PRÉVENIR ET CONTRER L'INTIMIDATION À L'ÉGARD DU POIDS DANS VOTRE ÉCOLE

Guide de pratique à l'intention des enseignants et des intervenants scolaires des écoles primaires du Québec

ASPQ
ASSOCIATION POUR LA SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC

Ce document a été produit par
l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)
102-4529, rue Clark
Montréal (Québec) H2T 2T3
Téléphone : 514 528-5811
www.aspq.org

DÉPÔT LÉGAL
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2019
Bibliothèque et Archives Canada, 2019
ISBN : 978-2-924956-00-7

AUTEURS
Yves G. Jalbert, Ph.D. en santé communautaire, spécialiste de contenu, ASPQ
Annie Aimé, Ph.D. en psychologie, professeure, Université du Québec en Outaouais

COLLABORATEURS
Jean Alexandre, responsable des communications et collecte de fonds, ASPQ
Sylvie Benjamin, B. Sc., étudiante à la maîtrise et assistante de recherche, département de psychoéducation et de psychologie, Université du Québec en Outaouais
Cynthia Gagnon, Ph.D. en psychologie, professionnelle de recherche, département de psychoéducation et de psychologie, Université du Québec en Outaouais
Christophe Maïano, Ph.D., ps.éd., professeur titulaire, département de psychoéducation et de psychologie, Université du Québec en Outaouais

COMITÉ D'EXPERT
Claire Beaumont, Ph.D., professeure/chercheure, Titulaire de la Chaire de recherche *Bienêtre à l'école et prévention de la violence,* Université Laval
Hervé Charbonneau, conseiller aux formations et aux activités, Fédération des comités de parents du Québec
Mélanie Ducharme, présidente de l'Association québécoise des enseignants et des enseignantes du primaire et conseillère pédagogique
Dominique Gagné, M.A. en philosophie, D.E.S.S. en éthique appliquée, conseillère scientifique, Institut national de santé publique du Québec
Josée Gagnon, Dt.P., M.Sc., consultante en évaluation, ÉquiLibre
Marie-Claude Gélineau, Dt.P., Direction régionale de santé publique du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal
Mélanie Guénette-Robert, M.A., sexologie, responsable du volet éducation et prévention, Anorexie et boulimie Québec
Sylvain Ratel, président de l'Association des éducatrices et éducateurs spécialisés du Québec
Karen Roberge, Direction des services éducatifs complémentaires et de l'intervention en milieu défavorisé (MEES).

DIRECTION
François Béchard, directeur général intérimaire, ASPQ

DESIGN GRAPHIQUE
Normand Voyer

Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Ce guide de pratique a pour objectif de contribuer à ce que les élèves du primaire, au Québec, puissent évoluer dans un environnement sain et sécuritaire tel que stipulé dans le plan d'action gouvernemental pour prévenir et contrer l'intimidation 2015-2018 et le projet de loi n° 56.

TABLE DES MATIÈRES

Préface 6

Introduction 7

L'intimidation à l'égard du poids 7

Objectifs de ce guide 9

Création d'un environnement favorable 9

Stratégies prometteuses pour contrer l'intimidation à l'égard du poids 11

Stratégies de prévention 11

- Personnel scolaire 11
- Enseignants 16

Stratégies d'intervention 19

- Personnel scolaire lors de l'intervention avec l'élève qui subit, commet ou est témoin 20
- Personnel scolaire lors de l'intervention avec l'élève qui subit 21
- Personnel scolaire lors de l'intervention avec l'élève qui commet 23
- Personnel scolaire lors de l'intervention avec l'élève qui est témoin 24
- Personnel scolaire lors de l'intervention avec les parents 25

Conclusion 28

Références 29

Ressources Web 32

ANNEXE I
Méthodologie utilisée pour la conception du guide de pratique 33

ANNEXE II
Compétences liées à l'apprentissage social et émotionnel (ASE) 37

ANNEXE III
Conséquences pour l'enfant qui subit, qui commet ou qui est témoin 38

PRÉFACE

L'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) est un organisme à but non lucratif qui développe, depuis 1943, des outils, des programmes et des services pour promouvoir la prévention et la promotion de la santé.

L'ASPQ regroupe citoyens et partenaires pour faire de la santé durable par la prévention, une priorité. L'ASPQ soutient le développement social et économique par la promotion d'une conception durable de la santé et du bien-être. La santé durable s'appuie sur une vision à long terme qui, tout en fournissant des soins à tous, s'assure de les garder en santé par la prévention.

L'ASPQ fonde toutes ses interventions sur les meilleures pratiques et les connaissances scientifiques.

Pour développer ce guide de pratique, l'ASPQ a pu compter sur la collaboration de la chercheure Annie Aimé, professeure à l'Université du Québec en Outaouais (UQO). Ses recherches portent sur les problèmes de poids, d'image corporelle et d'alimentation. Elle étudie la problématique de la stigmatisation et le phénomène de l'intimidation à l'égard du poids. Elle s'intéresse notamment aux façons d'identifier et d'intervenir en situation d'intimidation à l'égard du poids, tant dans les écoles primaires que secondaires.

Les travaux de l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) (2012 et 2015) permettent de définir ce qu'est un guide de pratique. Il s'agit d'un outil de transfert des connaissances qui propose des stratégies de prévention et d'intervention fondées sur les meilleures données scientifiques disponibles de même que sur des données contextuelles fournies par et pour les personnes susceptibles d'utiliser ce guide. Dans le cas présent, ce guide s'intéresse aux meilleures stratégies de prévention et d'intervention liées à des situations d'intimidation à l'égard du poids dans les écoles primaires. Il s'adresse à l'ensemble du personnel scolaire ainsi qu'aux parents et élèves. Il permet de contribuer à orienter leurs décisions et leur jugement en cohérence avec leur plan de lutte à l'intimidation lorsqu'ils sont confrontés à ce type de problématique. La méthodologie utilisée pour la réalisation du guide est présentée à l'annexe I.

Ce guide de pratique a pour objectif de contribuer à ce que les élèves du primaire, au Québec, puissent évoluer dans un environnement sain et sécuritaire comme stipulé dans le plan d'action gouvernemental[1] et le projet de loi no 56[2].

La production du guide et la réalisation du sondage ont été rendues possibles grâce à une contribution financière du ministère de la Famille.

Les opinions exprimées dans ce guide sont issues de savoirs théoriques, pratiques et expérientiels; ils ne reflètent pas nécessairement la position officielle du ministère de la Famille.

1 Ministère de la Famille (2015). Ensemble contre l'intimidation: une responsabilité partagée. Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation 2015-2018, Direction générale des politique, Gouvernement du Québec, 64p.

2 www.education.gouv.qc.ca/dossiers-thematiques/intimidation-et-violence-a-lecole/projet-de-loi/

INTRODUCTION

La Loi sur l'instruction publique[3] (article 13, paragraphe 1,1) définit l'intimidation comme étant tout comportement, parole, acte ou geste délibéré ou non à caractère répétitif, exprimé directement ou indirectement, y compris dans le cyberespace, dans un contexte caractérisé par l'inégalité des rapports de force entre les personnes concernées, ayant pour effet d'engendrer des sentiments de détresse et de léser, blesser, opprimer ou ostraciser.

Puisque l'intimidation peut entraîner des conséquences négatives sur le plan de la santé physique et mentale des personnes concernées, il importe d'intervenir le plus tôt possible afin de contrer ce phénomène et ses effets négatifs. Considérant que la mission de l'école s'articule autour de trois axes qui sont instruire, socialiser et qualifier[4] cette dernière doit notamment s'engager à fournir un environnement sécuritaire, positif et bienveillant.

L'INTIMIDATION À L'ÉGARD DU POIDS

L'embonpoint, l'obésité tout comme la maigreur chez les enfants et l'intimidation à l'égard du poids à l'école primaire constituent des enjeux importants de santé publique (Lian et collab., 2018). L'intimidation à l'égard du poids dans les écoles est un phénomène répandu qui a un impact négatif sur la santé physique et mentale des enfants et qui affecte leur performance scolaire.

L'intimidation à l'égard du poids vise les personnes ayant un poids différent des standards jugés acceptables et normaux par la société (personnes dont le poids est jugé insuffisant ou présentant de l'embonpoint ou de l'obésité).

3 www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/showdoc/cs/I-13.3
4 www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/education/jeunes/pfeq/PFEQ_presentation-primaire.pdf

L'intimidation à l'égard du poids est nourrie et maintenue par des préjugés sur le poids. Comme la maigreur et l'embonpoint sont visibles chez certains enfants, ces derniers représentent donc une cible de choix pour les actes d'intimidation. Or, pour les enfants qui les subissent, l'intimidation à l'égard du poids est souvent à l'origine de symptômes dépressifs et anxieux, de développement d'une faible estime de soi, de l'exclusion sociale, de l'évitement des cours d'activité physique ou des activités parascolaires, de la diminution de la performance scolaire, voire même de l'apparition de troubles des conduites alimentaires ou de pensées suicidaires chez certains enfants (Puhl et King, 2013; Lampard et collab., 2014).

On entend par stigmatisation liée au poids les attitudes et croyances négatives concernant le poids qui s'expriment sous la forme de stéréotypes, de préjugés et de traitements injustes à l'égard des personnes qui présentent un faible poids, de l'embonpoint ou de l'obésité. La stigmatisation à l'égard du poids peut prendre diverses formes :

- les commentaires verbaux inappropriés, les jugements (remarques désobligeantes, langage péjoratif, moqueries, par exemple);
- l'exclusion sociale (personne évitée, ignorée ou exclue d'activités);
- l'agression physique (Pulh, 2009).

