



**Agir avec force et bienveillance
pour contrer l'intimidation !**

FASCICULE DE LANCEMENT

Le contexte du programme
L'organisation des contenus
Les consignes pour l'animation
Le schéma du programme

prendsgardeatoi.rambrou.ca



**Guide de bonnes pratiques pour
reconnaître les situations d'intimidation,
les prévenir,
s'en défendre et
exercer ses droits**

Sous la direction de
Suzanne Beaulieu, La Gang à Rambrou
Sylvie Gravel, Simplicom
Monique Rondeau, consultante

Collectif de lecture critique et de révision

Guy Chaput, directeur 2e cycle
du secondaire, Centre François-Michelle
Jean Horvais, professeur en éducation et
formation spécialisées, UQÀM
Céline Lambrecht, Rêvanous
Monique Rondeau, psychologue retraitée

Le programme **Agir avec force et bienveillance pour contrer l'intimidation** est fait pour les personnes ayant une déficience intellectuelle, les personnes autistes et l'entourage de ces personnes.

L'équipe de création de ce programme a reçu le soutien financier du Ministère de la Famille, du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal et de l'AQRIPH.



Ce programme offre :

4 guides d'animation selon les groupes d'âge :

- enfants ;
- ados ;
- adultes ;
- personnes âgées.

4 guides de participation selon les groupes d'âge :

- enfants ;
- ados ;
- adultes ;
- personnes âgées.

Pour faciliter l'utilisation des guides, les ateliers de chaque guide sont présentés en livrets. Chaque guide présente une vidéo sur l'intimidation faite pour le groupe d'âge de la personne.

Ce programme est accessible en format numérique.

Édition La Gang à Rambrou

Illustrations en couverture



Marven Clerveau



Cécilia Di Niro

Illustrations dans les guides

La Gang à Rambrou

© La Gang à Rambrou, décembre 2019



Le contexte du programme

Il existe peu d'études ou de recherches scientifiques spécifiques sur l'intimidation des personnes avec une déficience intellectuelle et les personnes autistes, de tout âge. Cependant, depuis plusieurs années, les connaissances empiriques sur le phénomène de l'intimidation vécu parmi les populations avec des besoins particuliers occupent une place importante dans notre société.

La représentation de ces personnes, la reconnaissance de leurs droits et de leur quête d'autonomie motivent notre engagement à les accompagner avec compréhension, de manière appropriée.

Le point de départ des notions théoriques du programme a été un survol de quelques références¹ sur les personnes handicapées et la maltraitance : le terme maltraitance généralement regroupe les différentes formes de violence, d'abus, d'agression et d'exploitation. Ces références se retrouvent dans la bibliographie.

Des données illustrent que les enfants handicapés ont une probabilité presque quatre fois plus élevée d'être victimes de maltraitance que les autres enfants. Les enfants handicapés font face à de multiples formes de maltraitance comparativement aux enfants sans incapacité. Dans notre société, on sait aussi que les ados handicapés sont en général plus à risque d'être intimidés que les adultes. Les enfants et les ados ont besoin des adultes près d'eux pour que leurs droits à la sécurité et à l'intégrité soient respectés.

D'autres données soumettent l'existence d'une forte association entre certaines formes de maltraitance et certains types d'incapacités. Des études indiquent que toutes formes de maltraitance confondues, il y a ces tendances :

- 50 % sont des enfants avec un trouble de comportement
- 30 % ont un problème de communication ou du langage
- 25 % ont une incapacité intellectuelle ou un problème de santé.

