

L'intimidation et le suicide

Qu'est-ce que c'est?

L'intimidation entraîne des effets néfastes sur le plan psychologique, émotionnel et comportemental. Les jeunes qui la vivent peuvent finir par croire qu'ils ne s'en sortiront jamais (Wade et Beran, 2011).

L'intimidation est associée à plusieurs précurseurs d'idées suicidaires (Hinduja et Patchin, 2010) :

- la dépression et le désespoir
- une faible estime de soi
- la solitude et l'isolement
- la colère et la frustration
- un sentiment d'humiliation
- la honte
- un traumatisme



L'intimidation est un acte conscient, volontaire, délibéré et hostile à caractère répétitif. Elle est marquée par l'inégalité du rapport de force, l'intention de blesser et la menace d'agression.

(Alberta Human Services, 2015)

85%

des actes d'intimidation se déroulent en présence d'autres personnes (Craig et Pepler, 1997).

Types d'intimidation

INTIMIDATION VERBALE

- sarcasme
- menaces
- commentaires négatifs, insultants ou humiliants
- commentaires à caractère sexuel non sollicités

INTIMIDATION SOCIALE

- propagation de rumeurs sur une personne ou atteinte à sa réputation
- exclusion d'un groupe
- gestes publics d'humiliation, graffitis dégradants
- tort causé aux liens d'amitié d'une personne

INTIMIDATION PHYSIQUE

- agression physique intentionnelle envers une personne
- destruction ou vol d'effets personnels
- contacts sexuels non sollicités

CYBERINTIMIDATION

- Utilisation de communications électroniques (p. ex. sur Internet, dans les réseaux sociaux ou par messagerie texte) pour :
 - » intimider
 - » dénigrer
 - » répandre des rumeurs
 - » se moquer d'une personne
 - » diffuser des images ou des renseignements confidentiels ou embarrassants au sujet d'une personne sans son autorisation (Alberta Human Services, 2015).

Les victimes de cyberintimidation sont

2 fois

plus susceptibles de se suicider (Hinduja et Patchin, 2010).

Lorsque l'intimidation s'accompagne d'autres facteurs de risque, elle entraîne souvent des idées suicidaires (Hinduja et Patchin, 2010; Olson, 2012; Holt et coll., 2015). Quelques facteurs de risque pour les idées suicidaires :

- l'intimidation
- les abus sexuels
- les sévices corporels
- la toxicomanie
- la dépression

Autant les personnes qui subissent de l'intimidation que les celles qui la pratiquent courent un risque plus élevé de suicide. Les jeunes qui jouent à la fois les rôles de bourreau et de victime sont les plus à risque de se suicider (Holt et coll., 2015; Suicide Prevention Resource Center, s.d.).

En raison de cette relation étroite entre l'intimidation et le suicide, la mise sur pied de programmes de prévention et d'intervention en matière d'intimidation est essentielle (van Geel et coll., 2014).

Tendre la main

Quoi faire lorsqu'un jeune est intimidé, en détresse émotionnelle ou suicidaire

CONSEILS AUX ADULTES - LORSQU'UN JEUNE EST VICTIME D'INTIMIDATION:

- Offrez-lui du réconfort et du soutien; dites-lui qu'il est en sécurité.
- Demandez à la personne responsable du groupe où l'intimidation se produit de surveiller la situation.
- Prenez les dispositions nécessaires pour veiller à la sécurité de la victime, en assurant la présence d'un adulte ou d'un jeune plus âgé près de l'endroit où l'intimidation a lieu.
- Aidez-le à retrouver confiance et à rebâtir son estime de soi et encouragez-le à communiquer (Alberta Human Services, 2015).

CONSEILS AUX ADULTES - LORSQU'UN LA VICTIME D'INTIMIDATION EST SUICIDAIRE:

- Demandez-lui sans détour s'il songe à se suicider.
- Si sa réponse est oui, mettez-le immédiatement en lien avec des services de soutien. Téléphonnez au centre de crise de votre région et mettez-le en lien avec le jeune suicidaire.
- Si le jeune vous annonce qu'il a un plan pour mettre fin à ses jours, composez le 9-1-1 (Centre for Suicide Prevention, 2015).

CONSEILS AUX JEUNES:

- Si vous êtes témoin d'un geste d'intimidation, déterminez l'intervention la plus sécuritaire et agissez. Vous pourriez ordonner à l'intimidateur d'arrêter, offrir de l'aide à la victime et demander de l'aide à un adulte.
- Si vous êtes victime d'intimidation, tenez tête à votre intimidateur en affichant de la confiance, en le regardant dans les yeux, en adoptant un ton calme mais ferme, exigez que l'intimidation prenne fin, puis éloignez-vous. Demandez l'aide d'un adulte. Ne gardez pas en secret l'intimidation que vous vivez (PREVNet.ca, s.d.).

1 jeune **sur** **3**

est victime d'intimidation
(Statistique Canada, 2012).

Les élèves LGBTQ vivent

3 fois

plus de discrimination que
leurs camarades hétérosexuels
(Instituts de recherche en
santé du Canada, 2012).

40%

des jeunes ont subi
de la cyberintimidation
(Schneider et coll., 2012).