Selon un sondage électronique ASPQ-Ipsos, non probabiliste, mené en juin 2019 auprès de 1 005 parents québécois ayant au moins un enfant âgé de 6 à 12 ans inscrit dans une école primaire, près de 2 parents sur 5 rapportent que leur enfant ou l'un de leurs enfants a été intimidé à cause de son poids au cours de la dernière année (Jalbert, 2019). Les trois raisons principales pour lesquelles les enfants se font crier des noms, taquiner ou intimider à l'école sont, par ordre de priorité :

- leur apparence physique;
- leur poids (maigreur, embonpoint ou obésité);
- leur handicap (physique ou mental).

Ainsi, les moqueries et les insultes qui stigmatisent les enfants qui ne répondent pas aux critères de beauté en vigueur doivent être prises au sérieux par tous les intervenants scolaires, les parents et les élèves.

Puisque certains enfants subissent de l'intimidation et de la discrimination à l'égard de leur poids et de leur apparence, il importe de sensibiliser et d'engager l'ensemble du personnel scolaire. Les remarques déplacées et les actes d'intimidation affectent significativement leur perception de leur propre image corporelle et leur estime de soi. Même lorsque les commentaires ne sont pas faits dans le but de nuire ou de blesser, ils peuvent accentuer ou faire naître, chez les enfants, une préoccupation à l'égard de leur poids et de leur apparence.

L'ASPQ rappelle qu'intervenir sur le poids demeure un sujet sensible et qu'il est important d'outiller les intervenants scolaires dans leurs démarches préventives et d'accompagnement auprès des élèves et leurs parents dans les situations potentielles d'intimidation à l'égard du poids.

OBJECTIFS DE CE GUIDE

Ce guide a pour but principal de proposer des stratégies efficaces pour contrer l'intimidation à l'égard du poids dans les écoles primaires. Pour ce faire, il mise sur la promotion de rapports égalitaires, respectueux et inclusifs de même que sur la sensibilisation et la prévention. Les stratégies présentées dans ce guide reposent sur les comportements appropriés pour contrer l'intimidation à l'égard du poids. Ceci permettra aux enfants qui fréquentent les écoles primaires d'adopter une attitude positive face à la vie en groupe, d'acquérir des réflexes d'inclusion à l'égard de la diversité et de la différence sous toutes ses formes afin de développer un sentiment de confiance en soi et une bonne estime personnelle.

Plus spécifiquement, les objectifs du guide sont les suivants :

- outiller les intervenants qui font face à de telles situations afin de faciliter leurs interventions auprès des enfants et des parents;
- soutenir les parents et les enfants dans la mise en œuvre de stratégies visant à prévenir l'intimidation à l'égard du poids dans leur école primaire;
- améliorer la qualité relationnelle entre les intervenants scolaires, les parents et les enfants.

Ce guide s'inscrit en complémentarité aux plans de lutte contre l'intimidation et la violence déjà implantés dans les écoles primaires. Les interventions existantes en prévention et en gestion de la violence et de l'intimidation seront bonifiées par les informations, les outils, les ressources et les conseils adaptés à la thématique du poids et de la diversité corporelle contenus dans ce guide.

Chacune des stratégies de prévention ou d'intervention est accompagnée de conseils issus de la littérature scientifique et de savoirs expérientiels, d'outils et de ressources les plus pertinents, le tout facilement disponible sur Internet, en français et quelques fois en anglais. Toutefois, deux mises en garde doivent être apportées :

1) la liste des outils et des ressources n'est pas exhaustive;

2) le choix d'un outil ou d'une ressource revient à l'intervenant.

CRÉATION D'UN ENVIRONNEMENT FAVORABLE

Le maintien et la création de conditions favorables à l'épanouissement, au bien-être, à la sécurité et à la réussite des enfants dans les écoles primaires est une responsabilité partagée entre le personnel de l'école, les parents et les élèves. Chacun d'eux a un rôle important à jouer et, ensemble, ils doivent opter pour une approche globale et positive visant le mieux vivre ensemble au quotidien. Le personnel de l'école et les parents constituent des modèles pour les enfants. Ainsi, ils doivent :

- se sentir concernés par l'intimidation;
- promouvoir le civisme et les rapports égalitaires;
- agir dès les premiers signes d'intimidation et de signaler les situations d'intimidation, et ce, qu'il s'agisse de la personne ciblée elle-même, d'un proche ou d'un témoin (Ministère de la Famille, 2015).

Les stratégies de prévention doivent reposer sur des stratégies éducatives, ancrées dans des routines quotidiennes et s'inscrire dans une approche globale, positive et durable (Beaumont et collab., 2015). Concrètement, pour y parvenir voici les neuf conditions facilitantes et les sept clés d'action soutenues par la recherche (voir le tableau 2 ci-après).

TABLEAU 2.

CONDITIONS FACILITANTES ET INTERVENTIONS SOUTENUES PAR LA RECHERCHE POUR UN CLIMAT SCOLAIRE POSITIF ET DES EFFETS DURABLES (Beaumont et collab., 2015)

Conditions facilitantes	Clés d'action
• le bien-être général des enfants comme cible première : engagement et appartenance;	• identifier les valeurs / philosophie de l'école qui font la promotion du bien-être des enfants / adultes;
• l'engagement de la direction;	
• une culture de soutien favorisant l'attachement du milieu;	• développer collectivement des politiques, des initiatives, des programmes d'intervention;
• un programme scolaire intégrant les apprentissages scolaires et sociaux;	• favoriser l'engagement de tous par des pratiques collaboratives et d'entraide (enfants/adultes);
• des politiques claires et des procédures expliquées;	• fournir de la formation continue au personnel, aux enfants et aux parents;
• une gestion positive des écarts de conduite (écarts mineurs à sévères);	• gérer rapidement les incidents et mettre en place des procédures connues;
• la formation du personnel;	• fournir du soutien aux enfants/adultes;
• la rapidité à identifier et à intervenir face aux problèmes;	• favoriser l'engagement entre l'école et la famille et situer l'école dans sa communauté.
• le partenariat école-famille-communauté.	

STRATÉGIES PROMETTEUSES POUR CONTRER L'INTIMIDATION À L'ÉGARD DU POIDS

Dans cette section, nous présentons les 18 stratégies jugées les plus prometteuses. Elles sont scindées en deux catégories : 1) stratégies de prévention et 2) stratégies d'intervention.

- **LES 6 STRATÉGIES DE PRÉVENTION s'adressent au personnel scolaire et aux enseignants.**

- **LES 12 STRATÉGIES D'INTERVENTION, appliquées par le personnel scolaire et les enseignants, ciblent les enfants qui subissent, commettent ou sont témoins des gestes d'intimidation ainsi que les parents.**

STRATÉGIES DE PRÉVENTION

Les mesures d'intervention préventives permettent au personnel scolaire (enseignants, non-enseignants et direction) de :

- profiter de ses contacts quotidiens avec les enfants pour agir avant même que surviennent les gestes d'intimidation à l'égard du poids;
- conscientiser le personnel scolaire à son rôle de modèle par rapport au poids, à l'image corporelle et à l'apparence;
- prévenir les conséquences négatives de l'intimidation liée au poids.

Personnel scolaire

1re

STRATÉGIE DE PRÉVENTION

Fournir de l'information et augmenter les connaissances du personnel scolaire notamment en :

- **informant sur les thèmes tels que l'image corporelle, les comportements alimentaires problématiques et l'acceptation de soi;**
- **sensibilisant sur les effets possibles de l'intimidation à l'égard du poids, et toute autre forme d'intimidation;**

- **s'assurant que l'environnement dans lequel évoluent les élèves est cohérent avec la promotion de la diversité corporelle:**
  - **vérifier les livres de la bibliothèque, les images et photos affichées dans l'école, retirer les éléments les plus problématiques au besoin, selon les moyens disponibles;**
  - **fournir une méthode de sélection des livres de référence que choisissent les enseignants (p. ex., liste de critères);**
  - **effectuer une validation du matériel pédagogique utilisé en classe et en expliquer le processus.**
- **établissant un portrait de la situation afin d'être en mesure de mieux cibler les moyens à déployer pour mettre en place une structure de prévention et d'intervention dans l'école en identifiant une ou plusieurs personnes-ressources dans l'école et en l'outillant sur les notions et les compétences concernant le poids, la diversité corporelle et l'intimidation à l'égard du poids;**
- **offrant au personnel scolaire des formations ciblées et personnalisées, pouvant être incluses dans les actions du projet éducatif ou dans le plan de lutte contre l'intimidation et la violence qui, pour sa part, doit être révisé et actualisé, au besoin, annuellement;**
- **amenant le personnel scolaire à réfléchir à ses propres biais et comportements discriminants ou discriminatoires à l'égard du poids, l'image corporelle et la diversité corporelle.**

Conseils :

Pour être en mesure d'intervenir, le personnel doit entreprendre une réflexion et se questionner sur l'influence que peuvent avoir ses propres valeurs et préjugés sur les comportements qu'il adopte. Les biais et préjugés en lien avec le corps parfait, le poids, et plus particulièrement, l'obésité sont très présents, tant à l'école que dans la vie quotidienne. Ces biais, qui proviennent des parents, des enseignants, des pairs, de la société en générale et des intervenants, sont appris très tôt dans la vie et se retrouvent même chez les personnes qui présentent elles-mêmes un surpoids (Aimé et Gagnon, 2018).

Il est important qu'au moins une personne dans l'école soit reconnue comme « expert » sur la question de l'intimidation à l'égard du poids afin d'assurer une intervention optimale, sans effet négatif sur la question du poids et de l'image corporelle. Les personnes-ressources identifiées véhiculent un discours positif quant au poids et à l'image corporelle. Elles doivent faire preuve d'ouverture face à la diversité corporelle et en parler positivement auprès des enfants et de leurs parents.

Il est essentiel de **mettre en place un climat et un environnement sécuritaire d'inclusion** à l'égard des personnes de tous les poids (Aimé et Gagnon, 2018).