La documentation scientifique consultée, similairement à celle concernant les enfants handicapés, indique que les adultes handicapés sont plus à risque de subir

¹ Entre autres, Carole Dufour, Centre des services partagés du Québec (2016), *L'intimidation, bibliographie sélective* et l'ouvrage de Lucie Dugas et Patricia Lamotte de l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ) (2015), *La maltraitance envers les personnes handicapées : recension des écrits et portrait statistique*. D'autres sources sont listées dans les bibliographies du programme.

des situations de maltraitance que ceux sans incapacité. Cette documentation démontre aussi que parmi les personnes handicapées, celles qui ont une incapacité intellectuelle, un trouble du spectre de l'autisme ou des incapacités multiples sont plus susceptibles de subir ce type de situations. On mentionne également que les femmes handicapées sont particulièrement à risque de subir de la maltraitance, surtout dans un contexte conjugal.

Au sujet de la situation des personnes âgées handicapées, nous avons consulté les travaux de Marie Beaulieu, Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées. Ces travaux ont aidé l'Office des personnes handicapées (OPHQ) à élaborer le Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées 2010-2015. Depuis, un second plan d'action pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées 2017-2022 du ministère de la Famille et des Aînés (MFA) poursuit encore plus loin cet engagement

L'intimidation dans notre société

L'intimidation, c'est la domination d'un individu sur un autre au moyen d'actes répétés qui peuvent prendre différentes formes d'agressivité, celle-ci allant jusqu'à la violence.

Il y a quatre types d'intimidation : verbale et écrite, sociale, physique et matérielle. À ces quatre formes d'intimidation s'arrime la cyberintimidation, ou l'intimidation en ligne, qui est un moyen indirect d'intimider l'autre en utilisant les technologies de l'information et de la communication (TIC) : Internet, courriels, messages instantanés (textos) avec un téléphone portable.

Dans la Loi du Gouvernement du Québec, on définit l'intimidation de cette façon :

« 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 et ostraciser ».

En résumé, on sait que des aspects typiques définissent l'intimidation et que ces aspects doivent être présents pour confirmer qu'il s'agit effectivement d'une situation d'intimidation. Ces aspects typiques sont :

1. Une inégalité des rapports de force ou de pouvoir entre la personne intimidée et la personne qui intimide.
2. La personne qui intimide veut nuire ou faire du mal à la personne intimidée.
3. Le geste d'intimidation se produit à plusieurs reprises.
4. Le geste a des conséquences néfastes, blessantes, humiliantes pour la personne intimidée.

Des explications supplémentaires précisent chaque aspect typique de l'intimidation présentant l'inégalité dans des rapports de force, entre autres celles-ci :

- une supériorité en nombre
- une supériorité fondée sur l'âge
- une plus grande force physique
- un contexte d'autorité
- des aptitudes différentes

- la volonté d'une des personnes impliquées de gagner du pouvoir sur une autre personne
- la personne qui intimide veut nuire ou faire du mal à l'autre ; le geste est fait dans une situation d'intimidation est volontaire.

Il importe donc d'harmoniser un message clair dans les formations et les ateliers de sensibilisation pour contrer l'intimidation, de sorte à développer la responsabilité collective face à l'intimidation des personnes avec une déficience intellectuelle et des personnes autistes. Le soutien des différents secteurs d'intervention est essentiel pour gagner ce combat contre l'intimidation.

Nous avons conçu un programme expérientiel basé d'abord et avant tout sur nos connaissances acquises et nos expériences vécues auprès des personnes avec une déficience intellectuelle et auprès des personnes autistes. Il est important de transmettre un message d'espoir à la personne, qu'elle soit victime, intimidatrice ou témoin, car on peut agir contre l'intimidation.

L'organisation des contenus du programme

Nos observations cumulées depuis plus de 30 ans nous permettent de concevoir un programme inédit pour l'accompagnement avec force et bienveillance autour des personnes, et pour l'avancement de leur affirmation de soi.

Nous avons conçu des vidéos et des guides sur l'intimidation pour accompagner et outiller l'enseignant, le parent, le professionnel en santé ou tout autre intervenant social proches de la personne. L'animation est réalisée pas à pas, avec un rythme approprié au contexte et aux capacités des personnes. Il s'agit de choisir la partie du programme qu'on voudra expérimenter avec les personnes, à différents moments de l'année, pendant plusieurs années.

