My Life Beyond

LE HARCÈLEMENT

Hey Gee et Ralph M.

FONDATION IPSEN
BookLab

Ce livre est une collaboration entre
la Mayo Clinic et la Fondation Ipsen.

L'histoire est inspirée de la vie de Ralph M.,
qui a été victime de harcèlement scolaire.

Les mots en gras se réfèrent aux termes définis dans le
Glossaire, à la fin du livre, en page 32.

ÉDITRICE SCIENTIFIQUE

Bridget K. Biggs, Ph.D., L.P., Consultante, Department of Psychiatry and Psychology,
Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Professeure associée de Psychologie,
Mayo Clinic College of Medicine and Science

DIRECTEURS DE COLLECTION

Fredric Meyer, M.D., Consultant, Department of Neurologic Surgery, Mayo Clinic,
Rochester, MN, USA ; Doyen exécutif de l'éducation, Professeur de Neurochirurgie,
Mayo Clinic College of Medicine and Science

James A. Levine, M.D., Ph.D, Professeur, Président, Fondation Ipsen, Paris

LE HARCÈLEMENT

Hey Gee et Ralph M.

Avant-Propos

Pendant mon enfance, j'ai été harcelé car j'étais différent des autres. Je pensais que c'était de ma faute si on m'embêtait, et que je le méritais. Au début, j'avais honte, mais en grandissant, j'ai appris plein de choses.

J'ai appris que beaucoup de gens sont harcelés et que je n'étais pas seul. Je me suis rendu compte que les enfants qui s'en prenaient à moi le faisaient car ils manquaient de confiance en eux, et pas parce qu'il y avait quelque chose qui clochait chez moi. Il y a des choses que j'aurais pu faire pour réussir à mettre fin au **harcèlement** que je subissais : me faire des amis, participer à des activités extra-scolaires, demander de l'aide à mes professeurs ou aux psychologues, et dire à mes parents ce qui m'arrivait. J'ai aussi appris que c'est génial d'être différent et que je devais m'aimer pour ce que je suis.

Le monde est rempli de personnes uniques, qui parlent et qui pensent différemment et c'est quelque chose que nous devons célébrer. Ce sont nos différents corps, couleurs de peau, cultures, religions, langues et genres qui font de nous des êtres si spéciaux.

À tous ceux et celles qui sont **victimes** de **harcèlement** : ça va s'arranger, ce n'est pas de votre faute et vous devez demander de l'aide pour rester en sécurité ; vous n'avez aucune raison d'avoir honte et vous êtes super comme vous êtes !

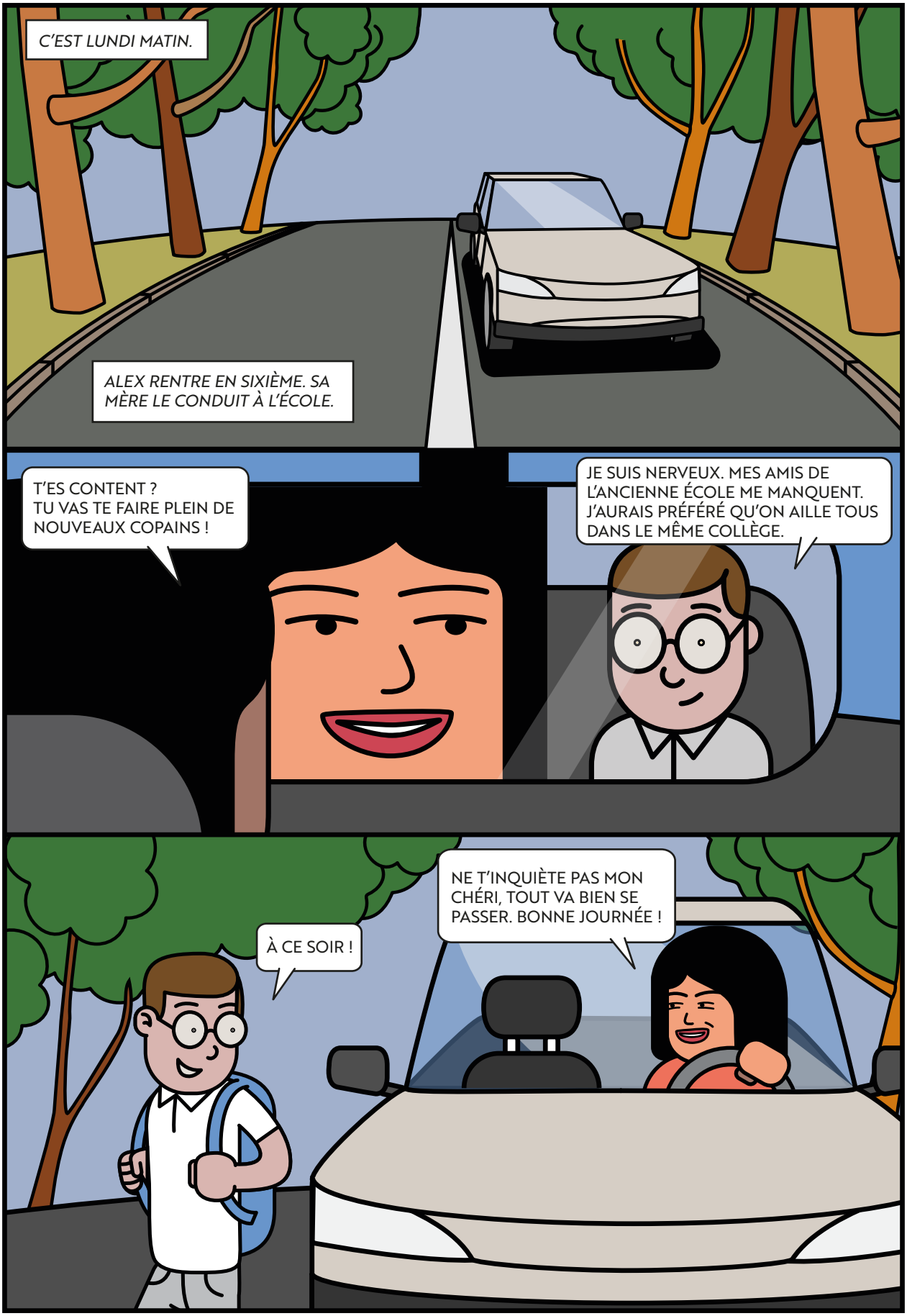
Gros bisous.

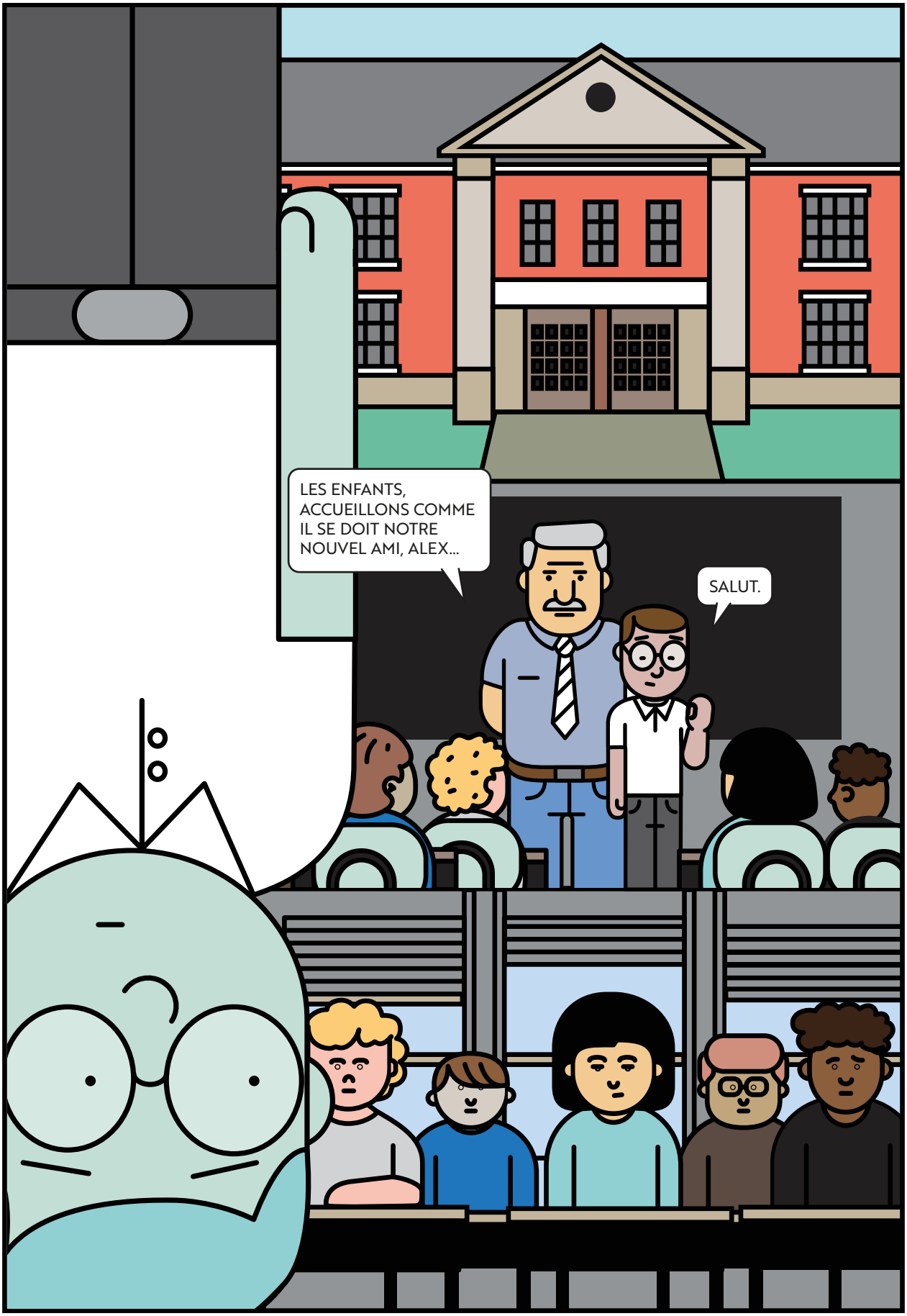
Ralph M.

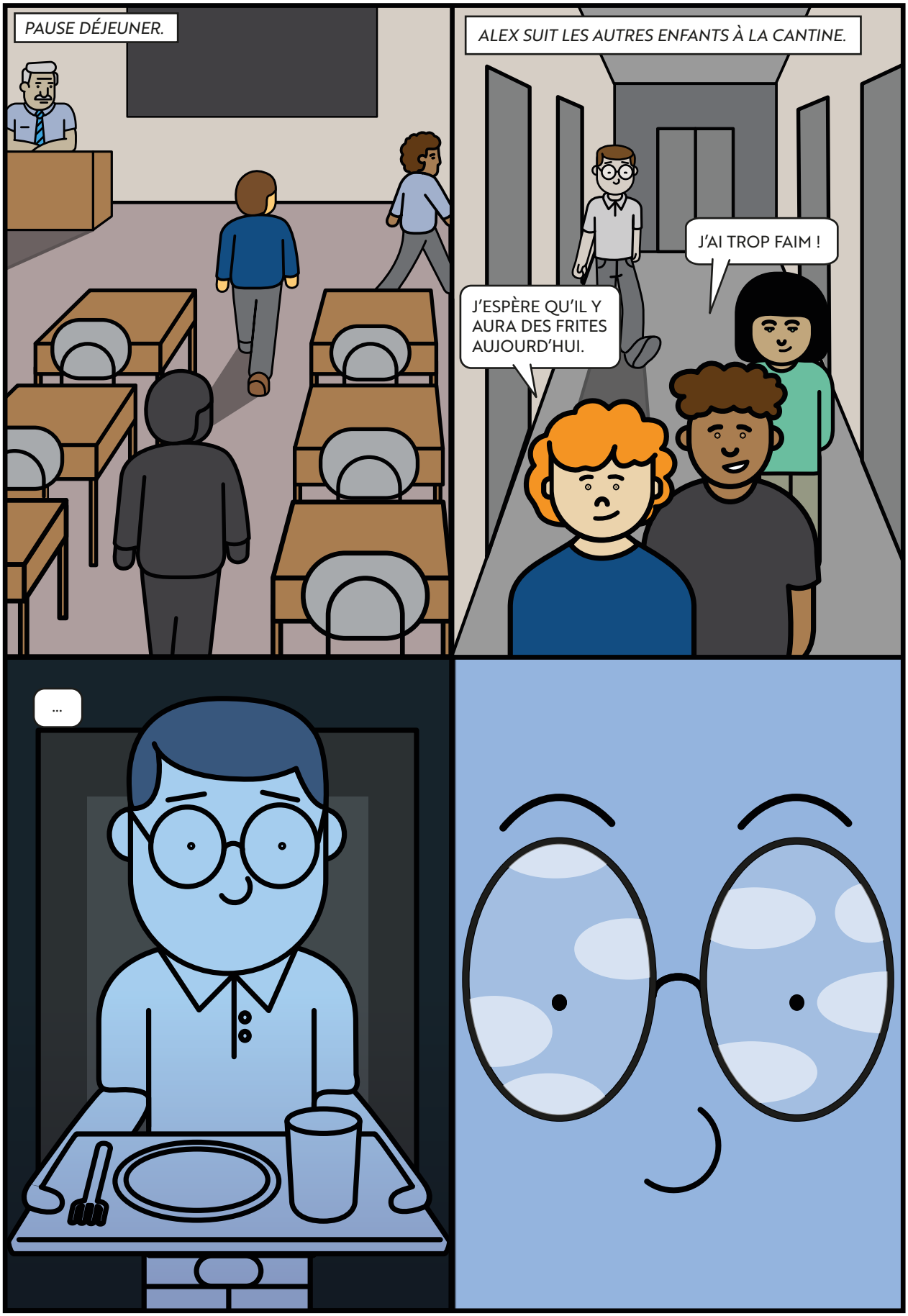
"

