

Harcèlement scolaire, comment briser enfin le silence ?

ILLUSTRATION : SARAH MAZZETTI – MOTS : AMANDINE GROSSE



Chacun durant l'enfance ou l'adolescence a eu droit à son quart d'heure de brimades. Mais quand ce quart d'heure se transforme en moqueries quotidiennes, en intimidations régulières, ou en groupes WhatsApp qui se déchainent, comment faire pour stopper la machine ? Comment rompre le silence dans lequel se murent les enfants ? Il est grand temps de se pencher sur la question et d'y apporter des solutions concrètes. Parce que le tout n'est pas de déceler les cas de harcèlement lorsque toutefois on y parvient, mais bel et bien d'y remédier en trouvant des moyens d'y mettre un terme. Au lieu, comme trop souvent, de simplement tenir l'enfant harcelé à distance en le changeant d'établissement.

Harcèlement et intimidation : des maux invisibles

Il aura fallu le pire pour que le harcèlement scolaire s'impose comme un sujet prioritaire. Armée de courage, Nora Fraisse, maman de Marion, jeune adolescente harcelée qui s'est donné la mort en 2013, multiplie les interventions médiatiques pour alerter les parents et les encadrants sur ce mal invisible qui peut ronger n'importe quel enfant. Une journée contre le harcèlement et le cyberharcèlement scolaire a eu lieu en novembre dernier. S'en est suivi le sentiment de découvrir un fléau nouveau. Pourtant, la brutalité des violences physiques et morales entre les enfants n'est pas nouvelle. Ce qui change aujourd'hui, c'est la manière dont elle se répand *via* les réseaux sociaux, et l'âge critique auquel les enfants sont victimes de ces intimidations à répétition.

Ce qui déstabilise, c'est que personne ne peut prévoir qui sera harcelé et qui sera harceleur. Sandrine Kesler est membre et intervenante de l'association Marion la main tendue (marionlamaintendue.com). Coach

pour enfants et adolescents victimes de harcèlement scolaire, elle intervient sur le terrain. Car, selon elle, « il ne s'agit plus seulement d'identifier les cas de harcèlement, il s'agit de les traiter et d'arrêter d'être dans le déni ». Problème : les établissements scolaires ne sont pas formés à cela. Pire, les chefs d'établissements décident bien souvent, comme c'est le cas depuis plusieurs années, de faire partir la victime pour éviter l'escalade, la mauvaise réputation et les coûts qui pourraient découler d'une prise en charge du problème : « La question du harcèlement à l'école est prise à bras le corps dans les pays nordiques depuis 1970. En France, c'est très long à se mettre en place. »

Des cas décelés même chez les plus jeunes

La quatrième consultation nationale de l'Unicef réalisée auprès des 6-18 ans nous révèle les chiffres suivants : dans notre pays, on estime que 1 enfant sur 10 est victime de harcèlement scolaire au collège et au lycée ; 30 % des 6-18 ans déclarent avoir été victimes de moqueries ou d'attaques blessantes ; et, chez les 7-8 ans, 1 enfant sur 2 s'en plaint. Deux problématiques cohabitent : d'une part, le harcèlement qui consiste en une violence répétée, continue, sur une longue période, par une personne ou un groupe à l'égard d'une autre personne (elle peut être physique et verbale) ; et, d'autre part, les moqueries et les situations humiliantes qui le précèdent : « avant le harcèlement, il y a, souvent chez les plus jeunes, des cas de moqueries à répétition et de situations d'humiliation qui vont, elles aussi, avoir un impact négatif sur l'enfant, mais qui sont souvent prises pour des chamailleries classiques, minimisées pour ne pas s'y confronter », précise Sandrine Kesler. Des cas qui touchent les enfants dès la grande section

Au collège, Sandrine intervient à la demande des chefs d'établissements pour échanger de manière interactive et insuffler la notion d'empathie et de respect dans les classes.

de maternelle, envahissent les cours de l'école primaire et s'installent à l'entrée au collège. Des cas auxquels on n'attache pas vraiment d'importance. Pourtant, tout comme le harcèlement, ces situations entraînent des malaises, des difficultés de concentration, des problèmes de sommeil, de baisse de l'estime de soi, d'isolement, de repli et de décrochage scolaire.

