

# Lutter contre l'intimidation chez les jeunes qui présentent des troubles du spectre autistique (TSA) : Recherche et stratégies

Jonathan A. Weiss, Ph.D., psychologue certifié et  
M. Catherine Cappadocia, M. A.  
Université York, Département de psychologie



# Remerciements



La chaire de recherche sur le traitement des troubles du spectre de l'autisme et les soins aux patients est financée par les Instituts de recherche en santé du Canada ainsi que par Autism Speaks Canada, l'Alliance canadienne des troubles du spectre autistique, Santé Canada, NeuroDevNet et la Sinneave Family Foundation.

Un soutien supplémentaire est fourni par la Spectrum of Hope Autism Foundation et l'Université York.



# Remerciements

Le présent atelier est le fruit d'une collaboration continue entre M. Catherine Cappadocia, M.A. et Debra Pepler, Ph.D., à l'Université York.

# Objectifs d'apprentissage

- Les différents types et niveaux d'intimidation vécus par des jeunes ayant un TSA.
- Les meilleures pratiques pour conseiller les jeunes ayant un TSA qui ont été victimes d'intimidation.
- Les stratégies qui favorisent des consultations brèves et efficaces avec les familles et les écoles afin de lutter contre l'intimidation.

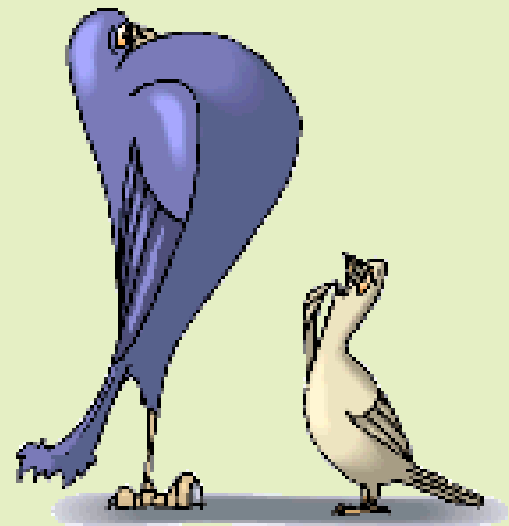
# L'intimidation : Un problème relationnel

L'intimidation est un problème relationnel qui requiert des solutions de nature relationnelle (Pepler et al., 2006)

- L'enfant qui pratique l'intimidation apprend à utiliser le pouvoir et l'agression pour contrôler les autres.
- L'enfant qui est victime d'intimidation se sent piégé dans une relation de violence et a besoin d'aide pour faire cesser l'intimidation.

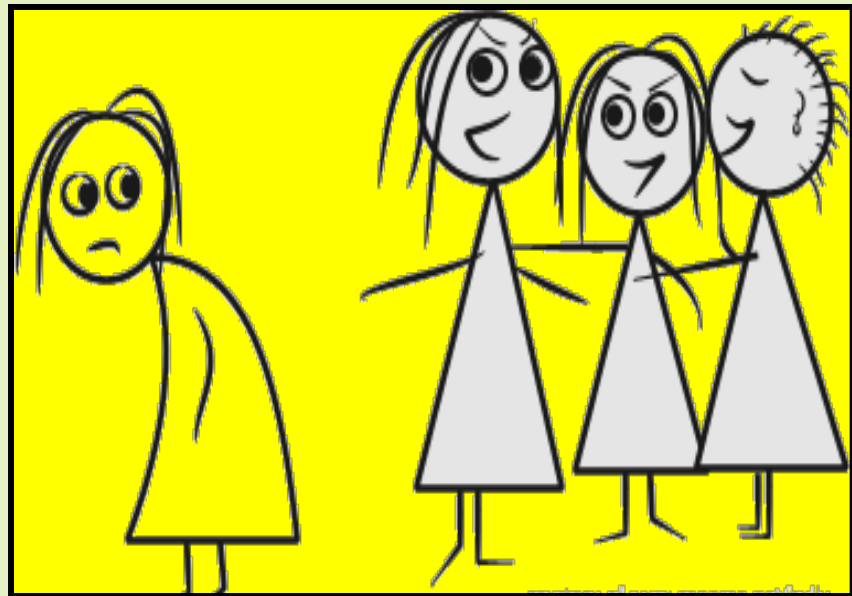
# Intimidation et pouvoir

- Voici quelques facteurs à l'origine du pouvoir que s'arrogent les enfants et les adolescents :
  - Le statut social
  - La taille, la force physique et l'âge
  - Le nombre d'amis et d'alliés
  - L'appartenance à un groupe dominant, socialement défini