TOUT LE MONDE EST
SPÉCIAL À SA MANIÈRE

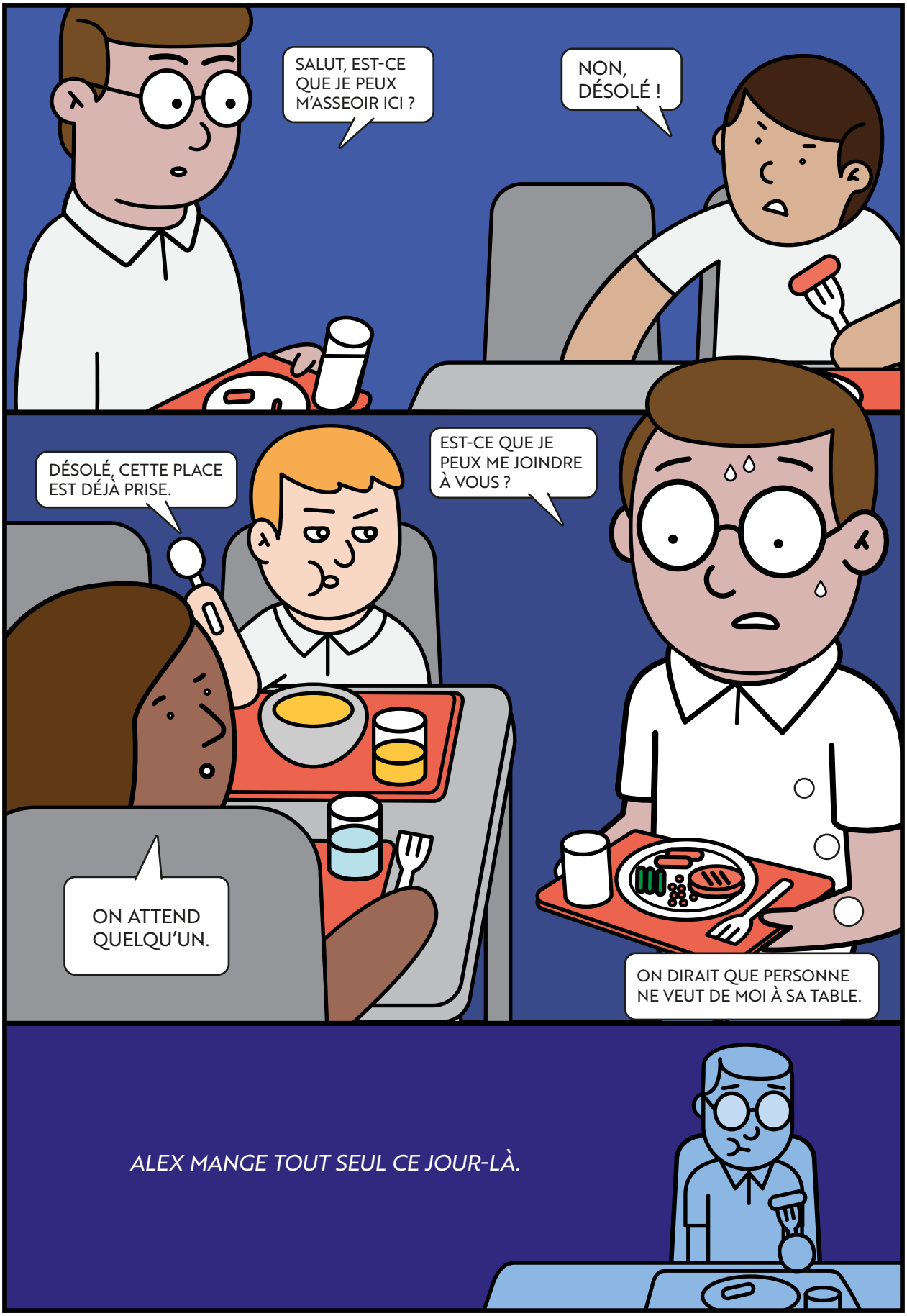
"

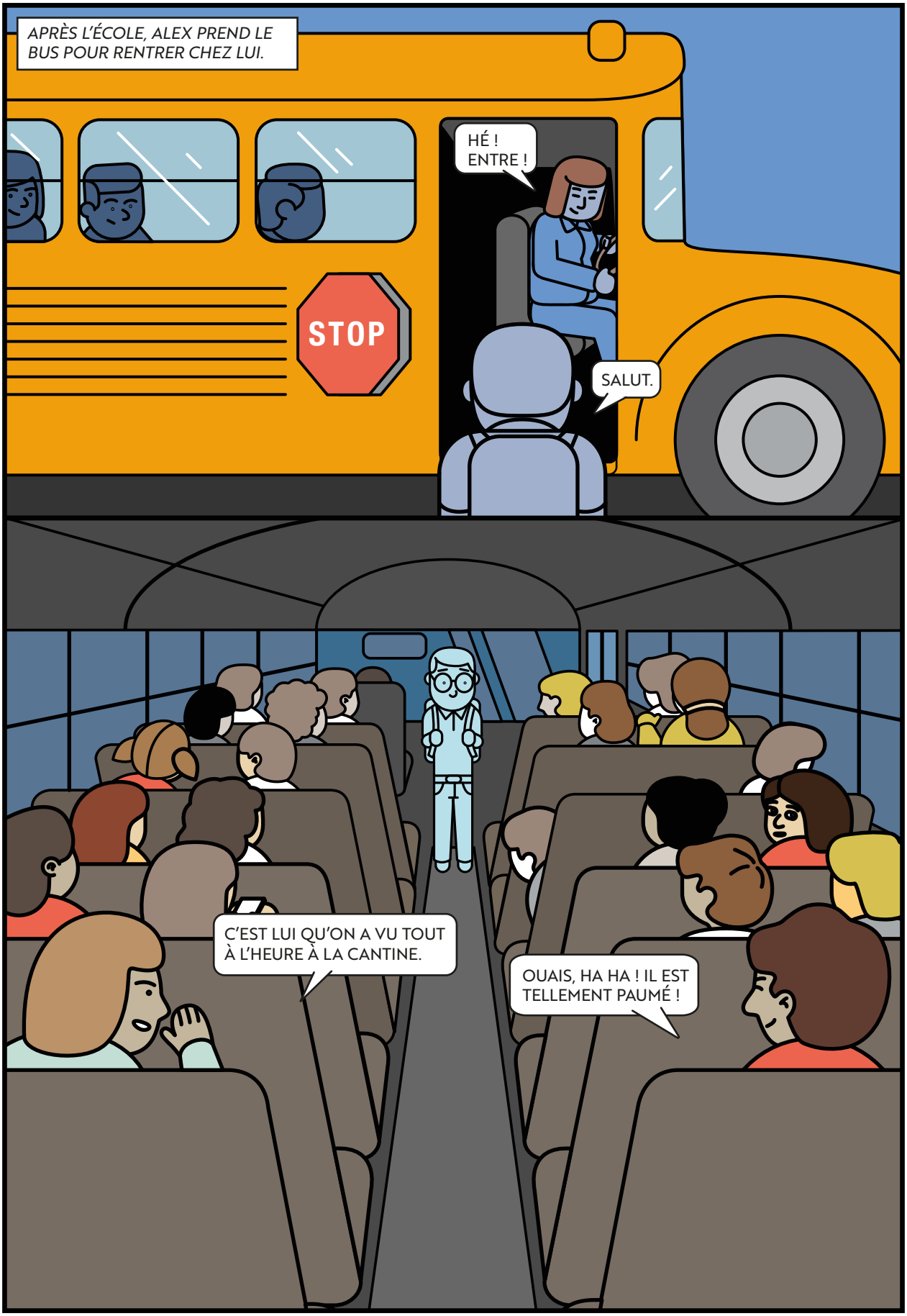

C'EST LUNDI MATIN.
ALEX RENTRE EN SIXIÈME. SA MÈRE LE CONDUIT À L'ÉCOLE.
T'ES CONTENT ? TU VAS TE FAIRE PLEIN DE NOUVEAUX COPAINS !
JE SUIS NERVEUX. MES AMIS DE L'ANCIENNE ÉCOLE ME MANQUENT. J'AURAIS PRÉFÉRÉ QU'ON AILLE TOUS DANS LE MÊME COLLÈGE.
À CE SOIR !
NE T'INQUIÈTE PAS MON CHÉRI, TOUT VA BIEN SE PASSER. BONNE JOURNÉE !


LES ENFANTS, ACCUEILLONS COMME IL SE DOIT NOTRE NOUVEL AMI, ALEX...
SALUT.

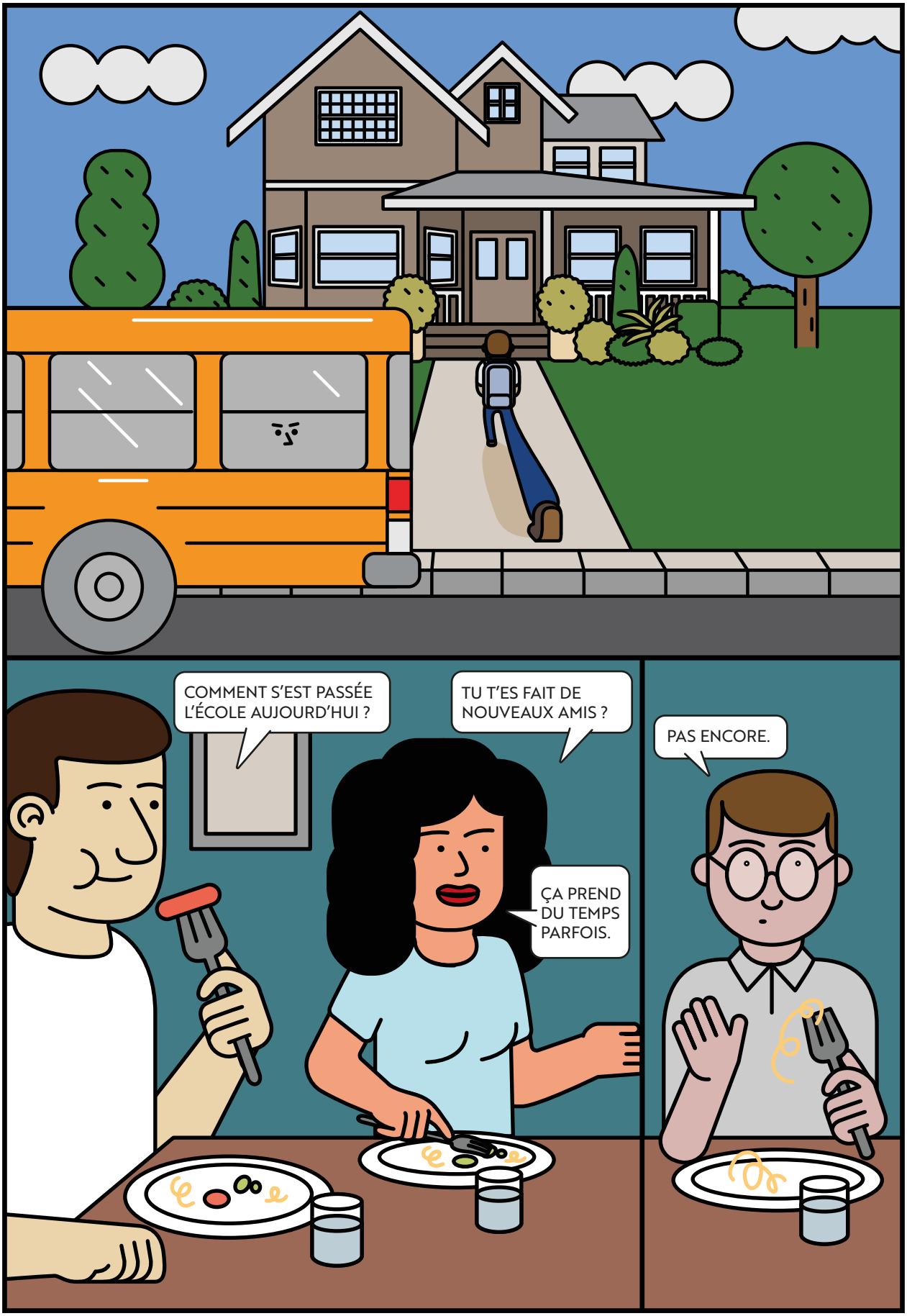

PAUSE DÉJEUNER.
ALEX SUIT LES AUTRES ENFANTS À LA CANTINE.
J'AI TROP FAIM !
J'ESPÈRE QU'IL Y AURA DES FRITES AUJOURD'HUI.
...

