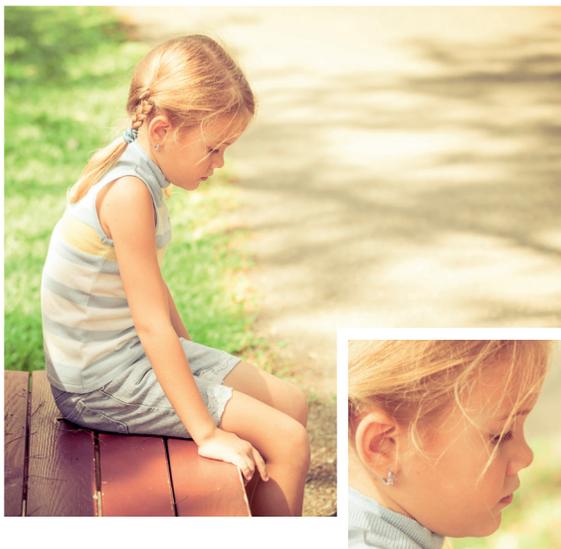


LES CONSULTATIONS DU PÉDOPSY

Marie Quartier

# Harcèlement à l'école

Lui apprendre à s'en défendre



EYROLLES

# Plus jamais victime !

**Sidonie est en permanence bousculée en maternelle, Antoine se fait voler son goûter et ne veut plus aller à l'école, Alexandre accepte de se laisser maltraiter pour avoir des copains, Élise est le bouc émissaire de sa classe, Nathan est victime de violences physiques, François est racketté par son meilleur ami, Manon est harcelée sur Facebook...**

Dans la cour, la cantine, les toilettes des établissements scolaires, règnent une loi, un pouvoir, des codes particuliers. Les parents et le corps enseignant restent souvent impuissants face au harcèlement, d'autant plus que les enfants qui le subissent ont trop honte pour en parler.

Comment prévenir le harcèlement à l'école ? Comment déceler cette souffrance chez un enfant et l'inciter à se confier ? Comment l'aider efficacement lorsqu'on découvre qu'il subit cette forme de maltraitance et lui permettre de s'en sortir ?

À partir de cas réels et concrets, ce livre propose aux parents des pistes de réflexion et une gamme de solutions pour stopper le harcèlement. Il s'agit avant tout de revaloriser l'image de l'enfant, en lui apprenant à se défendre face à ses harceleurs et en lui permettant d'être celui qui décide de la meilleure des solutions proposées.

*Marie Quartier a enseigné en collèges et lycées, puis s'est formée à l'accompagnement des élèves en souffrance. Elle est aujourd'hui responsable du Réseau Orfeee, dédié au traitement des problèmes et souffrances scolaires, composé de psychopraticiens et formateurs spécialisés en thérapie brève systémique et stratégique.*

## ■ ■ ■ LES CONSULTATIONS DU PÉDOPSY ■ ■ ■

Les réponses pragmatiques de pédopsychiatres  
aux petits soucis psy de l'enfance.

# Harcèlement à l'école

Lui apprendre à s'en défendre

Groupe Eyrolles  
61, bd Saint-Germain  
75240 Paris Cedex 05

[www.editions-eyrolles.com](http://www.editions-eyrolles.com)

Conception (intérieur et première de couverture): Caleido Éditions  
Mise en pages: PCA

Avec la collaboration d'Alice Breuil

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Groupe Eyrolles, 2016  
ISBN: 978-2-212-56262-0

Marie Quartier

# Harcèlement à l'école

Lui apprendre à s'en défendre

EYROLLES



## Dans la même collection

Gisèle George, *J'en ai marre de crier !*

Laurence Haurat, *C'est l'enfer à table !*

Didier Pleux, *Petits Caprices et grosses colères*

Patricia Chalon, *Mon enfant tape*

Laurence Lalande, *Au secours, mon enfant est précoce !*

Philippe Grandsenne, *Comprendre les pleurs de bébé*

Didier Pleux, *Frères, sœurs...*

Claire-Lucie Cziffra, *Au secours, mon enfant rame à l'école !*

Véronique Maciejak, *Il me pousse à bout !*

Patricia Chalon, *Les peurs de l'enfant*

### Marie Quartier

Professeur agrégé de lettres, Marie Quartier a enseigné en collèges et lycées, puis s'est formée aux interventions systémiques et stratégiques de l'école de Palo Alto. Diplômée de l'Institut Gregory Bateson à Liège, elle s'est spécialisée dans l'accompagnement des élèves en souffrance, qu'elle reçoit en consultation à Lyon. Responsable du Réseau Orfee, elle donne des formations et des conférences en France comme en Europe francophone.

