

Eveil à la vie affective, relationnelle et sexuelle

Fiche pratique à destination des victimes
et de leurs proches



Exposition à des contenus choquants, haineux, trompeurs voire illicites, revenge porn, cyberharcèlement, génération de deepfakes sexuels, sextorsion...

Les usages numériques peuvent être porteurs de risques et les formes de violences auxquels ils exposent sont multiples. S'il existe des façons de se prémunir (voir fiche à destination des utilisateurs et utilisatrices de réseaux sociaux), ces violences en ligne peuvent nous concerner toutes et tous. Alors comment réagir et comment détecter les signes pouvant alerter que l'un de nos proches est victime de haine en ligne et comment les entourer ?

Comment réagir en tant que victimes ?

1. Conserver des preuves et demander de l'aide

Dans le cas d'un contenu visant précisément un individu, comme un message de haine, une sextorsion (chantage menaçant la victime de publier des photos ou des vidéos d'elle nu ou commettant des actes sexuels si elle ne verse pas de rançon), un *deepfake*, **il est indispensable de conserver tout élément de preuve attestant du contenu** : capture d'écran, photo, enregistrement audio ou vidéo. Idéalement, ces preuves doivent être les plus complètes possibles : intitulé intégral du compte à l'origine du contenu, date de publication, contenu exact...

Ma Sécurité est la plateforme d'accompagnement des victimes dans leurs démarches, opérée par la police et la gendarmerie nationale. Le site, accessible également par application mobile, recense toutes les informations à connaître en cas de problème : démarches utiles, fiches thématiques, etc. Il vous oriente directement vers les services, autorités et associations compétentes. Surtout, le site et l'application donnent accès à un outil de discussion instantanée avec un policier ou un gendarme 24h/24 et 7j/7.



Si vous êtes mineurs, vous pouvez solliciter de l'aide et du soutien en appelant le 3018, 7 jours sur 7 de 9h à 23h (appel et service gratuits) ou en téléchargeant l'application du même nom. L'appel est anonyme et confidentiel. L'association e-Enfance/3018, premier signaleur de confiance désigné par l'Arcom, vous accompagnera dans vos démarches contre les violences numériques.



Vous pouvez aussi vous rapprocher d'associations qui luttent contre la haine en ligne et accompagnent les victimes comme Respectzone, Féministes contre le cyberharcèlement ou [France Victime](#) au 116 006 (appel et service gratuits), numéro d'aide aux victimes du ministère de la Justice. Service ouvert 7 jours sur 7 de 9h à 19h.

Vous pouvez également contacter la police ou la gendarmerie 24h/24 et 7j/7 par messagerie instantanée via la [Plateforme numérique d'accompagnement des victimes](#) (PNAV) qui pourra vous donner les premiers conseils et faciliter vos démarches de dépôt de plainte.

2. Bloquer les émetteurs et signaler les comptes et contenus



Verrouillez au plus vite votre compte de réseau social et bloquez l'auteur des contenus haineux. Modifiez les paramètres de confidentialité de vos comptes de manière à en restreindre la visibilité des harceleurs. Il existe ainsi des options de confidentialité pour « ne plus me trouver », « ne pas afficher/partager ma liste d'amis ». Il est également possible de « bannir » les visiteurs ou contacts indésirables et de bloquer les auteurs de messages harcelants.



S'il s'agit de contenus publics contenant des injures, de la diffamation, des menaces, de la violence, des atteintes aux mineurs ou encore des incitations à la haine, à la discrimination, à la violence ou de mise en danger, **signalez le contenu sur la plateforme PHAROS du ministère de l'intérieur**, pour informer les forces de l'ordre.



Signalez les contenus ou les comportements illicites auprès des plateformes sur lesquelles ils sont présents afin de les faire supprimer. Voici quelques exemples de liens de signalement pour les principaux réseaux sociaux parmi les plus répandus : [Facebook](#), [Twitter](#), [LinkedIn](#), [Instagram](#), [Snapchat](#), [TikTok](#), [WhatsApp](#), [YouTube](#). Contactez directement le service concerné s'il ne figure pas dans cette liste.



Demandez à ce que les contenus en cause ne soient plus référencés par les moteurs de recherche. Si ces publications vous concernant apparaissent dans les résultats de moteurs de recherche, il est possible de demander de ne plus les voir afficher. Cette procédure est appelée le déréférencement. La plupart des moteurs de recherche mettent à votre disposition un formulaire en ligne à remplir pour demander un déréférencement. Faites une demande auprès de chaque moteur de recherche concerné : [Bing](#), [Qwant](#), [Google](#), [Yahoo](#), [autres](#).