L'animation est à adapter selon la capacité des personnes à intégrer les contenus du guide de participation spécifique à chaque groupe d'âge. En ce sens, le guide d'animation propose à l'animateur des pistes et des conseils (les textes sur un fond ombragé en vert) pour accompagner les personnes dans leur cheminement personnel et leur apprentissage en groupe pour mieux comprendre l'intimidation, comment la prévenir ou comment s'en libérer.

Le programme est destiné à quatre groupes d'âge : l'enfant, l'ado, l'adulte et la personne aînée. Pour chaque groupe d'âge, nous avons conçu le guide de participation assorti de son guide d'animation. Pour chaque groupe d'âge, le guide de participation comprend des thèmes-ateliers présentés en petits livrets cliquables et imprimables, faciles à lire et à comprendre.

Le guide d'animation contient tous les textes présentés sur un fond ombragé en vert, plus tous les textes adaptés en texte simplifié facile à lire et à comprendre.



Ce guide est également présenté en neuf petits livrets ; chaque livret correspond à un atelier

Dans le guide de participation, tous les textes sur un fond ombragé en vert ont été enlevés. L'ensemble des textes simplifiés constituent le contenu global d'un guide de participation, facile à lire et à comprendre.



Ce guide est également présenté en neuf petits livrets ; chaque livret correspond à un atelier.

Le programme offre également des outils PDF cliquables et imprimables, pour aider les personnes responsables de l'animation. Il s'agit d'une compilation d'outils pratiques inhérents au programme et, au besoin, pour aller plus loin sur un thème :

- Les 4 vidéos pour les 4 groupes d'âge conçues sur mesure par notre équipe
- Introduction, contexte et objectifs
- Schéma du programme complet
- Le guide Méthode_Éthique_Guide d'entretiens
- Deux exemples d'autorisation à collecter des témoignages
- Des mots et expressions à connaître
- Bibliographie
- Feuillelet Conseils pour les parents
- Ce qui est unique à la cyberintimidation
- Feuillelet « Prudence sur le Net » de la Sûreté du Québec
- Outil de rétroaction pour la participation
- Sondage de rétroaction pour l'animation

Les objectifs généraux du guide de participation sont :

1. Sensibiliser la personne aux différentes formes que peut prendre l'intimidation.
2. Aider la personne à comprendre ce qu'est l'intimidation.
3. Découvrir des façons de prévenir l'intimidation
4. Trouver des solutions pour faire cesser l'intimidation

Les moyens pour y arriver sont :

1. Les 4 vidéos conçues sur mesure pour notre programme, réparties par groupe d'âge, peuvent servir de « brise-glace » au début d'une rencontre, ou tout aussi bien pour un thème en particulier qu'on veut explorer spécifiquement pendant une rencontre.
2. À partir d'histoires fictives de situations d'intimidation, on partage ce qu'on en pense avec les autres, on échange à l'aide de questions pratiques portant sur la compréhension qu'on a d'une situation d'intimidation, on utilise des petits questionnaires individuels avec des questions centrées sur l'expérience personnelle. Par des exercices pratiques pour apprendre à détecter les situations d'intimidation, le programme traite aussi de l'acquisition de saines habiletés sociales, tout au long de la vie.
3. L'utilisation d'un atelier, faite en une seule rencontre, ou fragmentée en plusieurs rencontres, peut prendre diverses formes d'échanges à partir des vidéos et des histoires fictives (points 1 et 2 précédents), et d'autres thèmes concrets comme :
 - Les façons de prévenir les situations d'intimidation
 - Ce que dit la loi sur l'intimidation
 - Les droits de la personne
 - Des ressources pour aider

Les consignes pour l'utilisation du guide d'animation

Les textes sur un fond ombragé en vert servent à partager des connaissances et à guider l'animation des ateliers. Ces textes orientent l'animation, parfois ils donnent des précisions sur l'état des connaissances actuelles.

