

Prévenir le harcèlement en milieu scolaire : un enjeu de santé mentale

1 La France a prévu d'accueillir en novembre 2020, sous l'égide de l'UNESCO et sur sa proposition, le Premier Congrès mondial de lutte contre le harcèlement.

2 Catheline, N. (2015). *Harcèlement scolaire*. Paris : PUF.

3 Morel, S. (2014). *La médicalisation de l'échec scolaire*. Paris : La Dispute.

4 Le diktat « Ne te mêle pas de ce qui ne te regarde pas », appliqué à la mauvaise situation peut faire des ravages.

5 Debarbieux, E. (2011). *Des enfants heureux à l'école... enfin presque*. Bordeaux : Observatoire international de la violence à l'école/UNICEF.

6 Blaya, C. (2010). *Décrochages scolaires, l'école en difficulté*. Louvain-la-Neuve : De Boeck; Gallé-Tessonnet, M. (2020). *Comprendre et soigner le refus scolaire anxieux. Psychothérapie de la phobie scolaire*. Paris : Dunod.

7 UNESCO (2019). *Éducation 2030. Au-delà des chiffres, en finir avec la violence et le harcèlement à l'école*. Paris : UNESCO.

8 Brunstein-Klomek, A., Sourander, A. et Gould, M. (2010). The association of suicide and bullying in childhood to young adulthood: a review of cross-sectional and longitudinal research findings. *Can J Psychiatry*, 55, 282-8.

9 Ttoffi, M. M., Farrington, D. P., Lösel, F. et Loeber, R. (2011). Do the victims of school bullied tend to become depressed later in life. A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *J Aggress Confl Peace Res*, 35, 63-73.

En France, l'école a commencé à se préoccuper du harcèlement scolaire en 2011, date des premières assises internationales tenues sur le territoire à ce sujet. On peut lui faire le reproche de s'être engagée dans ce combat bien tardivement par rapport à d'autres pays occidentaux – en particulier les pays du Nord de l'Europe ou l'Amérique du Nord (Canada, États-Unis). À sa décharge, depuis cette date, elle n'a cessé de manifester une préoccupation continue et soutenue sur cette question tant il est apparu, après des années d'indifférence collective, que pouvaient être dramatiques les conséquences du harcèlement entre élèves, la vie durant parfois¹. Il y a certes encore beaucoup à faire, surtout au plan collectif et sociétal, car comme le soulignait avec malice Albert Einstein : « Il est plus facile de désagréger un atome qu'un préjugé. »

De manière encore trop souvent simplificatrice, les victimes de harcèlement sont considérées comme des personnes psychologiquement fragiles et les harceleurs, comme d'horribles pervers. La réalité est, comme toujours, beaucoup plus complexe et s'il est, en effet, question de vulnérabilité, celle-ci concerne l'ensemble des acteurs : victime(s), agresseur(s), y compris les spectateurs. De même, c'est plus la situation dans laquelle se trouvent ces enfants qui les rend vulnérables qu'un trait particulier de personnalité². Comment pourrait-il en être autrement chez des êtres en cours de construction de leur personnalité? Une vision manichéenne entre une victime faible, qui est donc en partie responsable de ce qui lui arrive car elle ne sait pas se défendre, et un agresseur, qui développe déjà de dangereux penchants asociaux, est donc à exclure si on veut tenter de s'occuper de cette problématique et ne pas médicaliser à outrance ces comportements. On sait trop combien le fait de renvoyer la question aux professionnels de santé exonère la société et les institutions en général de s'interroger sur leur propre fonctionnement³.

Les réseaux sociaux modifient les modes de harcèlement et amplifient le phénomène

La montée en puissance de l'usage des réseaux sociaux chez les jeunes a fait apparaître les cyberviolences et le cyberharcèlement dont les conséquences sont globalement identiques sur le fond, mais infiniment plus rapides dans leurs manifestations et parfois plus radicalement délétères. À partir de ces considérations générales, il apparaît assez rapidement que le harcèlement ne concerne pas seulement l'école – même si elle occupe une place centrale –, mais l'ensemble de la société. La lutte contre ce phénomène doit s'inscrire

à la fois dans une remise en cause de certains principes éducatifs⁴ et une prévention de toute forme de violence dans les rapports entre individus. C'est au cours de ces premières assises qu'ont été portées à la connaissance du public français les études longitudinales⁵ menées dans d'autres pays. La France a alors découvert avec horreur la gravité des conséquences, et ce parfois durant toute la vie, avec des effets transgénérationnels non seulement pour les victimes, mais aussi pour les agresseurs, et souvent également pour les spectateurs, otages impuissants.

