

## **Aide mémoire pour les parents<sup>1</sup>**

### **PARENTS D'ÉLÈVE VISÉ**

#### **Comment reconnaître les signes lorsque votre enfant se fait intimider?**

Une victime d'intimidation ne présentera pas nécessairement de blessures physiques. Pour pouvoir agir, vous devez rester attentif et à l'écoute de votre enfant afin de reconnaître les signes d'intimidation.

- Votre enfant présente-t-il des symptômes d'anxiété et de dépression (il semble triste, malheureux, facilement irritable)?
- Est-ce qu'il a soudainement perdu de l'intérêt pour des activités qu'il aimait?
- Son estime de soi est-elle faible (il ne se trouve pas bon à l'école, il se compare aux autres et les trouve meilleurs que lui)?
- Est-ce qu'il a peur de visiter certains endroits comme l'école, le centre commercial ou le terrain de jeu?
- A-t-il cessé brusquement d'aller sur Internet?
- Ses résultats scolaires ont-ils chuté sans explication?
- Est-ce qu'il vous dit souvent qu'il se sent malade, qu'il n'a pas envie d'aller à l'école?
- A-t-il des pensées suicidaires, des envies de fuir ou de décrocher?

***Ces signes peuvent également se retrouver chez des élèves victimes d'autres formes de violence, par exemple l'homophobie ou la discrimination raciale.***

#### **Comme parent, vous pouvez agir.**

##### **Si vous apprenez que votre enfant est victime d'intimidation :**

- Restez calme, votre enfant a besoin de réconfort.
- Prenez le temps de l'écouter.
- Demandez-lui de vous décrire la situation en détail.
- Ne le blâmez pas.

##### **Comment pouvez-vous intervenir auprès de votre enfant?**

- Parlez à son professeur ou au personnel de l'école, à son entraîneur ou à tout intervenant ou personne qui peut être au fait de la situation et qui peut aider votre enfant à la régler. Agissez tout de suite.
- Encouragez-le à dénoncer son ou ses agresseurs. Indiquez-lui qu'il n'y a rien de mal à le faire et qu'il faut du courage pour y arriver.
- Montrez que vous êtes avec lui et que vous allez l'aider à trouver une solution.
- Dites-lui d'éviter tout geste de représailles ou de vengeance qui pourrait se retourner contre lui.
- Encouragez-le, si c'est possible, à rester avec des amis sur lesquels il peut compter. En groupe, il risque moins de se faire intimider et sera plus en mesure de se défendre.
- Conseillez-lui d'éviter les endroits propices à l'intimidation lorsque c'est possible.
- Demeurez attentif au comportement de votre enfant et, après quelques jours, communiquez à nouveau avec les intervenants que vous avez contactés pour vous aider.
- Si la situation nuit au fonctionnement quotidien de votre enfant, demandez l'aide du psychologue, du psychoéducateur ou du travailleur social de l'école ou du CESSS, des Services à la famille ou de tout autre service communautaire.
- N'attendez pas que la situation dégénère, que ça devienne pire. Vous pouvez vous adresser à la direction de l'école pour signaler l'intimidation.

***En tout temps, un parent peut contacter la direction de l'école pour signaler un événement que son enfant soit impliqué ou non.***

##### **Démarche à suivre lorsque vous communiquez avec la direction de l'école**

- Contactez la direction de l'école, pour qu'une intervention efficace soit réalisée auprès de votre enfant et de l'élève qui l'agresse, conformément au plan établi dans l'école pour prévenir et traiter l'intimidation. Elle devrait vous revenir dans les 48 heures pour vous informer des mesures prises pour faire cesser la situation.
- Communiquez ce que vous connaissez de la situation (nature de l'événement, élèves impliqués, lieux, circonstances...)
- Si vous n'avez pas de nouvelles, communiquez à nouveau, cette fois par écrit (courriel ou lettre), avec la direction de l'école et envoyez une copie à la direction générale de la Commission scolaire.

<sup>1</sup> GOUVERNEMENT DU QUÉBEC, Ministère de l'Éducation, du loisir et du Sport, (2012) site Web : Moi, j'agis, En ligne <http://moijagis.com/>

- Après 48 heures ou à tout moment, vous pouvez contacter le protecteur de l'élève attiré à la Commission scolaire pour lui signaler la situation et demander son intervention auprès de la Commission scolaire et de l'école pour enlever le problème d'intimidation que votre enfant subit. Demandez un retour dans les 48 heures.