# Les formes d'intimidation

- Physique
  - Verbale\*
  - Sociale\*
  - Cyberintimidation
  - Raciale
  - Religieuse
  - Sexuelle
  - Basée sur les handicaps
- \* Formes les plus répandues



## Autres formes d'intimidation visant spécifiquement les jeunes ayant un TSA (Gray, 2004)

- L'intimidation sournoise
  - Des agissements en apparence amicaux (mais, en réalité, hypocrites) sont utilisés pour *embobiner* l'enfant avant d'être méchant envers lui ou de le manipuler.
- Informations ou demandes absurdes
  - Encouragements à s'engager dans des activités niaiseuses ou inappropriées ou à tenir des propos déplacés.

# Que nous apprend cette étude?

1. Les chercheurs s'interrogent sur la fréquence des différentes formes d'intimidation vécues par les enfants qui ont un TSA.
2. Ils explorent les relations entre l'intimidation et les problèmes de santé mentale.
3. Ils analysent les variables individuelles et contextuelles à titre de prédicteurs de la victimisation et de la pratique de l'intimidation.

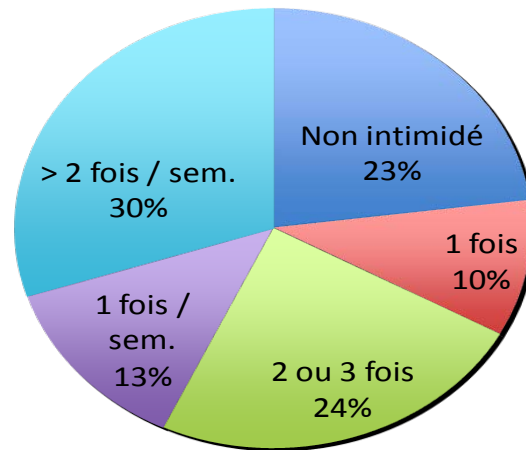
CAPPADOCIA, M. C., J. A. Weiss et D. Pepler. « Bullying experiences among children and youth with Autism Spectrum Disorders » dans *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2012, n° 42, p. 266-277.

# Les participants à cette étude

- 192 parents d'enfants ayant reçu un diagnostic de TSA.
- Enfants
  - Âgés de 5 à 21 ans, inscrits à l'école
    - Âge moyen = 12 ans; écart-type = 3,55
    - 85 % de sexe masculin
  - Diagnostics
    - Syndrome d' Asperger (50 %) et autisme de haut niveau (14 %)
    - TED-NS (13 %)
    - Autisme (19 %)
  - Inclusion totale, la plupart du temps (80 %)

# Fréquence de l'intimidation – Vue d'ensemble

- 77 % des parents ont déclaré que leur enfant avait été victime d'intimidation à l'école au cours du dernier mois.
  - 54 % d'entre eux ont déclaré que leur enfant était victime d'intimidation depuis plus d'un an.

