



# Avant-propos

Vous avez dans vos mains le guide théorique et pratique d'animation Sécur'net. Cet outil s'adresse directement à des professionnel·les du milieu socioculturel. Son objectif est de vous aider à comprendre ce que sont les cyberviolences de genre, comment les reconnaître et comment s'en défendre pour ensuite transmettre ces informations sous forme d'animation à vos publics.

Ce guide se compose de deux parties :

- L'une théorique, un état des lieux des cyberviolences avec sa définition, son ampleur et ses chiffres.
- L'une pratique, qui suit étape par étape les animations proposées sous les angles de l'analyse des réseaux sociaux actuels, de l'autodéfense féministe et l'autodéfense numérique.

Cet outil s'inscrit dans un travail collaboratif entre Article 27 (Art27) & le Collectif contre les Violences Familiales & l'Exclusion (CVFE) à travers 2 de ses départements : l'Education permanente et SOFFT, son centre d'insertion socio-professionnelle.

L'un apportant sa spécificité d'outils pédagogiques à visée culturelle, l'autre apportant sa spécificité de moyens et pistes d'actions possibles en termes d'autodéfense féministe et numérique.

*L'outil a été conçu dans le cadre de l'appel à projets « Tant qu'il le faudra », soutenu par la Politique fédérale pour l'égalité des genres et diffusé en juin 2023.*

# Table des matières

Avant-propos.....	2
PARTIE 1 – GUIDE THEORIQUE.....	5
Origine et identité de Sécur’net.....	5
Mode d’emploi de cette brochure.....	6
CHAPITRE 1 - LES DESSOUS DES CYBERVIOLENCES DE GENRE .....	7
De quoi parle-t-on quand on parle de cyberviolences ? .....	7
Quelles formes ces violences peuvent-elles prendre ?.....	8
Les espaces numériques du cyberharcèlement .....	9
Les supports et médias, vecteurs du cyberharcèlement .....	10
Les chiffres genrés des cyberviolences en ligne .....	10
Facilitateurs du cyberharcèlement .....	12
Différentes réactions au cyberharcèlement .....	14
Autres barrières ou leviers à l’intervention .....	15
Les enjeux démocratiques de la lutte contre les cyberviolences .....	15
CHAPITRE 2 Prévention avec protection numérique .....	17
Composition du module .....	18
CHAPITRE 3 - Autodéfense numérique.....	19
Se défendre avec la loi.....	19
Se défendre en actions individuelles.....	21
Ne pas répondre.....	21
Fuir .....	21
Confronter .....	22
L’afficher en public, attirer l’attention.....	22
Intervention paradoxale .....	23
Rappel à l’ordre .....	23
Se protéger et protéger ses comptes.....	24
Chercher de l’aide .....	24
On ne discute pas avec un agresseur.....	24
Aller porter plainte.....	24

*SECUR’NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l’animateur.trice*

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l’égalité des genres



Signaler l'agresseur au fournisseur du service .....	24
Garder les preuves .....	25
Conclusion .....	26
Pour aller plus loin .....	27
<b>PARTIE 2, GUIDE PRATIQUE D'ANIMATIONS.....</b>	<b>28</b>
Déroulé du Module de base.....	29
« Préfèreriez-vous vivre sans internet ou sans téléphone ? ».....	30
SEFAIREDESAMIS.COM .....	31
Quel est le vécu du public : Photolangage.....	32
L'implication des Tics dans la vie quotidienne .....	33
Quelles représentations des cyberviolences ?.....	34
Les différentes peaux des réseaux sociaux et leurs business .....	35
Crime sur internet – anonymat .....	37
Quizz .....	38
Les capitaux sociaux et les réseaux sociaux .....	39
La liberté d'expression sur les réseaux.....	44
Quelles mises en place pour combattre les cyberviolences ? Stratégies de préventions .....	45
<b>Annexes .....</b>	<b>46</b>
ANNEXE I .....	46
ANNEXE II.....	48
ANNEXE III .....	52
ANNEXE IV.....	54
<b>Bibliographie.....</b>	<b>57</b>
Sites Internet .....	57
Livres .....	58

# PARTIE 1 – GUIDE THEORIQUE

## *Origine et identité de Sécur'net*

Ce qui a rassemblé le CVFE et Art27 autour de la question des cyberviolences, c'est la volonté de joindre nos domaines d'expertises pour répondre à la demande d'un outil d'animation autour des cyberviolences de genre.

Nous avons constaté que très peu d'outils existants abordent ce sujet avec une lecture systémique des violences. La question des cyberviolences est présentée comme une fatalité. Ces violences ne s'inscrivent pas dans un rapport de force préexistant. Alors qu'en réalité, ces cyberviolences sont la continuité des violences au travers des nouvelles technologies et Internet de manière plus élargie. Notre point de vue dans cet outil est que les violences basées sur les discriminations sexistes, racistes, classistes, lgbt+phobes, ... se rejouent elles aussi en ligne, liant ces violences en systèmes de fonctionnement.

Les outils que nous avons analysés s'adressent, pour la grande majorité, aux jeunes. Si, effectivement, les jeunes ont plus de risque d'être victimes de cyberharcèlement que les adultes, il n'en reste pas moins que les adultes sont également concernés et parmi ces adultes, les femmes et les minorités sont davantage concernées par les cyberviolences.

Enfin, ce que nous constatons dans ces outils c'est que les conseils adressés aux victimes sont pour la grande majorité d'entre eux infantilisans, culpabilisans et ôtent toute capacité d'action. Or, nous le verrons dans cette brochure, il y a plusieurs pistes d'action possibles.

Ces constats nous ont amenés à créer un outil d'animation et de formation sur la question des cyberviolences basées sur le genre, intégrant une approche féministe intersectionnelle mais aussi et surtout une approche globale de la question des cyberviolences.

Notre volonté est de proposer des conseils pratiques permettant au public d'avoir un sentiment de légitimité et de sécurité au sein des espaces numériques pour les femmes et les groupes minorisés, contribuant à garantir leur présence et l'affirmation de leurs droits, une meilleure gestion par les victimes des interactions problématiques et une sensibilisation des internautes permettant un changement progressif vers des espaces numériques sécurisés pour tous.

## ***Mode d'emploi de cette brochure***

Pour l'utilisation de cet outil, nous vous proposons de commencer par lire en entier le chapitre « Les dessous des cyberviolences de genre » qui vous donnera des notions théoriques nécessaires au bon encadrement des animations.

Ensuite, vous pouvez suivre le déroulement des animations proposées en rajoutant les différents blocs selon les besoins que vous avez analysés au sein de votre public.

Les animations se rassemblent en 3 blocs :

- Le module de base nécessaire à la bonne conduite des deux autres modules « Cyberviolences » - 6h
- Le module « Prévention avec protection numérique » - 3h
- Le module « Auto-défense numérique » en non-mixité - 3h

Nous estimons que ces animations sont adaptées pour un public allant de l'adolescence à l'âge adulte. En dessous de cette tranche d'âge, les animations risquent de ne pas correspondre aux besoins du public.

Il est également préférable de donner ces animations au sein d'un public ayant des notions de base en français.

Enfin, nous proposons que le module d'autodéfense féministe soit donné uniquement en non-mixité.

Les objectifs de l'outil sont :

- Contribuer à renforcer l'intégration sociale des publics en développant leurs ressources numériques via une formation éthique et politique, pour favoriser une culture de l'espace public démocratique.
- Contribuer à rendre l'espace numérique plus sûr pour tous et toutes, en particulier les femmes et les groupes minorisés, pour ce qui concerne les attaques qui les ciblent.
- Contribuer à soutenir le débat et l'expression démocratique sur le net, en particulier en matière d'égalité entre les genres.
- Outiller les internautes à faire face aux violences sur les réseaux sociaux. Sensibiliser les internautes au droit à l'expression démocratique et respectueuse.

# **CHAPITRE 1 - LES DESSOUS DES CYBERVIOLENCES DE GENRE**

## ***De quoi parle-t-on quand on parle de cyberviolences ?***

Si vous vous êtes intéressé-e.s à la question des violences en ligne, vous aurez sans doute remarqué qu'il existe plusieurs termes tantôt utilisés comme synonymes tantôt désignant une violence spécifique, difficile dès lors de s'y retrouver entre cybersexisme, cyberviolences, cyberharcèlement, etc.

Avant de rentrer dans les définitions à proprement parler, commençons par ce qui distingue ces termes. En l'occurrence, ce qui différencie le cyberharcèlement de la cyberviolence, c'est son caractère répétitif. Ainsi, si un épisode de cyberviolence se reproduit un certain nombre de fois, il s'inscrit dans un schéma de harcèlement et devient alors reconnu comme du cyberharcèlement.

**Les cyberviolences** regroupent toutes les formes de violences qui sont exercées par le biais des nouvelles technologies. On parle de **cyberharcèlement** lorsque ces violences sont répétées dans le temps.

**Le cyberharcèlement** est une violence intentionnelle et répétée émise à l'encontre d'une personne, en utilisant les nouvelles technologies, perpétrée par un ou plusieurs individus (que ceux-ci se concertent ou non).

Le cyberharcèlement peut prendre plusieurs formes : insultes, tentatives d'intimidation, menaces, propagation de rumeurs, piratage de comptes, usurpation d'identité sur le web, publication de photos intimes d'une personne sans son consentement, création sur les réseaux d'un groupe, d'une page ou d'un sujet de discussion contre une personne. Tous ces actes sont punis par la loi<sup>1</sup>.

Nous allons aborder maintenant toutes les formes de cyberviolences qui existent à notre connaissance ainsi que les espaces numériques et les supports utilisés.

---

<sup>1</sup> Fanourakis, Marine. Cyber-harcèlement : quel cadre juridique pénal pour cette problématique sociétale actuelle ? . Faculté de droit et de criminologie, Université catholique de Louvain, 2019. Prom. : Daniel Flore.  
<http://hdl.handle.net/2078.1/thesis:20405>

## Quelles formes ces violences peuvent-elles prendre ?

Si on devait schématiser les différentes formes de violences en ligne, elles se regroupent sous quatre catégories :

Le vol de données personnelles	<ul style="list-style-type: none"><li>- Phishing ou hameçonnage consiste pour le fraudeur à se faire passer pour un organisme qui vous est familier en utilisant son logo et son nom</li><li>- Piratage de compte.</li><li>- Manipulation, ruse.</li><li>- La question des données récoltées par des « cookies » ou d'autres systèmes peut également rentrer dans cette forme de cyberviolence.<sup>2</sup></li></ul>
Toutes les formes de cyberharcèlement, de discours de haine	<ul style="list-style-type: none"><li>- Flaming : il s'agit de l'envoi, par les réseaux sociaux, de courts messages très violents.</li><li>- Harassment : se produit lorsque des messages, offensifs et violents sont envoyés en quantité et de manière répétée.</li><li>- Denigration : s'entend comme l'ensemble des propos visant à nuire à la réputation de quelqu'un comme par exemple des ragots, des rumeurs ou des calomnies.</li><li>- Impersonation ou masquerade : concerne l'emprunt du pseudonyme d'une personne pour en insulter une autre. L'objectif étant de nuire aux deux personnes.</li><li>- Exclusion : pratique qui a pour objectif d'écartier volontairement une personne du groupe.</li><li>- Outing, doxxing ou trickery : constitue l'ensemble des moyens utilisés afin de publier des informations intimes ou confidentielles.</li><li>- Cyberstalking : méthode consistant à envoyer de multiples messages injurieux ou diffuser méthodiquement et systématiquement des documents gênants.</li><li>- Intimidation : menacer de manière répétitive dans le but de faire peur et de gagner du pouvoir dans la relation.</li></ul>

<sup>2</sup> [https://www.belgium.be/fr/justice/respect de la vie privée/internet](https://www.belgium.be/fr/justice/respect_de_la_vie_privée/internet)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Happy slapping ou vidéo lynchage : consiste à filmer et diffuser sur les réseaux sociaux, sans le consentement de la victime, des agressions physiques ou des scènes intimes.</li> <li>- Slut shaming : il s'agit d'une discrimination sexiste à des fins de valorisation à l'encontre des filles s'écartant du code de conduite du groupe dominant.</li> <li>- Sites Web de haine : fait de critiquer une personne sur des sites Web consacrés à cet effet ou de créer des tests de popularité ou d'impopularité en ligne.</li> <li>- Insultes, menaces, diffamation, incitation à la haine ou au suicide.</li> </ul>
Les "nouvelles" formes de violences sexuelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le grooming : la sollicitation d'enfants à des fins sexuelles.</li> <li>- Sexto : le fait d'envoyer, répétitivement, des messages à contenu sexuel explicites (dickpick).</li> <li>- Sexting ou revenge porn : concerne la publication sur Internet de photos ou de vidéos d'une personne dénudée ou prenant part à un rapport sexuel sans son consentement. L'auteur de la publication est animé par une volonté de nuire.</li> </ul>
Violences conjugales et intrafamiliales en ligne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Surveillance et contrôle, harcèlement, intimidation, menaces.</li> <li>- Contrôle parental dans ses formes extrêmes.</li> <li>- Installer un logiciel espion de géolocalisation, d'écoute, d'enregistrement.</li> </ul>

## ***Les espaces numériques du cyberharcèlement***

- **Emails**
- **Forums et salles de chat**
- **Conversations privées et en groupe** sur des applications comme Whatsapp, Facebook, Messenger, Signal, Telegram, Viber, Twitter, Instagram, Youtube, etc.
- **Réseaux sociaux** : Publications, tags, commentaires et messages.
- **Plateformes de jeux** : en streaming ou en réseau, chat privés ou publics.
- **Commentaires** : sur les sites web des différents médias, sur YouTube, etc.
- **Plateformes collaboratives en milieu professionnel** : visioconférence, canaux de discussions de groupe, commentaire de documents, etc.
- **Sites de rencontre**

Les espaces numériques sont le reflet de ce qui se passe dans les espaces dans lesquels on vit. On parle d'ailleurs de continuum des violences, c'est-à-dire que les violences qui s'exercent sont à l'image de celles qu'on vit dans nos sphères privées, familiales, scolaires, conjugales, professionnelles, etc. Si le racisme existe dans la rue, dans l'opinion publique, il existera aussi en ligne sur internet. Les dynamiques de pouvoir se retrouvent aussi en ligne : on occupe la même place que celle qu'on a dans l'échelle sociale en fonction de nos privilèges. Les espaces numériques étant des espaces où on se met en scène, que ce soit par son apparence, par ses connaissances, les femmes ne sont pas censées se mettre autant en avant de façon active dans une société patriarcale et de décider de la narration autour d'elles-mêmes. Il y a cette volonté de contraindre certaines femmes dans le silence et d'utiliser tous les ressorts sexistes tels que le slutshaming, la grossophobie, ...

