

# HARCÈLEMENT

## “Comment je m’en suis sorti”

**Théo\* a subi, en 6<sup>e</sup>, une situation de harcèlement scolaire. Il a accepté de témoigner à l’occasion de la journée “Non au harcèlement” du 10 novembre. Il nous explique ce qu’est la justice restaurative et quelles solutions existent pour reprendre le dessus.**

\* Le prénom a été modifié pour préserver l’anonymat.

“Des insultes répétées chaque jour...”

Je veux bien raconter mon histoire, mais je vous préviens : je ne me souviens pas de tout. C’était l’an dernier, et j’ai essayé de passer à autre chose. D’oublier, quoi ! Je me rappelle juste que j’avais peur de venir au collège car, chaque jour, une fille m’insultait. Elle était en 6<sup>e</sup>, comme moi. Elle ne vivait pas chez elle, mais dans un foyer. Le pire, c’est qu’au début, on était amis ! Mais c’est vrai qu’elle embêtait toujours quelqu’un. Il y avait déjà eu des problèmes avec ma cousine, et avec un autre ami. Il avait même changé de collège à cause d’elle... Et puis, je n’ai rien compris, mais c’est tombé sur moi ! elle s’est mise à m’insulter. Je ne veux pas me rappeler exactement ce qu’elle me disait, c’est trop violent. Je ne me souviens pas non plus quand ça

a commencé. En fait, au début, je ne me rendais pas trop compte, car ça s’installe progressivement. Mais c’étaient des insultes répétées, chaque jour. **Du harcèlement, en fait !** J’en faisais des cauchemars. J’étais seul. Je n’en parlais pas. À personne. Je ne sais pas expliquer pourquoi, mais j’avais trop peur d’elle. Ça a duré des mois, jusqu’à ce qu’un jour, ça dégénère. Elle m’a suivi dans la rue. J’ai couru, j’étais en larmes.

“UN GARÇON DE 5<sup>e</sup> M’A PRIS PAR L’ÉPAULE”

Heureusement, j’ai croisé un garçon de 5<sup>e</sup> que je connaissais depuis le CM1. Il n’a pas compris ce qu’il se passait, mais il a vu que j’étais mal, il m’a pris par l’épaule et m’a accompagné jusqu’à l’école élémentaire, où j’allais chercher ma petite sœur. Puis j’ai retrouvé ma mère. Elle a vu qu’il y avait un problème, que ça n’allait pas. Je lui ai tout raconté.”

### NON AU HARCÈLEMENT

Le harcèlement est une violence répétée qui peut être verbale, physique et/ou psychologique. Une ou plusieurs personne(s) s’acharne(nt) sur une victime désignée qui ne peut se défendre. Cette situation se passe souvent à l’école. L’Unicef estime que 700 000 élèves en sont victimes chaque année en France. On parle de cyber-harcèlement lorsque la violence se poursuit sur les réseaux sociaux.

### AMIS ET ALLIÉS

Dans les situations de harcèlement, la victime est souvent isolée, plus faible physiquement et/ou moralement, dans l’incapacité de se défendre. Or, savoir que l’on peut compter sur des amis ou des personnes neutres rassure la victime, et permet d’éviter d’alimenter l’agresseur dans sa posture. Tout le monde a un rôle à jouer contre le harcèlement !

### LE MAUVAIS RÔLE DU BOUC ÉMISSAIRE

Un bouc émissaire est un souffre-douleur qui sert de victime à une personne ou à un groupe. Parfois, cette victime craque et devient violente. La notion de victime est relative : on peut être victime de violences dans sa famille ou son quartier, et devenir agresseur au collège.



## “Je me suis senti écouté”

Le lendemain matin, ma mère m'a accompagné au collège et a demandé à voir le principal. Monsieur L. nous a proposé

d'organiser une commission de restauration pour que je puisse parler, dire ce que je ressentais. Ça sert aussi à ce que mon agresseuse entende ma parole et qu'elle puisse, de son côté, s'expliquer. Normalement, les commissions ont lieu assez vite,

**“PENDANT LA COMMISSION, J'ÉTAIS EN SÉCURITÉ”**

mais dans mon cas, ça a été plus long car l'élève avait déjà eu des sanctions. Je pense que la direction a hésité à la mettre en conseil de discipline.

Réunir sa famille a pris du temps aussi, je crois. Bref, quelques semaines plus tard, on s'est donc retrouvés en commission de restauration avec cette fille-là, sa mère, une éducatrice du foyer où elle vit, ma mère,

le principal, son adjointe, Madame B., et le principal d'un autre collège qui se formait à la justice restaurative.

### FAIRE CONFIANCE À LA JUSTICE RESTAURATIVE

C'est un principal de collège nantais, Max Tchung-Ming, qui en a eu l'idée, en s'inspirant des “commissions vérité et réconciliation” inventées par l'ancien Président sud-africain Nelson Mandela pour en finir avec les décennies de politique raciste à l'encontre des populations noires dans son pays. “L'idée est de résoudre un conflit en prenant en compte les besoins de la victime et en encourageant l'auteur à faire preuve d'empathie et à assumer ses responsabilités. Mais responsable ne veut pas dire coupable, rappelle-t-il. Ces commissions n'empêchent pas les conflits, mais elles rassurent : s'il y a un conflit, il peut être réglé.”

### COMMENT ÇA SE PASSE ?

- Le/la principal(e) interroge “à chaud” victime et agresseur(euse), séparément. Que s'est-il passé ? Qu'as-tu ressenti ?
- Chacun réfléchit “à froid”, à la maison, à l'aide de documents qui expliquent comment va se dérouler la commission. “Cela permet à chacun de connaître le cadre et d'être sécurisé”, explique Max Tchung-Ming. Chacun imagine une réparation qu'il estimerait juste.”
- Le “cercle restauratif” est organisé avec une idée : se comprendre (plus que punir). “Tout le monde peut demander des explications, afin de comprendre les motivations de l'agresseur”, précise Max Tchung-Ming. L'auteur peut mieux comprendre ce qui le pousse à agir. Il peut alors développer un sentiment d'empathie.