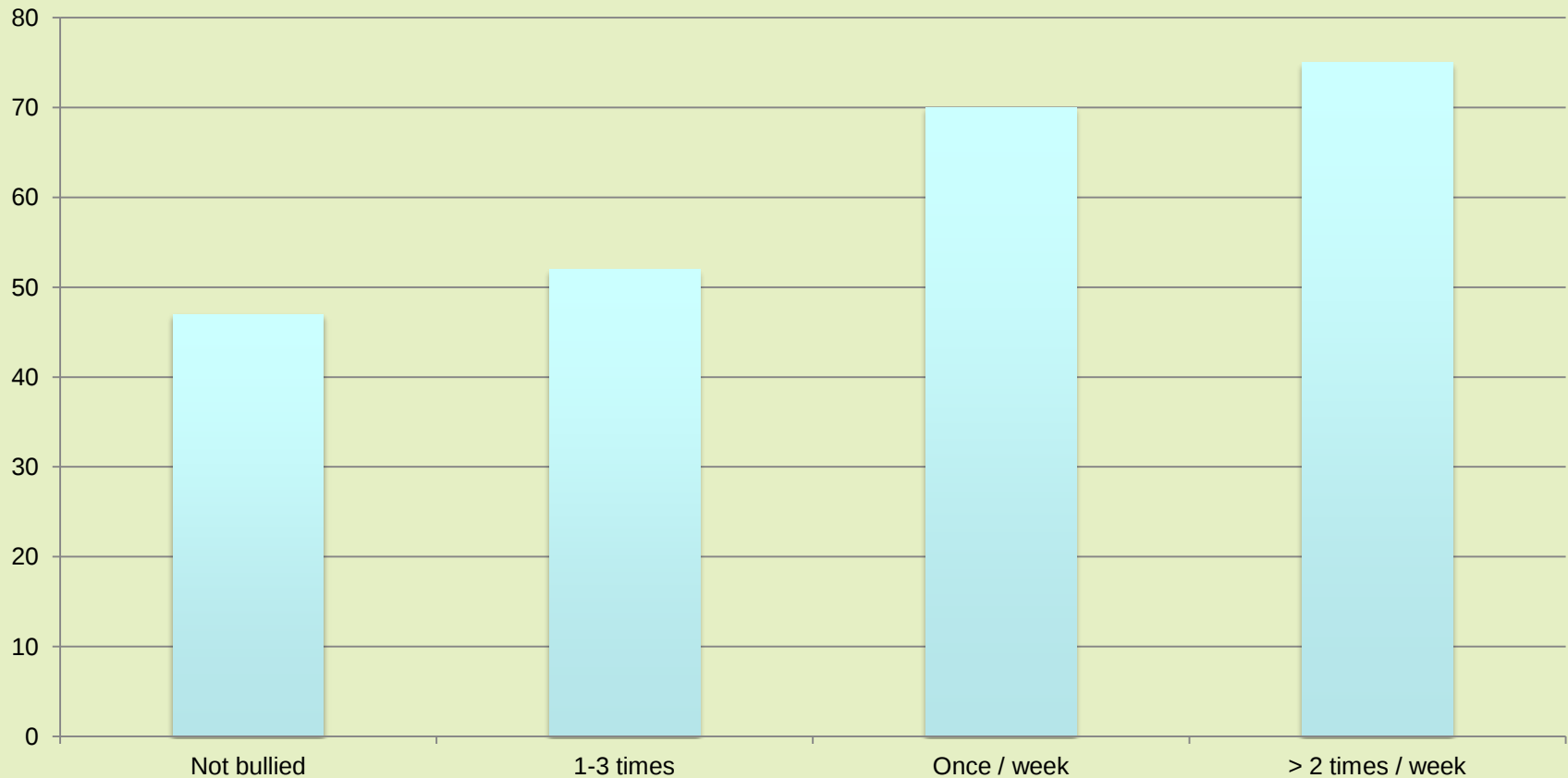


# Prévalence – Différentes formes

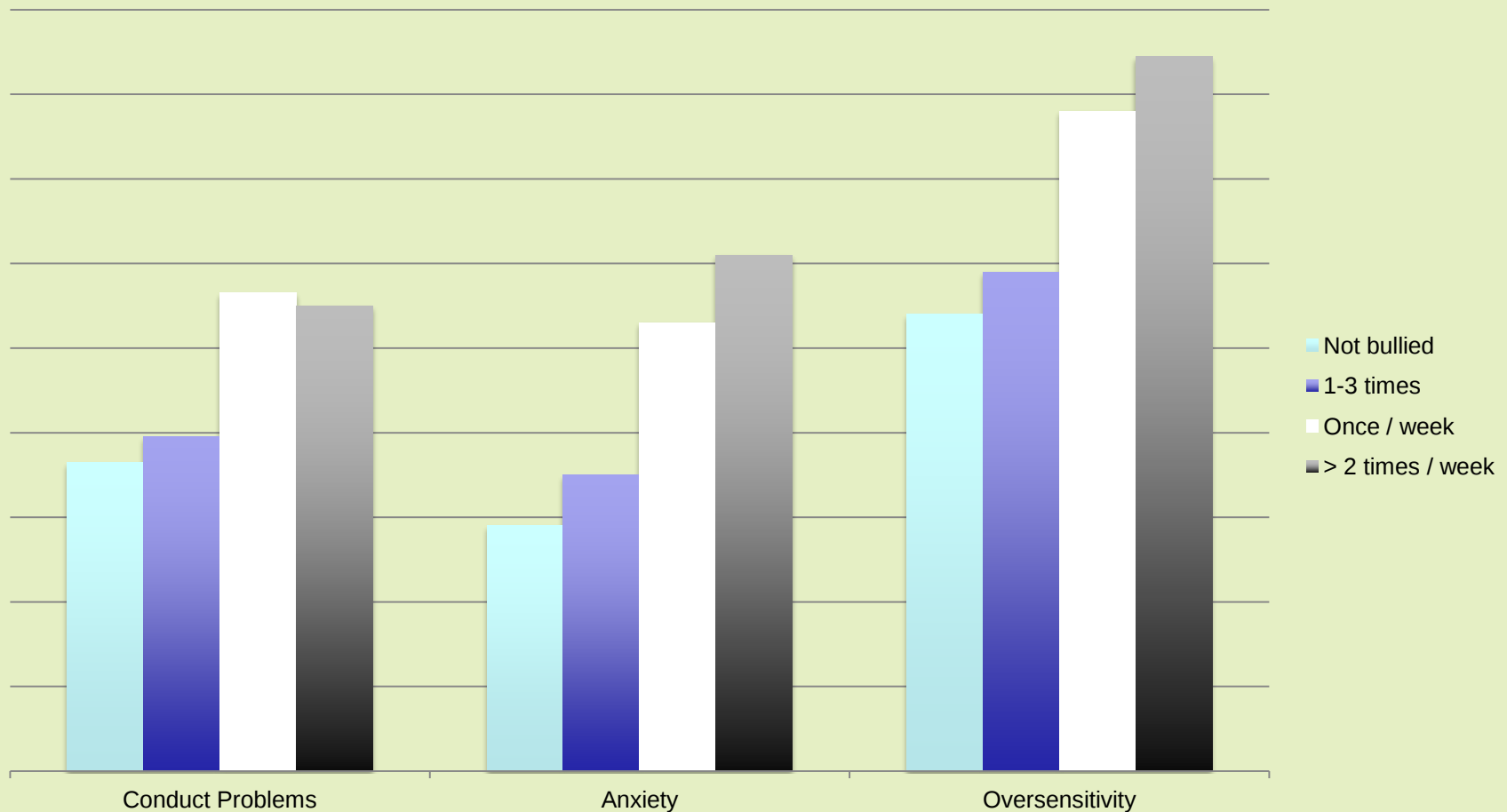
- L'intimidation verbale et sociale prédominant – 70 % des participants ont signalé au moins une de ces deux formes d'intimidation au cours du dernier mois.
  - 28 % ont indiqué que les actes d'intimidation se produisaient 2 ou 3 fois par semaine.
- Un groupe significatif a déclaré avoir été victime d'intimidation physique au moins une fois au cours du dernier mois (41 %).
- Un faible pourcentage des participants (10 %) a déclaré avoir été victime de cyberintimidation au moins une fois au cours du dernier mois.