Des conséquences pour tous, victimes, harceleurs mais aussi spectateurs

En effet, pour les victimes, le harcèlement génère un stress traumatique, ce qui conduit à un impact quasi systématique sur les performances scolaires en raison de l'altération des fonctions cognitives telles que la mémoire, la concentration et les capacités d'abstraction. Le risque de déscolarisation est également majeur comme cela a été souligné dans de nombreuses enquêtes depuis 2010⁶. On retrouve environ 30 % des élèves harcelés parmi les refus et phobies scolaires. En termes de santé mentale, le harcèlement comme tout stress affecte le métabolisme et les défenses immunitaires provoquant des somatisations anxieuses – maux de ventre, de tête, vomissements, insomnies, troubles alimentaires. Le sentiment de honte contraint ces enfants à se replier sur eux-mêmes, persuadés qu'ils sont responsables de ce qui leur arrive. Les victimes peuvent alors développer un état dépressif et des idées suicidaires. Ce sentiment d'impasse est renforcé par le fait que les différences qui occasionnent le plus de harcèlement sont des caractéristiques difficilement modifiables. Elles concernent en effet, pour un quart des élèves, l'aspect physique, la race ou la nationalité ou encore la non-conformité aux normes de la masculinité ou de la féminité⁷. Le risque de réaliser une tentative de suicide est multiplié par quatre chez les enfants qui n'ont pas bénéficié du soutien des adultes parce qu'ils n'ont pas parlé de leur problème ou parce que les adultes pensent qu'ils doivent apprendre à se défendre seuls. À long terme, le harcèlement a été identifié comme l'un des « stressseurs » les plus fortement associés aux comportements suicidaires chez les adolescents, et ceci de nombreuses années après les faits⁸. Une revue de la littérature⁹ portant sur 28 études longitudinales couvrant une période allant jusqu'à trente-six ans après le déroulement des faits montre en effet une augmentation nette de la probabilité de présenter une dépression à l'âge adulte même après ajustement sur de nombreux facteurs préexistants pendant l'enfance (on pourrait en effet argumenter que les enfants à tendance dépressive ont plus de risques de devenir

10 L'Enquête mondiale en milieu scolaire sur la santé des élèves (GSHS), réalisée par l'OMS tous les trois à cinq ans depuis 2005 sur les 13-17 ans, est citée comme source par le rapport de l'UNESCO (2019) : « Au-delà des chiffres, en finir avec la violence et le harcèlement à l'école ».

11 Michel, G.(2009). Les conduites à risques chez l'enfant et l'adolescent : l'exemple des jeux dangereux et violents. *Rev Prat Med Gen*, 822, 350-2.

12 Enquête HBSC 2017. Enquête internationale existant depuis 1982, réalisée tous les quatre ans par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et portant sur le comportement de santé des enfants d'âge scolaire, cité comme source par le rapport de l'UNESCO.

13 L'association E-enfance, créée en 2005 et reconnue d'utilité publique, mène un combat sans faille pour faire évoluer la législation. Elle héberge le numéro national d'appel 30 20.

14 Catheline, N., Dieumegard, S., Gervais, Y. et Roux, M.-T. (2019). *Enseignants et élèves en souffrance. Guide pratique pour des partenariats entre école et pédopsychiatrie*. Montrouge : ESF Sciences humaines.

victimes). Le harcèlement subi serait également en lien avec une sexualité précoce, estimée à 18,9 % contre 27,4 % pour les victimes de harcèlement à l'échelle mondiale. D'une façon plus générale, les victimes redoutent longtemps de fréquenter les groupes et certains peuvent même développer une phobie sociale. Enfin, l'Enquête mondiale sur la santé des élèves en milieu scolaire (*Global School-Based Student Health Survey, GSHS*¹⁰) de 2013-2018 montre que les victimes ont également tendance à consommer du cannabis (7,9 %) et de l'alcool (30,3 %) plus fréquemment qu'en population générale (respectivement 1,7 % et 18,8 %). Il semble donc que les effets du harcèlement subi dans l'enfance sur la santé se prolongent dans la vie adulte s'ils n'ont pas été pris en compte bien évidemment.

La santé mentale des harceleurs est elle aussi affectée par cette conduite, car elle structure souvent de façon inadéquate le rapport à autrui si elle n'est pas repérée et travaillée. Ceux-ci développent fréquemment des conduites à risques¹¹ et ont un recours plus fréquent à l'alcool et à des substances illicites que les jeunes du même âge¹².

Si le lien entre comportements violents dans l'enfance et délinquance à l'adolescence a souvent été mis en évidence dans plusieurs études, sans différence significative entre les filles et les garçons, une étude allemande amène un constat surprenant : les filles harcelées développent plus souvent des conduites antisociales en plus de possibles troubles internalisés (anxiété, dépression). Cette évolution est sans doute à mettre en lien avec des affects anxieux et dépressifs retrouvés dans cette même enquête, tout comme le recours à l'alcool et aux drogues pour les garçons harceleurs semble être corrélé à une lutte contre des affects dépressifs.