Les bibliothécaires ou les responsables de l'acquisition du matériel scolaire des écoles et des services éducatifs peuvent être sollicités dans ce dossier afin d'**assurer que le matériel éducatif fasse la promotion de la diversité corporelle et n'encourage pas la stigmatisation à l'égard du poids.** Ils peuvent par exemple : (1) mettre sur pied une liste des livres appropriés selon le degré scolaire et le niveau de lecture des enfants; (2) être sensibles à ce que le matériel

nouvellement acquis par l'école réponde à un souci de diversité corporelle; (3) retirer tout matériel qui leur semblerait problématique.

Au moment de sélectionner du nouveau matériel, il est suggéré de **communiquer avec différentes maisons d'édition et de vérifier si certaines de leurs publications traitent d'intimidation** se rapportant à l'image et à la diversité corporelles.

Outils disponibles :

Conséquences pour l'enfant qui subit, l'enfant qui commet et l'enfant qui est témoin (voir ANNEXE III, page 38)

ÉquiLibre – formation en ligne : Favoriser une image corporelle saine durant l'enfance;

Changer de regard peut faire toute la différence – Guide éducatif pour les enseignants en éthique et culture religieuse (ASPQ, 2014);

Guide de recommandations : 5 pistes d'action pour favoriser une image corporelle positive dans le cadre du cours d'éducation physique et de la santé (ÉquiLibre, 2015);

Comprendre la problématique Au-delà de l'image – Webinaire sur l'image corporelle chez les jeunes et les meilleures pratiques en termes de prévention (ANEB, 2019) – (webinaire disponible gratuitement);

bit.ly/Audeladelimagewebinar

Rudd Center for Food Policy and Obesity – Having a productive conversation about weight bias : dispelling the myths (anglais seulement);

www.uconnruddcenter.org/files/Pdfs/Parents-ProductiveConversationWeightBias.pdf

Emma n'aime pas les moqueries – Prévenir la stigmatisation liée à l'apparence chez les enfants (M.-M. Ricard, 2017 – Midi trente éditions); - www.leslibraires.ca/livres/emma-n-aime-pas-les-moqueries-marie-michele-ricard-9782924804223.html

Lou aime le dessert – Promouvoir une relation saine avec la nourriture chez les enfants (M.-M. Ricard, 2019 – Midi trente éditions); - www.miditrente.ca/fr/produit/lou-aime-le-dessert

Olivier veut devenir une supermachine – Promouvoir une image corporelle saine (M.-M. Ricard, 2019 – Midi trente éditions) - www.miditrente.ca/fr/produit/olivier-veut-devenir-une-supermachine

Cher corps, je t'aime : guide pour aimer son corps (J. Sanders et Rossetti, C., 2019 – Crakboom! éditions).

Ressources :

Projet de loi nº 56 : Loi visant à prévenir et à combattre l'intimidation et la violence à l'école;

EKIP;

ANEB – Au-delà de l'image – un programme sur l'image corporelle et l'estime de soi (4e primaire);

ANEB – Au-delà de l'image – un programme sur l'image corporelle et l'estime de soi (5e primaire);

ANEB – Au-delà de l'image – un programme sur l'image corporelle et l'estime de soi (6e primaire);

ASPQ - Stigmatisation à l'égard du poids;

ASPQ - Changez de regard;

The Hospital for Sick Children – The Student Body: promoting Health at Any Size (anglais seulement);

Jeunesse j'écoute – Image corporelle : comment aimer ce que le miroir te renvoie;

Rudd Center for Food Policy and Obesity – Weight bias and stigma (anglais seulement).

2e STRATÉGIE DE PRÉVENTION

S'assurer d'un encadrement ou d'une surveillance active par les intervenants, en tout temps lors des :

- **périodes de transition (couloirs, escaliers, toilettes);**
- **périodes de récréation (cour d'école, terrain de jeu);**
- **périodes de dîner (salle des repas);**
- **périodes de classe;**
- **périodes passées au service de garde;**
- **cours d'éducation physique (gymnase, vestiaires);**
- **activités sportives;**
- **activités parascolaires;**
- **périodes de déplacement (autobus scolaire).**

Conseils :

Des personnes-ressources comme les agents de soutien régionaux, les agents pivots et les psychoéducateurs peuvent être sollicitées. Considérant que les enseignants et le personnel scolaire ont plusieurs obligations et situations à gérer et, que leur temps est compté, il est possible qu'ils aient besoin d'être accompagnés lorsqu'il est question d'intimidation.

Aucun commentaire péjoratif de même qu'aucune moquerie ou taquinerie ne doivent être tolérés à l'école. Il faut éduquer les jeunes à ce sujet. Même des commentaires semblant banals peuvent finir par conduire à une plus grande tolérance de l'intimidation à l'égard du poids. Ils peuvent également être blessants pour certaines personnes, ce qui n'est aucunement souhaitable.

Placer des affiches sur les murs de l'établissement pour que le personnel et les élèves gardent à l'esprit que leur école s'est engagée à lutter contre l'intimidation et que cela nécessite une vigilance permanente (Garandeau et Salmivalli, 2018).

L'école devrait porter une attention particulière aux enfants qui se retrouvent souvent seuls puisque l'isolement ou le retrait constituent des indicateurs de victimisation. L'enseignant ou un autre membre du personnel qui s'intéresse à ce que les élèves vivent et ressentent développe une relation de confiance avec eux. Il peut aussi mieux comprendre la dynamique de groupe dans l'école et obtenir les confidences de certains élèves. À partir de ses observations, cet enseignant ou autre membre du personnel serait mieux outillé pour accompagner et aider les élèves à surmonter leurs difficultés (Verlaan et collab., 2005).

Désigner des personnes responsables lors des récréations et des dîners pour assurer une présence et surveiller d'éventuels gestes d'intimidation. Faire en sorte que ces personnes soient facilement reconnues et identifiables. Par exemple, les personnes pourraient porter des macarons, des gilets, des dossards, des bandeaux. Cela leur permettrait non seulement d'être plus facilement repérables, mais rappellerait aussi aux enfants que dans leur école on veille à prévenir l'intimidation (Garandeau et Salmivalli, 2018).

Placer des vignettes ou des autocollants dans l'autobus scolaire, dans les berlines ou dans les entrées et sorties de l'école pour rappeler aux enfants, aux enseignants et aux parents que l'intimidation n'a pas de frontières et qu'il faut continuer à être respectueux, positif et bienveillant en tout temps, y compris durant les trajets et en dehors de l'école.

Outils disponibles :

ANEB, Maison L'Éclaircie (2015) – Guide comment prévenir sans nuire – guide destiné aux intervenants;

Affiche – Que peux-tu faire contre l'intimidation? – Élise Gravel (auteure – illustratrice).

Ressources :

EKIP;

SEVEQ – Chaire de recherche Bien-être à l'école et prévention de la violence – Rapport SÉVEC sur la violence à l'école.

3e

STRATÉGIE DE PRÉVENTION

Faire connaître les ressources d'aide en lien avec l'image corporelle disponibles à l'école et à l'extérieur de l'école à tous les enfants et leurs parents :

- **offrir de la documentation;**
- **poser des affiches;**
- **insérer un onglet sur le site Web de l'école;**
- **diffuser une infolettre.**

Conseil :

De nombreux organismes peuvent aider, conseiller et échanger avec les membres du personnel s'ils ont des questionnements au sujet de l'intimidation à l'égard du poids. Voir ci-après quelques exemples d'organismes à contacter au besoin.

Ressources :

Personnes-ressources à l'interne (ex. : agent de soutien régional, agent pivot, ressources régionales et psychoéducateurs);

Anorexie et boulimie Québec (ANEB);

ÉquiLibre;

Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) – Changez de regard;

Ordre des psychologues du Québec;

Ordre des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec.

4e

STRATÉGIE DE PRÉVENTION

Informer les enfants sur l'image et la diversité corporelles ainsi que sur le respect des différences, à l'aide d'ateliers spécifiques.

Conseils :

Faire prendre conscience aux élèves de la grande diversité des corps.

Multiplier et soutenir les apprentissages sociaux et émotionnels de l'enfant afin qu'ils les développent et les intègrent (voir ANNEXE II, page 37).

Tous les enfants doivent être valorisés, afin de favoriser le respect et la diversité corporelle. Cette valorisation doit porter sur les forces, les qualités et les compétences qui favorisent le bien-être et le mieux-vivre ensemble et non sur les caractéristiques associées au poids et à l'image corporelle.

Outil disponible :

ÉquiLibre - Atelier d'apprentissage – Programme Bien dans sa tête, bien dans sa peau (Primaire).

Ressource :

EKIP.

Enseignants

5e

STRATÉGIE DE PRÉVENTION

Opter pour des attitudes et des comportements permettant d'établir un climat de classe sécuritaire, positif et bienveillant en :

- **adoptant un langage respectueux et inclusif et une attitude positive par rapport à la diversité des tailles et des silhouettes au sein de la population et de l'école;**
- **encourageant, félicitant et renforçant les comportements sociaux qui témoignent du respect de la diversité corporelle;**
- **valorisant la diversité corporelle (par exemple, en soulignant les réussites et exploits de personnes ayant des référents corporels différents des standards tout en faisant attention de ne pas féliciter un accomplissement en l'opposant au fait que la personne est différente comme « il a couru 5 km malgré son surpoids » pour justement ne pas attirer l'attention sur cette différence et contribuer à la stigmatisation);**
- **s'assurant qu'aucune manifestation d'intimidation, notamment reliée au poids et à l'image corporelle, ne soit tolérée en classe ou à l'extérieur de la classe.**

Conseil :

Les enseignants doivent faire preuve de constance, de cohérence et de bienveillance, afin de modifier les comportements, attitudes et perceptions négatives adoptés par les enfants à l'égard du poids et de l'image corporelle. Les enseignants informent les élèves de ce qui est attendu comme comportements appropriés en classe et ce qui n'est pas toléré. Les enfants seront ainsi plus conscients des gestes qu'ils posent et de l'ampleur des conséquences possibles sur un enfant qui subit de l'intimidation à l'égard du poids (voir ANNEXE III, page 38).

