

# OUTIL - LE CYBER-HARCÈLEMENT

SÉCURITÉ > 4.3 PROTÉGER LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE

CONVIENT POUR	AGE	NIVEAU DE COMPÉTENCE	FORMAT	DROITS D'AUTEUR	LANGUE(S)
Animateurs	N/A	Niveau 1	Fiche de préparation	Creative Commons (BY-SA)	Français

Ce document définit le cyber-harcèlement et décrit un certain nombre de comportements en ligne assimilables à cette pratique.

**Objectif général**                      Sensibilisation

**Temps de préparation pour l'animateur**                      moins d'une 1 heure

**Domaine de compétence**                      4 - Protection de l'identité et des données personnelles

**Nom de l'auteur**                      Justine Girard

**Ressource originellement créée**                      Français

## DÉROULÉ

# 1 Le Harcèlement

### **Définition :**

Le docteur Anne Bilheran, une psychologue française et spécialiste des questions de harcèlement et de psychologie du pouvoir, en donne une définition bien précise :

*Le harcèlement vise la **destruction progressive** d'un individu ou d'un groupe par un autre individu ou un groupe, au **moyen de pressions réitérées** destinées à obtenir de force de l'individu quelque chose **contre son gré**, ce faisant, à susciter et entretenir chez l'individu un **état de terreur**.*

Le harcèlement peut prendre deux formes

- Soit il est **physique**, et dans ce cas, la victime est agressée physiquement par l'auteur de harcèlement.
- Soit il est **moral** et alors, il s'agit de **violence verbale (ou non verbale)** qui ne porte pas atteinte à l'intégrité physique de la victime mais poursuit le même objectif : l'affaiblir psychologiquement pour mieux la dominer.

Il n'y a pas de forme de harcèlement plus tolérable qu'une autre ! Le harcèlement moral comme le harcèlement physique visent tout deux la destruction psychologique de la victime.

### **Où s'exerce t-il ?**

Le harcèlement est un phénomène social, c'est à dire qu'il s'agit d'une forme de violence qui peut s'immiscer dans toutes nos interactions avec d'autres personnes. On peut donc être victime de harcèlement au sein de son **cercle privé** (amoureux ou familial, par exemple), dans le **milieu scolaire ou professionnel**

- Dans la sphère privée : Le harcèlement dans la sphère privée est exercée par une personne de confiance à l'encontre de sa victime (famille, ami.e/partenaire amoureux)
- Le harcèlement scolaire : [définition en vidéo](#) / un [document sous forme de guide à télécharger](#)
- Le harcèlement au travail : [définition en vidéo](#)

## 2 Qu'est-ce que le cyber-harcèlement ?

Une définition :

« Le harcèlement est le fait de tenir des propos ou d'avoir des comportements répétés ayant pour but ou effet une dégradation des conditions de vie de la victime. Cela se traduit par une dégradation de la santé physique ou mentale de la personne harcelée (anxiété, maux de ventre, ...). C'est la fréquence des propos et leur teneur insultante, obscène ou menaçante qui constitue le harcèlement.

Le harcèlement en ligne est un harcèlement s'effectuant via internet (sur un réseau social, un forum, un jeu vidéo multijoueurs, un blog,...). On parle aussi de *cyber-harcèlement*. Les propos en cause peuvent être des commentaires d'internautes, des vidéos, des montages d'images, des messages sur des forums...

Le harcèlement en ligne est puni que les échanges soient publics (sur un forum par exemple) ou privés (entre *amis* sur un réseau social). »

[Service-Public.fr](https://www.service-public.fr)

### **Ce qu'il faut retenir :**

Lorsque le harcèlement en ligne s'effectue via les moyens numériques (sur un réseau social, un forum, un jeu vidéo en ligne, la messagerie instantanée, etc.). On parle alors de cyberharcèlement.

Les propos en cause peuvent être des commentaires d'internautes, des vidéos, des montages d'images, des messages sur des forums...

Le harcèlement en ligne est puni que les échanges soient publics (sur un forum par exemple) ou privés (entre « amis » sur un réseau social).

Il peut se manifester à travers plusieurs formes:

- Messages d'insultes, de moqueries ou de menaces
- Partage non consenti d'informations privées
- Usurpation d'identité
- Rumeurs infondées
- etc.

[Voici une vidéo qui explique les enjeux du cyber-harcèlement](#)

## 3 Les formes de cyber-harcèlement

Voici les formes de cyber-harcèlement les plus courantes :

**Usurpation d'identité** : Le fait qu'une autre personne prenne votre identité pour des actes malveillants ou dans le but de vous nuire.

**Le doxing** : Le fait de révéler les informations personnelles d'une personne. Les informations de départ peuvent être un pseudonyme, une photographie, une vidéo, etc... Les informations révélées peuvent être l'identité, l'adresse, le numéro de sécurité sociale, le numéro de compte bancaire, etc... Vol de données rendues publiques sur internet.

