



# IL N'EST PAS TOUT SEUL

UN ENFANT HARCELÉ S'ENFERME DANS LE SILENCE, PERD SES AMIS, BOUDE L'ÉCOLE... HEUREUSEMENT, PARENTS ET PROFESSEURS PEUVENT L'AIDER À S'EN SORTIR ET À RETROUVER SA JOIE DE VIVRE. VOICI COMMENT.

PAR **JULIA DION**

« **Le harcèlement a débuté dès ma rentrée au collège.** Un garçon a commencé à me traiter de "sale rat". Rapidement, la quasi-totalité de la classe l'a imité. Au cours des mois, les violences ont empiré et sont devenues physiques. J'étais frappée tous les jours par une vingtaine de personnes. Cela n'a pris fin que quand j'ai porté plainte, au terme de deux années d'enfer. J'ai alors été confrontée au mépris, à l'indifférence et à la froideur des adultes de mon établissement, qui n'ont jamais sanctionné mes agresseurs. » Les brimades, les insultes, les coups et la relative passivité de l'institution scolaire... en 2016, Mathilde Monnet a raconté son calvaire dans un livre témoignage poignant, « 14 ans, harcelée » (éd. Mazarine). Combien d'enfants ou d'ados sont pris pour cible, comme elle, dans l'enceinte des établissements scolaires ? Combien sont malmenés dans la cour, bousculés dans les couloirs, moqués pour un mot, une tenue, une coupe de cheveux ? Selon le ministère de l'Éducation nationale, 700 000 élèves

seraient victimes d'une telle violence, dont la moitié de manière sévère. Comment en reconnaître les prémices ? Comment aider votre enfant à répondre à son agresseur ? Et agir si cela ne cesse pas ? Les spécialistes nous conseillent...

## ÊTRE ATTENTIF AUX MOINDRES SIGNAUX

Pour venir en aide à votre enfant, il faut déjà être au courant de ce qu'il vit. Malheureusement, quand on subit des brimades, on ne le raconte pas forcément. Il y a d'abord la honte d'être pris pour un « dégonflé » ou un « rapporteur » et la peur – très grande – du rejet des autres. Cependant, même sans parler, l'enfant envoie des signaux. Il n'a plus envie d'aller à l'école ? Il a mal

au ventre, se plaint de n'avoir plus de copains et paraît inconsolable ? Ses notes chutent ? Il perd confiance en lui, se dénigre, semble démobilisé ? Autant d'indices qui peuvent vous mettre la puce à l'oreille.

## NE PAS BANALISER LES PIQUES

« Parfois, le premier réflexe des parents est de relativiser les incidents survenus à l'école, explique Florence Millot, psychologue et auteure de "J'me laisse pas faire dans la cour de récré !" (éd. Horay). Ils ont parfois tendance à botter en touche, en disant "Joue avec un autre enfant, fais-toi d'autres amis" ou "ce n'est pas grave". Évidemment, l'idée n'est pas de réagir dès la moindre dispute entre copains, c'est l'intensité et surtout la régularité des attaques, des agressions verbales ou physiques qui doivent alerter. Mais si vous ne le prenez jamais au sérieux, l'enfant, déstabilisé, risque de taire ses vrais soucis. » ○ ○ ○

## LE RASSURER SUR SES CAPACITÉS

La première attitude à adopter est de lui redonner confiance en le rassurant sur ses propres ressources. C'est le conseil d'Emmanuelle Piquet, psycho-praticienne, spécialiste du traitement du harcèlement en milieu scolaire, auteure du « Harcèlement scolaire (en 100 questions) » (éd. Tallandier) et de « Te laisse pas faire ! » (éd. Payot) : « Avant de prévenir le professeur, les parents du harceleur ou confronter l'agresseur lui-même, il faut aider l'enfant à reprendre le contrôle de la situation. Il comprendra ainsi qu'il peut se défendre lui-même, comme un grand, qu'il n'est pas impuissant face à ce qui lui arrive. »

## L'AUTORISER À SE DÉFENDRE

Attention, ce n'est pas œil pour œil, dent pour dent ! Mais, selon Florence Millot, le parent doit permettre à son enfant de répondre à la violence d'autrui. Dire « ne sois pas agressif, ne lui parle pas mal, ne tape pas » ne suffit pas, il s'agit aussi d'expliquer comment il peut répondre dans les situations où il est agressé : « En étant soutenu par l'adulte, l'enfant se sentira plus fort, plus légitime dans sa riposte. »