Les espaces numériques sont aussi des espaces d'expression alternatifs, ils permettent de pousser des débats qui ne peuvent pas toujours avoir leur place dans les débats publics. Ces espaces fonctionnent comme des incubateurs d'idées, c'est donc le lieu idéal pour que les personnes issues de minorités vivant déjà de fortes oppressions s'expriment. L'exemple de Metoo est assez éloquent à ce propos.

### ***Les supports et médias, vecteurs du cyberharcèlement***

- **Supports écrits** : messages, commentaires
- **Supports images** : photomontages, infographies, caricatures, dessins, photographies, gifs, etc.
- **Supports vidéo** : Reels, Stories, live chat et autres contenus vidéo.
- **Supports audios** : messages et commentaires vocaux, podcast, appels en ligne, etc.
- **Création de profils virtuels ou de pages, piratages de compte, vol d'identité, etc.**

### ***Les chiffres genrés des cyberviolences en ligne***

**Les femmes et les filles risquent le plus d'être confrontées au harcèlement sexiste.** Malgré une répartition plus ou moins égalitaire en termes d'utilisation globale d'internet, les femmes sont plus présentes sur les réseaux sociaux. Ce sont les hommes qui sont les plus à risque de piratage informatique à des fins de fraude et de vol, plus précisément les hommes blancs, mariés, plus âgés et plus argentés<sup>3</sup>.

Par contre, les femmes sont plus sujettes aux harcèlement, stalking, revenge porn, et le vol de données en vue de harcèlement.

Les femmes et personnes LGBTQIA+ sont plus à risque d'être victimes de formes spécifiques de harcèlement ou de violences numériques, *victim blaming* et *victim shaming*.

---

<sup>3</sup> Online Routines and Identity Theft Victimization, Bradford W. Reyns, journal of Research in Crime and Delinquency, 2013. Etude statistique au Royaume Uni, comparable à données de Victims of Identity Theft, 2018 U.S. Department of Justice, USA.

Les nouvelles formes de violences sexuelles et harcèlement reposent sur les mêmes facteurs liés au genre et à la sexualité que hors ligne<sup>4</sup>.

De plus il n'est pas nécessaire qu'une femme soit une utilisatrice d'internet pour en être victime.

Pour aller plus loin, voici quelques chiffres de l'agenda européenne des droits fondamentaux issus d'une enquête sur les violences faites aux femmes en 2014<sup>5</sup>

- 20% des femmes entre 18 et 29 ans en Union européenne ont vécu au moins une expérience de cyber harcèlement sexuel.
- 14% des femmes de plus de 15 ans de l'Union européenne ont vécu une expérience de stalking en ligne ou hors ligne (avec menace et insulte).
- 11% des femmes de plus de 15 ans en Union européenne ont vécu une expérience de cyber harcèlement.

**La plupart des faits de harcèlement sexuel ou autres en ligne sont commis** par quelqu'un que la femme ou la fille connaît. Dans 62 % des cas, la femme connaît la personne qui la harcèle et dans deux tiers de ces cas, l'agresseur est le/la (ex-)partenaire<sup>6</sup>.

**Les garçons et les hommes, tous âges confondus, qui sont agressés en ligne le sont** par des garçons et des hommes. En effet, les hommes, le plus souvent jeunes, recensent leur lieu de harcèlement comme étant les lieux de gaming, càd de lieux à très forte fréquentation masculine<sup>7</sup>.

**D'après une étude de 2017 sur le cyberharcèlement<sup>8</sup>, les violences en ligne (harcèlement, injures, menaces,...) ont lieu via les réseaux sociaux pour 66% mais ces violences peuvent s'exercer sur tous les supports numériques.**

#### **En quelques chiffres...**

- 22% dans la partie commentaires d'un site,
- 16% à travers l'online gaming,
- 16% dans un compte d'email personnel,
- 10% sur des sites de discussion,
- 6% sur des sites ou app de rencontre.

---

<sup>4</sup> Nicola Henry and Anastasia Powell's "Technology-Facilitated Sexual Violence: A Literature Review of Empirical Research" published in 2018

<sup>5</sup> FRA, European Union Agency for fundamental rights, "La violence à l'échelle UE - les résultats en bref", 5 mars 2014

<sup>6</sup> Pew Research Center (2017), "Online Harassment 2017", available at [http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2017/07/10151519/PI\\_2017.07.11\\_Online-Harassment\\_FINAL.pdf](http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2017/07/10151519/PI_2017.07.11_Online-Harassment_FINAL.pdf)

<sup>7</sup> Pew Research Center (2017), "Online Harassment 2017"

<sup>8</sup> Pew Research Center (2017), "Online Harassment 2017"

Ces chiffres démontrent bien le continuum des violences. Elles ne sont pas cantonnées à un espace numérique ni au numérique, elles s'exercent dans plusieurs espaces dans un continuum qui s'étend dans les espaces de la vie hors ligne et vice versa.

**La plupart des agressions sexuelles ou autres en ligne, faites aux femmes et aux filles, leur sont faites par quelqu'un rencontré hors ligne avant les agressions.** En effet, 54% des femmes harcelées en ligne ont **d'abord rencontré** le harceleur dans la vie réelle<sup>9</sup>.

**La plupart du temps si quelqu'un place un logiciel espion sur l'ordi ou le smartphone d'une personne, c'est pour pouvoir la contrôler.** 29 % des abus en ligne par partenaire ou ex-partenaire implique l'utilisation d'un spyware ou d'un localisateur GPS sur les smartphones ou les ordinateurs de leurs victimes<sup>10</sup>. Et 75 % des femmes victimes de violences conjugales hors ligne expliquent que les agresseurs ont utilisé des logiciels pour espionner leurs conversations téléphoniques<sup>11</sup>.

**Selon une étude française<sup>12</sup>, la plupart des victimes de violences en ligne réagissent** avec des conséquences morales et/ou mentales plus ou moins graves (dépression, pensées suicidaires, traumatisme, suicides, ...).

- En effet, 93 % des victimes de diffusion d'images intimes à caractère sexuel ont déclaré avoir souffert d'une détresse émotionnelle importante.
- Le risque de suicide ou de tentative de suicide est 2,3 fois plus élevé pour une victime de harcèlement en ligne, comparée aux non-victimes.
- 1 femme victime de harcèlement en ligne sur 5 rapporte avoir fermé un compte en ligne pour se protéger.
- 41 % des femmes de 15-29 ans affirment qu'elles s'autocensurent en ligne par crainte d'être victimes de harcèlement.

### ***Facilitateurs du cyberharcèlement***

Il a été montré que les personnes tendent à être plus franches et directes en ligne qu'en face-à-face, où l'on peut observer la gestuelle faciale et corporelle, écouter les intonations de la voix et ainsi ajuster sa réponse en fonction<sup>13</sup>. Ces facilitateurs jouent un rôle dans la place que prennent les cyberviolences sur les espaces numériques.

Six éléments facilitent la désinhibition en ligne :

---

<sup>9</sup> Maple, C., Shart, E., Brown, A. (2011). "Cyber stalking in the United Kingdom: An Analysis of the ECHO Pilot Survey". University of Bedfordshire. Available at: <http://uobrep.openrepository.com/uobrep/handle/10547/270578>

<sup>10</sup> Women's Aid (2014), "Virtual world, real fear", disponible sur <https://www.womensaid.org.uk/virtual-world-real-fear/>

<sup>11</sup> Women's Aid (2014), "Virtual world, real fear", disponible sur <https://www.womensaid.org.uk/virtual-world-real-fear/>

<sup>12</sup> En finir avec l'impunité des violences faites aux femmes en ligne : une urgence pour les victimes, 2017. HCE (Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes). France

<sup>13</sup> Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. Cyberpsychology & behavior,

- L'anonymat dissociatif permet à une personne de cacher ou changer son identité et ainsi de séparer ses actions en ligne de ses actions dans le monde réel. De plus, les caractéristiques de l'anonymat font que cela réduit le sens des responsabilités et peut augmenter ce qu'on appelle l'effet spectateur<sup>14</sup>.
- L'invisibilité est décrite comme l'incapacité à voir l'autre personne, ce qui peut donner le courage de réaliser en ligne des actes qui ne paraîtraient pas envisageables autrement.
- L'asynchronisme permet à quelqu'un de ne pas à avoir à faire face à une réaction immédiate de l'autre, ce qui entraîne une désinhibition de certains comportements.
- L'introjection solipsiste<sup>15</sup> qui correspond au fait que consciemment ou inconsciemment, une personne peut assigner une image visuelle à ce qu'elle pense être de ce à quoi l'internaute ressemble ou comment il se comporte. C'est donc la représentation cérébrale de la voix ou du visage de l'autre personne pendant la communication. Ne pas être confronté à la réaction émotionnelle (expressions faciales ou de la voix) incite les individu·e-s à s'autoriser ce qu'ils ne se permettraient pas dans une relation directe.
- L'imagination dissociative sépare les mondes en ligne et hors ligne, et considère le premier comme un univers imaginaire ou fictif, sans lien avec la réalité. Ainsi, les normes et règles du monde réel ne sont plus appliquées aux communications en ligne, ce qui résulte en des comportements non régulés.
- La minimisation de l'autorité décrit l'absence ou la réduction des autorités de régulation.

L'effet spectateur est un phénomène par lequel la probabilité qu'un·e individu·e intervienne pour aider une victime est plus faible quand d'autres personnes sont présentes et témoins de la scène (réelle et virtuelle) Les spectateur·rice·s jouent un rôle central dans les dynamiques de cyberharcèlement, que ce soit dans le soutien au perpétrateur·rice, à la victime ou à d'autres parties prenantes.

<sup>14</sup> You, L., & Lee, Y. H. (2019). The bystander effect in cyberbullying on social network sites: Anonymity, group size, and intervention intentions. *Telematics and Informatics*

<sup>15</sup> Suler, John. « Effet de désinhibition », *Le Journal des psychologues*, 2012

Des chercheurs<sup>16</sup> ont proposé un modèle en trois étapes expliquant la diminution dans la probabilité d'intervention à cause de la présence d'autres personnes.

Premièrement, la présence d'autres spectateur·rice·s entraîne une inhibition qui décourage l'intervention par peur d'être jugé·e négativement par les autres. L'anxiété quant à la possibilité de perdre de l'approbation sociale conduit les personnes à mal interpréter et à rationaliser cognitivement les situations comme non-urgentes, et ainsi à rester inactif·ve·s.

Deuxièmement, l'observation de l'inaction d'autres spectateur·rice·s peut mener les personnes à interpréter une situation comme « moins grave qu'elle ne l'est ». Une mauvaise interprétation de la situation, combinée à un sentiment d'incertitude, peut mener des individu·e·s à percevoir l'inaction comme la norme du groupe.

Troisièmement, la présence des autres réduit le sens des responsabilités pour porter secours. Par exemple, une expérience a montré que la réponse d'individu·e·s à un email demandant de l'aide diminuait lorsque le groupe augmentait de petit (1 à 2 personnes) à grand (15 à 50 personnes). Un biais qui est décuplé sur les espaces numériques ou le nombre de spectateur est énorme.

Ceci étant dit, il est important de rappeler que ce ne sont pas les réseaux sociaux ni l'utilisation d'appareils numériques qui rendent une personne harcelante. Au même titre que l'alcool ne rend pas quelqu'un violent contre son gré, les violences en ligne existent parce qu'Internet est un nouvel espace d'expression où se libère entre autres cette parole sexiste, raciste, antisémite, etc. qui existe ailleurs aussi.

## ***Différentes réactions au cyberharcèlement***

Lorsque quelqu'un est témoin d'une situation de cyberharcèlement, il existe trois principales sortes de réactions comportementales :

- Une réponse passive, par laquelle l'individu·e assiste passivement, ne porte pas secours et prétend ignorer la situation (cela peut, entre autres, être expliqué par l'effet spectateur)
- Une confrontation indirecte, par laquelle le/la témoin confronte l'incident de manière détournée, en offrant de l'aide à la victime ou en signalant le comportement déviant à l'autorité compétente (par exemple, des modérateur·trice·s sur les réseaux sociaux).

---

<sup>16</sup> Latané, B. & Darley, J. M. The unresponsive bystander: Why doesn't he help?