# Dans l'ensemble, il existe un lien entre les problèmes de santé mentale et la fréquence de l'intimidation

Problèmes totaux



# Il existe un lien entre la gravité de certains problèmes et la fréquence de l'intimidation



# La relation entre la victimisation et les problèmes de santé mentale

- La grande victimisation est beaucoup plus fréquente que la faible victimisation et l'absence de victimisation
  - Problèmes de comportement
  - Insécurité / Anxiété\*\*\*
  - Hyperactivité\*\*
  - Automutilation\*
  - Auto-isolement / comportement ritualiste
  - Hypersensibilité)\*\*\*

\* =  $p < 0,05$ , \*\* =  $p < 0,01$ , \*\*\* =  $p < 0,001$

# La relation entre la victimisation et les problèmes de santé mentale

- Comparativement aux jeunes non intimidés, les victimes d'intimidation présentent
  - Moins de comportements sociaux positifs\*\*
  - Des taux beaucoup plus faibles de bonheur à l'école\*

\* =  $p < 0,05$  & \*\* =  $p < 0,01$

# Les taux d'intimidation

- La victimisation et les actes d'intimidation sont reliés, khi carré = 24,40,  $p < 0,001$ 
  - 53 % des jeunes victimisés ont eux aussi commis des actes d'intimidation.
  - 14 % des jeunes non victimisés ont eux aussi commis des actes d'intimidation.

# Stratégies



# S'attaquer aux mythes entourant les TSA

(Gray, 2004)

1. Certains enfants sont condamnés à être victimes d'intimidation en raison des symptômes de leur TSA.
2. La nature des actes d'intimidation correspond au motif de l'intimidation.
  - P. ex., le fait que Sam se fasse taquiner parce qu'elle aime le poisson ne signifie pas que son penchant pour le poisson est le motif des taquineries dont elle est victime.
3. Pour être acceptés, certains enfants devraient eux-mêmes changer (p. ex., leur penchant pour le poisson).

# S'attaquer aux mythes entourant les TSA

(Gray, 2004)

4. Après avoir suivi, seul ou avec ses pairs, l'un des programmes de lutte contre l'intimidation en milieu scolaire, c'est à l'enfant ayant un TSA de tirer son épingle du jeu; il y a une limite à ce que l'on peut faire pour l'aider.
5. Une supervision accrue des adultes à l'école se traduit automatiquement par une meilleure protection des enfants qui ont un TSA.
  - Certains enseignants ne comprennent pas l'enfant qui vit avec un TSA et tiennent ce dernier responsable de ce qui lui arrive.

# S'attaquer aux mythes entourant les TSA (suite)

- Des interventions s'imposent auprès de l'enfant, de sa famille et du système de soutiens.
- « Sensibiliser davantage **au** fait que l'intimidation est un problème dont les racines et les solutions dépassent les limites du système d'éducation. »

Équipe d'action pour la sécurité dans les écoles. *Améliorer la sécurité dans les écoles : un plan d'action pour la prévention de l'intimidation, ministère de l'Éducation, 2005, p.33.*



# Conseils aux parents



# Les 5 interventions conseillées ([www.prevnet.ca](http://www.prevnet.ca))

1. Prenez le temps d'analyser vos sentiments.
2. Faites preuve de sollicitude envers votre enfant.
3. Renseignez-vous sur l'intimidation et sur la façon d'y réagir.
4. Collaborez avec d'autres adultes qui sont présents dans la vie de votre enfant afin d'assurer la sécurité de ce dernier.
5. Évaluez l'efficacité du plan de sécurité et demeurez en contact avec les autres adultes concernés.

# Conseils aux parents

- Aidez votre enfant à écrire une lettre à son enseignant / enseignante et à la direction de l'école (voir le modèle qui vous a été fourni) et remettez-la à l'enseignant / enseignante.
- Effectuez un suivi auprès de l'enseignant / enseignante et de la direction en ce qui concerne les prochaines étapes... encouragez la reddition de comptes et l'approche par équipe.
- Proposez à l'enseignant / enseignante de prendre des mesures concrètes (voir le document intitulé *10 choses que les enseignants / enseignantes peuvent faire*).

