

# [Cyberintimidation]

## Ce que c'est et comment l'arrêter

Pour les jeunes de 14 à 15 ans



### [Qu'est-ce que la cyberintimidation ?]

Tu sais déjà ce qu'est l'intimidation. C'est la même chose pour la cyberintimidation, sauf qu'elle se produit en ligne. Lorsqu'une personne est méchante envers une autre, qu'elle essaie de la menacer, de la blesser ou de l'humilier en ligne, c'est de la cyberintimidation. Cela peut prendre les formes suivantes :

- Se moquer de quelqu'un ou de son apparence
- Partager des images gênantes ou 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 pour se moquer d'une personne

### [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



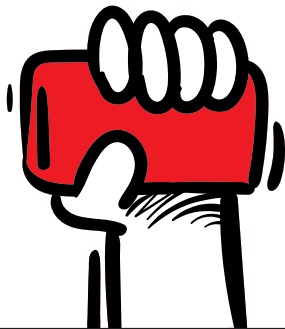
YouTube et diffusion  
en continu



Textos, clavardage  
ou messagerie  
instantanée



Courriel



[#NonALaCyberintimidation]

En savoir plus : [Canada.ca/cyberintimidation](https://Canada.ca/cyberintimidation)

### [Comment peut-elle te toucher ?]

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 :

- Te sentir seul, effrayé ou désespéré
- Avoir une mauvaise image de toi-même et de tes amitiés
- 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
- Limiter leurs perspectives d'avenir

### [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
- Parles-en à tes parents ou à un adulte en qui tu as confiance
- Bloque la personne ou cesse tout contact avec elle
- 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](https://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



Gouvernement  
du Canada

Government  
of Canada

Canada