

## I] Comprendre le phénomène du cyber-harcèlement

- ➔ Les différentes formes de cyber-violence et leurs causes
- ➔ Les conséquences pour les victimes, les auteurs et les témoins
- ➔ Alerte sur certaines applications: IA -Whatsapp - Tik Tok - Roblox - Zepeto

## II] Les bons réflexes à adopter avec ses enfants

- ➔ Le cyber-langage des jeunes: se tenir informé
- ➔ Usages numériques et parentalité
- ➔ Parent d'un jeune victime, auteur ou témoin: que faire?

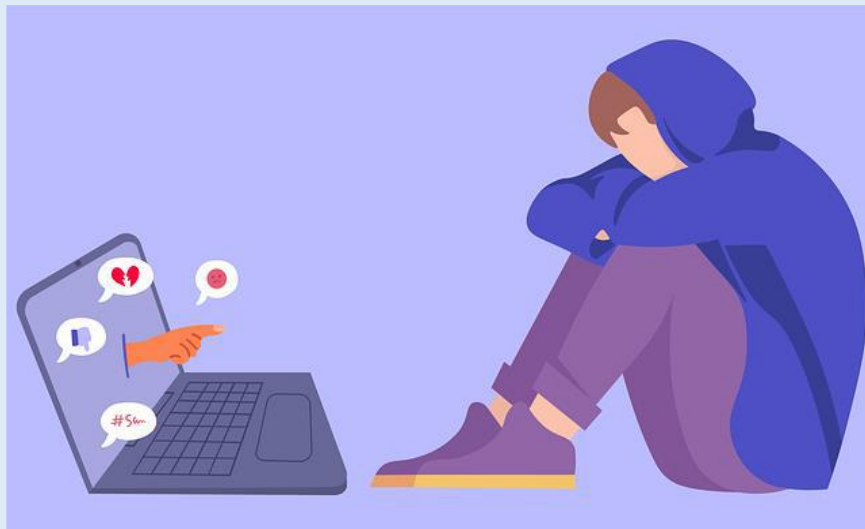


Rosselle Myriam, Responsable Départementale de lutte contre le harcèlement scolaire entre élèves  
harcelement32@ac-toulouse.fr

Avec la participation des Promeneurs du Net 32; Mme Bourdon Agathe, secteur l'Isle-Jourdain responsable.jeunesse@apiengascolgne.fr

<https://www.promeneursdunet.fr/departements/gers>

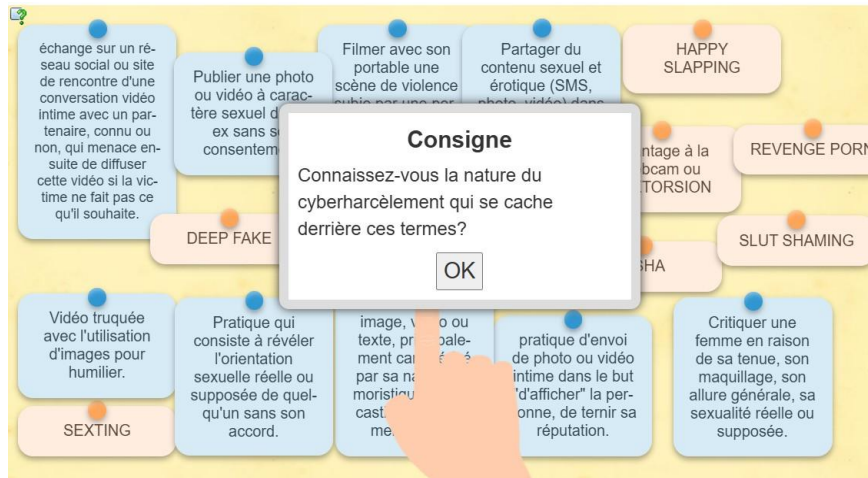




# I. Comprendre le phénomène de cyber-harcèlement

## ➔ Les différentes formes de cyber-violence

- **Cyber violence** = toute forme de violence en ligne
- **Cyber harcèlement** = actes malveillants répétés, dans un cadre public ou restreint (messages privés), qui peuvent prendre différentes formes: intimidations, insultes, menaces, rumeurs, publication de photos ou vidéos compromettantes, montages...