- Une réponse directe, par laquelle le/la témoin devient un·e partisan·e actif·ve et confronte le ou la perpétrateur·rice directement. Les personnes qui adoptent des comportements de soutien ont l'impression d'être plus efficaces dans la lutte contre le cyberharcèlement.

### ***Autres barrières ou leviers à l'intervention***

L'amitié et la hiérarchie sociale entre les personnes concernées jouent également un rôle particulièrement important. Pour caractériser la non-intervention, plusieurs variables ont été identifiées : avoir peur d'une vengeance, être ami·e avec le ou la perpétrateur·rice, apprécier l'événement comme une distraction. Admirer le harceleur ou la harceuse, croire qu'il revient à d'autres personnes d'intervenir, et ne pas être certain·e de la réaction appropriée.

Le niveau de détresse ressentit par l'observateur·rice influence son choix de telle manière que plus la détresse est marquée, plus cette personne est susceptible d'intervenir. Un sentiment d'empathie pour la victime, de la colère vis-à-vis du perpétrateur·rice et de la confiance en soi favorisent l'intervention du spectateur·rice. De même, le rang social (statut élevé) de l'observateur·rice, sa relation à la victime (par exemple d'amitié) et les attentes d'une communauté sont aussi associées à une intervention plus probable du spectateur.

La première étape pour surpasser ces facilitateurs, c'est d'en avoir conscience, ce qui permet de répéter l'action qui nous semble pertinente "à froid" et de gagner en confiance en soi lorsqu'on est spectateur·trice de cyberviolences. Pour les répétitions de technique de défense voir le Chapitre 3 : "Autodéfense numérique" ci-après.

### ***Les enjeux démocratiques de la lutte contre les cyberviolences***

Nos vies numériques sont réglementées et protégées par des lois. La cyberviolence affecte plusieurs droits fondamentaux, tels que le droit au respect de la dignité humaine, la vie privée, la liberté d'expression et certains droits dans l'espace électronique.

**La dignité humaine** est affirmée dans de nombreux textes de droit international. C'est le principe qui unit de nombreux droits. Le principe de dignité stipule qu'une personne ne doit pas être traitée comme un objet ou un moyen, mais de manière humaine. Quels que soient son âge, son sexe, sa santé physique ou mentale, son statut social, sa religion ou son origine ethnique, cette personne mérite un respect inconditionnel. Le cyberharcèlement est une atteinte à la dignité humaine et une violence psychologique qui affecte la santé mentale et peut même porter atteinte à l'intégrité physique. De plus, ces actes calomnient la personne.

**La vie privée** est protégée par de nombreuses bases juridiques, dont l'article 12 de la Déclaration universelle des droits de l'homme. Ce droit protège certains aspects de la vie privée. Protection des secrets domestiques, professionnels et médicaux, protection des droits de publicité, protection des communications, protection de la vie privée, etc. Le cyberharcèlement est une violation de ce droit fondamental, car la divulgation non autorisée d'informations personnelles telles que les adresses, les numéros de téléphone et les informations personnelles peut compromettre la vie privée des parties concernées.

L'article 19 de la Déclaration universelle des droits de l'homme, comme de nombreuses autres lois internationales et nationales, affirme le **droit à la liberté d'expression**. Cette liberté fondamentale a plusieurs facettes.

**Liberté d'opinion, d'opinion et d'information.** Cela signifie que nous sommes libres d'exprimer nos opinions, de nous exprimer librement et de rechercher et de partager librement des informations, à la fois dans la « vraie » vie et dans l'espace numérique. Cependant, d'autres droits fondamentaux peuvent limiter la liberté d'expression. Par exemple, les principes de dignité humaine ou le droit à la vie privée prescrivent de ne pas divulguer des informations qui compromettent l'intégrité morale d'un individu. Les responsables de cyberharcèlement violent donc leur droit à la liberté d'expression en tenant des propos diffamatoires et discriminatoires ou en divulguant des données personnelles de tiers. Le cyberharcèlement peut également constituer un obstacle pour les victimes dans l'exercice de leur liberté d'expression. En fait, les victimes de la cyberviolence se sentent souvent aliénées, ce qui peut conduire à un retrait et à un espace d'expression limité.

Il existe également des codes juridiques qui réglementent et condamnent explicitement la violence en ligne. Il s'agit principalement de la Convention de Budapest sur la cybercriminalité, mais également de la Convention de Lanzarote pour protéger les enfants contre la violence sexuelle, y compris dans l'environnement en ligne, et de la Convention d'Istanbul, qui vise à mettre fin à la violence à l'égard des femmes, en particulier dans la sphère numérique. De nombreuses lois, tant internationales que nationales, nous protègent en ligne. Tous ces éléments sont des sources qui permettent de s'assurer que les actes de cyberviolences sont condamnables et que ceux qui les commettent sont coupables. Vous avez donc vos droits.

## **CHAPITRE 2 Prévention avec protection numérique**

Cette partie a pour objectif de comprendre ce qu'est le module : « Prévention avec la protection numérique ». Cet atelier sera donné par une personne experte et externe car il traite d'actions concrètes alliant connaissances informatiques et conseils spécifiques.

En 2011, le SPF Economie, PME, Classes moyennes et Energie lançait déjà un « Guide pour les utilisateur·trices d'Internet ». Plus de dix ans plus tard, leurs conseils sont encore plus d'actualité :

*« Se connecter à Internet est devenu pour beaucoup d'entre nous un geste quotidien, plutôt banal : envoi d'e-mails, visite de sites web, discussion en temps réel dans des chatrooms, etc. A chaque connexion, Internet nous donne une impression de liberté et d'anonymat, mais en réalité, il en va tout autrement. En effet, lorsque vous "surfez" sur Internet, vous dévoilez des informations vous concernant en laissant un certain nombre de traces. »<sup>17</sup>*

Les chatrooms ont été remplacées par des dizaines de plateformes diverses, dont les plus connues (Tiktok, Instagram, Whatsapp, Twitter, etc...) hébergent plus de 9,52 millions d'utilisateur·trices rien qu'en Belgique (81,7% de la population belge)<sup>18</sup>. Une étude présentée dans le soir en 2021 annonçait que le temps d'écran d'une personne par jour dans le monde est d'en moyenne 5 heures, ce qui équivaut à une augmentation de 30% comparé à 2019.<sup>19</sup>

Depuis quelques années, notre utilisation de la technologie a dépassé les loisirs ; les smartphones et les ordinateurs sont devenus des outils de notre quotidien. En 2019, une étude démontrait que la moitié des belges utilisaient les applications bancaires pour faire leur virement<sup>20</sup>. Ces nouvelles utilisations de la technologie nous exposent à des dangers car nous sommes en permanence en train d'utiliser nos informations personnelles et importantes en ligne.

Ce module a pour ambition de démystifier les travers techniques de l'utilisation d'Internet, en proposant des solutions concrètes pour se protéger et prévenir les risques de notre présence en ligne.

---

<sup>17</sup> SPF Economie, PME, Classes moyennes et Energie. (2011). *Guide pour les utilisateurs d'Internet*. p. 105

<sup>18</sup> Marchandise, G. (2023, mars) *Quels sont les réseaux sociaux les plus utilisés en Belgique ?* Chiffres récents, publié par UBA Belgium <https://www.ubabelgium.be>

<sup>19</sup> Lucina, A. (2022). Un humain passe en moyenne 48 heures par jour sur son smartphone. *Le soir - Geeko*

<sup>20</sup> Chiffres publiés sur : <https://www.ccv.eu/be-fr/2019/faits-et-chiffres-tendances-en-matiere-de-paiement-en-belgique/>

## ***Composition du module***

Ce module permet de constituer une protection numérique en 10 points clés :

1. Comment protéger ses données avec un bon mot de passe.
2. Comment et quel antivirus installer (Sur ordinateur et également sur son smartphone) ?
3. Qu'est-ce que l'authentification à 2 facteurs et comment l'activer ?
4. Mieux connaître et régler les paramètres de confidentialité sur les réseaux sociaux.
5. Protéger et analyser son E-réputation.
6. L'identification sur les réseaux sociaux.
7. Les enregistrements automatiques des informations de connexions (cookies, etc.).
8. Comment se prémunir contre les faux comptes, quizz, concours, etc.
9. La sécurité d'un site web.
10. Zoom sur l'atteinte à la vie privée en ligne (propos diffamatoire, loi européenne « droit à l'oubli »).

Pour chaque conseil, l'animateur·trice expert·e abordera un petit point de théorie puis dans la mesure du possible, la mise en pratique sur l'appareil souhaité. Les conseils sont concrets et très vite applicables.

Même si la liste n'est pas exhaustive, en 3 heures d'atelier il s'agit d'un bon bagage pour prévenir des actes de violences (de toutes sortes) en ligne.

## **CHAPITRE 3 - Autodéfense numérique**

On le disait dans l'état des lieux, la société patriarcale dans laquelle nous vivons est violente vis-à-vis des femmes et des minorités de genre, par conséquent, ces violences existent tout autant sur Internet. Et comme pour les violences faites aux femmes, il y a une série de mythes qui entourent ces réalités qu'il convient de clarifier.

Tout d'abord, quand on parle de cyberviolences, on ne parle pas des tentatives d'arnaque où on en veut à mon portefeuille, mais bien ces violences à l'encontre de ma personne où l'intention est de me nuire, de prendre le contrôle sur moi, de me faire peur.

Pour Ketsia Mutombo, cofondatrice de « Féministes contre le harcèlement », il y a clairement une volonté de silenciation. Les auteurs émettent la volonté que la victime désactive ses réseaux, s'efface.

Quand l'intention d'une agression est celle-là, c'est-à-dire prendre le pouvoir sur la victime, chercher à faire peur, à silencier, à exclure, on parle d'agression instrumentale. La violence est utilisée comme un instrument pour arriver à ses fins. L'agresseur n'est donc pas quelqu'un qui a des problèmes mentaux ou qui ne sait pas gérer ses émotions, c'est quelqu'un qui sait ce qu'il fait et pourquoi il le fait. La meilleure des stratégies dans ces cas de figure, c'est la confrontation et c'est cela que nous allons apprendre.

### ***Se défendre avec la loi***

Dans la mesure où le cyberharcèlement n'est ni plus moins qu'une autre forme de harcèlement moral, il faut s'en référer à l'article 442bis du Code pénal. Celui-ci condamne à des peines de prison et à des amendes fermes "quiconque aura harcelé une personne, alors qu'il devait savoir qu'il affectait gravement la tranquillité de la personne visée".

Pour que la plainte soit reçue, il faut que tous ces critères soient remplis :

- Comportement répétitif,
- Comportement abusif,
- Atteinte à la tranquillité de la victime,
- Intention de nuire.

Une autre loi de 2005 relative aux communications électroniques peut aussi condamner l'usage abusif de ces moyens. Enfin on peut avancer l'atteinte à la dignité de la personne.

Et puis il y a la nature même du harcèlement. Si je suis une femme et qu'un individu me harcèle parce que je suis une femme alors il s'agit d'un harcèlement sexiste et la loi contre

le sexisme de 2014 intervient. Il en est de même pour les autres cas de discriminations : âge, race, orientation sexuelle, etc.

Enfin, depuis 2022, Sarah Schlitz, secrétaire d'Etat qui était en charge de l'égalité des chances, œuvrait pour que le Code Pénal protège mieux les victimes de harcèlement notamment sur Internet en dissociant la gravité de certaines cyberviolences du caractère répétitif pour directement les considérer comme du cyberharcèlement. Ainsi, grâce à elle et son équipe, on pourrait relever ceci comme une nette amélioration.

Désormais, le harcèlement "hors ligne" et le cyberharcèlement ont la même interprétation juridique et le harcèlement en ligne rejoint l'infraction du harcèlement "hors ligne" dans le Code pénal.

Aussi, le caractère répétitif ne sera plus un critère central. A présent, sera reconnu comme du harcèlement toute infraction qui consistera à délibérément perturber la tranquillité d'une personne, même s'il s'agit d'une seule fois, ou que cela résulte d'un seul acte, alors que l'auteur de harcèlement savait ou aurait dû savoir qu'il affecterait gravement par ce comportement la tranquillité de la personne visée.

Par exemple, lorsqu'un "raid" de personnes harcèle une seule et même victime, chacun peut être considéré comme coupable, même avec un seul message envoyé.

Le harcèlement à des fins sexuelles est également pris en compte dans la définition.

Cette infraction est punie d'une peine de niveau 2, c'est-à-dire la possibilité de peines alternatives, mais également le risque d'une condamnation jusqu'à 3 ans de prison.

Il y aura par contre des situations aggravantes avec peine de niveau 3, c'est-à-dire entre 3 et 5 ans de prison :

1. La victime est mineure ou est une personne en situation de vulnérabilité<sup>1</sup>,
2. L'infraction a été commise par une personne qui se trouve en position d'autorité ou de confiance par rapport à la victime (comme un employeur par exemple).
3. L'infraction a été commise par deux ou plusieurs personnes. Cet élément aggravant vise le phénomène de harcèlement collectif, tels que les "raids" sur les réseaux sociaux, en lien avec les violences sexistes et sexuelles.

Le phénomène dit de doxxing c'est-à-dire la publication de données personnelles d'une victime, telle que son adresse, son numéro de téléphone, le fait de "outer" son orientation sexuelle, sa transition de genre etc. pourra aussi être pris en compte dans l'infraction de harcèlement.

Le juge pourra également imposer une interdiction de résidence, de lieu ou de contact pour motif de harcèlement.

