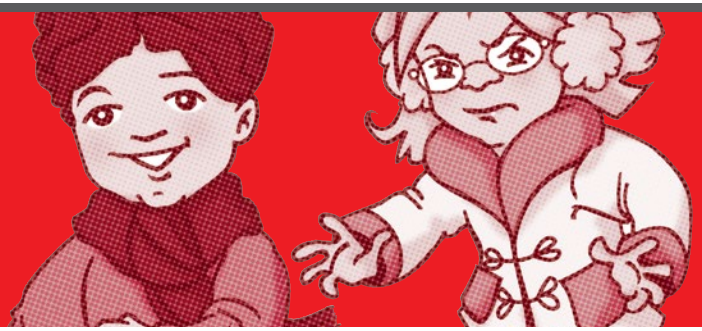
DESTINATION : INTIMIDATION



QU'EST-CE QUE L'INTIMIDATION ?

L'intimidation est une agression qui consiste à dominer une personne en suscitant la peur chez elle. Il y a un rapport de force, l'intention est de blesser, de dénigrer l'autre et les attaques sont répétitives et fréquentes. Elle peut prendre plusieurs formes dont des menaces, des agressions physiques, des insultes, une atteinte à la réputation, des rumeurs, l'exclusion de quelqu'un, etc.

QU'EST-CE QUE LA CYBERINTIMIDATION ?

La cyberintimidation se définit comme l'intimidation et vise les mêmes objectifs. Cependant, l'intermédiaire change. Pour intimider, les jeunes utilisent internet (courriel, clavardage, réseaux sociaux) ou le téléphone (messagerie texte). Il peut aussi s'agir de diffusion d'informations confidentielles, par exemple des photos et des vidéos. L'intimidateur peut agir de façon anonyme.

SIGNES QUE MON ENFANT EST INTIMIDÉ OU INTIMIDATEUR

Comme les enfants peuvent trouver difficile de parler d'intimidation, il est important que vous puissiez reconnaitre les signes qui peuvent indiquer que votre enfant est victime ou qu'il joue un rôle d'intimidateur. Il est donc important de s'intéresser particulièrement à un enfant qui adopte ces comportements :

INTIMIDÉ :

- Baisse de confiance en lui ;
- Refus d'aller à l'école ;
- Baisse des résultats scolaires ;
- Baisse d'intérêt pour ses loisirs ;
- Baisse d'énergie, humeur triste ou irritable ;
- Signes de stress (maux de ventre, indigestions) ;
- Isolement, difficulté à dormir ;
- Perte ou bris d'objets personnels, besoin fréquent d'argent.

INTIMIDATEUR :

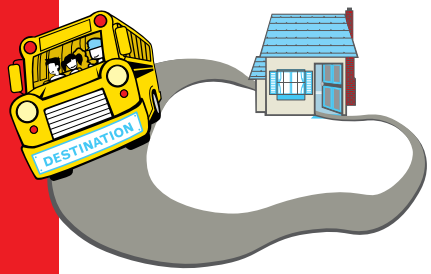
- Difficulté à se mettre à la place des autres et à comprendre leurs sentiments ;
- Comportements agressifs envers l'entourage ;
- Tendance à la manipulation ou à l'autorité ;
- Apparition de nouveaux objets ou de montants d'argent et refus d'aborder leur provenance ;
- Peu d'ouverture à discuter de ses activités personnelles ;
- Devient en colère rapidement ;
- Approuve l'usage de la violence.

QUOI FAIRE SI MON ENFANT EST INTIMIDÉ ?

Il est nécessaire d'agir rapidement. Voici quelques suggestions :

- Écouter, soutenir et rassurer l'enfant (ce n'est pas de sa faute).
- L'encourager à dénoncer la personne intimidatrice ou le geste posé et l'accompagner dans cette démarche.
- L'inciter à rester en groupe et à éviter les endroits à risque.
- L'inviter à s'affirmer et à avoir confiance en lui.
- Contacter la direction.
- Consulter un professionnel au besoin (psychologue, psychoéducateur, éducateur spécialisé, travailleur social) ou des ressources communautaires.
- Cyberintimidation : S'informer, dire à l'enfant de ne pas répondre, surveiller ce qu'il fait sur internet (mettre l'ordinateur dans un endroit à vue), bloquer l'intimidateur et sauvegarder les éléments d'intimidation.

* Si votre enfant est **témoin d'intimidation**, il faut l'encourager à dénoncer la personne intimidatrice ou le geste posé à un adulte de confiance. Expliquer à votre enfant qu'il a un rôle important à jouer pour aider la victime d'intimidation.



QUOI FAIRE SI MON ENFANT EST UN INTIMIDATEUR ?

- Écouter ce qu'il a à vous dire, le faire verbaliser sur les raisons qui l'ont amené à poser ce ou ces gestes.
- Lui faire voir l'impact et les conséquences de ses comportements.
- Lui faire comprendre que vous prenez la situation très au sérieux, que vous ne tolérez pas ces comportements. Lui donner une conséquence et lui rappeler que vous êtes là pour le soutenir.
- Superviser ses activités.
- L'aider à trouver des moyens pour gérer sa colère, pour développer le respect et la tolérance.
- L'aider à trouver des solutions aux problèmes qu'il vit (autre que par la violence).
- L'amener à réparer ses gestes auprès de la victime.
- Rester en contact avec le milieu scolaire et consulter un professionnel au besoin.

Institut Pacifique

t 514 598-1522
2901 Boul. Gouin Est, Montréal (Québec) H2B 1Y3
www.institutpacifique.com

L'Agence de la santé publique du Canada a contribué financièrement à la production de cet outil. Les vues exprimées ici ne reflètent pas nécessairement la position officielle de l'Agence de la santé publique du Canada.