# Modèle de lettre

Date : \_\_\_\_\_

Madame, Monsieur \_\_\_\_\_ (nom du directeur / directrice de l'école, de l'enseignant / enseignante, du conseiller ou de la conseillère, de l'entraîneur)

J'ai un grave problème d'intimidation. J'essaie de résoudre ce problème depuis ..... (durée en semaines, en mois, en années). J'ai :

☐ été victime d'intimidation   ☐ pratiqué l'intimidation   ☐ vu d'autres élèves se faire intimidés

Ce problème d'intimidation inclut : (Cochez toutes les formes d'intimidation observées ou pratiquées)

☐ L'intimidation physique   ☐ L'intimidation sociale  
☐ L'intimidation verbale   ☐ La cyberintimidation

Après avoir longuement réfléchi au problème de l'intimidation, je veux que vous sachiez ce que je ressens : (décris tes sentiments ici)

---

---

---

J'ai essayé d'améliorer la situation en : (décris les moyens que tu as pris pour tenter de mettre fin à l'intimidation)

---

---

---

J'aimerais aussi que : (énumère les changements que tu souhaites)

---

---

---

Je pense qu'il est important de mettre fin à l'intimidation et j'ai besoin de votre aide. J'aimerais vous rencontrer pour discuter de vos idées pour faire cesser l'intimidation et pour améliorer mes rapports avec mes camarades de classe. Je vous écris cette lettre en espérant que vous pourrez m'aider à me sentir en sécurité.

Merci.

\_\_\_\_\_  
(Ton nom)

# Lutte contre l'intimidation – Intervention n° 1 : Accroître la sensibilisation à l'intimidation (Gray, 2004)

- Plan de l'école
  - Encerclez les lieux et les périodes à risque élevé ainsi que les lieux et les périodes de la journée que vous jugez sécuritaires

|                          | En classe | À la cafétéria | Dans la cour de<br>récréation | À la<br>bibliothèque |
|--------------------------|-----------|----------------|-------------------------------|----------------------|
| 1 <sup>ère</sup> période | FACILE    | FACILE         | MOYEN                         | PÉNIBLE              |
| Récréation               | FACILE    | FACILE         | PÉNIBLE                       | FACILE               |
| 2 <sup>e</sup> période   | PÉNIBLE   | FACILE         |                               | FACILE               |
| 3 <sup>e</sup> période   | FACILE    | FACILE         |                               | FACILE               |
| Dîner                    | FACILE    | MOYEN          | PÉNIBLE                       | MOYEN                |

## **Lutte contre l'intimidation – Intervention n° 2 : Établir un système de soutien (Gray, 2004)**

- Constituez une équipe diversifiée, composée de personnes qui désirent contribuer à la sécurité de l'enfant.
  - Parents, membres du corps enseignant, travailleurs sociaux, voisins, etc.

## Objectifs que l'équipe pourrait se fixer :

- Repérer les situations d'intimidation et les relations interpersonnelles problématiques et les améliorer.
- Aider les personnes qui interagissent avec l'enfant à le comprendre (p. ex., les membres du corps enseignant, les autres membres du personnel de l'école, les voisins, etc.).
- Appliquer des modèles positifs de résolution des conflits.
- Faciliter l'inclusion de l'enfant dans le groupe élargi des pairs.
- Favoriser l'estime de soi chez l'enfant.

## **Lutte contre l'intimidation – Intervention n° 3 : Enseignement des aptitudes à communiquer (Gray, 2004)**

En matière de communication, les aptitudes transversales sont particulièrement importantes.

- Il est important que l'enfant acquiert des aptitudes à communiquer des expériences vécues dans un milieu à des personnes qui se trouvent dans d'autres milieux.

## **Lutte contre l'intimidation – Intervention n° 4 : Personnaliser les stratégies de réaction à l'intimidation (Gray, 2004)**

Aider l'enfant à comprendre ce que signifie l'intimidation et lui expliquer, en tenant compte de son niveau de développement, comment réagir à l'intimidation.