## ***Se défendre en actions individuelles***

Ici, il est important de rappeler que jamais une victime n'est responsable du harcèlement subi. Jamais. Seul l'agresseur est entièrement responsable de son comportement harcelant et c'est punissable par la loi.

Chacun·e a le droit de profiter pleinement des espaces publics numériques comme bon lui semble sans avoir peur de risquer une quelconque agression, sans devoir penser aux stratégies à mettre en place pour éviter ou apprendre à faire face à ce type d'agression en ligne...

Mais à défaut de pouvoir changer cela tout de suite et à défaut de pouvoir contrôler les potentiels harceleurs en puissance, voici toutes les stratégies qu'une victime peut mettre en place pour s'en défendre.

### ***Ne pas répondre***

Ce conseil, vous le retrouverez dans quasi toutes les brochures qui existent sur les pistes d'action possibles en cas de cyberdéfense. Nous ne pouvons pas le citer car cela reste de fait une solution possible. Mais en tant que structure organisant de l'autodéfense féministe et œuvrant à la prévention des violences, ce conseil est à prendre avec des pincettes parce que derrière celui-ci, il y a l'idée que si vous avez répondu, vous avez lancé la machine du harcèlement donc la responsabilité vous incombe et on rentre dans ce qu'on appelle le victimblaming<sup>21</sup>. En fait, il s'agit surtout de ne pas répondre sur un mode "discussion/dialogue" dans lequel on va perdre un temps fou à essayer de faire comprendre que le comportement n'est pas OK, que ça ne se fait pas et à essayer de comprendre ou à vouloir les changer. Nous reparlerons de cela plus tard quand on abordera cette stratégie.

### ***Fuir***

Fuir n'a rien de honteux, rien de lâche. C'est même finalement la stratégie la plus instinctive et la plus conseillée : ne plus être là où il y a le danger. Concrètement, cela signifie dans ce cadre précis :

- Supprimer son compte/ses comptes.
- Se déconnecter des réseaux sociaux.
- Eteindre l'ordinateur.
- Changer de sujet.
- Bloquer le.s harceleur.s et le.s signaler.

---

<sup>21</sup> ce qui consiste à culpabiliser la victime et à déresponsabiliser l'auteur des faits. "Tu n'avais pas qu'à..." en bref.

- Ne pas lire les commentaires négatifs ou à défaut demander à ce qu'une personne de confiance le fasse pour vous, fasse des captures d'écran pour constituer un dossier de preuves au cas où vous auriez envie de porter plainte.
- Utiliser un pseudo pour éviter d'utiliser votre nom réel.

A noter que fuir est différent d'ignorer, la fuite se choisit, c'est-à-dire que je choisis de ne pas mettre de l'énergie, ne pas surenchérir, de ne pas perdre mon précieux temps. Je choisis de ne pas donner d'importance à l'agresseur. Faire la différence permet de ne plus s'autoflageller et se culpabiliser ne pas avoir réagi alors même que la non-réaction est une réaction en soit.

## **Confronter**

Ici, il s'agit de poser ses limites de manière claire et ferme en nommant objectivement les faits, en précisant ce que cela vous fait, quel impact ça a sur vous puis en exprimant ce dont vous avez besoin pour que cela cesse. La technique des trois phrases est parfaite pour cela.

*Exemple* : « Tu as envoyé des photos de moi nue à tes potes. Je me sens extrêmement humiliée. Supprime ces messages et ne recommence plus jamais. » ou dans le cadre d'une relation amoureuse : « Tu insistes pour avoir mon mot de passe Insta. Je ne veux pas de contrôle dans notre relation amoureuse. N'insiste plus et fais-moi confiance ».

Cette technique permet de nommer les choses objectivement, de définir ce qui se joue et surtout d'exprimer notre limite pour que la transgression de limite s'arrête.

Malheureusement, il n'y a aucune technique miracle qui forcera un agresseur à vous écouter mais ici, on aura la preuve que les choses ont été très claires dès le début. Si la personne continue après cet envoi de message, il est clair que nous sommes dans un cadre de harcèlement, que la personne ne respecte pas vos limites et vous aurez des preuves formelles de son intention malveillante.

## **L'afficher en public, attirer l'attention**

L'idée ici est de retourner la situation. Très souvent, l'agresseur compte sur le silence de la victime, sur le fait que c'est elle qui va avoir honte. En rendant public ses tentatives d'intimidation, cela vous permettra de retourner le stigmate, de lui couper tout plaisir de nuire sans être vu et surtout de vous attirer toute une série de message de soutien, parce que c'est aussi ça Internet. Cela permet aussi éventuellement que d'autres victimes se reconnaissent dans votre récit ou que cela en mette en garde bien d'autres.

Par exemple, vous pouvez tagguer l'agresseur sur une publication en public, vous pouvez lui répondre en public, vous pouvez faire des captures d'écran des messages reçus en privé et en faire une publication publique, etc.

### ***Intervention paradoxale***

Il s'agit de dire ou de faire quelque chose qui n'a aucun sens et qui vient alors surprendre l'agresseur, le déstabiliser. Cela vient casser la mise en place de sa dynamique de harcèlement. Par exemple, répondre aux messages par les paroles d'une chanson que vous adorez, c'est top.

Exemple :

- « va sucer des bites sionistes salope de juive ! »
- « les sirènes du port d'Alexandrie chante encore de belles mélodies ».

Et s'il s'obstine...on utilise la technique du disque rayé en répétant inlassablement ce qu'on vient d'écrire, il finira par lâcher, las de ne pas comprendre. Là aussi, en plus de changer le registre de l'agression, en changeant de sujet, de sens, ça vient surprendre et stopper la dynamique.

Exemple :

- "heiiin ??"
- "c'est pourtant simple à comprendre : les sirènes du port d'Alexandrie chante encore de belles mélodies"

C'est très agréable à utiliser, particulièrement quand ce sont des inconnus. A éviter quand il s'agit de relations professionnelles, mais bien avec des relations sans enjeux relationnels particuliers.

Vous avez aussi les gifs animés qui peuvent être sympas si vous avez la flemme de répondre en mots. Ou envoyez une recette de cuisine... bref soyez créatif-ves !

### ***Rappel à l'ordre***

Nommer les choses est une stratégie élémentaire en défense. Non, ce n'est pas de l'humour, c'est du sexisme et c'est puni par la loi. Le rappeler et préciser que c'est condamnable par des amendes peut suffire à dissuader un agresseur de continuer. De la même manière, il est important de se rappeler en tant que victime que vous n'êtes pas seul.es, qu'il y a des lois pour vous protéger.

## ***Se protéger et protéger ses comptes***

En parlant de protéger, c'est aussi une bonne technique de s'informer sur comment protéger vos données et votre confidentialité. Sur internet, vous trouverez plusieurs brochures pédagogiques qui expliquent comment se protéger au mieux. Et mieux encore, il existe une formation de 3h grâce à ce projet entre le CVFE et Art 27 (Voir chapitre 2 : Prévention avec protection numérique).

## ***Chercher de l'aide***

Ne manière générale, ne pas rester seule est une bonne stratégie à la fois pour prendre soin de soi, mais aussi pour dissuader un agresseur de continuer. Allez vers des personnes en qui vous avez confiance et qui pourraient vous aider, ou vers des personnes ressources comme dans les centres de plannings familiaux, la ligne d'écoute violences conjugales, childfocus, les maisons arc-en-ciel, femmes de droits, en fonction du type de violence. Vous trouverez en annexe toutes les adresses utiles.

## ***On ne discute pas avec un agresseur***

De manière générale, on évite de discuter/dialoguer avec une personne qui nous agresse, parce qu'une discussion dans un rapport de force n'est juste pas possible. Victime et agresseur ne sont pas sur un pied d'égalité pour avoir un réel échange. Généralement, rien ne garantit que l'agression cesse, que du contraire ! La priorité est d'arrêter le harcèlement, pas de vouloir changer l'autre ou lui refaire son éducation.

## ***Aller porter plainte***

Les cyberviolences étant punies par la loi, il est en effet possible de porter plainte. Mais il est important de respecter le choix et le rythme de la victime. Porter plainte n'est pas une obligation, il n'y a qu'elle seule qui pourra décider si oui ou non elle souhaite s'engager dans des démarches en justice. Si c'est le cas, alors, sachez qu'on peut se rendre dans n'importe quel commissariat avec si possible toutes les preuves : captures d'écran des échanges, son identité/pseudo, etc.

NB : si vous constituez un dossier sur votre ordinateur qui recense les preuves dans un cadre de violences conjugales en ligne, où il y a du contrôle et de la surveillance, alors nommez le dossier "recettes de cuisine", "vacances turquie 2014" histoire de ne pas éveiller des soupçons.

## ***Signaler l'agresseur au fournisseur du service***

Ici, la rapidité est la clé. De manière générale, dans un cas d'agression, plus vous réagissez tôt, mieux c'est, particulièrement en cas d'attaques répétées. Cela évitera ou diminuera le

risque que l'emprise s'installe. Donc dès l'instant où vous êtes confronté.es à des propos dégradants, humiliants, discriminants, insultants, vous devez déjà vous sentir en droit et légitime de signaler ce contenu. C'est possible sur à peu près tous les réseaux sociaux et plateformes en ligne tels que Facebook, Instagram, Tiktok, Youtube, etc. Une fois le signalement fait, vous recevez une série de questions où il vous faudra décrire la situation. Là encore, ne minimisez pas les faits et décrivez la situation telle qu'elle est, et éventuellement les conséquences que cela a sur vous afin que les plateformes prennent la mesure de leurs propres responsabilités. Les réseaux sociaux sont tenus de garantir un service de modération et doivent supprimer les contenus jugés illicites.

### ***Garder les preuves***

On l'a dit plus haut, faire des captures d'écrans des messages illicites et abusifs reçus vous sera utile si vous désirez vous lancer dans une démarche de plainte. Pensez à sauvegarder tous ces éléments dans un lieu sécurisé et pourquoi pas sous un nom "vacances 2020" histoire d'être sûr.e de ne pas être découvert.e. Récupérer des preuves demande beaucoup d'énergie et d'espace mental, donc n'hésitez pas à vous faire aider.

## Conclusion

Internet n'a pas de boussole morale. C'est un outil. Il est le juste miroir des réalités de notre société, de ses violences, de ses injustices, de ses opportunités d'échanges et de liens.

Contrairement à ce que son synonyme "Espace virtuel" pourrait amener à penser, et dans la même lignée que le slogan du projet de M. Zuckerberg « *Le métavers est certes virtuel mais l'impact sera réel* », la réalité est, aujourd'hui, nouée aux espaces numériques. Ces espaces font partie de nos vies et s'en défaire revient maintenant à vivre en ermite.

Internet est un média qui façonne nos représentations mentales de la réalité, de la même manière que la télévision. C'est un puissant vecteur d'information qui est, hélas, encore beaucoup trop libre de lois pour être sain. Ici règne la loi du profit, où les algorithmes favorisent l'endoctrinement et les chambres d'écho plutôt que l'esprit critique, l'utilisation de nos biais psychologiques liés à la récompense plutôt que notre raison, les discours égocentriques plutôt que les échanges constructifs. Bien sûr des contremesures, des alternatives existent mais elles ne font pas le poids face aux organisations sans scrupules et leurs choix facilitant le développement des cyberviolences.

On ne peut pas nous, leur client-produit, en vouloir de préférer leur astucieuse science du divertissement. Mais nous pouvons en avoir conscience et donner de notre voix pour un changement nécessaire. Une opportunité à laquelle tout le monde n'a pas accès de la même façon.

C'est là toute l'origine de la problématique qui nous intéresse ici. Les cyberviolences, comme les violences réelles, empêchent l'ensemble de la population de participer à la vie en société de la même façon. C'est cette réalité qui pousse certaines femmes à utiliser la stratégie de l'évitement. Si cette stratégie personnelle est intéressante pour prendre soin de soi à un instant T, cette stratégie est un risque réel pour la démocratie. Un pourcentage conséquent de femmes s'interdit la communication en ligne et/ou s'autocensurent pour ainsi éviter d'être confrontées à de la violence.

Cette réalité renforce la fracture numérique existante alors que l'accès à Internet est de plus en plus perçu comme un droit fondamental et essentiel au bien-être socio-économique.

Lutter contre les cyberviolences, en plus d'être un enjeu féministe, est un enjeu politique. Il s'agit de permettre à tous et toutes de pouvoir participer à la vie culturelle en utilisant Internet tout en étant libre de jouir de nos droits pleinement, sans peur, sans discrimination, sans exclusion.

