

Conseils à destination des parents et du personnel responsable

L'objectif de Kidscape est d'aider les enfants et leur famille. Que votre enfant rentre à l'école pour la première fois ou qu'il change d'école et vous craignez le harcèlement, ou que vous viviez actuellement une situation de harcèlement et ne savez pas quoi faire, nous sommes là pour vous aider.

Kidscape s'engage à soutenir les diverses communautés d'Angleterre et du Pays de Galles. Nous venons en aide à tous les enfants et à toutes les familles qui ont besoin de soutien pour lutter contre le harcèlement. C'est pour cette raison que nous sommes fiers de vous présenter ces conseils pratiques traduits dans votre langue, et nous espérons qu'ils vous seront utiles.

Préparez votre enfant à la vie scolaire

1 Tâchez de ne pas être exagérément angoissé

C'est difficile mais la majorité des enfants vivent l'école comme une expérience positive ; ils sont capables de faire face à des défis et de devenir de jeunes adultes épanouis.



2 Vous vous en sortirez.

Si vous devez faire face à des défis, vous trouverez la force et les aptitudes nécessaires pour soutenir votre enfant. Si vous n'êtes pas sûr de savoir quoi faire, des personnes sont là pour vous aider. Kidscape est également à vos côtés.

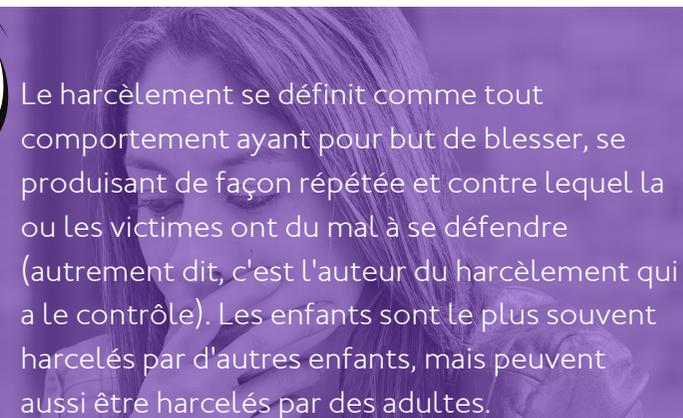
3 En pratique

Discutez avec votre enfant de la manière dont on se fait des amis (par exemple, les saluer, leur poser des questions sur eux, être gentil), et ce que signifie l'amitié (par exemple, un véritable ami n'a pas le droit de te faire du mal). Faites des jeux de rôle pour apprendre à votre enfant à réagir si quelqu'un lui adresse un commentaire désagréable ou le blesse. Insistez sur le fait qu'il a le pouvoir d'agir et répétez-lui sans cesse que vous êtes là pour lui.

4 Enseignez la bienveillance

Votre enfant observe chacun de vos faits et gestes donc réfléchissez à la manière dont vous parlez des autres. Encouragez-le à être cet enfant qui est là pour les autres, accueille tout le monde dans ses jeux, s'aime et aime les autres.

Qu'est-ce que le harcèlement ?



Le harcèlement se définit comme tout comportement ayant pour but de blesser, se produisant de façon répétée et contre lequel la ou les victimes ont du mal à se défendre (autrement dit, c'est l'auteur du harcèlement qui a le contrôle). Les enfants sont le plus souvent harcelés par d'autres enfants, mais peuvent aussi être harcelés par des adultes.

Qu'est-ce que le harcèlement ?

Comment identifier le harcèlement ?

Les comportements blessants peuvent s'exprimer de différentes manières mais les enfants nous disent que la forme de harcèlement la plus fréquente consiste à donner un surnom (ne croyez pas en l'adage « La bave du crapaud n'atteint pas la blanche colombe », les mots blessent plus que n'importe quoi d'autre). Le harcèlement peut également être physique et émotionnel, et peut avoir lieu en face à face ou en ligne (cyberharcèlement). Il est intéressant de noter que d'après les enfants, le harcèlement en face à face est le plus difficile à supporter.

Prendre la « différence » pour cible

Les enfants qui harcèlent cherchent en général à mettre en évidence n'importe quel type de « différence » perceptible. Cela signifie malheureusement que les enfants porteurs de handicap, les enfants en difficulté scolaire, les enfants ayant une quelconque particularité physique, les jeunes aidants, ceux dans le besoin, les enfants issus de minorités ethniques, ceux vivant dans la pauvreté, qui sont en deuil, qui ont des allergies, ceux qui ne se conforment pas aux « normes » de genre ou qui sont en plein questionnement concernant leur sexualité sont très souvent la cible de harcèlement.