# Définir l'intimidation (Gray, 2009)

## Qu'est-ce que l'intimidation?

- Certains élèves essaient d'intimider les autres en faisant en sorte qu'ils se sentent mal à l'aise, effrayés ou tristes...
- Ils essaient d'intimider les autres (exemples)...
  - Me dit des mots méchants
  - Me frappe
  - Dis aux autres élèves de ne pas me parler ou de ne pas jouer avec moi

# L'équipe

- Rôle de l'équipe : Aider l'enfant à trouver des lieux sûrs et des personnes qui peuvent le protéger.
- Que peut faire l'enfant lorsqu'il est confronté à l'intimidation?
  - Dresser une liste des possibilités et trouver celles qui donnent de bons résultats pour l'enfant (voir le document distribué).
  - Élaborer un scénario social (voir le document distribué).
  - Mettre en pratique les notions apprises en prenant part à des jeux de rôles à la maison et à l'école.
  - Apprendre **CE QU'IL DOIT PENSER, CE QU'IL DOIT DIRE ET CE QU'IL DOIT FAIRE.**

# Si tu es victime d'intimidation

## Ce que tu peux faire si tu es victime d'intimidation...

- ✓ Si tu as de la difficulté à te défendre, ignore les actes d'intimidation et va-t-en... puis va dire ce qui s'est passé à quelqu'un qui peut t'aider.
  - ✓ Parle à quelqu'un qui peut t'aider :
    - Un élève plus âgé, tes amis, un enseignant, un conseiller en orientation, le directeur ou la directrice de l'école, un entraîneur de sports, tes parents ou tout autre adulte en qui tu as confiance.
- Ça fonctionne vraiment lorsque tu parles à quelqu'un et que tu obtiens de l'aide. Tu devras peut-être en parler à plus d'une personne... Ne te décourage pas!*
- ✓ Si tu as peur de parler à un adulte, demande à un ami de t'accompagner.
  - ✓ Tiens-toi dans les endroits où tu te sens en sécurité.
  - ✓ Reste proche des élèves sur lesquels tu peux compter pour prendre ta défense.
  - ✓ Fais preuve d'assurance et dis à l'enfant qui tente de t'intimider de s'en aller... l'intimidation, ce n'est pas cool!
  - ✓ Reste calme... essaie de ne pas montrer ton inquiétude lorsque quelqu'un tente de t'intimider.
  - ✓ Essaie d'être drôle... l'humour indique que tu n'es pas tracassé.
  - ✓ Affirme-toi sans être agressif...la riposte a souvent pour effet d'aggraver l'intimidation.
  - ✓ Personne ne mérite d'être victime d'intimidation.
  - ✓ En demandant de l'aide pour mettre fin à l'intimidation, TU aides à faire de ton école un meilleur endroit où vivre.
  - ✓ Si ces conseils pratiques fonctionnent pour toi, transmets-les à d'autres personnes.

# Que faut-il *penser* de l'intimidation?

## Reste calme

Pense aux faits concernant  
l'intimidation

- Ce n'est pas de ma faute si quelqu'un essaie de m'intimider.
- L'élève qui essaie de m'intimider est hors contrôle.
- Je ne suis pas le seul. D'autres élèves sont également victimes d'intimidation.
- Il y a des adultes à qui je peux parler en toute confiance.

Pense à une image de paix

- Pense à des choses agréables.
- Je suis un bon élève.
- J'ai quelques bons amis.
- Mes parents vont m'aider.

# Comment *parler* de l'intimidation

## Choisis des phrases à dire

- Ne te laisse pas emporter.
- Il faut que tu arrêtes.
- Je fous le camp.
- Peu importe.

## Comment les dire

- Dis-les en restant calme.
- Lorsque tu auras dit ta phrase, il se peut que l'intimidateur poursuive son manège. Alors, c'est le temps de partir.
- Il est tout à fait correct de partir même si l'intimidateur continue de parler.

# Comment réagir à une tentative d'intimidation

- Il est difficile de s'en aller.
- Les adultes ne sont probablement pas présents dans tous les cas... Il y a une différence entre rapporter des faits et faire le porte-panier.
  - On rapporte des faits pour sortir la personne de son pétrin; on fait le porte-panier pour mettre la personne dans le pétrin.
  - Les faits à rapporter (où et quand ces faits se sont produits, qui a fait quoi, ce qui a été dit).
  - Comment rapporter les faits (Utiliser le modèle de lettre fourni)
  - À qui rapporter les faits (à tel ou tel membre de l'équipe).

