

# SENSIBILISATION À L'INTIMIDATION VÉCUE PAR LES PERSONNES HANDICAPÉES

OUTIL COMPLÉMENTAIRE AUX VIDÉOS DE ZOÉ, LÉON ET JULIETTE

DOCUMENT D'INFORMATION ET ACTIVITÉS PRATIQUES  
POUR LE PERSONNEL SCOLAIRE ET LES INTERVENANTS  
QUI TRAVAILLENT AUPRÈS DES JEUNES DE 10 À 12 ANS



# L'intimidation : pourquoi il faut (encore) en parler?

L'intimidation est une problématique bien réelle dans la société actuelle. Elle fait malheureusement partie de la vie de bien des jeunes québécoises et québécois.

Des données récentes<sup>1</sup> révèlent d'ailleurs que plus d'une personne sur dix a vécu de l'intimidation ou de la cyberintimidation au Québec en 2022 :

- > Environ 12 % des personnes de 12 ans et plus au Québec ont vécu de l'intimidation ou de la cyberintimidation au cours des 12 mois précédant l'étude, tous contextes confondus (à l'école, au travail ou dans un autre contexte).

## Les personnes handicapées : parmi les plus touchées

Certaines personnes, comme celles qui ont une incapacité qui les limite dans leurs activités quotidiennes, sont plus susceptibles de vivre des situations d'intimidation (21 % contre 10 % chez les personnes sans incapacité).

Parmi les personnes ayant vécu de l'intimidation ou de la cyberintimidation, les personnes ayant une incapacité ont ressenti des effets négatifs dans une proportion significativement plus élevée que les personnes sans incapacité. Les effets négatifs peuvent affecter le travail, les relations amicales ou familiales, la manière dont elles se perçoivent ou encore la santé physique.

## Agir en amont pour prévenir l'intimidation

En contexte scolaire, on remarque une proportion statistiquement plus élevée d'élèves qui ont vécu de l'intimidation ou de la cyberintimidation chez les personnes de 12 à 17 ans, en comparaison avec les autres groupes d'âge. Elles sont également plus susceptibles de vivre ces situations en dehors du contexte scolaire ou de travail, lors d'activités sportives, de loisir ou dans le voisinage, par exemple.

C'est pourquoi il est important de parler d'intimidation avec les jeunes le plus tôt possible. Ils doivent être en mesure de reconnaître une situation d'intimidation et de bien comprendre les conséquences qui en découlent pour éviter qu'ils adoptent ce genre de comportement.



<sup>1</sup> Les données proviennent de l'[Étude québécoise sur les rapports sociaux dans un contexte scolaire, de travail et dans la communauté 2022 \(EQRS\)](#) portant sur l'intimidation et la cyberintimidation vécues par les personnes âgées de 12 ans et plus réalisée par l'Institut de la statistique du Québec.

# Vous avez un rôle à jouer

**Vous travaillez dans le réseau scolaire?**

**Vous êtes un intervenant ou un animateur et vous agissez auprès des jeunes?**

**Vous avez un rôle à jouer en matière de sensibilisation à l'intimidation.**

## Pourquoi ?

Vous êtes une personne significative dans la vie des jeunes qui vous entourent. Profitez du lien de confiance qui vous unit pour parler de sujets qui ne sont pas toujours faciles à aborder, comme l'intimidation vécue par les personnes handicapées.

## Comment ?

L'organisation d'activités interactives peut être une occasion tout indiquée pour informer, ouvrir la discussion et susciter la réflexion chez les jeunes. Ces moments d'échanges leur permettront :

- > d'améliorer leurs connaissances sur cette problématique;
- > de remettre en question certaines croyances ou attitudes.

## Des outils pour vous accompagner

Des outils ont justement été créés afin de sensibiliser les jeunes à l'intimidation vécue par les personnes handicapées et pour initier la discussion. N'hésitez pas à les utiliser. Ils sont destinés aux jeunes d'environ 10 à 12 ans et ils comprennent **trois courtes vidéos** qui mettent en scène des jeunes ayant une incapacité : Zoé, Léon et Juliette ainsi que ce document complémentaire qui contient des informations plus théoriques sur l'intimidation, suivi d'activités pratiques qui suscitent la discussion et permettent la réflexion.

## Les thèmes abordés dans ce document

- > La définition de l'intimidation et de la cyberintimidation;
- > L'intimidation et les personnes handicapées;
- > Les formes d'intimidation;
- > Les conséquences de l'intimidation.



