

Centre
de services scolaire
des Chic-Chocs

Québec 

DEUXIÈME ÉDITION DU CONCOURS SUR LA DÉMOCRATIE SCOLAIRE 17 janvier 2025



Mot de la présidente du conseil d'administration

C'est avec un immense plaisir et une grande fierté que je vous présente ce recueil de textes, fruit du travail réfléchi et passionné de nos élèves qui ont participé à la deuxième édition du concours sur la démocratie scolaire. Cette année, le thème de l'intimidation et de la violence à l'école a suscité chez nos jeunes écrivains une réflexion sur des enjeux qui touchent non seulement leur environnement scolaire, mais aussi la société dans son ensemble.

L'intimidation et la violence sont des problématiques qui, malheureusement, demeurent présentes dans nos écoles et notre société. Cependant, il est essentiel de se rappeler que chaque action, chaque parole et chaque geste de bienveillance peuvent faire une différence. Comme vous le constaterez, c'est précisément ce message que les élèves ont choisi de transmettre à travers leurs textes, soit l'importance de lutter ensemble contre l'intimidation, de promouvoir le respect et la solidarité, et de créer des environnements où chacun se sent en sécurité et valorisé.

Je souhaite remercier chaleureusement tous les participants pour leur courage, leur créativité et leur implication. Ils ont démontré que la jeunesse a un pouvoir immense de transformation et d'impact dans leur milieu.

J'invite donc chaque lecteur de ce recueil à prendre le temps de découvrir ces écrits, à réfléchir aux messages qu'ils véhiculent et à s'engager, à leur tour, à être une voix contre l'intimidation et la violence. Ensemble, nous pouvons construire un avenir où chaque enfant et chaque jeune pourra grandir et s'épanouir dans un climat de respect et de paix.

Bonne lecture!



Julie Pariseau
Présidente du conseil d'administration



Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école?

Des gestes d'intimidation

- Des comportements, des mots, ou des gestes répétitifs.
- Qui isolent ou font du mal et qui créent un sentiment d'impuissance.
- La personne ou le groupe qui pose les gestes est en position de force.

Des actes de violence

- Verbale ou écrite.
- Physique.
- Psychologique.
- Sexuelle.

Comment reconnaître certains signes

- Si vous remarquez un changement soudain de comportement chez cette personne dans certaines situations.

Comment savoir ce que votre fils ou fille vit ce genre de situation?

- Est-elle souvent seule ou s'isole-t-elle?
- Présente-t-elle des symptômes d'anxiété et de dépression, semble-t-elle triste, malheureuse, facilement irritable?

Comment savoir si elle ou il se fait intimider ou harceler?

- Essayer de parler de ce qui ne va pas.
- En parler à des professeurs à l'école.
- En parler avec des amis de votre enfant.

Exemple :

Si votre fils ou votre fille arrive à la maison et elle ou il ne dit rien et qu'il ou qu'elle va dans sa chambre et ferme la porte très fort. C'est peut-être un signe qu'elle ou qu'il s'est fait harceler, intimider ou violenter. Il s'est peut-être passé quelque chose à l'école.

Alexy-Marcel Aubut

Secondaire 1

École des Prospecteurs, Murdochville

Concours démocratie scolaire

L'intimidation et la violence dans le cadre scolaire, des sujets plutôt sensibles et en effervescence depuis quelques années. C'est quoi l'intimidation? Plusieurs personnes ne savent même pas ce que ce terme signifie. L'intimidation est une forme de violence qui ne doit absolument pas être tolérée. Il s'agit d'un acte, d'une intervention ou d'un commentaire qui menace, blesse, humilie ou prive quelqu'un d'autre de sa dignité (selon le gouvernement du Québec). Tandis que la violence peut inclure tous les autres actes physiques que nous connaissons. Selon l'Institut de la statistique du Québec, environ 12 % des Québécois et Québécoises de 12 ans et plus ont vécu de l'intimidation (18 janvier 2024). Plusieurs formes d'intimidation existent, telles que la cyberintimidation, l'intimidation verbale, physique et sociale. La cyberintimidation est l'action de menacer, harceler, nuire à la réputation de quelqu'un, briser des amitiés ainsi que d'embarrasser une personne par l'utilisation des réseaux sociaux, par courriel ou par message texte. Par la suite, l'intimidation verbale est le fait d'insulter, menacer, agacer méchamment ainsi que se moquer de quelqu'un soit de façon subtile ou directe, pouvant ainsi causer des répercussions psychologiques à la victime. L'intimidation physique est le fait de s'attaquer au corps ou aux biens de quelqu'un, lui causant alors un dommage sur le plan physique. Finalement, l'intimidation sociale ce sont des comportements, des attitudes répétitives ayant pour but de causer un malaise, d'humilier quelqu'un pouvant donc atteindre son estime de soi et sa réputation.

Un enfant qui vit de l'intimidation a donc, selon moi, beaucoup plus de chances de vivre avec des répercussions physiques ou psychologiques durant le restant de sa vie. C'est donc pourquoi nous devons trouver des solutions pour contrer l'intimidation dans le cadre scolaire visant à améliorer les conditions de vie des élèves.

Premièrement, des ateliers de sensibilisation devraient être plus fréquents et être pris au sérieux par les élèves. Ces activités ont pour but de communiquer de l'information sur le sujet de l'intimidation ainsi que les façons de réagir soit pour les victimes, pour les témoins ou encore pour les proches de la victime. De plus, ces animations sont souvent prises moins au sérieux par certains élèves, car ils croient qu'il n'y a pas d'intimidation dans leur établissement. C'est pourquoi les activités devraient être plus strictes, car ce sujet sérieux est plus fréquent qu'on le croit.

Deuxièmement, après avoir fait des ateliers de sensibilisation plus fréquents, les élèves devraient être plus aptes à communiquer ce qu'ils vivent ou ce qu'ils voient. Si la victime parle à un adulte de confiance ou à une organisation pour les jeunes comme Aire ouverte, de ce qu'elle vit, ou si un témoin parle de ce qu'il a vu, il sera alors plus facile d'agir en conséquence des actes commis par l'intimidateur. Ainsi, des mesures vont pouvoir être mises en place pour cadrer l'intimidateur, les membres de la famille proches de la victime, le/les témoins et la victime visant à les aider à cheminer de façon positive dans leur développement physique et psychologique.

Finalement, si toutes ces mesures sont mises en place par les établissements scolaires, l'intimidation devrait alors diminuer ou du moins elle sera gérée de la bonne façon. Les répercussions mentales et physiques sur la victime seront alors diminuées puisque des mesures seront en place pour l'aider. Voici donc, selon moi, les façons de contrer l'intimidation dans le cadre scolaire.

Allison Lemieux St-Pierre

Secondaire 5

École des Prospecteurs, Murdochville

Contrer la violence et l'intimidation à l'école

La violence et l'intimidation à l'école sont de réels problèmes au sein de notre société. Dans ce texte, je vais vous présenter mes multiples idées pour contrer ce fléau scolaire.

