

Prévenir le cyberharcèlement : 5 conseils pour se protéger et protéger les autres !



Voici **5 conseils-clés** pour utiliser le numérique avec responsabilité et prévenir les situations de violence :

1. Réfléchir avant d'envoyer un message ou de publier une photo de soi ou de ses amis.

Que ressentira mon ami(e) en voyant cette photo de lui/elle ? Le message que je poste ne me portera pas préjudice ? Sur Internet, le retour en arrière est difficile. Un contenu publié, même supprimé, laisse toujours une trace.

2. Garder sa vie privée, privée. Internet est un espace public auquel tout le monde a accès. Pour autant, toute publication ne doit pas être vue de tous. Il est essentiel d'apprendre à paramétrer ses comptes pour les protéger et qu'ils ne soient pas accessibles à n'importe qui.

3. Choisir ses amis sur les réseaux sociaux. Il est important de distinguer les amis proches des simples connaissances et ce que l'on partage avec chacun.

4. Ne jamais partager ses mots de passe, même avec son meilleur ami. Un mot de passe doit rester personnel et confidentiel.

5. Parler de harcèlement, c'est commencer à agir. Pour y mettre fin, que l'enfant soit harcelé, témoin ou acteur, il doit savoir qu'il ne doit pas rester silencieux face à des situations de violence, et qu'il peut en parler à ses amis et à des adultes (famille, équipe éducative). Notre série de vidéos Parents parlons-en peut vous aider à trouver les mots pour en parler avec les enfants.

Le savais-tu ? Les risques de harcèlement sont plus fréquents en fin d'école primaire et au collège. Les 13-15 ans sont les plus touchés par le cyberharcèlement.