## ***Pour aller plus loin***

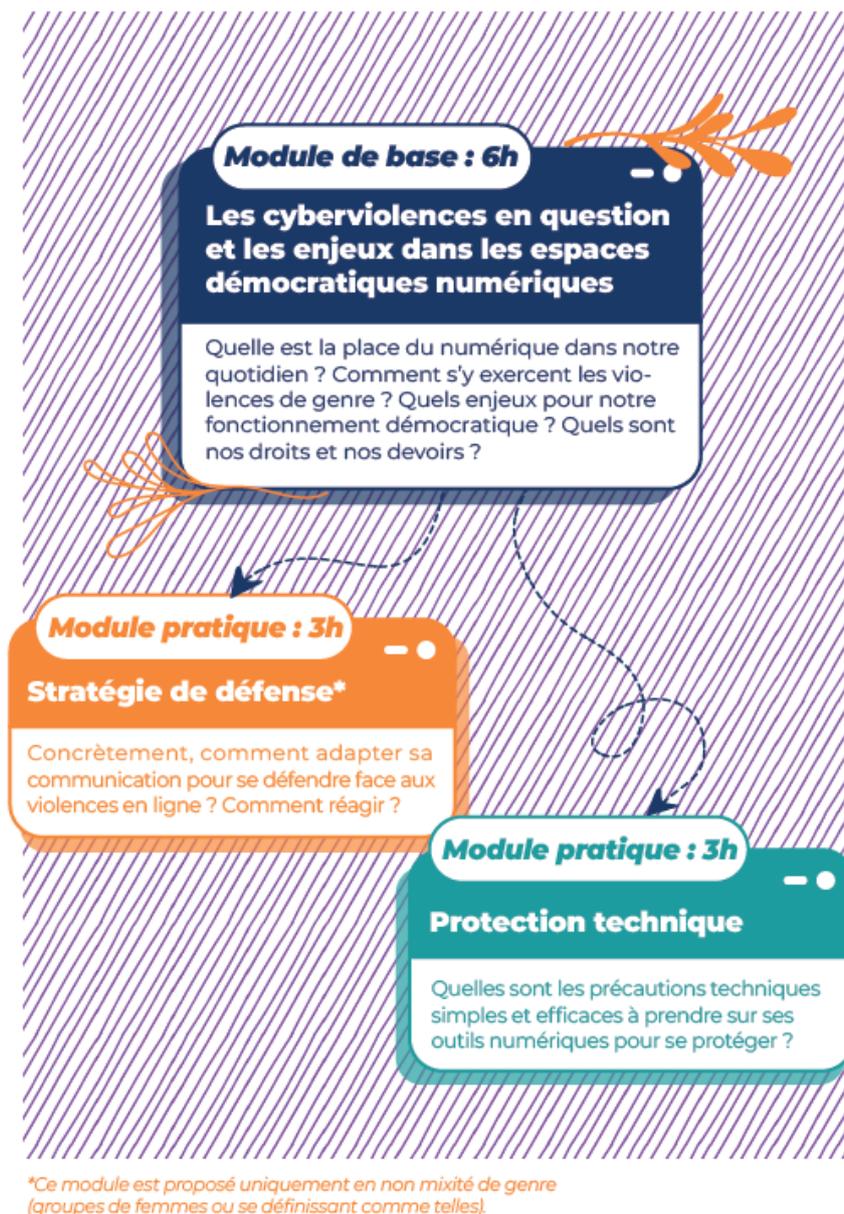
Cette brochure étant un condensé, voici quelques pistes pour aller plus loin dans votre réflexion...

- Cyberviolences : quelles mécaniques à l'œuvre ? Interview ARTE <https://www.youtube.com/watch?v=JqCND0aeOhQ>
- Documentaire « sale pute » de Myriam Leroy et Florence Hainaut pour les témoignages de cyberharcèlement
- “La culture numérique” de Dominique Cardon, sur l'importance du numérique dans nos vies quotidiennes et de sa place dans notre « culture »
- Comment je me suis raconté : ma vie numérique, podcast radio-France <https://www.radiofrance.fr/mouv/podcasts/rezo>
- Isabelle Hare, Aurélie Oliveri, Analyser les cyberviolences au prisme du genre. Edition de l'université de Lorraine, 2021

## PARTIE 2, GUIDE PRATIQUE D'ANIMATIONS

Vous trouverez ici les animations conçues en collaboration entre le CVFE et Article 27 mettant en pratique les notions vues dans la première partie.

Les différentes animations se divisent en 3 blocs. Le module de base (2x3h) est basique, accessible à toutes et tous et retrace le fonctionnement des réseaux sociaux et des cyberviolences. Nous le considérons nécessaire pour les deux suivants qui sont spécifiques à un besoin particulier.



SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres



## **Déroulé du Module de base**

Voici un enchaînement d'activités (plus précisément décrites ci-dessous) que nous conseillons. Il peut se dérouler en 1 journée complète comme en deux demi-journées. Voici le déroulé sur deux jours.

### **Jour 1, 3h**

1. Brise-glace : « Préféreriez-vous vivre sans internet ou sans téléphone ? »
2. Curseur **TIC** : comment se positionner avec les **T**echnologies d'**I**nformations et de **C**ommunication dans notre quotidien ?
3. Photolangage : quel est notre vécu des cyberviolences ?
4. Fresque d'émergences : Quelles sont les représentations des cyberviolences ?
5. Les réseaux sociaux et leur fonctionnement : Comment les réseaux sociaux et leur choix de fonctionnement influent sur les cyberviolences ?
6. Liberté d'expression : L'importance de la liberté d'expression, nos droits, ses limites.

### **Jour 2, 3h**

1. Brise-glace : sefairedesamis.com : Parler de soi anonymement, quelles limites ?
2. Crime sur internet : Comment se mettre dans la peau d'un hacker, quelles stratégies sont mises en place et qu'en est-il de la modération ?
3. Les stratégies de prévention : Comment réagir à une cyberviolence ?
4. Le jeu de rôles des privilèges : se mettre dans la peau d'une victime de cyberviolences.
5. Quizz : mettre en comparaison ses représentations

## « Préféreriez-vous vivre sans internet ou sans téléphone ? ».

Activité brise-glace de présentation avec l'intention de comprendre comment le groupe se positionne face à internet, de manière positive ou négative, et si la personne est en situation de fracture numérique.

Durée : 15 minutes

Matériel : /

Objectif :

- Permettre de sentir le groupe et sa position face au numérique.
- Connaître le groupe.
- Mettre en place des règles de fonctionnement au sein du groupe.

Déroulement :

L'animateur fait un tour de table des personnes présentes en demandant à chacun leur préférence entre deux outils. Il leur demande de se présenter et de donner leur avis. Cet avis peut éventuellement démarrer sur un débat animé par le meneur qui peut également simplement demander un approfondissement de l'avis à chacun.

Conclusion :

Il est intéressant de rebondir sur les avis des personnes concernées et de recueillir les points communs entre elles.

Internet est un outil comme le téléphone, il est utile et beaucoup plus complet que le téléphone et beaucoup de personnes ne pourraient pas s'en passer. Internet est source d'informations et de liens sociaux. Cependant il est légitime de se sentir oppressé par la prédominance d'internet dans notre quotidien et de vouloir s'en éloigner pour se protéger.

## **SEFAIREDESAMIS.COM**

Activités Brise-glace permettant d'introduire la relation au réseau sociaux et de partager des points communs en groupe. Pose aussi des questionnements autour de l'anonymat et de la vie privée.

Durée : 20 minutes

Matériel : Cartes « avatar »

Objectif :

- Parler de soi de manière impersonnelle pour créer une dynamique de groupe.
- Appréhender des concepts de fonctionnements et de comportements en ligne.
- Aborder la thématique de l'anonymat en ligne, quelles dérives ?

Déroulement :

- Se présenter comme si l'on créait un profil sur un site internet avec cette consigne : « Vous vous êtes inscrits sur ce nouveau réseau social à la mode «SEFAIREDESAMIS.com» à l'ambiance bonne enfant où des personnes se rencontrent pour parler de leurs centres d'intérêts communs. Il est interdit de donner des informations personnelles comme son âge, son nom et prénom, son adresse ou encore une photo de soi. Vous êtes en train de créer votre profil, Comment décrivez-vous vos centres d'intérêts principaux ? Quel avatar choisir ? Et enfin quel pseudonyme allez-vous choisir ? »

Conclusion :

La conclusion de cette activité mène à un questionnement sur le fonctionnement de fond de la modération d'espaces numériques et sur la question de l'anonymat sur internet. « La notion d'anonymat est souvent invoquée pour expliquer les dérives du Web. Mais, souvent, il s'agit d'un anonymat plus fantasmé que réel. D'abord parce qu'Internet n'est pas un espace de publication homogène. D'une plate-forme à l'autre, des régimes d'identité très différents se côtoient. Si aucun chiffre ne permet de quantifier la répartition entre ceux-ci, il est au moins possible de les différencier. »<sup>22</sup> Exemple de la ligue du Lol et de l'absence d'anonymat<sup>23</sup> Le « Chilling effect » et l'importance de l'anonymat<sup>24</sup>.

---

<sup>22</sup>[https://www.lemonde.fr/pixels/article/2019/02/11/trois-questions-sur-l-anonymat-et-le-pseudonymat-sur-internet\\_5422118\\_4408996.html](https://www.lemonde.fr/pixels/article/2019/02/11/trois-questions-sur-l-anonymat-et-le-pseudonymat-sur-internet_5422118_4408996.html)

<sup>23</sup> [https://www.lemonde.fr/pixels/article/2019/02/11/trois-questions-sur-l-anonymat-et-le-pseudonymat-sur-internet\\_5422118\\_4408996.html](https://www.lemonde.fr/pixels/article/2019/02/11/trois-questions-sur-l-anonymat-et-le-pseudonymat-sur-internet_5422118_4408996.html)

<sup>24</sup> <https://definitions.uslegal.com/c/chilling-effect/>

## **Quel est le vécu du public : Photolangage.**

Durée : 15 minutes

Matériel : photolangage (Cartes Dixit ou cartes Tarot)

Objectif :

- Recueillir le vécu du public pour permettre une participation saine et active du public dans les activités proposées.
- Comprendre les impacts des cyberviolences dans le quotidien des personnes concernées.
- Discuter des premières représentations sur les cyberviolences.

Déroulement :

Disposer des cartes autour de la table et demander aux personnes présentes de choisir une carte qui représente son vécu avec les cyberviolences. Puis un tour de table avec la possibilité de ne pas s'exprimer.

Conclusion :

Permettre à l'animateur·rice de se rendre compte de la disposition du public face à cette thématique pour l'aborder de manière sereine et sélectionner les activités adaptées ou bien mettre en place des méthodes pour que le public se sente en sécurité.

Si une personne semble avoir vécu une situation, il peut être tout à fait pertinent de mettre en place en groupe un moyen de réaction si l'animation va dans une direction compliquée pour le·a participant·e.

On peut proposer : - une petite phrase, - changer de place, - boire un verre d'eau, - s'isoler avec quelqu'un, - se rapprocher et interroger : "Pouvez-vous nous indiquer ce qui vous ferait du bien là maintenant ?"<sup>25</sup>

---

<sup>25</sup> Institut d'Accompagnement Psychologique Post-Traumatique, de Prévention et de Recherche (I.A.P.R) Animation de groupes de Parole suite à un événement traumatique, <https://www.iapr.fr>.

## **L'implication des Tics dans la vie quotidienne**

Durée : 15 minutes

Matériel : Liste de phrases types

Objectif :

- Se rendre compte de l'implication des TIC dans notre vie quotidienne et de sa place dans notre représentation de la réalité.
- Partager en groupe son vécu, normaliser sa pratique.

Déroulement :

La salle est divisée en deux parties, « je suis d'accord » « je ne suis pas d'accord » et la rivière du doute au milieu. L'animateur propose ensuite des phrases où le public se positionne dans la pièce selon son avis. Ensuite une conclusion est proposée au public en fonction des observations en groupe.

- J'ai déjà fait quelque chose sur Internet que j'ai regretté.
- Je me suis fait des amis sur les réseaux sociaux sans les avoir vus « en vrai ».
- Je me suis déjà servi d'Internet pour espionner quelqu'un.
- J'ai déjà organisé un événement sur Internet.
- J'utilise Internet pour en apprendre plus sur un sujet.
- Je vérifie la source d'une information que je partage.
- Je pense que le net, ce n'est pas la vraie vie (on fait ce qu'on veut).
- Je suis actif·ve sur les réseaux sociaux dans un collectif ou je fais partie d'un collectif.
- Je pense que c'est possible de trouver l'amour grâce à Internet.
- J'ose dire plus de choses sur les réseaux sociaux qu'en vrai.
- Je me sens libre sur Internet.
- Internet a changé ma façon de vivre, de penser, de concevoir les choses.
- J'accorde la même importance à mes amis virtuels qu'aux amis réels.

Ce sont des exemples, il serait intéressant d'en rajouter et de les adapter au public animé.

Conclusion :

Mener le discours vers l'outillage des TIC et le fait qu'ils sont le reflet de notre société<sup>26</sup>. En quoi ne pouvons-nous pas dissocier facilement notre quotidien du numérique et qu'est-ce que cela implique sur notre fonctionnement en société et nos inégalités. ?

---

<sup>26</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=G1\\_ryVCLWoc](https://www.youtube.com/watch?v=G1_ryVCLWoc)

## Quelles représentations des cyberviolences ?

Durée : 30 minutes

Matériel : Post-it et marqueurs

Objectif :

- Faire émerger les représentations sur une thématique donnée.
- Rassembler les données du groupe et apporter des compléments d'information en intelligence collective.
- Répondre aux questions **QUOI** (quelles formes de cyberviolences) **QUI** (qui a plus de risque d'être victime de cyberviolences et qui a plus de risque d'être à l'origine de ces cyberviolences), **COMMENT** (quels processus, quels lieux, quels outils numériques), **POURQUOI** (quelles explications, quels processus systémiques pouvons-nous mettre en évidence ?).
- Différencier violence faites à la personne et aux objets.
- Parler de l'origine de ces violences et du point de vue systémique du continuum des violences.

Déroulement :

Un tableau est mis à disposition avec quatre espaces reprenant les quatre questions. Des post-it sont distribués au public et des marqueurs avec la consigne de noter sur un post-it les réponses à ces questions-ci : « **Quoi**, qu'est-ce qu'une cyberviolence, **Qui** sont les victimes des cyberviolences, **Qui** perpétue celles-ci, **Comment** se déroulent celles-ci, **Pourquoi**, selon quels processus existent-elles ? »

Quand toutes les réponses se retrouvent sur le tableau, l'animateur·rice rassemble les éléments concordants dans chaque colonne. Il.elle peut faire deux sous-colonnes quand on parle de cyberviolences faites à la personne ou aux objets. Il.elle peut ensuite mettre en évidence les différents processus et explications derrière le pourquoi de ces cyberviolences et introduire la notion de continuum des violences.