Premièrement, je crois que des campagnes de sensibilisation seraient nécessaires. Pas seulement contre la violence et l'intimidation, mais aussi sur le fait que c'est « correct » et sans danger de se confier à un adulte responsable lorsqu'on est victime ou témoin de violence et d'intimidation. En effet, les jeunes peuvent craindre des représailles de la part de l'agresseur ou être trop orgueilleux pour aller parler de ce qu'ils ont vécu à une personne-ressource. Si l'agresseur est son ami(e) ou son amoureux(se) par exemple, ils peuvent ne pas vouloir dénoncer le fautif dans la crainte d'envenimer la relation ou qu'il arrive quelque chose de fâcheux à ce dernier.

Deuxièmement, je pense qu'une augmentation du nombre de TES (technicien(ne) en éducation spécialisée) au secondaire (un(e) par classe en tout temps) pourrait aider à prévenir ainsi qu'à gérer la violence et l'intimidation. Plus il y a d'yeux, plus c'est facile de repérer un comportement inapproprié et plus il y a d'intervenants, plus c'est facile de s'en occuper.

Troisièmement, je crois qu'une alimentation saine et abondante pourrait aider les élèves à avoir un meilleur comportement. Des menus plus santé et des portions plus abondantes à la cafétéria et à la pause collation de 10 h 30 pourraient être une solution partielle à ce problème. Plusieurs élèves sont allergiques/intolérants à différents aliments (lait, œufs, arachides, gluten...) et ne peuvent donc pas manger les repas proposés. Il serait important de leur offrir un menu sans allergène. La faim est cause de conflits : un élève affamé sera plus bête que d'habitude. Il aura moins de patience qu'à l'accoutumée, sera plus susceptible, donc plus enclin à réagir violemment (de façon physique ou verbale).

En résumé, mes trois idées pour contrer la violence et l'intimidation à l'école sont sécuriser la dénonciation par les jeunes, l'augmentation du nombre de TES dans les classes du secondaire ainsi que des menus plus santé et plus abondants à la cafétéria.

Amiel Zachaël Marleau

Secondaire 4

École Gabriel-Le Courtois, Sainte-Anne-des-Monts



Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école?

L'intimidation et la violence à l'école ne sont pas un sujet étranger, presque tout le monde sait en quoi ça consiste et de quoi ça parle. Beaucoup de gens sont affectés par le harcèlement, des cas extrêmes en incluent même la mort. Heureusement, il existe de multiples solutions pour ce problème et pour de plusieurs cas différents.

L'une d'elles est d'en parler avec un adulte en qui vous avez confiance. Parler avec lui de votre situation peut aider à arrêter l'intimidateur et ses complices (s'il y en a), lorsqu'il intervient. Une autre solution pour arrêter l'intimidation, c'est de garder son calme et de contrôler ses réactions envers les actions de l'harcéleur. Le manque de réaction de votre part va souvent les faire arrêter de vous intimider puisqu'ils ne reçoivent strictement rien de vous en retour. Vous pouvez aussi ignorer les essais de l'intimidateur si vous le voulez. Ce qui fait partie aussi de la solution nommée précédemment d'une certaine manière. Si la violence que les intimidateurs infligent est trop et devient criminelle, appeler la police est aussi une autre option. Si vous n'êtes pas la cible, ce n'est pas grave, parce que vous pouvez aussi faire quelque chose pour régler le problème en agissant face à l'intimidation. Il faut aussi savoir que l'intimidation ne se passe pas seulement à l'école, elle peut aussi se passer sur Internet. Dans ce cas-ci, vous pouvez aussi ignorer tous les essais de la ou les personnes qui vous harcèlent.

Tout cela était des solutions pour contrer l'intimidation à l'école et la violence en général, chacune avec une différente approche envers le sujet. Il n'est jamais trop tard pour demander de l'aide à quelqu'un. N'ayez pas peur de le faire, car tout ira mieux si vous le faites le plus tôt possible, sans aucune hésitation à l'esprit. Cela s'applique aussi à ceux qui connaissent quelqu'un qui se fait intimider, car en parler avec quelqu'un, préférablement un adulte, peut les aider grandement.

Anakyn Boucher

Secondaire 4

École des Prospecteurs, Murdochville

Arrêter l'intimidation et la cyberintimidation

L'intimidation consiste à se moquer d'une personne ou à parler dans le dos d'une personne. Il y a aussi plein d'autres moyens de faire de l'intimidation ou de la cyberintimidation. Parfois, juste des paroles peuvent entraîner des conséquences, comme le suicide ou la perte de confiance en soi. Il y a plusieurs moyens pour faire en sorte qu'il y ait moins d'intimidation dans le monde. Dans mon texte, je vais vous proposer mes idées pour arrêter l'intimidation et la cyberintimidation.

Le premier moyen pour arrêter l'intimidation serait que la personne intimidée en parle avec un adulte. Parfois, les personnes qui vivent de l'intimidation ne veulent pas aller en parler avec quelqu'un parce qu'elles pensent que personne ne veut les aider. Pourtant, en allant en parler à un adulte ou même à une personne de confiance, la personne intimidée se sentira moins seule et plus en sécurité.

Le deuxième moyen pour arrêter l'intimidation serait de faire de nouvelles connaissances avec quelques personnes, comme ça, ces personnes pourront tisser des liens avec leurs nouveaux ami(e)s. Donc, si une personne du groupe d'ami(e)s se fait intimider, cette personne aura tous ses ami(e)s pour la soutenir et elle pourra faire face à l'intimidation.

Maintenant, je vais vous proposer mes idées pour contrer la cyberintimidation qui consiste à intimider des personnes sur les réseaux sociaux.

Le premier moyen serait de suggérer aux parents d'avoir accès aux téléphones de leurs enfants en tout temps pour surveiller les messages envoyés à d'autres personnes.

Le deuxième moyen pour arrêter la cyberintimidation serait d'interdire les téléphones dans les écoles ou bien les professeurs pourraient juste s'assurer qu'à chaque début de cours, les élèves n'aient pas de téléphone en cachette.

Pour conclure, l'intimidation et la cyberintimidation sont deux choses totalement inutiles dans la vie. Donc, nous devrions tout faire pour empêcher cela. Et si vous connaissez une personne qui subit de l'intimidation, de la cyberintimidation ou n'importe quoi d'autre, allez voir cette personne et demandez-lui si elle veut vous en parler, mais ne la laissez pas seule. Subir de l'intimidation ne fait pas de vous quelqu'un de faible ou lâche, mais il faut en parler à quelqu'un si vous en subissez.

Anouk Bujold

Secondaire 2

École des Prospecteurs, Murdochville

Contrer l'intimidation et la violence à l'école

Je m'appelle Christophe Chouinard, et je vais à l'école Notre-Dame-du-Sacré-Cœur à Saint-Majorique. Je suis en 6^e année et j'ai onze ans depuis septembre. À mon école, il y a un parlement étudiant, et je suis le ministre de la Sécurité des élèves. Depuis tout petit, je me fais intimider et c'est pour cette raison que je veux défendre cette cause.

Si vous vous faites harceler, parlez-en à un adulte de confiance comme votre famille, vos profs, à la police pour des cas plus graves et à vos amis. Le harcèlement est très grave, car cela peut tuer, blesser gravement ou décourager une personne. En gros, si vous faites du harcèlement, arrêtez et excusez-vous, car vous pourriez avoir des morts ou des personnes gravement blessées sur la conscience.

