Escape Bullying

Trouve les clés contre le harcèlement

by AXA

Tu es témoin de harcèlement ? Réagis !

Plus il y a de témoins, moins les gens réagissent. C'est ce qu'on appelle l'effet spectateur.
Souvent, on se dit : "c'est pas mon problème", "je connais pas tout le contexte" ou "et si on s'en prend à moi ?".
Et donc, on sous-estime notre impact. Mais ce sont justement les témoins qui peuvent changer les choses.
Réagir peut mettre fin au harcèlement et ainsi tu peux éviter qu'une situation dégénère et soutenir la personne harcelée.
Chaque action compte.

Les 6 S contre le harcèlement :

Signaler
dénonce le comportement, pas la personne.
Dis calmement, sur un ton amical
et respectueux, que ce comportement
n'est pas acceptable.

Stopper
interromps la conversation,
change de sujet ou détourne l'attention
pour mettre fin à l'incident.

Soutenir
reste présent, dans le chat ou sur place,
pour que personne ne soit seul(e).

Séparer
donne un "temps mort" ou retire temporairement
la personne ou le groupe de la situation.

Sauvegarder
garde des captures d'écran ou messages
pour aider à arrêter le harcèlement.
Ne les partage pas, ça pourrait
te rendre complice.

Solliciter
parles-en à quelqu'un de confiance :
famille, amis ou école.

Et n'oublie pas

Le harcèlement existe en ligne et hors ligne.
Tout le monde peut y être confronté.
Mais chacun peut contribuer à y mettre fin.

Tu n'as pas encore terminé le jeu ?

Continue à jouer en ligne
sur escapebullying.be
et joue contre le harcèlement.

À qui tu peux en parler ?

Tu vis une situation de harcèlement et tu as du mal à en parler à quelqu'un ? Ou tu ne sais pas trop quoi faire ?
Tu n'es pas seul(e). Tu peux aussi te rendre sur le site internet du RPH (Réseau Prévention Harcèlement)
pour trouver un acteur qui peut t'aider.

Tu peux aussi contacter les services d'écoute (Appels gratuits et anonymat garanti).

- Au 103, la ligne téléphonique du **Service Ecoute-Enfants de la Fédération Wallonie-Bruxelles** (pour les élèves) ;
- Au 0800 95 580, le numéro d'**Écoute Ecole** (pour la famille et les personnes travaillant à l'école).