Outils disponibles :

Le programme DIRE;

ANEB – Au-delà de l'image – Un programme sur l'image corporelle et l'estime de soi;

ÉquiLibre - Atelier d'apprentissage – Programme Bien dans sa tête, bien dans sa peau (Primaire);

La prévention de la violence au Québec – Une responsabilité individuelle et collective. Rapport du directeur national de santé publique 2018 (MSSS, 2018);

Contre l'intimidation, agissons! Un climat positif et bienveillant dans chaque milieu. Guide pour accompagner les organisations dans leurs actions visant à prévenir et à contrer l'intimidation (Ministère de la Famille et INTERaXions et Éducaloi, 2018);

Agir ensemble pour prévenir les problèmes liés au poids (INSPQ, 2013);

Mes paroles, j'y vois : pour une communication positive à l'école (Institut Pacifique);

6 pistes d'action pour prévenir et réduire la violence et l'intimidation en lien avec le poids – Guide à l'intention des intervenants des écoles secondaires (ÉquiLibre);

Changer de regard peut faire toute la différence – Guide éducatif pour les enseignants en éthique et culture religieuse (ASPQ, 2014);

Gouvernement du Canada - L'intimidation (chez les 4 à 11 ans);

Affirme-toi! Semaine de la sensibilisation à l'intimidation – Guide pour les enseignants (PREVNet Family, 2013);

Prévention de l'intimidation et intervention en milieu scolaire : Fiche d'information et outils (Pepler et Graig, 2014);

Trousse d'évaluation de l'intimidation, du harcèlement et des relations entre enfants du même âge en milieu scolaire (Association canadienne de santé publique, 2004);

Participez! Stop à l'intimidation. Pas dans mon école! Trousse d'activités de sensibilisation à l'intimidation (Manitoba).

Ressources :

EKIP;

Ensemble contre l'intimidation une responsabilité partagée – Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation 2015-2018 (Ministère de la Famille);

ASPQ - Changez de regard;

PREVNet Family – Ce que tout éducateur doit savoir;

PREVNet Family – prévention de l'intimidation – Faits et outils à l'intention des écoles;

KiVa International antibullying program (programme de la Finlande – site en anglais).

6e

STRATÉGIE DE PRÉVENTION

Opter pour des attitudes et des comportements permettant d'assurer un climat de classe sécuritaire, positif et bienveillant durant les cours d'éducation physique :

- **veiller à ce que les activités sportives pratiquées dans les cours d'éducation physique soient variées, de manière à soutenir et favoriser la participation des élèves de différents poids et de différentes tailles, mais aussi pour les élèves en situation de handicap ou ayant certaines limitations physiques;**
- **valoriser la collaboration et les efforts plutôt qu'uniquement la compétition et la performance;**
- **renforcer positivement les compétences et les réussites des élèves sans tenir compte de leur apparence physique ou de leur poids;**
- **s'assurer de disposer de l'équipement sportif et du matériel éducatif qui conviennent à tous les poids et toutes les tailles (par exemple, des chaises, des dossards adéquats et des vêtements ou uniformes);**
- **inviter le personnel à être ouvert, sensible et à l'écoute des élèves quand vient le moment de changer de vêtements. Si possible, respecter l'intimité de certains élèves en leur offrant des espaces privés (vestiaires, toilettes, locaux, etc.) où ils peuvent se changer sans avoir à exposer leur corps publiquement.**

Conseils :

Il faut **privilégier l'instauration d'un climat de respect d'autrui et de tolérance face aux différences corporelles.**

Il faut **éviter de mesurer ou peser un jeune devant le groupe afin de définir son indice de masse corporelle** (IMC)[5], tel que le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur le recommande. La prise de mensurations et de plis cutanés (pourcentage de masse grasse) est également à éviter.

Outils disponibles :

Le poids…une limite à l'activité physique? – Guide éducatif pour les enseignants en éducation physique et à la santé (ASPQ, 2014);

Outils pour les éducateurs physiques enseignants (ÉquiLibre);

Département de santé publique de la Montérégie – Pour faire contrepoids à l'obésité en milieu scolaire (Fiches 1 à 3);

Ressources :

Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) - Intimidation en contexte sportif;

ASPQ - Changez de regard.

5 La pesée peut devenir un lieu propice de comparaison, de jugements, voire de stigmatisation et d'intimidation qui peut échapper au professeur d'éducation physique. Il importe de souligner que la pesée pratiquée dans l'optique de calculer l'indice de masse corporelle (IMC) a été démontrée comme un indicateur de santé dont la fiabilité et la validité sont peu fiables, lorsque pris seul. Néanmoins, les jeunes risquent de retenir uniquement l'étiquette qui leur est attribuée en raison de cette mesure. Les recherches sur le sujet montrent que la pesée en milieu scolaire peut amener le jeune à développer des comportements alimentaires malsains tels que le fait d'entamer des régimes amaigrissants ou de sauter des repas (Communiqué de presse du 23 février 2017, ANEB : Anorexie et boulimie Québec se positionne face à la réaction des élus quant à la question de la pesée dans les cours d'éducation physique).

STRATÉGIES D'INTERVENTION

Il est important de présenter les différentes problématiques d'intimidation de façon globale et universelle pour ne pas cibler, en raison de l'intervention désirée, les enfants qui ne répondent pas aux critères de beauté en vigueur dans notre société. Ici, il s'agit de faire prendre conscience aux enfants de l'importance du rôle joué par le groupe de pairs dans les problèmes d'intimidation à l'égard du poids, de susciter chez eux plus d'empathie pour les enfants qui subissent de l'intimidation et de leur fournir des stratégies pour pouvoir y faire face.

Le personnel scolaire doit être sensibilisé au fait que l'intimidation est un phénomène de groupe, dans le sens où les comportements ou l'inaction des enfants qu'ils soient victimes, témoins ou auteurs, ont une grande influence sur la poursuite ou l'arrêt des gestes d'intimidation. Lors d'une situation d'intimidation, l'enfant témoin peut adopter différentes postures (Kärnä et collab., 2010; Pouwels et collab., 2016; Garendeau et Salmivalli, 2018) :

- rester passif;
- se joindre à l'intimidation;
- encourager l'enfant qui commet l'intimidation;
- prendre la défense de l'enfant qui subit l'intimidation;
- signaler la situation à un enseignant ou un membre du personnel.

Peu importe la position prise par l'enfant naturellement, le rôle de l'enseignant ou d'un membre du personnel est d'encourager ce dernier à signaler le comportement inapproprié.

Les parents aussi devraient avoir un rôle à jouer dans l'application des stratégies d'intervention pour faire face à l'intimidation à l'égard du poids. Il est donc important de les informer et de leur offrir des ressources pouvant être utiles lorsque leur enfant subit, commet ou est témoin d'intimidation à l'égard du poids. Il faut également les engager dans les interventions qui sont faites auprès de leur propre enfant, de manière à contribuer au succès de celles-ci.

Personnel scolaire lors de l'intervention avec l'élève qui subit, commet ou est témoin

1e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Encourager l'enfant à raconter et à décrire ce qu'il a vécu, dans ses propres mots à un adulte de confiance et reformuler ses propos pour s'assurer que la compréhension de l'adulte reflète bien son expérience.

Conseils :

Les enfants qui observent ou subissent de l'intimidation à l'égard du poids doivent sentir que leur milieu les appuie et les encourage à partager leurs expériences, et que ces gestes sont valorisés et considérés par le milieu (Aimé et Gagnon, 2018).

S'assurer que l'enfant soit avant tout à l'aise de se confier et qu'un lien de confiance soit bien établi entre l'adulte et lui.

Outil disponible :

Mes paroles, j'y vois : pour une communication positive à l'école (Institut Pacifique, 2015).

Ressource :

PREVNet Family - Ce que les enfants doivent savoir.

2e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Offrir des moyens d'expression et de communication appropriés à l'enfant et à son âge pour faciliter la communication :

- **dialogue;**
- **écriture;**
- **théâtre;**
- **dessins / bricolages;**
- **histoires / contes;**
- **jeux;**
- **marionnettes / peluches.**

Au-delà du moyen de communication, la notion de confiance et de relation est essentielle et déterminante dans l'accompagnement qui suivra.

Conseils :

Vérifier auprès de l'équipe-école quels sont les processus de communication développés et mis à la disposition de tous les élèves qui peuvent être concernés par l'intimidation à l'égard du poids.

Les sujets abordés peuvent, par exemple, porter sur les thèmes suivants : l'aspect physique, les différences physiques et le poids.

S'assurer que l'enfant est à l'aise avec l'intervenant avant d'entreprendre l'intervention ou d'entrer en relation d'aide. Sinon, le diriger vers un autre intervenant.

Personnel scolaire lors de l'intervention avec l'élève qui subit

3e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Analyser la situation avec l'enfant et respecter son rythme en discutant avec lui de :

- **ce qui a été fait (ce qu'il a tenté, ce qui a fonctionné, ce qui a moins bien fonctionné);**
- **ce qui pourrait être fait (vérifier s'il est d'accord et à l'aise avec les interventions à venir, l'inviter à verbaliser ce qu'il souhaite et ne souhaite pas faire);**
- **ce qui sera fait (déroulement de l'intervention dans le respect des moyens et des actions du plan de lutte contre l'intimidation et la violence de l'école).**

Conseils :

Il faut éviter de porter des jugements sur le poids d'un enfant. Par ailleurs, on ne peut jamais tenir un enfant ou ses parents responsables de son poids.