*Activité:*  
Connaissez-vous les principaux types de cyber-violence?



<https://learningapps.org/watch?v=p5i3gq6nv25>



Le respect ne s'arrête pas à l'écran,  
alors **STOP** au cyber-harcèlement.

## Les spécificités d'internet:

- ➔ Anonymat et désinhibition
- ➔ Réduction de la capacité d'empathie
- ➔ Manque de contrôle, manque d'information sur les règles d'échange
- ➔ Pouvoir de dissémination rapide
- ➔ Mécanisme des réseaux sociaux
- ➔ Phénomène de mimétisme des influenceurs (insultes, clash) et des personnalités publiques ou internautes adultes adoptant une attitude de *haters*
- ➔ Pas de pause possible – H24



**Propagation + Effet de meute  
= DANGER IMMEDIAT**

# ➔ Les causes du cyber-harcèlement

## Un cercle destructeur alimenté par la récidence

19%

sont auteurs ou participants à du harcèlement ou du cyberharcèlement

### ► Pourquoi ?

45%

par effet de groupe

19%

pour rigoler

++ les garçons 24 %

18%

pour se venger

## Des auteurs conscients et démunis, mais qui recommencent...

### ► Si

77%

ont compris les conséquences de leur acte

44%

ont ressenti du mal être, de la culpabilité

### ► Et pourtant,

24%

ont récidivé

### ► Ils auraient aimé ...

32%

Savoir comment dire non

24%

Savoir que le harcèlement est puni par la loi

30 18

Un risque accru de récidence

## Les activités en ligne omniprésentes dans le quotidien des enfants...

### ► Se rendent sur les réseaux sociaux

65%

Primaire

90%

Collège

99%

Lycée

... Pour rappel, l'inscription sur les réseaux sociaux n'est pas autorisée aux moins de 13 ans



### ► 26 % des enfants ne tiendraient pas plus d'une heure sans leur smartphone



24%

Primaire

22%

Collège

32%

Lycée

64%

... des collégiens et lycéens utilisent déjà l'Intelligence Artificielle (IA)

## ... propices au cyberharcèlement : plus présent au lycée, les filles plus concernées

18%

des enfants ont été  
confrontés au moins  
une fois à du  
cyberharcèlement.



Filles au lycée : 25%

15%

Primaire

20%

Collège

22%

Lycée



41%

des enfants  
cyberharcelés  
sur WhatsApp.

► Dont

25%

sur des groupes  
WhatsApp  
de classe.



**85%**  
DES ÉLÈVES  
DÉCLARENT AVOIR ÉTÉ VICTIMES  
d'au moins une forme  
de (cyber)violence

la moitié  
DES ÉLÈVES  
DÉCLARE AVOIR SUBI  
au moins 6 victimations  
depuis le début de l'année

43%  
DES ÉLÈVES  
ONT SUBI  
au moins 1  
(cyber)violence sexuelle

LES FILLES  
SUBISSENT  
les (cyber)violences de manière disproportionnée  
par rapport aux garçons :

**Être une fille**  
AUGMENTE DE  
**65%**  
LE RISQUE DE SUBIR  
des (cyber)violences  
psychologiques à haute intensité<sup>6</sup>  
ET DE  
**57%**  
pour les (cyber)violences  
sexuelles à haute intensité<sup>7</sup>

Lien de  
l'enquête  
Novembre  
2025 [ICI](#)

L'assignation à une identité LGBT+

AUGMENTE QUASIMENT

**2 X PLUS**

LE RISQUE DE SUBIR

toutes les formes de (cyber)violences à haute intensité,  
qu'elles soient sexuelles, psychologiques ou physiques<sup>8</sup>.

