

# Info Parents



## Que faire si vous découvrez que votre enfant est victime d'intimidation?

**Prenez le temps d'écouter votre enfant calmement.  
Demandez-lui de vous décrire la situation en détail.**

- Encouragez votre enfant 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 à votre enfant que vous êtes avec lui et que vous allez l'aider à trouver une solution.
- Vous pouvez parler à son enseignant ou à tout intervenant ou personne qui peut être au fait de la situation et qui peut aider votre enfant à la régler.
- Il est important d'impliquer l'enfant dans la démarche (selon son âge et ses capacités) et de ne pas tout régler à sa place.
- Dites-lui d'éviter tout geste de vengeance ou d'agressivité qui pourrait se retourner contre lui.
- Encouragez-le, si 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, le questionner régulièrement pour s'assurer qu'il n'est plus victime.
- 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.

**Si vous constatez que votre enfant est victime de cyberintimidation (électronique, univers virtuel), dites-lui :**

- D'ARRÊTER immédiatement ses réponses aux messages d'intimidation puisqu'elles encouragent l'auteur à continuer.
- 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 contacts qui l'intimident. Qu'il s'agisse des réseaux sociaux, de son adresse courriel ou de son téléphone, il est possible de bloquer des contacts, des adresses ou des numéros.
- DE PARLER de la situation avec un adulte en qui il a confiance à l'école (ex. : enseignant, éducateur, psychologue, entraîneur, concierge, surveillant, etc.).
- 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.



## Que faire si vous découvrez que votre enfant est auteur d'intimidation?

**Vous devez rester calme, lui faire comprendre la gravité de ses actes tout en lui démontrant qu'il peut compter sur votre soutien.**

- Discutez avec votre enfant et expliquez-lui que les gestes de violence et d'intimidation sont inacceptables.
- 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. Expliquez que les insultes et les taquineries peuvent blesser autant que des coups.
- Encouragez l'empathie envers les autres (comprendre comment l'autre se sent, se mettre à la place de l'autre).
- Exposez les conséquences possibles s'il continue à faire de l'intimidation (suspension, expulsion de l'école, plaintes policières, recours à la justice).
- Rappelez à votre enfant qu'il est important de respecter les personnes malgré leurs différences (ex. : orientation sexuelle, ethnicité, apparence physique, problématiques particulières, etc.).
- Discutez des alternatives positives pour gérer sa colère.
- Supervisez ses activités (ordinateur, sorties).
- Travaillez en partenariat avec l'école pour cerner le problème et le résoudre.

**Si vous apprenez que votre enfant fait de la cyberintimidation (électronique, univers virtuel) :**

- 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.
- 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).