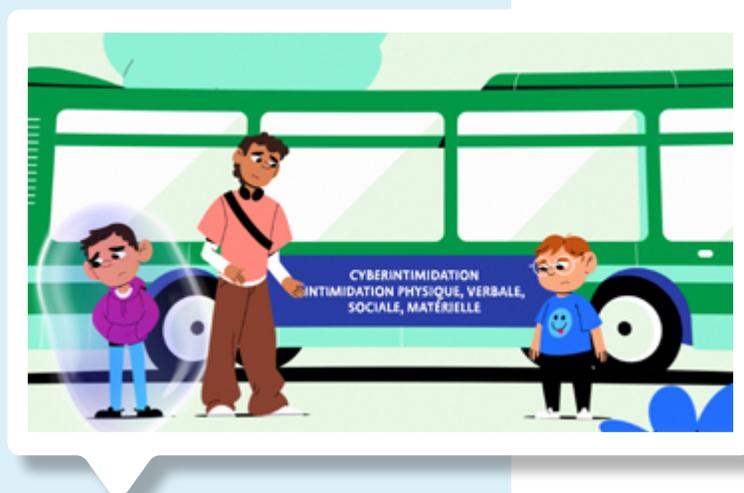
# Définir l'intimidation et la cyberintimidation

L'intimidation se caractérise généralement par des comportements, des paroles ou des gestes :

- > volontaires ou non;
- > à caractère répétitif;
- > exprimés directement ou indirectement, y compris dans le cyberspace;
- > posés dans le but de nuire ou de blesser;
- > posés dans un contexte où les rapports de force sont inégaux entre deux ou plusieurs personnes, par exemple les relations de pouvoir ou de contrôle.

## La cyberintimidation

- > Réfère exclusivement aux comportements survenus par le biais des technologies de l'information et des communications (dans le cyberspace) : réseaux sociaux, jeux vidéo en ligne, textos, courriels, etc.
- > Peut prendre différentes formes, par exemple :
  - Dénigrer;
  - Insulter;
  - Propager des rumeurs;
  - Menacer;
  - Retirer une personne d'un groupe;
  - Publier une photo sans l'accord de la personne.



# Section 1 :

## L'intimidation et les personnes handicapées

Dans une société qui se veut inclusive, les mots utilisés sont d'une grande importance. Le choix d'un vocabulaire précis et respectueux permet de ne pas véhiculer de préjugés en utilisant des expressions négatives ou péjoratives. C'est la personne qui doit être mise à l'avant-plan et non son incapacité.

Les termes « personne handicapée », « personne en situation de handicap » ou « personne ayant des incapacités » sont appropriés. Dans un langage plus populaire, le terme « handicap » est aussi utilisé pour faire référence à une incapacité.

Les enfants handicapés sont plus susceptibles de vivre des situations d'intimidation compte tenu de leur différence. Leur incapacité, qui peut être visible ou pas, peut être un motif de moqueries ou même d'agressions.

L'incapacité d'une personne peut être :

- > physique;
- > visuelle;
- > auditive;
- > intellectuelle.

Elle peut également être liée :

- > à la parole;
- > au langage;
- > à un trouble du spectre de l'autisme;
- > à un trouble grave de santé mentale.

### ACTIVITÉS PRATIQUES

- > Inviter les jeunes à identifier les caractéristiques des personnages présentés dans les vidéos qui permettent de reconnaître leur incapacité.
- > Demander aux jeunes s'ils ont déjà été témoins de situations d'intimidation envers une personne handicapée.
  - Si oui, quelle était son incapacité?
  - Quelles ont été les émotions ressenties?
- > Rappeler qu'il est préférable de chercher les ressemblances qui nous unissent aux autres (les intérêts, les goûts, les forces, les talents, les habiletés, etc.) plutôt que les différences. Elles peuvent être source de découvertes et d'enrichissements plutôt qu'être source de peur et d'intolérance.

### ÉLÉMENTS DE RÉPONSES TIRÉS DES VIDÉOS

Dans la vidéo de :

- > **Zoé**
  - Zoé a une incapacité physique. Elle porte une prothèse à son bras.
- > **Léon**
  - Léon est autiste. C'est comme s'il vivait dans sa bulle. Ses émotions peuvent changer rapidement en fonction de ce qui se déroule dans son environnement (par exemple, des bruits forts).
- > **Juliette**
  - Juliette a une incapacité auditive. Elle porte un implant cochléaire dans l'oreille.



