

Le bullying

- c'est un comportement négatif que certains adoptent envers d'autres jeunes
- c'est un comportement qui se répète souvent
- c'est un comportement calculé avec intention de blesser et qui tourmente la victime

Des mythes à propos du bullying

Des amis ou des gens de la famille peuvent dire les choses suivantes quand on parle de bullying. Il ne faut pas oublier que le bullying n'est **jamais** un sujet qu'il faut prendre à la légère, il faut s'occuper de la victime, du bully et des témoins. Il ne faut pas accepter:

- "J'ai été victime de bullying et je m'en suis bien sorti."
- "Il va devoir apprendre à se défendre."
- "Il faut frapper plus fort."
- "Ça développe le caractère."
- "Ce n'est pas du bullying, ce sont des enfants qui s'agacent."
- "Les garçons seront toujours des garçons".

Catégorie de comportements	Le bullying	
	graves	très graves
Agression physique	<ul style="list-style-type: none"> → pousser → bousculer → cracher → donner un coup de pied → frapper 	<ul style="list-style-type: none"> → menacer avec une arme → endommager des biens → voler → gestes de nature sexuelle non voulus
Agression verbale	<ul style="list-style-type: none"> → se moquer → insulter → regarder de travers 	<ul style="list-style-type: none"> → chercher à provoquer → sarcasme raciste, sexiste ou homophobe → mettre au défi de faire quelque chose de dangereux → menaces verbales contre des biens → menaces verbales de violence ou de blessures corporelles → extorsion → appels téléphonique ou par courriel afin d'intimider
Aliénation sociale	<ul style="list-style-type: none"> → parler contre d'autres personnes → embarrasser → placer l'élève dans une situation qui le ridiculise → répandre des rumeurs → exclure du groupe (des "cliques") 	<ul style="list-style-type: none"> → inciter à la haine → faire prendre le blâme par quelqu'un d'autre → humilier en public → faire circuler des rumeurs malveillantes

Pourquoi quelqu'un pourrait devenir un bully?

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">→ aime avoir le pouvoir→ un enfant gâté qui s'attend à ce que tous fassent ce qu'il veut→ se sent inadéquat ou humilié, ne se sent pas en sécurité→ un enfant qui a déjà été abusé→ un enfant qui est victime de bullying à la maison | <ul style="list-style-type: none">→ ressent la pression de réussir à tout prix→ ne se mêle pas bien aux groupes→ n'éprouve aucun sentiment de réussite→ déséquilibre familiale (divorce, mortalité)→ est malheureux→ veut atteindre la popularité et des amis |
|---|--|

Que faites-vous si votre enfant est le bully?

En tant que parent, vous avez un rôle **important** à jouer pour corriger le comportement de votre enfant lors de situation de bullying....

- discutez avec l'école pour en savoir plus sur le comportement de votre enfant
- prenez le temps de parler avec votre enfant afin d'être au courant de ses préoccupations et de pouvoir l'aider à trouver des solutions.
- aidez-le à reconnaître et à gérer ses besoins et ses sentiments
- montrez-lui des façons plus adaptées de se faire valoir, d'obtenir ce qu'il veut et de résoudre ses problèmes
- essayez de lui faire prendre conscience de ce que peut vivre et ressentir un jeune qui est victime d'intimidation.

Qui est la victime?

- quelqu'un qui ne se défendra pas
- quelqu'un plus sensible, plus réservé, plus nerveux que les autres
- quelqu'un isolé socialement
- quelqu'un qui est différent (porte des lunettes, de différente culture ou race, handicap etc...)

Indices possibles que votre enfant est victime de bullying...

- l'enfant ne veut pas venir à l'école, se sent malade le matin, n'a plus d'appétit
- résultats scolaires souffrent
- revient à la maison avec des vêtements ou des objets brisés ou abîmés
- l'enfant se fait prendre des choses (nourriture, matériel scolaire, argent etc...)
- manque d'estime de soi, démontre de l'anxiété, se renferme sur lui-même
- a des cauchemars et/ou des problèmes de sommeil
- refuse de parler de ce qui lui fait peur
- blessures inexplicables
- devient agresseur avec ses frères et soeurs et amies

Que fais-tu si votre enfant est victime?

En tant que parent, vous avez la responsabilité de prendre au sérieux toute information que votre enfant partage, afin de lui aider

- assurez votre enfant que ce n'est pas sa faute
- prenez son temps, ne pas se presser à résoudre le problème
- soyez à l'écoute de votre enfant et rassurez-le de façon à ce qu'il comprenne qu'il n'est pas seul et que vous allez l'aider
- n'acceptez pas de garder le secret, expliquez à votre enfant que pour faire cesser l'intimidation, il faut la dénoncer
- posez des questions directes
- discutez avec l'école pour en savoir plus (ex. les incidents)
- aidez votre enfant à se trouver des moyens concrets pour réagir lorsque le bullying se produit (ex.: ignorer les jeunes qui intimident, ne pas rester seul, etc.) et trouvez avec lui des moyens pacifiques de s'affirmer
- aidez votre enfant à avoir une meilleure confiance en lui en dressant une liste de ses forces, apprenez-lui à être sûr de soi-même: se tenir la tête haute, regarder devant lui, se tenir droit...

Votre enfant est témoin de bullying ...

- _ 85 % du bullying se fait en présence d'autres personnes
- _ la durée d'un incident est d'environ 80 secondes

- encouragez-le à dénoncer la situation, vous pouvez lui suggérer de l'accompagner dans cette démarche auprès de l'école
- soyez à l'écoute de ses sentiments et de ses craintes par rapport à la situation, rassurez-le (ex. crainte de devenir lui-même victime, peur d'empirer la situation)
- faites prendre conscience de ce que peut vivre et ressentir un jeune qui est victime de bullying

www.tel-jeunes.com/principal/aidezmoi.asp

www.wechealthunit.org

http://www.bced.gov.bc.ca/specialed/bullying_f.pdf ** renseignements tirés du document Pleins feux sur l'intimidation



École Saint-Jean-Baptiste

Avec un grand merci à l'École St-Ambroise et son conseil d'école pour le développement de ce document pratique!