



# VADEMECUM

PISTES PÉDAGOGIQUES ET SUPPORTS

Un projet collaboratif entre

## Délipro Jeunesse

L'ASBL Délipro Jeunesse est une organisation de jeunesse reconnue par la Fédération Wallonie Bruxelles. Tous nos projets visent à apprendre le vivre-ensemble, les principes de la démocratie, la solidarité, l'esprit critique, la connaissance de soi, la compréhension de la société mais aussi former des **CRACS**.

## ReForm Namur

L'ASBL ReForm est une organisation de jeunesse reconnue par la Fédération Wallonie-Bruxelles et ce depuis près de 50 ans. Notre mission est de contribuer au développement des responsabilités et aptitudes personnelles des jeunes en vue de les aider à devenir des **citoyens responsables, actifs, critiques et solidaires**.

# VADEMECUM

Ce vademecum a été conçu dans le but de fournir des ressources et des pistes pédagogiques pour aider les différents acteurs impliqués à mieux comprendre et à prévenir le harcèlement.

Les pistes pédagogiques proposées offrent une approche interactive et ludique pour sensibiliser les jeunes. Ces animations peuvent prendre la forme de vidéos, de présentations multimédia ou même d'ateliers interactifs. Elles visent à éduquer le public sur les conséquences du harcèlement, à promouvoir l'empathie et la bienveillance, ainsi qu'à enseigner des compétences sociales essentielles pour prévenir et gérer les situations de harcèlement.

En plus des pistes pédagogiques, ce vademecum propose une variété de supports complémentaires tels que des livres et vidéos classés par âge et par thématique. Ces ressources sont conçues pour aider tous ceux qui sont concernés par le harcèlement à mieux comprendre le sujet, à détecter les signes précurseurs et à intervenir de manière appropriée.

Nous espérons sincèrement que ce vademecum sera une ressource précieuse et inspirante pour tous ceux qui cherchent à combattre le harcèlement et à créer des environnements plus sûrs et respectueux.

## Un roman-photo

Le roman-photo, en tant que support visuel et narratif, est un puissant moyen d'aborder des sujets sensibles comme le harcèlement. Il permet de mettre en scène des situations réalistes et de susciter une réflexion approfondie chez les lecteurs. À travers des dialogues percutants et des images évocatrices, le roman-photo donne vie aux expériences des victimes et met en lumière les différentes formes de harcèlement.

« À fleur de maux » est un roman-photo unique créé par des enfants et des adolescents issus de trois écoles différentes. Ces jeunes racontent les histoires de trois victimes de harcèlement qui ont courageusement témoigné de leurs expériences douloureuses. Profondément touchés par ces récits, les jeunes ont décidé de se mettre dans la peau des protagonistes en reconstituant les différentes situations vécues et en les scénarisant. Leur objectif est de sensibiliser d'autres jeunes en utilisant leur propre créativité et le vécu des victimes pour encourager le dialogue et la prévention du harcèlement.



## Comment l'utiliser ?

- Il peut être la porte d'entrée d'un projet plus long sur le sujet du harcèlement.
- Il peut être utilisé comme base de débat dans un groupe, lorsqu'un problème de harcèlement y est décelé (ou pas).
- Il peut être proposé comme matériel supplémentaire lors d'un travail sur le harcèlement, comme suite à la lecture d'un livre ou au visionnage d'un film.
- Le groupe pourrait être divisé en trois et travailler en petit comité sur chacune des histoires et ensuite en faire part au reste du groupe. Après cela, les jeunes tenteraient de définir le harcèlement et d'identifier les caractéristiques les plus récurrentes.
- Le début des histoires pourrait être lu pour laisser ensuite les jeunes s'imaginer la fin.
- Les jeunes pourraient créer à leur tour un roman-photo, du même style, après avoir lu un livre sur le sujet.

## Des questions à poser

Si vous avez envie d'utiliser « à fleur de maux » pour démarrer une conversation, un débat, une activité ou simplement comme première approche pour sensibiliser les jeunes à la thématique...