## Lutte contre l'intimidation – Intervention n° 5 : Développer l'estime de soi (Gray, 2004)

- Féliciter abondamment l'enfant pour ses succès!
- Reconnaître et valoriser les talents de l'enfant.
- L'encourager à développer de nouveaux talents ou ceux qu'il possède déjà.
- Discuter avec lui de *héros* qui possèdent des traits de personnalité semblables aux siens (p. ex., Bill Gates).
- Demander à l'enfant de vous donner son *opinion d'expert* sur des sujets qu'il connaît bien.
- Recadrer les attitudes et les attributions négatives de l'enfant.
- Contrebalancer les discours internes négatifs de l'enfant par des faits valorisants qui contredisent ses propos.
- Répéter à l'enfant **QUE C'EST CORRECT D'AVOIR UN TSA!**

# Stratégies de prévention



# Conseils de prévention à l'intention des professionnels de la santé

- Gardez l'œil ouvert!
  - Les différentes formes d'intimidation.
  - Les taux élevés d'intimidation à l'endroit des jeunes qui ont un TSA.
- Aider à sensibiliser les parents et les autres professionnels aux problèmes d'intimidation.
  - Encouragez les parents à vous faire part de leurs perceptions, de leurs observations ou de leurs préoccupations.
  - Rassurez les parents qui souhaitent discuter d'intimidation avec des médecins et encouragez-les à poser des questions.

# Conseils de prévention à l'intention des parents d'enfants qui ont un TSA (Dubin, 2007)

- Discuter avec l'enseignant ou l'enseignante des mesures d'adaptation dont votre enfant a besoin.
  - Il ne s'agit pas d'un *traitement de faveur*.
- Si possible, soyez présents dans l'école.
- Exercez-vous à jouer au détective avec votre enfant.
  - Passez en revue différentes situations sociales où il pourrait devoir engager le dialogue avec ses pairs et apprenez-lui, par la pratique, *à lire entre les lignes*.
  - (Voir l'exemple présenté sur la diapositive suivante).

# Jouer au détective : Exemple I

(Dubin, 2007)

***Regarde, voici Jean, l'élève le plus formidable de l'école!***

- Qui a dit ça?
- A-t-il été gentil avec toi dans le passé? Ou désagréable?
- Comment les autres ont-ils réagi à ce qu'il a dit?
- Qu'est-il arrivé ensuite – a-t-il continué de te parler ou est-il parti?

# Jouer au détective : Exemple 2

(Dubin, 2007)

***Je ne peux pas croire que tu as fini ton devoir. Tu es un vrai geek! Je n'ai même pas commencé le mien. Veux-tu passer du temps avec moi après l'école?***

- Est-ce que cette personne est un ami?
- Que veut dire cette personne lorsqu'elle te traite de geek? Est-ce qu'elle dit cela pour t'insulter?
- Pour quelle autre raison cette personne peut-elle avoir employé ce terme?
- Comment dois-tu interpréter l'invitation à passer du temps avec elle après l'école?

# Conseils de prévention pour les enfants

- Leur enseigner les habiletés sociales.
- Mettre les enfants en contact avec des pairs bienveillants.
- Favoriser un climat agréable en classe.
- Planifier les périodes passées dans la cour de récréation.

# Résumé

- L'intimidation est un problème gérable et un enjeu crucial pour les personnes qui vivent avec un TSA.
- Nous devons intervenir avant et après les actes d'intimidation afin de réduire le nombre de jeunes qui en sont victimes ainsi que les problèmes de santé mentale que peuvent générer ces expériences pénibles.
  - Les professionnels de la santé, les parents et les enfants ont tous un rôle important à jouer.

# Merci! Des questions?

Jonathan Weiss, Ph.D., psychologue  
certifié et professeur adjoint  
Département de psychologie  
Université York  
jonweiss@yorku.ca  
Téléphone : 416-736-5891



<http://asdmentalhealth.blog.yorku.ca/>