de ce guide explique ce que risque un enfant harceleur. Vous pouvez en prendre connaissance et vous faire conseiller par les associations, institutions... En annexe, vous trouverez le détail de ce que prévoit la loi.

★ **Faire le point avec votre médecin traitant**

Le médecin traitant est le coordonnateur du parcours de soin de votre enfant et il est le mieux placé pour vous conseiller sur la santé de votre enfant et l'orienter s'il a besoin de soins particuliers. N'hésitez pas à vous reporter aux tableaux des ressources en page 27.

★ **Nourrir la confiance en soi de votre enfant...**

... en gardant confiance en votre enfant, en lui donnant des responsabilités ; en l'encourageant y compris lorsqu'il échoue, en valorisant ses réussites, en soutenant ses liens sociaux et en connaissant ses copains et ses copines ; en créant des moments d'intimité, de complicité.

4 Mon enfant est harceleur ou harceleuse

La plupart du temps, en tant que parents, nous avons du mal à imaginer que notre enfant puisse être responsable d'un tel acte. Passé le choc de l'annonce, vous pensez immédiatement à l'idée d'une faille éducative. Où ai-je commis une erreur ? Qu'ai-je fait de mal pour que mon enfant puisse en arriver là ?

Déculpabilisez-vous, l'éducation est très rarement la cause de ce comportement. C'est parfois un mal-être intérieur, un manque de confiance en soi qui poussent les enfants à harceler des camarades. Par conséquent, il va falloir mettre des mots sur ses actes, poser un cadre et les accompagner.

Ayez une conversation calme et constructive avec votre enfant. Vous êtes au courant de ce qu'il ou elle a fait, vous voulez comprendre les raisons pour lesquelles il ou elle a agi de la sorte. N'hésitez pas à parler de la responsabilité de ses actes et la gravité de la situation et à vous faire aider par une personne extérieure.

5 Mon enfant est témoin ou pourrait l'être

Il est important que vous encouragez vos enfants à devenir des témoins moins défenseurs et à signaler immédiatement les gestes et paroles intimidants, violents, irrespectueux.

- Valable pour les enfants et les adultes, pour être bien avec soi-même :**
- ★ Pratiquer des activités (loisirs, sport)
 - ★ Être dans différents groupes de copains copines
 - ★ S'accorder des temps de repos
 - ★ Pratiquer des coupures numériques
 - ★ Faire du bénévolat, s'engager pour une cause
 - ★ Se créer des moments de plaisirs, de détente, de relaxation

6 Conclusion

Le Conseil départemental de la Haute-Garonne s'engage pour la prévention et la lutte contre le harcèlement scolaire à vos côtés et remercie chaleureusement l'ensemble des partenaires qui ont contribué à l'écriture de ce guide et pour leurs actions au quotidien.

Pour en savoir plus, n'hésitez pas à utiliser ce QRcode pour avoir d'autres informations et découvrir des vidéos, des livres...

+ D'INFOS ICI



7 Annexes

A

Ce que prévoit la loi...

Sur les notions de harcèlement scolaire et de cyberharcèlement :

L'article L111-6 du code de l'éducation

prévoit qu' "Aucun élève ou étudiant ne doit subir de faits de harcèlement résultant de propos ou comportements, commis au sein de l'établissement d'enseignement ou en marge de la vie scolaire [...] et ayant pour objet ou pour effet de porter atteinte à sa dignité, d'altérer sa santé physique ou mentale ou de dégrader ses conditions d'apprentissage. Ces faits peuvent être constitutifs du délit de harcèlement scolaire prévu à l'article 222-33-2-3 du code pénal."

Article 222-33-2-3 du code pénal :

« Constituent un harcèlement scolaire :

- les faits de harcèlement moral lorsqu'ils sont commis à l'encontre d'un élève par toute personne étudiant ou exerçant une activité professionnelle au sein du même établissement d'enseignement.
- les faits de cyber harcèlement.
- même si les faits se poursuivent « alors que l'auteur ou la victime n'étudie plus ou n'exerce plus au sein de l'établissement »

Article 222-33-2-2 du code pénal relatif au harcèlement moral.

Le fait de harceler une personne par des propos ou comportements répétés ayant pour objet ou pour effet une dégradation de ses conditions de vie se traduisant par une altération de sa santé physique ou mentale est puni d'un an d'emprisonnement et de 15 000 euros d'amende lorsque ces faits ont causé une incapacité totale de travail inférieure ou égale à huit jours ou n'ont entraîné aucune incapacité de travail.

