

# Avoir un impact sur l'intimidation

Informations pour les parents d'enfants au primaire



Qu'est-ce que l'intimidation?

L'intimidation est un problème relationnel.

L'intimidation est un comportement agressif et répété d'une personne envers une autre personne qui a pour but de causer à la personne un préjudice, de la peur ou de la détresse, y compris un préjudice psychologique et un préjudice à la réputation.

L'intimidation est un comportement qui se produit dans un contexte de déséquilibre de pouvoirs, réel ou perçu, entre une personne et une autre personne, selon des facteurs tels que la taille, la force, l'âge, l'intelligence, le pouvoir des pairs, la situation économique, le statut social, la religion, l'origine ethnique, l'orientation sexuelle, la situation familiale, le sexe, la race, le handicap ou des besoins particuliers.

## Votre enfant est-il victime d'intimidation?

Les conseils suivants pourraient l'aider :

- Si tu trouves difficile de t'affirmer, ignore l'intimidation, éloigne-toi...et parles-en à quelqu'un qui peut aider.
- Parle à quelqu'un qui peut aider, comme un parent, un enseignant ou un entraîneur.
- Demande à un ami de t'accompagner si tu as peur d'en parler seul à un adulte.
- Rends-toi dans un endroit sécuritaire.
- Tiens-toi avec des élèves qui vont te défendre.
- Montre que tu es sûr de toi... dis à ton intimidateur de te laisser tranquille... l'intimidation N'EST PAS zen!
- Reste calme...essaie de montrer que tu n'es pas bouleversé par l'intimidation.
- Soit drôle... l'humour montre que tu n'es pas perturbé.
- Affirme-toi sans être agressif... te battre ne fera qu'empirer les choses.
- Rappelle-toi que personne ne mérite d'être victime d'intimidation.

## Votre enfant est-il témoin d'intimidation?

Les conseils suivants pourraient l'aider :

- Parle à quelqu'un qui peut aider, comme un parent ou un enseignant...Rappelle-toi que dénoncer, ce n'est pas raconter.
- Si tu t'éloignes et demandes de l'aide, tu fais partie de la solution... si tu restes et regardes, tu fais partie du problème.
- Défends les jeunes qui sont victimes d'intimidation... ils ne peuvent le faire eux-mêmes.
- Invite le jeune qui se fait intimider à aller jouer avec toi ailleurs.
- Rassure la personne victime d'intimidation... dis-lui que ce qui est arrivé n'est pas correct ou mérité.
- Sois ami avec les jeunes qui sont victimes d'intimidation... c'est la meilleure chose à faire.
- Demande à un ami de t'accompagner si tu trouves difficile de t'opposer seul à l'intimidation.
- Aide les jeunes qui intimident les autres plutôt que de les intimider. Il vaut mieux dénoncer qu'adopter des comportements d'intimidation.

## Votre enfant intimide-t-il les autres?

Les conseils suivants pourraient l'aider :

- Parle à quelqu'un qui peut aider, comme un parent, un enseignant ou un entraîneur, pour trouver des façons pour que ça se passe mieux avec les autres.
- Si tu intimides quelqu'un, demande à un ami de t'aider à arrêter de le faire.
- Fixe-toi chaque jour des objectifs qui t'empêcheront d'intimider les autres (p. ex. garde ton sang-froid, dis-toi : aujourd'hui je vais aider les autres plutôt que de les intimider).
- Pense que tu n'es pas obligé d'aimer tout le monde, mais que tu dois respecter tout le monde.
- Chaque jeune est différent...ce qui ne veut pas dire pire ou meilleur que toi.
- Mets-toi à la place de l'autre jeune...pense à ce que tu ressentirais si on te harcelait, si on te réprimait ou si on te laissait de côté?
- Présente des excuses aux jeunes que tu as intimidés.
- Si d'autres jeunes regardent et rient pendant que tu intimides quelqu'un, cela ne veut pas dire qu'ils trouvent ton comportement acceptable.
- Soit un chef de file... les vrais chefs de file traitent les autres avec respect.

## Comment les parents peuvent-ils savoir si leur enfant exerce ou subit de l'intimidation?

L'intimidation est un comportement voilé qui est habituellement adopté à l'insu des adultes.

Recherchez les signes suivants :



### SIGNES DE VICTIMISATION

- Il craint d'aller à l'école ou de participer aux activités parascolaires.
- Il semble angoissé ou terrifié.
- Il manque d'estime de soi et fait des commentaires négatifs.
- Il se plaint de ne pas se sentir bien.
- Il n'a plus le même intérêt pour les activités et voit ses résultats scolaires chuter.
- Il perd ses biens, a besoin d'argent ou affirme avoir faim après l'école.
- Il a des blessures, des « bleus » sur le corps, des vêtements déchirés ou des objets brisés.
- Il semble malheureux ou est irritable.
- Il dort mal ou fait des cauchemars.
- Il dit craindre de se blesser ou de blesser autrui.
- Il semble isolé du groupe des pairs.

### SIGNES D'INTIMIDATION ENVERS LES AUTRES

- Il est agressif envers ses frères et sœurs, parents, amis et animaux familiers.
- Il est peu soucieux des sentiments d'autrui.
- Il se montre autoritaire et manipulateur.
- Il possède des objets ou de l'argent sans pouvoir en justifier la provenance.
- Il demeure très réservé au sujet de ses biens et de ses activités.
- Il approuve l'usage de la violence.
- Il éprouve rapidement de la frustration et est colérique.
- Il nie l'impact de ses faits et gestes sur l'autre.
- Il a des amis agressifs qui intimident les autres.
- Il a du mal à résister à la pression exercée par ses pairs.

