

AGIR CONTRE LE HARCÈLEMENT





Le harcèlement, c'est quoi ?

Le harcèlement est une violence qui se fonde sur des rapports de **domination** et d'intimidation. Cette **violence verbale, physique** ou **psychologique** impacte les **conditions de vie** de la victime et impacte **sa santé physique** ou **psychique**.

EN FRANCE

1 enfant

10 est harcelé à l'école.

Cette violence ne s'arrête pas au **portail de l'établissement** et peut se poursuivre durant les **activités extra-scolaires**, à la **bibliothèque**, et même à la **maison**, par le biais des **réseaux sociaux**.

Les messages clairs

Les messages clairs sont une technique mise en place dans les écoles de Val d'Isère dans le cadre de l'enseignement moral et civique.

Le message clair vise à **orienter la discussion** vers la **résolution non-violente** de **petits différends** et à **désamorcer de petits conflits**, dans un esprit de **responsabilité**, de **respect mutuel** et de construction de l'**autonomie**.

Cette technique contribue à l'**éducation du jugement** et du **discernement** du futur citoyen, **porteur de valeurs, respectueux des autres** et des **normes** dans une société démocratique.

Afin de renforcer cette démarche et de permettre à vos enfants d'exprimer leurs **émotions** et leurs **besoins**, vous pouvez continuer à les aider à employer cette méthode de **communication** à la **maison** et durant les **activités extra-scolaires**.



La démarche

— DU MESSAGE CLAIR



01. JE PRÉVIENS L'AUTRE

J'ai un **message clair** à te dire ou Je veux te faire un message clair.

Es-tu prêt(e) à m'écouter ?

02. J'EXPLIQUE POURQUOI

- Quand tu **te moques de moi**...
- Quand tu **me pousSES**...
- Quand tu **fais du bruit** pendant que **je travaille**...

03. JE DIS CE QUE JE RESENS

J'ai de la **peine/mal/peur**... Je suis **en colère/triste**...

04. J'EXPRIME MON BESOIN

...car j'ai **besoin de** calme pour travailler / être en sécurité / progresser en...

05. JE PROPOSE UNE SOLUTION

J'aimerais que tu ne te moques plus de moi / que tu ne recommences plus / que tu me présentes des excuses / que tu fasses une réparation...

06. JE VÉRIFIE QUE L'AUTRE A BIEN COMPRIS

As-tu bien **compris** ?



Les enfants apprennent à exprimer explicitement ce qu'ils **ressentent**.



Les signaux faibles

Le harcèlement peut se manifester en tout lieu, à l'école ou en dehors. Apprenez à détecter les **signaux faibles** afin de venir en aide aux enfants qui vous entourent.

Certains faits, isolés, peuvent ne pas interpeller les adultes. **Voici quelques signaux faibles, qui, par répétition ou durée, peuvent être synonymes de harcèlement :**



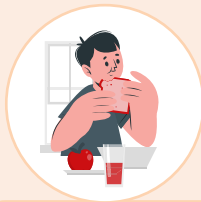
→ À LA MAISON

- Troubles du sommeil/cauchemars
- Petit appétit, troubles de l'alimentation
- Maux de ventre/de tête
- Fatigue
- Dévalorisation de soi
- Menaces de blesser les autres/soi
- Tristesse, idées noires
- Affaires perdues, abîmées, dégradées
- ...



→ ALLER À L'ÉCOLE

- Peur de faire le trajet seul
- Se dépêche de rentrer de l'école
- À l'inverse, arrive en dernier
- Moqueries dans les transports
- Rate les transports
- Refus d'aller à l'école
- ...



→ À LA CANTINE

- Mange seul
- Renverse son plateau suite à un croche pied
- Se fait voler une partie de son déjeuner
- Victime de jets de nourriture
- Mange en groupe mais se fait voler une partie de son déjeuner : dessert, fromage, pain
- ...

Qui contacter en cas de harcèlement ?

- Sur la commune : l'enseignant de l'enfant ou le service Éducation enfance jeunesse
- Sur le territoire : l'association « Les Saint-Exupériens » à Bourg-Saint-Maurice
- Numéro gratuit : 3018 (Cyberharcèlement)