



Agir et contrer l'intimidation

**Ce que devrait savoir tout enseignant-e
oeuvrant au secondaire**



**Networks of Centres
of Excellence**
**Réseaux de centres
d'excellence**

Qu'est-ce que l'intimidation?

L'intimidation est un problème relationnel.

En fait, l'intimidation est un comportement abusif envers ses pairs et qui s'exprime de différentes manières selon l'âge de l'agresseur. On parle d'intimidation lorsqu'il y a violence à répétition avec abus de pouvoir de la part de l'enfant agresseur envers l'enfant agressé (Juvonen & Graham, 2001; Olweus, 1991; Pepler & Craig, 2000). À la lumière de nos recherches, nous définissons l'intimidation comme un manque de respect au sein d'une relation :

- L'enfant qui intimide apprend à contrôler et déstabiliser l'autre par la violence et l'abus de pouvoir.
- L'enfant qui en est victime se sent de plus en plus impuissant et piégé dans une relation abusive.

Lisez ce qui suit pour savoir comment vous pouvez agir et contrer toute forme d'intimidation dans votre milieu.

Votre élève est victime d'intimidation?

Ces trucs et conseils pourraient l'aider...

- ◆ Confie ton problème à un adulte qui peut t'aider, comme un enseignant ou un parent. Il peut t'appuyer et t'aider à planifier une stratégie pour que cesse l'intimidation.
- ◆ Revois tes réactions et tente de discerner si elles aggravent ou non la situation.
- ◆ Ignore tes agresseurs et passe ton chemin...fais-leur voir que tu t'en fiches.
- ◆ Essaie de ne pas montrer ta colère devant tes agresseurs.
- ◆ Ris de la situation...l'humour montre ton détachement.
- ◆ Reste près d'ami-e-s de confiance qui prendront ta défense.
- ◆ Évite les lieux où se produisent les actes d'intimidation.
- ◆ Adopte une attitude confiante...garde la tête haute, regarde les gens dans les yeux, marche avec assurance.
- ◆ Prends le temps de faire des activités que tu aimes et qui te valorisent.
- ◆ Prends les bonnes décisions...te balader avec une arme peut te créer des ennuis.
- ◆ Affirme-toi sans agressivité...rendre les coups peut aggraver la situation.

10 CONSEILS À L'ENSEIGNANT POUR CONTRER L'INTIMIDATION. . .

DONNER L'EXEMPLE

Réfléchissez: comment utilisez-vous votre pouvoir dans la vie ? Donnez le bon exemple en respectant et soutenant les autres. Évitez les jeux de pouvoir comme l'intimidation, les cris et la manipulation. L'ambiance qui prévaut à l'école dépend en grande partie des profs et du personnel scolaire et c'est en observant leurs profs que les jeunes apprennent à entrer en relation. Donnez l'exemple en gérant correctement votre frustration et en réglant adéquatement vos conflits.

ÉTABLIR UN CODE DE CONDUITE

De concert avec vos élèves, établissez un code de conduite afin de déterminer quels seront les comportements acceptables et inacceptables à l'école. Affichez-le bien en vue pour que tous se souviennent—élèves et adultes—de ce qui est toléré et non toléré à l'école. Fixez des conséquences pour tout manquement au code de conduite.

CHOISIR DES CONSÉQUENCES ÉDUCATIVES

Une conséquence éducative lance le message que l'intimidation est un geste inacceptable mais aussi que l'enfant qui intimide peut obtenir de l'aide ; on mise sur les talents de l'enfant pour lui inculquer les notions qui lui font défaut. Par exemple, si un élève a intimidé un camarade de classe, il pourrait être retenu pendant une activité et devoir écrire une lettre d'excuses à ce copain ou faire un dessin exprimant les sentiments éprouvés par ce copain. Les enfants qui intimident les autres ont besoin de comprendre les conséquences que leurs gestes peuvent avoir sur leurs autres.

PROMOUVOIR LA DIVERSITÉ ET L'ACCEPTATION

Discutez avec vos élèves des effets néfastes de stéréotypes reposant sur la race, la religion, l'orientation sexuelle ou d'autres caractéristiques individuelles. Enseignez-leur que ce sont ces traits individuels qui font l'unicité de chacun, qu'être différent ne veut pas dire ne pas avoir droit au respect comme tous les autres. Bien que ces apprentissages ne soient pas inscrits au curriculum, tous les enfants apprennent mieux dans un climat respectueux et accueillant. Prenez soin de ne pas véhiculer de stéréotypes et d'éviter tout écart de langage.

