



Prévention de l'intimidation dans les sports

Qu'ils soient le fait des parents, des joueurs ou des entraîneurs sportifs, les comportements irrespectueux représentent une préoccupation de plus en plus importante dans les gymnases, sur les patinoires et dans les terrains de jeux.

Or, il est possible d'acquérir des connaissances afin que chaque jeune athlète puisse pratiquer un sport ou prendre part à une compétition en conservant une image positive de lui-même.

La présente fiche d'information a pour but d'aider les parents, les joueurs et les entraîneurs sportifs à cerner et à gérer les problèmes comme l'intimidation, la violence et le harcèlement dans les sports.

« L'Équipe Alberta a pour mandat de créer un environnement de la pratique du sport dans lequel toutes les personnes sont traitées avec respect. Les participants devront éviter de faire des commentaires ou d'adopter des comportements qui sont irrespectueux, insultants, abusifs, racistes ou sexistes. » – Code de conduite de l'Équipe Alberta

L'intimidation peut prendre différentes formes, notamment :

L'intimidation orale : les injures, les insultes, les critiques, les menaces et l'intimidation.

L'intimidation sociale : l'exclusion par des groupes de pairs, l'intimidation et les taquineries d'un groupe.

L'intimidation physique : les coups (de poing ou de pied), le vol ou le bris des effets personnels d'une personne.

La cyberintimidation : l'utilisation des outils informatiques ou d'autres technologies dans le but de harceler ou de menacer une personne.

L'intimidation avant, durant ou après la pratique des sports peut prendre les formes suivantes :

1. Crier sans raison contre la cible.
2. Critiquer continuellement les capacités de la cible.
3. Blâmer la cible pour ses erreurs.
4. Faire des demandes déraisonnables concernant la performance de la cible.
5. Injurier ou insulter la cible de façon répétée.
6. Menacer la cible de façon répétée de lui enlever ou de restreindre ses possibilités ou ses privilèges.
7. Nier les réalisations de la cible ou ne pas en tenir compte.
8. Expédier des courriels ou des messages instantanés contenant des insultes ou des menaces dirigées contre la cible.
9. Proférer des menaces de violence physique et violenter réellement la cible.

Ce que les parents et les autres adultes peuvent faire :

- Reconnaissez que vous êtes un modèle pour votre enfant, les autres joueurs et les autres parents. Donnez l'exemple et renforcez les comportements positifs lorsque vous en êtes témoin.
- Maintenez une communication ouverte et honnête avec votre enfant et son entraîneur, afin de discuter sur une base régulière de ce qui constitue un comportement acceptable et d'aborder toute préoccupation.
- Assurez-vous qu'une réunion a lieu avant le début de la saison avec les parents, les athlètes, les entraîneurs et les membres du conseil de l'équipe sportive afin de discuter des comportements acceptables pour toutes les personnes concernées.
- Vérifiez si l'entraîneur de votre enfant est certifié et s'il est membre d'un organisme reconnu de sport amateur provincial qui possède un code d'éthique et une politique concernant le harcèlement. Si ce n'est pas le

Tu veux parler d'intimidation avec quelqu'un?
Compose le 1-888-456-2323 (24 heures sur 24, sans frais en Alberta).

Alberta



cas, travaillez avec l'entraîneur, d'autres parents et des membres du conseil de l'équipe sportive afin de faire en sorte que l'entraîneur obtienne une telle certification.

- Essayez d'être présent aux entraînements et aux matchs le plus souvent possible. Si des entraînements privés sont organisés, demandez qu'on vous explique pourquoi.
- Si vous êtes témoin de comportements d'intimidation, informez-en l'entraîneur, d'autres parents ou des représentants de la ligue sportive.

Ce que les joueurs peuvent faire :

- Fais confiance à ton instinct. Si le comportement de quelqu'un fait que tu te sens mal à l'aise ou menacé, n'ignore pas tes sentiments. Tu mérites d'être traité avec respect. Tu peux agir!
- Si tu es victime d'intimidation dans le sport que tu pratiques, n'hésite pas à en parler à quelqu'un en qui tu as confiance — un parent, un ami, un entraîneur, un directeur ou un autre joueur. N'oublie pas de continuer de parler de la situation jusqu'à ce que quelqu'un t'offre de l'aide.
- Pour obtenir des conseils et des stratégies en vue de prévenir l'intimidation, appelle la Ligne de prévention de l'intimidation (sans frais en Alberta, accessible 24 heures sur 24) au : **1-888-456-2323**.
- Tente de rester calme. Les intimidateurs adorent provoquer des réactions chez les autres, alors ne leur donne pas ce plaisir!
- Projette de la confiance. Garde la tête haute et tiens-toi bien droit. Les intimidateurs s'en prennent aux personnes qui semblent avoir peur. Montre-leur que ce n'est pas ton cas!
- Ne réponds pas aux messages des cyberintimidateurs. Si tu reçois des messages textes ou des courriels menaçants, ne réponds pas et conserve les messages comme preuves. La police, ton fournisseur de services Internet et ta compagnie de téléphone peuvent utiliser ces messages pour t'aider.

- Comprends ce qu'est l'intimidation et les effets négatifs qu'elle peut avoir sur toi et sur les personnes qui t'entourent. Si tu restes là à regarder, tu fais partie du problème et non de la solution. Tu es exactement l'auditoire que recherche la personne qui intimide. Toi, bien plus que n'importe qui d'autre, as le pouvoir d'aider. Voici ce que tu peux faire en tant que témoin d'actes d'intimidation :
 - affirme-toi;
 - soutiens la victime de l'intimidation en allant chercher de l'aide;
 - ne te bats pas avec la personne qui intimide.

Ce que les entraîneurs et les bénévoles peuvent faire :

- Reconnaissez que vous êtes un modèle pour les joueurs. Donnez l'exemple et renforcez les comportements positifs.
- Acceptez votre obligation de créer un environnement de la pratique du sport qui soit sécuritaire et respectueux en évitant d'adopter, de permettre, d'admettre ou d'ignorer les comportements qui constituent ou qui pourraient être perçus comme étant de l'intimidation.
- Établissez une communication ouverte et honnête entre toutes les personnes qui interviennent dans la pratique du sport avec les jeunes, ce qui inclut les parents, les joueurs, les directeurs et les bénévoles.
- Soyez prêt à examiner votre propre comportement de manière critique. Acceptez les commentaires des autres sans être sur la défensive et modifiez votre comportement, s'il y a lieu.
- Ne percevez pas les procédures de dépistage, les politiques ou la formation comme une menace, mais plutôt comme une occasion d'apprendre et de tendre vers un environnement de la pratique du sport qui soit plus sécuritaire et sain pour tous.
- Considérez la possibilité de devenir un entraîneur certifié et un membre d'un organisme reconnu de sport amateur provincial qui possède un code d'éthique et une politique concernant le harcèlement.

Tu veux parler d'intimidation avec quelqu'un?

Compose le 1-888-456-2323 (24 heures sur 24, sans frais en Alberta).

Alberta