

Le harcèlement se définit comme une violence répétée qui peut être verbale, physique ou psychologique. Elle est le fait d'une ou de plusieurs personnes à l'encontre d'une victime qui ne peut pas se défendre. Lorsqu'un enfant/ado subit des moqueries ou autres humiliations, est insulté, menacé, battu, bousculé ou reçoit des messages injurieux à répétition, on parle de harcèlement



Les 3 caractéristiques du harcèlement scolaire

1. **la violence** : c'est un rapport de force et de domination entre un ou plusieurs élèves et une ou plusieurs victimes ;
2. **la répétitivité** : il s'agit d'agressions qui se répètent régulièrement durant une longue période ;
3. **l'isolement de la victime** : la victime est souvent isolée, et dans l'incapacité de se défendre.



Le cyberharcèlement est défini par l'Éducation nationale comme "un acte agressif, intentionnel perpétré par un individu ou un groupe d'individus au moyen de formes de communications électroniques, de façon répétée à l'encontre d'une victime qui ne peut facilement se défendre seule".

Se confier

Il faut pouvoir aller en parler à tes parents, aux maitresses, profs, CPE, directeur d'établissement, surveillant, délégué de classe, référent harcèlement, infirmière ou psychologue scolaire, amis, professionnels de santé. Le plus courageux est **d'arriver à en parler à une personne qui pourra t'aider.**

Se protéger, signaler

Sur les réseaux sociaux, ne mets pas ton identité, choisis un pseudo. Fais attention à ce que tu postes, **internet garde tout en mémoire.** Si tu es victime de harcèlement sur les réseaux sociaux, **bloque la personne** et signale là sur l'application. Tu peux aussi signaler sur le site PHAROS.

Ne pas répondre

Essaye de ne **pas répondre aux provocations par de la violence physique ou verbale.** Même si c'est très difficile, essaye de rester calme. Si tu y réponds ça risque d'alimenter et d'aggraver les choses. Tu as besoin d'une aide extérieure.

KIDZ et **FAMILY**
CABINET DE PSYCHOLOGIE

©Tous droits réservés-2023-Kidz et family

Le harcèlement, que faire pour les victimes ?



Porter plainte

Tu es victime de harcèlement lorsque tu subis de manière répétée des propos ou comportements de la part d'une tierce personne qui dégradent tes conditions de vie. Tu dois alors rapidement aller porter plainte pour harcèlement pour éviter que la situation ne s'aggrave. Va au commissariat ou à la gendarmerie de ton choix. Un officier va transmettre ta plainte au procureur de la République, car **le harcèlement est un délit puni par la Loi.**

Garder les preuves

Conserve avec des captures d'écrans, les sms, les messages, les stories, les commentaires, les vidéos, les mots, les témoignages.. Tout ce que tu pourras pour **alimenter ton dossier de plainte.**

Appeler

Pour t'aider il y a 2 numéros spéciaux gratuits et ouverts du lundi au vendredi de 9h à 20h et le samedi de 9h à 18h (sauf les jours fériés) :
le **3020 : Non au harcèlement**
le **3018 : Net écoute** le numéro contre le cyberharcèlement à l'école