Si vous vous faites harceler, il faut en parler et ne pas rester dans le noir. Cela est un acte criminel. Il y a le PAV par exemple. C'est un protocole contre l'intimidation qui pourrait être remis à l'harceleur. Aussi, il faudrait que les policiers scolaires viennent plus régulièrement pour faire de la prévention. Il faut que les enfants harcelés parlent de leurs situations pour que les adultes puissent les aider. Il faut prendre en compte que les enfants harcelés vont avoir plus de difficulté, car cela va rester dans leur tête jour et nuit.

Il faudrait que les profs donnent un questionnaire aux enfants pour savoir s'il se font harceler. Merci d'avoir lu mon texte pour contrer l'intimidation!

Christophe Chouinard

6^e année

École Notre-Dame-du-Sacré-Cœur, Saint-Majorique

Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école?

Bonjour je m'appelle Corinne, et je suis en 6^e année à l'école Notre-Dame-du-Sacré-Cœur. Je vous envoie ceci pour contrer l'intimidation et la violence à l'école.

À l'école, vous faites déjà de la prévention, mais peut-être qu'il faudrait en faire plus pour que les élèves soient plus sensibilisés à un plus jeune âge. Aussi, les conséquences pourraient être plus grosses pour que les intimidateurs sachent ce que ça implique s'ils continuent l'intimidation. Par exemple, ils pourraient être exclus ou privés de certaines activités scolaires. Je connais une personne qui a déjà vécu de l'intimidation, et je vois que ça a changé sa vie. Aussi je ne pense pas qu'elle aimait ça, et que personne ne devrait vivre ça.

Il faut arrêter ça, car ça peut détruire la vie d'une personne, faire baisser ses notes et affecter sa santé mentale et physique. Tout dépendamment du type d'intimidation ou violence subit, la personne peut ressentir plusieurs émotions. Les intimidateurs pourraient avoir une période de réflexion pendant laquelle ils repenseront à ce qu'ils ont fait et aux conséquences de leur action. Comme une retenue pendant une heure après l'école. S'ils refusent de s'excuser et d'arrêter, la retenue continuera et les conséquences aussi resteront là. Les intimidateurs devront écrire des lettres d'excuses et faire des devoirs supplémentaires jusqu'à qu'ils comprennent. Les parents seront avertis de ce que l'enfant a fait et jugeront de la punition.

Corinne Côté

6^e année

École Notre-Dame-du-Sacré-Cœur, Saint-Majorique



Contrer la violence et l'intimidation à l'école

Dans notre société, la violence et l'intimidation sont des problèmes importants, même dans les écoles. Dans ce texte, je vais vous proposer différentes solutions pour contrer la violence et l'intimidation à l'école.

Premièrement, chez les enfants, ce qui est la base de ce problème est la faim. Quand ils ne mangent pas assez, ils deviennent fatigués et donc sont plus susceptibles, explosifs et déconcentrés. Ce serait une bonne idée de distribuer des collations aux pauses et d'offrir un menu de cafétéria santé, accessible et bien balancé.

Deuxièmement, quand les jeunes font des actes de violence ou d'intimidation, c'est souvent dû à un trop-plein d'énergie. Faire de l'exercice physique peut aider à évacuer ce trop-plein. En guise de solution, je vous conseille de déterminer des plages horaires (durant les pauses ou sur l'heure du dîner) où les élèves pourront se dépenser dans le gymnase, sans pratiquer un sport en particulier, pour sortir leur trop-plein d'énergie.

Finalement, pour réduire les actes de violence et d'intimidation à l'école, ce serait une bonne idée d'augmenter le nombre de T.E.S. (Technicien(ne) en éducation spécialisée) et de faire des suivis personnalisés aux adolescents qui ont de la difficulté à gérer leurs élans de violence par eux-mêmes.

En résumé, mes quatre solutions pour vous aider à régler le problème de la violence et de l'intimidation à l'école sont de distribuer des collations, d'offrir un menu de cafétéria santé, varié et accessible, d'aider les jeunes à dépenser leur surplus d'énergie et d'augmenter le nombre de T.E.S.

J'espère que vous avez aimé mes suggestions.

Cristal Elia Marleau

Secondaire 1

École Gabriel-Le Courtois, Sainte-Anne-des-Monts

Comment contrer la violence et l'intimidation

Pour contrer l'intimidation, j'ai repensé à notre mode de vie. J'habite à Murdochville depuis environ 10 ans. Il y a deux ans, j'ai eu la chance d'expérimenter une autre école, un autre mode de vie en allant habiter à Matane. À Murdochville, nous sommes environ 85 élèves, primaire et secondaire compris, et à Matane, nous étions environ 1200 élèves. Ça représente une atmosphère assez différente de la nôtre, bien que seulement 2 h 30 de route nous séparent. À Matane, lorsqu'on arpente les couloirs de l'école, des affiches afin de contrer l'intimidation sont sur tous les murs. Beaucoup de ressources sont d'ailleurs affichées afin de pouvoir contacter anonymement des organismes pour raconter les problèmes visant l'intimidation ou juste pour parler. Il y a aussi plusieurs locaux où les intervenants sont prêts à entendre les déclarations des élèves et à les aider. À Matane, une politique de tolérance zéro est appliquée et comprend une sanction et des rencontres régulières avec les intimidateurs pour faire en sorte que ces comportements cessent.

À Murdochville, nous sommes un village de 750 personnes. Ici, tout le monde se connaît, nous sommes une école et une famille. Amis depuis la maternelle, nous nous soutenons. Certaines personnes peuvent dire des choses déplacées quelques fois, mais notre intervenante Kathy s'assure par la suite que le respect règne. Puisque nous sommes peu nombreux, nous grandissons avec ces gens alors nous apprenons à les respecter. Je crois que ce qui nous diffère des autres écoles c'est que nous sommes ouverts à la différence. Nous accueillons tout le monde à Murdochville, personne ne se sent rejeté. Chaque nouvelle personne a un accueil exemplaire et puisque nous sommes peu, lorsque l'on sait qu'un nouvel élève arrive ici, nous sommes tous excités et enjoués à l'idée d'avoir un nouvel ami.

Avec les deux styles de vie que j'ai pu connaître, j'ai pu développer un jugement clair et plusieurs solutions contribuent à améliorer la qualité de vie à l'école. Avec mon expérience et mes recherches, j'ai pu trouver deux types de façon pour contrer l'intimidation et la violence. La première est de changer la manière de penser, la seconde est d'aller trouver la source de la blessure. Il est important de comprendre ce que l'enfant ressent et de comprendre pourquoi il fait ça. Je vous propose donc trois façons de contrer la violence et l'intimidation.

