

Agir  
ensemble contre  
le harcèlement

Elèves

BRISONS  
LA LOI DU  
SILENCE

Chaque enfant doit être protégé  
contre toute forme de violence.

Convention relative aux droits de l'enfant Art. 19

*“L'école publique a pour but,  
dans le respect de la personnalité  
de chacun : de rendre chaque  
élève progressivement conscient  
de son appartenance au monde  
qui l'entoure, en éveillant en lui le  
respect d'autrui, la tolérance à la  
différence, l'esprit de solidarité et  
de coopération et l'attachement  
aux objectifs du développement  
durable.”*

Loi sur l'instruction publique Art. 10 al. e

harceler,  
c'est...

AGRESSER

DÉRANGER

ATAQUER

RIDICULISER

EXCLURE

## les formes du harcèlement

Harceler, c'est déranger, ridiculiser, agresser, attaquer, troubler, exclure toujours la même personne de façon répétée et de différentes manières avec l'intention de nuire.

### PHYSIQUE...

Frapper, bousculer, donner des coups de pied, voler, racketter, détruire le matériel scolaire ou personnel, etc.

### VERBALE...

Injurier, se moquer, humilier, menacer, forcer quelqu'un à faire quelque chose contre son gré, etc.

### SOCIALE...

Exclure du groupe, propager des ragots ou des rumeurs, faire perdre la face à quelqu'un, etc.

### NUMÉRIQUE...

Utiliser les SMS, e-mails, blogs, chats, portails photo, audio, vidéo, et autres technologies ou réseaux sociaux pour menacer quelqu'un, l'isoler, propager des rumeurs, etc.

**Que tu sois victime ou témoin, ne laisse pas le harcèlement se produire sans réagir ! Parles-en immédiatement à un adulte de ton école, un membre de ta famille ou à un-e ami-e de confiance.**

## les causes du harcèlement

Le harcèlement est une réaction forte liée à la peur d'être exclu-e du groupe. La faiblesse est vécue comme un danger. En agressant l'autre, le-la harceleur-euse croit qu'il-elle est plus fort-e.

Le harcèlement n'est jamais justifié, mais on peut être harcelé sous n'importe quel prétexte :

- notre physique ;
- notre apparence ;
- notre intelligence ;
- notre sexe ;
- notre orientation sexuelle ;
- notre origine ;
- notre religion ;
- notre statut social ;
- etc.

## le [cyber] harcèlement

- Provoque la diffusion encore plus rapide et incontrôlée des rumeurs, moqueries, insultes, etc.
- Expose les victimes 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, où qu'elles soient.
- Laisse une trace numérique permanente sur Internet.

## si tu es victime, que peux-tu faire ?

### RÉAGIS !

- Parles-en, la violence envers autrui est intolérable.
- Tu as le droit de dire stop et d'être protégé-e.
- Tu n'es pas coupable, ne te sens pas honteux-euse de ce que tu vis.
- Crois en toi, tu peux agir.
- En agissant, tu fais preuve de courage, pas seulement pour toi, mais aussi pour les autres.

### COMMENT ÊTRE AIDÉ-E ?

- Raconte ce que tu vis à un adulte de ton école ou à une personne de confiance. On peut t'aider si tu sors de ton silence et acceptes d'en parler.
- Accepte de l'aide si un adulte ou un-e ami-e vient te parler et te propose son soutien.
- Fais confiance aux adultes, à ta famille et tes ami-e-s pour te comprendre et te protéger.

## si tu es témoin, que peux-tu faire ?

### OSE INTERVENIR !

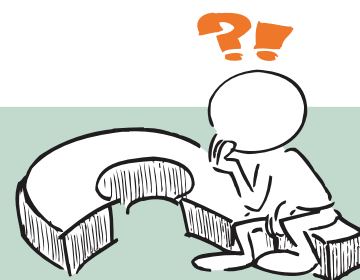
- Alerte quand quelqu'un se fait harceler. En le faisant, tu aides une personne qui souffre.
- En refusant le harcèlement, tu contribues au respect de tous-te-s et ne trahis pas le groupe.
- En intervenant, tu montres le bon exemple.

### COMMENT AIDER ?

- Parle de ce que tu as vu à un adulte de ton école ou une personne de confiance.
- Va chercher de l'aide si tu vois quelqu'un qui se fait harceler.
- Si tu peux le faire sans danger, dis à l'élève ou aux élèves harceleur-euse-s d'arrêter.
- La personne harcelée souffre et a besoin de respect : ne laisse pas faire, ne l'exclus pas.
- Reste fidèle à tes convictions, ne te laisse pas influencer.



## les contacts utiles



### SERVICES CANTONAUX

CMPEA (centre médico-psychologique, urgence) : 032 420 51 80

Permanence conseil (Services sociaux régionaux) : 032 420 78 00

Police cantonale jurassienne : 032 420 65 65

### AUTRES INSTITUTIONS

Service d'aide aux jeunes : 147 (appel gratuit) • [www.147.ch](http://www.147.ch)

Action Innocence : 022 735 50 02 • [www.actioninnocence.org](http://www.actioninnocence.org)

Site d'aide et information pour les adolescents : [www.ciao.ch](http://www.ciao.ch)