Voici une liste de questions qui peuvent être posées pour chaque histoire :

- 1) Quels aspects du harcèlement sont abordés dans le roman-photo ?
- 2) Pourquoi les victimes se font harceler ? Quelles sont les « raisons » ?
- 3) À quel moment de l'histoire peut-on affirmer qu'il s'agit de harcèlement ? Pourquoi et comment ? Justifie à l'aide des trois critères du harcèlement.
- 4) Identifie le triangle du harcèlement et détermine le rôle de chacun.
- 5) Comment les personnages principaux réagissent-ils face au harcèlement qu'ils subissent ?
- 6) Quelles conséquences le harcèlement a-t-il sur les victimes ?
- 7) Qu'est-ce que l'empathie ? Peux-tu la détecter dans chaque histoire ?
- 8) Pour chaque victime, repère et explique la manière dont le harcèlement prend fin ?
- 9) Quelles mesures ont été prises pour faire face au harcèlement ?
- 10) Est-ce que cela te choque que ces histoires soient inspirées d'histoires vraies ?  
Explique/développe ton propos.
- 11) Qu'est-ce que tu aimerais dire aux harceleurs des histoires ?
- 12) Qu'est-ce que tu aimerais dire aux victimes de harcèlement de ces histoires ?
- 13) Quelles leçons peux-tu tirer de ce roman-photo en ce qui concerne la prévention et la lutte contre le harcèlement ?
- 14) Que dois-tu faire si tu vis ou tu es témoin d'une situation similaire ?
- 15) Penses-tu que le roman-photo offre des pistes de solutions ou des messages d'espoir pour les personnes confrontées au harcèlement ?

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

...the ...

# LES SUPPORTS

## Les livres pour les enfants

Titre	Auteur	Année	Pages	Type d'ouvrage	Thématiques
Eliott et la bibliothèque fabuleuse.	Pascaline Nolot	2019	160	Roman de jeunesse	Enfant harcelé qui se cache dans une bibliothèque.
Miss Pain d'épices	Véronique Grisseaux	2021	48	BD	Attaques sur l'apparence physique.
Arsène et Marcelle me harcèlent	Diariata N'Diaye	2022	36	Livre explicatif	En slam, théorie et conseils.
Chaque jour Dracula	Loïc Clément	2018	40	BD	Dracula est harcelé.
Ibrahim et Nelson, les super-héros de la cour de récré	Hashley Auguste	2020	33	Roman	Fantastique : super-pouvoirs.
Chien pourri à l'école	Colas Gutman	2014	69	Roman illustré	Tome 3 d'une série.
Seule à la récré	Anais Bloz	2017	48	BD	Ton humoristique.
Le jour où je suis devenue plus méchante que le loup	Amélie Javaux	2021	28	Livre illustré	Accessible aux maternelles.
Un renard dans mon école	Olivier Dupin	2021	32	Album illustré	Apprendre à briser le silence.
Voilà comment je suis devenu un héros !	Anne-Laure Bondoux	2017	48	Roman	Réconfort près d'un SDF.
Aimé	Claire Clément	2016	48	Roman illustré	Moqueries sur le prénom.



## Les livres pour les jeunes adolescents (<14 ans)

Titre	Auteur	Année	Pages	Type d'ouvrage	Thématiques
Action ou vérité ?	Jodie Quoyelo	2022	282	Roman fiction	Histoires parallèles.
A silent voice, tome 1	Yoshitoki Oima	2015	208	Roman fiction	Jeune fille sourde.
Camélia, tome 1: Face à la meute	Christophe Cazenove	2021	72	BD	Surpoids. Réseaux sociaux.
Des bleus au cartable	Muriel Zürcher	2020	192	Roman	3 voix: harceleur, victime et témoin.
Les croques, tome 1: Tuer le temps	Léa Mazé	2018	72	BD	Parents croque-morts.
La malicieuse revanche d'un souffre-douleur	Serge Farnel	2019	112	Roman	Clans.
Le journal intime de Cléopâtre Wellington, tome 1: Mémoires d'une jeune guenon dérangée	Diglee	2017	235	Roman	Journal intime.
La forêt des masques	Stéphane Soutoul	2019	204	Roman illustré	Refuge dans la forêt.
Jane, le renard et moi	Fanny Britt	2012	101	Roman illustré	Refuge dans le monde de Jane Eyre.
Un poids sur le cœur	Yaël Hassan	2019	160	Roman	Surpoids.