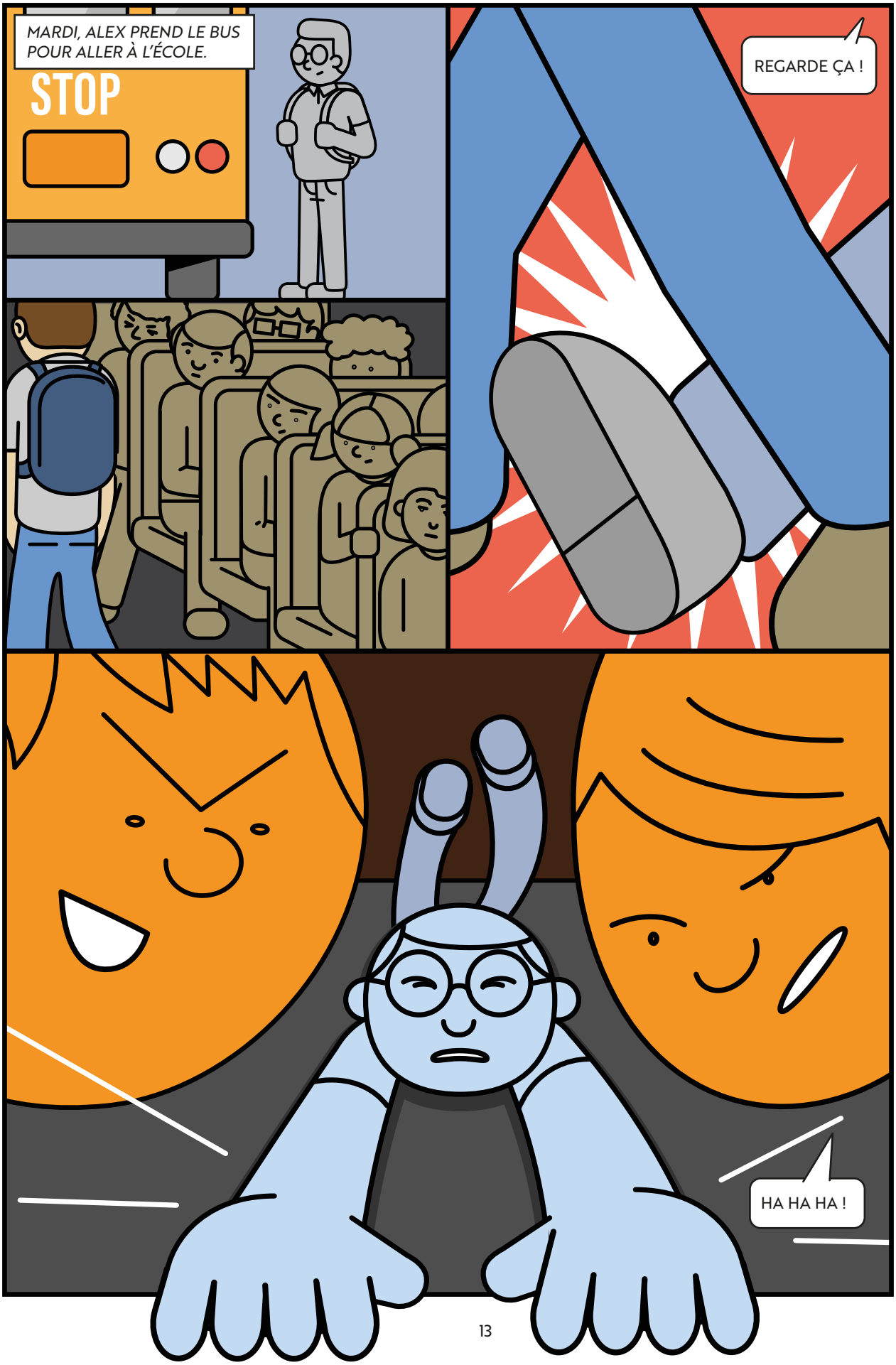
ALEX CHERCHE UNE PLACE OÙ S'ASSEOIR.
GLOUPS !

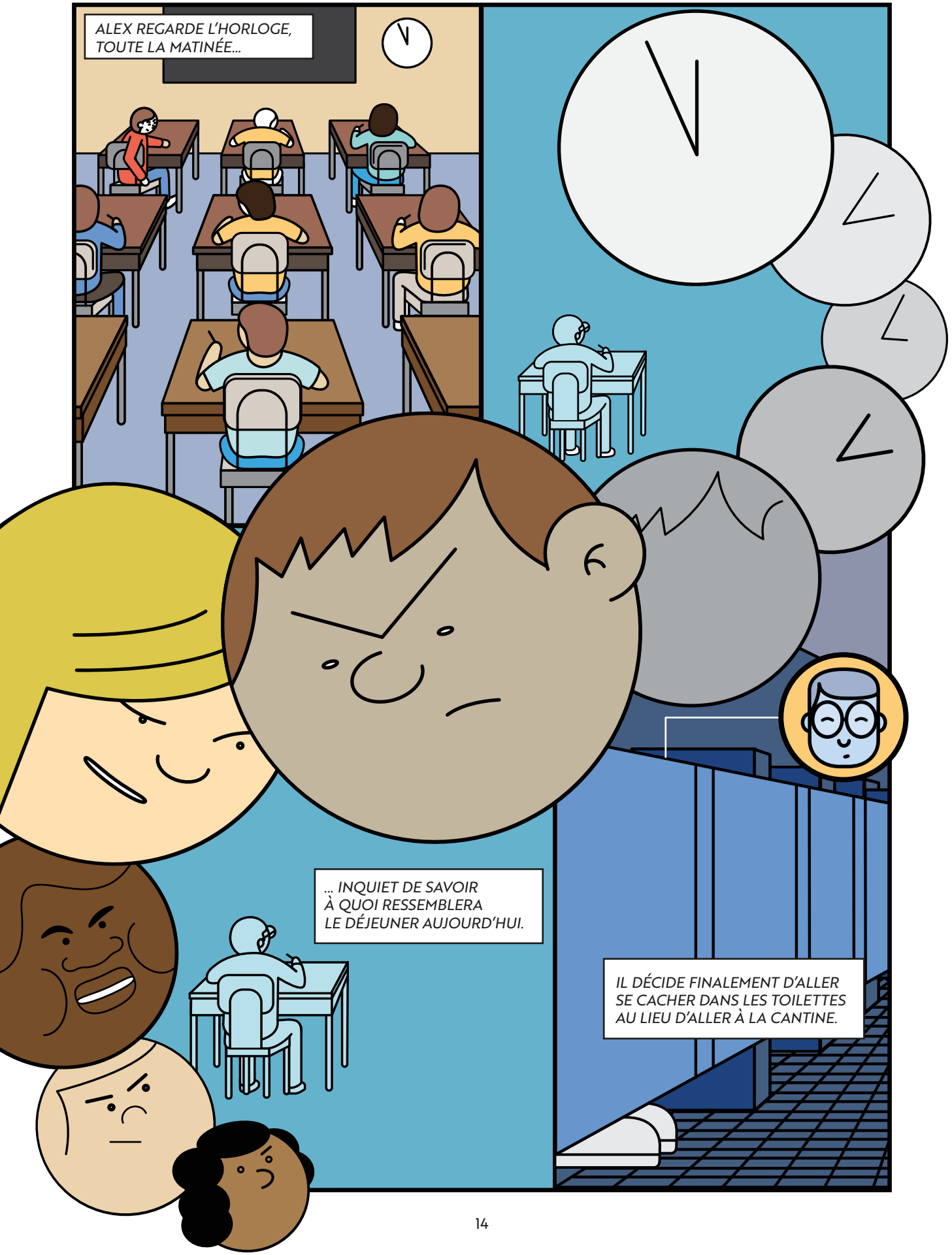

SALUT, EST-CE QUE JE PEUX M'ASSEOIR ICI ?
NON, DÉSOLÉ !
DÉSOLÉ, CETTE PLACE EST DÉJÀ PRISE.
EST-CE QUE JE PEUX ME JOINDRE À VOUS ?
ON ATTEND QUELQU'UN.
ON DIRAIT QUE PERSONNE NE VEUT DE MOI À SA TABLE.
ALEX MANGE TOUT SEUL CE JOUR-LÀ.

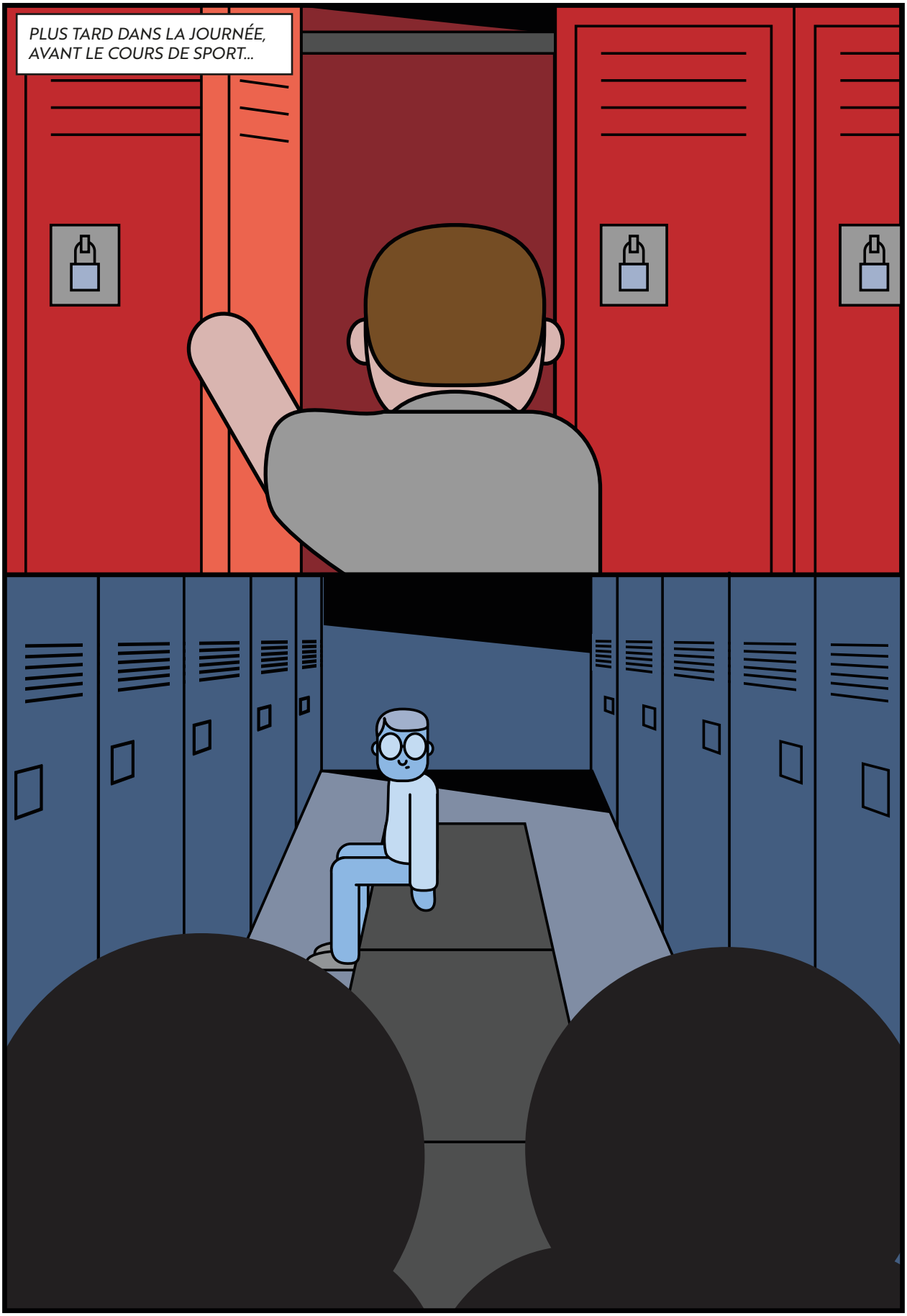

APRÈS L'ÉCOLE, ALEX PREND LE BUS POUR RENTRER CHEZ LUI.
HÉ ! ENTRE !
STOP
SALUT.
C'EST LUI QU'ON A VU TOUT À L'HEURE À LA CANTINE.
OUAIS, HA HA ! IL EST TELLEMENT PAUMÉ !

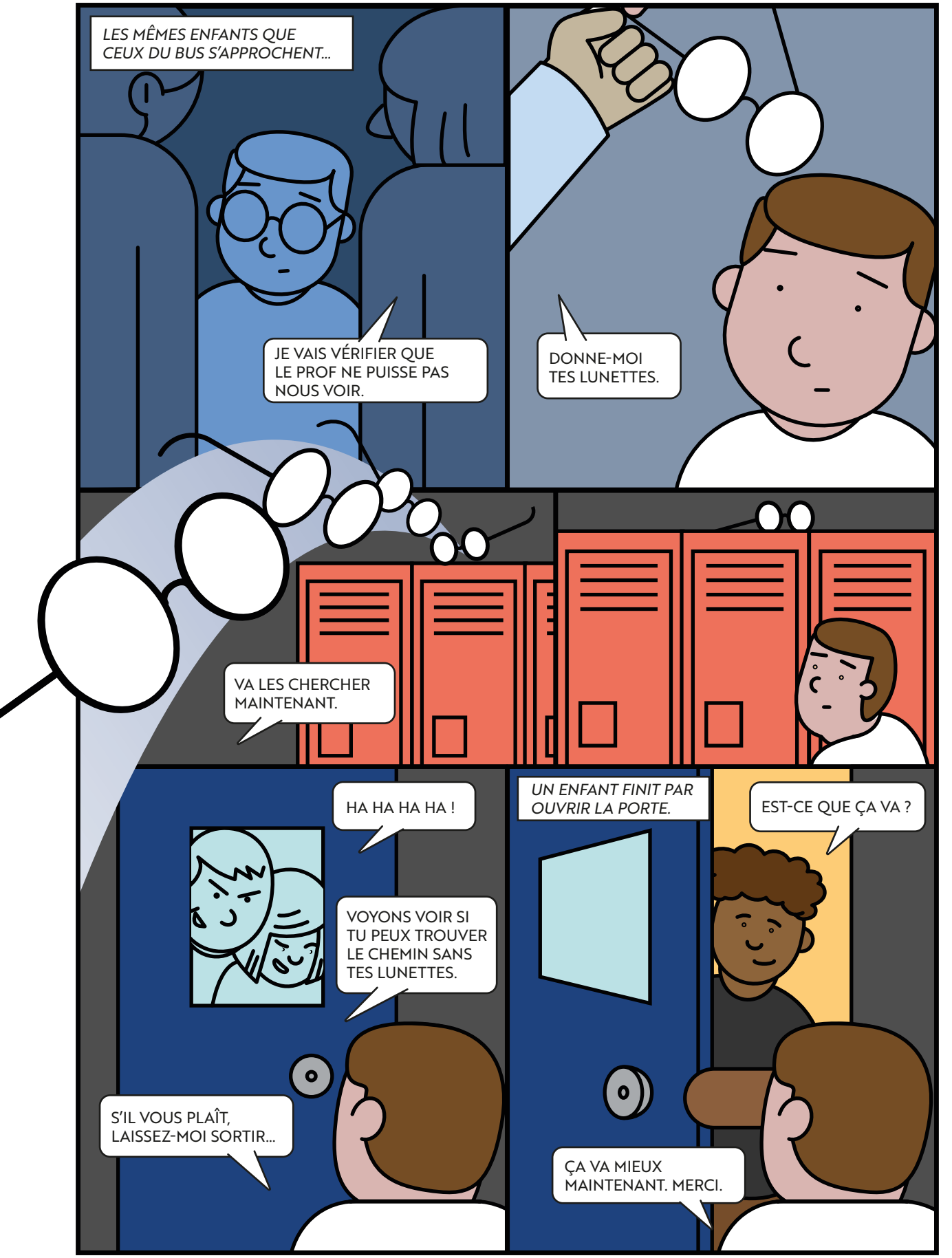
Texte traduit de l'anglais :
« Regarde, le nouveau ! Ha ha ! Il est bizarre ! »