J'avais accepté car j'avais peur de mon agresseuse. Mais je savais aussi qu'avec la principale adjointe à mes côtés, je serais protégé. On s'est tous installés en cercle, sur des chaises. Pendant la commission, je me sentais en sécurité. On a beaucoup parlé. J'ai expliqué les insultes, les cauchemars, ma peur. Elle a aussi parlé, tenté de s'expliquer peut-être, mais je ne me souviens plus trop, et la règle est de toute façon que cela reste confidentiel. L'essentiel, c'est que moi, je me suis senti écouté. J'ai pu demander devant témoins à ce qu'elle arrête. Et elle a promis de ne pas recommencer.”



### LES ACTEURS PRÉSENTS

- L'auteur(e) et la victime, ainsi que leurs soutiens (parents, amis...)
- Le/la principal(e) et son adjoint(e) ou un autre représentant du collège : l'un représentera la loi et animera les débats, l'autre s'assurera que chacun puisse exprimer son ressenti, ses sentiments et être bien compris.
- Toute personne volontaire, et qui accepte les 5 règles ci-dessous.

### 5 RÈGLES POUR QUE ÇA MARCHE

1. On s'écoute.
2. On ne se juge pas.
3. On se respecte.
4. On est volontaire et libre de répondre, ou non, aux questions.
5. Ce qui se dit restera confidentiel.





## “Aujourd’hui, je vais bien...”

### LA FORCE DES MOTS

La commission doit se placer sous le signe de la **bienveillance**. L'agresseur a la parole, au même titre que tout le monde. "Cela permet de se mettre à la place de celui qui souffre : c'est la seule solution pour changer les choses", estime Max Tchung-Ming.

### ÉVITER DE PUNIR

La justice restaurative n'est pas un tribunal. Victime et agresseur réfléchissent ensemble à une solution qui permet de reconnaître la victime et de la "réparer", et à l'agresseur de sortir de son rôle. Si tous deux refusent la commission, un conseil de discipline est alors souvent organisé.

À la fin de la commission, on est partis en cours. La fille n'a plus jamais recommencé. Peut-être qu'elle continue de m'insulter derrière mon dos, je n'en sais rien, mais au moins je ne l'entends plus ! Je m'en fiche, je suis avec mes copains. Et même si j'ai toujours un petit peu peur d'elle, au moins je n'ai plus peur de venir au collège. Je me sens bien maintenant, moins seul. Malheureusement, je suis quand même dans sa classe cette année (pour info, son collègue va peut-être changer cette situation). Mais

je crois vraiment que cette commission est une bonne chose. Il y a nos parents, tout le monde, on se sent **en sécurité** et on peut parler pour résoudre le problème.

**"JE ME SENS MOINS SEUL"**

Le principe est qu'il n'y ait pas de sanction, c'est quelque chose qu'il faut accepter par avance. Avec le recul, je pense qu'elle aurait peut-être pu écrire un mot d'excuse, mais je n'ai pas pensé à le demander comme réparation. Peut-être qu'elle n'avait pas la maturité pour ça... De mon côté, j'ai compris que parler peut aider à résoudre des problèmes.”



## 3 autres solutions pour sortir du harcèlement

### Sentinelles et référents

Un groupe d'élèves volontaires, les sentinelles, est installé en lien avec des adultes responsables au collège, les référents. Les sentinelles apprennent à repérer, à intervenir (auprès des victimes et des témoins, pas des agresseurs) et à alerter les référents, qui gèrent la suite.

### La médiation

Formés par des professionnels, des élèves médiateurs détectent les situations de harcèlement et proposent un dialogue entre victimes, éventuels témoins et agresseurs. Ils sont suivis tout au long de l'année par des médiateurs sociaux.

### Le programme Phare

Depuis la rentrée 2021, tous les collèges doivent nommer des ambassadeurs "Non au harcèlement". Le but : mesurer le climat scolaire et former une communauté protectrice de professionnels et de personnels autour des élèves. Ce programme met notamment à disposition une plateforme numérique dédiée aux ressources.

### Comment réagir...

#### Si tu es témoin

**Ne laisse pas la victime seule :** c'est souvent cet isolement qui fait durer le harcèlement.

**Ne ris pas, n'encourage pas les harceleurs.**

Si tu les connais, essaie de leur faire prendre conscience du mal qu'ils peuvent créer, parfois sans en avoir conscience.

**Signale l'agression à un(e) délégué(e),** un(e) médiateur(trice) ou un adulte du collège.

#### Si tu es victime

**Une règle d'or : parler !** Ose te confier à un proche (parents, amis, adultes du collège...) ou au 3020 (voir ci-dessous).

Tu peux porter plainte, si possible accompagné(e) de tes parents - mais tu peux aussi y aller seul(e).

Il existe une plateforme d'écoute téléphonique gratuite "non au harcèlement" : le 3020 (3018 pour le cyberharcèlement). À l'autre bout du fil, des professionnels sauront te conseiller.

Ouvert (sauf les jours fériés) du lundi au vendredi de 9 à 20 h, et le samedi de 9 à 18 h.

Merci à Théo d'avoir eu le courage de raconter son histoire. Merci également à Max Tchung-Ming et au collège de Théo.

**Zoé témoigne, elle aussi, de son expérience et raconte comment elle s'en est sortie dans le podcast Ma vie d'ado.**

À écouter sur okapi.fr et sur toutes les plateformes de podcast.