**Le swatting** : Canular téléphonique qui consiste à essayer de piéger des services de police, tout en restant anonyme, en leur faisant croire à la nécessité d'une intervention d'urgence, en général chez un particulier, pour lui nuire. [Voici une vidéo qui explique le Swatting.](#)

**Discours haineux**: Messages menaçants, insulte via messagerie privée, incitation à la haine ou lynchage verbal public.

**Revenge porn** : Diffusion de photos/vidéos humiliantes avec quelques informations dans le but d'humilier la personne ce sont souvent des femmes qui en sont victimes.

**Diffamation** : Propagation de rumeurs par téléphone ou sur internet.

**Ainsi que d'autres :**

Création d'un groupe, d'une page ou d'un faux profil à l'encontre de la personne.  
Commande de biens/services pour la victime en utilisant ses données personnelles.

...

La première chose à rappeler : **la victime n'est pas fautive.**

Il arrive régulièrement que les personnes victimes de cyber-harcèlement s'entendent dire: «Oui, mais pourquoi est-ce que tu as posté cette photo aussi?» ou «Il fallait s'y attendre avec ton commentaire». Il faut les encourager à s'entourer de personnes à l'écoute et non-culpabilisante.

Vidéo faite par des collégiens pour parler des applications « stop au harcèlement » et du fait que tout le monde peut agir même à sa petite échelle ainsi que de la responsabilité que chacun a en tant que témoin de ce type d'actes.

[https://www.youtube.com/watch?v=5ENr4jt8\\_HU](https://www.youtube.com/watch?v=5ENr4jt8_HU)

## 4 Harceleurs et harcelés

Pour comprendre la dynamique du cyber-harcèlement, il est important de préciser les différents profils qu'il mobilise : Le harceleur, la victime et les témoins du cyber-harcèlement (qui jouent un rôle dans cette dynamique de violence 2.0).

- Le harceleur est la personne qui va lancer l'offensive de façon répétée sur des canaux numériques envers une autre personne dans l'objectif de la fragiliser. On a souvent affaire à un groupe de harceleurs, animés par l'effet de « meute ».
- La victime est la personne qui va être la cible du harceleur ou du groupe d'harceleurs.
- Les témoins vont être l'ensemble des personnes, en marge de l'acte de violence. Il peut s'agir de personnes qui vont soutenir soit la victime, soit le harceleur, de personnes au courant des actes de violence mais qui décident de ne pas s'en mêler (comportement passif).

### ***La psychologie des harceleurs***

Le cyber-harcèlement étant un phénomène relativement récent, seuls quelques chercheurs se sont posés la question de la raison sociale ou psychologique qui poussent certaines personnes à devenir des cyber-harceleurs.

Byongook Moon et Leanne Alarid, deux chercheurs en criminologie aux Etats-Unis, se sont basés sur la théorie du faible autocontrôle (low self control) pour construire le profil-type du harceleur.

### **La théorie du faible autocontrôle se définit selon six dimensions :**

1. L'impulsivité;
2. le manque d'empathie;
3. la préférence pour les activités physiques (dans le cas, du moins, du harcèlement dans la vie réelle).
4. le manque de lucidité;
5. la tendance à la prise de risque;
6. le langage orienté vers le non verbal.

Le harceleur-type est également populaire et possède un réseau de complices large, égal voire supérieur aux autres personnes non impliquées dans le harcèlement. Nous pouvons donc supposer que l'auteur de harcèlement, intégré socialement, se sente en disposition favorable pour commettre des agressions répétées sans risquer l'exclusion, en défendant un statut de leader au sein du groupe de pairs.

Le cyber-harceleur a également une caractéristique propre à cette violence 2.0 : Un manque de courage, permis par la situation d'anonymat et d'impunité, et éliminant le risque d'une confrontation directe avec sa victime.

## **5 Les conséquences**

Quand on parle des conséquences du cyber-harcèlement, on pense immédiatement aux impacts que ce type de violence peut avoir sur les victimes. Or, le cyber-harcèlement mobilise de nombreux acteurs qui chacun, vont être impactés par la dynamique du cyber-harcèlement : la victime donc, en premier lieu, le cyber-harceleur, comme les témoins passifs ou actifs.

### ***Pour la victime***

Pour la victime, le cyber-harcèlement peut rapidement engendrer des sentiments de détresse, d'isolement, de honte et de terreur qui s'aggravent au fur et à mesure que le phénomène persiste.

Le cyber-harcèlement pousse les victimes à être plus introverties, à perdre confiance en elle, et envers les autres, et peut les mener vers la dépression. Pour un cyber-harcèlement qui prend la forme d'usurpation d'identité, on doit également prendre en compte les conséquences réputationnelles, financières et professionnelles, qui pourront se poursuivre pendant des années.