Il faut **éviter de donner des conseils à l'enfant pour qu'il modifie son poids ou son apparence corporelle** ou de l'inciter à adopter des comportements en ce sens. La surconscience de son poids mène la plupart du temps à des habitudes alimentaires malsaines, à l'inactivité ou au surentraînement (ANEB, 2019).

Se référer au plan de lutte contre l'intimidation et la violence de l'école et, au besoin, transférer le dossier à un autre intervenant de l'école ayant établi une relation de confiance avec l'élève ou détenant une meilleure expertise en ce qui a trait à l'intimidation à l'égard du poids. Il est important d'impliquer l'enfant qui subit de l'intimidation à l'égard du poids dans le choix des moyens et le guider dans ce qu'il souhaite véritablement obtenir comme aide et intervention.

4e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Référer l'enfant, après avoir informé les parents, à un intervenant de première ligne (psychoéducateur, éducateur spécialisé ou une personne identifiée comme responsable) afin :

- **qu'il reçoive du soutien;**
- **qu'on lui explique que ce soutien pourrait l'outiller pour faire face à des situations semblables dans le futur.**

Conseils :

Avant de recommander un enfant à un intervenant de première ligne, **s'assurer que l'enfant se sente à l'aise pour parler de la situation avec une personne qu'il connaît peu ou pas.** Prendre aussi le temps de présenter le nouvel intervenant à l'enfant.

Dans la mesure du possible, **vérifier que la personne auprès de qui sera recommandé l'enfant ne véhicule pas de biais à l'égard du poids et l'image corporelle** et qu'elle ne se comporte pas de manière discriminante.

5e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Travailler avec l'enfant pour qu'il ait une image corporelle positive.

Pour aider un enfant à développer ou maintenir une image corporelle positive, le travail peut porter sur l'un ou plusieurs des éléments suivants :

- **prendre soin de son corps et de sa santé et être à l'écoute de ses besoins;**
- **découvrir les merveilles universelles du fonctionnement du corps humain;**
- **reconnecter son corps avec la nature et l'environnement;**
- **identifier les forces de son corps et se familiariser avec son fonctionnement;**
- **apprécier ce que son corps lui permet de faire;**
- **pratiquer des activités qui impliquent du plaisir dans le mouvement, l'action et la connexion au corps;**
- **accepter ses différences et apprécier sa singularité;**
- **résister aux pressions extérieures (médias, parents, pairs, etc.) qui l'incitent à vouloir modifier son corps ou à ne pas le respecter;**
- **dénoncer des situations stigmatisantes à l'égard du poids et l'image corporelle;**
- **critiquer les injustices et à militer pour la diversité corporelle.**

Conseils :

Faire prendre conscience aux enfants de l'existence de la diversité corporelle, tout en précisant que le fonctionnement du corps est quant à lui universel à tous les individus.

Inciter les enfants à s'intéresser à la nature et à la beauté qui les entourent afin d'éviter qu'ils focalisent sur leur propre image corporelle et celle des autres et y accordent trop d'importance.

Outils disponibles :

ÉquiLibre: Bien dans sa tête, bien dans sa peau - Ateliers d'apprentissage pour le primaire

Rudd Center for Food Policy and Obesity - Kids: Are you being bullied because of your weight? (anglais seulement)

ASPQ : Guide pour porter plainte contre la promotion du modèle unique de beauté

Personnel scolaire lors de l'intervention avec l'élève qui commet

6e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Explorer avec l'enfant les biais et préjugés qu'il a développés par rapport au poids et à l'image corporelle et travailler avec lui en :

- **l'aidant à les reconnaître et à construire de nouvelles perceptions respectueuses de soi et faisant état d'une ouverture à la différence;**
- **lui faisant réaliser que la plupart des gens entretiennent divers biais et préjugés par rapport au poids et à l'image corporelle;**
- **nommant l'importance de s'y conscientiser pour s'en défaire.**

Conseil :

Travailler avec l'enfant à identifier ses biais et préjugés, à vérifier leurs origines et à modifier ses perceptions quant à l'importance de se conformer aux standards de beauté prônés par les divers médias et publicités.

7e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Vérifier la perception et la compréhension de l'enfant qui commet l'intimidation par rapport aux effets que peuvent avoir ses gestes sur la personne qui la subit (ainsi que sur le ou les témoins, le cas échéant). Veiller à l'informer, le sensibiliser et le conscientiser sur l'impact et les conséquences de l'intimidation à l'égard du poids pour les personnes qui en sont la cible.

Conseils :

Se référer au plan de lutte contre l'intimidation et la violence de l'école. L'intervenant peut transmettre la situation à un autre intervenant de l'école ayant une expertise plus spécifique lorsque cela s'avère possible et opportun.

Travailler à développer l'empathie chez l'enfant qui pose des gestes d'intimidation (Garandeau et Salmivalli, 2018) tout en gardant en tête que celui-ci n'a probablement pas l'intention de nuire. Rappeler ouvertement que l'intimidation à l'égard du poids n'est pas tolérée à l'école. Si cela est approprié, tenter de travailler en justice réparatrice en impliquant également l'enfant intimidé. Par exemple, l'enfant qui commet un geste d'intimidation doit être capable d'identifier un geste réparateur qu'il va appliquer auprès de l'enfant qu'il a intimidé.

Condamner ouvertement l'intimidation à l'égard du poids de la même façon que s'il s'agissait d'une autre forme d'intimidation (Garandeau et Salmivalli, 2018).

Discuter et réfléchir avec l'enfant qui commet l'intimidation par rapport aux conséquences négatives que peut avoir son geste sur la personne ciblée et sur les témoins comme sur lui.

Outil disponible :

ANNEXE II, page 37

Personnel scolaire lors de l'intervention avec l'élève qui est témoin

8e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Vérifier les conséquences de la situation sur l'enfant qui est témoin et prévoir des interventions adaptées au besoin, en s'attardant notamment à :

- **sa perception de son poids;**
- **sa perception de son image corporelle;**
- **son sentiment de sécurité à l'école;**
- **son niveau de stress.**

Conseil :

Se référer au plan de lutte contre l'intimidation et la violence de l'école.

L'intervenant **peut transmettre la situation à un autre intervenant de l'école ayant une expertise plus spécifique** lorsque cela s'avère possible et opportun.

Vérifier les effets que cette situation aurait pu causer sur l'élève qui est témoin (peur, stress, déformation de sa propre image corporelle, etc.).

Il est important de bien vérifier auprès de l'enfant son niveau de compréhension de la situation et ses effets sur lui. L'enfant qui est témoin peut être perturbé par la situation ou

encore aller dans le sens de l'enfant qui commet. Par exemple, il peut développer lui-même un problème relatif à son poids, minimiser l'acte d'intimidation ou tout simplement ne pas être conscient qu'il s'agit de gestes d'intimidation.

Outil disponible :

Conséquences pour l'enfant qui subit, l'enfant qui commet et l'enfant qui est témoin (voir l'ANNEXE III, page 38)

9e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Inciter l'enfant témoin d'intimidation à l'égard du poids à signaler les incidents en :

- **le remerciant lorsqu'il signale un acte;**
- **soulignant son courage;**
- **valorisant le bienfait que son geste aura suscité auprès de l'élève qu'il a aidé.**

Conseil :

Discuter avec l'élève qui est témoin des thématiques suivantes:

- l'image corporelle;
- l'identification des préjugés;
- la conception de l'image de beauté et son manque de diversité;
- l'ouverture à l'autre, au respect mutuel, au développement de valeurs (empathie, entraide et justice), à la différence et à la diversité.

Et, au besoin, réaliser un travail d'intervention auprès de l'ensemble des élèves d'une classe sur ces mêmes thématiques.

Ressource :

PREVNet Family - Aidez-moi

Personnel scolaire lors de l'intervention avec les parents

10e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Soutenir l'implication des parents auprès de leur enfant dans la prévention de l'intimidation à l'égard du poids en les invitant à :

- **suivre attentivement ce que vit leur enfant à l'école;**
- **superviser sa navigation sur le Web et son utilisation des médias sociaux;**
- **conserver une bonne communication pour que leur enfant puisse se confier s'il est confronté à de l'intimidation à l'égard du poids.**

Conseils :

Se référer au plan de lutte contre l'intimidation et la violence de l'école pour comprendre ce qu'est l'intimidation et connaître les ressources scolaires disponibles ainsi que les procédures à leur disposition.

Informer et offrir des ressources pouvant être utiles aux parents lorsque leur enfant subit, commet ou est témoin d'intimidation à l'égard du poids. Il est par ailleurs très important de favoriser l'engagement des parents dans les interventions qui sont faites auprès de leur propre enfant en utilisant différents moyens de communication. Par exemple lors de rencontres entre les parents et les professeurs, à travers l'infolettre de l'école, à l'aide de capsules vidéo ou lors de soirées d'information à l'intention des parents. De plus, certains milieux scolaires pourraient choisir d'offrir des ateliers aux familles.

Il est important de **discuter avec les parents de l'importance de se montrer vigilants quant aux comportements de leur enfant en lien avec son poids et son image corporelle** (ex. : perte de poids importante, isolement lors des repas, etc.) afin de prévenir le développement potentiel d'un trouble des conduites alimentaires.