## Les livres pour les adolescents et adultes (>14 ans)

Titre	Auteur	Année	Pages	Type d'ouvrage	Thématiques
Marion, 13 ans pour toujours	Nora Fraisse	2015	192	Roman	Témoignage maman – histoire vraie – suicide.
Raisons obscures	Amélie Antoine	2019	384	Roman fiction	Psychologie de deux familles.
Blacklistée	Cole Gibsen	2015	336	Roman fiction	Rumeurs.
Six contre un	Cécile Alix	2018	96	Roman	Obésité.
Le meilleur de moi	Rose Pernot	2022	321	Roman	Harceleurs populaires. Rébellion de la victime.
Mes nuits avec Bowie	Rosalie Lowie	2022	280	Roman	Accusation de meurtre.
14 ans, harcelée	Mathilde Monnet	2016	324	Roman fiction	Acharnement, violence.
Condamné à me tuer	Jonathan Destin	2013	197	Roman autobiographique	Histoire vraie, immolation par le feu.
The sound of my soul, Tome 1	Rin Saito	2022		Manga	Histoire vraie, handicap.
Ratures indélébiles	Aurelle Gaillard	2022	198	Roman	Réseaux sociaux, photo.

## Les livres pour parents et professionnels de l'enseignement

Titre	Auteur	Année	Pages	Type d'ouvrage	Thématiques
Le harcèlement scolaire en 100 questions	Emmanuelle Piquet	2017	308	Théorie	Outils pour petits et adolescents avec des techniques qui leur serviront à vie.
Te laisse pas faire !	Emmanuelle Piquet	2014	192	Théorie	Aider son enfant face au harcèlement à l'école.
Les tribulations d'un petit zèbre	Alexandra Reynaud	2016	166	Théorie, histoire vraie	Episodes de vie d'une famille à haut potentiel intellectuel.
Je me défends du harcèlement	Emmanuel Piquet	2016	160	Théorie, psycho	15 situations. Pistes pour aider les enfants à se défendre.
Le harcèlement	Sandra Laboucarie	2018	40	Théorie, psycho	Réponses à des questions d'enfants lors d'interventions.
Stop au harcèlement	Nora Fraisse	2015	50	Théorie, psycho	Guide avec solutions concrètes.
En finir avec le harcèlement scolaire	Emmanuelle Piquet	2020	96	Théorie, psycho	Témoignages. Définitions et statistiques.
Le harcèlement scolaire	Nicole Catheline	2015	128	Théorie, psycho	Réseaux sociaux, jeu du foulard,...

## Reportages

### HARCELÉS A L'ÉCOLE, ILS SORTENT DU SILENCE

Durée : 61 minutes

Public : à partir de 12 ans

Où le trouver : YouTube - @100docs

*Témoignages de jeunes et de leurs parents, ils parlent des moqueries, brimades, coups... qui ont poussé certains à l'impensable. La différence qu'elle soit physique ou mentale est souvent visée. Dans ce reportage, les jeunes parlent aussi des profils de leurs harceleurs et des témoins. Ils confirment également que le harcèlement continue « grâce » aux réseaux sociaux après l'école. La réaction des établissements est également mise en avant face au cas de harcèlement. Les parents et les jeunes expliquent « pourquoi ils se battent aujourd'hui »...*