RESSOURCES

POUR LES PARENTS

- *Indigenous Youth Cyberbullying Special Feature*, Centre for Suicide Prevention csprev.ca/2bZXxVe
- *Cyberbullying Special Feature*, Centre for Suicide Prevention csprev.ca/2c00h4l
- B-Free.ca
- BullyFreeAlberta.ca
- PREVNet.ca

POUR LES JEUNES

- Jeunesse, J'écoute Jeunessejeécoute.ca 1 (800) 668-6868
- B-Free.ca
- BullyFreeAlberta.ca
- PREVNet.ca

POUR LES ÉCOLES

- KindCampaign.com
- StopaBully.ca
- PREVNet.ca



POUR EN SAVOIR PLUS,
VISITEZ LE SUICIDEINFO.CA



Commission de
la santé mentale
du Canada



Canadian Mental
Health Association
Mental health for all



centre for
suicide prevention

Avec le financement de
Financial contribution from



Santé Health
Canada Canada

Références

Alberta Human Services. *What is bullying?*, 2015. Consulté au <http://www.humanservices.alberta.ca/abuse-bullying/18312.html>

Centre for Suicide Prevention. *Teen suicide resource toolkit*, 2012. Consulté au <https://www.suicideinfo.ca/resource/updated-expanded-teen-suicide>

Craig, W. et D. Pepler. « Observations of bullying and victimization in the school yard », *Canadian Journal of School Psychology*, vol. 13, no 2 (1997), p. 41-59.

Hinduja, S. et J. Patchin. *Cyberbullying Research Summary : Cyberbullying and Suicide*, 2010. Consulté au <https://cyberbullying.org/cyberbullying-research-summary-cyberbullying-and-suicide>

Holt, M., A. Vivolo-Kantor, J. Polanin, M. Holland, S. DeGue, J. Matiasko, M. Wolfe et G. Reid. « Bullying and Suicidal Ideation and Behaviours : A Meta-Analysis » *American Academy of Pediatrics*, vol. 135, no 2 (2015), p. 496-509. DOI : 10.1542/peds.2014-1864

Olson, R. iE5 : *Alcohol dependence and suicide*, 2012. Consulté au <https://www.suicideinfo.ca/resource/alcoholandsuicide>

PREVNet.ca. *Aidez-moi! Je me fais intimider, s.d.* Consulté au <http://www.prevnet.ca/fr/intimidation/enfants/aidez-moi-je-me-fais-intimider>

Schneider, S., L. O'Donnell, A. Stueve et R. Coulter. « Cyberbullying, school bullying, and psychological distress : A regional census of high school students », *American Journal of Public Health*, vol. 102, no 1 (2012), p. 171-177.

Suicide Prevention Resource Center. *Suicide and bullying, s.d.* Consulté au http://www.sprc.org/sites/sprc.org/files/library/Suicide_Bullying_Issue_Brief.pdf

Statistique Canada. *Les statistiques de l'intimidation au Canada*, 2012. Consulté au <http://www.cihr-irsc.gc.ca/f/45838.html>

van Geel, M., P. Vedder et J. Tanilon. « Relationship between peer victimization, cyberbullying, and suicide in children and adolescents : A meta-analysis », *JAMA Pediatrics*, 2014. Consulté au http://archpedi.jamanetwork.com/article.aspx?articleID=1840250&utm_source=Silverchair%20Information%20Systems&utm_medium=email&utm_campaign=JAMAPediatrics%3AOnlineFirst%203%2F10%2F2014

Wade, A. et T. Beran. « Cyberbullying : The new era of bullying », *Canadian Journal of School Psychology*, vol. 26, no 1 (2011), p. 44-61.

À PROPOS DU CENTRE FOR SUICIDE PREVENTION

Tout le monde peut apprendre à reconnaître une personne à risque de se suicider et lui trouver de l'aide.

Appelez-nous.

Nous sommes le Centre for Suicide Prevention, une branche de l'Association canadienne pour la santé mentale. Depuis plus de 35 ans, nous fournissons à la population canadienne les connaissances et les compétences requises pour intervenir auprès de personnes à risque de se suicider. Nous pouvons vous procurer les bons outils. Une éducation pour la vie.

À PROPOS DE LA COMMISSION DE LA SANTÉ MENTALE DU CANADA

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) joue un rôle catalyseur dans l'amélioration du système de santé mentale et la transformation des attitudes et des comportements de la population canadienne à l'égard des problèmes de santé mentale.

À PROPOS DE L'ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

L'Association canadienne pour la prévention du suicide (ACPS) a été incorporée en 1985 par un groupe de professionnels qui jugeaient essentiel de fournir de l'information et des ressources aux collectivités afin de réduire les taux de suicide et d'atténuer les conséquences dévastatrices des comportements suicidaires.

Si vous êtes en crise, appelez la ligne d'écoute téléphonique de votre région.

suicideprevention.ca/francais/



**POUR EN SAVOIR PLUS,
VISITEZ LE SUICIDEINFO.CA**



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada



CASP/ACPS



Canadian Mental
Health Association
Mental health for all



centre for
suicide prevention

Avec le financement de
Financial contribution from



Santé
Canada

Health
Canada