Les signes qui doivent vous alerter

Ces signes peuvent être un changement dans le comportement de l'enfant (plus bruyant, plus calme), peur d'aller à l'école ou de participer aux activités habituelles, des maladies inexplicables comme des maux de ventre et de tête, sommeil perturbé, incontinence nocturne, des blessures ou encore des affaires personnelles perdues ou volées.

Que faire si vous pensez que votre enfant est harcelé

1 Ne paniquez pas

C'est affreux de penser que votre enfant puisse être victime de harcèlement mais vous réussirez à surmonter cela avec l'aide adéquate. Votre enfant a besoin que vous restiez calme. Détendez-vous, super parent combattant.

2 Créez un espace de discussion

Nous vivons tous à cent à l'heure mais les enfants ont besoin que vous soyez là s'ils ressentent le besoin de vous dire ce qui se passe. Quelques fois une question directe fonctionne, mais d'autres fois il sera nécessaire d'aller se promener, de faire un tour ou de manger ensemble et de leur demander gentiment à ce moment-là ce qu'ils pensent de la vie et de l'école. Écoutez attentivement. Observez leur langage corporel et s'ils ne s'ouvrent pas à vous, continuez de créer des opportunités jusqu'à ce qu'ils soient prêts.

3 Parlez-en à d'autres personnes

Il peut s'avérer utile de demander à des amis ou à d'autres enfants s'ils n'ont rien remarqué. Soyez discret afin que cela ne devienne pas un sujet de commérages dans la cour de récréation mais les autres enfants peuvent être les meilleures sources d'information. Interrogez leur professeur(e). Essayez de savoir s'il/si elle a remarqué des changements chez votre enfant.



Mon enfant est harcelé, que dois-je faire ?



1 Rassurez-le

Faites comprendre à votre enfant que ce n'est pas de sa faute et qu'ensemble vous résoudrez ce problème.

2 Prenez des notes

Écrivez ce qui s'est passé, où, avec qui et pendant combien de temps. Gardez ensuite une trace des événements.

3 Demandez à votre enfant ce dont il a besoin

Demandez-lui ce qu'il ressent et ce dont il a le plus besoin de votre part. Il est important que l'enfant sente qu'il a le contrôle de la situation. Il peut craindre d'en parler à d'autres (par peur d'être traité de balance, par exemple) donc réfléchissez ensemble à la meilleure solution.

4 Parlez-en à l'école

Votre enfant peut redouter cette mesure donc mettez-vous d'accord sur la personne la mieux placée pour en parler et ce que vous attendez d'elle. Il est important que l'objectif soit que le harcèlement cesse.

5 Protégez votre enfant

S'il a été blessé de quelque manière que ce soit ou risqué de l'être, ne le mettez pas dans une situation dans laquelle il ne peut pas être en sécurité. Sa sécurité est la priorité. L'école a pour obligation légale de le protéger et elle doit collaborer avec vous. S'il a été agressé ou menacé de l'être, vous pouvez également contacter l'équipe locale des services de la jeunesse (au conseil municipal) et/ou la police.

Mon enfant est harcelé, que dois-je faire ?

6 Identifiez des personnes qui peuvent vous aider

Votre enfant a besoin d'être soutenu en ce moment donc aidez-le à trouver des personnes au sein de l'école qui sont de son côté et qui peuvent l'aider. Il peut s'agir d'autres enfants ou des professeurs qu'il apprécie et en qui il a confiance. Encouragez-le à prendre part à des activités qui le font se sentir bien dans sa peau et lui permettent d'avoir des amis en dehors de l'école.

7 N'ayez pas peur d'en parler à votre médecin

Si le harcèlement a des conséquences sur la santé physique ou mentale de votre enfant (par exemple s'il a très peur ou s'il est très angoissé), parlez-en à votre médecin.