# ■ ■ ■ Table des matières ■ ■ ■

Introduction.....	9
-------------------	---

## Chapitre 1

### Camille, 3 ans, se laisse prendre ses jouets

▪ L'enfant pacifique et généreux .....	17
▪ Un déséquilibre explosif .....	18
▪ L'importance de se montrer cohérent .....	21
▪ S'affranchir du carcan des relations imposées .....	24
▪ S'interroger sur sa propre expérience de la maltraitance.....	25

## Chapitre 2

### Sidonie, 4 ans, est sans cesse bousculée

▪ L'enfant vulnérable .....	32
▪ Un cercle vicieux .....	33
▪ Des adultes un peu trop protecteurs .....	34
▪ Prendre un virage à 180 degrés.....	37
▪ Ne pas cibler son action sur les harceleurs .....	38
▪ L'aider à changer l'image qu'il renvoie.....	40

## Chapitre 3

### Antoine, 6 ans, se fait traiter de « gros »

▪ L'enfant fragilisé par l'anxiété de sa mère .....	47
▪ Comment les harceleurs exploitent la faille.....	49
▪ Le sentiment de honte de l'enfant victime.....	50
▪ Briser le silence .....	53
▪ Lui redonner confiance .....	55

### Chapitre 4

#### Juliette, 9 ans, a perdu toutes ses amies

- L'enfant exclu par les autres ..... 64
- Des amis à tout prix ..... 64
- Forcer l'amitié, un objectif vain..... 67
- Accueillir l'émotion de son enfant ..... 69

### Chapitre 5

#### Alexandre, 9 ans, fait le pitre pour s'intégrer

- L'enfant qui veut attirer toute l'attention sur lui..... 77
- La spirale des sanctions..... 78
- Un élève en souffrance ..... 79
- Hyperactivité ou angoisses relationnelles? ..... 81
- Sortir du discours moralisateur ..... 82

### Chapitre 6

#### Cindy, 10 ans, est devenue une harceleuse

- L'enfant qui veut prendre le pouvoir..... 89
- Quand l'agressivité s'installe..... 91
- La justice scolaire en question ..... 94
- Les dangers de la judiciarisation..... 96
- Comment répondre à la famille de la « victime »?..... 97

### Chapitre 7

#### Romane, 11 ans, se fait exploiter par une camarade

- L'enfant qui évite le conflit ..... 103
- La soumission plutôt que la solitude..... 105
- Apprivoiser la peur ..... 107
- Affronter au lieu de fuir ..... 109

### Chapitre 8

#### Élise, 12 ans, subit les brimades de toute sa classe

▪ L'enfant bouc émissaire .....	118
▪ L'escalade de la violence .....	120
▪ Faut-il le changer d'établissement ? .....	121
▪ Répliquer pour se défendre.....	122
▪ Trouver des alliés .....	125

### Chapitre 9

#### Gaétane, 13 ans, a peur de perdre sa popularité

▪ L'adolescent obsédé par sa popularité .....	131
▪ Être ou ne pas être... un leader .....	132
▪ La tyrannie de la norme.....	135
▪ Exprimer ses angoisses .....	137

### Chapitre 10

#### Jonathan, 14 ans, se fait insulter sous les yeux de ses professeurs

▪ L'adolescent victime d'une relation parents/institution dégradée.....	146
▪ Des parents interventionnistes.....	148
▪ Inverser la mécanique.....	150
▪ Recadrer les insultes.....	153

### Chapitre 11

#### Nathan, 14 ans, se fait frapper dans l'enceinte du collège

▪ L'adolescent en danger.....	160
▪ Passer en mode défense .....	161
▪ Désamorcer la violence .....	163
▪ Une stratégie rhétorique .....	166