1. Premièrement, plusieurs personnes se centrent sur les actions des intimidateurs, mais moi, je crois qu'il faudrait regarder en profondeur. La cause première de l'intimidation provient des parents ou tuteurs. Si l'environnement de l'enfant n'est pas adapté à un mode de vie stable, il peut y avoir des répercussions sur l'enfant. Comme exemple, si l'enfant grandit dans un milieu brutal ou violent, le jeune peut suivre cet exemple et plus tard, avoir des comportements violents. Alors je suggère d'aller chercher la cause et les traumatismes afin de comprendre d'où vient cette violence.
2. Deuxièmement, je crois qu'on doit sensibiliser les gens aux changements, aux nouvelles choses. Leur apporter une nouvelle ouverture d'esprit. Nous avons besoin de diversité et certains devront apprendre à vivre avec celle-ci.
3. Troisièmement, si les élèves ne coopèrent pas à la suite de ces rencontres, je propose un camp de recentrement de soi. Il consisterait à obliger les intimidateurs pour une durée indéterminée à créer des liens avec d'autres personnes. Ils devront aussi adopter un respect ultime envers toutes les personnes avec qui ils seront lors de ce séjour. De plus, les appareils électroniques ne seront pas permis, aucun texto ou aucun appel. Ceux-ci seront permis lorsque les parents parleront à leurs jeunes ou quand l'enfant aura un comportement remarquable.

Chaleureusement,

Delphine Robinson-Gilbert

Secondaire 4

École des Prospecteurs, Murdochville

Concours démocratie scolaire

Contre l'intimidation et la violence à l'école

Voici mes idées pour moins de violence et d'intimidation :

1. Pour arrêter de se battre, il faudrait plus de surveillants lors des récréations du service de garde et qu'ils restent plus près de nous.
2. Il y a beaucoup de chamailles et de combats. Il faudrait que les surveillants soient plus sévères et interviennent plus vite. Il faudrait courir au lieu de marcher pour séparer les élèves.
3. Que les élèves du secondaire ne soient pas en pause quand on circule de leur côté pour l'éducation physique et l'art dramatique. Sinon, il serait bien d'avoir un endroit pour circuler sans la présence des élèves du secondaire.
4. Avoir une présentation d'une vidéo contre la violence et l'intimidation au début de l'année scolaire pour tout le monde de l'école. Nous présenter toutes les formes de violence, car on connaît plus les combats et les gestes interdits.
5. Que le policier scolaire soit encore plus souvent à notre école.
6. Il faudrait de plus grosses conséquences que maintenant aux manquements, car juste aller à la maison, les élèves sont contents et ils peuvent jouer aux jeux vidéo. Il faudrait qu'ils restent à l'école, qu'ils aient deux fois plus de devoirs et qu'ils restent à l'école plus tard que les autres.

J'ai vécu de l'intimidation deux fois, et j'ai eu de la peine à chaque fois. Merci de m'avoir écouté.

Derek Richard

4^e année

École Gabriel-Le Courtois, Sainte-Anne-des-Monts

L'intimidation à l'école

L'intimidation à l'école est un problème grave qu'il faut régler rapidement.

Un des problèmes de ceux qui intimident les autres, c'est qu'ils pensent qu'ils font juste des blagues pour rire, mais ils ne savent pas tout le temps que ce qu'ils disent blesse les autres.

Par exemple : S'ils disent : « Tu es con » juste pour rire, et que la personne intimidée fait un faux rire pour faire croire à l'autre que sa blague était drôle, mais qu'au fond de lui, il est blessé.

Il y a plusieurs formes d'intimidation. En voici quelques-unes :

- Intimidation verbale : Ce qui consiste en des mots ou commentaires qui peuvent blesser les autres.
- Intimidation physique : Ceci consiste à pousser, frapper ou faire trébucher une personne.
- Intimidation par l'humiliation publique : Cela consiste à faire honte à une personne en public.

Méthode pour arrêter l'intimidation

Voici une méthode que je pense efficace pour faire arrêter l'intimidation.

On pourrait faire un sketch détaillé sur l'intimidation qui montre une personne qui intimide une autre personne, et qui décrit les émotions que la personne qui se fait intimider ressent pendant le moment de l'intimidation, après et au cours de la journée.

Dylan Morissette

Secondaire 2

École des Prospecteurs, Murdochville

Contrer l'intimidation et la violence à l'école

L'intimidation à l'école est un problème sérieux qui affecte de nombreux élèves. Dans ce texte, je vais vous présenter quelques solutions pour contrer l'intimidation dans les établissements scolaires. En effet, chaque jour, trop d'élèves souffrent en silence à cause de ce problème.

Premièrement, il devrait y avoir des ateliers pour sensibiliser les élèves sur les effets de l'intimidation et l'importance du respect entre nous. Les enseignants et les intervenants dans les écoles devraient être formés afin de les aider à reconnaître les élèves victimes d'intimidation. Une formation pourrait leur permettre d'intervenir rapidement et efficacement en cas de comportements violents ou d'actes d'intimidation.

Je crois que de récompenser les comportements positifs peut être un bon moyen de diminuer l'intimidation. Par exemple, à notre école, nous avons déjà eu un programme de civisme pour encourager les comportements positifs avec des récompenses individuelles ou pour toute la classe. Il faut parfois enseigner et expliquer les comportements attendus. Lorsque plusieurs personnes agissent positivement, cela peut créer un effet d'entraînement.

Les personnes qui assistent à des actes d'intimidation doivent en parler à un adulte et soutenir la personne ciblée. Les écoles doivent encourager les élèves à dénoncer toute situation d'intimidation. Pendant les travaux d'équipe, les enseignants devraient mélanger les élèves et faire des équipes diversifiées pendant les cours. Au début de l'année scolaire, les enseignants devraient établir des règlements clairs contre l'intimidation pour favoriser un climat agréable où tous les élèves se sentent en sécurité. Il devrait y avoir des cours sur la diversité. Par exemple, dans les écoles où les élèves sont homogènes, inviter des personnes de nationalité et de culture différentes pourrait être un moyen de sensibiliser les jeunes à la différence. Cela pourrait éviter des comportements racistes envers des élèves de différentes cultures ou pays.

L'école pourrait offrir des ateliers de groupe pour enseigner aux élèves comment réussir à ne pas utiliser la violence en cas de conflit. Dans les écoles secondaires, nous devrions avoir accès à plus d'intervenants à l'écoute des élèves victimes d'intimidation.

En conclusion, je suis consciente que plusieurs de ces moyens sont déjà appliqués. Cependant, il serait important de les appliquer et de les réviser régulièrement. Souvenons-nous que chaque personne mérite d'être traitée avec respect. En trouvant des solutions, nous pouvons mettre fin à l'intimidation et créer un endroit où nous pourrions apprendre dans le respect et l'intégrité.

Éliane Guérin

Secondaire 2

École Saint-Maxime, Mont-Louis

Projet démocratie scolaire 2024 : contrer l'intimidation et la violence à l'école

À l'attention de la direction générale et le conseil d'administration du Centre de services scolaire des Chic-Chocs, aux élu(e)s, à la population et aux élèves.

Bonjour, je me nomme Élodie Lemieux et j'ai 15 ans. J'habite à Mont-Louis, et je fréquente l'école Saint-Maxime qui est située dans mon village. Je suis maintenant en secondaire 4, ça fait donc maintenant 12 ans que je fréquente cette école. Depuis ces nombreuses années, j'ai appris énormément de choses. J'ai tissé des liens forts avec certains professeurs qui ont marqué ma vie scolaire. Par exemple, j'ai toujours détesté le cours de français et en rentrant au secondaire, j'ai eu une prof qui a totalement changé ma vision de ce cours. Je savais qu'en allant dans son cours, j'allais éprouver du plaisir et maintenant ce n'est plus désagréable aller en français. Dans nos moments les plus difficiles, les membres du personnel scolaire sont très présents pour nous, ce qui a encore plus marqué mon parcours. Dans mon école, je me sens à l'aise et bien. J'éprouve du plaisir à venir à l'école le matin, ce n'est pas une tâche pour moi. L'ambition, l'épanouissement et les études sont des valeurs très importantes pour moi, et en venant à l'école je peux les exploiter au maximum.