Outils disponibles :

Naître et grandir – L'intimidation : comment la reconnaître et réagir (Enfants 5 à 8 ans)

Guide d'information aux parents sur la violence et l'intimidation à l'école (Fondation Jasmin Roy)

L'intimidation entre enfants : c'est aussi l'affaire des parents… (Ordre des psychologues du Québec)

Ressources :

Gouvernement du Canada (site Web) – Comment reconnaître l'intimidation

PREVNet Family – Ce que tout parent doit savoir

KiVa antibullying program (programme de la Finlande – site en anglais) – Parents' guide (anglais seulement)

Croix-Rouge canadienne - Parents : prévention de la violence et de l'intimidation

11e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Soutenir l'implication des parents auprès de leur enfant dans l'intervention lors de situations d'intimidation à l'égard du poids en les invitant à :

- **communiquer à l'école les actes d'intimidation à l'égard du poids qui leur sont rapportés par leur enfant, un autre enfant ou un parent;**
- **expliquer à leur enfant, selon son âge et son niveau d'autonomie, les raisons qui les incitent à signaler l'incident tout en veillant à conserver le lien de confiance avec ce dernier.**

Conseils :

Dans le cas où un enfant s'opposerait à ce que ses parents dévoilent la situation, de peur de vivre davantage de représailles, **il est important que les parents rassurent leur enfant et lui indiquent que leurs intentions sont bienveillantes.**

Afin de ne pas briser le lien de confiance entre le parent et l'enfant, **encourager les parents à expliquer à leur enfant les raisons pour lesquelles ils doivent signaler l'incident.** De plus, le fait que les parents conviennent avec leur enfant de la marche à suivre (quand signaler, auprès de qui, avec qui) peut aussi contribuer à rassurer ce dernier.

Il est important que les parents travaillent avec les intervenants scolaires dans de telles situations pour éviter que l'intimidation persiste et minimiser le risque de bris de relation avec ces derniers.

Outils disponibles :

L'intimidation à l'école primaire – un guide pour soutenir les actions des parents (Boissonneault et Beaumont, 2018)

L'intimidation entre enfants : c'est aussi l'affaire des parents… (Ordre des psychologues du Québec)

École FACE – Commission scolaire de Montréal – NON à l'intimidation : Capsules sur l'intimidation de la SPVM

Ressources :

L'intimidation : la reconnaître et agir (educaloi.qc.ca)

PREVNet Family – Enfant d'âge primaire – Comment se manifeste l'intimidation à l'école primaire?

12e

STRATÉGIE D'INTERVENTION

Sensibiliser les parents à propos de l'intimidation à l'égard du poids en :

- **les encourageant à réfléchir et à être attentifs à leurs propres attitudes (biais et préjugés);**
- **les conscientisant aux comportements et aux mots qu'ils utilisent devant leur enfant lorsqu'il est question du poids, de l'image corporelle et de l'apparence physique.**

Conseil :

Les parents ne devraient pas transmettre à leurs enfants leurs biais et préjugés à l'égard du poids. Les biais et préjugés à l'égard du poids, et particulièrement par rapport à l'obésité et à l'idée du corps parfait, existent dans la vie quotidienne. Les parents peuvent ainsi les transmettre à leurs enfants: comme en disant devant eux que l'on se sent gros ou grosse; en commentant négativement le physique d'autrui; ou encore en limitant la consommation de jus d'un enfant en surpoids lors d'un événement spécial, sans toutefois limiter celle des autres. Même lorsqu'ils ne concernent pas directement l'enfant, des commentaires négatifs à l'égard du poids peuvent l'affecter. Il peut développer la croyance qu'être gros ou grosse soit quelque chose d'inacceptable ou de laid. Par ailleurs, se sentir gros n'est pas une émotion. Il est préférable de travailler à identifier les émotions sous-tendant cette expression (par exemple, un sentiment de tristesse ou de solitude).

Voici d'autres préjugés que les parents peuvent entretenir quant au poids et l'apparence (ANEB et Maison l'Éclaircie, 2015) :

- Quand on veut maigrir, on peut!
- Les gens minces sont plus en santé, réussissent mieux, sont plus actifs.
- Les gens en surpoids ne sont pas en santé, ne sont pas actifs physiquement, sont paresseux, etc.
- Le poids n'est qu'une question d'alimentation et d'activité physique.
- Les personnes maigres ont toutes un problème alimentaire.

Ressources :

Naître et grandir – L'image corporelle chez les enfants

Promotion de la santé CHU Sainte-Justine – Pour une image corporelle positive…Parce que nous sommes tous uniques!

About Kids Health – Image du corps: promouvoir une image corporelle positive

HabiloMédias Le centre canadien d'éducation aux médias et littératie numérique – Image corporelle

Secrétariat à la condition féminine – L'image corporelle

ASPQ - Changez de regard – section Parents

CONCLUSION

Ce guide de pratique est un outil de base qui peut être amélioré et bonifié par ses utilisateurs, notamment le personnel scolaire et les enseignants qui occupent une place de choix dans le cheminement des enfants. Toutes les stratégies proposées dans ce guide s'appuient sur des données scientifiques, contextuelles et expérientielles et peuvent être intégrées dans le plan de lutte à l'intimidation.

Ces stratégies tiennent compte du fait que le phénomène de l'intimidation à l'égard du poids s'installe très tôt dans la vie et qu'il s'observe dès l'école primaire. Sachant que deux parents sur cinq rapportent que leur enfant du primaire a subi de l'intimidation à cause de son poids (Jalbert, 2019), il est important d'engager des actions de prévention dès le primaire et de se montrer vigilant et attentif face à ce type d'intimidation. En intervenant sur les comportements d'intimidation et les biais à l'égard du poids, il devient possible de contribuer à créer un environnement scolaire sécuritaire, positif et bienveillant au sein duquel la santé physique et mentale des enfants est protégée.

RÉFÉRENCES

Aimé, A. et C. Gagnon (2018). Le poids de l'intolérance, Bulletin Images, Anorexie et boulimie Québec (ANEB), édition automne 2018.

ANEB et Maison l'Éclaircie, (2015). Comment prévenir sans nuire: guide destiné aux intervenants. Semaine nationale de sensibilisation aux troubles alimentaires, 12 p. [En ligne le 30 septembre 2019] **semainetroublesalimentaires.com/wp-content/uploads/2015/01/Comment-pr%C3%A9venir-sans-nuire.pdf**

ANEB (2019). Webinaire Comprendre la problématique Au-delà de l'image [En ligne le 14 août 2019] **bit.ly/Audeladelimagewebinar**

Bacchini, D., M. R. Licenziati, A. Garrasi, N. Corbiulo, D. Driul, R. Tanas, P. M. Fiumani, E. Di Pietro, S. Pesce, A. Crinò, G. Maltoni, L. Iughetti, A. Sartorio, M. Deiana, F. Lombardi et G. G. Valerio (2015). Bullying and victimization in overweight and obese outpatient children and adolescents: an italian multicentric study, PlosOne, DOI: 10.1371/journal.pone.0142715.

Becker, A. E., R. A. Burwell, S. E. Gilman, D. B. Herzog et P. Hamburg (2002). Eating behaviors and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls, British Journal of Psychiatry, 180:509-514.

Beaumont, C. (2012). L'engagement du personnel scolaire dans un projet collectif de prévention de la violence : un défi de taille. Dans C. Carra, Galland, B. et Verhoeven. M. (dir.), Désordres scolaires et construction des normes à l'école (pp. 201-215). Paris : PUF.

Beaumont, C., R. Poulin, C.-J. Cardin, R. Deslandes, N. Garcia, N. Gaudreau, M.-È. Proulx, D. Leclerc et J. Boissonneault (2015). Revoir notre approche en prévention de la violence et de l'intimidation; des interventions soutenues par le recherche, Mémoire présenté au secrétariat du Forum sur l'intimidation, Ministère de la Famille, La collection de la chaire, Chaire de recherche sur la sécurité et la violence en milieu éducatif, Université Laval, 46 p.

Boissonneault, J. et C. Beaumont (2018). L'intimidation à l'école primaire : un guide pour soutenir les actions des parents. Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (COJDC), Québec : La Collection de la Chaire, 15 p., [En ligne le 18 juillet 2019] **www.cqjdc.org/pdf/documents/CQJDC_fascicule_intimidation_primaire.pdf**

Direction générale des politiques, Ministère de la Famille (2015). Ensemble contre l'intimidation – Une responsabilité partagée, Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation 2015-2018, 64 p., [En ligne le 18 juillet 2019] **www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/documents/plan-action-intimidation-2015.pdf**

Duguay, V. (2018). Guide de développement de projets pour contrer l'intimidation – Bonnes pratiques et outils concrets destinés aux Carrefours jeunesse-Emploi, Fondation Jasmin Roy, Sophie Desmarais, 27 p. **fondationjasminroy.com/app/uploads/2019/04/FJRSD-Guide-Projet-contre-intimidation-Fr.pdf**

ÉquiLibre (2018). 6 pistes d'action pour prévenir et réduire la violence et l'intimidation en lien avec le poids – Guide à l'intention des intervenants des écoles secondaires, 32 p.

Fondation Jasmin-Roy (n.d.). Guide d'information aux parents sur la violence et l'intimidation à l'école, 51 p., [En ligne le 18 juillet 2019]
www.desjardins.com/ressources/pdf/d25-guide-infos-parents-vi-f.pdf

Galland, O. (2006). Jeunes : les stigmatisations de l'apparence, Économie et Statistique, 393-394 :151-183.
www.insee.fr/fr/statistiques/1376809?sommaire=1376816

Garandeau, C. F. et C. Salmivalli (2018). Le programme anti-harcèlement KiVa, Enfance, 3(3):491-501.

Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) (2012). Vers l'élaboration d'un guide de pratique dans le secteur des services sociaux – Position du Comité sur les guides de pratique en services sociaux de l'INESSS, Document rédigé par Sylvie Beauchamp et Jean-Pierre Duplantie avec la collaboration de Jean-Marie Moutquin, Pierre Dagenais et Céline Mercier, 72 p.

Institut national de santé publique du Québec (site web) – L'intimidation vécue par les jeunes, [En ligne le 18 juillet 2019]
www.inspq.qc.ca/intimidation/jeunes

Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) (2015). Cadre d'élaboration des guides de pratique dans le secteur des services sociaux, Document rédigé par Sylvie Beauchamp, Martin Drapeau, Carmen Dionne, Jean-Pierre Duplantie, 81 p.

