

[Cyberintimidation]

Ce que c'est et comment l'arrêter
Pour les jeunes de 16 à 17 ans



[Qu'est-ce que la cyberintimidation ?]

Tu sais déjà ce qu'est l'intimidation. La cyberintimidation, c'est tout simplement l'intimidation en ligne. C'est lorsqu'une personne est méchante avec une autre personne, qu'elle essaie de la menacer, la blesser ou l'humilier en ligne. Elle peut prendre les formes suivantes :

- Se moquer de quelqu'un ou de son apparence
- Partager des images à caractère sexuel d'une autre personne
- Menacer, harceler, exclure une personne ou se mettre à plusieurs contre elle
- Dire du mal de quelqu'un, trahir ses secrets, répandre des rumeurs ou raconter des mensonges
- Créer un sondage qui se moque d'une personne
- Se faire passer pour une autre personne et projeter d'elle une image négative
- Faire des captures d'écran et partager des choses qui auraient dû être temporaires ou privées

[Où se fait la cyberintimidation ?]

La cyberintimidation peut se produire dès que tu parles avec d'autres personnes en ligne.



Réseaux sociaux
et applications



Jeux multijoueurs



YouTube et diffusion
en continu



Textos, clavardage
ou messagerie
instantanée



Courriel



[#NonALaCyberintimidation]

En savoir plus : Canada.ca/cyberintimidation

[Comment cela touche-t-il les jeunes ?]

La cyberintimidation peut faire beaucoup de mal parce qu'elle peut se produire partout. Ça peut arriver en tout temps, même à table ou dans ta chambre à coucher, et ça peut être vu rapidement par de nombreuses personnes.

Si tu es victime de cyberintimidation, tu pourrais :

- Avoir un sentiment d'isolement, de solitude ou de désespoir
- Avoir une mauvaise image de toi-même, et voir tes amitiés compromises
- Avoir de la difficulté à t'alimenter, à dormir ou à être efficace à l'école, dans tes activités ou au travail
- Tenter de te faire du mal ou même essayer de te suicider

Ceux qui font de la cyberintimidation pourraient :

- Compromettre leurs amitiés et leur réputation
- Avoir des problèmes avec la justice, y compris une peine de prison
- Limiter leurs études et possiblement même leur carrière

[Que peux-tu faire ?]

Pour prévenir la cyberintimidation :

- N'envoie et ne partage rien qui puisse blesser une autre personne
- Traite toutes les personnes que tu rencontres en ligne avec respect
- Sache que tout ce que tu publies en ligne (y compris des images) est accessible à tous
- Apprends à activer les réglages de confidentialité et ne partage pas tes mots de passe
- Ne partage pas tes renseignements personnels ni des photos de toi ou de quelqu'un d'autre nu

Si tu es victime de cyberintimidation :

- Ne réponds pas et ne réplique pas avec un message méchant
- Conserve tous les messages afin de pouvoir les montrer à un adulte
- Bloque la personne ou cesse tout contact avec elle
- Parles-en à tes parents ou à un adulte en qui tu as confiance
- Dénonce la situation à un adulte, à ton école, au site ou à l'application
- Communique avec la police si tu te sens physiquement en danger ou qu'un crime a été commis
- Consulte AidezMoiSVP.ca pour avoir de l'aide pour supprimer des images compromettantes en ligne

Si tu vois que quelqu'un est victime de cyberintimidation :

- N'aime pas et ne partage pas les messages : cela peut empirer les choses
- Si tu connais l'intimidateur, explique-lui que tu n'es pas d'accord avec la cyberintimidation
- Dis à la personne victime de cyberintimidation que tu es là pour elle et que tu veux l'aider
- Parles-en à un adulte en qui tu as confiance pour qu'il t'aide à régler la situation