LES FILLES ASSIGNÉES LGBT+

SONT SURREPRÉSENTÉES  
dans quasi toutes les catégories  
de victimations et sont ainsi  
**LES 1ÈRES VICTIMES**  
du continuum des  
(cyber)violences de genre.

LA MISE EN COUPLE

**multiplie par 2**

LE RISQUE DE SUBIR

des (cyber)violences sexuelles  
à haute intensité

# Les conséquences

## Agresseurs

**Sentiment de triomphe puissance impunité**

Agressivité, violence  
Risque de sanctions disciplinaires pénales

**Illusion d'être populaire**

Risque d'exclusion sociale

Conduites addictives

troubles de la socialisation

des conséquences pour tout le monde

## Spectateurs, témoins

Sentiment d'impuissance  
Loi du silence

Risque de décrochage scolaire

**MEFIANCE**

Peur du regard et du jugement des autres

Rejet

Sentiment de culpabilité/lâcheté

### Sur sa personne :

- Isolement social
- Perte de confiance en soi, en les autres
- Sentiments de honte et de culpabilité
- Stress, angoisse, sentiment de persécution
  - Conduites agressives, addictives
  - Tentative de suicide
  - troubles de la socialisation

victime cible

### Sur sa scolarité

- Sentiment permanent d'insécurité
- Absentéisme
- Manque de concentration, indisponibilité psychique
- Baisse des résultats scolaires
- Rupture scolaire

### DES VICTIMES QUI TÉMOIGNENT DE LOURDES CONSÉQUENCES

**51%** ont rencontré  
**des difficultés dans leur scolarité  
ou leurs études**

**45%** ont eu **envie de se venger**  
en faisant pareil  
**(62% chez les primaires)**

**52%** se souviennent avoir  
été perturbés par **des insomnies,  
des troubles de l'appétit,  
du désespoir**

**56%** ont eu **des  
difficultés à en parler**



**32%** ont failli tomber dans  
**des comportements d'addiction**  
*(écran, jeux, alcool, drogue)*

**31%** reconnaissent  
même **avoir pensé au suicide**

## ➔ Alerte sur certaines applications: la cyber-violence à l'heure de l'IA

- ✓ Un facilitateur pour les Deep fakes (création d'un contenu falsifié construit par l'IA)
- ✓ **Un usage sous-estimé par les adultes:** 70% des adolescents utilisent les IA génératives 37% de leurs parents en ont conscience.
- ✓ Une prise de conscience nécessaire et un enjeu de société: Former le citoyen de demain face à l'IA
- ✓ **Nouvelle infraction DEEPFAKE ou hypertrucages** [La loi SREN \(Sécuriser et Réguler l'Espace Numérique\), promulguée en mai 2024, adapte le droit français aux règlements européens DSA et DMA, renforce la protection des citoyens et des mineurs](#)



Phénomène en pleine expansion: il est estimé que plus de 90% des deepfakes ont un caractère pornographique.

Test du journal Ouest France en janvier 2026.



Une photo générée par IA puis dénudée par l'IA de la chaîne Telegram. Derrière le floutage, un corps réaliste, sans défaut, qui pourrait tromper un œil non averti. (Ouest-France / Emile BENECH)

Et, si vous essayez de faire la même opération avec un visage masculin, l'IA va d'abord le transformer en visage féminin avant de le dénuder. Ça en dit long sur le public visé par ces outils.





Whatsapp n'est plus une simple appli de messagerie, c'est devenu un réseau social au même titre que Snapchat et Instagram. On peut y déposer vocaux, vidéos, photos, liker, partager... La fonctionnalité « Statuts » (qui disparaissent au bout de 24h) est calquée sur le principe des Stories que l'on peut trouver sur Instagram. On peut s'abonner ou être ajouté à des chaînes et à des communautés.