Pour être capable de vivre ensemble, il est important de respecter nos pairs. Si cela est respecté, ça amène une meilleure ambiance dans notre école. Cependant, depuis toujours, il y a de l'intimidation dans les écoles, autant élèves entre élèves, qu'élèves et profs. L'intimidation est perçue sous plusieurs formes autant physiquement, verbalement ou même émotionnellement. À St-Maxime, il n'y a pas beaucoup d'intimidation sous forme de violence physique, mais plus sous forme verbale. Mais peu importe la forme, cela est inacceptable. Ça peut avoir d'importantes conséquences comme des séquelles physiques et mentales. Selon moi, l'intimidation sur les réseaux sociaux est plus fréquente, car c'est facile pour une personne d'être anonyme, mais cela peut entraîner des répercussions à l'école également. Selon les statistiques du journal La Presse, les élèves qui ont été victimes de cyberintimidation sont 2 à 4 fois plus à risque d'avoir des idées suicidaires. Ce qui est énorme et très inquiétant.

Plusieurs initiatives devraient être prises pour lutter contre l'intimidation à l'école. Tout cela devient de plus en plus problématique et les conséquences sont de plus en plus graves. Voici mes idées d'actions à mettre en place dans les établissements scolaires. La prévention dans les classes, autant au primaire qu'au secondaire, est nécessaire et devrait être plus fréquente. Il devrait y avoir un cours obligatoire de 75 minutes par deux semaines consacrées à l'intimidation. Cela pourrait inciter les jeunes qui vivent de l'intimidation à dénoncer et aller chercher de l'aide. De leur côté, les intimidateurs pourraient prendre conscience que leurs actions sont bien plus graves que ce qu'ils croient. Ma deuxième action est d'inviter des gens à des conférences dans les écoles à venir partager leurs expériences avec l'intimidation. Autant ceux qui ont vécu de l'intimidation que ceux qui intimidaient et qui maintenant, regrettent leurs actions. Je crois que cela peut sensibiliser et toucher les jeunes, et les faire réfléchir sur ce sujet qui n'est pas assez abordé dans les écoles.

Bref, je crois qu'il devrait y avoir plus de prévention contre l'intimidation dans les écoles pour avoir moins de situations qui peuvent faire sentir aux jeunes que l'école n'est pas un lieu sécuritaire. Je pense également que le climat dans les écoles serait meilleur sans intimidation. Ceci apporte à me questionner : existe-t-il vraiment des façons d'arrêter définitivement l'intimidation dans les écoles?

Élodie Lemieux

Secondaire 4

École Saint-Maxime, Mont-Louis

Projet démocratie scolaire 2024

Contrer l'intimidation et la violence à l'école

À l'attention de la direction générale et le conseil d'administration du Centre de service scolaire des Chic-Chocs, aux élu(e)s, à la population et aux élèves.

Bonjour, je me présente, mon nom est Émilie L'Italien, j'ai 16 ans et je suis une élève de secondaire 4 à l'école Saint-Maxime. Mon école est un endroit où je me sens bien et en sécurité. Nous sommes bien entourés et bien outillés. Je suis élève à l'école Saint-Maxime depuis la prématernelle, et je m'y suis toujours sentie aussi bien. Mes valeurs auxquelles je tiens le plus sont bien représentées à Saint-Maxime. Par exemple, la solidarité. Je trouve que dans une école comme la nôtre, où il y a peu d'élèves, la solidarité est une valeur importante à avoir pour pouvoir continuer d'avancer tous ensemble en harmonie. Ensuite, l'entraide est une valeur très présente à Saint-Maxime. Les jeunes sont toujours prêts à s'entraider dans diverses situations. Ma dernière valeur importante qui se retrouve à mon école est la coopération. Les élèves coopèrent bien pour leur réussite et celle de leurs camarades.

Dans le cadre du cours de C.C.Q., nous avons été amenés à réfléchir sur le sujet de l'intimidation dans le cadre scolaire, et à trouver des pistes de solutions que nous pourrions présenter pour contrer ces comportements. Pour donner suite à de mûres réflexions sur le sujet, j'ai pu remarquer que la violence physique n'est pas un enjeu selon moi à l'école Saint-Maxime. Par conséquent, certains épisodes de violence verbale peuvent avoir lieu et semblent devenir normalisés entre les élèves, ce qui n'est pas un bon comportement à adopter. Malgré ces comportements, je crois que le concept de bienveillance est bien appliqué à l'école. Les élèves sont assez respectueux malgré certains comportements que l'on peut parfois observer. Ils sont soucieux du bien-être des autres et laissent rarement une personne seule lorsqu'elle a besoin de réconfort. Ce qui me dérange, c'est la normalisation de commentaires déplacés entre les élèves. Certains d'entre eux trouvent que c'est amusant, mais ils blessent parfois les élèves visés.

Il y a déjà quelques initiatives en place pour sensibiliser les jeunes à l'intimidation dans les écoles, mais elles ne sont jamais très concluantes. Je crois qu'il serait avantageux pour les écoles de faire des ateliers qui impliquent les élèves dans une activité. Lorsque les élèves sont en action, ils ont tendance à mieux comprendre et à plus écouter le but de l'atelier. Cette sensibilisation devrait aussi être plus fréquente. Souvent, il n'y a qu'une ou deux séances de sensibilisation pendant l'année scolaire, les élèves oublient donc les informations sur le sujet et comment mieux se comporter, car ils n'écoutent pas totalement et ne prennent pas cette situation au sérieux. En faisant plus d'ateliers et en les rendant plus ludiques et inclusifs, le comportement des élèves serait probablement différent et rendrait l'atmosphère de l'école plus saine et confortable. Je crois qu'il serait important aussi de rassembler les élèves tous ensemble plus souvent pour éviter les petits groupes qui risquent de porter des jugements haineux envers les autres personnes plus souvent seules.

Je vous propose donc des ateliers ludiques qui impliquent les élèves et des activités en grands groupes pour éviter les petits regroupements et éviter de laisser les gens seuls. Les élèves se respecteront davantage et seront plus à l'écoute les uns envers les autres. Selon vous, serait-il possible de faire grandement diminuer le taux d'intimidation dans les écoles?

Émilie L'Italien

Secondaire 4

École Saint-Maxime, Mont-Louis

Concours démocratie scolaire

Bonjour, je m'appelle Emma et j'ai écrit un texte sur l'intimidation et la violence, car ce sujet me tient à cœur. J'ai une amie qui s'est suicidée parce que des filles étaient très méchantes avec elle. Ça faisait presque quatre ans qu'elle était intimidée, et même si elle en parlait aux professeurs, ils ne faisaient rien. Sa famille et moi l'avons appris dans sa lettre de suicide. Elle n'en avait pas parlé à personne, et moi je ne pouvais pas le savoir, j'étais dans une autre école. Ce texte va donc vous montrer quelques manières de contrer l'intimidation.