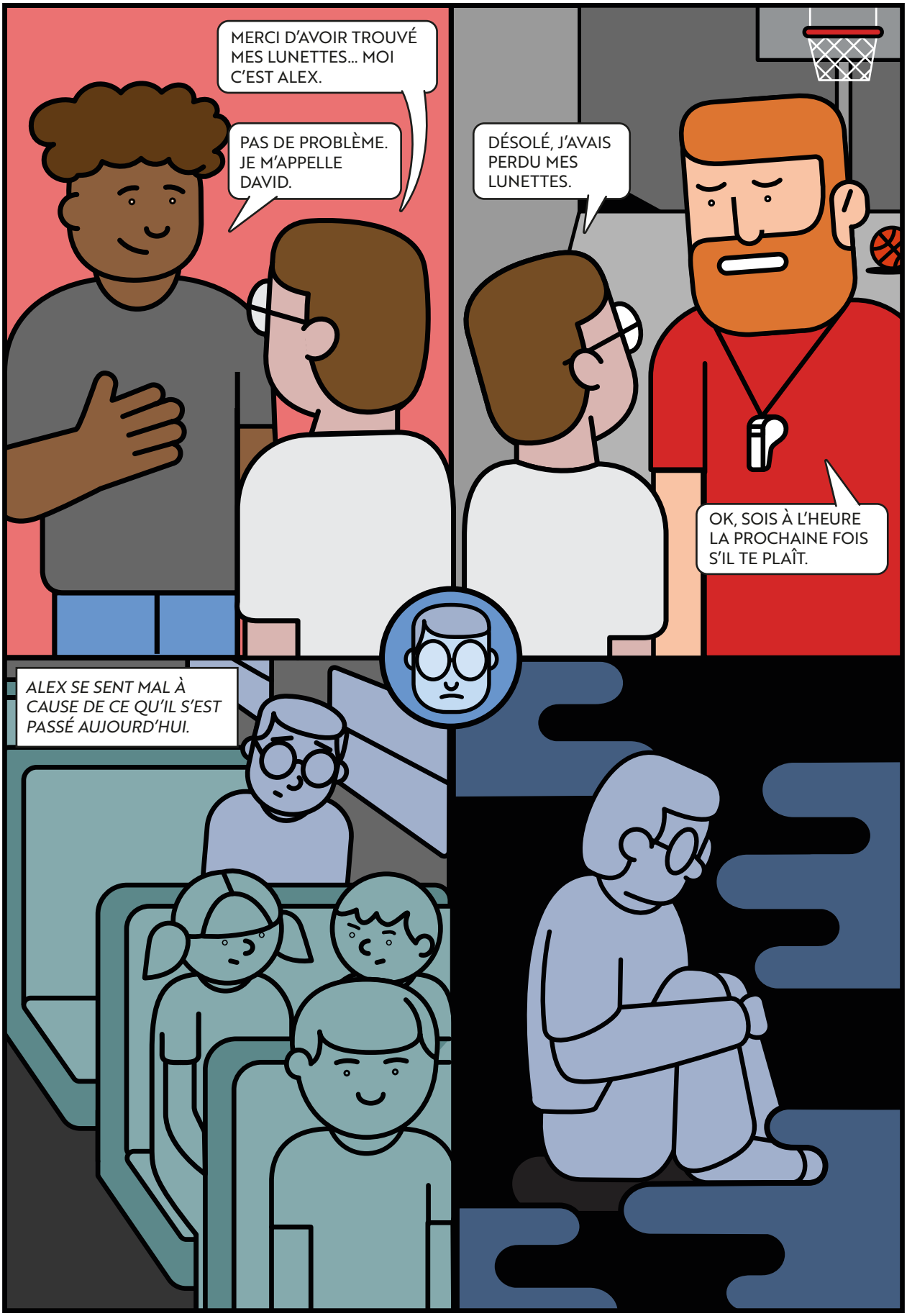

COMMENT S'EST PASSÉE L'ÉCOLE AUJOURD'HUI ?
TU T'ES FAIT DE NOUVEAUX AMIS ?
ÇA PREND DU TEMPS PARFOIS.
PAS ENCORE.

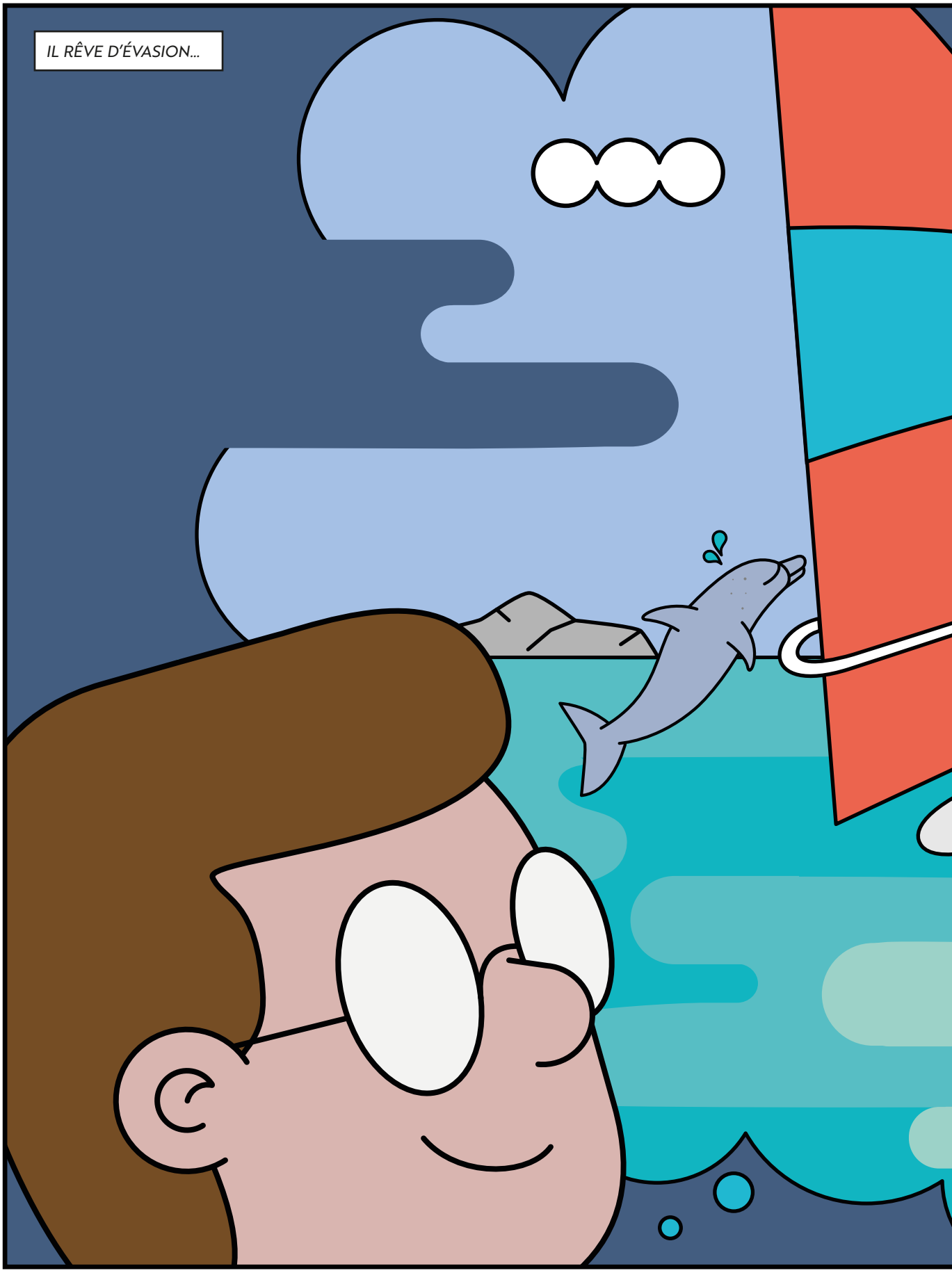

MARDI, ALEX PREND LE BUS POUR ALLER À L'ÉCOLE.
STOP
REGARDE ÇA !
HA HA HA !

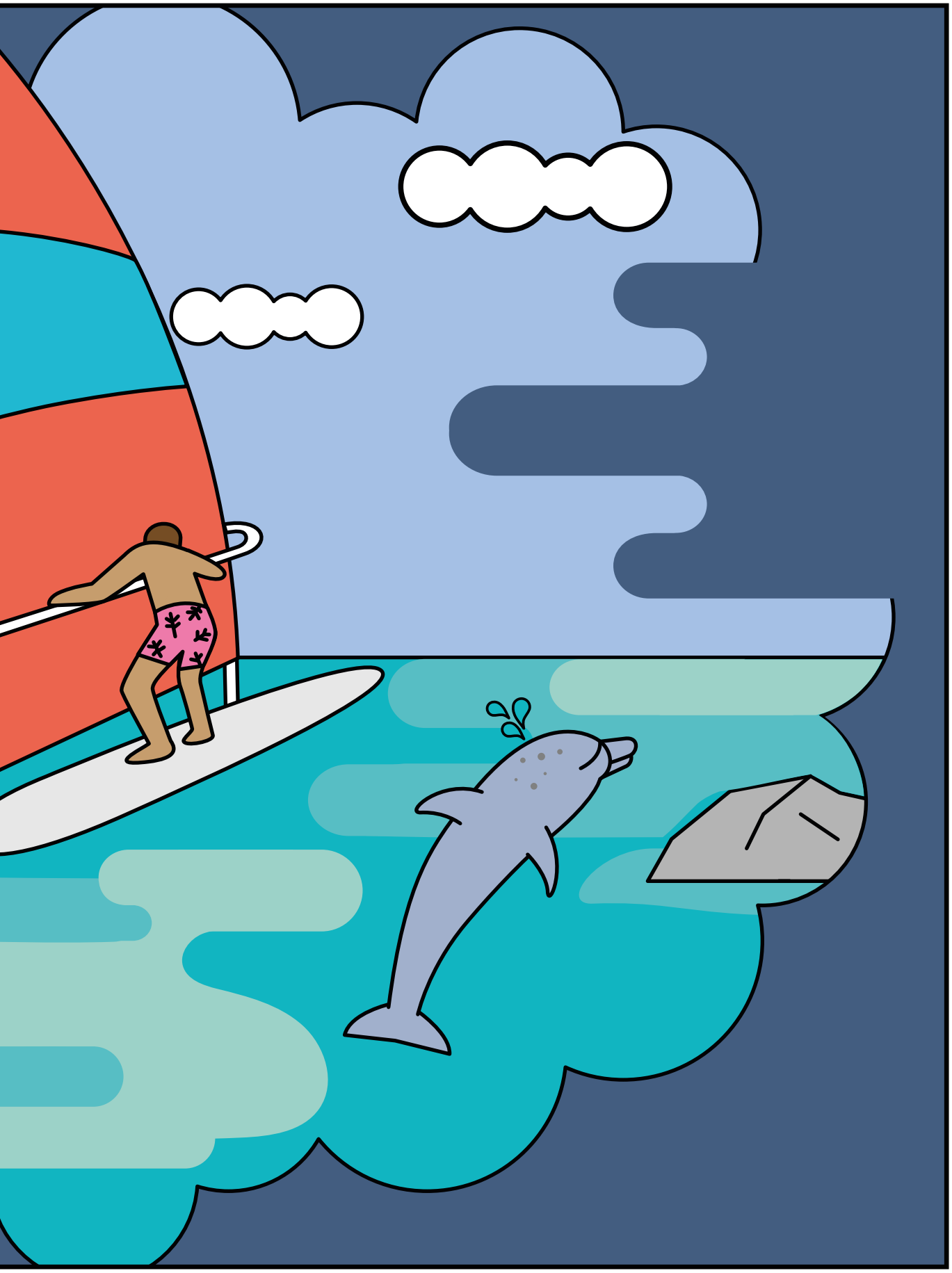

ALEX REGARDE L'HORLOGE, TOUTE LA MATINÉE...
... INQUIET DE SAVOIR À QUOI RESSEMBLERA LE DÉJEUNER AUJOURD'HUI.
IL DÉCIDE FINALEMENT D'ALLER SE CACHER DANS LES TOILETTES AU LIEU D'ALLER À LA CANTINE.

