



OBSERVER ET ÉCOUTER

Comment reconnaître un comportement d'intimidation et prendre les mesures adéquates pour le faire cesser.

L'intimidation est non seulement destructrice pour la personne qui en est la cible, mais aussi pour celles qui en sont la source. Pour faire cesser l'intimidation et prévenir les blessures émotionnelles, physiques et sociales qui peuvent durer toute la vie, il est important de repérer les enfants et les jeunes qui en sont les sources ou les victimes. L'intimidation est un comportement appris. Dans leur propre intérêt, les enfants ont besoin d'aide pour développer des relations plus positives.

Cette fiche de renseignements vise à aider les adultes à reconnaître les comportements d'intimidation et leur suggère des méthodes pour prévenir ou faire cesser de tels comportements.

L'intimidation est liée au pouvoir; il s'agit d'un comportement appris qui se développe généralement au fil du temps. Il n'est pas toujours facile de mettre un terme à l'intimidation. De fait, selon une étude canadienne, les incidents d'intimidation sont de courte durée, soit d'environ 38 secondes en moyenne (Craig et Pepler, 1997).

Qu'est-ce que l'intimidation?

L'intimidation est une activité consciente, volontaire, délibérée, hostile et répétitive, qui se caractérise par un déséquilibre de pouvoir, par l'intention de faire du mal ou par la menace d'agression. Lorsque l'intimidation s'aggrave, elle peut provoquer un sentiment de terreur chez la personne qui en est victime.

L'intimidation prend plusieurs formes; elle peut être directe ou indirecte :

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

L'intimidation sociale : l'exclusion par les groupes de pairs, le commérage 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.

Les éléments qui suivent peuvent contribuer à déclencher un comportement d'intimidation :

- la violence psychologique ou physique;
- l'exposition à une violence excessive dans les médias ou les jeux;
- le manque de supervision pendant les interactions avec les pairs;
- un tempérament difficile, des problèmes d'attention, l'hyperactivité;
- des problèmes familiaux;
- l'absence de modèles de rôles positifs;
- l'inconstance des conséquences;
- les expériences antérieures en tant que victime d'intimidation;
- le manque d'attention, le rejet ou le sentiment de marginalisation.

Soyez à l'affût des signaux d'alarme.

Voici des indices d'un comportement d'intimidation potentiel :

- un manque d'empathie – une incapacité de comprendre ou de se soucier de la peine d'autrui;
- la présence d'argent ou de vêtements que l'enfant n'avait pas avant, ou un enfant qui se vante de s'être moqué d'autrui;
- un enfant qui fait passer une taquinerie pour une blague;

Tu veux parler d'intimidation avec quelqu'un?

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

Alberta



- des enfants qui se regroupent en excluant certaines personnes intentionnellement;
- un comportement agressif avec les pairs, tel que crier, frapper ou lancer des objets;
- un enfant qui rit lorsque d'autres enfants se font mal;
- un enfant qui lance des insultes à ses frères et sœurs ou amis;
- un comportement agressif et colérique envers les parents, les enseignants ou d'autres adultes.

Pour changer un comportement d'intimidation, il est important de développer l'empathie.

L'empathie est la capacité de reconnaître et de comprendre les sentiments d'une autre personne, et d'y réagir avec tolérance. Selon les experts, il s'agit de la façon la plus rapide pour faire comprendre à un intimidateur ses propres sentiments et comportements, et le mal que ses gestes et ses paroles font aux autres. L'empathie se développe dans un environnement bienveillant et elle est favorisée par des expériences, des relations et des activités positives.

Les garçons utilisent souvent l'intimidation directe (attaques ouvertes), alors que les filles privilégient souvent l'intimidation indirecte (attaques plus subtiles, telles que l'isolation sociale et le commérage).

— Educational Research Service, Recognizing and Preventing Bullying, 2003

Écoutez les enfants. Faites cesser l'intimidation. Les comportements qui suivent peuvent vous aider à renforcer l'empathie et à prévenir l'intimidation :

1. **Soyez un modèle de rôle positif.** Démontrez des relations positives. Donnez l'exemple et renforcez les comportements positifs lorsque vous en êtes témoin.
2. **Communiquez.** Un enfant ou un jeune qui fait preuve d'un comportement d'intimidation a besoin de parler de ses propres expériences. Choisissez un moment tranquille et établissez une communication ouverte, amicale et rassurante.

3. **Reconnaissez l'enfant qui se cache derrière l'intimidateur.** Il arrive souvent qu'un enfant ou un jeune qui fait preuve d'un comportement d'intimidation en ait déjà été victime lui-même. Sans porter de jugement, tentez de percer à jour les sentiments de l'enfant ou du jeune et de découvrir si un événement l'a rendu vulnérable.
4. **Enseignez l'empathie.** Lisez des histoires qui concernent l'intimidation, faites des dessins, déchiffrez les sentiments de l'enfant pendant l'interaction, discutez de ses sentiments et des vôtres, jouez des rôles et échangez les rôles avec l'enfant. Aidez l'enfant à comprendre le point de vue de la victime et le mal que l'intimidation peut faire.
5. **Amusez-vous ensemble.** Des activités amusantes et de l'attention positive renforcent la confiance et les réactions positives, et encouragent l'empathie et la compassion pour les autres.
6. **Enseignez le leadership.** Organisez des activités et des occasions qui permettent de canaliser l'énergie dans un comportement de leadership constructif.
7. **Enseignez comment réparer ses torts et devenir amis.** Enseignez à l'enfant ou au jeune des façons de réparer ses torts (p. ex., en s'excusant ou en se montrant serviable ou gentil), et aidez-le à établir des liens avec d'autres qui ont les mêmes intérêts en matière de jeux ou d'apprentissage.
8. **Établissez des conséquences constantes.** Donnez le message que les comportements blessants sont inacceptables. Retirez les privilèges et remplacez-les par des activités instructives, comme la lecture, afin de rediriger l'énergie négative.
9. **Travaillez ensemble.** Les parents, les parents-substituts, les communautés et les écoles doivent travailler ensemble pour prévenir et faire cesser l'intimidation. Si vous croyez qu'un enfant ou un jeune fait preuve d'un comportement d'intimidation, communiquez avec l'école ou les parents afin qu'ils surveillent la situation. Ensemble, vous pouvez créer un climat où le bien-être et la sécurité de tous les enfants sont assurés.

Pour obtenir plus d'information, visitez le :
www.bullyfreealberta.ca.

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

Alberta