Bonjour, je m'appelle Maya et j'ai 15 ans. J'ai doublé mon secondaire 2, ce qui fait que je suis en secondaire 2 au lieu d'être en secondaire 3. Depuis que j'ai 9 ans, je vais chez la psychologue. Vous savez, on n'a pas besoin d'attendre d'aller mal pour aller chez une psychologue. Moi, par exemple, j'y allais, car mes parents se disputaient souvent et que je n'étais pas capable de me gérer, donc je m'automutilais. Je savais que ce n'était pas bien, mais je n'étais pas capable d'arrêter. Elle m'a appris à me gérer, ça m'a pris du temps, mais j'ai réussi. Depuis ce temps, je vais chez la psychologue chaque semaine. Au début, je ne savais pas comment le demander à mes parents, donc je suis allée demander à une éducatrice de mon école. Depuis l'année passée, j'ai commencé à me faire intimider sur mes notes. Je trouvais ça très dur, donc j'en ai parlé à ma psychologue. Elle m'a donné des conseils et cela m'a beaucoup aidée. Il faut par exemple faire attention, car il y a des psychologues qui ne prennent pas au sérieux leurs patients. Si cela arrive, changez de psychologue.

Salut, je m'appelle Samy, j'ai 10 ans, je suis en 5^e année au primaire. Les personnes de mon école sont méchantes avec moi. Je pense que c'est parce qu'elles n'aiment pas mon style vestimentaire et ma coiffure. J'ai les cheveux longs, et j'aime porter des robes de couleur roses et violettes. Ils disent que c'est pour les filles, mais moi mon opinion c'est que ce que l'on porte ne doit pas être genré, peu importe le vêtement ou sa couleur. Cela me fait du mal, car ils disent des paroles blessantes. J'en ai parlé avec mes parents parce que j'ai confiance en eux. Ils m'ont dit d'aller parler aux personnes méchantes avec moi. C'est donc ce que je suis allé faire. Je leur ai dit d'arrêter de m'intimider, car je n'aimais pas ça. Ils m'ont dit qu'ils ne réalisaient pas qu'ils faisaient quelque chose de mal, qu'ils allaient arrêter. Ils se sont aussi excusés et maintenant on est rendus amis. Je sais que ce n'est pas tout le monde qui réagit comme ça, donc vous pouvez toujours faire comme Samy et en parler aux personnes de confiance et en parler aux personnes intimidatrices. Ces dernières ne comprennent pas toujours que ce qu'elles font n'est pas bien.

Coucou, je m'appelle Victoria, j'ai 17 ans, je suis en couple depuis deux semaines avec une fille et je l'adore. Je la vois ce soir et je stresse. Je ne sais pas si c'est normal de stresser avant d'aller voir ma copine. J'en ai parlé avec mes amis qui sont des personnes de confiance et ils m'ont demandé pourquoi je stresse. Je leur ai dit que lorsqu'on passe à l'acte, elle ne me demande pas mon consentement. Moi je ne veux pas, mais elle me force. Chaque fois que je le lui dis, elle me frappe et me dit que je mens. Mes amies me disent d'aller voir la police, mais je ne veux pas, car je l'aime encore. Faites attention, car cela est considéré comme une agression sexuelle et donc c'est de la violence. Dans ce cas, la meilleure chose à faire est d'en parler à des personnes de confiance comme des amis et d'aller dénoncer la personne violente. Si on est l'ami d'une personne qui vit des agressions sexuelles ou une autre forme de violence et qu'elle est mineure, la meilleure chose à faire est d'aller quand même dénoncer la personne violente même si ton ami ne veut pas.

Allo, je m'appelle Thomas, j'ai 21 ans et je suis un influenceur sur les réseaux sociaux comme Tiktok, Instagram et Snapchat. J'ai 2k d'abonnés sur Tiktok et 200k sur Insta, ce qui veut dire que beaucoup de gens me connaissent. Une soirée comme une autre, j'étais sur Insta lorsque je vois que quelqu'un m'a écrit un message. Je vais donc voir le message qui disait : « Bonjour Thomas, je suis, je pense, la personne qui te hait le plus. Je te trouve arrogant, je trouve que tu es trop superficiel, tu es laid, tu es gros. Pour faire vite, je veux que tu meures. Je sais où tu habites, je sais le nom de tes parents, je sais ton numéro de téléphone.

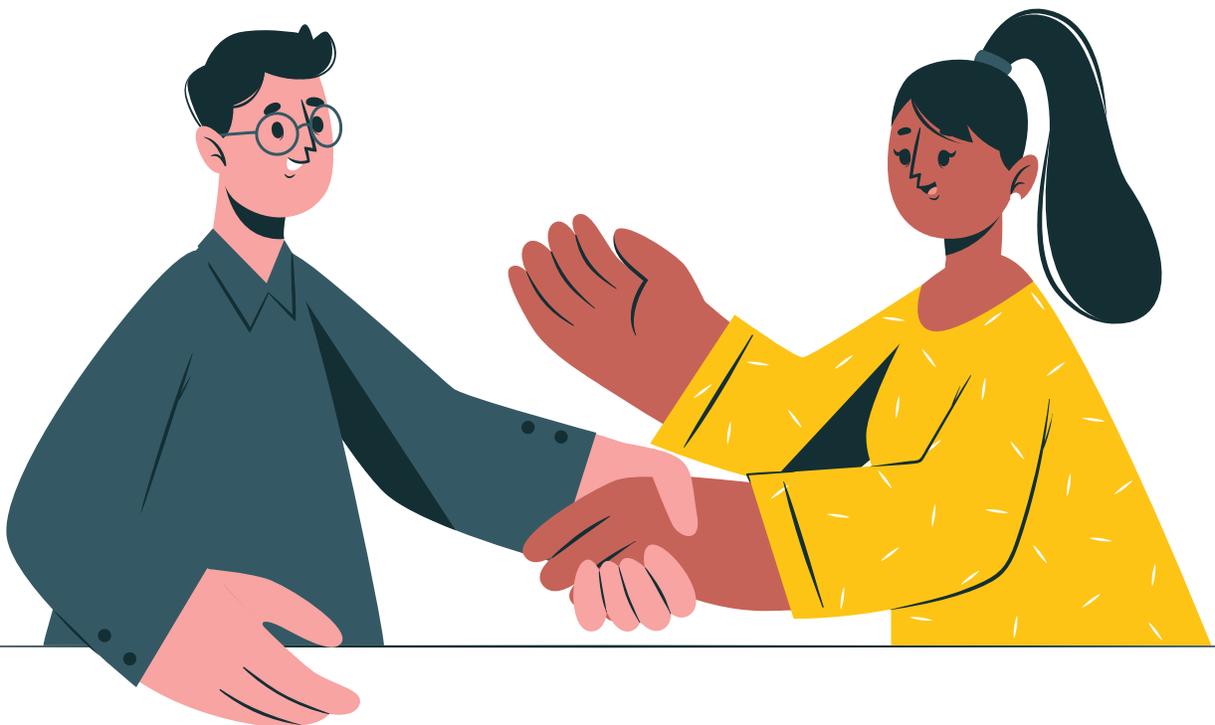
Donc, si demain tu ne supprimes pas tous tes réseaux, je vais te tuer. » Juste après ma lecture, je suis monté dans ma voiture, et j'ai conduit jusqu'au poste de police. J'étais en état de panique. Lorsque je suis rentré dans le commissariat, un agent m'a pris à part tout de suite, car il savait qui j'étais. Je lui ai dit qu'une personne voulait me tuer si je ne supprimais pas mes réseaux avant demain. Il a appelé son collègue, et ils ont pris mon téléphone pour retracer l'appel. Ils ont réussi et ils ont retrouvé la personne. C'était en fait mon ami qui était jaloux de moi et il a été arrêté.

