

**CONSEILS**

- AUX PARENTS
- AUX VICTIMES
- AUX AGRESSEURS
- AUX DIRECTIONS D'ÉCOLE

# L'INTIMIDATION À L'ÉCOLE

## CONSEILS AUX PARENTS ET AUX INTERVENANTS SCOLAIRES

PAR ÉGIDE ROYER PH. D, PSYCHOLOGUE

On estime que de 6 à 10 % des jeunes sont victimes d'intimidation de manière répétée. Les élèves sévèrement harcelés sont nettement plus susceptibles que les autres de s'absenter de l'école, une hypothèse d'ailleurs à vérifier lorsque l'absentéisme d'un jeune augmente sans raison apparente.

Intimider, c'est essentiellement brutaliser, brimer, contraindre quelqu'un, par la menace, à faire quelque chose. C'est également harceler un autre sur le motif de son sexe, de sa race, de sa religion ou de son orientation sexuelle; taquiner pour blesser; infliger intentionnellement des blessures ou de l'inconfort, physiquement ou verbalement.

## Sous l'angle de la santé mentale, les jeunes directement impliqués peuvent se trouver dans quatre groupes :

- **Jeunes adaptés** : souvent observateurs ou n'ayant vécu qu'un incident isolé d'agression ou de victimisation.
- **Jeunes victimes** : plus déprimés, anxieux ou solitaires et ayant souvent une faible estime de soi.
- **Jeunes agresseurs** : ayant une bonne santé mentale, n'étant pas plus déprimés, anxieux ou isolés que les jeunes adaptés et montrant une bonne estime de soi. Ils blâment souvent les autres plutôt qu'eux-mêmes et sont fréquemment perçus comme « cool » par les autres.
- **Jeunes victimes-agresseurs** (le sous-groupe le plus à risque sur le plan de la santé mentale) : vivant des problèmes personnels aussi importants que les victimes sans obtenir les gains secondaires des agresseurs et étant rejetés par la majorité des autres élèves.

Les principes de base d'Olweus\* constituent toujours des balises pour l'intervention. Les milieux scolaires qui sont efficaces pour prévenir l'intimidation et composer avec celle-ci possèdent les caractéristiques suivantes :

- Le milieu scolaire est chaleureux et se préoccupe du bien-être des jeunes, mais établit des limites claires et fermes quant aux comportements inacceptables.
- Le non-respect de ces règles amène une sanction non violente et non hostile, mais appliquée avec constance.
- Une surveillance et un suivi des activités des élèves à l'école et à l'extérieur de celle-ci sont assurés.
- Dès qu'une situation d'intimidation est observée, les adultes se conduisent comme des figures d'autorité responsables et cohérentes. Ils ne détournent jamais la tête lorsqu'ils observent un jeune victime d'intimidation.

\*OLWEUS, D. (1991). Bully/victim problems among school children: Basic facts and effects of school-based intervention program. In D. J. Pepler et K. H. Rubbin (éd.), *The Development and Treatment of Childhood Aggression* (p. 411-446). Hillsdale, NJ : Erlbaum.

## Les programmes de prévention efficaces mis sur pied par des écoles :

- découragent l'intimidateur d'attaquer ses pairs;
- visent à enseigner aux victimes des stratégies leur permettant d'éviter les situations d'intimidation ou de s'en dégager;
- rendent les témoins conscients de leur influence et les incitent à quitter les scènes d'intimidation;
- visent à enseigner aux non-participants à décourager l'intimidation entre pairs et à ne donner aucune forme d'attention à ce type de comportement.