8 Au secours, l'école ne réagit pas

Tâchez de ne pas vous énerver, expliquez clairement que vous avez besoin de travailler conjointement pour faire cesser cette situation de harcèlement. S'il s'avère nécessaire d'aller plus loin, suivez la procédure de recours de l'école et contactez l'équipe locale des services de la jeunesse de votre conseil municipal. L'école et le conseil municipal ont le devoir légal de protéger votre enfant. Le Ministère de l'Éducation a également à sa disposition les outils pour faire remonter une plainte selon le type d'école dans laquelle est inscrit votre enfant. Il peut être utile de vous référer aux documents du Ministère de l'Éducation intitulés Prévenir et empêcher le harcèlement dans les écoles (Prevent and Tackling Bullying in Schools), ainsi que Garantir la sécurité des enfants en milieu scolaire (Keeping Children Safe in Education), afin de montrer que vous connaissez les droits de votre enfant.

En pratique

Kidscape aide à construire la confiance et l'estime des enfants et des familles qui traversent des situations de harcèlement. Les enfants qui harcèlent d'autres cherchent ce qu'ils identifient comme des faiblesses chez l'autre. Cela signifie qu'ils s'en prendront en général à un enfant qui semble timide ou peu sûr de lui.

Nous apprenons aux enfants à être assertifs de manière à avoir une attitude forte, avoir un contact visuel, apprendre à dire « non » avec assurance, refuser de donner à l'auteur de harcèlement la réaction qu'il attend.

Nous organisons des ateliers ZAP dans tout le pays afin d'enseigner ces aptitudes, consultez www.kidscape.org.uk/zap pour plus de détails.



Que faire si mon enfant en harcèle d'autres ?

À nouveau, ne paniquez pas.

Il existe différentes raisons pour lesquelles des enfants en harcèlent d'autres. Parfois c'est parce qu'ils sont populaires et appréciés et souhaitent de cette manière maintenir ce statut, ou bien ce peut être le contraire, ils se sentent blessés et n'ont pas confiance en eux et ils s'en prennent aux autres. Certains enfants qui ont été victimes de harcèlement peuvent à leur tour devenir auteurs de harcèlement. Nous sommes tous capables d'avoir des comportements harcelants.

Aidez votre enfant à se rendre compte des dégâts qu'il a causés et que cela doit cesser immédiatement. Discutez avec lui de la raison pour laquelle il le fait et des attitudes positives pour se faire des amis sans en blesser d'autres. Encouragez-le à devenir cette personne qui est là pour ceux qui sont tristes ou seuls. Votre enfant peut utiliser sa force de manière positive !

À l'aide, le harcèlement est en ligne

Si votre enfant est harcelé sur les réseaux sociaux, des jeux en ligne ou des sites internet, il peut sembler difficile de gérer la situation ou d'y échapper. Vous n'êtes peut-être pas au courant des sites qu'il utilise ou des jeux auxquels il joue et vous ne savez pas quoi faire.

1 Soyez attentif aux signes

Si votre enfant est angoissé ou énervé après être allé sur internet, cela peut être un signe qu'il y est harcelé.

2 Parlez-lui ...

... du cyberharcèlement (une personne qui blesse délibérément les autres) et encouragez-le à ne pas riposter. Cela signifie qu'il vaut mieux se retirer de la conversation ou prendre une pause avant de retourner sur internet.

3 Rassurez, prenez note et alertez

Rassurez votre enfant en lui assurant que tout ira bien et que vous trouverez une solution ensemble. Tâchez de ne pas vous fâcher si votre enfant a posté ou partagé quelque chose qui a déclenché le cyberharcèlement. Nous faisons tous des erreurs et c'est l'occasion de rappeler l'importance de bien réfléchir avant de partager. Si les cyberharceleurs sont des enfants de la même école que le vôtre il est alors important de garder une trace des événements et de le partager avec l'école.

4 Signalement en ligne

La plupart des plateformes ont des dispositifs où vous pouvez signaler les comportements harcelants. Pour savoir comment dénoncer du cyberharcèlement vous pouvez visiter www.internetmatters.org et www.childnet.com



Plus d'informations

Les organismes suivants proposent des conseils et de l'aide aux enfants et adolescents victimes de harcèlement :

Kidscape : www.kidscape.org.uk

Childline : www.childline.org.uk

The Mix : www.themix.org.uk (pour les jeunes de moins de 25 ans)

YoungMinds : www.youngminds.org.uk

Pour en savoir plus à propos des ateliers ZAP de Kidscape et obtenir des conseils à destination des parents et des enfants, rendez-vous sur le site www.kidscape.org.uk/zap

Kidscape met également à votre disposition une ligne d'écoute téléphonique, la Parent Advice Line, pour plus de détails : www.kidscape.org.uk/parentsupport