### HARCÈLEMENT À L'ÉCOLE

Durée : 50 minutes

Public : à partir de 14 ans

Où le trouver : YouTube - @MaxDocumentaires

*Témoignages de différents jeunes harcelés dont certains ont même été poussés jusqu'au suicide. Une spécialiste explique aussi que le harcèlement ne s'arrête plus après l'école, il continue via les réseaux sociaux et épuise les jeunes harcelés. Dans ce reportage vous pourrez découvrir également l'interview d'un harceleur...*



## Courts-métrages

### ENSEMBLE CONTRE LE HARCELÈMENT

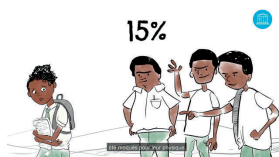
*(Dessin animé)*

Durée : 4 minutes

Public : à partir de 10 ans

Où le trouver : YouTube - @UNESCO

*Un dessin animé accessible aux plus jeunes où sont expliqués certains cas de harcèlement et où un message de tolérance est diffusé.*



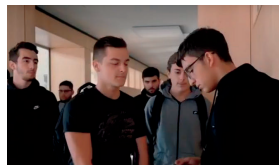
### AGIS ! COURT-MÉTRAGE CONTRE LE HARCELÈMENT

Durée : 19 minutes

Public : à partir de 13 ans

Où le trouver : YouTube - @projetagis4

*Suite au décès de sa mère, Alex habite chez sa tante. A l'école, il est harcelé par une bande de garçons jusqu'à ce qu'un nouvel élève intègre sa classe. Les harceleurs d'Alex demandent au nouveau de diffuser une vidéo.*





### LA COUR

Réalisé par : Hafsia Herzi

Coproduction : ARTE France, Albertine Productions

Durée : 1h30

*La cour de récré est un véritable écosystème qui a de quoi inquiéter à première vue. Ici, le bruit est constant et l'animation omniprésente. Dans un coin, un garçon et une fille semblent animer vivement leur discussion. Plus loin, une échassière menace de tomber à tout moment sur ses camarades. À proximité du préau, trois amies jouent à la corde à sauter. Il y a aussi ce foot, dont le terrain prend une place importante, s'étalant de la marelle à la grille de l'école. Puis il faut faire face à ces regards inquisiteurs, froids, parfois même hautains. Anya, 10 ans, le regard fermé, va pourtant devoir apprendre à vivre dans cette jungle : après deux années à suivre ses parents tout autour de la planète, la préadolescente revient en France et découvre le quotidien d'une école publique. Dès son premier jour, elle comprend que les choses ne seront pas simples. Elle se brouille d'abord pour un ballon perdu avec Enzo et sa bande, qui la considèrent ensuite comme une sauvage avant de la laisser dans son coin le midi. Progressivement, Anya se fait à l'idée que la cour est une histoire de clans où il faut pouvoir imposer sa loi. Quand elle se rapproche finalement d'un petit groupe d'enfants, la "nouvelle" tente de concevoir un plan pour prendre possession de l'espace de jeu. La guerre peut alors commencer.*



### UN MONDE

Réalisé par : Laura Wandel

Durée : 1h40

Public : à partir de 12 ans

*Premier jour d'école primaire pour Nora. Elle pleure, elle a peur. Devant la grille ouverte, son père est là pour la rassurer. Abel, son grand frère, aussi. Il la prend dans ses bras et la retrouvera plus tard dans la cour de récréation. Un monde, premier long métrage impressionnant de maîtrise signé par la Belge Laura Wandel, 36 ans, est une immersion complète dans l'univers impitoyable et assourdissant de l'école, en particulier de sa cour, une micro-société en soi. Un terrain de jeu et d'apprentissage, de conflit aussi, de rapports de force cruels allant jusqu'au harcèlement. Filmé à hauteur d'enfants, ce thriller ultra-réaliste nous saisit à la gorge par sa tension psychologique et son empathie poignante.*

### « 13 REASONS WHY »

Public : à partir de 16 ans

Où le trouver : Netflix

Réalisé par : Brian Yorkey

*Basée sur le roman éponyme de Jay Asher, produite par Selena Gomez, 13 Reasons Why met en scène Hannah Baker, une lycéenne qui explique pourquoi elle a mis fin à ses jours, par le biais de cassettes. Slut-shaming, humiliations, moqueries et viol, l'adolescente revient sur les traumatismes dont elle a été victime par ses camarades de lycée. Une série à la fois poignante, bouleversante et nécessaire, qui suscite de nombreux débats, et encourage les jeunes victimes de harcèlement scolaire à témoigner.*



the same time, the effect of the frequency of the stimulus on the magnitude of the response is also important.