La méthode suédoise Pikas, efficace pour désamorcer les situations

Face à l'inaction et à la minimisation des encadrants, Florence Millot, psychologue spécialisée, et Sandrine Kesler, œuvrent à trouver des solutions concrètes. Au collège, Sandrine intervient à la demande des chefs d'établissements. Soit dès la sixième pour échanger de manière interactive et insuffler la notion d'empathie et de respect dans les classes, soit pour désamorcer une situation précise. Pour cela, elle utilise un outil qui a fait ses preuves : la méthode Pikas. Développée en Suède par le psychologue Anatole Pikas, elle consiste à pousser les harceleurs à mettre eux-mêmes en place des solutions pour libérer leur victime. « On convoque tous les acteurs et les témoins, y compris la victime, et on dit à chacun : "J'ai entendu parler d'une situation vis-à-vis d'un tel ; ça ne se passe pas très bien, as-tu entendu parler de quelque chose ?" En général, le harceleur dit qu'il ne sait pas. On lui dit alors de nous prévenir s'il entend parler de quelque chose et on l'invite à revenir nous voir le lendemain. On le fait avec chacun et on recommence le lendemain. Au bout de deux ou trois fois, les harceleurs se disent qu'ils filent un mauvais coton et cherchent naturellement leurs propres solutions pour libérer la personne harcelée. Ils partagent avec nous leurs clés, et on leur dit : "c'est super, ce que tu proposes", ce qui les amène à changer la situation. Alors que, si on les prend frontalement, ils se ferment et cela devient pire. »

L'autodéfense émotionnelle, arme pacifiste des plus petits

Florence Millot a, quant à elle, décidé d'armer pacifiquement d'outils efficaces les élèves d'école primaire, face aux moqueries répétées dont ils sont victimes. Elle a ouvert une consultation à Paris durant

laquelle elle reçoit des enfants qui cherchent des solutions : « car, bien souvent, en tant que parents, on a tendance à prôner le silence pour ne pas aggraver la situation et parce que l'on a peur que son enfant soit agressif ou même harceleur à son tour. On délivre des réponses "à côté" alors que nos enfants ont besoin de concret. Ils ont déjà l'empathie en eux, il faut leur donner les moyens de se défendre sans attaquer. » Planqués dans notre monde de bisounours et d'éducation positive surdosée, on contourne le sujet en se disant : ça passera, forcément. Florence Millot a donc réfléchi à des outils qui collent parfaitement à la psychologie des enfants, qu'elle étaye dans son livre *J'me laisse pas faire dans le cour de récré!* Comme le souligne la spécialiste, ce sont souvent des groupes d'enfants qui agissent de manière arbitraire contre un camarade. Dire à un enfant « t'es un gros lard » le blesse la première fois, mais le terrorise si c'est répété plusieurs fois par jour. Il ne peut alors plus se défendre et finit par y croire, s'insultant lui-même. Et, dans le harcèlement, les brimades montent aussi *crescendo* pour faire peur à l'enfant, afin qu'il s'isole et ne parle de son problème à personne : « Va te suicider, gros lard ! Si tu en parles à qui que ce soit, on t'attendra à la sortie. » L'enfant entre alors dans un cercle vicieux et a besoin de l'adulte pour en sortir et se sentir protégé de nouveau. C'est là que Florence Millot intervient *via* une technique d'autodéfense émotionnelle : « Je propose à l'enfant de verbaliser tout ce qu'il entend sur lui. Puis, je lui fais faire un travail fantasmatique : il se lâche en me disant ce qu'il rêverait de leur répondre. Ensuite, nous travaillons ensemble concrètement sur des éléments de discours, des mots, qui auront un impact positif. » Et ça marche : « L'autodéfense émotionnelle, c'est l'art de se défendre par des mots justes qui stoppent l'agression verbale de notre interlocuteur. C'est aussi une manière de poser des limites pour se faire respecter et se protéger du sentiment de dévalorisation. » Offrir aux enfants des outils concrets, les accompagner pour qu'ils trouvent leur solution et libérer leur parole, telles sont les clés pour les aider à traverser sereinement la jungle de l'enfance et de l'adolescence. ♦