Conclusion :

L'idée est d'apporter à travers la discussion et l'échange des représentations des éléments de réponse sur le fonctionnement des cyberviolences tout en menant principalement l'échange sur le lieu où elles prennent le plus souvent forme : les réseaux sociaux et la différence entre les violences systémiques orientées vers les personnes ou bien des objets.

Continuum de la violence sexuelle : concept qui lie les attitudes et les comportements sexistes avec la globalité des conséquences du sexisme sur les personnes concernées<sup>27</sup>.

### **Les différentes peaux des réseaux sociaux et leurs business**

Durée : 20 minutes

Matériel : Cartes représentant les différents réseaux sociaux et leurs caractéristiques

Objectif :

- Evaluer les différentes offres numériques et leurs caractéristiques.
- Comprendre le fonctionnement de la distribution des publics entre et au sein des entreprises numériques.
- Evaluer la place des réseaux sociaux dans la société actuelle.
- Comprendre le concept de réseau social et sa définition.
- Introduire le concept des GAFA.
- Introduire le profit des entreprises et les conséquences sur leur choix du marketing de la pensée.

Déroulement :

Des cartes sont distribuées sur la table et la consigne est de remettre les bonnes cartes ensemble. Le bon réseau social avec son public ciblé, son nombre d'utilisateurs, son type de contenu, son année de création et l'entreprise à qui il appartient.

Ensuite, on évalue ensemble les liens entre ces différents réseaux sociaux et les relations de concurrences entre eux également.

L'activité peut évoluer vers une discussion autour des moyens de profits des réseaux sociaux les plus populaires, des problématiques que cela peut encourir sur notre utilisation des réseaux et leur place dans nos espaces numériques démocratiques.

Conclusion :

L'animation vise à faire comprendre que les réseaux sociaux se divisent des parts du marché que sont leurs utilisateurs et aussi la place que prennent les GAFA dans l'espace numérique. Parler aussi de la place des réseaux sociaux dans la politique mondiale actuelle et des enjeux cachés derrière l'utilisation de ces applications.

« [A propos de Tik Tok, de sa place dans la géopolitique actuelle et des conflits dans la gestion des données des utilisateurs] Cela imposerait des règles communes pour tous les

---

<sup>27</sup> Le continuum de la violence sexuelle Liz Kelly, Cahiers du Genre 2019

utilisateurs, et évacuerait la question du protectionnisme déguisé et de la guerre économique. Mais cette solution n'est viable que si les nations jouent le jeu du multilatéralisme, ce que la Chine semble réticente à faire de bonne foi, alors que l'administration Trump s'évertue à faire exactement et systématiquement le contraire. »<sup>28</sup>

(Reportage, intéressant sur le fonctionnement des publicités ciblées et de Facebook, ses avantages et ses inconvénients et aussi sur le concept de capital social amélioré que nous verrons dans une autre activité)

<https://www.youtube.com/watch?v=5otaBKsz7k4> (Data gueule, comment nos données sont profitables, intéressant sur l'implication dans le système politique)

<https://www.youtube.com/watch?v=HXP2H0YtS20> (Interview sur la place des discours haineux sur les réseaux sociaux)

---

<sup>28</sup> <https://www.revue-internationale.com/2020/08/tiktok-ou-la-geopolitique-des-appis/>

## **Crime sur internet – anonymat**

Durée : 20 minutes

Matériel : /

Objectifs :

- S’immerger dans un processus de pensée pour commettre de la cyberviolence.
- Réfléchir à la régulation de ces cyberviolences.
- Discuter de l’importance ou non de l’anonymat.

Déroulement :

Les personnes sont mises en sous-groupes. Chaque sous-groupe doit s’imaginer dans un processus de cyberviolences avec une situation précise. Ils doivent citer le plus de stratégies possibles pour s’en sortir.

Lors du retour en groupe on regarde qui a pu en citer le plus.

Voici quelques exemples de situation de cyberviolences. Il peut être intéressant de mêler deux processus d’attaque à la personne et à ses possessions.

- Tu ne fais pas confiance à ton·ta partenair·e ,tu aimerais être au courant de ce qu’il ou elle fait de son temps libre comment te mets-tu au courant ?
- Tu souhaites te faire passer pour quelqu’un d’autre et extorquer de l’argent à une ou plusieurs personnes
- Un·e camarade de classe est différent.e et cela te déplaît, tu aimerais le lui.la faire comprendre.

Conclusion :

L’activité se conclut sur une discussion autour du processus politiques autour des cyberviolences et de la possibilité de toujours retrouver un malfaiteur. Mais aussi sur le fait que les moyens sont difficilement mis en place pour les retrouver. L’animateur peut également conclure vers la responsabilité de la modération des réseaux sociaux parfois permissive.

## Quizz

Durée : 20 minutes

Matériel : Quizz et réponses au quizz (annexe 2 et 3)

Objectifs :

- Mettre en comparaison nos représentations et des données.
- Appuyer nos connaissances et les renforcer.

Déroulement :

Un quizz est distribué à toutes les personnes, qui répondent à celui-ci. Ensuite nous passons ensemble les bonnes et mauvaises réponses et à quelles représentations répondent ces questions.

Conclusion :

L'intérêt du quizz est le résumé des différentes activités avec un point de vue méta sur les questions qui ont été relevées pendant les animations. L'animateur·rice trouvera intérêt à lancer des discussions lors des réponses aux questions du quizz.

## Les capitaux sociaux et les réseaux sociaux

Durée : 45 minutes

Matériel :

- 4 types de Jetons de couleur
- Des fiches de personnages (annexe V)
- Un support visuel
- Une histoire type (annexe VI)

Objectif :

- Se rendre compte de l'impact des réseaux sociaux dans notre fonctionnement sociologique.
- Mettre en évidence les inégalités et leurs développements à travers les réseaux sociaux.

Déroulement :

L'activité est un jeu de rôle autour des capitaux sociologiques. Le groupe est divisé en trois. Ils reçoivent quatre types de jetons pour les quatre types de capitaux<sup>29</sup>. Chaque groupe représente une personne et ses caractéristiques. L'animateur·rice présente alors aux groupes des situations, la même pour chaque groupe qui vont devoir réagir et faire des choix. Au fur et à mesure, chaque groupe aura des conséquences différentes selon ses capitaux sociaux en lien avec les réseaux sociaux<sup>30</sup> et l'implication de ceux-ci dans leur vécu.

Les 4 capitaux sont :

- Le savoir
- Les relations
- L'argent
- Le symbolique (dans le jeu, il représente la capacité de chaque personnage d'agir et de se sentir bien)

L'animateur·rice présente les personnages et distribue ceux-ci en sous-groupe. Il donne des éléments pour chaque personnage afin de le rendre vivant (il aime voyager, le café, les chats, ...) et également des éléments plus importants selon le niveau des capitaux

---

<sup>29</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=v-VAFI2\\_v9w](https://www.youtube.com/watch?v=v-VAFI2_v9w) (les 4 capitaux selon Bourdieu)

<sup>30</sup> Mercklé, Pierre. *La sociologie des réseaux sociaux*. La Découverte, 2016

des personnages. (Peu de relations = parents morts ou divorcés ? peu d'argent = étudiant ? etc.)

Trois personnages vont suivre la même situation sous trois regards différents

- L'achat d'un téléphone
- Le déplacement
- La situation de « scam »
- Situation de cyberharcèlement sexisme et racisme
- La soirée
- L'état psychologique des trois personnages

<p>Alphonse Untel Garçon, 23 ans A = +++++ C = ++ P = +++++ S = ++++++</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fils à papa</li><li>• « Gentil »</li><li>• Club de foot</li><li>• Un peu cancre, triple sa médecine</li><li>• Populaire</li></ul>	<p>Béatrice Julie Femme, 30 ans A = +++ C = +++++ P = +++ S = +++++</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• A perdu ses parents</li><li>• Des amis proches</li><li>• Sans emploi</li><li>• Diplômée en philosophie</li></ul>	<p>Camille Dupont dcamille656 -, 17 ans A = + C = +++++ P = + S = ++</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Peu d'amis</li><li>• Studieuse, rêve de devenir Illustratrice</li><li>• Famille pauvre</li><li>• Parents aimants</li></ul>
--	--	---

Voici trois personnages que chaque groupe va représenter. Chaque jeton représente sa capacité d'action culturelle, sociale, économique et symbolique. Je vais vous présenter des situations et vous allez devoir réagir par rapport à ces situations.

Introduction :

Nous sommes samedi matin, un jour d'été et vous avez été invité à une soirée ce soir chez Amélie, une amie. Vous avez un peu de temps avant que la soirée ne commence. Il se trouve que vous avez besoin d'un téléphone, pour pouvoir communiquer avec vos amis.

*SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice*

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres



- Pour 5 🏠, Vous obtenez un smartphone neuf
- Si vous avez 3 de 👤 Un amis vous donne l'un de ses anciens smartphones
- Sinon, vous obtenez un « Dumbphone » ce qui n'est pas plus mal pour échapper à l'environnement toxique des réseaux

Alors que vous vous préparez pour sortir en regardant sur  où et quand l'évènement aura lieu, vous traînez un peu et vous tombez sur une publication sexiste d'un « ami » à vous.

- Si vous êtes un homme ou que vous avez moins de 6 📖 Vous mettez un j'aime et gagnez 1 👤
- Si vous êtes une femme ou avez plus de 6 📖 Vous  êtes dégoûté-e et perdez 1 👤
  - Si vous avez 10 📖 Vous pouvez
    - Signalez la publication
    - Réagir à la publication (perdez 1  en énergie mentale dépensée)

Vous sortez de chez vous pour vous rendre à la soirée, pendant la soirée change d'endroit ! Vous apprenez sur  Qu'elle n'est plus chez Amélie mais à « l'imprévu », un bar en centre-ville à 10 km de la :

- Si vous avez un smartphone,
  - Si vous avez  vous voyez en story que la soirée change d'endroit, vous partagez votre localisation et un ami qui vous prend sur la route
  - Pour 1 👤 vous appelez un ami qui vient vous chercher
  - Pour 3 🏠 vous prenez un Uber pour vous y mener directement gagner 1 
- Si vous n'avez pas de smartphone, on a oublié de vous prévenir par messages. Vous arrivez chez Amélie, il n'y a personne. Vous perdez 1 
  - Si vous avez 1 👤 vous appelez un ami qui vous indique le nouvel endroit de la soirée
  - Si vous avez 4 📖 vous prenez un bus avec votre abonnement pour l'imprévu
  - Si vous êtes une femme avec moins de 5  le fait d'aller en ville vous stresse, et avec raison ! Quand vous arrivez dans le centre, au détour d'une rue on vous siffle vous perdez 1 

SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres



Vous arrivez tous à la soirée, tout se passe bien. Perdez 1  pour boire un verre et gagnez 2 

Si vous avez un dumbphone, perdez 1  alors que quelqu'un de votre âge abandonne purement et simplement de vous parler alors qu'il citait tous les réseaux sociaux pour le joindre que vous n'avez pas.

Alors que vous avez bu un peu, il vous arrive une bricole.

- Si vous avez un smartphone, gagner 1  puis vous vous éloignez du groupe un instant pour souffler :
  - Si vous avez moins de 6  Vous tombez dans une arnaque en pensant valider un colis de poste. Vous perdez 4 
  - Si vous êtes une femme, un ex vous recontacte avec un faux-compte et vous menace de poster une Sextape de vous si vous ne lui parlez pas de nouveau. Perdez 3 
- Si vous n'avez pas de smartphone, gagnez 1  alors que vous avez une profonde discussion avec un inconnu.
- Si vous avez perdu 1 à cause de la publication sexiste de ce matin, l'ami en question se présente. L'énergie que vous perdez à l'ignorer ou bien à lui faire comprendre son erreur vous coûte 1 

Si vous avez perdu au moins 1  lors de cette soirée, vous rentrez un peu plus tôt chez vous et gagnez 1 . Sinon, perdez 1  vous faites une story  et gagnez 1  Tranquillement chez vous il arrive que :

- Si vous avez signalé la publication, elle est supprimée par la modération de  Vous avez le sentiment d'avoir fait quelque chose de bien, gagnez 1 
- Si vous êtes resté plus longtemps lors de la soirée, une vidéo de vous, bourré, en train de détruire un panneau publicitaire a été postée sur dans un groupe  d'amis, une personne que vous connaissez seulement de vue a posté cette vidéo sur  Elle est devenue virale, on vous a retrouvé et vous recevez maintenant quotidiennement des messages d'inconnus. Au début vous trouviez ça drôle, mais maintenant votre téléphone est inutilisable car vous recevez trop de notifications. Vous êtes contraint de vous séparer de celui-ci pour un temps. Perdez 3 , pas de chance !
- Si votre ex vous a envoyé des messages, vous êtes en stress constant de voir s'il dit vrai et s'il va vraiment poster cette vidéo. Perdez 2 
- Si vous avez perdu au moins 5  pendant cette journée, vous vous sentez anxieuse et vous vous isolez quelques temps. Perdez 1 

Conclusion :

Mener à une compréhension des TIC et de leur fonctionnement en « reflet »<sup>31</sup> de la société. La place des cyberviolences dans le fonctionnement de ceux-ci est indissociable des violences dans la vie « réelle ».<sup>32</sup>

N'hésitez pas à modifier les événements pour introduire des éléments nouveaux amenés par les personnes lors du jeu, comme la solidarité féminine par exemple entre Béatrice et Camille, ça mérite bien 2 ★ ...

