

LES CONSÉQUENCES

Le cyberharcèlement entraîne de nombreuses conséquences graves sur la santé psychologique et physique des victimes.

Cela entraîne une **perte de confiance en soi**, des **insomnies**, des **troubles anxieux et dépressifs** et même des **pensées suicidaires**. Malheureusement, certains passent à l'acte en mettant fin à leurs jours.

LES SIGNES

La victime va avoir tendance à **s'isoler** de plus en plus, à se renfermer sur elle-même. Son **comportement** va changer. Elle aura aussi davantage de risques de **décrochage scolaire** ou de **troubles du sommeil**.

En prêtant attention à ces signes, on peut ainsi détecter une situation de cyberharcèlement et aider à la stopper avant qu'elle n'aille plus loin, en apportant son soutien à la victime.



LES SOLUTIONS

Bloquer et signaler

Pour que tes harceleurs ne puissent plus te contacter, tu peux les **bloquer** sur les réseaux sociaux. Tu peux aussi **signaler** du contenu indésirable auprès du réseau social.

En parler

Tu peux te diriger vers une **personne de confiance** : un membre de ta famille, un ami ou un membre du personnel de ton école. Les centres **PMS** et de **planning familial** peuvent aussi être consultés.

Dispositifs d'accompagnement

- La Police de Tournai : 069 250 250
- La ligne écoute enfants : 103
- L'application «Cyber help»

Consulter un professionnel

Tu peux faire appel à un professionnel de la santé mentale, comme un **psychologue**, qui t'aidera à surmonter cette situation de cyberharcèlement.

Porter plainte

Prends des **captures d'écran** de messages ou publications portant atteinte à ton intégrité. Rends-toi ensuite au commissariat avec les **preuves sur papier**. Tu peux te faire accompagner par une personne de confiance pour te soutenir dans cette démarche.

T'as aucun style !

On ne t'aime pas !

T'es nul.le !



100% DES PERSONNES
SONT CONCERNÉES...

STOP AU CYBER HARCELEMENT

HARCÈLEMENT, CYBERHARCÈLEMENT ?

Ce sont deux formes d'**agression** qui peuvent avoir un **impact dévastateur** sur les victimes. Bien qu'elles partagent des points communs, comme la **répétition** des actes malveillants et l'intention de nuire, elles diffèrent par leurs **contextes** et les **moyens** utilisés.

● Harcèlement

Comportement hostile, qu'il soit verbal, physique ou psychologique, exercé de manière répétée dans un **lieu physique**, comme l'école, le travail ou tout autre espace social.

Il implique généralement une interaction en **face à face**, où l'agresseur et la victime se trouvent dans le même environnement.

● Cyberharcèlement

Messages insultants, diffusion d'images ou de vidéos compromettantes, rumeurs sur les réseaux sociaux : ces agressions se déroulent **en ligne**, souvent sur des plateformes où la victime est connectée. Le cyberharcèlement a un impact amplifié, car il peut survenir à **tout moment**, être visible par un **large public**, et entraîne un harcèlement de masse.

LES FORMES DE CYBERHARCÈLEMENT

Les insultes et menaces en ligne

Des **messages méprisants**, des **commentaires haineux** et des **menaces** peuvent être envoyés directement à la victime ou dans des discussions de groupe, en incitant à la haine envers la personne ciblée par ces attaques.

Les rumeurs

Des **mensonges** peuvent être partagés pour humilier et isoler la victime. Et, sur Internet, ça se propage encore plus vite que dans la vraie vie. Les harceleurs peuvent même aller jusqu'à **usurper l'identité** de leur cible, en publiant des contenus embarrassants en leur nom.

Le partage de vidéos et photos

Parfois, des vidéos ou des photos sont publiées ou relayées **dans l'unique but de se moquer**. Ces vidéos peuvent être filmées par la victime elle-même ou par une tierce personne.

Le harcèlement sexuel

Il arrive aussi que des **photos ou vidéos intimes** soient partagées à l'insu de la victime, en attaquant sa vie privée. C'est ce qu'on appelle du **"revenge porn"**. La victime peut aussi recevoir des photos ou vidéos intimes d'autres personnes sans son consentement, ce qui est également une forme d'harcèlement sexuel.

STOP AU CYBERHARCÈLEMENT

Le cyberharcèlement est un problème omniprésent qui affecte profondément la **santé mentale, émotionnelle et parfois physique** des victimes.

Lutter contre ce phénomène demande la **participation active de tous**, à savoir les témoins, les proches, les amis, les professionnels, les pouvoirs publics et, bien sûr, les victimes elles-mêmes.

**Que tu sois victime, coupable, témoin, ...
Nous sommes tous concernés par ce fléau.**

**Ensemble, disons
"Stop au cyberharcèlement" !**

Infor Jeunes Tournai Asbl
32 Avenue des Frères Haeghe
7500 Tournai
+32 (0)69/ 22 92 22
permanence@ijty.be

Suis-nous sur les réseaux :