3. Porter plainte

Déposez plainte au [commissariat de police](#) ou à [la brigade de gendarmerie](#) ou encore par écrit au [procureur de la République du tribunal judiciaire](#) dont vous dépendez en fournissant toutes les preuves en votre possession. Vous pouvez être accompagné par les associations mentionnées précédemment dans cette démarche.

Si vous avez moins de 18 ans, vous pouvez aussi être accompagné par un parent ou un représentant légal qui pourra porter plainte en votre nom.

La loi punit :

- **Les messages de haine** : contenus (messages, images, vidéos) injurieux, diffamatoires, menaçants, négationnistes ou d'incitation à la haine, à la discrimination, à la violence à l'égard d'une personne ou d'un groupe de personnes du fait de leur caractéristiques communes (Articles 24, 24 bis, 29, 32, 33 de la loi du 29 juillet 1881 sur la liberté de la presse)
- **Le cyberharcèlement** : contenus en ligne envoyés par une ou plusieurs personnes, destinés à intimider ou humilier la victime (moqueries, injures, messages à caractère sexuel, etc.). L'accumulation, sans nécessité de concertation ou de répétition, permet de caractériser le cyberharcèlement (Article 222-33-2-2 du code pénal).
- **Le doxing ou la divulgation de données personnelles** : divulgation en ligne de données personnelles, (exemple : identité, adresse, numéro de téléphone...) dans l'intention de nuire à cette personne (Article. 223-1-1 du code pénal).
- **Les menaces** : tout acte d'intimidation, qu'il soit exprimé par écrit, par une image ou par tout autre moyen, visant à proférer des menaces ou à annoncer l'intention de commettre un crime ou un délit, comme une menace de mort ou un acte dont la tentative est légalement punissable (Articles 222-17 et s du code pénal).
- **Le revenge porn ou la pornodivulgation** : contenu à caractère sexuel diffusé sans le consentement de la personne (Article 226-2-1 du code pénal).
- **Les deepfakes pornographiques** : divulgation sans consentement d'un montage ou d'un contenu à caractère sexuel créé avec l'image ou les paroles d'une personne via un traitement algorithmique (Article 226-8-1 du code pénal).
- **L'extorsion et le chantage** (Article 312-1 et article 227-23 du code pénal).

Comment réagir en tant que témoin d'une situation de violence en ligne ?

Ne répondez pas aux commentaires, messages ou contenus et ne payez pas la rançon éventuellement demandée.

Ne partagez pas les contenus offensants. Ne « likez » pas, ne rediffusez pas les propos des harceleurs car cela pourrait vous rendre complice et aggraver les conséquences de la situation. De plus, le fait de « partager » est susceptible d'engager votre responsabilité devant la loi.

Même si votre intention est de défendre une victime de cyberharcèlement, **ne répondez pas** aux commentaires ou aux messages qui s'apparentent à du cyberharcèlement, car vous risqueriez d'empirer la situation. **Mieux vaut vous rapprocher de la victime en lui apportant votre écoute et votre soutien.**

Signalez les faits, comportements et contenus illicites comme détaillé précédemment, signalez auprès des plateformes et des autorités publiques. Vous pouvez également signaler anonymement tout contenu d'association [Point de Contact](#). Plus largement, que ce soit pour se protéger ou pour protéger les autres, signaler les contenus inappropriés ou illicites est un acte citoyen.

Ne restez pas isolé. Parlez-en à un tiers de confiance :
membre de la famille, amis, enseignant...

Comment accompagner un proche victime ?

Comment détecter les signes qu'un proche est victime ?

Plusieurs signes peuvent alerter que l'un de nos proches en victime de haine en ligne, par exemple :

- Changement soudain de comportement
- Perte ou troubles de sommeil
- Troubles du comportement alimentaire
- Baisse soudaine des résultats scolaires
- Isolement et renfermement
- Refus d'aller à l'école
- Agressivité, accès de colère et de violence
- Stratégies de dissimulation du corps
- Mutisme
- Scarification
- Hypervigilance



Si vous reconnaissez ces signes, n'hésitez pas à ouvrir une discussion à ce sujet avec la personne concernée, à proposer votre aide et à rappeler le droit applicable.

Comment réagir en tant que proche ?

Si vous êtes mineur, parlez-en à des personnes de confiance autour de vous : parents, entourage proche, professionnels, amis, enseignants, conseiller d'éducation, chef d'établissement... N'essayez pas de résoudre la situation seul.

Si vous êtes majeur, accompagnez la victime dans le signalement et le dépôt de plainte. Offrez un espace d'écoute et de dialogue bienveillant à la personne concernée.