---

<sup>31</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=W8gB4AunPBI>

<sup>32</sup> Cardon, Dominique. *Culture numérique*. Presses de Sciences Po, 2019

## **La liberté d'expression sur les réseaux**

Durée : 20 minutes

Matériel : Rétroprojecteur et ordinateur, Photos de situation problématiques

Objectif :

- Comprendre le fonctionnement de la liberté d'expression.
- Comprendre ses droits et ses devoirs sur les réseaux sociaux.
- Evaluer l'importance de la liberté d'expression et sa place dans les réseaux sociaux.
- Evaluer l'autocensure.
- Se positionner face à la tolérance de l'intolérance.

Déroulement :

Des photos de commentaires, dessins, publications ou vidéo sont projetées sur un écran, le public réagit à celles-ci et exprime son avis comme s'il réagissait directement en voyant ça dans son fil d'actualité. Chaque image apporte un élément supplémentaire nourrissant le débat autour de la liberté d'expression et de ses composants.

Conclusion :

Le but est de mettre l'accent sur l'importance de la prise de parole dans le cadre des espaces numériques mais aussi de la place que prend les cyberviolences dans nos espaces de paroles<sup>33</sup>

---

<sup>33</sup> <https://fra.europa.eu/fr/eu-charter/article/11-liberte-dexpression-et-dinformation#:~:text=%601,et%20sans%20consid%C3%A9ration%20de%20fronti%C3%A8re.>

## **Quelles mises en place pour combattre les cyberviolences ? Stratégies de préventions**

Durée : 15 Minutes

Matériel : Rétro projecteur, tableau

Objectif :

- Lister les possibilités d'action, de protection et d'action.
- Faire lien avec les autres activités.
- Débattre en groupe des fonctionnements de la modération sur internet et notre potentiel d'action.

Déroulement :

En sous-groupe, des situations (annexe I) sont données, les membres du sous-groupe doivent ensuite citer toutes les situations possibles pour se protéger. L'animateur·rice reprend ensuite au tableau toutes les situations en les classant selon leurs natures

- Stratégies d'évitement
- Confrontation
- L'humour
- Faire un scandale
- Défense sémantique
- Solidarité
- L'afficher en public

Conclusion ;

Permettre aux personnes de s'investir dans un fonctionnement de défense permet de répéter celui-ci et d'accroître la possibilité de rendre utile notre intervention. Se comprendre et comprendre nos processus de défense permet de mieux gérer les situations de cyberviolences.

# Annexes

## ANNEXE I

# EXEMPLES ASBL GARANCE

### Exemples de situations pour diverses animations

1. Un inconnu t'envoie des insultes racistes via un commentaire sur Facebook
2. Tu discutes avec plusieurs personnes sur Facebook. Au lieu de répondre à tes arguments, quelqu'un se moque de tes fautes de français : « tu devrais retourner à l'école ou te faire offrir une grammaire de français ! Le Bescherelle, tu connais ? »
3. Sur un site de gaming, tu vois qu'une autre joueuse est insultée à répétition par d'autres joueurs.
4. Ton copain/partenaire partage avec ses amis des messages enflammés et déclarations amoureuses que tu lui as envoyés.
5. Ton copain/partenaire insiste pour que tu lui envoies des photos de toi dénudé.e et en train de te masturber.
6. Tu postes une remarque sur un sujet quelconque sur Facebook et s'en suit un débat sur ton mur avec quelqu'un que tu ne connais pas. L'échange tourne en rond et la personne devient insultante. Tu l'avertis que si il.elle continue dans ce sens tu vas la.e bloquer. Sa réponse : « tiens tiens, et la liberté d'expression, vous connaissez ou bien c'est seulement quand on est d'accord avec vous ? »
7. Ton ex-partenaire a créé un faux compte Facebook à ton nom et y publie des photos de toi en te faisant passer pour une travailleuse du sexe.
8. Tu publies une photo de toi sur un réseau social. Ton oncle poste des commentaires désobligeants sur ton physique.
9. Tu es journaliste et tu publies un article sur un sujet controversé sur le site de ton journal. Dans le fil des commentaires, quelqu'un se moque de ta coupe de cheveux et te demande si tu es lesbienne ou si tu fais une chimio.
10. Tu es une femme politique élue. Un homme politique d'un autre parti publie un photomontage où tu apparais en singe.
11. Tu racontes sur Instagram que tu es en train d'aménager ton grenier et que tu viens de finir de peindre les poutres. Quelqu'un que tu ne connais pas te lance : « et la mienne de grosse poutre, t'a pas envie de t'en occuper ? »
12. Tu es journaliste et tu publies régulièrement sur tweeter. Un de tes collègues répond systématiquement à tes publications par des messages malveillants.

13. Tu es étudiante et un groupe te prend en cible avec des dizaines de messages moqueurs et insultants sur le groupe WhatsApp de ta promotion.
14. Tu tiens une discussion avec plusieurs personnes sur un réseau social et quelqu'un qui n'a pas participé au débat jusque-là laisse ce commentaire : « Vous n'avez rien de mieux à faire que de vous masturber le cerveau avec ces questions ? Y a pas des sujets plus importants dont il vaudrait mieux s'occuper ? »
15. Tu viens de rencontrer quelqu'un·e qui te plaît beaucoup. Cette personne t'envoie de nombreux messages chaque jour sur ton GSM. Les premiers jours cela te plaisait beaucoup mais maintenant cela commence à être trop. Tu lui as déjà demandé de réduire le nombre de ses messages mais cela continue.
16. Tu te rends compte que ton copain sait toujours où tu te trouves même quand tu ne le lui as pas dit.
17. Tu es une femme politique et tu donnes une interview à un journal. Dès la publication de l'article tu reçois partout, sur tes comptes Facebook, Twitter et Instagram, dans tes boîtes de messagerie, personnelle et professionnelle, des centaines d'insultes, de remarques désobligeantes sur ton physique et des menaces.
18. Ton copain/partenaire t'appelle en permanence pour savoir où tu es, avec qui, qu'est-ce que tu fais.
19. Un homme que tu as rencontré une fois dans le cadre de ton travail t'envoie une photo de son pénis en message privé. Il est client de ta boîte.
20. Tu loues un appartement chez quelqu'un. Le propriétaire te laisse des messages avec des invitations inappropriées sur la messagerie de ton compte Facebook. Tu lui as déjà fait comprendre que tu n'étais pas intéressé·e mais il saisit chaque occasion, par SMS, sur les réseaux sociaux pour te faire de propositions sexuelles à peine voilées.
21. Tu publies sur Instagram une vidéo où tu fais une imitation de Georges Brassens. Tu reçois le message suivant d'un inconnu : « Si tu continues à faire ton imitation du grand poète Georges Brassens, je sais où tu habites. Alors méfie-toi. Une balle de 9mm sur les morpions qui te servent d'enfants est vite arrivée »
22. Tu publies une photo de toi sur un réseau social. Ton père poste ce commentaire : « Tu as à nouveau grossi ou bien je vais être grand-père bientôt ? »
23. Tu as posté un commentaire sur un sujet quelconque sur Facebook mais un groupe de personnes l'a mal pris. Depuis ils te suivent partout en ligne et t'insultent en permanence, sur ton mur et en messages privés.
24. Tu t'inscris à un forum sur un sujet qui te passionne et pour lequel tu es déjà inscrit·e sur d'autres plateformes/forums... Tu tombes sur ce message vieux de 2 ans te concernant : « Elle n'y connaît rien. La seule chose intéressante chez cette fille, ce sont ses gros lolos ».

25. Tu tiens un blog sur lequel tu publies des recettes de cuisines vegan. Quand tu en rends comptes sur Facebook, quelqu'un laisse le commentaire suivant : « les vegans, on en a marre de votre totalitarisme et votre façon de vouloir imposer au monde vos lubies. Foutez-nous la paix et laissez nous bouffer ce qu'on veut ! ».

26. Tu joues dans une équipe de football et tu publies une photo de toi en short et en sueur après un match. Une connaissance écrit : « tu dois sentir bien mauvais. Le football c'est vraiment un sport de crétin. »

## ANNEXE II

# LA CREATION DE CE QUIZZ APPARTIENT A L'ASBL GARANCE

### Quiz sur les violences faites en ligne aux femmes et aux filles

Teste tes connaissances sur les violences en ligne en répondant aux questions suivantes. Indique la réponse qui selon toi est la plus correcte parmi les différentes propositions.

#### 1. La plupart des violences, des faits de harcèlement ou d'agression verbale en ligne sont le fait de gens qui :

- a) ont des problèmes mentaux
- b) ne savent pas gérer leurs émotions
- c) veulent avoir plus de pouvoir

**Réponse : C)** c'est la même chose que pour les autres violences. Très peu d'agressions psychopathologiques, essentiellement instrumentales et la plupart du temps sans autre enjeu que la pouvoir ;

#### 2. Les femmes et les filles risquent le plus :

- a) que leur ordinateur soit piraté
- b) d'être confrontées aux nouvelles formes de violence sexuelle (images porno, propositions déplacées, sexting, grooming...)
- c) d'être confrontées au harcèlement sexiste

#### **Réponse : C)**

Malgré une répartition plus ou moins égalitaire en terme d'utilisation globale d'internet – les femmes sont plus présentes sur les réseaux sociaux, ce sont les hommes qui sont les plus à risque de piratage informatique à des fins de fraude, de vol, plus précisément les hommes blancs, mariés, plus âgés et plus argentés. **Source** : Online Routines and Identity Theft Victimization, Bradford W. Reyns, journal of Research in Crime and Delinquency, 2013. Etude statistique au Royaume Uni, comparable à données de Victims of Identity Theft, 2018 U.S. Department of Justice, USA.

Les femmes sont plus sujettes aux harcèlement, stalking, revenge porn, et le vol de données en vue de harcèlement. Les femmes et personnes LGBTQIA+ sont plus à risque d'être victimes de formes

spécifiques de harcèlement ou de violences numériques, *victim blaming* et *victim shaming*. Les nouvelles formes de violences sexuelles et harcèlement reposent sur les mêmes facteurs liés au genre et à la sexualité que hors ligne. **Source** : Nicola Henry and Anastasia Powell's "Technology-Facilitated Sexual Violence: A Literature Review of Empirical Research" published in 2018  
De plus il n'est pas nécessaire qu'une femme soit une utilisatrice d'internet pour en être victime.

### **Chiffres de European Agency for Fundamental Rights' (FRA) European Survey on Violence Against Women (2014)**

- 20% des femmes entre 18 et 29 ans en Union Européenne ont vécu au moins une expérience de cyber harcèlement sexuel
- 14% des femmes de plus de 15 ans de l'Union européenne ont vécu une expérience de stalking en ligne ou hors ligne (avec menace et insulte)
- 11% des femmes de plus de 15 ans en Union européenne ont vécu une expérience de cyber harcèlement

### **3. La plupart des faits de harcèlement sexuel ou autres en ligne sont commis :**

- a) par quelqu'un que la femme ou la fille connaît
- b) par un inconnu

#### **Réponse : a)**

dans 62 % des cas, la femme connaît la personne qui la harcèle et dans deux tiers de ces cas, l'agresseur est le/la (ex-)partenaire . **Source** : Pew Research Center (2017), "Online Harassment 2017", available at [http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2017/07/10151519/PI\\_2017.07.11\\_Online-Harassment\\_FINAL.pdf](http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2017/07/10151519/PI_2017.07.11_Online-Harassment_FINAL.pdf)

### **4. Les garçons et les hommes, tous âges confondus, qui sont agressés en ligne le sont :**

- a) par des filles et des femmes
- b) par des garçons et des hommes
- c) autant par des hommes que des femmes

**Réponse : b)** Les hommes, le plus souvent jeunes, recensent leur lieu de harcèlement comme étant les lieux de gaming, càd de lieux à très forte fréquentation masculine.

**Source** : Pew Research Center (2017), "Online Harassment 2017", available at [http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2017/07/10151519/PI\\_2017.07.11\\_Online-Harassment\\_FINAL.pdf](http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2017/07/10151519/PI_2017.07.11_Online-Harassment_FINAL.pdf)

### **5. Les violences en ligne (harcèlement, injures, menaces, ...) ont la plupart du temps lieu :**

- a) via les messageries personnelles
- b) en public sur les réseaux sociaux ou en commentaire d'articles, de publications
- c) sur les sites de partage (youtube, reddit,..)
- d) sur les sites de rencontres

#### **Réponse b) mais**

- 66% des utilisateurs·ices d'internet disent que le plus récent incident est arrivé soit sur un réseau social, ou une application.
- 22% dans la partie commentaires d'un site,
- 16% à travers le online gaming,
- 16% dans un compte d'email personnel,
- 10% sur des sites de discussion (ex. reddit)

---

*SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice*

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres



- 6% sur des sites ou app de rencontre

**Source :** Pew Research Center (2017), “Online Harassment 2017”, available at [http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2017/07/10151519/PI\\_2017.07.11\\_Online-Harassment\\_FINAL.pdf](http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2017/07/10151519/PI_2017.07.11_Online-Harassment_FINAL.pdf)

En fait toutes les réponses sont pertinentes, car la plupart des discours de haine et de violence en ligne se passe dans un continuum d'espaces digitaux, sur plusieurs plateformes simultanément, un continuum qui s'étend dans les espaces de la vie hors ligne et vice versa.

