



Faire face à l'intimidation: Ce qui ne fonctionne pas et ce qui peut fonctionner

par Dr. Deborah MacNamara

L'intimidation occupe une place déterminante au sein des préoccupations parentales, et ce, à juste titre. Le *National Institute of Mental Health* des États-Unis soutient que lors d'une période de six semaines, un tiers des enfants déclarent être victimes d'intimidation. En outre, il s'avère que cette statistique est à la hausse.

De manière à complexifier davantage les choses, les interventions et les programmes qui portent sur l'intimidation, tels que les politiques de tolérance zéro, les formations à l'empathie, les campagnes de sensibilisation et l'attribution des conséquences, auraient été dans l'incapacité d'engendrer des résultats durables ainsi que des réussites quantifiables. Nous faisons tout en notre pouvoir de manière à faire progresser le dossier sur l'intimidation, mais est-ce possible que la réponse se trouve sous notre nez et qu'elle nous échappe tout simplement?

L'un des constats indéniables en termes d'intimidation s'attarde à l'impact des relations humaines face à la gestion d'un intimidateur, des témoins, de même que leurs victimes. Au lieu de s'attendre à ce que les enfants comprennent et répondent aux problèmes liés à l'intimidation, l'accent est mis sur la capacité des adultes à les guider.

D'après ces dernières observations, il semble que la réponse à l'intimidation ne se trouve pas dans les programmes ou les politiques, mais bien auprès des adultes qui interviennent et assument la responsabilité d'aider. Conséquemment, il est fort probable que chaque intimidateur, témoin ou victime nécessite la présence d'un adulte en qui il a confiance, et avec lequel il se sent pris en charge et en sécurité.

Comment les relations avec les adultes aident-elles les victimes d'intimidation?

Lorsque les enfants sont blessés physiquement et émotionnellement, ils requièrent l'assistance d'adultes qui ont les qualificatifs requis pour les prendre en charge. Un intimidateur exploite la fragilité d'autrui, et ce, en ciblant les victimes qui sont les plus vulnérables. Hors, les enfants qui seront les plus vulnérables sont ceux qui n'ont pas d'adultes pour se protéger le cœur.

L'antidote aux paroles blessantes de l'intimidateur peut se trouver dans le maintien d'une relation de bienveillance avec des adultes qui sont en mesure d'expliquer à l'enfant que ces mots sont tout simplement faux. Autrement dit, un enfant qui reconnaît son importance pour un adulte, se sentira moins ébranlé par des paroles malveillantes qui ont été dites à son égard. Comme je le dis souvent à ma fille :
« Ne prends pas ces mots dans ton cœur puisqu'ils ne sont pas à toi. Ils sont issus de la blessure d'autrui et ce n'est pas nécessaire de porter cette douleur avec toi »

Il est préférable que chacune des victimes d'intimidation ait accès à un endroit où elle peut se ressourcer, qu'elle entretienne une relation où règne un sentiment de familiarité et de complicité, et qu'elle soit en lien avec une personne digne de confiance avec laquelle elle peut dévoiler ses secrets, ses sentiments et ses émotions les plus intimes. Un des éléments fondamentaux dont nous devons tenir compte si nous désirons épauler et aider les victimes, serait de leurs laisser l'espace nécessaire de façon à ce qu'elles soient aptes à exprimer leur peur, leur douleur et leur chagrin. Ainsi, ce seront leurs larmes qui leur procureront un

certain soulagement, et ce, bien que notre présence soit importante pour les accompagner dans tout qu'elles ont vécu d'injuste et de méchant.

Si un enfant est exposé à de l'intimidation continue et persistante, les adultes, qui en ont la charge, devront faire tout ce qui est possible pour remédier à cette situation. Cela implique de consulter l'école, les autorités légales ou de transférer l'enfant dans un endroit plus adéquat, et ce, s'il devient difficile d'assurer la sécurité de son environnement. Subséquemment, chaque victime d'intimidation requiert la présence d'un adulte sur lequel elle peut s'appuyer et compter.

Comment les relations avec les adultes aident-elles les témoins d'intimidation?