***Un parent ou un élève peut porter plainte à la Commission scolaire (article 220.2 de la Loi sur l'instruction publique).***

***Un parent ou un élève peut recevoir de l'assistance de la Commission scolaire pour formuler sa plainte ou pour toute démarche s'y rapportant (article 3 du Règlement sur la procédure d'examen des plaintes établie par une commission scolaire).***

***Si vous jugez que la sécurité de votre enfant est menacée ou qu'il est victime d'un acte criminel (harcèlement, agression sexuelle, menaces, extorsion, etc.), n'hésitez pas et contactez la police. C'est un recours qui vous appartient, peu importe les interventions de l'école pour contrer l'intimidation.***

**Prenez des mesures pour protéger votre enfant de la cyberintimidation.**

Avec l'augmentation de l'usage du téléphone cellulaire et la facilité d'accès à Internet, bien souvent, l'intimidation aura lieu dans l'espace virtuel. Vous pouvez quand même agir et aider à enlever la situation.

- Encouragez votre enfant à rester en contact avec ses amis en dehors de l'espace virtuel.
- Surveillez du mieux que vous le pouvez ses actions sur Internet.
- Vérifiez s'il a peur d'aller sur Internet ou s'il cesse brusquement d'y aller.
- Conseillez-lui d'éviter les endroits propices à l'intimidation tels que les sites de clavardage (« chat »), les jeux en ligne, etc.

**Si vous constatez que votre enfant est victime de cyberintimidation, dites-lui :**

- **D'ARRÊTER** immédiatement ses réponses aux messages d'intimidation. La personne qui l'intimide n'attend que ça.
- **D'ÉVITER** d'envoyer un message d'insultes ou de menaces, car il pourrait se retourner contre lui et lui apporter plus d'ennuis.
- **DE BLOQUER** les adresses ou personnes qui l'intimident. Qu'il s'agisse des réseaux sociaux, de son adresse courriel ou de son téléphone, il est possible de bloquer des personnes, des adresses ou des numéros.
- **DE PARLER** de la situation avec un adulte en qui il a confiance à l'école (ex. : professeur, psychologue, entraîneur, concierge, surveillant).
- **DE RETRACER** les adresses d'où proviennent les messages d'intimidation.
- **DE SAUVEGARDER** tous les messages d'intimidation qu'il reçoit, que ce soit par courriel, texto, messagerie instantanée.

***Si vous jugez que la sécurité de votre enfant est menacée ou qu'il est victime d'un acte criminel (harcèlement, agression sexuelle, menaces, extorsion, etc.), n'hésitez pas et contactez la police. C'est un recours qui vous appartient, peu importe les interventions de l'école pour contrer l'intimidation.***

## **PARENTS D'ÉLÈVE TÉMOIN**

### **Votre enfant est-il témoin d'intimidation?**

S'il se confie pour vous le signaler, il est important de lui dire qu'il a un grand rôle à jouer et qu'il peut agir pour aider les victimes.

### **Vous avez aussi un rôle à jouer**

Écoutez attentivement votre enfant et conseillez-le sur les comportements à adopter :

- Expliquez-lui que les intimidateurs ont besoin d'un auditoire. Sans auditoire, ils ont moins de pouvoir.
- Dites-lui qu'il a un rôle important à jouer et que ses réactions peuvent encourager ou décourager l'agresseur.
- Indiquez-lui qu'il peut intervenir directement s'il sent que sa sécurité n'est pas menacée ou qu'il doit aller chercher un adulte qui pourra intervenir dans le cas contraire.
- Rappelez-lui l'importance de dénoncer l'intimidation. Faites-lui comprendre qu'en la signalant, il vient en aide à quelqu'un d'autre et qu'il n'est pas un « stool ».
- Proposez-lui d'avertir un adulte de l'école en qui il a confiance (ex. : professeur, psychologue, entraîneur, surveillant, concierge).
- Rappelez-lui qu'il peut toujours s'adresser à la direction de l'école pour signaler l'intimidation.