DISCUTER D'INTIMIDATION ET HARCÈLEMENT

Bien des ados craignent de prendre les devants pour discuter d'intimidation...c'est donc à vous d'aborder le sujet. Discutez avec vos élèves de l'importance d'avoir de saines relations, dites-leur ce qu'est l'intimidation, le harcèlement sexuel et la violence dans les relations amoureuses. Ce genre de discussion informe vos élèves que vous vous souciez d'eux et que vous serez là pour les aider, au besoin.

Votre élève est témoin d'intimidation?

Ces trucs et conseils pourraient l'aider...

- ◆ Confie-toi à un adulte qui saura t'aider, un enseignant ou un parent par exemple. C'est leur responsabilité d'intervenir et de faire cesser toute forme d'intimidation.
- ◆ Quitte les lieux et va chercher de l'aide. Si tu restes pour regarder un enfant se faire intimider, tu fais partie du problème. Si tu demandes de l'aide, tu fais partie de la solution.
- ◆ Affirme-toi sans agressivité...En discuter peut aider, rendre les coups et insulter les autres ne peut qu'aggraver la situation.
- ◆ Demande à tes ami-es de se joindre à toi pour dire que vous désapprouvez toute forme d'intimidation...plus vous serez nombreux, plus vous aurez de pouvoir.
- ◆ S'il est trop difficile de t'affirmer publiquement, fais une dénonciation de l'intimidation à ton école en gardant l'anonymat.
- ◆ Invite l'élève victime d'intimidation à quitter les lieux avec toi.
- ◆ Prends la défense des jeunes victimes d'intimidation...ils sont souvent incapables de le faire eux-mêmes.
- ◆ Sois prudent et assure ta sécurité...si tu ne peux faire cesser les actes d'intimidation en discutant, demande l'aide d'une personne qui pourra intervenir en toute sécurité.
- ◆ Ouvre l'oeil et sois conscient...n'aimerais-tu pas qu'on vienne t'aider si c'était toi qui était victime d'intimidation ?

Votre élève intimide les autres?

Ces trucs et conseils pourraient l'aider...

- ◆ Confie-toi à un adulte de confiance qui saura t'aider, un enseignant ou un parent par exemple. Ils peuvent t'aider à mieux t'entendre avec les autres.
- ◆ Mets-toi à la place de ces ados qui tu agresses... imagine comment tu te sentirais si on te frappait à coups de poing, te menaçait ou t'excluait. Aimerais-tu être traité de la sorte ?
- ◆ Trouve un prétexte pour t'éloigner d'une situation qui pourrait t'inciter à intimider l'autre.
- ◆ Résiste à la pression des jeunes qui veulent t'entraîner à intimider les gens...choisis d'agir correctement.
- ◆ Apprends à exercer ton pouvoir et ton influence de manière positive plutôt que négative.
- ◆ Présente tes excuses aux personnes que tu as agressées.
- ◆ Fréquente des ami-es qui te surveilleront et t'aideront à cesser d'intimider les autres.
- ◆ Souviens-toi que chaque personne est différente et unique... être différent ne veut pas dire être meilleur ou pire que toi.
- ◆ Vois en chaque individu une personne, non un stéréotype.
- ◆ Sache que même si des ados te regardent et rient de tes frasques, cela ne signifie pas qu'ils approuvent tes actes d'agression.

RÉDUIRE LES OCCASIONS D'INTIMIDER

Organisez des activités qui permettent à l'élève victime d'intimidation d'être constamment entouré de jeunes qui prendront sa défense. Comment y parvenir? Il doit revenir aux enseignants de toujours choisir la composition des équipes d'élèves, des groupes et de la disposition des places dans la classe ou ailleurs. Si on laissait les enfants choisir, ceux qui sont victimes d'intimidation seraient toujours laissés pour compte et nargués. Séparez les élèves ou groupes qui, ensemble, pourraient se montrer agressifs.

ENCOURAGER L'ÉLÈVE À DÉNONCER

Dites à vos élèves que les enseignants ont le devoir de faire cesser tout problème d'intimidation. C'est donc votre rôle; vous voulez être informé dès qu'un incident de ce genre se produit. Offrez-leur diverses options pour dénoncer l'intimidation à l'école: des boîtes *Non à l'intimidation* réparties dans l'école peuvent atténuer le malaise des ados à dénoncer les agresseurs.

MISER SUR LES FORCES DES ADOS

Souvent, un ado victime d'intimidation manque d'estime de soi. Encouragez-le à pratiquer des activités qu'il aime et qui le valorisent. Vous pouvez l'aider à rebâtir sa réputation auprès des camarades en soulignant ses talents en classe. Si un de vos élèves intimide ses pairs, renversez la situation et donnez-lui la chance de mettre ses talents de leader naturel au service des autres (ex. enseigner aux plus jeunes un nouveau sport ou autre).