L'appli est la première porte d'entrée des enfants de 6-12 ans dans le monde des réseaux sociaux, notamment avec le fameux « **groupe de classe** » qui peut sembler inoffensif aux parents. **C'est sur Whatsapp que la progression du harcèlement est la plus importante.**



## Vigilance +++ Ce réseau social propose très vite en boucle aux adolescents des contenus nocifs.

TikTok est dans le viseur du ministre de l'Éducation nationale qui a transmis un signalement à la justice le 26 mars 2026. En cause, l'algorithme qui propose rapidement aux adolescents des vidéos autour du suicide, de l'automutilation ou des troubles du comportement alimentaire.

<https://www.dailymotion.com/video/x9sm0qy>

## Vigilance +++ sur les challenges Tik Tok.



Certains sont sympas:

The outfit of the day = on partage sa tenue vestimentaire du jour.

Food trend = on partage un plat qu'on adore, sa recette et origine.

Les choses à ne plus dire en 2026 = les phrases, expressions absurdes à force d'être répétées.



**D'autres sont dangereux:**

Superman dance = sauter ou à se faire projeter dans les bras d'un copain en position horizontale avec le poing tendu pour imiter la pose de Superman.

Défi Paracétamol = avaler un maximum de comprimés de paracétamol pour tester sa résistance.

Défi Cils rasés = les jeunes hommes sont invités à s'arracher ou raser leurs cils pour paraître plus viril.

## ➔ Alerte sur certaines applications: ROBLOX (très populaire chez les 6-12 ans) et ZEPETO

<https://www.youtube.com/shorts/3ehGJjauUgY>



Connaissez-vous le sens  
caché de cet émoji?



Zepeto propose un monde virtuel dans lequel les avatars peuvent se croiser, se parler, échanger, mais aussi acheter des vêtements, faire construire des maisons, créer des cartes. On y retrouve beaucoup de placements de produits (publicités masquées) et de collaborations entre des grandes marques et des influenceurs pour favoriser les achats d'impulsion chez les adolescents. Derrière cette application sud coréenne, **les plus jeunes peuvent être confrontés à des contenus choquants et se retrouver à communiquer avec des adultes pas toujours bien intentionnés.**

Cette application a tendance à favoriser l'interaction avec des inconnus et **à ne pas respecter les données personnelles** puisque les communications (messages textes, vocaux et appels) sont enregistrés sur les serveurs de l'application.



## II. Les bons réflexes à adopter avec ses enfants

## Réseaux sociaux : à partir de quel âge ?



En France, **il est interdit de se créer un compte sur un réseau social avant 13 ans et la majorité numérique est fixée par la loi à 15 ans.**

Mais pourquoi ?

3 raisons :

- Pour les enfants de moins de 13 ans, les sites n'ont pas le droit de collecter leurs données personnelles.
- Entre 13 et 15 ans, les sites doivent obtenir l'autorisation des parents.
- À partir de 15 ans, l'âge de la majorité numérique\*\* fixé en France, le mineur peut consentir librement (ou non) à la collecte de ses données personnelles.



*\*\* Plus globalement, la majorité numérique correspond à l'âge à partir duquel "un mineur peut consentir seul à un traitement de données à caractère personnel" autrement dit à l'âge à partir duquel **un mineur peut s'inscrire sur des réseaux sociaux sans autorisation parentale.***

Et qui sont-ils ?

- **Réseaux sociaux interdits avant 13 ans** >>> YouTube, Snapchat, Instagram, TikTok, Yubo, Discord, Twitch, Twitter, Facebook
- On peut regarder des vidéos YouTube et Tik Tok avant 13 ans, mais il faut avoir 13 ans pour se créer un compte et avoir le droit de publier une vidéo, même si on a l'accord de ses parents.
- **Réseaux sociaux interdits avant 16 ans** >>> WhatsApp

## ➔ Le cyber-langage des jeunes: testez-vous!

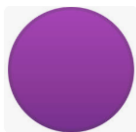


Paf



Tana

KYS



C'est mon pain

BDG

T'as tout whippin



BDH

# ➔ Le cyber-langage des jeunes

## Identifiez et comprenez le cyberharcèlement chez les jeunes

### Reste branché

Manière de dire "sois vigilant",  
"reste à l'affût".