## Conseils à prodiguer aux parents des victimes

- Porter attention aux indices d'intimidation : vêtements déchirés, enfant hésitant à aller à l'école, perte d'appétit, cauchemars, pleurs, état déprimé ou anxieux. Si on découvre qu'il est victime d'intimidation, ne pas lui dire d'« oublier ça », mais susciter plutôt une discussion sur des faits précis. Lui dire qu'on va l'aider et qu'il ne doit pas agresser à son tour pour se venger.
- Montrer à l'enfant comment composer avec l'intimidation. Lui enseigner des techniques sur la façon d'ignorer l'agresseur ou mieux s'affirmer, selon la situation. L'aider à identifier des enseignants et des amis qui peuvent lui venir en aide.
- Signaler à la direction de l'école toute situation d'intimidation dont est victime l'enfant. L'école doit ensuite revenir rapidement concernant le suivi donné à cette situation.  
([www.youtube.com/watch?v=y5ATqMCHFa0](http://www.youtube.com/watch?v=y5ATqMCHFa0))

En ce qui a trait à la cyberintimidation, il est important d'enseigner à l'enfant de ne jamais répondre à un courriel menaçant et de ne pas accepter d'être l'« ami Facebook » de son auteur. Les parents doivent aussi superviser l'utilisation des appareils autant qu'ils le peuvent et imprimer ou photographier toute menace reçue.

## Conseils à prodiguer aux élèves victimes

- Se confier rapidement à un adulte en qui ils ont confiance. Le message, en clair, est le suivant : l'intimidation, c'est mal et cela doit être signalé.
- Ne pas intimider en retour et ne pas montrer de peur ni d'agressivité. Dire à l'agresseur d'arrêter ou se retirer de la situation.
- Éviter d'être seul. Autant que faire se peut, éviter les endroits où il ne se trouve aucun adulte ni aucun autre élève.

## Conseils à prodiguer aux parents des agresseurs

- Arrêter l'intimidation avant qu'elle ne commence réellement, en lui enseignant ce que c'est, comment la reconnaître et pourquoi c'est inacceptable.
- Favoriser un environnement « sans intimidation » à la maison. Les enfants apprennent en observant les adultes. Il est important de fournir des modèles positifs de résolution de conflits.
- Porter attention aux problèmes d'estime de soi : des jeunes avec une faible estime d'eux-mêmes intimident souvent pour se donner de l'importance ou améliorer leur image. Il s'agit souvent de ceux qui sont à la fois agresseurs et victimes.

## Conseils à prodiguer aux directions d'école

- Désigner un premier répondant de l'« intimidation » dans chaque école.
- Toujours vérifier un signalement.
- Baser ses décisions et ses interventions sur les comportements et les faits.
- Avoir accès à des ressources en matière de santé mentale.
- Protéger le temps d'enseignement et d'apprentissage des agresseurs en remplaçant des mesures comme la suspension par de la probation intensive.

# Rappelez-vous

Aide-mémoire aux enseignants et autres éducateurs\*

## Toujours :

- Intervenir lorsqu'on est témoin d'une situation d'intimidation.
- Utiliser les situations d'intimidation comme des occasions d'enseignement et d'apprentissage.
- Demander de l'aide lorsque cela est nécessaire.
- Donner l'exemple par son propre comportement.

## Ne jamais :

- Ignorer un élève qui dit qu'il est victime d'intimidation.
- Se limiter simplement à une politique de tolérance zéro pour composer avec les « agresseurs ».
- Recourir à une intervention unique pour toutes les situations d'intimidation.
- Ignorer l'importance et le rôle des observateurs, des amis et des pairs.

\*GRAHAM, S. (consulté en 2018). Bullying: A Module for Teachers. American Psychological Association. <http://www.apa.org/education/k12/bullying.aspx>

Le Dr Égide Royer est psychologue et spécialiste de la réussite scolaire. Son expertise en éducation est reconnue autant au Québec qu'à l'étranger, plus particulièrement en ce qui a trait à la prévention de l'échec scolaire et aux interventions pour aider les jeunes qui vivent des problèmes d'adaptation à l'école.

La Grappe éducative Montcalm a pour mission d'accompagner, d'encadrer et de soutenir les jeunes de 0 à 35 ans et leur famille dans un parcours d'éducation continu et intégré, en initiant un changement positif et inspirant dans le milieu. Le projet est piloté par le Carrefour jeunesse-emploi de Montcalm et rendu possible grâce à la collaboration de la MRC de Montcalm et du Gouvernement du Québec.

