

## QU'EST-CE QUE LE CYBERHARCÈLEMENT ?

Le cyberharcèlement c'est toutes les formes de harcèlement qui font appel aux technologies de l'information et de la communication comme Internet, le GSM ou l'ordinateur. Puisque le cyberharcèlement reste du harcèlement, les 3 conditions dont on t'a parlé dans la fiche mémo n°2 doivent toujours être réunies.

### QUELLES SONT LES SPÉCIFICITÉS DU CYBERHARCÈLEMENT ?

La permanence des messages : ils sont accessibles quasi indéfiniment et difficiles à supprimer.

La diffusion massive : un message peut être partagé et repartagé à l'infini à une multitude de gens.

L'anonymat : l'identité de l'auteur peut être inconnue, il a alors l'impression d'agir en toute impunité.

L'absence de répit : on y est confronté même chez soi, on a la sensation que « ça ne s'arrête jamais ».

L'absence des aspects non-verbaux :

1. C'est difficile de déterminer si le message reçu se veut être une blague ou une agression.
2. Comme les pilotes de chasse qui, dans un cockpit protégé et très loin de leur cible, ne réalisent pas les dommages qu'ils causent, le cyberharceleur qui se trouve derrière l'écran de son ordinateur n'est pas conscient de la réaction de sa victime. C'est l'effet cockpit.

### LE RÔLE DES TÉMOINS

Tu te souviens que dans la fiche mémo n°3 on te parlait des différents types de témoins ? Et bien on peut distinguer les mêmes types de témoins dans le cyberharcèlement.

Le fait de liker un commentaire est une manière de montrer (in)directement ton soutien au harceleur. Et évidemment, plus on voit des like, plus on a envie de liker pour appartenir au groupe. Ce n'est pas toujours facile mais essaie toujours de réfléchir à ce que la personne visée par le commentaire peut ressentir avant de le liker.



### COMMENT RÉAGIR FACE À UNE RUMEUR (EN LIGNE OU DANS LA VIE) ?

Sur les réseaux sociaux, un simple commentaire, un tweet, une publication,... peuvent être à l'origine d'une rumeur. Et une rumeur est très vite répandue sans que sa source ne soit vérifiée.

Il est important d'être capable de prendre du recul vis-à-vis des informations que tu vois sur internet ou que tu reçois dans la vraie vie.

Voici certains réflexes que tu peux adopter pour faire le tri :

- Te demander: «Qui est l’auteur de l’info qui circule ?»
- Si cela concerne une personne que tu connais, tu peux t’informer auprès d’elle avant de repartager l’information.
- Te demander: «Quels sont les objectifs de l’auteur de l’info, ses motivations ? Est-ce que le but n’est pas juste de faire le « buzz » ? Nuire à quelqu’un ?»

## JE SUIS CONFRONTÉ À DU HARCÈLEMENT EN LIGNE

Quelques conseils si je suis victime de cyberharcèlement :

- Bloquer le.s agresseur.s et/ou le.s signaler sur les réseaux. Tu peux aussi demander à ce que le contenu soit retiré en le signalant.
- Installer l’application Bodyguard (gratuite) qui filtre tous les commentaires négatifs que tu reçois sur Twitter, Youtube, Instagram et Twitch.
- Modifier les paramètres de confidentialité de tes comptes pour n’y donner accès qu’à tes proches. Tu peux aussi retirer tes informations personnelles qui pourraient être utilisées contre toi comme ton adresse, ton adresse mail ou ton numéro de téléphone.
- Demander à une personne de confiance de lire les commentaires avant toi pour faire le tri et signaler/supprimer ceux qui sont problématiques.
- Contacter la ligne Ecoute-Enfants (103)
- Contacter Child focus (ligne téléphonique : 116000 – ils ont aussi un chat accessible sur Facebook) ou le Chat « maintenant j’en parle » ([www.maintenantjenparle.be/](http://www.maintenantjenparle.be/)) qui sont spécialisés en cyberharcèlement et pourront t’écouter et te donner des conseils.
- Faire savoir à ton agresseur que son comportement est problématique, blessant et inacceptable (veille à ne pas inverser les rôles et te montrer toi-même harcelant).
- Contacter le fournisseur de service internet ou du téléphone de ton harceleur. Si tu disposes de preuves, ils peuvent interdire l’utilisation de leurs services à des fins abusives. Ils pourront prendre contact avec l’agresseur ou fermer son compte.
- Réagir de manière inattendue pour déstabiliser les agresseurs (répondre avec des cœurs ou des émoticônes joyeux ou encore donner une réponse sans lien). Attention, parfois répondre ne sert à rien et lance des débats à rallonge.
- Supprimer ses comptes et/ou arrêter de fréquenter les réseaux sociaux. Tu peux aussi recréer des nouveaux comptes mieux protégés et n’y donner accès qu’à tes amis proches. Ce n’est pas évident, mais ça te permettra de souffler un peu.
- Evidemment, tu peux aussi utiliser les conseils qu’on t’a donnés dans la fiche mémo n°3.