## Chapitre 12

### François, 15 ans, est racketté par son meilleur ami

▪ L'adolescent sous influence .....	176
▪ Meilleur ami ou pire ennemi ? .....	178
▪ Le piège du « C'est pour rire ! » .....	179
▪ Parler pour anticiper .....	182

## Chapitre 13

### Manon, 15 ans, est harcelée sur Internet

▪ L'adolescent face au cyberharcèlement .....	190
▪ Conformisme et enfermement sur soi .....	190
▪ Cibler le persécuteur .....	192
▪ Reprendre la situation en main .....	195
▪ Les mesures de protection .....	197
▪ Les inconvénients de l'amélioration .....	199
Conclusion .....	203
Bibliographie .....	207

## Introduction

**L**a cour de récréation, les couloirs, la cantine, les toilettes communes des établissements scolaires... autant de lieux où règnent une loi, un pouvoir, des codes à part. Les adultes que nous sommes les ont connus dans leur enfance et s'en souviennent parfois avec malaise, ou encore avec effroi. Avec effroi, car nous avons tous vu et vécu la violence entre élèves, en tant que victime, témoin, auteur ou complice. Avec malaise, car une sorte de tabou empêche la plupart d'entre nous d'en parler. Qui oserait raconter à ses amis ou à ses propres enfants qu'il s'est fait maltraiter ou qu'il a pu lui-même maltraiter l'un de ses camarades ? Cela ne se dit pas car tout le monde a honte d'avoir pu ou dû, d'une manière ou d'une autre, se soumettre à ces dures réalités du monde de l'enfance et de l'adolescence. Cette honte, les élèves victimes du harcèlement la ressentent et en souffrent en ce moment même, un peu partout en France, dans les établissements scolaires.

Cette honte est la signature de notre impuissance, comme de l'impuissance des élèves harcelés, vivant quotidiennement dans la peur. Car le harcèlement a pour principale fonction de dévaloriser l'autre afin de lui ôter tout pouvoir de se défendre. Il tire toute sa puissance de ces émotions de honte et de peur qui bloquent notre capacité à réagir. Il touche toujours là où ça fait mal : il dessine une caricature de ce que nous sommes, en atteignant nos fragilités psychologiques les plus intimes, les plus cachées. Il les affiche au grand jour.

Le sentiment qu'il génère peut alors nous bloquer dans nos réactions et nous empêcher de nous protéger, d'imposer le respect de notre personne. C'est ainsi que le cercle vicieux s'installe : ne sachant comment réagir, nous permettons l'instauration de ce pouvoir maltraitant qui se nourrit de notre soumission et de notre silence.

Les parents d'aujourd'hui sont pourtant conscients, plus qu'hier, de l'existence du harcèlement entre pairs – c'est-à-dire entre camarades d'une même classe d'âge – et des dangers qu'il représente pour leurs enfants. Plus que jamais, ils souhaitent que les établissements scolaires veillent à protéger leurs enfants de ce fléau. Plus que jamais, ils aimeraient savoir comment l'éviter et comment aider leurs enfants à en sortir, lorsque ceux-ci sont touchés. Ils ont raison, car subir le harcèlement, sans pouvoir en sortir la tête haute, est non seulement source d'une grande souffrance, mais amplifie le risque de subir à l'avenir d'autres formes de maltraitements. Comme le dit Éric Debarbieux, directeur de l'Observatoire européen de la violence à l'école (OEVE) – dont les recherches ont permis de faire avancer en France la prise de conscience publique et politique face au harcèlement scolaire –, un enfant harcelé deviendra souvent un adulte harcelé.

La visée très concrète de cet ouvrage, qui tentera de donner des éléments de réponse à ces questions, ne doit pas faire oublier que chaque situation est particulière et exige de tenir compte de tous les éléments du contexte. Plus que tout, il est important de ne pas aggraver la situation. La prudence s'impose donc, et notre propos consiste davantage à donner

des pistes d'observation et de réflexion que des recettes. En outre, la spécificité de cet ouvrage est d'aborder la question du harcèlement entre pairs, entre camarades d'une même classe d'âge, selon l'approche systémique et stratégique de l'école de Palo Alto : une approche qui considère que, lorsqu'un problème s'installe, ce sont les solutions *inefficaces* mises en œuvre pour le régler qui paradoxalement le nourrissent. Il est donc essentiel de repérer de manière très précise l'ensemble de ces solutions *inefficaces* et leur point commun – ce qui requiert l'expertise d'un spécialiste.