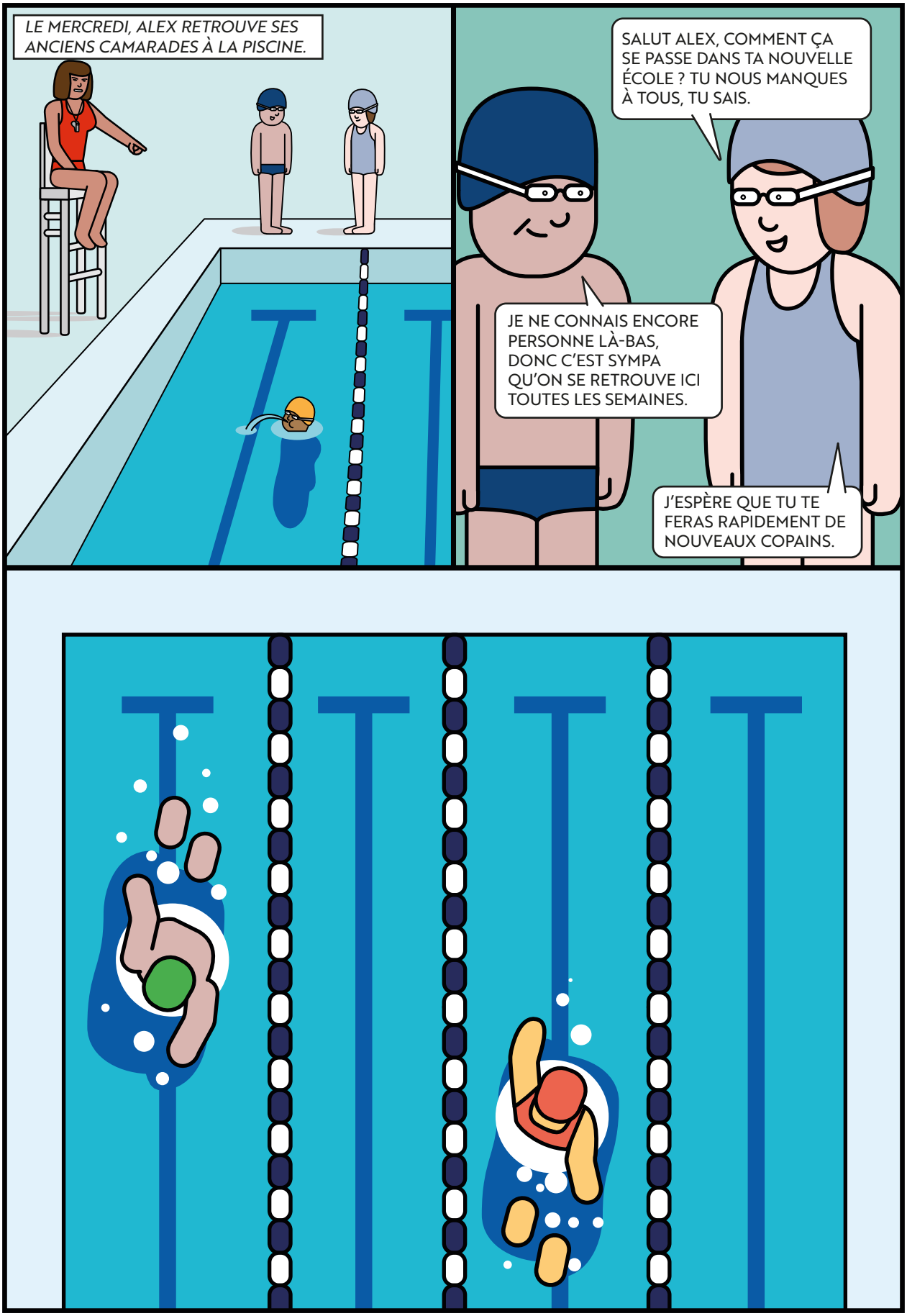

PLUS TARD DANS LA JOURNÉE, AVANT LE COURS DE SPORT...

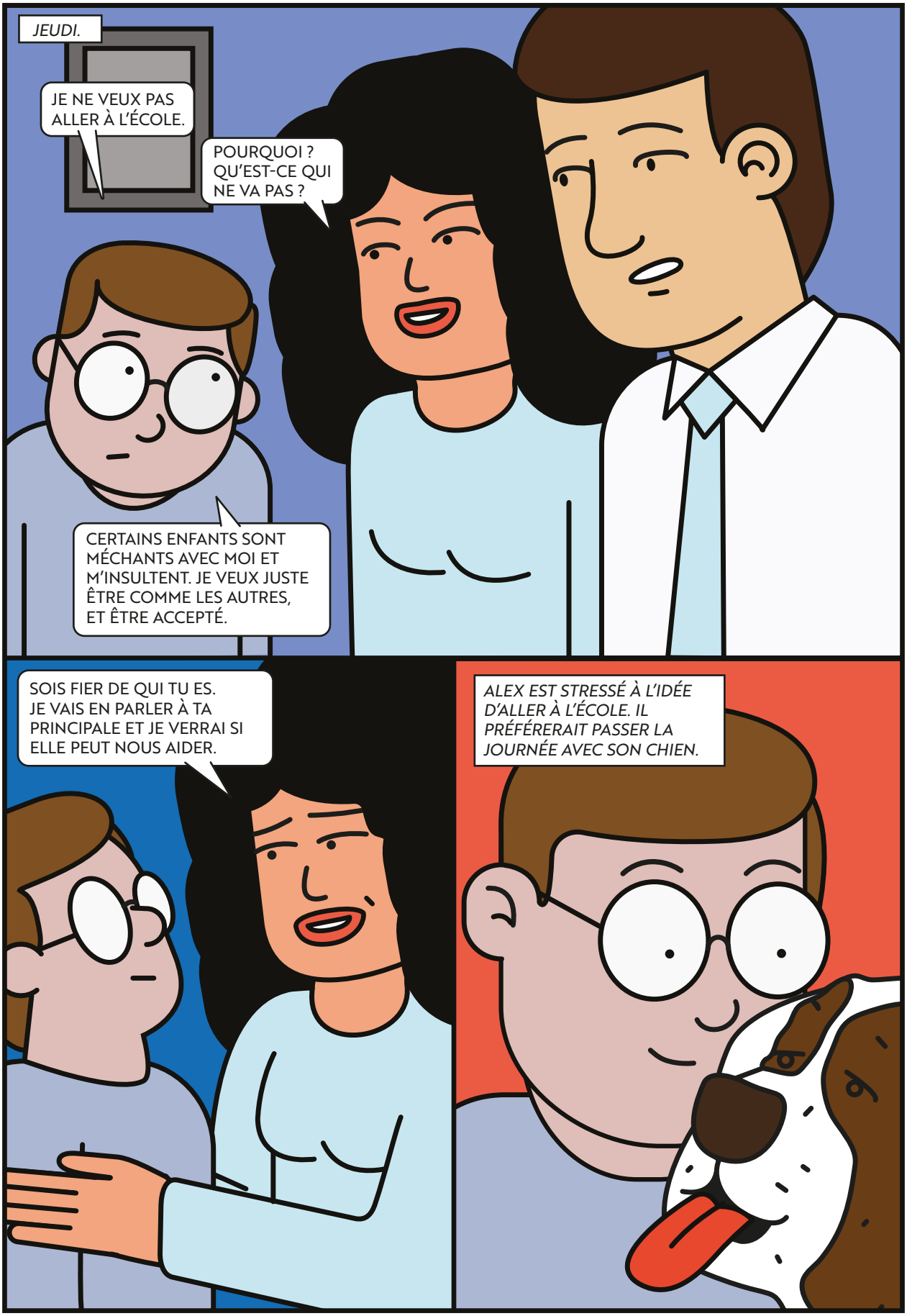

LES MÊMES ENFANTS QUE CEUX DU BUS S'APPROCHENT...
JE VAIS VÉRIFIER QUE LE PROF NE PUISSE PAS NOUS VOIR.
DONNE-MOI TES LUNETTES.
VA LES CHERCHER MAINTENANT.
HA HA HA HA !
VOYONS VOIR SI TU PEUX TROUVER LE CHEMIN SANS TES LUNETTES.
S'IL VOUS PLAÎT, LAISSEZ-MOI SORTIR...
UN ENFANT FINIT PAR OUVRIR LA PORTE.
EST-CE QUE ÇA VA ?
ÇA VA MIEUX MAINTENANT. MERCI.

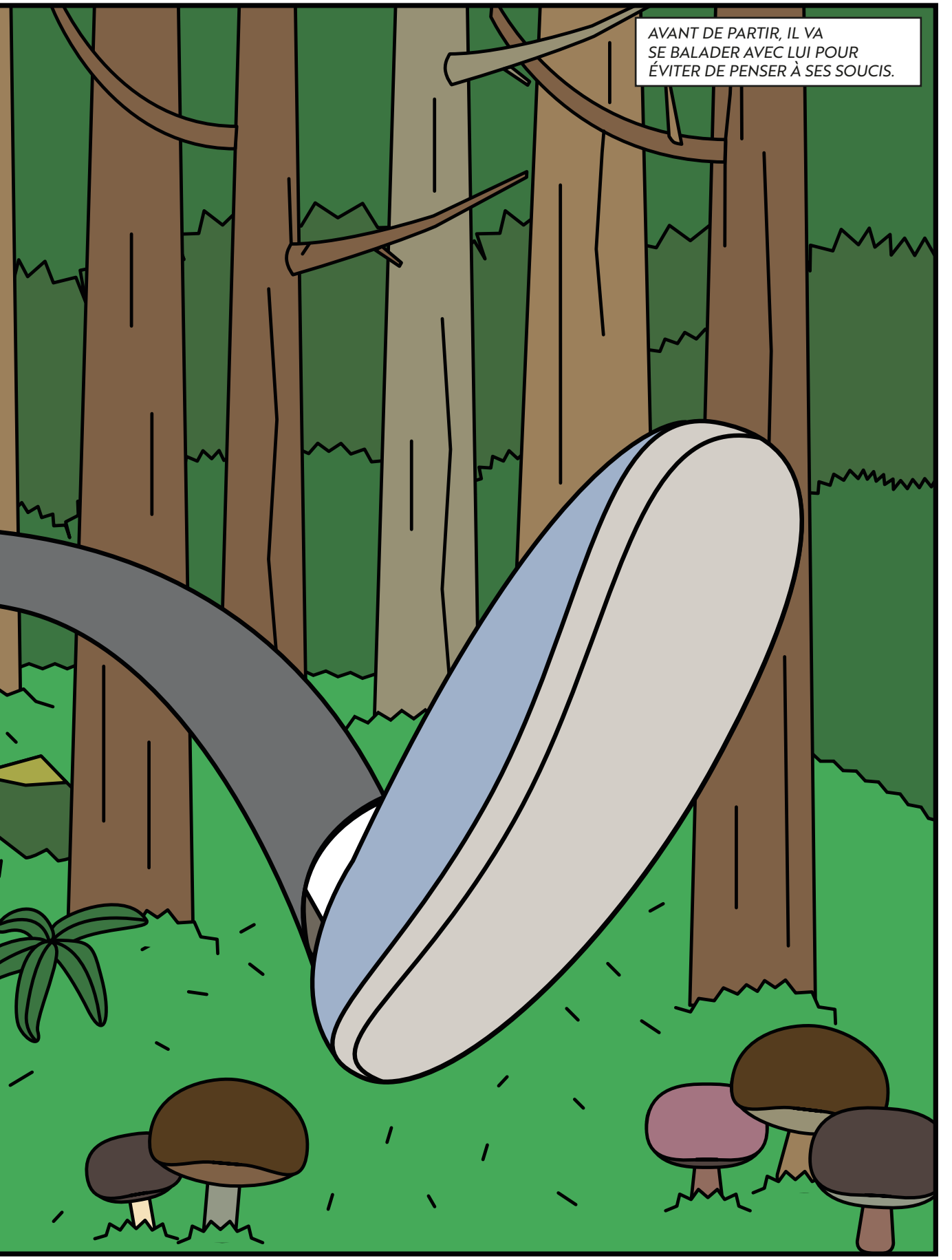

MERCI D'AVOIR TROUVÉ MES LUNETTES... MOI C'EST ALEX.
PAS DE PROBLÈME. JE M'APPELLE DAVID.
DÉSOLÉ, J'AVAIS PERDU MES LUNETTES.
OK, SOIS À L'HEURE LA PROCHAINE FOIS S'IL TE PLAÎT.
ALEX SE SENT MAL À CAUSE DE CE QU'IL S'EST PASSÉ AUJOURD'HUI.

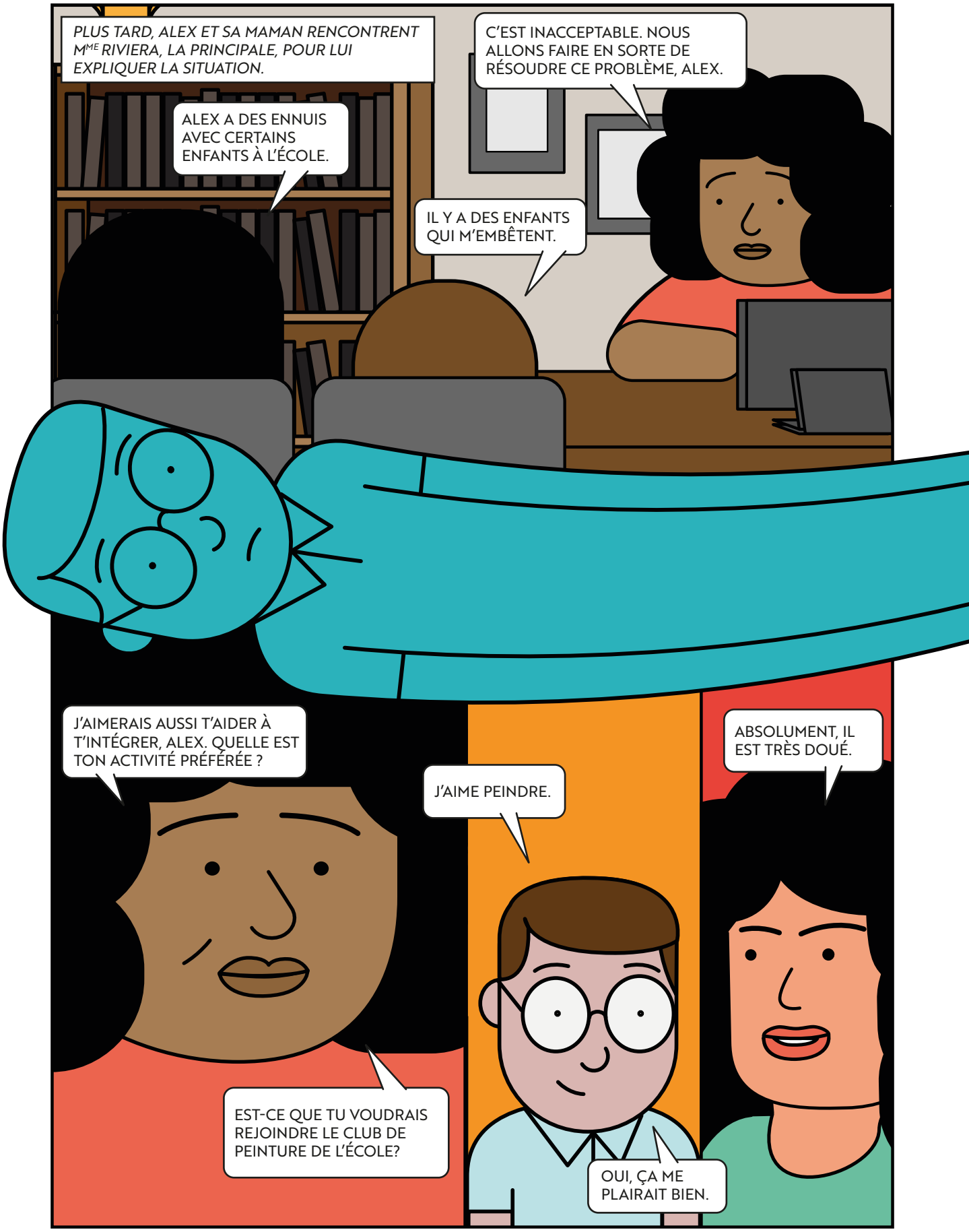

IL RÊVE D'ÉVASION...