### Paf

Mot utilisé pour faire référence  
au sexe masculin.

### Tana

Terme vulgaire et péjoratif pour  
désigner une fille perçue  
comme facile.

### BDH

Bandeuse D'Homme, pour dire  
qu'une fille fait tout pour attirer  
l'attention du sexe opposé.

### DOX / DOXXER

Rendre publiques des  
informations personnelles d'une  
personne (adresse, nom complet,  
numéro...) dans le but de nuire.

### T'as tout whippin

Tu mélanges des sujets sans lien  
entre eux.

### BDG

Bandeur De Gadjis, équivalent  
masculin de BDH.

### Tanaland

Lieu fictif où se trouveraient  
toutes les "tanans". Insulte  
collective, souvent  
moqueuse/insultante.

### Troll/Trollage

Comportement visant à  
provoquer ou harceler en se  
cachant derrière l'humour. Peut  
dégénérer en harcèlement.

### PNJ

Acronyme de "Personnage Non  
Joueur", dérivé du vocabulaire  
des jeux vidéo. Utilisé pour  
désigner quelqu'un sans  
personnalité, qui suit les autres  
sans esprit critique.

### Goumant

Se dit d'une personne qui vit une  
rupture ou une peine amoureuse  
très intense.

### Go signaler

Appel collectif à signaler un  
compte pour le faire suspendre,  
souvent utilisé contre quelqu'un  
qui a donné une opinion  
impopulaire. Peut devenir du  
harcèlement organisé.

### Gwer

Breton "gwenn" (blanc), mot  
pour désigner une personne  
blanche.

### Seggs

Façon détournée  
d'écrire "sexe".

### Kys

Abréviation de "Kill Yourself".  
Insulte très violente, à ne jamais  
prendre à la légère.

### 92i

Terme visant à discriminer une  
fille selon apparence ou style  
vestimentaire (référence au label  
92i de Booba).

### T'as tourné/T'es mondial

Expressions sexistes et  
dégradantes, utilisées pour  
stigmatiser et juger la sexualité  
des femmes, en insinuant qu'elles  
ont une vie sexuelle « intense »  
ou « facile ».

### Photoshame/Bodyshame

Juger et rabaisser une personne  
sur son apparence physique.

### On a ton @ on va te retrouver

Menace implicite souvent  
lancée après un message  
conflictuel. Peut mener à du  
doxing (diffusion d'informations  
personnelles).

### ICK

Détail ou comportement qui  
provoque un dégoût soudain.

## ➔ Le cyber-langage des jeunes



Emoji codé pour évoquer le viol. Utilisé pour coder ou évoquer des agressions sexuelles sans le dire explicitement. Cela peut être un signal d'alerte ou d'humour déplacé, selon le contexte.



Symbole de féminité, utilisé pour se moquer de la féminité chez les hommes. Peut être utilisé dans un harcèlement à caractère homophobe.



Détourné du manga "One Piece" par des groupes haineux, emoji parfois utilisé dans des discours antisémites. Peut-être désigné également avec le terme "dragon céleste".



Symbolise la scarification/mutilation. Les rayures du zèbre évoquent les cicatrices. Peut signifier un appel à l'aide.



Emojis pour souligner un ton moqueur, coquin ou suggestif.



Jeu de mot avec Corn (maïs en anglais), emoji pour dire "porno".



Personne sournoise, hypocrite.



Personne sale ou perverse. Peut viser l'hygiène ou le comportement sexuel.



Emojis associés à l'esthétique ou à l'identité des 92l.



Fayot, lèche-bottes.



Utilisé de manière sarcastique pour montrer l'agacement.



