

L'Enfant *avant tout*

Intimidation

Comment aider mon enfant



Hôpital de Montréal
pour enfants

Centre universitaire
de santé McGill



Montreal Children's
Hospital

McGill University
Health Centre

Tous les enfants ont le droit de se sentir en sécurité à la maison, à l'école et dans leur communauté; mais pour plusieurs jeunes, l'intimidation est une réalité qui menace ce droit fondamental. L'intimidation ne doit jamais être perçue comme une étape normale du développement de l'enfant. Les parents et les intervenants peuvent jouer un rôle clé: il faut savoir reconnaître qu'il y a un problème d'intimidation et soutenir les enfants en réagissant immédiatement et en prenant des mesures préventives pour que cesse l'intimidation.

L'intimidation peut être **physique ou psychologique**; elle se manifeste par des comportements qui visent à faire peur à la victime ou à la mettre mal à l'aise. Un enfant qui intimide un autre enfant tente d'exercer un pouvoir sur lui ou de lui nuire. Ces manifestations révoltantes peuvent se présenter sous l'une ou plusieurs des formes suivantes:

- agressions physiques (frapper, donner des coups de pied, des coups de poing);
- agressions verbales (menacer, donner des surnoms, insulter, faire des commentaires de nature ethnoculturelle ou sexuelle);
- exclusion sociale (répandre des rumeurs, ignorer, nuire à la réputation, exclure).

Souvent, l'intimidateur agit ainsi pour établir sa domination sur l'enfant qu'il intimide.

Les effets immédiats de l'intimidation incluent la faible estime de soi, mais les effets à long terme, comme l'anxiété, la dépression, l'automutilation et même le suicide, sont d'autres risques très graves, en particulier si l'intimidation se poursuit sur de longues périodes. On a également des preuves que l'intimidation est associée ou mène à des symptômes psychotiques.



Les signes à observer

On note souvent d'importants changements de comportement chez les enfants qui sont victimes d'intimidation. Vous pouvez soupçonner un cas d'intimidation si votre enfant:

- n'a plus autant d'intérêt pour des activités qu'il appréciait;
- est plus retiré;
- est anxieux à l'idée d'aller à l'école ou ailleurs sans en donner de raisons.

Il n'est pas toujours facile de faire parler votre enfant au sujet de l'intimidation, mais vous devez être persévérant et tout tenter pour savoir ce qui se passe. Si vous pensez que votre enfant est victime d'intimidation, c'est important de le laisser parler de ce qu'il vit sans l'interrompre. Montrez-lui que vous comprenez et, autant que possible, faites le tour de la situation sans porter de jugement. Et ne donnez pas de conseils ou de solution sur-le-champ.

Qu'en est-il de la cyberintimidation ?

Comme parent, vous devez être informé des différentes formes que peut prendre la cyberintimidation et de l'importance que ce problème peut avoir pour votre enfant. La cyberintimidation peut s'exercer par le biais de courriels, de messages textes, des messageries instantanées ou des réseaux sociaux. Par exemple, un message affiché sur Facebook peut se répandre comme une traînée de poudre à des centaines, voire des milliers de personnes. Les enfants sont très conscients de ça, et leur dire de ne pas utiliser l'ordinateur ou leur téléphone cellulaire ne résoudra pas le problème d'intimidation.

Agir !

Si votre enfant vous dit qu'il est victime d'intimidation, vous devez en informer immédiatement son professeur ou la personne qui supervise l'activité pendant laquelle votre enfant se fait intimider. La plupart du temps, en particulier avec les jeunes enfants, ça peut avoir un effet positif immédiat. Si le professeur n'est pas réceptif, vous pouvez en parler au directeur. Toutes les commissions scolaires offrent des services pour lutter contre l'intimidation ; si l'école de votre enfant ne peut pas régler le problème, vous pouvez toujours vous adresser au niveau supérieur.



Si votre enfant vous dit qu'il est victime d'intimidation, vous devez en informer immédiatement son professeur ou la personne qui supervise l'activité pendant laquelle votre enfant se fait intimider.

La règle d'or

L'intimidation est une réalité et il est important d'aider vos enfants à comprendre pourquoi c'est mal. Encouragez-les à prendre la parole s'ils remarquent qu'un autre enfant se fait intimider, et dissuadez-les de participer à tout type de relation qui amène une personne à intimider un enfant. Et rappelez-leur la règle d'or pour aider à faire passer votre message : traiter les autres comme on souhaiterait être traité soi-même.

Des ressources en ligne
peuvent aussi fournir des
renseignements et des outils
aux enfants et aux familles
aux prises avec l'intimidation :
www.prevnet.ca/fr



Ce feuillet a été préparé par la D^{re} Lila Amirali, département de psychiatrie de l'Hôpital de Montréal pour enfants du Centre universitaire de santé McGill.

Hôpital de Montréal pour enfants

2300, rue Tupper, Montréal (QC) Canada H3H 1P3

Tél. : 514-412-4400

www.hopitalpourenfants.com

Venez nous rejoindre sur nos réseaux sociaux :

facebook.com/lechildren

twitter.com/hopitalchildren

youtube.com/thechildrens

Pour commander d'autres exemplaires de ce feuillet, appelez au 514-412-4307