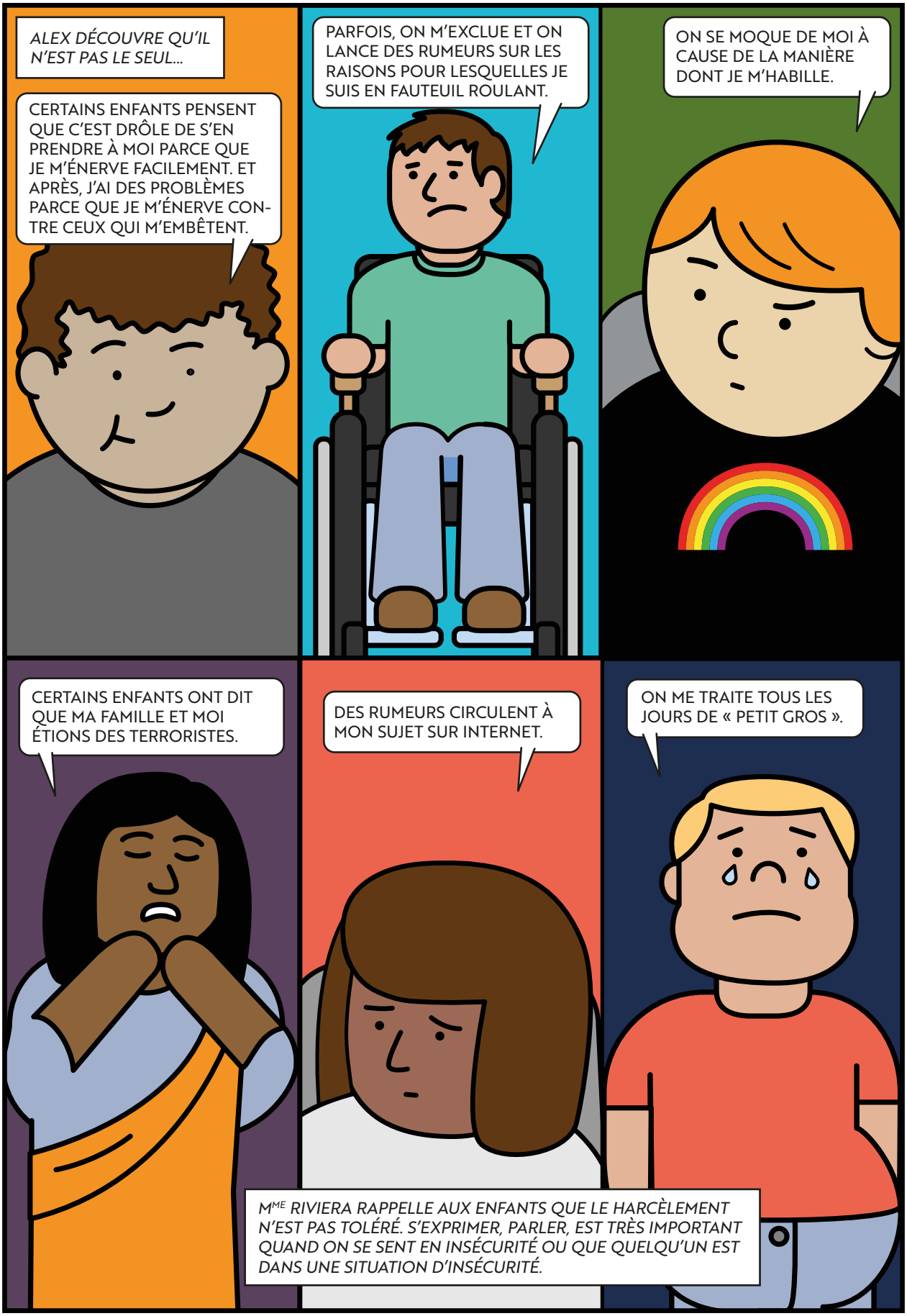

LE MERCREDI, ALEX RETROUVE SES ANCIENS CAMARADES À LA PISCINE.
SALUT ALEX, COMMENT ÇA SE PASSE DANS TA NOUVELLE ÉCOLE ? TU NOUS MANQUES À TOUS, TU SAIS.
JE NE CONNAIS ENCORE PERSONNE LÀ-BAS, DONC C'EST SYMPA QU'ON SE RETROUVE ICI TOUTES LES SEMAINES.
J'ESPÈRE QUE TU TE FERAS RAPIDEMENT DE NOUVEAUX COPAINS.

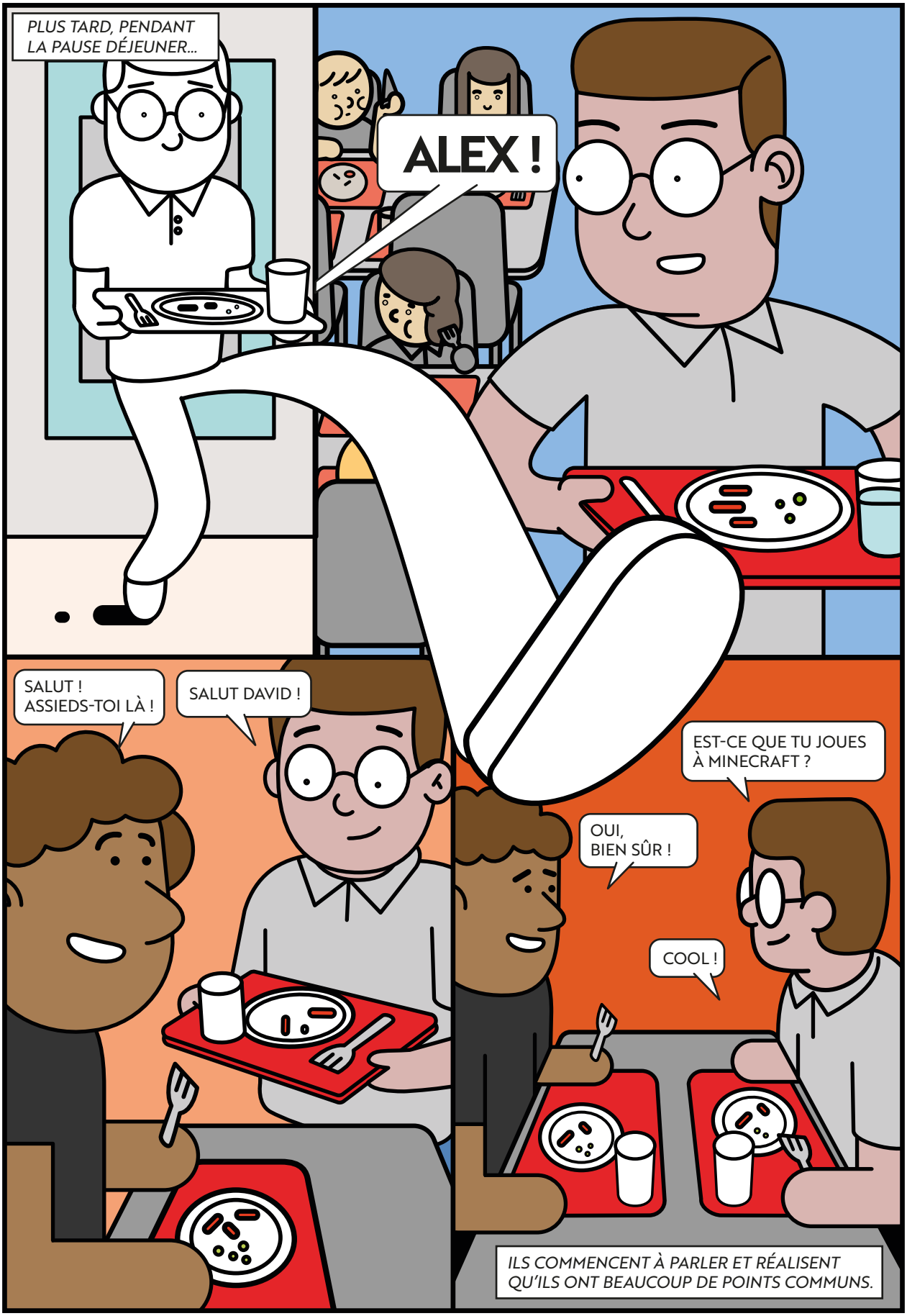

JEUDI.
JE NE VEUX PAS ALLER À L'ÉCOLE.
POURQUOI ? QU'EST-CE QUI NE VA PAS ?
CERTAINS ENFANTS SONT MÉCHANTS AVEC MOI ET M'INSULTENT. JE VEUX JUSTE ÊTRE COMME LES AUTRES, ET ÊTRE ACCEPTÉ.
SOIS FIER DE QUI TU ES. JE VAIS EN PARLER À TA PRINCIPALE ET JE VERRAI SI ELLE PEUT NOUS AIDER.
ALEX EST STRESSÉ À L'IDÉE D'ALLER À L'ÉCOLE. IL PRÉFÉRERAIT PASSER LA JOURNÉE AVEC SON CHIEN.

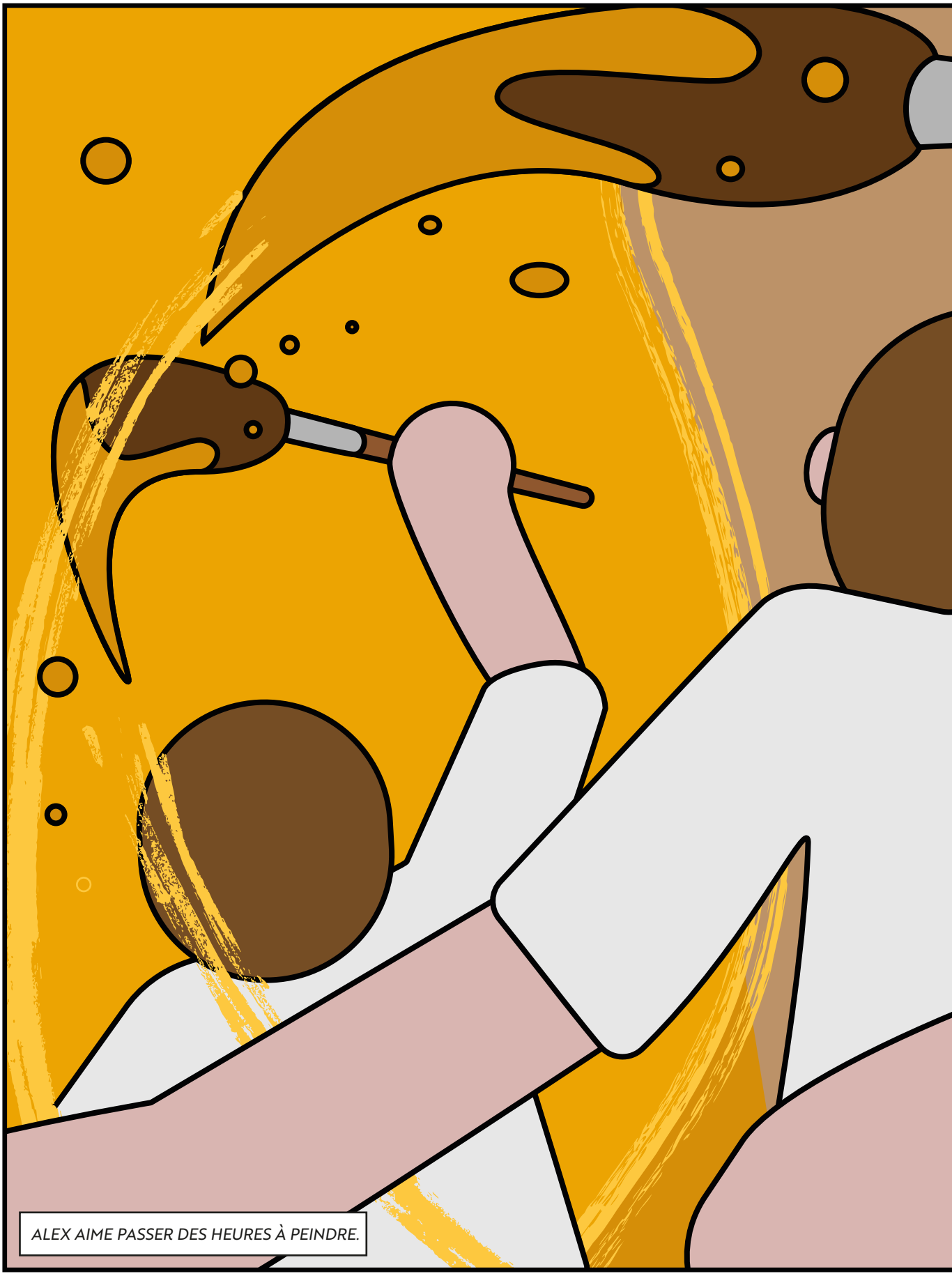

AVANT DE PARTIR, IL VA SE BALADER AVEC LUI POUR ÉVITER DE PENSER À SES SOUCIS.