Pour finir, ce texte est fictif, car lorsque je dis que j'ai une amie qui est suicidée, c'est faux, mais ce n'est pas fictif que des personnes puissent se suicider à cause du harcèlement. Donc, faites attention aux paroles que vous pouvez dire, car cela peut affecter quelqu'un. Je comprends que vous ne pensez pas faire du mal. Pour être sûr, vous pouvez aller demander à la personne si elle se sent bien avec ce que vous lui avez dit ou encore plus simple, ne rien dire qui pourrait paraître méchant. Merci d'avoir pris le temps d'avoir lu mon texte et j'espère avoir aidé des personnes qui sont victimes d'intimidation.

Emma Blanchette

Secondaire 1

École des Prospecteurs, Murdochville



Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école

À l'école, la violence et l'intimidation c'est non! La personne qui intimide pourrait écrire 40 fois « Je ne ferai plus de violence ni d'intimidation ». Aussi, elle pourrait faire des affiches : « Plus de violence ni d'intimidation! ». Ces affiches pourraient être placées dans l'école.

De plus, lors des récréations, on pourrait séparer les élèves par classe pour que les élèves de 5^e année ne fassent pas de la violence aux plus petits.

Puis, durant les cours d'éducation physique, il serait important de ne pas dire des trucs violents aux autres comme : « Tu vas mourir! » parce que nous, ce qu'on souhaite dans notre école, c'est qu'il n'y ait plus de violence ni d'intimidation.

Si quelqu'un te fait de la violence ou de l'intimidation, va tout de suite en parler à un adulte.

Emy-Jade Sheehan

5^e année

École Notre-Dame-du-Sacré-Coeur

Des rêves plus forts que l'intimidation

Ensemble pour l'avenir de demain

Depuis la nuit des temps, l'intimidation et la violence à travers la société sont bien réelles, mais force est de constater qu'elles représentent un réel problème dans les écoles quand on prend pleinement conscience que certains enfants s'y rendent tous les jours sachant qu'ils seront la tête de Turc de certains fanfarons qui n'ont pour seul désir que de faire rire leurs camarades. Le parcours scolaire de certaines personnes sera alors teinté de peur, de haine, de détresse, d'inquiétude, d'appréhension et de plein d'autres états d'âme qui leur donneront une seule envie...sortir de ce cauchemar. En tant que témoin, souvent impuissante, mes dernières années m'ont permis de rêver. Rêver d'un environnement scolaire bienveillant et inclusif, de politiques claires contre l'intimidation ainsi que de sensibilisation. Je vous glisse ici quelques-unes de mes idéologies.

À mes yeux, un environnement scolaire bienveillant et inclusif doit dans un premier temps promouvoir le respect et l'empathie. Dans ma réforme scolaire 2.0, je souhaite intégrer des programmes éducatifs qui enseignent les compétences socioémotionnelles où l'on encourage non seulement le travail en équipe, mais aussi la compréhension des différences. Parce qu'on va se le dire, bien souvent l'intimidation et la violence trouvent leurs racines dans les différences qui composent non seulement les groupes d'élèves, mais aussi l'élève seul et oublié dans son coin.

L'établissement de politiques claires contre l'intimidation doit aussi être une priorité. Je crois qu'en mettant en place des règles strictes par l'adoption d'un code de conduite connu de tous contre l'intimidation pourrait avoir un fort impact. Ne serait-il pas intéressant de faire participer les élèves à l'établissement de ces politiques? Cette démarche permettrait aux élèves de prendre pleinement conscience du pouvoir de leurs paroles. Autant du pouvoir positif que du pouvoir négatif que nous désirons irradier.

Finalement, ma réforme scolaire 2.0 contre l'intimidation et la violence m'amène à pousser plus loin ma sensibilisation en encourageant les relations positives entre les élèves. Pour y arriver, je mettrais en place des activités de collaboration pour renforcer les liens tout en proposant des espaces collaboratifs pour que les élèves puissent se détendre ou discuter en toute sérénité. Concrètement, nous pourrions instaurer un programme de parrainage où les élèves plus vieux seraient jumelés aux plus jeunes, créant ainsi un climat de confiance.

Bien que l'instauration de changements dans la société soit souvent languissante, j'ose rêver qu'un jour des jeunes auront la chance de s'épanouir dans un système scolaire sans intimidation et sans violence. J'ose croire qu'un jour, mes réflexions et celles de plusieurs autres jeunes ayant vécu de l'intimidation puissent être entendues et qu'elles apporteront un vent de changement et peut-être même une réforme 2.0 où nous parlerons au passé de la violence et de l'intimidation dans les écoles. J'ose espérer que mon rêve sera un jour réalité.

Flavie Lemieux

Secondaire 5

École Gabriel-Le Courtois

Plus loin que les gestes

Un fléau, une peste, une calamité frappe nos écoles depuis déjà trop longtemps. Ce mal, parfois subtil et sournois, s'infiltré autant dans le milieu scolaire que dans les foyers, causant des ravages jusqu'au cœur même de l'intimité des jeunes. C'est ce que nous appelons communément l'intimidation. Dans ce texte, je veux essayer de vous amener à réfléchir sur ce problème tout en proposant une approche concrète et claire, visant à y remédier.

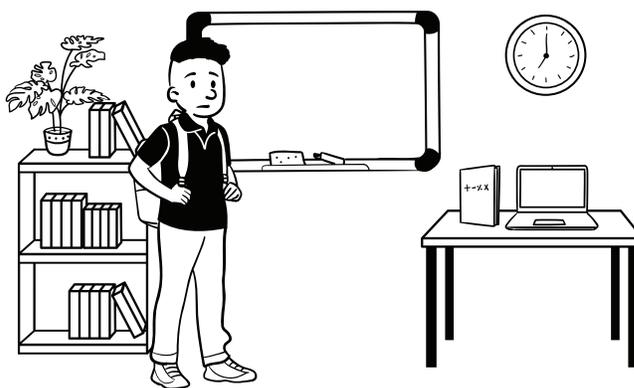
Avant de commencer, je tiens à spécifier que je ne suis ni un spécialiste ni un professionnel de la santé. Je me base simplement sur mon humble parcours et mes connaissances antérieures pour essayer de décortiquer ce sujet complexe et épineux.

Bon, commençons...

Tout d'abord, il est important de clarifier ce qu'est ce phénomène. L'intimidation implique une forme de violence, violence qui se manifeste soit par des gestes, soit par des paroles. Elle peut être physique, verbale, matérielle, etc. Cependant, dans tous les cas, le ou les individus à l'origine de cette intimidation causent directement ou indirectement des répercussions négatives voire destructrices, sur les victimes impliquées. Mais pourquoi? Pourquoi s'acharner sur quelqu'un jusqu'à l'amener à douter de lui-même, jusqu'à lui infliger une profonde douleur? C'est la question à laquelle je vais tenter de répondre.