Institut Pacifique (2015). Mes paroles, j'y vois: pour une communication positive à l'école, Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, 40 p., [En ligne le 18 juillet 2019]
www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/adaptation_serv_compl/VV-Guide_animation_fr.pdf

Jalbert, Y. G. (2019). Intimidation à l'égard du poids dans les écoles primaires du Québec – Résultats d'un sondage électronique mené au Québec auprès de 1 005 parents ayant un enfant de 6 à 12 ans inscrit dans une école primaire, Association pour la santé publique du Québec et Ipsos Marketing, 7 p.

Jansen, P. W. , M. verlinden, A. Dommisse-van Berkel, C. L. Mieloo, H. Raat, A. Hofman, V. W. V. Jaddoe, F. C. Verhulst, W. Jansen et H. Tiemeier (2014). Teacher and peer reports of overweight and bullying among young primary school children, Pediatrics, 134(3):473-480.
pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/134/3/473.full.pdf

Jiménez-Barbero, J. A., J. A. Ruiz-Hernández, L. Llor-Zaragoza, M. Pérez-García et B. Llor-Esteban (2016). Effectiveness of anti-bullying school programs: A meta-analysis. Children and Youth Services Review, 61, 165-175
www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0190740915301286?via%3Dihub

Kärnä, A., M. Voeten, E. Poskiparta et C. Salmivalli (2010). Vulnerable children in varying classroom contexts: bystanders' behaviors moderate the effects of risk factors on victimization, Merrill-Palmer Quarterly, 56(3):261-282.

Lampard, A. M., R. F. MacLehose, M. E. Eisenberg, D. Neumark-Sztainer et K. K. Davison (2014). Weight-related teasing in the school environment : association with psychosocial health and weight control practices among adolescent boys and girls, Journal of Youth and Adolescence, 43910):1770-1780.

León, M.-P., I. González-Marti, J.-G. Fernández-Bustos et O. Contreras (2018). Perception of body size and dissatisfaction in children aged 3 to 6: a systematic review, Anales de Psicologia, 34(1):173-183. **revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.34.1.275931/220501**

Lian, Q., Q. Su, R. Li, F. J. Elgar, Z. Liu et D. Zheng (2018). The association between chronic bullying victimzation with weight status and body self-image: a cross-national study in 39 countries, PeerJ, 6è4330; DOI 10.7717/peerj.4330.

Ministère de la Famille (2015). Ensemble contre l'intimidation – Une responsabilité partagée, Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation 2015-2018, Direction générale des politiques, Gouvernement du Québec, 60 p.
www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/plan-action-intimidation-2015.pdf

Ministère de la Famille (2018). Contre l'intimidation, agissons! Un climat positif et bienveillant dans chaque milieu. Guide pour accompagner les organisations dans leurs actions visant à prévenir et à contrer l'intimidation, Direction générale des politiques, Ministère de la Famille, en collaboration avec les organismes INTERaXions et Éducaloi, Gouvernement du Québec, 27 p.
www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/191_Guide_accompagnement.pdf

Pouwels, L. J., T. A. M. Lansu et A. H. N. Cillessen (2016). Participant roles of bullying in adolescence: status characteristics, social behavior, and assignment criteria, Aggressive Behavior, 42:239-253.

Puhl, R. (2009). Stigmatisation de l'obésité : causes, effets et quelques solutions pratiques, DiabetesVoice, 54(1) : 25-28.

Puhl, R. et K. M. King (2013). Weight discrimination and bullying, Best Practice & Research Clinical Endocrinology & Metabolism, 27:117-127.

Puhl, R., M. Peterson, J. L. et Luedicke, J. (2013). Strategies to address weight-based victimization: youths' preferred support interventions for classmates, teachers, and parents, Journal of Youth and Adolescence, 42:315-327.

Rincon-Robichaud, M. G. (2002). Évaluation du programme pour contrer l'intimidation réalisée à l'École Beausoleil au cours de l'année scolaire 2004-2005, Rapport d'évaluation, Québec. [En ligne le 18 juillet 2019] **www.violence-ecole.ulaval.ca/fichiers/site_chaire_cbeaumont/modules/document_section_fichier/fichier___72f29eb95a2a___beausoleil.pdf**

Solano County Office of Education (2013). Equip yourself and others to implement strategies and tools to stop bullying, 138 p. [En ligne le 20 août 2019] **www.solanocoe.net/uploaded/Departments/Educational_Services/Bullying/Bullying_Toolkit.pdf.pdf**

Tremblay, L., T. Lovsin, C. Zecevic et M. Larivière (2001). Perceptions of self in 3-5-year-old children: a preliminary investigation into the early emergence of body dissatisfaction, Body Image, 8:287-292. **scielo.isciii.es/pdf/ap/v34n1/es_0212-9728-ap-34-01-00173.pdf**

Verlaan, P., M.-N. Charbonneau et F. Turmel (2005). Évaluation de l'implantation et des effets d'un programme de sensibilisation à l'agression indirecte auprès d'élèves du primaire, Groupe de recherche sur les inadaptations sociales de l'enfance, 8(2):17-26.
www.erudit.org/fr/revues/ncre/2005-v8-n2-ncre0753/1017525ar.pdf

RESSOURCES WEB

Anorexie et boulimie Québec (ANEB)
anebquebec.com/

Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) – Changez de regard
changezderegard.com/

ÉquiLibre
equilibre.ca/

Fondation Jasmin Roy
fondationjasminroy.com

InteraXions
interaxions.org/

Jeunesse, J'écoute
jeunessejecoute.ca/information/?filter=read

Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur
www.education.gouv.qc.ca/commissions-scolaires/dossiers/intimidation-et-violence-a-lecole/

Ministère de la Famille
www.mfa.gouv.qc.ca/fr/Pages/index.aspx

Ordre des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec
www.ordrepsed.qc.ca/

Ordre des psychologues du Québec
www.ordrepsy.qc.ca/

Tel-Jeunes
www.teljeunes.com/accueil

ANNEXE I

Méthodologie utilisée pour la conception du guide de pratique

Une recherche documentaire (Figure 1, page 36) a été réalisée dans neuf bases de données bibliographiques (Academic Search Complete, Medline, PsyARTICLES, Psychology and Behavioral Sciences Collection, Scopus, CINAHL, Education Sources, ERIC et SocINDEX), en utilisant toutes les combinaisons possibles pour les trois groupes de mots suivants : (1) intervention, ou prévention ou stratégies ou techniques ou lignes conductrices ou recommandations ou règles ou politiques scolaires; (2) biais ou discrimination ou violence à l'égard du poids; et (3) école (voir le tableau 1 ci-après).

Tableau 1. Mots-clés utilisés lors de la stratégie de recherche documentaire

Mots-clés utilisés en anglais et en français	
Groupe 1	
Intervention	Intervention
Prevention	Prévention
Strategies	Stratégies
Techniques	Techniques
Guidelines	Lignes conductrices
Recommendations	Recommandations
Rules	Règles
School policies	Politiques scolaires
Groupe 2	
Weight bias	Biais en lien avec le poids ou biais par rapport au poids
Weight discrimination	Discrimination en lien avec le poids ou à cause du poids
Weight-based violence	Violence par rapport au poids
Weight-related violence	Violence en lien avec le poids
Weight-based bullying	Intimidation par rapport au poids
Weight-related bullying	Intimidation en lien avec le poids
Weight-based bullying perpetration*	Victimisation par rapport au poids*
Weight-related bullying perpetration*	
Weight-based victimization*	
Weight-related victimization**	Victimisation en lien avec le poids**
Weight-based bullying victimization**	
Weight-related bullying victimization**	

Groupe 3	
School	École
Child	Enfant
Children	Enfants
Childhood	Enfance
Pre-adolescent	Pré-adolescent
Pre-adolescence	Pré-adolescence
Youth	Jeune / Jeunes
Student	Élève / Élèves / Étudiant / Étudiants

Exclusion	
Youth that are not in elementary school	Jeune / Jeunes qui ne sont pas dans une école primaire
Adolescents	Adolescents
Not in English or French	Pas en français ou en anglais

Cette recherche a permis de trouver des articles scientifiques en lien avec les stratégies pour contrer l'intimidation à l'égard du poids dans les écoles primaires. En tout, 173 articles avec révision par les pairs et publiés avant mars 2018 ont été retenus.

Les titres et résumés de ces 173 études ont été analysés indépendamment par deux chercheures (Annie Aimé et Cynthia Gagnon de l'UQO) en fonction des critères suivants : (1) l'article aborde des stratégies de prévention ou d'intervention en situation d'intimidation liée au poids; (2) les participants sont des enfants fréquentant l'école primaire; (3) le devis de recherche est théorique ou expérimental et (4) la langue de publication est le français ou l'anglais. De cette analyse, 56 articles ont été retenus et utilisés pour extraire 48 stratégies de prévention et d'intervention qui ont été ensuite présentées à un comité d'experts composé de professionnels de la fonction publique, d'agents de recherche, de professeurs et de représentants des milieux scolaires et communautaires. Après cette consultation permettant d'intégrer les savoirs contextuels et expérientiels des experts (INESSS, 2015), d'autres stratégies ont été ajoutées, notamment des stratégies s'appliquant particulièrement aux parents. Ainsi, 81 stratégies de prévention et d'intervention en situation d'intimidation à l'égard du poids ont été répertoriées et conservées.