Rat, personne radine. Quelqu'un qui ne partage jamais, avare.



Mot codé pour désigner les personnes arabes/maghrébines.



Emoji détourné pour dire que quelqu'un mélange tout ou se justifie maladroitement.



Référence à la "red pill" des masculinistes, emoji représentant la masculinité toxique.



Utilisé pour insister sur un sentiment de gêne ou de honte face à une situation.



Mouton, suiveur, personne sans personnalité qui agit par imitation sans réfléchir.

## ➔ Usages du numérique et parentalité

### Sommeil perturbé



En favorisant l'**hyperconnexion**, les réseaux sociaux participent à réduire le temps de sommeil des ados.

- ✓ **Lumière bleue + mécaniques de captation = retard de coucher**
- ✓ **Sommeil insuffisant = baisse de concentration**



Le manque de sommeil a un effet général sur la santé mentale et physique **à long terme.**



### Que faire ?



Voici quelques idées d'actions faciles à mettre en place :



- ✓ Téléphone hors de la chambre après 21h (ou 2h avant le coucher)
- ✓ Zones sans écran : pas de smartphone pendant les devoirs
- ✓ Rituels apaisants : lecture, musique plutôt que réseaux sociaux avant le coucher



## ➔ Usages du numérique et parentalité

# Les filles sont les plus touchées

Pourquoi ?



Utilisation plus intensive des réseaux visuels (Instagram, TikTok)



Pression sociale + stéréotypes de genre



Comparaison constante avec idéaux corporels



Risque accru de troubles anxiodépressifs



**Besoin d'un accompagnement spécifique et bienveillant.**



# Que faire ?



**Renforcer l'estime de soi dans le réel (pas dans l'écran) :**



**Dialoguer sans juger :** demandez ce qu'elles regardent, ce qu'elles ressentent



**Alerter sur les filtres :** c'est de la retouche, pas la réalité. C'est normal de ne pas être "parfait"



**Valoriser le hors-écran :**

- voir les amis "en vrai"
- encourager les loisirs qui construisent la confiance réelle (sport, activités créatives, jeux de sociétés, engagement bénévole...)



## ➔ Usages du numérique et parentalité

### Harcèlement et conduites à risque



58% des ados cyberharcèlent ou sont cyberharcèlés

- Votre ado se replie sur lui-même ?
- Refuse de partager son écran ?
- Semble anxieux après avoir consulté son téléphone ?



Il pourrait être victime de cyberharcèlement, pression sociale, conduites à risque (défis, jeux...)



### Que faire ?



**Activez le contrôle parental** sur tous les appareils (blocage contenu, limites temps).



**Créez un climat de confiance** : « Si quelque chose te mets mal à l'aise, tu m'en parles ».



**Signalez et bloquez** : montrez-leur comment, ensemble, sans honte.



## ➔ Parent d'un jeune victime, auteur ou témoin: que faire?

Enfant victime, témoin ou auteur: écouter, recueillir son témoignage **sans juger** (ex: cas de sexting). **ALERTER le chef d'établissement / directeur d'école** car la situation est grave et de l'ordre du délit.

Enfant victime ou témoin: En plus de l'alerte, **Appeler le 3018** pour la marche à suivre concernant la protection de vos preuves, le retrait de contenu malveillant et la saisine DSDEN 32.

Si votre enfant témoin a des réticences, lui dire que signaler une situation anormale, qui met quelqu'un en danger ce n'est pas être une balance, c'est avoir le bon réflexe, être un bon camarade, un bon citoyen, une personne responsable qui s'inquiète du sort d'autrui.

### Réflexes à adopter:

- ❶ Faire des captures d'écran
- ❷ Signaler
- ❸ Se protéger
- ❹ S'entourer

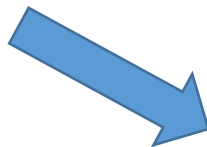
**N'agissez pas seul.**



# Le traitement des cyberviolences au sein d'un établissement scolaire du CP à la terminale

Tolérance zéro

Obligation de l'école d'agir car les  
enfants et adolescents agissent  
en qualité d'élève.