Quelques conseils si je suis témoin de cyberharcèlement :

- Ne pas partager ou liker le contenu négatif, même si c'est pour le dénoncer.
- Commenter positivement les photos ou communications faisant l'objet de moqueries pour soutenir la victime et/ou commenter en faisant comprendre aux harceleurs que tu ne trouves pas ça drôle.
- Organiser une communauté privée (un groupe Facebook, Whatsapp, etc) qui se mobilise pour défendre la victime quand une situation de harcèlement en ligne apparaît.
- Signaler des posts ou commentaires qui te dérangent ou choquent. Tu peux aussi bloquer ou signaler une personne qui importune une autre.
- Ecrire un message à la victime pour la soutenir.

Evidemment, tu peux aussi utiliser les conseils qu'on t'as donné dans la fiche mémo n°3.

### QUELLES FORMES PREND LE CYBERHARCÈLEMENT ?

Dénomination	Forme
<b>HARASSMENT</b> (=harcèlement)	Attaques répétées sous forme de commentaires dont l'objectif est d'épuiser la victime.
<b>FLAMING</b> (=flambage ou propos inflammatoires)	Attaques brutales répétées dont l'objectif est d'inonder la victime de commentaires injurieux.
<b>INTIMIDATION</b>	Menaces répétées induisant la peur.
<b>SEXTING NON CONSENTI</b>	Envoi de messages à contenu sexuel explicite alors que l'autre n'a pas consenti.
<b>REVENGE PORN</b> (=porno de revanche)	Partager des photos intimes (prise avec ou sans consentement) d'un (ex) partenaire sans son accord. Le but est d'humilier l'autre ou de nuire à sa réputation pour se venger.
<b>HAPPY SLAPPING</b> (=video agression)	Filmer une agression physique sans l'autorisation de la victime et ensuite diffuser les images sur les réseaux pour que la victime soit moquée.
<b>SLUT SHAMING</b> (=humiliation de filles dites faciles)	Insulter, se moquer ou discriminer les filles dont le comportement est jugé comme étant trop sexy par rapport aux normes du groupe.
<b>HACKING</b> (=piratage)	Utiliser les technologies de communication pour prendre contrôle de l'ordinateur, des comptes ou des données personnelles de la victime.
<b>FAUX EN INFORMATIQUE</b> (=usurpation d'identité)	Se faire passer pour la victime en utilisant son identité sur internet.

## FOCUS SUR LE SEXTING

Le sexting consiste à envoyer des messages à caractère sexuellement explicite. Ces messages peuvent contenir du texte mais aussi une photo ou une vidéo. Le sexting est une forme de flirt, et peut représenter une étape dans une relation intime. Il n'est donc évidemment pas mal ou interdit d'envoyer ce type de messages. Mais il faut que tu sois conscient.e que le sexting comporte aussi des risques. Il y a donc trois règles à respecter pour envoyer des sextos sereinement :

### 1 TOUTES LES PERSONNES CONCERNÉES SONT CONSENTANTES

Envisageons les situations problématiques possibles :

1 - A oppresse B pour recevoir des sextos. Sous la pression B envoie un sexto sans en avoir envie.

--> C'est problématique car B envoie le sexto sous la pression et non parce qu'il.elle en a envie.

2 - C reçoit un sexto de D alors que C n'a rien demandé et ne souhaitait pas recevoir ce sexto.

--> C'est problématique car C ne souhaite pas voir ce genre de messages.

3 - E a reçu un sexto avec une photo envoyée par F. Les deux sont consentants lors de l'envoi du sexto. Mais E décide de transférer l'image à ses ami.e.s, sans le consentement de F. La photo commence à circuler chez d'autres personnes.

--> Si E veut se venger de F (en cas de rupture par exemple), c'est ce qu'on appelle le revenge porn. Un sexto peut être transféré pour d'autres raisons : se rendre intéressant devant les copains, par jalousie, ... et aussi par quelqu'un qui n'avait pas de mauvaises intentions et qui n'a pas pensé aux dégâts qu'il.elle pouvait causer.

Souvent c'est cette troisième situation qui débouche sur du cyberharcèlement. Le partage intensif des photos dénudées de la victime peut entraîner par exemple des moqueries à répétition et du slutshaming.

### 2 TU AS PRIS DES PRÉCAUTIONS

Tu peux prendre plusieurs précautions pour éviter que le partage d'une photo puisse déboucher sur une situation de cyberharcèlement.