La méthode Delphi en trois vagues de consultation (Figure 1 à la page 36) a été utilisée afin de déterminer les interventions à prioriser en situation d'intimidation à l'égard du poids à l'école primaire. L'utilisation de cette méthode avait pour but de diminuer le nombre d'interventions possibles, de vérifier la faisabilité des stratégies retenues et d'en améliorer la formulation. Cette méthode a été privilégiée, car elle permet d'agréger les réponses d'experts indépendants à l'aide d'un processus itératif qui rend rigoureusement compte des besoins de la pratique. Pour chacune des consultations, un groupe de facilitateurs, composés d'Yves G. Jalbert (ASPQ), Josée Gagnon (ÉquiLibre) et Annie Aimé (UQO), a réalisé une synthèse des recommandations et opinions des experts. Le processus a été réalisé entre janvier et juillet 2019.

Lors de la première consultation, 96 personnes ont rempli un questionnaire en ligne de manière confidentielle et indépendante (sans savoir qui participait, de manière à ne pas influencer leurs décisions). Ceux-ci forment un échantillon hétérogène constitué d'intervenants scolaires (20,3 %), d'intervenants travaillant auprès d'enfants (14,3 %), de chercheurs (5,5 %), de représentants du gouvernement (6 %), de représentants du milieu scolaire (5,5 %), de cliniciens (3,3 %) et de parents (45,1 %). Cette première consultation servait à diminuer le nombre de stratégies et à s'assurer que chacune des stratégies retenues s'avérait aidante. À la lumière des réponses des experts consultés, seules les stratégies considérées aidantes par au moins 80 % d'entre eux, soit un total de 36 stratégies, furent retenues pour amorcer la seconde consultation.

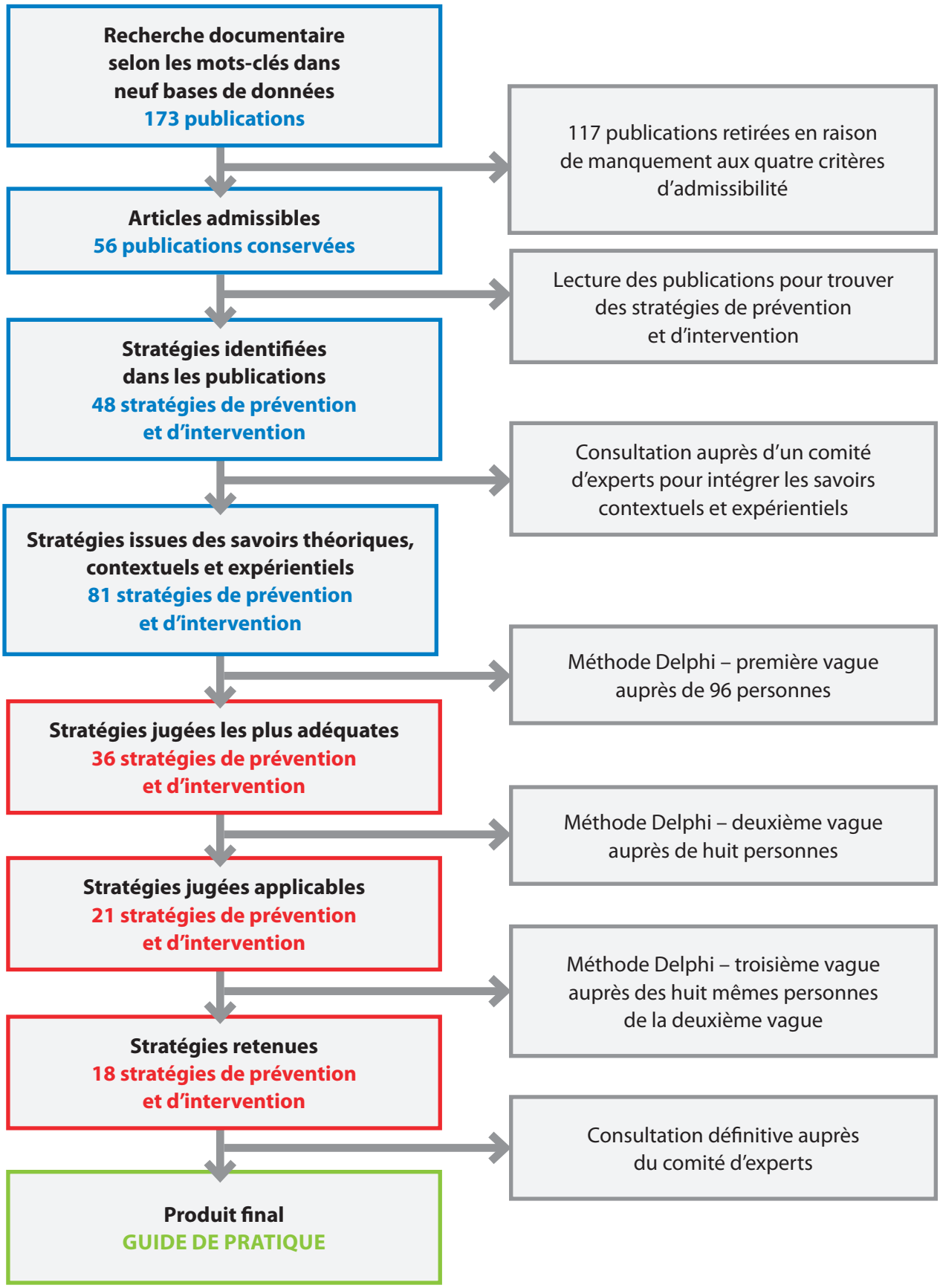
À la seconde consultation, huit personnes issues de différents milieux furent invitées à formuler leur opinion sur les 36 stratégies retenues et leur formulation. Pour ce faire, trois critères d'applicabilité ont été considérés :

- les efforts à mettre en place;
- les coûts à engager;
- le temps nécessaire à l'application et les ressources disponibles ou déjà en place.

Tous les commentaires et suggestions de ces experts ont par la suite été incorporés dans une nouvelle version des stratégies. Cette nouvelle version contenait 21 stratégies de prévention et d'intervention à utiliser en situation d'intimidation à l'égard du poids dans les écoles primaires.

La dernière consultation fut réalisée auprès de ces mêmes huit experts et consistait à finaliser les formulations des 21 stratégies retenues. Les experts furent également invités à bonifier les conseils, outils et ressources pouvant s'appliquer à chacune des stratégies. Tous leurs commentaires et suggestions furent intégrés à la version définitive du guide, qui contient 18 stratégies en tout.

FIGURE 1. PROCESSUS DE LA STRATÉGIE DE RECHERCHE ET DE LA CONSULTATION



ANNEXE II

Compétences liées à l'apprentissage social et émotionnel (ASE)

CONSCIENCE DE SOI

La capacité d'identifier correctement ses propres émotions, pensées et valeurs, et la façon dont elles influencent le comportement. La capacité d'évaluer correctement ses propres forces et limites avec un sentiment de confiance sérieux, de l'optimisme et une mentalité de croissance.

- Identification des émotions
- Autoperception adéquate
- Reconnaissance des forces
- Confiance en soi
- Efficacité autonome

CONSCIENCE SOCIALE

La capacité de comprendre le point de vue des autres et de démontrer de l'empathie, y compris pour les personnes provenant de cultures et de milieux différents. La capacité de comprendre les normes sociales et éthiques liées aux comportements et d'identifier des ressources et des mesures de soutien liées à la famille, à l'école et à la collectivité.

- Perspectives variées
- Empathie
- Reconnaissance de la diversité
- Respect des autres

AUTORÉGULATION (AUTOGESTION)

La capacité de gérer ses propres émotions, pensées et comportements dans diverses situations. Gérer son stress, contrôler ses impulsions et s'automotiver, renforcer la capacité à se fixer des objectifs personnels et scolaires et de travailler en vue de les atteindre.

- Contrôle des impulsions
- Gestion du stress
- Autodiscipline
- Automotivation
- Établissement d'objectifs

COMPÉTENCES/APTITUDES RELATIONNELLE

La capacité d'établir et de maintenir des relations saines et gratifiantes avec diverses personnes et divers groupes. La capacité de communiquer clairement, de bien écouter, de collaborer avec les autres, d'éviter les pressions sociales inappropriées, de gérer les conflits de façon constructive et de chercher de l'aide et de l'offrir aux autres au besoin.

- Communication
- Engagement social
- Établissement de relations
- Travail d'équipe

PRISE DE DÉCISION RESPONSABLE

La capacité de faire des choix constructifs concernant le comportement personnel et les interactions sociales en fonction des normes éthiques, des enjeux de sécurité et des normes sociales. L'évaluation réaliste des conséquences de diverses actions et la considération du bien-être des autres et de soi-même.

- Identification de problèmes
- Analyse de situations
- Évaluation
- Réflexion
- Responsabilité éthique

ANNEXE III

CONSÉQUENCES POUR…		
L'ENFANT QUI SUBIT	**L'ENFANT QUI COMMET**	**L'ENFANT QUI EST TÉMOIN**
• blessures physiques • perte d'appétit, maux de tête, maux de ventre, symptômes anxieux • baisse de l'estime de soi • panique et sentiment de peur face à l'école • démotivation scolaire, difficultés scolaires • idées noires et suicidaires • dépression, diminution marquée face aux intérêts habituels • problèmes affectifs et comportementaux	• rejets éventuels des pairs • alliance avec des pairs déviants • incapacité à différencier le bien du mal • criminalité à l'adolescence et à l'âge adulte • difficultés relationnelles • risque d'être victime à son tour d'intimidation • idées noires et suicidaires • consommation d'alcool ou de drogues • problèmes affectifs et comportementaux • problèmes avec la justice	• affliction face à la situation • sentiment de culpabilité et d'échec ne sachant pas comment intervenir sans risque

Sources : Solano County Office of Education (2013); Duguay (2018) et www.inspq.qc.ca/intimidation/jeunes

ASPQ
Association pour la santé publique du Québec

102-4529, rue Clark
Montréal (Québec) H2T 2T3
Téléphone : 514 528-5811
www.aspq.org

ENSEMBLE CONTRE l'intimidation!

Avec la participation financière de :
Québec