Néanmoins, il est possible d'identifier, dans le phénomène du harcèlement entre enfants, des dynamiques relationnelles bien particulières. Ainsi, on constate dans la plupart des cas qu'un déséquilibre s'installe progressivement dans la relation entre l'agresseur et l'agressé. Ce déséquilibre fonctionne en creusant de plus en plus l'écart entre la position haute de l'un et la position basse de l'autre. Réagir pour rééquilibrer la relation avant qu'il ne soit trop tard est essentiel : c'est le rôle de la prévention. Les comportements qui se répètent instaurent rapidement des automatismes. En milieu scolaire, les enfants et les adolescents apprennent à se conduire les uns envers les autres d'une manière répétitive, conditionnée par leurs expériences passées comme par leur éducation. Ces apprentissages relationnels sont essentiels : ils induisent chez les enfants la capacité à bien gérer leurs relations avec leurs pairs ou au contraire à devenir vulnérables face aux agressions.

Mais puisqu'il s'agit d'apprentissages, rien n'est irréversible. La grande souplesse de la nature humaine permet d'apprendre à tout âge à modifier ses comportements, ses

réponses, à réguler différemment ses émotions et ses relations. L'enjeu est toujours d'élargir le champ des possibles. Cela demande bien entendu l'aide et le soutien de personnes bienveillantes et averties. Le harcèlement n'est pas une fatalité, quel que soit le « profil » de la victime. En effet, ce ne sont pas des caractéristiques physiques ou sociales – comme le fait d'être « trop gros » ou « mal habillé » – qui déterminent les victimes du harcèlement. Bien que ces caractéristiques soient souvent l'objet des moqueries des harceleurs, c'est plutôt la réponse de l'agressé qui, à terme, fera de lui une victime ou au contraire un enfant que les autres laisseront tranquille et respecteront. L'expérience montre que des enfants « beaux » et « bien habillés » peuvent également être harcelés lorsqu'ils ne savent pas gérer l'agressivité de leurs pairs.

Alors comment prévenir le harcèlement entre pairs ? Comment déceler cette souffrance chez une jeune victime qui trop souvent se tait, et comment l'inciter à se confier ? Enfin, comment réagir efficacement lorsque l'on a compris qu'un enfant ou un adolescent subit cette forme de maltraitance ?

Le harcèlement génère avant tout la dévalorisation de la victime. C'est pourquoi nous proposons ici une approche qui vise à revaloriser l'image de l'enfant harcelé, en l'aidant à mobiliser ses propres ressources. Soit en lui apprenant à se défendre face aux enfants qui le harcèlent, soit en lui permettant au moins d'être celui qui décide de la meilleure des solutions proposées. C'est pourquoi dans toutes les solutions, diverses et variées, que nous pouvons imaginer pour prévenir ou stopper le harcèlement, il nous paraît essentiel que l'enfant en souffrance soit complètement en phase avec la solution.

Il n'y a pas de solution standardisée, aussi avons-nous choisi de partir de situations concrètes pour proposer des pistes de réflexion plus générales. Chaque cas décrit est ancré dans un contexte bien particulier et c'est volontairement que nous insistons sur ce contexte, afin de ne pas laisser croire que les solutions seraient duplicables sans discernement. Nous avons essayé de varier les histoires autant que possible, mais nous n'avons pas l'ambition de présenter une méthode universelle, ni un tableau exhaustif des situations de harcèlement. Les chapitres se succèdent en partant des enfants les plus jeunes pour finir avec les plus âgés : cette forme de chronologie permet de voir comment les stratégies de harcèlement se complexifient avec l'âge des protagonistes. Pour chaque cas que nous exposons, nous essayons de dégager les détails significatifs ainsi que le mouvement général du problème, en nous fondant sur l'approche de l'école de Palo Alto<sup>1</sup> – approche que nous allons détailler au fur et à mesure du livre, de la manière la plus concrète possible.

Nous souhaitons enfin préciser que les histoires racontées dans ce livre sont réelles, même si les noms des personnes et certains détails trop reconnaissables ont été modifiés.

