

## L'intimidation : Aide- mémoire pour les parents



Un élève victime	Un élève témoin	Un élève intimidateur
<p><b>Les signes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Symptômes d'anxiété (semble triste, malheureux, fuyant, facilement irritable, perturbation du sommeil).</li> <li>• Perte d'intérêt pour les activités qu'il aimait.</li> <li>• Peur d'aller à l'école, au centre d'achat, au terrain de jeu.</li> <li>• Estime personnelle peut-être faible.</li> <li>• Résultats scolaires en baisse.</li> <li>• Pensées suicidaires, envie de fuir ou de décrocher.</li> </ul>	<p><b>Les signes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Il peut se confier à vous.</li> </ul>	<p><b>Les signes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besoin de dominer.</li> <li>• Manque d'habiletés interpersonnelles.</li> <li>• Croit que l'agressivité est une bonne façon de régler un conflit.</li> <li>• Perçoit de l'hostilité là où il n'y en a pas.</li> <li>• Éprouve peu de remords et a de la difficulté à faire preuve de compassion.</li> <li>• Donne souvent une fausse image d'assurance et de confiance en soi.</li> </ul>
<p><b>Comment agir :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Restez calme, votre enfant a besoin de réconfort.</li> <li>❖ Écoutez-le.</li> <li>❖ Demandez-lui une description de la situation (vous pouvez prendre des notes).</li> <li>❖ Ne le blâmez pas.</li> <li>❖ Rassurez-le en lui disant que vous l'accompagnez dans cette situation.</li> </ul>	<p><b>Comment agir :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Lui dire qu'il a un grand rôle à jouer.</li> <li>❖ Il peut agir pour aider les victimes.</li> <li>❖ <b>Dénoncer, c'est dire « non » à une situation inacceptable.</b></li> <li>❖ Rester dans l'inaction, c'est prendre position; c'est accepter que ce qu'on a vu se poursuive.</li> </ul>	<p><b>Comment agir :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Soyez à l'écoute.</li> <li>❖ Discutez des moyens à prendre pour vous aider et aider votre enfant avec des intervenants qui sont au courant de la situation.</li> <li>❖ Expliquez-lui à quoi il s'expose s'il continue à faire des gestes d'intimidation (suspension, expulsion de l'école, plaintes policières, recours à la justice).</li> <li>❖ Demandez l'aide de spécialistes (CSSS, psychologue, etc.)</li> <li>❖ Contactez la direction pour signaler l'intimidation et recevoir le soutien adéquat pour votre enfant.</li> </ul>
<p><b>Comment intervenir avec votre enfant :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Parlez à son enseignant, à la direction ou à toute personne qui peut aider votre enfant à régler la situation.</li> <li>➤ Agissez tout de suite.</li> <li>➤ Encouragez votre enfant à <b>dénoncer</b>. Indiquez-lui qu'il n'y a rien de mal à le faire. Qu'il faut du courage pour y arriver et que <b>le signalement demeure confidentiel</b>.</li> <li>➤ Montrez-lui que vous l'aidez à trouver une solution.</li> <li>➤ Évitez tout geste de représailles ou de vengeances qui peut se retourner contre lui.</li> <li>➤ Encouragez-le à rester avec des amis sur lesquels il peut compter (il risque moins de se faire intimider).</li> <li>➤ Conseillez-lui d'éviter les endroits favorables à l'intimidation.</li> <li>➤ Demeurez attentif au comportement de votre enfant.</li> <li>➤ Si la situation nuit au fonctionnement de votre enfant, demandez une rencontre avec la direction pour lui en faire part.</li> <li>➤ N'attendez pas que ça devienne pire.</li> </ul>	<p><b>Comment intervenir avec votre enfant :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Expliquez-lui que les intimidateurs ont besoin qu'on les regarde (un auditoire). Sans cela, ils ont moins de pouvoir.</li> <li>➤ Dites-lui que ces réactions peuvent encourager ou décourager l'agresseur.</li> <li>➤ Indiquez-lui qu'il peut intervenir s'il sent que sa sécurité n'est pas menacée (signe de la paix) et qu'il doit avertir un adulte dans le cas contraire.</li> <li>➤ Faites-lui comprendre qu'en signalant, il vient en aide à quelqu'un et qu'il n'est pas un « stool ».</li> <li>➤ Dites-lui que : « quand un pair intervient, 67% des actes cessent en moins de 10 secondes ».</li> </ul>	<p><b>Comment intervenir avec votre enfant :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Restez calme et écoutez ce qu'il a à dire.</li> <li>➤ Démontrez-lui qu'il peut compter sur votre soutien tout en lui faisant <b>comprendre que son geste est grave</b>.</li> <li>➤ Expliquez-lui la gravité et les conséquences de ses actes et de ses paroles.</li> <li>➤ Imposez-lui une conséquence que vous jugerez adaptée à la situation.</li> <li>➤ Collaborez avec le personnel de l'école afin de régler la situation plus rapidement.</li> <li>➤ Voyez avec lui comment il peut exprimer ses sentiments sans faire de tort aux autres.</li> <li>➤ Rappelez-lui le respect des différences (orientation sexuelle, race, force physique).</li> <li>➤ Passez plus de temps avec lui et supervisez ses activités.</li> <li>➤ Cherchez à savoir qui sont ses amis et comment il passe ses temps libres.</li> </ul>

### Protégez votre enfant de la cyberintimidation qu'il soit victime, témoin ou agresseur.

- ✓ Encouragez votre enfant à rester en contact avec ses amis en dehors de l'espace virtuel.
- ✓ Surveillez ses actions sur Internet.
- ✓ Mettez l'ordinateur dans un endroit passant (dans la cuisine ou le salon plutôt que dans sa chambre) et limitez le temps passé sur l'ordinateur.
- ✓ Conseillez-lui d'éviter les endroits propices à l'intimidation tels que les sites de clavardages, les jeux en lignes, etc.
- ✓ Souvenez-vous que les enfants de moins de 13 ans n'ont pas droit d'aller sur Facebook.