L'infraction est également constituée :

- a) Lorsque ces propos ou comportements sont imposés à une même victime par plusieurs personnes, de manière concertée ou à l'instigation de l'une d'elles, alors même que chacune de ces personnes n'a pas agi de façon répétée ; [...]
- b) Lorsque ces propos ou comportements sont imposés à une même victime, successivement, par plusieurs personnes qui, même en l'absence de concertation, savent que ces propos ou comportements caractérisent une répétition ». [...]

Il n'y pas de définition normative du cyberharcèlement mais l'article 222-33-2-2 indique que le harcèlement est caractérisé dès lors qu'il "a été commis par l'utilisation d'un service de communication au public en ligne ou par le biais d'un support numérique ou électronique".

Sur les recours judiciaires ouverts aux familles :

Un·e enfant mineur·e peut déposer plainte seul·e. En revanche, il ou elle devra toujours être représenté·e par ses parents ou représentants légaux dans le cadre d'une constitution de partie civile, ou pour solliciter une éventuelle indemnisation qui résulterait des préjudices subis dans le cadre d'une procédure civile.

Une famille qui estimerait avoir subi un préjudice, du fait de la désorganisation du service public de l'éducation, ou du fait de la négligence ou du défaut de surveillance imputable à une professionnelle de l'établissement scolaire, peut engager la responsabilité de l'Etat et solliciter réparation des préjudices subis. L'Etat se substitue systématiquement aux membres de l'enseignement public mis en cause devant le juge.

La victime, ses parents ou ses ayants droits ne pourront intenter une action qu'à l'encontre de l'Etat devant le juge administratif.

Sur les peines et mesures encourues à la fois pour les mineur·e·s et les adultes de l'établissement :

Peines maximales encourues par les auteurs ou autrices majeur·e·s au moment des faits :

- Si l'incapacité totale de travail (ITT) est inférieure ou égale à 8 jours, la peine encourue est de 3 ans d'emprisonnement et de : 45 000 euros d'amende.
- Si l'ITT est supérieure à 8 jours, la peine encourue est de 5 ans d'emprisonnement et de : 75 000 euros d'amende.
- En cas de suicide ou de tentative de suicide par la victime, la peine peut être portée jusqu'à 10 ans d'emprisonnement et 150 000 euros d'amende.

Mineur·e·s de moins de 13 ans :

Ils·elles sont présumé·es ne pas être capables de discernement « Aucune peine ne peut être prononcée à l'encontre d'un mineur de moins de treize ans ». Dès lors, si un mineur de moins de treize ans est reconnu coupable de harcèlement scolaire, seules des mesures éducatives pourront être prononcées à son encontre.

Mineur·e·s de plus de 13 ans :

Ils·elles sont considérés comme étant capables de discernement et risquent, pour les cas les plus graves, une peine privative de liberté et/ou une amende.

D'autres peines peuvent être mentionnées :

Dans certaines circonstances, lorsque l'infraction est commise dans le cadre de la scolarité, le mineur peut se voir obligé de suivre un stage civique comportant un volet spécifique de sensibilisation aux risques liés au harcèlement scolaire.

B Protocole pHARE

Définissons le harcèlement en milieu scolaire

Le harcèlement n'est pas...

- ★ Un conflit ou un désaccord entre deux personnes qui ne partagent pas le même point de vue sur le même pied d'égalité.

★ Un événement isolé de bagarre ou insultes : les deux personnes impliquées peuvent vivre de la tristesse ou de la colère. Mais pas de la détresse.

★ Une dispute qui peut être réglée en communiquant.

On parle de harcèlement scolaire « uniquement » lorsque nous rencontrons ces facteurs :

4

LA RÉPÉTITIVITÉ

Les agressions sont fréquentes et répétées dans le temps.

1

LA VIOLENCE

Verbale, physique ou psychologique.

2

GÉNÈRE DE LA DÉTRESSE

Cause des dommages
Le jeune est en détresse.

3

INÉGALITÉ DES RAPPORTS

Un groupe de personne avec souvent un leader Incapacité de s'en sortir seul.

