

#JournéeNationaleDeLutteContreLeHarcèlement

Les 5 conseils d'HEYME pour lutter contre ces comportements

- **75%* des étudiants ont subi des violences verbales et 54% des violences psychologiques,**
- **1 étudiant sur 4 indique avoir déjà subi des violences sur les réseaux sociaux, sous forme de moqueries ou encore d'injures.**

Souvent banalisé, le harcèlement infiltre les sphères publiques (professionnelle, scolaire) comme privées (conjugale) et revêt les mêmes dangers. À l'occasion de la #JournéeNationaleDeLutteContreLeHarcèlement, la première mutuelle dédiée aux étudiants et aux jeunes de 16 à 35 ans, fait le point sur ces conduites abusives. Face aux attaques des harceleurs, il existe des solutions ! La première est d'apprendre à se protéger et ne pas essayer de faire justice soi-même.

Marine Roussel, Responsable Prévention et Promotion de la Santé chez HEYME, revient sur ces bonnes pratiques à appliquer lorsque l'on est victime de harcèlement:

1. **Mettre les mots sur la situation vécue** : souvent, la fréquence des agressions et le mode opératoire du harceleur sont sournois au point de « sonner » la victime qui ne parvient pas à prendre conscience qu'elle vit du harcèlement. Sans cette prise de conscience la victime ne pourra faire cesser la situation.
2. **Accepter d'en parler** : le harcèlement est un délit, il est donc normal et juste de le dénoncer. On peut d'abord en parler à des proches qui seront à l'écoute et auront connaissance du mal-être afin de ne pas rester seul avec son problème. Des services d'écoute et d'orientation en cas de harcèlements sont également à la disposition des étudiants (BAPU, SIUMPPS, Fil Santé Jeunes, la ligne d'écoute Nightline...)
3. **Garder confiance en soi** : l'harceleur cherche à déstabiliser sa victime par des attaques répétées, il ne faut pas perdre de vue que le harceleur doit lui-même être fragilisé pour agir ainsi, c'est une raison supplémentaire pour ne pas se sentir atteint par ses attaques et garder confiance en soi. Montrer à son harceleur que l'on ne se sent pas atteint par ses attaques est aussi un moyen de le déstabiliser. En cas de cyberharcèlement, il est conseillé de ne pas répondre au harceleur et de le bloquer afin de mettre un terme à la situation.
4. **Ne pas relayer les situations de harcèlement** : même s'il n'est pas toujours évident de résister à la pression du groupe, les rires, les regards appuyés, la propagation de rumeurs sont autant de façon d'amplifier le harcèlement vécu par la victime. Les témoins se doivent de soutenir la victime voire de signaler la situation auprès des autorités compétentes. En ligne, un like ou des commentaires dégradants sur les réseaux sociaux sont un soutien supplémentaire au harceleur : toute personne favorisant ou encourageant une situation de harcèlement est considérée comme étant aussi responsable. Dans les cas de cyberharcèlement, la violence est d'autant plus forte que la victime est seule derrière son écran et que sa capacité à se défendre s'en trouve limitée.



5. **Porter plainte** : Le harcèlement est un délit puni par la loi : toute victime de harcèlement peut porter plainte contre l'auteur des faits, auprès d'un commissariat ou d'une gendarmerie. Si la situation vécue nécessite une intervention urgente des forces de l'ordre, il faut alerter la police ou la gendarmerie. En ligne, on peut signaler les contenus relevant du harcèlement sur la plateforme Pharos du Ministère de l'Intérieur.

**Étude réalisée par Opinionway pour HEYME, auprès d'un échantillon de 841 étudiants de France âgés de 16 à 28 ans et d'un échantillon de 841 lycéens français âgés de 14 à 22 ans. Ces échantillons sont représentatifs de ces populations en termes de genre, d'âge, de région. Les interviews ont été réalisées du 11 avril 2019 au 12 mai 2019*

A propos HEYME

Lancée en 2019, HEYME est la première mutuelle dédiée aux jeunes et aux étudiants, réunissant les expertises de la SMEREP et de la MEP. Digitale et co-construite avec ses futurs adhérents, l'offre HEYME s'adapte parfaitement aux nouveaux modes de vie et répond aux besoins spécifiques de la population des 16-35 ans, étudiants et jeunes actifs. Son ambition : prendre le leadership sur le marché étudiant d'ici 3 ans, mais aussi se développer à l'international pour accompagner la mobilité des jeunes.

CONTACTS PRESSE : LA NOUVELLE AGENCE

Océane Simon
+33 (0)1 83 81 76 81

oceane@lanouvelle-agence.com

Sarah Hachemi
+33 (0)6 15 45 80 39

sarah@lanouvelle-agence.com