

# INTIMIDATION ET CYBERINTIMIDATION

Publié le 2 mars 2022 par Dr Martin Lanoue



- Ce n'est pas tous les jeunes qui vont parler de ce problème. Certains vont le cacher, et d'autres vont manifester leur inconfort par des comportements opposants, de l'agressivité ou de l'isolement par exemple. L'intimidateur et l'intimidé peuvent tous les deux développer de l'anxiété, des symptômes dépressifs et se replier sur eux-mêmes.
- L'intimidation était auparavant limitée à certains lieux. Avec l'arrivée de d'Internet et des réseaux sociaux entre autres, la cyberintimidation peut devenir plus envahissante, rejoignant les victimes jusque dans leur maison, et les suivant sur leur cellulaire, peu importe l'heure ou le jour de la semaine.
- La cyberintimidation peut prendre plusieurs formes. Il peut s'agir d'attaques personnelles, des messages répétés, mais aussi des publications ou des vidéos de dénigrement, le partages de photos, de secrets ou de renseignements personnels sans son consentement, ou même l'exclusion d'une personne d'un groupe.
- Il existe des ressources psychologiques et des moyens légaux pour faire face à ce problème.

**Catégories** [Problèmes de santé courants](#), [Santé des enfants et adolescents](#), [Santé selon votre âge et activités préventives](#), [Sécurité et prévention](#), [Stress et santé mentale](#)

**Étiquettes:** [Enfant](#), [Habitudes de vie](#), [Prévention](#), [Santé préventive](#)

L'intimidation est, [selon l'ordre des psychologues du Québec](#), « un comportement agressif dans lequel un individu ou un groupe attaque, humilie ou exclut intentionnellement une personne impuissante de manière répétée et durable ».

Durant l'enfance et l'adolescence, des liens se créent, des amitiés se découvrent, une identité se forge. Des conflits peuvent survenir, mais il y a aussi l'intimidation qui est assez prévalente et qui peut mener à des [problèmes de santé mentale](#), de l'anxiété, des symptômes dépressifs, une consommation de drogue, un repliement sur soi, des idées suicidaires, et ce autant pour l'intimidateur que pour l'intimidé.

Ce n'est pas tous les jeunes qui vont parler de ce problème à un adulte. Certains vont cacher ces problèmes, d'autres vont manifester leur inconfort par des comportements opposants, de l'agressivité ou de l'isolement par exemple.

## La Cyberintimidation

Avec les réseaux sociaux, il est très facile de trouver une personne et de communiquer avec elle, ce qui fait en sorte que l'intimidation, auparavant limitée à certains milieux comme l'école ou le travail par exemple, continue même une fois à la maison, peu importe l'heure ou la journée. De plus, les messages envoyés peuvent souvent être vus par un large groupe de personnes, se répandre rapidement, et les commentaires peuvent être nombreux et écrits par des gens qu'on ne connaît parfois même pas.

La cyberintimidation [est très répandue](#) et mérite qu'on s'y attarde.

Les plateformes sont multiples. Il y a les textos, *Whats App*, *Messenger*, *Snapchat*, les courriels aussi, mais aussi [tous les réseaux sociaux](#) comme [Facebook](#), [Instagram](#), [TikTok](#), [Flickr](#), [Twitter](#), [Youtube](#), par exemple. L'intimidation peut aussi se produire sur les réseaux de jeux en ligne, autant sur l'ordinateur que sur les consoles de jeu connectées.

La cyberintimidation peut aussi prendre plusieurs formes. Il peut s'agir d'attaques personnelles, des messages répétés, mais aussi des publications ou des vidéos de dénigrement, le partage de photos ou de secrets / renseignements personnels sans son consentement, ou même l'exclusion d'une personne d'un groupe. Des remarques racistes, sexistes, sur l'[orientation sexuelle](#) ou l'[identité de genre](#), ou encore sur les traits physiques d'une personne (surpoids, maigreur, etc.) ne sont que des exemples de commentaires méchants qui peuvent être diffusés. [Le « sextage »](#) peut aussi représenter un risque et [en parler aux enfants](#) dans un but préventif est une bonne idée.

Certains groupes comme [Habilomédias](#) ont élaborés des [guides pour les parents](#) afin de les outiller face à ce problème.

## Ressources

Il existe des ressources en milieu scolaire pour sensibiliser les jeunes et les aider; recherchez-les. Le [CLSC aussi \(811\)](#) peut vous aider.

Le [site web du gouvernement du Canada](#) propose plusieurs solutions en terme de [prévention](#), de conseils [pour les victimes](#), et d'[outils afin d'agir](#) si on connaît une personne qui en est victime.

L'[ordre des psychologues du Québec](#) vous permet de rechercher un professionnel pour vous aider, et fourni de bons [conseils sur l'intimidation](#) en général.

[Rapport du Comité d'experts sur la cyberintimidation au Québec.](#)

[Protection des enfants sur internet](#)

[AidezMoiSVP](#)

[Jeunesse J'écoute](#)

[Tel Jeunes](#)

### **Légalement :**

[Gendarmerie Royale du Canada](#)

[Sûreté du Québec](#)

[CAVAC](#)