---

1. L'école de Palo Alto – du nom de la ville californienne où se sont réunis les premiers chercheurs et praticiens – est un courant de pensée né dans les années 1950, qui aborde l'étude des relations humaines et du fonctionnement de l'esprit sous l'angle de la communication et des lois des systèmes. Fondée essentiellement sur les travaux de l'anthropologue Gregory Bateson, elle a également emprunté une partie de ses outils (en particulier en ce qui concerne la pratique thérapeutique) au psychiatre Milton Erickson.

Tous les exemples présentés, comme toutes les analyses qui en découlent, sont le fruit du travail collégial d'un certain nombre d'intervenants formés à l'approche de Palo Alto et spécialisés dans le traitement des souffrances scolaires, avec lesquels j'ai travaillé depuis plusieurs années. Tout au long de cet ouvrage, je parle au nom de notre expérience commune, et c'est pourquoi j'utilise le pronom « nous ». Je les remercie tous pour l'aide qu'ils m'apportent, et salue leur travail et leur créativité.

**Camille, 3 ans,  
se laisse  
prendre  
ses jouets**

*Chapitre  
1*



« Ma fille aînée, Camille, joue tous les jours à la halte-garderie avec Hadrien, âgé de 2 ans et demi, qui est le fils d'une voisine avec laquelle j'ai des relations amicales. Hadrien n'a jamais été très prêtreur, alors que j'apprends à ma fille à partager ses jouets avec ses camarades, comme d'ailleurs avec sa petite sœur. Ma fille s'est souvent plainte de ne pouvoir profiter des jouets d'Hadrien, mais je lui ai expliqué que ce n'était pas très grave et lui ai demandé d'être indulgente, car après tout il est plus petit qu'elle et n'a pas encore compris qu'il fallait prêter. Pourtant sa maman le lui répète régulièrement et l'accable devant nous de leçons de morale – ce qui me soulage, bien qu'Hadrien ne se renfrogne que davantage. Or, ces derniers temps, il ne se contente plus de profiter de la générosité de ma fille, il lui arrache carrément ses jouets des mains, et refuse de les lui rendre. Je vois que sa maman le gronde et le punit, mais ça ne l'empêche pas de recommencer. Je ne sais plus quoi dire à ma fille qui pleure et m'accuse de ne pas la défendre. Je suis d'autant plus embarrassée que je ne voudrais pas me brouiller avec cette voisine que nous croisons tous les jours et qui est très gentille, bien qu'elle éduque son fils unique comme un enfant-roi. »

## ■ L'enfant pacifique et généreux

Avoir un enfant non violent, généreux envers les autres, est un idéal absolument louable, que nous approuvons entièrement. En aucune manière il ne s'agit de modifier ces valeurs qui de

toute évidence permettent aux enfants qui les adoptent de développer à terme de belles relations avec leurs congénères. En revanche, il ne faut pas confondre certains comportements : être non violent ne suppose pas d'accepter qu'autrui soit violent envers nous, ou encore être généreux n'implique pas d'accepter de se faire exploiter. C'est pourquoi, face à ce type de situation, nous expliquons aux parents qu'un enfant qui accepte la violence ou la maltraitance d'autrui, sous une forme ou une autre, finit souvent par devenir maltraitant lui-même, la plupart du temps de manière détournée. Violent envers son petit frère ou sa petite sœur qui ne lui aura rien fait par exemple, ou encore maltraitant envers lui-même. Loin d'avoir un enfant pacifique, on risque d'avoir un enfant en souffrance, plein de colère et de rancœur, qui finira par exprimer sa violence de manière incompréhensible.

## ■ Un déséquilibre explosif

Camille prête ses jouets, alors qu'Hadrien refuse d'en faire autant, sans conséquences réelles pour lui. Jour après jour, la situation s'enlise dans la répétition de ce schéma relationnel déséquilibré : l'un est généreux, l'autre en profite. Au bout d'un certain temps, Hadrien en arrive même à arracher les jouets des mains de Camille, ce qui est logique. En effet, progressivement, un cercle vicieux s'est mis en place : comme si le comportement de l'un ne faisait que renforcer le comportement de l'autre, et réciproquement, dans une forme d'escalade sans fin qui peut conduire à l'explosion du