

Avoir un impact sur l'intimidation

Informations pour les parents d'adolescents



Qu'est-ce que l'intimidation?

L'intimidation est un problème relationnel.

L'intimidation est un comportement agressif et répété d'une personne envers une autre personne qui a pour but de causer à la personne un préjudice, de la peur ou de la détresse, y compris un préjudice psychologique et un préjudice à la réputation.

L'intimidation est un comportement qui se produit dans un contexte de déséquilibre de pouvoirs, réel ou perçu, entre une personne et une autre personne, selon des facteurs tels que la taille, la force, l'âge, l'intelligence, le pouvoir des pairs, la situation économique, le statut social, la religion, l'origine ethnique, l'orientation sexuelle, la situation familiale, le sexe, la race, le handicap ou des besoins particuliers.

Votre adolescent est-il victime d'intimidation?

Les conseils suivants pourraient l'aider :

- Parle à quelqu'un à qui tu fais confiance, comme un parent ou un enseignant, qui peut t'offrir un soutien et établir un plan pour mettre fin au harcèlement.
- Pense à la façon dont ton comportement peut aggraver ou atténuer le problème.
- Ignore l'intimidation. Éloigne-toi... donne l'impression que ça te laisse indifférent.
- Essaie de montrer que tu n'es pas bouleversé par l'intimidation.
- Choisis d'en rire... l'humour montre que tu n'es pas perturbé.
- Tiens-toi avec des élèves qui vont te défendre.
- Éloigne-toi des endroits où tu peux être victime d'intimidation.
- Montre que tu es sûr de toi... garde la tête haute, regarde l'autre droit dans les yeux et marche avec assurance.
- Fais des choses qui t'aident à te sentir bien.
- Fais ce qui convient... posséder une arme peut t'attirer des ennuis.
- Affirme-toi sans être agressif... te battre ne fera qu'empirer les choses.

Votre adolescent est-il témoin d'intimidation?

Les conseils suivants pourraient l'aider :

- Parle à quelqu'un qui peut aider, comme un parent ou un enseignant. Ceux-ci ont le devoir d'intervenir et de faire cesser l'intimidation.
- Éloigne-toi et demande de l'aide... si tu restes et regardes, tu fais partie du problème. Si tu demandes de l'aide, tu fais partie de la solution.
- Affirme-toi sans être agressif. Il vaut mieux dénoncer que se battre et insulter les autres.
- Demande aux autres de t'aider à dénoncer le harcèlement... l'union fait la force.
- Signale l'intimidation de façon anonyme au personnel de l'école si c'est trop difficile à dire publiquement.
- Invite l'élève qui se fait intimider à te suivre.
- Défends ceux qui sont la cible d'intimidation... ils sont peut-être incapables de le faire eux-mêmes.
- Protège-toi... si le harcèlement se poursuit après l'avoir dénoncé, demande l'aide de quelqu'un qui peut intervenir de façon sécuritaire.
- Sois attentif... ne voudrais-tu pas que quelqu'un intervienne si tu étais la cible d'intimidation?

Votre adolescent intimide-t-il les autres?

Les conseils suivants pourraient l'aider :

- Parle à quelqu'un qui peut aider, comme un parent ou un enseignant, qui peut t'offrir un soutien. Ensemble, vous pouvez trouver des façons pour que ça se passe mieux avec les autres.
- Mets-toi à la place de l'autre jeune... pense à ce que tu ressentirais si on te harcelait, si on te réprimait ou si on te laissait de côté. Aimerais-tu qu'on te traite ainsi?
- Trouve un prétexte et éloigne-toi des situations qui pourraient te pousser à intimider les autres.
- Résiste à la pression exercée par tes pairs d'intimider les autres... fais ce qui convient.
- Trouve des moyens d'utiliser ta force et ton influence de manière positive plutôt que négative.
- Présente des excuses aux personnes que tu as intimidées.
- Fréquente des amis qui sauront te contrôler.
- Rappelle-toi que chacun est unique et différent... différent ne veut pas dire pire ou meilleur que toi.
- Considère les gens comme des individus, non comme des stéréotypes.
- Si d'autres jeunes regardent et rient pendant que tu intimides quelqu'un, cela ne veut pas dire qu'ils trouvent ton comportement acceptable.

Comment les parents peuvent-ils savoir si leur adolescent exerce ou subit de l'intimidation?

L'intimidation est un comportement voilé qui est habituellement adopté à l'insu des adultes.

Recherchez les signes suivants :

SIGNES DE VICTIMISATION

- Il craint d'aller à l'école ou de participer aux activités parascolaires.
- Il semble angoissé ou terrifié.
- Il manque d'estime de soi et fait des commentaires négatifs.
- Il se plaint de ne pas se sentir bien.
- Il n'a plus le même intérêt pour les activités et voit ses résultats scolaires chuter.
- Il perd ses biens, a besoin d'argent ou affirme avoir faim après l'école.
- Il a des blessures, des « bleus » sur le corps, des vêtements déchirés ou des objets brisés.
- Il semble malheureux ou est irritable.
- Il dort mal ou fait des cauchemars.
- Il dit craindre de se blesser ou de blesser autrui.

SIGNES D'INTIMIDATION ENVERS LES AUTRES

- Il est agressif envers ses frères et sœurs, parents, amis et animaux familiaux.
- Il est peu soucieux des sentiments d'autrui.
- Il se montre autoritaire et manipulateur.
- Il possède des objets ou de l'argent sans pouvoir en justifier la provenance.
- Il demeure très réservé au sujet de ses biens et de ses activités.
- Il approuve l'usage de la violence.
- Il éprouve rapidement de la frustration et est colérique.
- Il nie l'impact de ses faits et gestes sur l'autre.
- Il a des amis agressifs qui intimident les autres.
- Il a du mal à résister à la pression exercée par ses pairs.