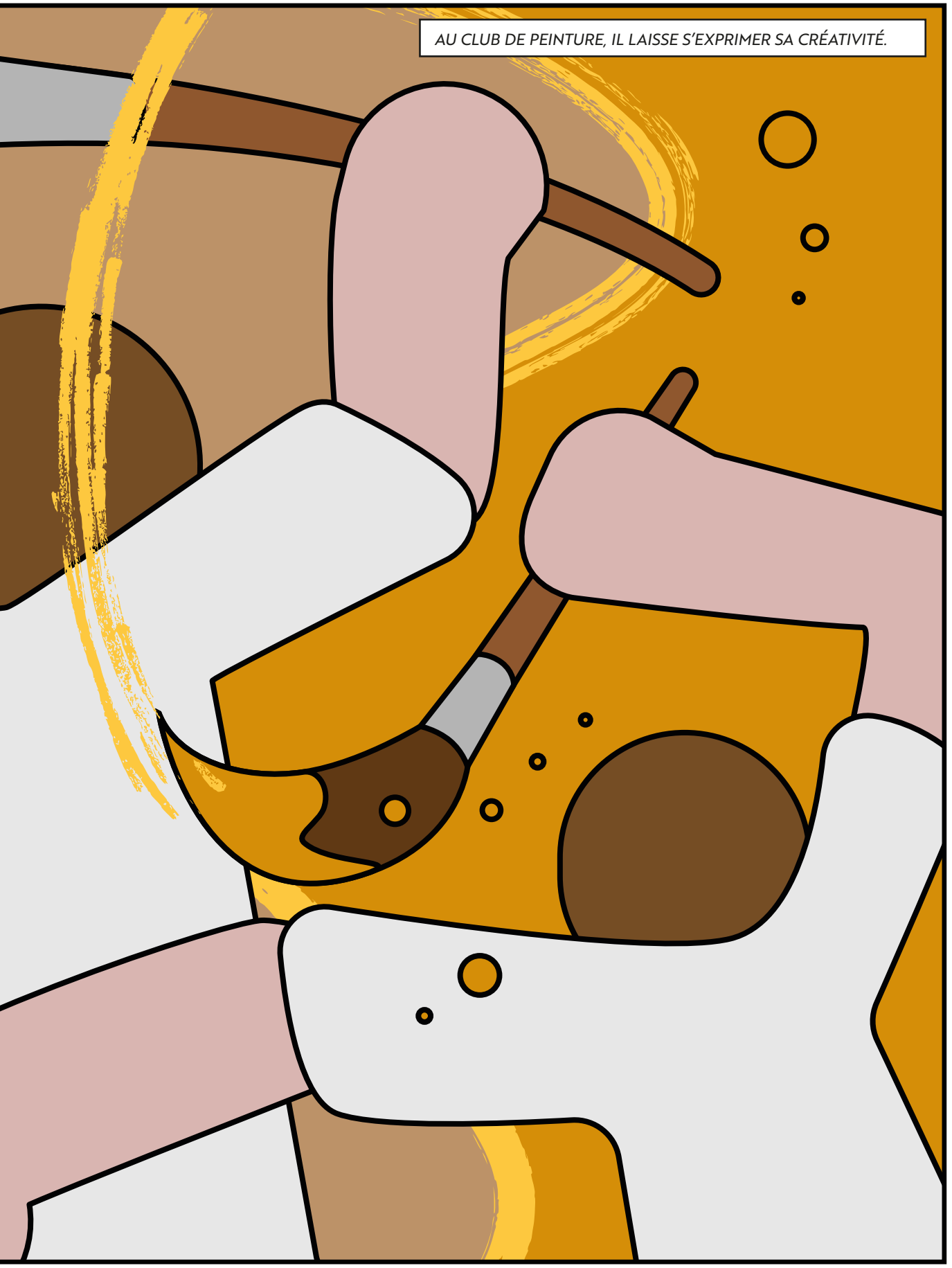

PLUS TARD, ALEX ET SA MAMAN RENCONTRENT Mme RIVIERA, LA PRINCIPALE, POUR LUI EXPLIQUER LA SITUATION.
ALEX A DES ENNUIS AVEC CERTAINS ENFANTS À L'ÉCOLE.
C'EST INACCEPTABLE. NOUS ALLONS FAIRE EN SORTE DE RÉSOUDRE CE PROBLÈME, ALEX.
IL Y A DES ENFANTS QUI M'EMBÊTENT.
J'AIMERAIS AUSSI T'AIDER À T'INTÉGRER, ALEX. QUELLE EST TON ACTIVITÉ PRÉFÉRÉE ?
EST-CE QUE TU VOUDRAIS REJOINDRE LE CLUB DE PEINTURE DE L'ÉCOLE?
J'AIME PEINDRE.
OUI, ÇA ME PLAIRAIT BIEN.
ABSOLUMENT, IL EST TRÈS DOUÉ.

VENDREDI, MME RIVIERA ORGANISE UNE RÉUNION AVEC LES ÉLÈVES.
NOUS ALLONS PARLER DU **HARCÈLEMENT** AUJOURD'HUI. IL EXISTE DIFFÉRENTES FORMES DE **HARCÈLEMENT** : IL PEUT ÊTRE **VERBAL** OU **PHYSIQUE** ET PEUT FAIRE BEAUCOUP DE MAL.
L'ÉCOLE DOIT ÊTRE UN ENVIRONNEMENT SÛR. EST-CE QUE QUELQU'UN AIMERAIT PARTAGER AVEC NOUS CE QU'IL RESSENT ?


ALEX DÉCOUVRE QU'IL N'EST PAS LE SEUL...
CERTAINS ENFANTS PENSENT QUE C'EST DRÔLE DE S'EN PRENDRE À MOI PARCE QUE JE M'ÉNERVE FACILEMENT. ET APRÈS, J'AI DES PROBLÈMES PARCE QUE JE M'ÉNERVE CONTRE CEUX QUI M'EMBÊTENT.
PARFOIS, ON M'EXCLUE ET ON LANCE DES RUMEURS SUR LES RAISONS POUR LESQUELLES JE SUIS EN FAUTEUIL ROULANT.
ON SE MOQUE DE MOI À CAUSE DE LA MANIÈRE DONT JE M'HABILLE.
CERTAINS ENFANTS ONT DIT QUE MA FAMILLE ET MOI ÉTIONS DES TERRORISTES.
DES RUMEURS CIRCULENT À MON SUJET SUR INTERNET.
ON ME TRAITE TOUS LES JOURS DE « PETIT GROS ».
MME RIVIERA RAPPELLE AUX ENFANTS QUE LE HARCÈLEMENT N'EST PAS TOLÉRÉ. S'EXPRIMER, PARLER, EST TRÈS IMPORTANT QUAND ON SE SENT EN INSÉCURITÉ OU QUE QUELQU'UN EST DANS UNE SITUATION D'INSÉCURITÉ.


PLUS TARD, PENDANT LA PAUSE DÉJEUNER...
ALEX !
SALUT ! ASSIEDS-TOI LÀ !
SALUT DAVID !
EST-CE QUE TU JOUES À MINECRAFT ?
OUI, BIEN SÛR !
COOL !
ILS COMMENCENT À PARLER ET RÉALISENT QU'ILS ONT BEAUCOUP DE POINTS COMMUNS.


ALEX AIME PASSER DES HEURES À PEINDRE.


AU CLUB DE PEINTURE, IL LAISSE S'EXPRIMER SA CRÉATIVITÉ.

BONNE NOUVELLE, LES ARTISTES ! NOUS ORGANISONS UNE EXPOSITION OÙ TOUTES VOS PEINTURES SERONT PRÉSENTÉES.
ALEX ET SA CLASSE PRENNENT BEAUCOUP DE PLAISIR À SE PRÉPARER.
LE PREMIER JOUR, LES VISITEURS SONT IMPRESSIONNÉS PAR LA PEINTURE D'ALEX.
C'EST MAGNIFIQUE. QUI A FAIT ÇA ?
C'EST ALEX. IL EST DANS MA CLASSE.
WAOUH ! JE NE SAVAIS PAS QU'IL SAVAIT FAIRE ÇA !

ALEX EST FIER DE SON TRAVAIL ! IL A AUSSI COMMENCÉ À SE FAIRE DE NOUVEAUX AMIS QUI L'ACCEPTENT POUR CE QU'IL EST.
RAPPELEZ-VOUS, TOUT LE MONDE EST SPÉCIAL À SA MANIÈRE.

GLOSSAIRE

Agresseur/ Agresseuse : auteur·e du harcèlement.

Agression : acte susceptible de nuire à autrui. Les agressions se manifestent sous différentes formes (agressions entre pairs, agressions physiques, verbales ou relationnelles).

Agression/ Harcèlement entre pairs : agression qui s'inscrit dans un schéma d'agression/ réception. Comme le harcèlement, ce terme est un terme large qui désigne les agressions qui sont susceptibles de correspondre à des critères spécifiques du harcèlement (actes d'agression répétés et disproportion du rapport de force).

Agression physique : fait de frapper, de donner des coups de pied ou de poing, et tout acte susceptible d'infliger des blessures physiques.

Agression relationnelle : fait de propager des rumeurs qui visent à exclure une personne et qui encouragent d'autres individus à faire de même, qui génèrent une situation embarrassante pour la victime.

Agression verbale : insultes, taquineries non désirées, propos déplacés à connotation sexuelle, railleries, menaces.

Cyberharcèlement : actes d'agression (comprenant les formes mentionnées ci-dessus) qui se produisent en ligne et se manifestent par l'envoi de SMS, messages sur les réseaux sociaux ou sur les plateformes de jeux en ligne.

Harcèlement : agressions répétées commises par une ou plusieurs personne·s à l'encontre d'une ou plusieurs personne·s dans l'intention de nuire, dominer, intimider, et qui impliquent une différence réelle ou perçue entre le·s auteur·e·s de l'agression et le·s victime·s.

Témoins : personnes spectatrices du harcèlement. Les réactions des témoins ont une grande influence sur la poursuite du harcèlement. Il est probable qu'il persiste ou empire lorsque les témoins rient ou qu'ils ou elles approuvent, voire encouragent, le comportement d'une quelconque manière, ou lorsqu'ils ou elles l'ignorent ou y consentent (ne réagissent pas). Cependant, il est plus probable que le harcèlement cesse lorsque les témoins réagissent de manière à ne pas récompenser ou encourager le comportement. Par exemple, en défendant la victime, en affirmant que les comportements agressifs sont socialement inacceptables et « pas cool ». Les témoins peuvent également aider à protéger les victimes des effets néfastes en s'intéressant à elles, en les intégrant et en restant à leur côté. Les enfants sont plus susceptibles que les adultes d'être témoins de harcèlement.

Victime : personne ciblée par le harcèlement.

PLUS D'INFORMATIONS SUR LE HARCÈLEMENT

Bridget K.Biggs, Ph.D., L.P.
Consultante, Department of Psychiatry and Psychology,
Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Professeure associée de Psychologie,
Mayo Clinic College of Medicine and Science

Malheureusement, le harcèlement est un problème très répandu. Environ 11% des jeunes en âge d'être scolarisé·e·s sont victimes de harcèlement, 11% harcèlent d'autres enfants et 4 à 6% des enfants sont impliqué·e·s en tant qu'**agresseurs**, **agresseuses**, ou **victimes**. Bien que tout le monde puisse être **victime** de **harcèlement**, les enfants qui ont peu ou pas d'ami·e·s, et qui présentent des

différences physiques et comportementales, ou en matière d'apprentissage, sont davantage visé·e·s. On pensait autrefois que le **harcèlement** était quelque chose de normal, sans conséquences, qui faisait partie du processus de développement des enfants, mais il se produit également chez les adultes, et les personnes qui en sont **victimes** souffrent de graves conséquences. Les **victimes** et les auteur·e·s de **harcèlement** peuvent subir un risque plus élevé de développer des problèmes de santé ; mais également des troubles sur le plan social, émotionnel, ou encore dans le cadre scolaire ; avoir des pensées et des comportements suicidaires ; fumer ou consommer des drogues. Les **témoins** de **harcèlement** peuvent également subir des conséquences. La probabilité qu'ils ou elles développent des troubles dépend de la fréquence du **harcèlement**, de la manière dont les personnes qui en sont **victimes** réagissent et le perçoivent, et des formes de soutien dont ils ou elles bénéficient. Les études sur le **harcèlement** suggèrent un certain nombre d'éléments qui peuvent aider à prévenir ou réduire le **harcèlement** et à atténuer ses effets négatifs s'il se produit.
Il existe des preuves que le **harcèlement** est motivé par la recherche d'un statut social plus élevé, ou, en d'autres termes, le fait d'être perçu·e comme une personne « cool » ou « populaire ». Ainsi, son bon fonctionnement et sa récurrence dépendent dans une certaine mesure du climat social et de la manière dont les autres, en particulier les pairs, réagissent lorsqu'il se produit. Les interventions en milieu scolaire qui visent à promouvoir un climat positif et respectueux à l'école, et de manière plus générale dans la communauté, permettent de significativement réduire le **harcèlement**. Il a été également prouvé que le **harcèlement** a moins de chances de se produire lorsque des adultes surveillent les jeunes et les encouragent à aider la **victime** (par exemple, en les incitant à réagir aux **agressions**, c'est-à-dire en encourageant leurs camarades à changer de comportement, à devenir plus gentil·le·s, ou en s'intéressant aux enfants qui en sont **victimes** et en les intégrant). Faciliter la construction de liens d'amitié qui reposent sur des bases saines pourrait également être une solution, dans la mesure où les enfants qui ont au moins un bon ami, ou une bonne amie, sont moins susceptibles d'être harcelé·e·s et montrent moins de signes d'anxiété s'ils ou elles sont ciblé·e·s.
Le **cyberharcèlement**, ou harcèlement en ligne, est moins susceptible de se produire si les enfants et les adolescent·e·s ont un accès restreint à Internet et si les grandes personnes sont attentives à leur utilisation. Si vous, ou un·e proche, êtes impliqué·e dans une affaire de **harcèlement**, il est essentiel que les adultes de votre domicile et de votre cadre scolaire travaillent conjointement pour promouvoir un environnement plus sûr. De plus, si la **victime** du **harcèlement** se retrouve dans une situation de détresse directement liée au **harcèlement**, il est primordial de la mettre en contact avec un·e psychologue scolaire ou tout autre professionnel·le de la santé mentale qui pourrait l'aider. Les personnes qui s'intéressent à ce problème et qui veulent prendre des initiatives ont plus de chances d'y parvenir si les jeunes et les adultes présent·e·s dans le cadre scolaire et dans la communauté tout entière joignent leurs efforts pour promouvoir un environnement positif et respectueux, autrement dit en faisant en sorte que le fait de traiter les autres avec respect et gentillesse soit considéré comme quelque chose de « cool » et de normal.