Cette souffrance psychologique est souvent invisible, souvent tue, et donc difficile à comprendre dans son intensité, mais nous savons qu'elle peut amener des conséquences dramatiques comme le suicide.

Nous nous concentrons en général sur les conséquences du cyber-harcèlement sur les victimes. Pourquoi ? En tant que cibles, ce sont elles qui portent les plus fortes stigmates du cyber-harcèlement.

### ***Pour le cyber-harceleur***

Dans le cas d'un cyber-harceleur jeune, exercer des violences sur d'autres personnes derrière un écran, peut entraîner des troubles comportementaux à un âge ultérieur. En effet, parce que la violence numérique est une violence dépersonnalisée (le cyber-harceleur n'est pas forcément confronté directement à sa victime et aux conséquences de sa violence), le cyberharceleur va prendre l'habitude de se déresponsabiliser et normaliser des comportements violents dans l'espace numérique, et éventuellement dans la vie réelle.

### ***Pour les témoins (actifs ou passifs)***

Même quand le cyber-harcèlement ne nous mobilise pas directement, il nous affecte !

Pour les témoins passifs, assister à un acte de cyber-harcèlement et ne rien faire contribue à banaliser la violence et l'inertie, dans une situation qui est pourtant susceptible de tous nous concerner.

Pour les témoins actifs soutenant la victime, il y a le risque d'être pris à parti, mais la conséquence positive d'apprendre à connaître les gestes de cyber-bienveillance et savoir être un allié. Nous apprendrons à en devenir dans le prochain chapitre !

Le cyber-harcèlement a donc des conséquences graves sur le bien-être et la santé mentale des victimes, il est souvent invisible mais certains signes alertent :

- Anxiété, crainte

- Manque de confiance en soi, commentaires négatifs
- Plaintes récurrentes
- Troubles du sommeil
- Retards, Absentéisme
- Menaces (de se faire du mal ou de faire du mal aux autres)
- Isolement/repli sur soi

## 6 L'impact du cyber-harcèlement sur la réputation en ligne

Quand une information est postée sur Internet par une autre personne, il est certes possible de la faire retirer (en contactant la plateforme où les autorités) mais il s'agit d'un processus lent et compliqué. Tant d'informations sont stockées sur nous avec ou sans notre consentement sur les moteurs de recherche ou sur les réseaux sociaux, que l'on parle de la mémoire d'Internet.

Par ailleurs les informations sur Internet ont pour particularité de pouvoir être dupliquées sur d'autres plateformes à l'infini (l'ubiquité), et être accessibles à des millions de personnes.

Prenez l'exemple d'une photo de vous qui aurait été volée dans votre téléphone portable et qui serait simultanément diffusée sur Facebook, snapchat, instagram, et dans des groupes de diffusion whatsapp. Difficile de reprendre le contrôle ! Dans cet exemple, le cyberharcèlement est une atteinte à quelque chose de particulièrement important dans nos sociétés numériques : l'e-réputation.

[Voici une vidéo qui explique ce qu'est l'e-réputation](#)

## 7 Je suis témoin, que dois-je faire ?

Pour les témoins passifs, assister à un acte de cyber-harcèlement et ne rien faire contribue à banaliser la violence et l'inertie, dans une situation qui est pourtant susceptible de tous nous concerner.



Pour les témoins actifs soutenant la victime, il y a le risque d'être pris à parti, mais la conséquence positive d'apprendre à connaître les gestes de cyber-bienveillance et savoir être un allié. Nous apprendrons à en devenir dans le prochain chapitre !

Dénoncer ce type d'agissement demande du courage et de l'empathie pour la personne qui souffre derrière son écran. Mais elle demande aussi quelques connaissances pratiques ! Quand on est mineur et que l'on est témoin de cyber-harcèlement, ce n'est jamais une bonne idée de tenter de résoudre le problème soit même ou en recourant à la violence contre le cyber-harceleur !

Il faut en parler pour trouver de l'aide et des solutions :

- À un adulte de confiance (parents, professeur, CPE, assistant d'éducation, direction, infirmier, assistant social). Parler du harcèlement ce n'est pas « être une balance ». Au contraire, c'est assister une victime en danger pour que sa situation ne s'aggrave pas. Les adultes sont là pour vous écouter, aider la victime et apporter des solutions.
- À un camarade ou à un délégué de classe pour qu'ils en parlent à un adulte de l'établissement.
- Si vous avez des craintes, soyez conscients que les adultes doivent vous aider et vous protéger.

Parler du harcèlement c'est agir pour que cette situation ne touche pas, une autre fois, d'autres élèves ou peut-être vous-même.