SUIVRE VOTRE INTUITION

Vous avez l'impression qu'un de vos élèves est victime d'intimidation ? Vous avez sans doute raison. Ces jeunes nient souvent les faits parce qu'ils ont peur ou honte. Mais si vous avez le sentiment qu'une situation offre les signes d'une intimidation, c'est probablement le cas même si les élèves affirment le contraire. Écoutez votre intuition et prenez les mesures nécessaires pour que cet élève soit soutenu et protégé.

SAVOIR ÉCOUTER ET VENIR EN AIDE

Si un élève vous confie être victime d'intimidation, arrêtez tout et écoutez-le bien. Sans attendre. Remerciez-le d'avoir eu le courage de vous en parler et dites-lui que son droit le plus strict est de se sentir en sécurité. Demandez-lui de vous décrire la situation en détail et montrez-lui que vous vous souciez de lui. Soyez disposé à prendre note de toute dénonciation, même si elle vous semble insignifiante comme être affublé de surnoms. Ce qui importe, c'est votre constance ! Aidez cet élève à trouver des solutions pour que cesse les actes d'intimidation à son égard.

LES MULTIPLES VISAGES DE L'INTIMIDATION CHEZ L'ADOLESCENT-E :

Physique

- ◆ Frapper, asséner des coups de pieds, pousser, cracher, battre à coups de poing, voler ou endommager des biens.

Verbal

- ◆ Donner des surnoms, se moquer, narguer, humilier ou menacer l'autre, tenir des propos racistes ou sexistes.

Social

- ◆ Exclure du groupe, commérer ou lancer des rumeurs, ridiculiser l'autre, briser des amitiés.

Cyberintimidation

Utiliser le courriel, le téléphone cellulaire, le message texte et les sites Internet pour menacer, harceler, embarrasser, exclure du groupe, briser une réputation ou une amitié.

Violence dans une relation amoureuse

- ◆ Toute agression sexuelle, physique ou psychologique dans le cadre d'une relation amoureuse.

Harcèlement sexuel

Attitude malveillante telle propos, gestes ou actions à caractère sexuel ou sexiste et qui rendent mal à l'aise.

COMMENT SAVOIR SI VOTRE ÉLÈVE EST AUX PRISES AVEC L'INTIMIDATION?

L'intimidation est un comportement secret et soigneusement caché aux adultes. Voici des signes d'intimidation :

SIGNES DE VICTIMISATION

- Craint d'aller à l'école ou de participer aux activités
- Angoissé, terrifié
- Manque d'estime de soi, fait des commentaires négatifs sur sa personne
- Se plaint de malaises physiques
- Manque d'intérêt pour l'école et piètres résultats scolaires
- Perd ses biens, a besoin d'argent, dit avoir faim
- Est blessé, a des « bleus », des vêtements déchirés, des biens brisés
- Malheureux, irritable
- Dort mal, fait des cauchemars
- Craint de se blesser ou de blesser autrui
- Semble isolé des groupes de jeunes

SIGNES D'INTIMIDATION

- Est agressif envers ses frères et sœurs, parents, amis et animaux
- Est peu soucieux des sentiments d'autrui
- Se montre autoritaire et manipulateur
- Possède biens ou argent sans pouvoir en justifier la provenance
- Est très réservé au sujet de ses biens et activités
- Approuve l'usage de la violence
- Est rapidement frustré, colérique.
- Nie l'impact de ses faits et gestes sur l'autre
- A des amis agressifs qui intimident les autres.
- A du mal à résister à la pression exercée par ses pairs.

Pourquoi vous soucier de votre élève aux prises avec l'intimidation ?

Bien des gens croient que l'intimidation n'est « qu'un jeu d'enfant » qu'on dit, à tort, « inoffensif ».

RISQUES ENCOURUS PAR L'ENFANT VICTIME D'INTIMIDATION :

- Dépression (tristesse, désespoir)
- Solitude, isolement social
- Santé fragile (maux de tête, indigestion)
- Faible estime de soi
- Absences scolaires, piètres résultats académiques
- Comportement agressif
- Pensées suicidaires ou tentatives de suicide

RISQUES ENCOURUS PAR L'ENFANT QUI INTIMIDE SES PAIRS :

- Incapacité à différencier le bien du mal
- Délinquance et abus d'alcool ou de drogue
- Problèmes et piètres résultats scolaires
- Criminalité à l'âge adulte
- Difficultés relationnelles
- Victime à son tour d'intimidation par ses pairs