La crainte ressentie par les témoins d'actes d'intimidation envers autrui se rapporte au fait qu'ils peuvent être les prochains à subir le même sort. Peu importe que ce soit un autre individu qui soit victime d'intimidation, les autres personnes qui observent de tels gestes ressentiront un sentiment d'insécurité. Certains témoins gèrent la situation en se rendant invisibles, tandis que d'autres se mêlent à l'affrontement, soit en se joignant à l'intimidateur ou soit en défendant la victime.

Ce dont les témoins nécessitent le plus, ce sont la présence d'adultes qui déclarent sans équivoque qu'ils sont responsables de ce qui se passe en classe ou à la maison. Ces adultes doivent procurer des directives, assumer la maîtrise des événements qu'ils peuvent contrôler et offrir une supervision de manière à ce que les enfants se sentent en sécurité lorsque des problèmes surviennent. De plus, les intimidateurs sont moins portés à exploiter les enfants lorsque des adultes les regardent; la surveillance des adultes est en soi une intervention relationnelle profitable. Somme toute, les adultes qui communiquent clairement aux enfants qu'ils sont en charge et qu'ils observent activement ce qu'il se passe, s'avèrent être la mesure de protection la plus efficace contre l'intimidation.

Comment les relations avec les adultes aident-elles l'intimidateur?

Les intimidateurs sont dépourvus de remords authentiques, de sentiments de honte et de gêne, ainsi que d'une disposition à l'autoréflexion, et ce, sur tout sujet qui serait susceptible d'affecter leur vulnérabilité. En outre, les intimidateurs sont dans l'incapacité d'avoir un cœur tendre puisqu'ils ont vécu des blessures émotionnelles profondes. D'autre part, l'origine de leurs blessures n'est pas toujours évidente puisqu'elle peut soit résulter de l'orientation vers les pairs, de problèmes de dominance, ainsi que du ressentiment de séparation excessive avec les adultes qui en ont la charge.

Assurément, un des meilleurs moyens d'accroître la vulnérabilité de l'intimidateur, et de faire tomber ses défenses émotionnelles, consiste à miser sur la relation de bienveillance qu'il maintient avec les adultes qui l'entourent. Il incombera aux adultes de trouver une façon de cultiver des relations avec un intimidateur et de l'inviter à se reposer sous leurs soins. Par conséquent, lorsqu'un intimidateur se sent pris en charge de nouveau, il peut redevenir complètement humain et compatissant. En réalité, le cœur d'un intimidateur ne peut être ravivé que s'il entre en contact avec le cœur bienveillant d'un autre individu. De plus, il est nécessaire d'avoir la perspicacité des adultes pour aider les autres à comprendre que les enfants blessés sont ceux qui sont les plus susceptibles de causer du tort à autrui.

De nombreuses approches relatives à l'intimidation supposent que les comportements sont appris et qu'ils sont susceptibles d'être modifiés au moyen de l'enseignement ou par l'application de conséquences. Si tel était le cas, nous ferions des progrès dans le dossier concernant l'intimidation et nous n'assisterions aucunement à une hausse des comportements irrespectueux et malveillants de nos enfants. Les réponses à l'intimidation peuvent se trouver dans la compréhension des relations humaines et dans l'établissement de liens solides et durables avec nos enfants. Dans l'ensemble, le secret de la résilience et de la réhabilitation est simple : « Quiconque a reçu le cœur d'un enfant, détient le pouvoir de le protéger avec le sien ».

© Tous droits réservés Dre Deborah MacNamara

Dre Deborah MacNamara est conseillère clinique et éducatrice, membre du corps professoral de l'Institut Neufeld, auteure de ***Grandir, jouer, s'épanouir***, ainsi que directrice de **Kid's Best Bet**, un centre de consultation et de ressources familiales.

Elle a plus de 25 ans d'expérience auprès des enfants, des adolescents et des adultes. Elle parle régulièrement du développement des enfants et des adolescents aux parents, aux services de garde, aux éducateurs et aux professionnels en santé mentale. Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter www.macnamara.ca et www.neufeldinstitute.org.