It is well known that the magnitude of the response to a sinusoidal stimulus is dependent on the frequency of the stimulus. The magnitude of the response is highest at the resonance frequency of the system and decreases as the frequency of the stimulus increases or decreases from the resonance frequency. The resonance frequency of the system is determined by the mass and stiffness of the system. In the case of the human body, the resonance frequency is approximately 4 Hz (Griffin and Whitham 1985).

The magnitude of the response to a sinusoidal stimulus is also dependent on the phase of the stimulus. The magnitude of the response is highest when the stimulus is in phase with the response and decreases as the phase of the stimulus increases or decreases from zero. The phase of the stimulus is determined by the frequency of the stimulus and the time delay between the stimulus and the response. In the case of the human body, the time delay is approximately 0.1 s (Griffin and Whitham 1985).

The magnitude of the response to a sinusoidal stimulus is also dependent on the amplitude of the stimulus. The magnitude of the response is highest for a large amplitude stimulus and decreases as the amplitude of the stimulus decreases. The amplitude of the stimulus is determined by the magnitude of the force applied to the system. In the case of the human body, the amplitude of the stimulus is determined by the magnitude of the vibration (Griffin and Whitham 1985).

The magnitude of the response to a sinusoidal stimulus is also dependent on the duration of the stimulus. The magnitude of the response is highest for a long duration stimulus and decreases as the duration of the stimulus decreases. The duration of the stimulus is determined by the time that the stimulus is applied to the system. In the case of the human body, the duration of the stimulus is determined by the time that the vibration is applied (Griffin and Whitham 1985).

The magnitude of the response to a sinusoidal stimulus is also dependent on the frequency of the stimulus. The magnitude of the response is highest at the resonance frequency of the system and decreases as the frequency of the stimulus increases or decreases from the resonance frequency. The resonance frequency of the system is determined by the mass and stiffness of the system. In the case of the human body, the resonance frequency is approximately 4 Hz (Griffin and Whitham 1985).

The magnitude of the response to a sinusoidal stimulus is also dependent on the phase of the stimulus. The magnitude of the response is highest when the stimulus is in phase with the response and decreases as the phase of the stimulus increases or decreases from zero. The phase of the stimulus is determined by the frequency of the stimulus and the time delay between the stimulus and the response. In the case of the human body, the time delay is approximately 0.1 s (Griffin and Whitham 1985).

QUI CONTACTER ?

## Où chercher de l'aide ?

### Les organismes d'aide actifs :

#### Les mots de Tom

Equipe de bénévoles qui sensibilise au harcèlement scolaire.  
<https://www.lesmotsdetom.be>

#### Les AMO

*Une AMO est un service d'Actions en Milieu Ouvert. C'est un milieu d'accueil, d'écoute, d'information, d'orientation, de soutien et d'accompagnement pour le jeune. Elle tente de remédier aux problèmes qui touchent les jeunes dans leur quotidien.*  
<http://amo-ecole.be/>

#### Service Droit des Jeunes

AMO spécialisée dans l'aide juridique aux jeunes qui se sentent victimes d'injustices ; composée de juristes et travailleurs sociaux.  
<http://www.sdj.be>

#### Parents Connectés

Articles sur une multitude de sujets pour aider les parents à comprendre et aider leurs enfants et adolescents.  
<http://parentsconnectés.be>