Le programme **Agir avec force et bienveillance pour contrer l'intimidation** comprend plusieurs ateliers présentés sous forme de petits livrets. À partir de votre connaissance de la personne ou du groupe ciblé, c'est à vous de décider du moment et du déroulement des ateliers, et de leur durée.

Le programme **Agir avec force et bienveillance pour contrer l'intimidation** est conçu pour revenir régulièrement sur les notions abordées. Ainsi, vous pourrez réinvestir un sujet à partir de situations réelles.

Les exercices liés aux histoires fictives d'intimidation peuvent être intégrés, selon le groupe d'âge que vous animez, au programme scolaire ou au calendrier des activités, puisque ces exercices traitent des compétences de base comme :

- exercer son jugement
- communiquer
- s'entraider

Le guide de participation de la personne, sauf le guide de l'enfant, propose un cahier personnel de participation ; chaque personne l'utilise progressivement, à sa manière.

Les parents et les proches de l'entourage peuvent être mis au courant de ce que les personnes apprennent sur l'intimidation, les saines habitudes sociales et la capacité de s'affirmer.

Les conseils pour l'utilisation du guide d'animation

À partir des histoires fictives d'intimidation, on échange sur ce que la personne victime ressent, ou peut ressentir, afin que les participants puissent saisir la portée de l'intimidation.

Il est important de ne pas présenter l'intimidateur comme quelqu'un de strictement méchant, sinon la personne qui intimide risque de ne pas se reconnaître, ou de ne pas reconnaître les gestes d'intimidation d'un proche.

On évite aussi de présenter l'intimidation comme une situation insoluble ou dramatique, afin de ne pas amplifier ce que vivent les victimes.

On ne présente pas les personnes victimes comme des êtres faibles, sans ressources. On choisit plutôt de mettre en valeur leurs idées et leurs capacités à résoudre des situations difficiles.

Si on opte pour le partage d'un témoignage, on s'assure que la personne explique comment elle s'en est sortie, et qu'elle présente un message d'espoir.

Les histoires de suicide et de tentatives de suicide sont à présenter avec précaution auprès des enfants et des ados, puisque ces jeunes risquent de s'y identifier. Si un jeune manifeste des idéations suicidaires, il faut prendre les mesures nécessaires pour préserver sa sécurité.

Les ressources pour aider la personne, accessibles avec chaque guide

- La vidéo conçue sur mesure pour chaque groupe d'âge du programme
- Une liste de ressources faciles à utiliser par et pour la personne :
 - Des numéros de téléphone
 - Diverses vidéos de sensibilisation
 - Des sites web
 - Des livres
 - Des associations

Quelques conseils pour aborder ce sujet sensible, l'intimidation

(voir aussi notre guide Méthode_Éthique_Guide d'entretiens, 2018)

L'intimidation n'est pas un sujet facile à aborder. Lorsque vous en parlerez à des personnes, que ce soit individuellement ou en groupe, vous aurez accès à des confidences souffrantes pour les personnes. Assurez-vous d'avoir prévu des mesures de soutien pour ces personnes.

Qui va offrir ce soutien ?

- L'animateur ou quelqu'un d'autre qui sait que l'atelier se déroule à ce moment-là, et qui peut se rendre disponible sans délai.
- Une autre personne, préciser qui offrira ce soutien.

Faciliter l'expression avec des supports

Il faut prévoir une diversité de supports pour l'expression, y compris pour les personnes habituellement habiles à l'expression orale, car elles peuvent manquer de mots pour ce qui est douloureux ou ce qui se dit avec pudeur.