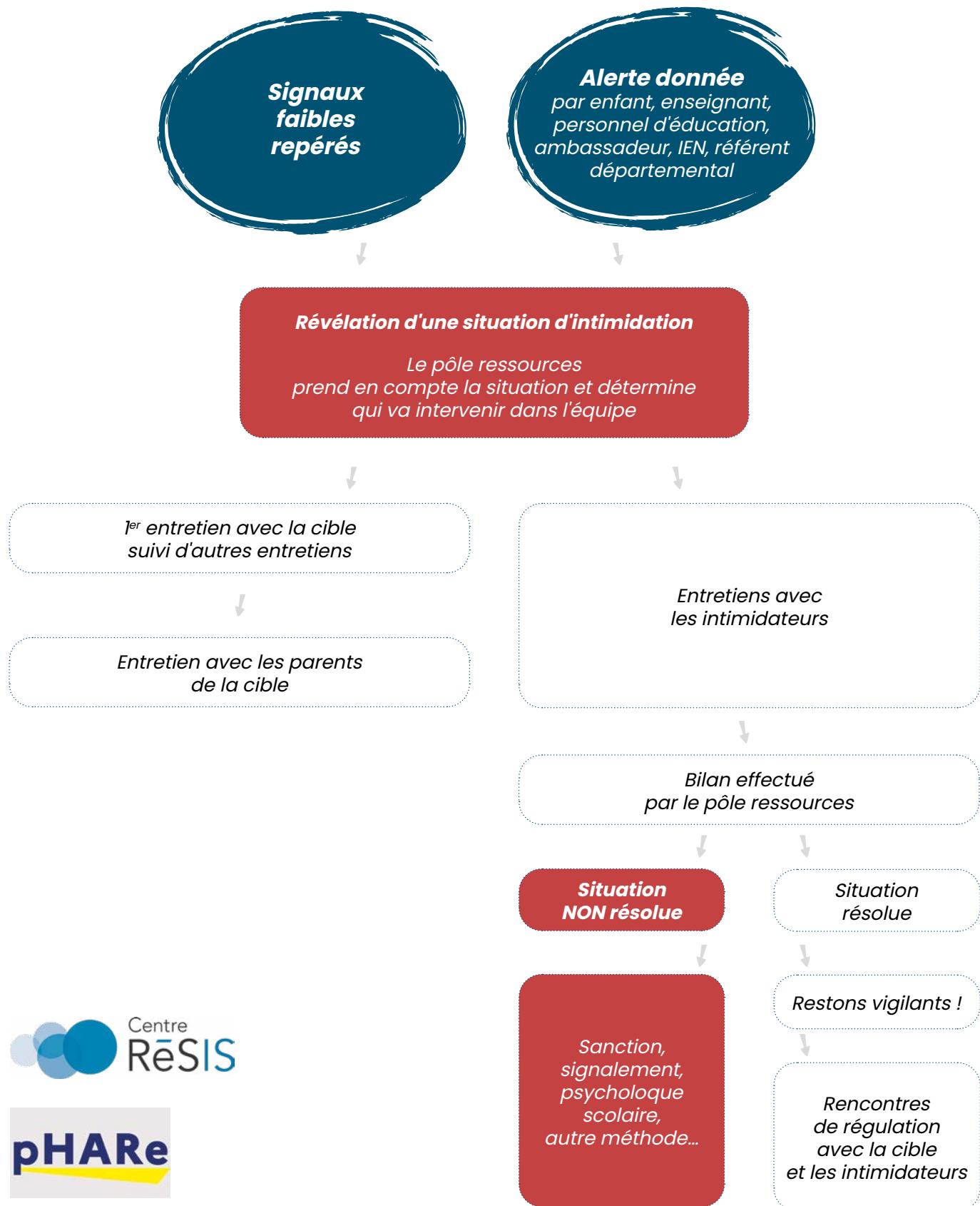
Nécessité d'agir même si la répétition n'a pas été observée.

"Il n'y a pas de profil d'élève, mais des profils de situation."

Nicole Catheline,
Pédopsychiatre

Le protocole pHARe :

15 JOURS



Remerciements

*Un remerciement particulier à Pierre Chanut illustrateur
(Haute-Garonne Ingénierie)*

*La Direction Adjointe à la Jeunesse de la DEF (coordination et rédaction),
la Direction de la Communication (conception et réalisation),
la Direction de l'Éducation*

Les associations

*Centre d'Information sur les droits des femmes et des Familles,
Maison des Droits des Enfants et des Jeunes, L'Enfant Bleu,
Le centre de ressources sur la non-violence*

Les institutions

*Le Défenseur des droits, L'Éducation Nationale,
La Maison de protection des familles (gendarmerie),
Correspondants police sécurité école (police nationale),
Le parquet, La Protection Judiciaire de la Jeunesse,
L'Agence Régionale de santé*



Direction des services départementaux
de l'éducation nationale
de la Haute-Garonne



*Un grand merci à Eléa (5^e), Gabrielle (Term.), Julia (4^e), Lucie (6^e),
Marius (1^{re}) et Mila (5^e) pour leur contribution.*

Notes

HARCÈLEMENT

Les numéros d'écoute et de signalement
gratuits et anonymes :

HARCÈLEMENT ET
CYBERHARCÈLEMENT
30 18

ENFANCE
EN DANGER
119

PRÉVENTION
DU SUICIDE
31 14