### **S'il est témoin de cyberintimidation**

Conseillez-le sur les comportements à adopter quand il est témoin de cyberintimidation :

- Dites-lui d'ignorer l'agresseur et d'éviter tout contact avec lui.
- Conseillez-lui de réagir, s'il est à l'aise, en protestant face aux propos intimidants.
- Encouragez-le à toujours refuser de transférer ou d'envoyer une image, une vidéo ou un message blessant pour quelqu'un.
- Rappelez-lui l'importance de dénoncer les actes d'intimidation dont il est témoin, même s'ils lui paraissent anodins ou qu'ils ne le touchent pas directement.

***En tout temps, un parent peut contacter la direction de l'école pour signaler un événement que son enfant soit impliqué ou non.***

## **PARENTS D'ÉLÈVE QUI POSE UN ACTE D'INTIMIDATION**

### **Reconnaître les signes qu'un enfant adopte des gestes d'intimidation**

Un comportement d'intimidation peut se manifester chez des jeunes provenant de tous les milieux, de tous les âges. Garçons et filles peuvent se livrer à des actes d'intimidation. Il est important de reconnaître les signes si vous voulez agir.

### **Reconnaître les signes d'un intimidateur**

- Ils ont un grand besoin de dominer.
- Ils manquent d'habiletés interpersonnelles.
- Ils croient que l'agressivité est une bonne façon de régler un conflit.
- Ils vont percevoir de l'hostilité là où il n'y en a pas.
- Ils éprouvent peu de remords et ont de la difficulté à faire preuve de compassion.
- Ils donnent souvent une fausse image d'assurance et de confiance en soi.

### **Soyez à l'écoute des personnes qui vous signaleront que votre enfant fait de l'intimidation, qu'il s'agisse du personnel de l'école, d'un entraîneur, d'un parent ou d'un autre jeune.**

- Discutez des moyens à prendre pour vous aider et aider votre enfant avec des intervenants qui sont au courant de la situation.
- Expliquez-lui à quoi il s'expose s'il continue à poser des gestes d'intimidation (suspension, expulsion de l'école, plaintes policières, recours à la justice).
- Au besoin, demandez de l'aide au psychologue de l'école ou, selon vos besoins, au travailleur social de l'école ou du CSSS, ou aux services à la famille et aux jeunes.
- Contactez la direction de l'école pour signaler l'intimidation et recevoir le soutien adéquat pour votre enfant.

### **Vous pouvez agir pour aider votre enfant à cesser l'intimidation**

Si vous apprenez que votre enfant fait de l'intimidation, vous devez lui démontrer qu'il peut compter sur votre soutien tout en lui faisant comprendre la gravité de ses actes :

- Restez calme et écoutez ce qu'il a à vous dire.
- Faites-lui comprendre que vous prenez la situation très au sérieux.

- Expliquez-lui la gravité et les conséquences de ses actes ou de ses paroles.
- Voyez avec lui comment il peut exprimer sa colère sans faire de tort aux autres.
- Discutez avec lui de tout exemple d'intimidation qu'il voit à la télévision, dans un film, un jeu vidéo ou dans la rue.
- Rappelez-lui qu'il est important de respecter les personnes malgré leurs différences (ex. : orientation sexuelle, race, force physique).
- Essayez de passer plus de temps avec lui et de superviser ses activités.
- Cherchez à savoir qui sont ses amis et comment ils passent leurs temps libres.

#### **Agissez pour prévenir la cyberintimidation**

Si vous apprenez que votre enfant fait de la cyberintimidation :

- Faites-lui comprendre que l'espace virtuel est un espace public et que ce qu'on y trouve est accessible à tous.
- Supervisez ses activités en ligne et encouragez-le à faire des interactions positives.
- Apprenez-lui à respecter les autres dans l'espace virtuel.
- Rappelez-lui l'importance de garder les mêmes valeurs que dans le monde réel, de ne jamais écrire quelque chose qu'il ne dirait pas à une autre personne face à face.
- Expliquez-lui que colporter des rumeurs, divulguer des renseignements personnels et diffuser des photos ou des vidéos sans avoir obtenu l'autorisation de l'autre personne peut être tout aussi blessant que de la violence physique.
- Dites-lui qu'il est important de respecter la vie privée des autres, qu'il ne faut pas accéder à leurs fichiers informatiques ou à leur baladeur, téléphone cellulaire, etc.
- Expliquez-lui à quoi il s'expose s'il continue à poser des gestes de cyberintimidation (suspension, expulsion de l'école, plaintes policières, recours à la justice).

***En tout temps, un parent peut contacter la direction de l'école pour signaler un événement que son enfant soit impliqué ou non.***