

TU TE SENS INTIMIDE(E), AGRESSE(E)?



DIS STOP!

Confie-toi : parles-en à un adulte, un professeur, une personne en qui tu as confiance. Ils peuvent t'aider pour que cela cesse. Ne laisse pas la situation continuer !

Protège-toi : entoure-toi d'amis de confiance et évite d'étaler ta vie privée ou des détails personnels sur les réseaux sociaux.

Aie confiance en toi : tu ne mérites pas d'être agressé (e) ni rabaissé (e) par un autre élève. En parler permet de ne plus subir. Ce n'est pas de ta faute !

Tu n'es pas seul (e) ... Beaucoup de jeunes doivent se défendre, comme toi, contre les intimidations et le harcèlement.



TU ES TEMOIN DE SITUATIONS DE HARCÈLEMENT ?



NE FERME PAS LES YEUX !

Sois conscient (e) : N'aimerais-tu pas qu'une personne prenne ta défense si on te harcelait.

Evite d'encourager les agresseurs en cautionnant leurs actes par des rires ou en les laissant faire.

Prends la défense des victimes de harcèlement. Tu peux demander à tes amis de se joindre à toi pour dire que vous désapprouvez cette situation. Plus vous serez nombreux, plus vous aurez de pouvoir de dissuasion.

N'hésite pas à **demander de l'aide** auprès d'un adulte.



TU INTIMIDES, TU HARCÈLES LES AUTRES ?



PRENDS CONSCIENCE !

Mets-toi à la place de ceux que tu agresses, que tu exclus, que tu intimides. Comment te sentirais-tu ?

Apprends à exercer ton influence de **manière positive** plutôt que négative.

Souviens-toi que chaque personne est différente et unique... être différent ne veut pas dire être meilleur ou pire que toi.

Utilise ton courage et ta force en présentant des excuses aux ados que tu as agressés ou intimidés.

Tu n'as pas à rester seul (e) pour résoudre ce problème... Il n'est jamais facile de changer, en parler va t'aider !



DES SIGNAUX D'APPEL

- Retards fréquents en classe.
- Refus d'aller l'école .
- Baisse des résultats scolaires.
- Isolement
- Le fait de venir avec une arme à l'école.
- Nombreux signes d'anxiété : troubles du sommeil, de l'alimentation, somatisation anxieuse (maux de ventre etc...) irritabilité, susceptibilité.

L'absentéisme

QUELQUES TEMOIGNAGES

Julien a, durant des mois, subi des moqueries de la part des élèves de sa classe.

Alexandre lui, était sans cesse bousculé à chaque interclasse par des garçons de son collège.

Patricia très bonne élève, n'osait plus prendre la parole en classe.

Karima à cause de ses origines étrangères, a été la victime de rumeurs durant plusieurs semaines.

Fabien a été harcelé par des jeunes de son établissement scolaire qui utilisaient les réseaux sociaux.

Julie elle, a voulu quitter l'école car elle était rackettée depuis 1 an.

EN FINIR AVEC LE HARCÈLEMENT EN MILIEU SCOLAIRE

On parle de harcèlement à l'école quand :

« un élève est soumis de façon répétée et à long terme à des comportements agressifs visant à lui porter préjudice ,le blesser ou le mettre en difficulté de la part d'un ou plusieurs élèves. Il s'agit d'une situation intentionnellement agressive, induisant une relation d'asservissement psychologique, qui se répète. »

Dan Olweus, (psychologue norvégien)1993 .