Soyez le plus précis possible en décrivant les faits que vous avez constatés, la date, l'heure et les personnes présentes. Si vous voyez des messages blessants dirigés contre une autre personne, ne les détruisez pas, faites des copies d'écran. Signalez-les. Montrez-les à un adulte.

## 8 **Plaintes et sanctions**

Si vous êtes témoins ou victime de cyber-harcèlement, la plateforme [PHAROS](#) peut très rapidement retirer le ou les contenus illicites sur Internet qui leur sont signalés.

Toutefois, et sans attendre le début l'enquête de police, la victime peut collecter elle-même les preuves de son harcèlement notamment par le biais de captures d'écran.

La plateforme PHAROS est la plateforme qui gère les contenus illicites sur Internet, ce qui comprend le délit de cyberharcèlement.

### **Dépôt de plainte**

En cas de cyber-harcèlement, il est primordial de se rendre au commissariat ou à la gendarmerie pour déposer plainte. Un mineur peut s'y rendre seul et signaler les faits. Néanmoins, ses parents doivent déposer plainte en son nom, démarche nécessaire pour se constituer partie civile et réclamer des dommages et intérêts. Si la victime ne connaît pas les véritables identités du ou des auteurs, elle peut porter plainte contre X. Les investigations de cette enquête doivent permettre l'identification du ou des auteurs des contenus en cause.

### **Les peines**

Pour rappel, les peines encourues pour l'auteur de cyber-harcèlement sont les suivantes :

L'auteur (majeur) d'un harcèlement en ligne risque :

- 2 ans de prison
- et 30 000 € d'amende.

La peine maximale est portée à 3 ans de prison et 45 000 € d'amende si la victime a moins de 15 ans.

Si l'auteur est un mineur de plus de 13 ans, la peine maximale pour un harcèlement sur une personne de plus de 15 ans sera de :

- 1 an de prison
- et 7 500 € d'amende.

Si la victime a moins de 15 ans, la peine maximale sera de :

- 18 mois de prison,
- et 7 500 € d'amende.

Les sanctions et mesures applicables aux mineurs de moins de 13 ans relèvent de [règles spécifiques](#).

Dans tous les cas, ce sont les parents des auteurs mineurs, quel que soit leur âge, qui seront [responsables civilement](#) et devront indemniser les parents de la victime.

## Pour aller plus loin

Voici une série de documents annexes qui vous permettrons d'approfondir le sujet :

- Vidéo : [Comment sensibiliser mon enfant ?](#)
- Vidéo : [Détecter le harcèlement](#)
- Vidéo : [Comment en parler avec mon enfant ?](#)
- Vidéo : [Comment aider mon enfant ?](#)
- Vidéo : [Comment agir contre le cyber-harcèlement ?](#)
- PDF : [Le guide de la famille tout écran](#)
- [Un serious game](#) pour comprendre le cyber-harcèlement
- Vidéo : [Cyber-harcèlement : la violence n'a rien de virtuel](#)
- Vidéo : [Comment réagir face au cyber-harcèlement ?](#)

Il existe de nombreuses ressources en ligne pour aborder et traiter le problème de cyber harcèlement :

- <https://jeunessejecoute.ca/fr>, JeunesseJ'écouteCa est un site a destination des jeunes, sur lequel ielles peuvent également contacter gratuitement un.e conseiller.e pour discuter de leurs problèmes
- <https://www.pointdecontact.net/>, Point de Contact est une plateforme qui permet de signaler anonymement tout contenu illicite rencontré sur le net (une photo publiée sans accord par exemple)
- #DeleteCyberbullying et #StopCyberHate FR, sont des applications qui font de la sensibilisation, proposent de l'aide aux victimes de cyber harcèlement en fonction des cas, proposent également des ressources pour les enseignant.e.s etc.
- <http://habilomedias.ca/litteratie-numerique-et-education-aux-medias/enjeux-numeriques/cyberintimidation>. Habilomédias a mis en place une section entière dédiée à la cyber intimidation, qui compile beaucoup de ressources aux enseignant.e.s, aux médiateur.rice.s ainsi qu'aux parents pour faire face au cyber harcèlement.

Enfin, il existe de nombreux ouvrages de littérature jeunesse jusqu'à 12 ans :

- Dominique de Saint-Mars et Serge Bloch, *Lili est harcelée à l'école* et *Max se fait insulter à la récré*, coll. Ainsi va la vie, Calligram, 2012.
- Roald Dahl, *Matilda*, coll. Folio junior, Gallimard, 1994 (sorti chez Puffin en 1988)
- Angélique Mathieu-Tanguy, *Etoile filante est embêtée à l'école* (e-book disponible en ligne)
- Ana et Bloz, *Seule à la récré*, Bamboo Editions, 2017 (bande dessinée)
- Hubert Ben Kemoun, *La fille seule dans le vestiaire des garçons*, Flammarion jeunesse, 2013 (dès 12 ans)