Les maltraitants chroniques, dans leur enfance et leur adolescence ne rencontrent pas seulement des problèmes avec la société. Ils ont des relations difficiles avec leurs proches, conjoints et enfants, qu'ils maltraitent plus souvent et envers lesquels ils utilisent davantage de violence. C'est ce lien entre violence apprise dans l'enfance et homicide qui a été mis en évidence dans les enquêtes citées par l'Organisation des Nations unies pour l'éducation, la science et la culture (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, UNESCO). C'est la raison pour laquelle victime et harceleur doivent bénéficier, l'un comme l'autre, d'une aide psychologique afin de prendre en compte les conséquences de leurs vulnérabilités respectives. Il peut également y avoir des conséquences pour les spectateurs qui peuvent développer de l'anxiété lorsqu'ils sont pris dans des conflits d'allégeance. Ce sont d'ailleurs souvent eux qui alertent leurs propres parents sur le calvaire d'un de leur camarade. À distance, lorsqu'ils sont eux-mêmes confrontés à une situation de harcèlement, ils peuvent en éprouver de la culpabilité pour n'avoir pas pu ou voulu agir afin d'aider leur camarade.

Seule la prévention globale de tous types de violences et dès le plus jeune âge se révèle efficace

Même si la lecture de ces différentes études (dont les résultats sont, hélas, tous concordants au fil des années) peut être alarmiste et donner un sentiment

d'inévitabilité dramatique, il est toujours nécessaire de préciser qu'elles n'apparaissent que lorsque la situation n'a pas été prise en compte, ce qui est en faveur d'un repérage le plus précoce possible et d'une aide adéquate. Ces études ont surtout l'immense mérite de faire prendre conscience de la gravité des faits et de la nécessité impérieuse d'intervenir en population générale en raison de la difficulté de repérage, car il n'existe malheureusement aucun signe direct permettant de repérer sa survenue, tous les signes observés étant indirects et témoignant seulement d'une souffrance psychique.

Les actions de prévention dès le plus jeune âge sont donc les seules réellement efficaces comme l'a montré la politique volontariste et efficace menée en Jamaïque pour lutter contre toutes les formes de violences au sein de la société. La prévention est coûteuse en termes de personnel et souvent obscure car les résultats sont loin d'être immédiats, mais elle est le seul outil réellement efficace à condition que ces actions soient suivies d'une remise en question globale du phénomène de violence dans la société et

que les problématiques ne soient pas segmentées : harcèlement pour les enfants, violences conjugales pour les femmes et violences racistes à l'égard des minorités.

Les enquêtes citées par le dernier rapport de l'UNESCO montrent que la prévention du harcèlement scolaire nécessite une politique juridique forte concernant toute forme de violence. Le harcèlement n'est pas seulement l'affaire des médecins ou des psychologues pour les victimes et des éducateurs spécialisés ou de la justice pour les harceleurs, mais bien des politiques. Une législation intraitable¹³, des programmes spécifiques et un recueil de données pour en vérifier les effets constituent le trépied de cette prévention. Mais il ne s'agit pas seulement d'intervenir précocement, il faut pouvoir éviter que le phénomène advienne, autant que faire se peut. Plusieurs études ont mis en lumière deux facteurs de protection. Un environnement scolaire sans violence avec des professeurs justes crée un climat positif. Encore faudrait-il qu'on puisse accompagner les équipes scolaires lorsqu'elles sont en souffrance¹⁴, il y a là aussi des améliorations à apporter. Les familles peuvent également s'avérer personnes-ressources. Il est donc nécessaire de les accompagner plus que cela n'est fait actuellement en développant des structures ouvertes et gratuites d'aide à la parentalité.

Je suis convaincue que pour une société, s'occuper du harcèlement constitue une réelle chance. Les conséquences dramatiques du harcèlement, désormais bien connues d'un grand nombre et le fait que cela concerne les enfants, a rendu le discours un peu plus audible semble-t-il que celui plus général de la violence dans la société, en particulier celle faite aux femmes ou aux minorités. Sur le terrain, il est nécessaire de se saisir de ce mouvement de protection à l'égard des enfants pour créer une réelle communauté d'adultes – englobant l'école, les familles, les associations de loisirs et sportives – qui saura et pourra, espérons-le, intervenir de manière efficace au lieu de s'en remettre à la justice dont les réponses non seulement arrivent bien tard, mais peuvent s'avérer décevantes. ▶

VICTIME ET HARCELEUR DOIVENT BÉNÉFICIER, L'UN COMME L'AUTRE, D'UNE AIDE PSYCHOLOGIQUE