#### Le Portail de l'enseignement en Fédération Wallonie-Bruxelles

Le site propose une plateforme qui recense des ressources et des informations utiles pour les équipes éducatives, les parents et les élèves et vise à sensibiliser l'ensemble de la communauté éducative au phénomène du harcèlement entre élèves.  
<http://www.enseignement.be>

#### Union des Fédérations des Associations de Parents

Le site de l'Union Francophone des Associations de Parents de l'enseignement catholique propose des liens et informations sur le harcèlement scolaire.  
<https://www.ufapec.be/>

#### Yapaka

Yapaka est un programme de prévention de la maltraitance à l'initiative du Ministère de la Fédération Wallonie-Bruxelles de Belgique. Tout une page de ce site est dédiée au harcèlement.  
<https://www.yapaka.be>

#### Marion la main tendue

L'association a été créée par une maman de victime. Elle a pour objectif la prévention et la lutte contre les violences et le harcèlement en milieu scolaire ainsi que les cyberviolences.  
<http://www.marionlamaintendue.com>



## Où demander de l'aide ?

### Fédération Wallonie-Bruxelles - Service victimes

Les services renseignés sur ce site sont accessibles aux victimes et aux proches de victimes d'infraction pénale. Ils remplissent des missions différentes, mais complémentaires. Ils travaillent en partenariat et vous guideront en fonction de vos demandes et de vos besoins.

Tous les collaborateurs qui travaillent au sein de ces services (assistants sociaux, psychologues, juristes, avocats...) sont soumis au secret professionnel.




<https://victimes.cfwb.be/besoin-daide/ou-trouver-de-laide>

### Belgique.be

Vous pouvez faire appel au service d'aide aux victimes le plus proche, même si vous n'avez pas porté plainte à la police. Le service vous accueillera si vous en faites la demande, quelle que soit l'infraction.

[https://www.belgium.be/fr/justice/victime/aide\\_aux\\_victimes/services\\_d\\_aide\\_aux\\_victimes](https://www.belgium.be/fr/justice/victime/aide_aux_victimes/services_d_aide_aux_victimes)

## Qui appeler ?

	0800/95.580	Ecoute école
	103	Ecoute enfant
	101	Police
	116 000	Child Focus
	112	Numéro d'urgence général

...the first of these is the fact that the ...

...the second of these is the fact that the ...

...the third of these is the fact that the ...

...the fourth of these is the fact that the ...

...the fifth of these is the fact that the ...

...the sixth of these is the fact that the ...

...the seventh of these is the fact that the ...

...the eighth of these is the fact that the ...

...the ninth of these is the fact that the ...

...the tenth of these is the fact that the ...

...the eleventh of these is the fact that the ...

...the twelfth of these is the fact that the ...

...the thirteenth of these is the fact that the ...

...the fourteenth of these is the fact that the ...

...the fifteenth of these is the fact that the ...

...the sixteenth of these is the fact that the ...

...the seventeenth of these is the fact that the ...

...the eighteenth of these is the fact that the ...

...the nineteenth of these is the fact that the ...

...the twentieth of these is the fact that the ...

...the twenty-first of these is the fact that the ...

...the twenty-second of these is the fact that the ...

Découvrez plus de supports ainsi que le PDF téléchargeable du roman-photo sur :

[www.deliprojeunesse.be/afleurdemaux](http://www.deliprojeunesse.be/afleurdemaux)

ou en scannant directement ce QR code :



Plongez dans ce vademecum captivant, conçu spécialement pour vous fournir des ressources essentielles et des pistes pédagogiques inestimables dans la lutte contre le harcèlement. Que vous soyez confronté au harcèlement ou engagé dans la construction d'environnements plus sûrs et respectueux, ce vademecum est votre guide indispensable. Ensemble, combattons le harcèlement et créons un avenir où chacun peut s'épanouir dans un climat de respect et d'égalité.

Déjpro  
Jeunesse be

REFORM  
Recherche et formation socio-culturelles

  
FÉDÉRATION  
WALLONIE-BRUXELLES

Jeunes  
& libres