## Section 2 :

# Les formes d'intimidation

- > Physique :
  - Bousculer / faire tomber
  - Pousser
  - Frapper
  - Lever les poings
  - Tirer les cheveux
  - Cracher sur une personne
  - Lancer des objets vers une personne
  - Donner des coups de pied
  - Obliger une personne à faire des choses qu'elle ne veut pas faire
- > Verbale :
  - Insulter
  - Menacer
  - Donner des surnoms méprisants ou qui dénigrent la personne
  - Faire des remarques dirigées vers des personnes qui sont différentes
  - Faire des commentaires désagréables ou méchants
  - Ridiculiser ou se moquer
- > Sociale :
  - Propager des mensonges ou des rumeurs
  - Humilier
  - Isoler ou exclure d'un groupe
  - Créer une situation visant à ridiculiser
- > Matérielle :
  - Détruire, briser ou voler ce qui appartient à une personne

### ACTIVITÉS PRATIQUES

- > Inviter les jeunes à identifier différentes formes d'intimidation et à donner des exemples pour chacune d'elles.
- > Inviter les jeunes à nommer des gestes d'intimidation présentés dans les vidéos et à identifier à quelles formes ils appartiennent.
- > Inviter les jeunes à parler de leurs expériences : ont-ils déjà vécu de l'intimidation? Quelle forme a-t-elle prise?

### ÉLÉMENTS DE RÉPONSES TIRÉS DES VIDÉOS

Dans la vidéo de :

#### > Zoé

- Un intimidateur tire sur son chandail : intimidation physique.
- Zoé se fait pousser sur l'épaule et tirer les cheveux : intimidation physique.
- Un intimidateur vide le contenu de son sac d'école : intimidation matérielle.



#### > Léon

- Simon rit de Léon : intimidation verbale.
- La bande du petit Simon se moque de lui et le ridiculise : intimidation verbale et sociale.

#### > Juliette

- Un groupe d'intimidateurs encercle Juliette (elle se sent prise au piège) : intimidation physique.
- Un intimidateur frappe sur son ballon pour le faire tomber : intimidation physique.

# Section 3 :

## Les conséquences de l'intimidation

L'intimidation, peu importe la forme qu'elle prend, peut entraîner des conséquences importantes pour les victimes, tant sur le plan de ses émotions que de ses comportements. Celles-ci ne sont pas à prendre à la légère.

Ces petits gestes répétitifs posés au quotidien ont des impacts majeurs dans la vie des personnes qui en sont victimes.

En voici quelques exemples :

- > Anxiété
- > Stress élevé
- > Difficultés d'apprentissage
- > Absentéisme scolaire
- > Dépression
- > Faible estime de soi
- > Troubles du sommeil ou de la mémoire
- > Manque de concentration
- > Détresse psychologique
- > Isolement et exclusion sociale
- > Malaises physiques (maux de ventre ou de tête, nausées)
- > Etc.

### ACTIVITÉS PRATIQUES

- > Inviter les jeunes à nommer les conséquences identifiées dans les vidéos.
- > Inviter les jeunes à identifier d'autres conséquences que peuvent entraîner les gestes d'intimidation.
- > Proposer aux jeunes de réfléchir à leurs propres comportements et aux conséquences qui en découlent.
- > Revenir sur les moments d'intimidation vécus : et eux, comment se sont-ils sentis? Quelles ont été les conséquences?

### CONSÉQUENCES IDENTIFIÉES DANS LES VIDÉOS

- > Angoisse
- > Faible estime de soi
- > Détresse psychologique
- > Dépression
- > Troubles du sommeil



# Bibliographie :

GOUVERNEMENT DU QUÉBEC (2023). *Intimidation*. [En ligne].  
[[Intimidation | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](#)]

GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. *Définition du terme Personne handicapée*. [En ligne].  
[[Définition du terme Personne handicapée | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](#)]

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC. *L'intimidation et la cyberintimidation au Québec*. [En ligne].  
[[L'intimidation et la cyberintimidation au Québec \(quebec.ca\)](#)]

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. *L'intimidation : de quoi parle-t-on?* [En ligne].  
[[www.inspq.qc.ca/intimidation/de-quoi-parle-t-on](http://www.inspq.qc.ca/intimidation/de-quoi-parle-t-on)]

OFFICE DES PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC.  
*On s'élève – Outils de sensibilisation au potentiel des jeunes handicapés*. [En ligne].  
[[Trousse\\_Vfinal.pdf \(gouv.qc.ca\)](#)]