- Refuser de partager quelque chose qui te met mal à l'aise. Une personne qui nous aime ou qui nous respecte, ne menace pas et ne fait pas pression sur l'autre. Si la personne s'abaisse à te menacer ou te mettre la pression, il est probable qu'elle ne respectera pas la confidentialité de vos échanges.
- Garder à l'esprit qu'une fois le sexto envoyé, on en perd le contrôle. Ne partage qu'avec des personnes en qui tu as confiance. Par exemple, évite d'en envoyer à des personnes que tu ne connais pas hors-ligne.

- Avoir une discussion claire avec la personne à qui tu veux envoyer un sexto. On s'assure que tout le monde est consentant, on précise que le sexto n'est destiné qu'à lui/elle et qu'on ne l'autorise pas à le partager. Vous pouvez aussi décider de supprimer les sextos après en avoir pris connaissance. Bref, poser un cadre qui convienne à tout le monde. Comme pour tout dans les relations : la communication est la clef.
- Ne pas être reconnaissable sur les photos. Comme ça, si le partenaire décide de partager la photo, il sera impossible de relier les photos à toi. Cela ne règle pas le nœud du problème mais cela permet de limiter les dégâts pour toi. Sur une photo dénudée, évite de montrer ton visage ou d'autres signes qui te rendent reconnaissable (tatouage, marque de naissance, cicatrice,...).  
Il existe également une application qui rend le sexting plus sûr (elle permet de flouter le visage ou encore de mettre un filtre qui indique l'identité de la personne à qui la photo a été envoyée) : <https://comdomapp.be/fr/>.
- Attention aux captures d'écran, même sur les applications où les messages disparaissent après 24h.

**3 LES ÉCHANGES RESTENT ENTRE TOI ET LA PERSONNE AVEC QUI TU LES AS EUS. NE REPARTAGE DONC PAS UN SEXTO QUI T'A ÉTÉ ENVOYÉ, C'EST UNE INFRACTION ET C'EST PUNISSABLE PAR LA LOI !**

### MON SEXTO A ÉTÉ PARTAGÉ SANS MON CONSENTEMENT, QUE FAIRE ?

D'abord rappelle-toi que tu n'es pas en faute et tu n'es certainement pas le/la seule à avoir un jour envoyé un sexto. Tu n'as rien fait de mal, le seul coupable est celui/celle qui a partagé ton sexto !

Voilà quelques conseils qui pourront t'aider :

- Demande à la personne qui a mis le contenu du sexto en ligne de le retirer d'internet et de le supprimer de son appareil.
- Demande à tes amis et à ton entourage de supprimer le contenu du sexto et de ne pas le partager.
- Contacte le site sur lequel le sexto a été partagé pour qu'il soit supprimé.
- Demande l'aide d'un adulte de confiance ou appelle le service Ecoute-Enfants (103) qui peut être appelé de manière anonyme si tu n'es pas prêt à donner ton identité.
- Appelle la ligne d'aide de Child Focus (116000), ils pourront obtenir plus rapidement qu'une photo soit supprimée. Tu peux aussi les contacter sur le chat de leur page Facebook.
- Dépose une plainte à la police.
- Demande le déréférencement des contenus aux moteurs de recherche. Cela permet qu'un contenu ne soit plus relié à ton nom quand on le tape dans le moteur de recherche.

## J'AI REÇU UN SEXTO QUI TOURNE DANS LE CADRE D'UNE SITUATION DE HARCÈLEMENT, QUE FAIRE ?

- Ne le transfère pas à d'autres personnes, c'est une infraction.
- Préviens la personne qui apparaît sur la photo et soutiens-la.
- Fais savoir à la personne qui t'a communiqué le sexto que tu ne trouves pas ça amusant. Si tu connais d'autres personnes qui font tourner le sexto, tu peux leur dire la même chose.
- Tu peux aussi contacter un adulte de confiance, ou le numéro d'écoute-Enfants (103) ou la ligne d'aide de Child Focus (116000).

## J'AI REÇU UN SEXTO ALORS QUE JE N'AI RIEN DEMANDÉ ET QUE JE N'AI PAS CONSENTI, QUE FAIRE ?

- Supprime la photo (sauf si tu veux porter plainte) et ne la partage pas. Même si tu n'as pas consenti à l'envoi de cette photo et que c'est l'autre qui est en faute, ce n'est pas une raison pour partager une photo intime de quelqu'un d'autre qui n'était destinée qu'à toi.
- Indique à l'autre que tu n'étais pas consentant.e pour l'envoi de cette photo et que tu souhaites qu'il ne recommence plus. Pour cela il existe plusieurs manières de faire. Selon ta relation avec l'autre, tu peux avoir recours à l'humour ou être plus direct.
- Tu peux bloquer la personne pour éviter qu'elle ne recommence.
- Tu peux aussi lui rappeler que c'est interdit par la loi et punissable.
- Si tu as été choqué par ce que tu as lu ou vu, tu peux toujours en parler à une personne de confiance ou porter plainte. Dans ce cas, garde une trace des sexto, mais ne le partage qu'avec les services de police.