Voici des suggestions :

1. Des images variées, y compris inspirées de la technique du photolangage, non pour illustrer, mais pour aider à la création de métaphores, pour permettre de dire « c'était comme... », « je me sentais comme... ». Par exemple l'image d'un arbre pour évoquer la solidité, de la glace pour évoquer la difficulté à réagir, du soleil et des fleurs pour le soulagement, des nuages pour de la tristesse, etc.) (Voir notre guide Méthode_Éthique_Guide d'entretiens, 2018.)
2. On peut offrir simultanément un choix d'images comprenant :
 - Des lieux : intérieur d'une maison, jardin public, transports en commun, école, centre de jour, lieu de travail, magasin, bibliothèque, autre.
 - Des situations sociales : duo, couple, groupe, foule, réunion de famille, réunion de travail, atelier, visite chez un professionnel de la santé (médecin, dentiste).
3. Éviter de proposer oralement des listes à choix, car les personnes vivant avec une déficience intellectuelle ont une propension à choisir le dernier item énoncé. Avoir des silhouettes de carton très simples et d'une trentaine de cm pour permettre de pointer un endroit sur le corps humain que la personne ne sait pas, ne veut pas ou ne peut pas nommer.

Éviter absolument de lui mettre des mots dans la bouche et s'inspirer de ces exemples de relance :

1. Tu as dit « ... », peux-tu préciser ?
2. Je ne suis pas certain ou certaine de comprendre...
3. Et ensuite, que s'est-il passé ?
4. Et auparavant, que s'était-il passé ?
5. Qu'as-tu pensé à ce moment-là ?
6. Qu'as-tu ressenti à ce moment-là ?

7. Qu'as-tu fait (ou essayé de faire) à ce moment-là ?
8. Qui était présent alentour ?

Et pour les effets après que l'intimidation a été faite

9. Est-ce que tu en as parlé ?
10. Est-ce qu'il s'est passé quelque chose ?
11. Comment ton entourage a agi ?
12. Qu'a fait ton entourage ?

Ne pas poser de questions qui suggèrent des réponses comme celles-ci

13. Alors, tu as appelé au secours ?
14. Alors, tu as pensé que... ou que... ?

Et toutes les questions alternatives, ou orientées ou biaisées.

Composition des groupes

Idéalement, nous conseillons de ne pas dépasser 8 personnes, et d'assurer l'animation avec 2 animateurs.

Les histoires fictives sur les situations d'intimidation

Les histoires fictives d'intimidation servent à échanger et à intégrer des concepts abstraits au sujet du phénomène de l'intimidation. Ces histoires doivent aider les participants à exercer leur jugement à ce sujet. Ces histoires servent également à donner aux participants l'occasion de trouver des solutions pour prévenir l'intimidation, d'exprimer leurs idées au sujet des bonnes solutions pour eux. Vous pouvez choisir une ou plusieurs histoires, au moment et au rythme que vous privilégiez.

L'animation doit être flexible et favoriser la représentation des personnes. Les moyens d'animer peuvent se faire dans un ordre ou l'autre, à l'aide des contenus en texte simplifié :

- la lecture des histoires ; la lecture des mots à connaître
- les questions pour réfléchir et les solutions trouvées
- la discussion libre
- la lecture de l'aide-mémoire à la fin de chaque atelier.

On conseille d'aborder 1 ou 2 histoires par atelier, afin de donner le temps d'approfondir le sujet, d'aider l'expression des participants par l'utilisation d'un plus grand vocabulaire.

On demande d'échanger en petits groupes ou d'échanger tous ensemble.

L'organisation du contenu de tous les guides, animation et participation

Chaque guide présente neuf ateliers-thèmes. Pour faciliter l'utilisation des guides d'animation et de participation, chaque guide est également scindé en neuf livrets, chaque livret correspondant à un atelier-thème. Chaque livret est assorti d'un cahier personnel que le participant utilise à sa manière, sauf pour l'enfant.

Ces livrets sont :

Atelier 1 Comment reconnaître l'intimidation ?

Atelier 2 Les effets de l'intimidation sur moi

Atelier 3 La cyberintimidation, c'est quoi ?

Atelier 4 Comprendre le rôle du témoin

Atelier 5 Et si c'était moi

Atelier 6 Comment prévenir l'intimidation ?