Les plateformes peuvent être publiques, comme par exemple des commentaires de médias, réseaux sociaux ou forums spécialisés ; ou des espaces privés, comme des messageries, emails, des groupes fermés et restreints sur des médias sociaux etc. Les plateformes peuvent être liées ou non entre elles et les attaques coordonnées ou non.

## **6. La plupart des agressions sexuelles ou autres en ligne, faites aux femmes et aux filles, leurs sont faites par quelqu'un :**

- a) rencontré hors ligne avant les agressions
- b) rencontré hors ligne après le début des agressions
- c) jamais rencontré hors ligne

### **Réponse : a)**

54% des femmes harcelées en ligne ont **d'abord rencontré** l'harceleur dans la vie réelle. **Source** Maple, C., Shart, E., Brown, A. (2011). “Cyber stalking in the United Kingdom: An Analysis of the ECHO Pilot Survey”. University of Bedfordshire. Available at: <http://uobrep.openrepository.com/uobrep/handle/10547/270578>

## **7. Les violences les plus graves (harcèlement, menaces, espionnage) ont lieu:**

- a) soudainement
- b) après que d'autres incidents mineurs se sont déclenchés avant
- c) après que la victime a provoqué l'agression

### **Réponse : b)**

Importance de déconstruire l'idée de la provocation de l'agression par la victime (« victim precipitation ») : ce n'est pas parce qu'une femme a posté quelque chose de provocateur qu'elle doit être agressée et qu'elle aurait dû se retenir. Nombre de victimes de violences en ligne n'ont rien fait du tout avant l'agression.

## **8. La plupart du temps si quelqu'un place un logiciel espion sur votre ordi ou votre smartphone, c'est que cette personne veut**

- a) voler des données privées pour les vendre
- b) pirater vos comptes pour vous voler de l'argent
- c) savoir où vous êtes et ce que vous faites pour vous contrôler

### **Réponse c) :**

- 29 % des abus en ligne par partenaire ou ex-partenaire implique l'utilisation d'un spyware ou d'un localisateur GPS sur les smartphones ou les ordinateurs de leurs victimes . **Source :** Women's Aid (2014), “Virtual world, real fear”, disponible sur <https://www.womensaid.org.uk/virtual-world-real-fear/>

- 75 % des femmes victimes de violences conjugales hors ligne expliquent que les agresseurs ont utilisé des logiciels pour espionner les conversations téléphoniques de la victime. **Source :** Women's Aid (2014),

“Virtual world, real fear”, disponible sur <https://www.womensaid.org.uk/virtual-world-real-fear/>

**9. Quand quelqu'un publie des photos sexuelles de vous sans votre accord, c'est :**

- a) parce que cette personne veut partager à quel point vous êtes sensas
- b) parce que ça l'excite
- c) parce que cette personne veut vous nuire

**Réponse : c)** le mot « revenge porn » est souvent utilisé pour ce genre de violences, mais l'expression n'est pas adaptée car la plupart du temps, la victime n'a rien fait pour que l'auteur devrait se venger. Le « revenge porn » n'a pas lieu qu'au moment de la séparation, ex. comptes ficha (il n'y a pas forcément eu une relation), femmes célèbres...

**10. Quand une femme subit un raid (action coordonnée ou non de multiples agresseurs) c'est suite au fait qu'elle :**

- a) a insulté quelqu'un
- b) est lesbienne, noire, trans...
- c) a donné son avis sur un sujet d'actualité en ligne ou dans les médias

**Réponse : b) et c)**

Les personnes les plus à risque de subir des discours haineux sont : femmes politiques, femmes blogueuses, femmes journalistes, militantes pour les droits des femmes, jeunes femmes avec identités intersectionnelles féministes. **Source :** Cyber violence and hate speech online against women( 2018) Women's Rights & Gender Equality Study. European Parliament. <http://www.europarl.europa.eu/supporting-analyses>

Alors que les autres femmes sont le plus souvent harcelées par quelqu'un qu'elles connaissent. Y compris lorsqu'il y a « raid » souvent la personne harcelée connaît au moins un ou quelques-uns des agresseurs.

**11. La plupart des victimes de violences en ligne réagissent**

- a) avec indifférence, ce n'est souvent pas très grave
- b) en se déconnectant ou en supprimant leur compte
- c) avec des conséquences morales et/ou mentales plus ou moins graves (dépression, pensées suicidaires, traumatisme, suicides, ...)

**Réponse : c) mais :**

- 93 % des victimes de diffusion d'images intimes à caractère sexuel ont déclaré avoir souffert d'une détresse émotionnelle importante.
- Le risque de suicide ou de tentative de suicide est 2,3 fois plus élevé pour une victime de harcèlement en ligne, comparée aux non victimes.
- 1 femme victime de harcèlement en ligne sur 5 rapporte avoir fermé un compte en ligne pour se protéger.
- 41 % des femmes de 15-29 ans affirment qu'elles s'autocensurent en ligne par crainte d'être victimes de harcèlement.

**Source :** *En finir avec l'impunité des violences faites aux femmes en ligne : une urgence pour les victimes*, 2017 . HCE (Haut Conseil à l'Egalité entre les femmes et les hommes). France

Les violences en ligne sont à l'origine de l'exclusion des femmes de l'espace numérique.

©Garance ASBL – 2023

---

*SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice*

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres



## ANNEXE III

# LA CREATION DE CE QUIZZ APPARTIENT A L'ASBL GARANCE

### Quiz sur les violences faites en ligne aux femmes et aux filles

Teste tes connaissances sur les violences en ligne en répondant aux questions suivantes. Indique la réponse qui selon toi est la plus correcte parmi les différentes propositions.

**1. La plupart des violences, des faits de harcèlement ou d'agression verbale en ligne sont le fait de gens qui :**

- a) ont des problèmes mentaux
- b) ne savent pas gérer leurs émotions
- c) veulent avoir plus de pouvoir

**2. Les femmes et les filles risquent le plus :**

- a) que leur ordinateur soit piraté
- b) d'être confrontées aux nouvelles formes de violence sexuelle en ligne (images porno, propositions déplacées, sexting, grooming...)
- c) d'être confrontées au harcèlement sexiste

**3. La plupart des faits de harcèlement sexuel ou autres en ligne sont commis :**

- a) par quelqu'un que la femme ou la fille connaît
- b) par un inconnu

**4. Les garçons et les hommes, tous âges confondus, qui sont agressés en ligne le sont :**

- a) par des filles et des femmes
- b) par des garçons et des hommes
- c) autant par des hommes que des femmes

**5. Les violences en ligne (harcèlement, injures, menaces...) ont la plupart du temps lieu :**

- a) via les messageries personnelles
- b) en public sur les réseaux sociaux ou en commentaire d'articles, de publications
- c) sur des sites de partage (youtube, reddit...)
- d) sur les sites de rencontres

**6. La plupart des agressions sexuelles ou autres en ligne, faites aux femmes et aux filles, leurs sont faites par quelqu'un :**

- a) rencontré hors ligne avant les agressions
- b) rencontré hors ligne après le début des agressions

---

*SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice*

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres



c) jamais rencontré hors ligne

**7. Les violences les plus graves (harcèlement, menaces, espionnage) ont lieu :**

- a) soudainement
- b) après que d'autres incidents mineurs se sont déclenchés avant
- c) après que la victime a provoqué l'agression

**8. La plupart du temps si quelqu'un place un logiciel espion ou de localisation sur votre ordi ou votre smartphone, c'est que cette personne veut**

- a) voler des données privées pour les vendre
- b) pirater vos comptes pour vous voler de l'argent
- c) savoir où vous êtes et ce que vous faites pour vous contrôler

**9. Quand quelqu'un publie des photos sexuelles de vous sans votre accord, c'est :**

- a) parce que cette personne veut partager à quel point vous êtes sensas
- b) parce que ça l'excite
- c) parce que cette personne veut vous nuire

**10. Quand une femme subit un raid (action coordonnée ou non de multiples agresseurs) c'est suite au fait qu'elle :**

- a) a insulté quelqu'un
- b) est lesbienne, noire, trans...
- c) a donné son avis sur un sujet d'actualité en ligne ou dans les médias

**11. La plupart des victimes de violences en ligne réagissent**

- a) avec indifférence, ce n'est souvent pas très grave
- b) en se déconnectant ou en supprimant leur compte
- c) avec des conséquences morales et/ou mentales graves (dépression, pensées suicidaires, traumatisme, suicides)

©Garance ASBL – 2023

**ANNEXE IV**

**Alphonse Untel** 1019 amis

Publications À propos Amis Photos Vidéos Lieux

**Intro**

23 ans  
Homme  
Etudiant en médecine  
Aime faire la fête et voyager

+ Ajouter à la story Modifier le profil

Changer la photo de couverture

*SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice*

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres





**Béatrice Julie**

32 amis



Modifier le profil

+ Ajouter à la story

Changer la photo de couverture

Publications À propos Amis Photos Vidéos Lieux



30 ans  
Femme

Docteure en philosophie  
Travaille dans un centre culturel

Intro



SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres



**Camille Dupont** 310 amis

Publications À propos Amis Photos Vidéos Lieux

Intro

17 ans  
Femme  
Etudiante  
Rêve de devenir Illustratrice

Changer la photo de couverture

+ Ajouter à la story Modifier le profil

SECUR'NET : Toutes et tous en sécurité sur le net ! Carnet de l'animateur.trice

Asbl CVFE – Article 27 – juin 2023

Avec le soutien de la Politique fédérale pour l'égalité des genres



# Bibliographie

## Sites Internet

- [https://www.belgium.be/fr/justice/respect de la vie privée/internet](https://www.belgium.be/fr/justice/respect_de_la_vie_privée/internet)
- <https://onlineharassmentfieldmanual.pen.org/fr/le-signallement-aux-plateformes/>
- <https://chayn.be/fr/guides/les-premiers-gestes-pour-affronter-une-situation-de-cyberharcèlement/agir-face-au-cyberharcèlement>
- <https://www.justgeek.fr/les-meilleures-alternatives-aux-gafam-67575/>
- <https://fra.europa.eu/fr/eu-charter/article/11-liberte-d-expression-et-d-information#:~:text=%601.,et%20sans%20considération%20de%20frontière>
- Les quatre capitaux sociaux [https://www.youtube.com/watch?v=v-VAFI2\\_v9w](https://www.youtube.com/watch?v=v-VAFI2_v9w)
- Les réseaux sociaux ne sont que le reflet de notre société. <https://www.youtube.com/watch?v=W8gB4AunPBI>
- Data gueule : Flux à lier [https://www.youtube.com/watch?v=G1\\_ryVCLWoc](https://www.youtube.com/watch?v=G1_ryVCLWoc)
- <https://www.revue-internationale.com/2020/08/tiktok-ou-la-geopolitique-des-appis/>
- [https://www.lemonde.fr/pixels/article/2019/02/11/trois-questions-sur-l-anonymat-et-le-pseudonymat-sur-internet\\_5422118\\_4408996.html](https://www.lemonde.fr/pixels/article/2019/02/11/trois-questions-sur-l-anonymat-et-le-pseudonymat-sur-internet_5422118_4408996.html)
- [https://www.lemonde.fr/pixels/article/2019/02/11/trois-questions-sur-l-anonymat-et-le-pseudonymat-sur-internet\\_5422118\\_4408996.html](https://www.lemonde.fr/pixels/article/2019/02/11/trois-questions-sur-l-anonymat-et-le-pseudonymat-sur-internet_5422118_4408996.html)
- <https://definitions.uslegal.com/c/chilling-effect/>
- SPF Economie, PME, Classes moyennes et Energie. (2011). *Guide pour les utilisateurs d'Internet*. <https://economie.fgov.be/sites/default/files/Files/Online/Guide-pour-les-utilisateurs-d-internet.pdf>
- Lucina, A. (2022). Un humain passe en moyenne 48 heures par jour sur son smartphone. *Le soir - Geeko* <https://geeko.lesoir.be/2022/01/17/un-humain-passe-en-moyenne-48-heures-par-jour-sur-son-smartphone/>
- Marchandise, G. (2023, mars) *Quels sont les réseaux sociaux les plus utilisés en Belgique ?* <https://www.ubabelgium.be/fr/news-resources/item/2023/03/02/Quels-sont-les-r%C3%A9seaux-sociaux-les-plus-utilis%C3%A9s-en-Belgique#:~:text=Les%20rapports%20montrent%20que%20l,7%20%25%20de%20la%20population%20belge>

## **Livres**

- Mercklé, Pierre. *La sociologie des réseaux sociaux*. La Découverte, 2016
- Cardon, Dominique. *Culture numérique*. Presses de Sciences Po, 2019
- Fanourakis, Marine. *Cyber-harcèlement : quel cadre juridique pénal pour cette problématique sociétale actuelle ?* Faculté de droit et de criminologie, Université catholique de Louvain, 2019  
Prom. : Daniel Flore. <http://hdl.handle.net/2078.1/thesis:20405>
- Institut d'Accompagnement Psychologique Post-Traumatique, de Prévention et de Recherche (I.A.P.R) Animation de groupes de Parole suite à un événement traumatique, <https://www.iapr.fr>
- Hare, Isabelle, Oliveri, Aurélie. *Analyser les cyberviolences au prisme du genre*. Edition de l'université de Lorraine, 2021
- Kelly, Liz, *Le continuum de la violence sexuelle*, Cahiers du Genre 2019