## CYBER SÉCURITÉ

En sécurisant mieux tes profils tu éviteras de t'exposer à certains risques : le piratage de ton compte, la diffusion d'informations personnelles comme tes coordonnées et tes photos sans ton accord ou aussi l'utilisation de tes données à des fins publicitaires.

Quelques conseils indispensables :

- Renforce ton mot de passe : n'utilise pas le même pour tous tes comptes, mets au moins 12 caractères, en y intégrant un chiffre et un caractère spécial, n'utilise pas un mot prévisible comme le nom de ton chien,....  
Et n'oublie pas que « Un bon mot de passe c'est comme une brosse à dent : ça ne se prête pas, même à sa son meilleur.e ami.e ».
- Fais attention à te déconnecter quand tu quittes un ordinateur pour éviter que la personne qui l'utilisera ensuite puisse accéder à tes comptes.
- Réfléchis à ta réputation en ligne. Avant de publier quelque chose ou de compléter ton profil avec des informations personnelles, prend le temps de bien y réfléchir car une fois que quelque chose se trouve sur internet, c'est souvent difficile de l'enlever. Garde bien en tête que tout ce que tu mets sur internet peut devenir public, être vu par tous les internautes du monde entier et y rester éternellement.
- N'accepte pas n'importe qui en « ami » sur les réseaux sociaux, uniquement des personnes que tu connais dans la vie hors ligne et que tu considères vraiment comme des amis.
- Vérifie les paramètres de confidentialité de tes comptes. Evite ainsi de rendre ton profil public. C'est comme dans la vie réelle : pense à quel ami tu confieras certaines informations sur toi et à qui tu n'en parlerais pas.

Pour aller plus loin :

- Vérifie régulièrement la sécurité de tes comptes. Le site <https://haveibeenpwned.com/> permet de s'assurer que tes comptes n'ont pas été piratés.
- Avant de créer un compte sur un site ou un réseau social, lis toutes les conditions d'utilisation. Les conditions d'utilisation sont souvent des longs textes ennuyeux. Mais elles sont importantes car on peut par exemple y lire quelles informations sont conservées à notre sujet après qu'on les ait postées. C'est bon à savoir car sur certains sites, les photos qui sont publiées deviennent la propriété du site et le site peut donc utiliser notre photo comme il veut.  
Astuce : pour beaucoup de sites, il existe des résumés en ligne de leurs conditions d'utilisation.
- Si tu trouves ça compliqué, demande de l'aide dans ton entourage. Tu connais peut-être quelqu'un qui est balaise en informatique. Tu peux aussi t'adresser à un espace public numérique (EPN) où tu trouveras quelqu'un pour t'aider. Le site [www.caban.be](http://www.caban.be) les référence tous et te propose un moteur de recherche pour trouver celui qui pourra le mieux t'aider.

## DROIT À L'IMAGE ET CONSENTEMENT

Tout le monde a un droit à l'image. Cela signifie que, sauf certaines exceptions, il faut demander l'autorisation d'une personne avant de prendre et/ou de publier une image (photo ou vidéo) d'elle. Cela signifie aussi que si quelqu'un n'apprécie pas l'image qui a été publiée d'elle, elle a le droit de demander qu'elle soit supprimée immédiatement. C'est la personne concernée, et elle seule, qui peut décider si des images d'elle peuvent être prises et utilisées.

Quelques informations supplémentaires :

- Consentir à être photographié ou filmé ne veut pas dire qu'on consent automatiquement à ce que l'image soit utilisée et diffusée ensuite.
- Un consentement peut toujours être retiré. Si quelqu'un était d'accord au début pour que sa photo soit publiée mais change ensuite d'avis, il faut respecter son choix et retirer la photo.
- Si la personne pose lorsque la photo est prise, on estime qu'elle a donné son consentement pour que la photo soit prise (pas pour qu'elle soit publiée par contre).
- Pense donc à demander l'accord de tes amis avant de publier une photo qui les concerne.

Quelqu'un a partagé une photo de moi sur internet sans mon consentement, comment m'y opposer ? Voici quelques conseils :

- Si tu connais la personne, tu peux commencer par lui demander de supprimer la photo.
- Tu peux demander la même chose au webmaster ou au responsable du site. Il y a notamment moyen sur les réseaux sociaux de signaler une photo qu'on souhaite faire supprimer.
- Tu peux introduire une plainte auprès de l'autorité de protection des données (il y a un formulaire en ligne).
- Tu peux contacter la ligne téléphonique de Child focus dont on t'a déjà parlé ici-dessus.
- Tu peux porter plainte auprès de la police.
- N'hésite pas à demander de l'aide à un adulte.