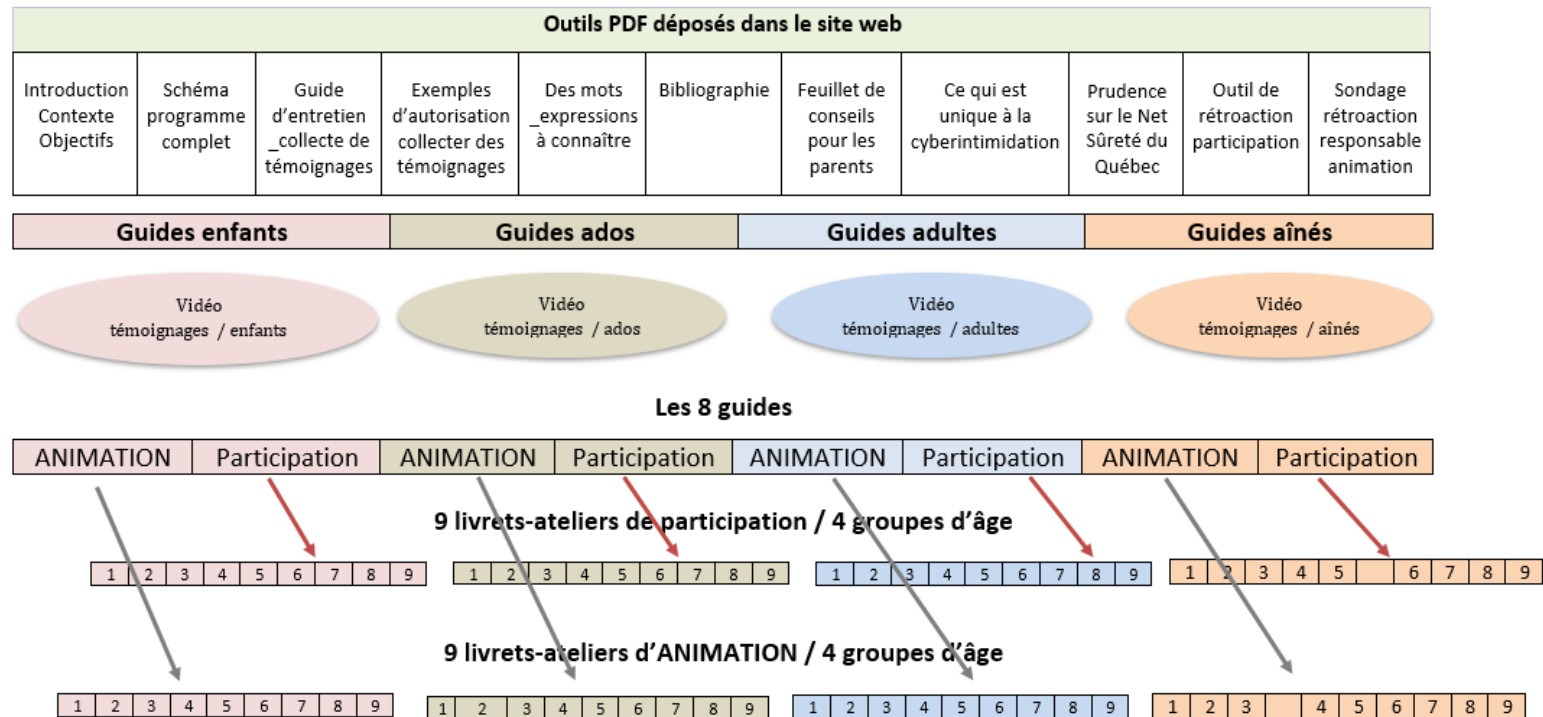
Atelier 7 Ce que la loi dit

Atelier 8 Quels sont mes droits ?

Atelier 9 Des ressources pour t'aider

Ensemble, on agit avec force et bienveillance contre l'intimidation

Schéma du programme complet en format numérique



© La Gang à Rambrou, décembre 2019



prendsgardeatoi.rambrou.ca