BIBLIOGRAPHIE

Gaffney H, Ttofi MM, Farrington DP (2019) Evaluating the effectiveness of school-bullying prevention programs: An updated meta-analytical review. Aggression and Violent Behavior, 45: 111-133.
Hong JS, Espelage DL (2012) A review of research on bullying and peer victimization in school: An ecological system analysis. Aggression and Violent Behavior, 17(4):311-322.
Moore SE, Norman RE, Suetani S, Thomas HJ, Sly PD, Scott JG (2017) Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. World Journal of Psychiatry, 7(1):60-76.
Salmivalli C (2010) Bullying and the peer group: A review. Aggression and Violent Behavior, 15(2):112-120.
Samnani AK, Singh P (2012) 20 Years of workplace bullying research: A review of the antecedents and consequences of bullying in the workplace. Aggression and Violent Behavior, 17(6), 581-589.
Vernberg EM, Biggs BK (Eds.) (2010) Preventing and Treating Bullying and Victimization. New York, New York, USA : Oxford University Press.
Zych I, Farrington DP, Ttofi MM (2019) Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. Aggression and Violent Behavior, 45:4-19.

RESSOURCES INTERNET

PACER National Center for Bullying Prevention — www.pacer.org/bullying (site en anglais)
www.pacerteensagainstbullying.org (site en anglais)
www.pacerkidsagainstbullying.org (site en anglais)
Ce site internet fournit des ressources aux adultes sur le harcèlement. Vous pouvez également consulter les sites de PACER destinés aux enfants et aux adolescent·e·s. PACER est une organisation qui défend les enfants portant un handicap. Cependant, leurs sites spécifiques à la problématique du harcèlement sont destinés à un public plus large.

Stop Bullying Now! — www.stopbullying.gov (site en anglais et espagnol)
Ce site est géré par le département de la Santé et des services sociaux des États-Unis et comporte des ressources émanant de nombreuses agences gouvernementales destinées aux parents, aux professionnel·le·s du milieu scolaire et aux adultes afin qu'ils prennent des initiatives visant à réduire le harcèlement et à construire des environnements scolaires et communautaires plus respectueux et plus sûrs. Il contient des informations sur les programmes de prévention à l'école, sur les lois et politiques des états américains en matière de harcèlement, ainsi que des conseils pour les enfants.

Promoting Relationships and Eliminating Violence (PREVNet) — www.prevnet.ca (site en anglais et français)
PREVNet est un réseau canadien constitué de chercheur·e·s, d'ONG et d'organisations gouvernementales, qui a pour objectif de mettre un terme au harcèlement. Ce site web fournit des ressources aux enfants, adolescent·e·s, parents, enseignant·e·s et adultes. Il comporte d'excellentes fiches d'information et des résumés d'études de recherche, ainsi que des exercices et des vidéos pour les enfants et les adolescent·e·s.

À PROPOS DE L'ÉDITRICE SCIENTIFIQUE

Bridget K. Biggs, Ph.D., L.P.
Consultante, Department of Psychiatry and Psychology,
Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Professeure associée de Psychologie,
Mayo Clinic College of Medicine and Science

Dre Biggs a publié plus de 50 articles révisés par ses pairs et rédigé les chapitres de plusieurs ouvrages spécialisés. Ses recherches ont été soutenues par des financements institutionnels et externes, notamment les National Institutes of Health. Dre Biggs a grandement contribué à la recherche dans les domaines des influences sociales sur la santé mentale et physique des enfants, le diagnostic et le traitement de l'anxiété chez l'enfant, et les thérapies comportementales pour les enfants et les adolescents.

Pour en savoir plus sur ses domaines d'expertise, consultez ses dernières publications :
Vernberg, E. M., & Biggs, B. K. (Eds.) (2010) Preventing and treating bullying and Victimization (Prévenir et traiter le harcèlement et les violences scolaires). New York, NY: Oxford University Press.
Whiteside, S. P. H., Ollendick, T., & Biggs, B. K. (2020) Exposure Therapy for Child and Adolescent Anxiety and OCD (Thérapies d'exposition visant à traiter les TOC des enfants et des adolescents). ABCT Clinical Practice Series. New York, NY : Oxford University Press.

À PROPOS DES AUTEURS

Guillaume Federighi, alias **Hey Gee**, est un auteur-illustrateur Franco-Américain. Il a commencé sa carrière en 1998 à Paris, en France. Il a également passé quelques décennies à explorer le monde du street art et du graffiti dans différentes capitales européennes. Après

s'être installé à New York en 2008, il a travaillé avec de nombreuses entreprises et marques, se forgeant une réputation dans le domaine de la conception graphique et de l'illustration pour son style distinctif consistant à traduire des idées complexes en histoires visuelles simples et intemporelles. Il est également propriétaire et directeur créatif de Hey Gee Studio, une agence de création basée à New York.

Originaire de Rochester, dans le Minnesota, **Ralph M.** se souvient de l'anxiété ressentie alors qu'il était victime de harcèlement, au collège. Mais, en faisant face à ce problème, il a réussi ses études à l'université de Yale et à l'école de médecine d'Emory et a poursuivi une carrière en chirurgie oculaire. Pendant son temps libre, Ralph M. aime toujours peindre à l'aquarelle, faire des randonnées avec son chien, passer du temps avec ses amis, et aussi cuisiner. L'aquarelle d'Alex présentée à la page 30 est l'une de ses peintures originales.

À PROPOS DU FONDATION IPSEN BOOKLAB

Transmettre au public une science exacte est complexe car les données scientifiques sont souvent techniques et les informations erronées sont nombreuses. En 2018, la Fondation Ipsen a créé le BookLab pour répondre à ce besoin. Les livres du Fondation Ipsen BookLab sont issus de collaborations entre chercheurs, experts, artistes, auteurs et enfants. En format papier et électronique, et en plusieurs langues, les livres du BookLab sont diffusés à travers plus de 60 pays, auprès de personnes de tout âge et de toute culture. Ces publications sont, par ailleurs, distribuées gratuitement, notamment aux écoles, aux bibliothèques et aux personnes vivant en situation de précarité. Rejoignez-nous ! Découvrez et partagez nos livres en consultant : www.fondation-ipsen.org.

À PROPOS DE MAYO CLINIC PRESS

Lancé en 2019, Mayo Clinic Press met en lumière les histoires les plus fascinantes de la médecine et donne à chacun et chacune les connaissances nécessaires à une vie plus saine et plus heureuse. Du primé *Mayo Clinic Health Letter* aux livres et médias couvrant l'étendue de la santé et du bien-être, les publications de Mayo Clinic Press offrent, aux lecteurs et lectrices, un contenu fiable et digne de confiance, issu des meilleurs professionnels de la santé au monde. Les recettes des livres sont, par ailleurs, redirigées vers la recherche médicale et l'enseignement de la Mayo Clinic. Pour plus d'informations sur Mayo Clinic Press, rendez-vous sur mcpress.mayoclinic.org.

À PROPOS DE LA COLLABORATION

La collection « My Life Beyond » a été développée grâce à un partenariat entre le BookLab de la Fondation Ipsen et la Mayo Clinic, qui dispense un enseignement médical de niveau international depuis plus de 150 ans. Cette collaboration vise à fournir des ressources fiables et percutantes pour comprendre les maladies infantiles et les autres problèmes qui peuvent affecter le bien-être des enfants. Les livres de la collection offrent aux lecteurs une perspective holistique de la vie des enfants avec – et au-delà – de leurs problèmes. Pour créer ces livres, des enfants qui ont été des patients de la Mayo Clinic ont travaillé avec l'auteur-illustrateur Hey Gee, en partageant leurs expériences personnelles. Les histoires fictives qui résultent de leurs échanges donnent vie, de manière authentique, aux émotions des patients et à leurs réponses inspirantes face à des circonstances difficiles. En outre, les médecins de la Mayo Clinic ont apporté leur expertise et connaissances les plus récentes sur chaque sujet, afin que ces histoires puissent aider au mieux les autres patients, les familles et les soignants, à comprendre comment les enfants perçoivent et relèvent leurs propres défis.

Texte : Hey Gee et Ralph M.
Illustrations : Hey Gee
Traduction : Maëlys Brucker

Éditrice scientifique : Bridget K. Biggs, Ph.D., L.P., Consultante, Department of Psychiatry and Psychology, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Professeure associée de Psychologie, Mayo Clinic College of Medicine and Science

Responsable de projet : Kim Chandler, Department of Education, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA
Responsable d'édition : Céline Colombier-Maffre, Fondation Ipsen, Paris, France
Président : James A. Levine, M.D., Ph.D., Professeur, Fondation Ipsen, Paris, France

Publié en français par la Fondation Ipsen
© Fondation Ipsen, 2021
La Fondation Ipsen est placée sous l'égide de la Fondation de France
www.fondation-ipsen.org
ISBN : 978-2-490660-36-0 (livre imprimé)
ISBN : 978-2-490660-28-5 (ePub)

Publié en anglais par la Mayo Clinic
Titre anglais : Bullying
© 2021 MAYO Foundation for Medical Education and Research
ISBN : 978-1-893005-92-1

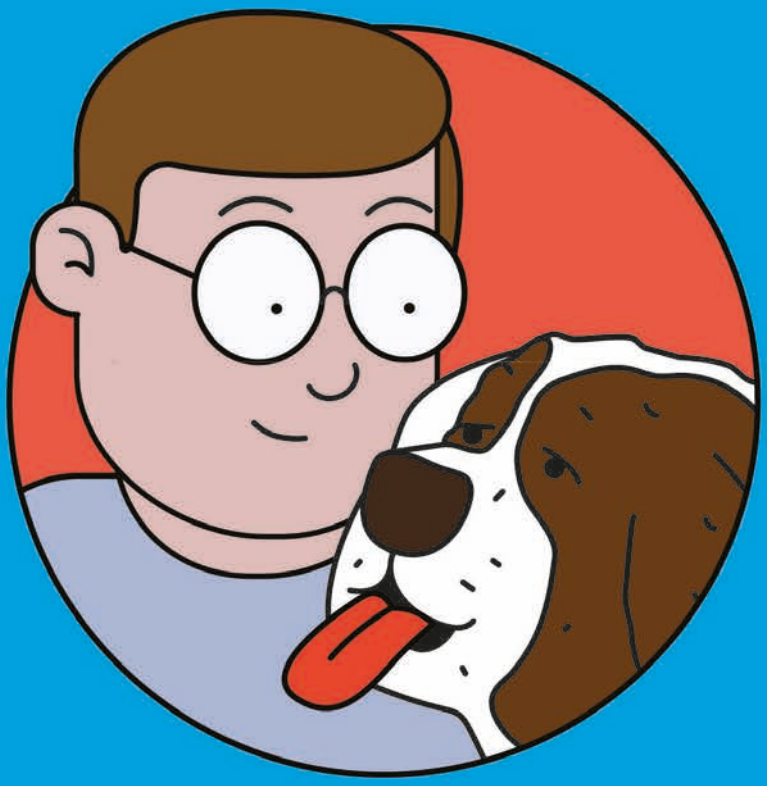
Loi n°49-956 du 16 juillet 1949 sur les publications destinées à la jeunesse,
modifiée par la loi n°2011-525 du 17 mai 2011
Dépôt légal : décembre 2021

Pour la version papier: Achevé d'imprimer en France, par Typo Libris, Paris, en juillet 2021
Conversion ePub: www.flexedo.com

Livre gratuit. Ne peut être vendu.

Lorsque des élèves de sa nouvelle école commencent à le harceler, Alex veut simplement s'échapper. Il se sent coupable et stressé par ce qui se passe. Mais que peut-il faire ?

Les difficultés rencontrées par Alex sont courantes. Pourtant, il existe des choses importantes que tu peux faire lorsque tu es, ou quelqu'un que tu connais est, victime de harcèlement. Découvre comment Alex obtient de l'aide et quelle est sa vie au-delà du harcèlement.



Parce que les voix des enfants sont rarement entendues dans le monde complexe de la médecine moderne, les livres de la collection « My Life Beyond » ont été imaginés par les jeunes patientes et patients de la Mayo Clinic. Toutes les histoires sont issues de la collaboration entre les enfants, les médecins de la Mayo Clinic, et l'auteur-illustrateur, Hey Gee. À travers un prisme unique et original, ces livres explorent la façon dont les enfants perçoivent la maladie, les difficultés rencontrées, et le chemin vers la guérison.

– James A. Levine, M.D., Ph.D., Professeur, Président, Fondation Ipsen, Paris, France

– Fredric Meyer, M.D., Consultant, Department of Neurologic Surgery, Mayo Clinic, Rochester, MN, USA ; Doyen exécutif de l'éducation, Professeur de Neurochirurgie, Mayo Clinic College of Medicine and Science