## Signalement de délit(s)

Nouvelle plateforme **POUR LES MINEURS:**  
**Ma Sécurité** Ministère de l'Intérieur



Sur **Ma Sécurité**, des agents formés,  
disponibles par tchat,  
sont là pour vous aider en 130 langues.

Vous êtes pris en charge en moins  
de 2 minutes, 24h/24 et 7j/7.

Dès qu'une image intime de mineur circule, il faut  
le signaler via **PHAROS** et pour les cyberviolences  
de type sextorsion

Sur Internet aussi vous pouvez être témoin  
ou victime d'une infraction

Violence, mise en danger des personnes, menace ou apologie du terrorisme, injure ou diffamation,  
incitation à la haine raciale ou discrimination, atteintes aux mineurs :

**je ne partage pas, je signale à PHAROS !**

### La Plateforme numérique d'accompagnement des victimes (Pnav)

**TCHAT ACCESSIBLE 24H/24 ET 7J/7**

Que vous soyez **victime, témoin**  
ou **professionnel**, vous pouvez  
signaler des situations de :

- Violences conjugales et intrafamiliales ;
- Violences sexuelles ;
- Cyberharcèlement de mineurs ;
- Violences sexistes et discriminations.

#### *J'ai besoin d'aide*

**Victimes :** Vous n'êtes pas seules.  
Sur la plateforme, vous pouvez parler  
librement, être écoutées et être prises  
en charge par des policiers formés  
à ces situations.

**Collégiens, lycéens :** Si vous êtes  
victimes ou témoins de harcèlement  
au sein de votre établissement scolaire  
et/ou sur les réseaux sociaux, venez en parler  
sur notre tchat.

**Témoins :** Dans le cadre de votre travail,  
de vos activités ou dans votre voisinage,  
agissez pour protéger les victimes.

# Ressources

**Application de la CNIL pour les 10-15 ans:** permet de tester son mot de passe, de développer ses connaissances et compétences avant d'accéder aux réseaux sociaux.

## Sur le site de la DRANE Occitanie

<https://drane.region-academique-occitanie.fr/usages/pix/pix-parentalite>

### Pix Parentalité



## DES OUTILS POUR ACCOMPAGNER PARENTS & ENFANTS DANS L'UTILISATION RESPONSABLE DES RÉSEAUX SOCIAUX



Une **webconférence** pour les parents en deux temps. Dans un format dynamique et court, les intervenants présentent aux parents leurs solutions concrètes pour sensibiliser les enfants aux bons usages d'Internet et accompagner les adolescents sur les réseaux sociaux.



**Quiz : Familles connectées testez-vous ! Les réseaux sociaux et nous :**

Une série de 10 questions pour confronter les réponses parents-enfants autour des connaissances et pratiques des réseaux sociaux. Le but est d'apprendre en famille à bien utiliser les réseaux sociaux et d'ouvrir la discussion.



**Le guide pratique - Vos enfants et les réseaux sociaux... comment les accompagner ?**

Ce guide rassemble toutes les infos, conseils et outils pour sécuriser les usages de ses enfants sur les réseaux sociaux et apprendre à agir face aux situations de cyber-violences.



**La fiche parents-enfants - Faire ses premiers pas dans la vie numérique :**

Cette fiche regroupe des ressources numériques pour aborder les usages numériques de ses enfants. Elle guide les parents, leur permet d'échanger avec leurs enfants et de définir des bonnes pratiques numériques en famille.



[www.internetsanscrainte.fr](http://www.internetsanscrainte.fr)

**Merci à toutes et tous pour  
votre attention et nos échanges.**

**Protéger nos jeunes contre les cyber-violences et le  
cyber-harcèlement:**

**Seuls nous n'y arriverons pas,  
Ensemble nous pouvons le faire !**