## L'AIDER À MUSCLER SA REPARTIE

Pourquoi ne pas réfléchir avec lui aux réponses à donner au harceleur. Une fois que l'enfant a trouvé lui-même des répliques, c'est au parent de les réajuster si elles sont trop agressives. On peut dire, par exemple : « Si tu réponds par cette pique, cela risque malheureusement de dégénérer et d'engendrer plus de colère chez celui qui t'embête. » Florence Millot rappelle que « s'affirmer ne signifie pas agresser l'autre ou répondre du tac au tac mais plutôt dérouter l'agresseur. On peut par exemple répliquer : "Tu penses ce que tu veux mais moi, ça m'est égal." Ce qui fonctionne bien, en général, c'est de relancer avec une question, comme "Est-ce que cela te pose un problème ?" Celui qui attaque est désarçonné... » L'enfant qui a préparé sa contre-attaque a déjà changé de posture, « il est prêt à en découdre, explique Emmanuelle Piquet, et souvent cela suffit à décourager le harceleur ».

## LUI TROUVER DES ALLIÉS

En lui conseillant de se faire épauler par un plus grand, un plus fort, en échange d'un coup de main pour faire ses devoirs, par exemple.

## FAIRE BOUGER LES ADULTES

Dans tous les cas, vous devez demander de l'aide aux professeurs, aux parents d'élèves et à la direction de l'école. C'est évidemment à eux que revient la charge de protéger votre enfant et de prendre, si besoin, des sanctions disciplinaires envers les harceleurs. Former un « cordon sanitaire » autour de la victime, c'est aussi leur job ! Face à des comportements inacceptables au sein de l'établissement, l'institution doit prendre ses responsabilités.

## LE CHANGER D'ÉCOLE

Si la direction de l'établissement ne prend pas de mesures disciplinaires suffisantes à l'encontre des harceleurs ou n'assume pas pleinement son rôle de médiateur, il est toujours possible de changer votre enfant d'école. C'est parfois la plus raisonnable des solutions.

## ET APRÈS ?

Même si l'enfant parvient à désamorcer la situation, il faut s'assurer qu'il n'a pas été durablement affecté par cette expérience qui peut avoir entamé son amour-propre, sa confiance en lui : « C'est ce que je nomme le poison émotionnel, décrypte Florence Millot, car l'enfant peut prendre pour argent comptant ce que la personne lui a répété pendant des semaines, en se disant, par exemple, "Mon harceleur a peut-être raison, au fond, je suis nul". » Comment le rassurer alors ? « En émettant l'hypothèse que l'autre enfant est peut-être jaloux, conseille la psychologue, qu'il ne doit pas être si bien dans ses baskets pour se comporter si méchamment. » ■

## HALTE AU CYBERHARCÈLEMENT !

Selon la dernière enquête nationale « Climat scolaire et victimation », menée par les services de la DEPP (la direction des statistiques du ministère de l'Éducation nationale), en 2017, 25 % des collégiens déclarent avoir subi « au moins une atteinte par l'intermédiaire des réseaux sociaux ou par téléphone portable – insultes ou humiliations, usurpation d'identité, vidéos humiliantes ou diffusion de rumeurs ». Pour 7 % des collégiens, cela s'apparente à du cyberharcèlement, qui n'est souvent que le prolongement des attaques subies en classe. Justine Atlan, directrice de l'association e-Enfance (e-enfance.org), nous donne des pistes pour prévenir le cyberharcèlement et agir face à ce fléau...

### PRÉVENTION

**Parlez des dangers.** Bien sûr, votre enfant est souvent plus à l'aise que vous sur Internet, mais il reste inconscient des risques que cela entraîne.

Quand ils sont sur les réseaux sociaux, les jeunes oublient parfois les règles de bon sens, les principes de précaution ou de respect de soi et des autres.

**Rappelez-lui qu'il est responsable** de ce qu'il poste sur Internet, ses photos intimes ou non, ses commentaires. Expliquez-lui aussi l'importance du caractère confidentiel d'un identifiant et d'un mot de passe : on ne les partage ni avec son meilleur ami ni avec son amoureux.

**Passez un contrat avec votre ado.** Dites-lui que vous lui faites confiance, que vous ne le jugerez pas s'il a des problèmes sur les réseaux sociaux. Montrez que vous vous intéressez, que vous n'êtes pas largué. Il viendra plus facilement vous voir s'il a des ennuis.

### ACTIONS

**Gardez des preuves.** En cas de cyberharcèlement, réalisez des captures d'écran.

**Faites un signalement en ligne** pour stopper la diffusion du contenu inapproprié. Les réseaux sociaux proposent de le faire de manière anonyme.

**Vous pouvez porter plainte** et vous constituer partie civile avant d'alerter la direction de l'établissement scolaire. Le cyberharcèlement ou harcèlement en ligne et la cyberintimidation sont définis par l'article 222-33-2-2 du Code pénal, créé par la loi 2014-873 du 4 août 2014.