Nous n'avons pas besoin de creuser bien profondément pour découvrir que le sujet de l'intimidation est omniprésent dans la culture. Les films, les livres, la musique et les bandes dessinées ne cessent d'en parler. Ils ne cessent de nous marteler une image péjorative des intimidateurs, sans se demander si la réalité n'est pas plus nuancée. Et si les intimidateurs n'étaient pas le mal incarné? Et si eux aussi, avaient leurs propres motivations? Je n'insinue pas que les paroles et les gestes posés doivent rester impunis, mais plutôt qu'en s'obstinant à ne pas donner la voix aux intimidateurs, nous posons un mur entre nous et la solution. Laissez-moi vous expliquer.

Prenons le cas de Nathan (personnage fictif). Nathan est un adolescent de 17 ans aux cheveux châtain et aux yeux bruns. Passionné d'art dramatique, il rêve de voir son nom apparaître dans les plus grands théâtres du Québec. Il y a de cela quelques mois, les parents de Nathan se sont séparés. Ce dernier, en raison de cet événement, fut contraint de quitter son école. Le jeune homme, peu confiant, fait son entrée dans sa nouvelle école. Les regards le dévisagent et il peut déjà entendre les ricanements des autres écoliers. Durant les cours, il s'en sort plutôt bien. Cependant, lors des récréations, c'est un vrai enfer. Il se sent observé et jugé. Il tente de se faire une place et de prouver ce qu'il vaut, mais les autres lui font sentir qu'il n'est pas le bienvenu. Pour Nathan, avoir des amis est synonyme de réussite personnelle. C'est comme s'il sent que ce que les autres pensent de lui définit qui il est. Donc, quand les autres le rejettent, cela l'amène à douter de sa valeur. C'est dans cet état d'esprit que Nathan amorce une nouvelle méthode, l'intimidation. Il faut dire qu'il a déjà considéré cette option à maintes reprises, d'autant plus que c'est un domaine qu'il connaît bien. En effet, il a vu souvent son père employer de gros mots et des gestes agressifs, lors de ses conflits conjugaux. Le lendemain de sa première journée, il décide donc de se mettre à l'œuvre. Fini les compliments





et les petits mots gentils. Nathan s'impose, et ce, au péril de son empathie. Cela commence par quelques paroles blessantes dites ici et là pour attirer l'attention, puis de fil en aiguille, il se met à agir de plus en plus violemment. Il remarque que les autres se mettent à se joindre à lui et à l'imiter, ce qui lui procure un sentiment d'accomplissement, de réussite personnelle. Mais plus le temps passe, plus il se sent poussé à agir contre ses valeurs. Une partie de lui se sent comme honteuse, voire dégoûtée de sa propre personne. Pourtant, il se sent plus valorisé et reconnu que jamais. Alors pourquoi il se sent autant mal à l'intérieur de lui-même? Nathan voit l'impact négatif qu'il a sur ses victimes. Il voit la souffrance dans leurs yeux et cela vient le chercher au plus profond de ses émotions. Cette route de railleries et de menaces

s'avère plus déserte que s'imaginait notre sujet. Cependant, il continue, le cœur amoché et les idées troublées. Survient alors l'apogée de son épopée lorsqu'il apprend que l'une des personnes qu'il a harcelées s'est enlevé la vie. Le monde arrête de tourner l'espace d'un instant. Lui, Nathan, a causé un mal-être tellement grand à cette personne qu'elle a préféré mourir plutôt que de vivre cette souffrance. C'est alors qu'il se rappelle le gars qu'il était autrefois. Il se remémore sa passion pour le théâtre et les nombreuses heures qu'il a passées devant le miroir de sa salle de bain, à pratiquer ses répliques pour sa pièce de Noël. C'est alors qu'il comprend, que ses yeux s'illuminent : L'intimidation, c'est NON !

Cette histoire, bien que fictive, illustre bien le fait que les gens ne naissent pas avec le statut d'intimidateur, mais qu'au contraire, c'est un mécanisme qui se développe par après. Ce mécanisme peut être exacerbé par plusieurs facteurs. Dans le cas de Nathan, le fait de voir son père avoir recours à la violence a eu un impact sur sa manière de percevoir celle-ci. L'intimidation lui a permis aussi de remplir un besoin. Celui d'être accepté et aimé. C'est peut-être ça le problème. On néglige peut-être trop les besoins des intimidateurs. En effet si ceux-ci se livrent à leurs agissements, c'est, entre autres, parce que sans cela ils n'arrivent pas à combler les vides à l'intérieur d'eux. Donc si nous arrivions à les aider à combler leurs vides d'une autre manière autre que par des comportements malsains, nous pourrions avoir un impact direct sur leur vie et par conséquent, un plus grand pouvoir d'action sur notre problème initial. Ainsi, au lieu de se tourner vers le harcèlement et la violence, les intimidateurs pourraient répondre à leurs besoins par des moyens comme le sport, l'art, l'amitié, etc. C'est pour cela que je crois qu'il est important, même crucial, de leur donner une voix pour que de cette manière, ils puissent recevoir l'aide dont ils ont besoin.



Mais concrètement, qu'est-ce que cela implique? Eh bien, en premier lieu, je crois qu'il faudrait entamer une campagne de sensibilisation autant face à la détresse des agresseurs que celle des victimes. Cette première étape permettrait d'établir un terrain plus sécuritaire pour de nouvelles bases et aurait pour effet de rejoindre chacun, peu importe sa condition actuelle. Par la suite, je pense qu'il serait intéressant d'instaurer des lieux ou des pièces, dans les écoles, où, lors de réunions privées, un spécialiste qualifié pourrait aider chaque élève à exprimer ses émotions. Ce spécialiste pourrait aussi servir de médiateur entre les intimidateurs et ceux qui en subissent les conséquences. Personnellement, lors de ces réunions, bien que la discipline soit dans certains cas nécessaire, je préconiserais une approche plus axée sur l'ouverture et l'écoute. Je considère que

la discipline est une méthode de dernier recours, qui devrait servir uniquement si l'élève refuse de coopérer. Quand la discipline est utilisée, cela peut rompre la confiance établie entre l'intervenant et l'élève. Dans ce cas-ci, le processus est tout à recommencer. Finalement, les parents et les enseignants pourraient aussi recevoir des formations données par l'école pour mieux gérer les situations délicates. Cela permettrait de renforcer un environnement où les différentes figures d'autorité exerceraient une influence positive tout en assurant un bon soutien émotionnel pour les jeunes.

Pour conclure, j'espère avoir fait preuve d'exactitude et de délicatesse pour aborder ce sujet. Il est évident qu'il y en aurait encore long à dire sur l'intimidation, mais mon objectif était plus de vous montrer une autre perspective, un autre point de vue sur cette réalité aux nombreuses facettes. À vous maintenant d'en faire ce que vous jugez bon et merci d'avoir pris le temps de considérer mon opinion.

Isaac Landry

Secondaire 2

École des Prospecteurs, Murdochville



Non à l'intimidation

Bonjour, je me nomme Jonathan Lever et je suis étudiant à l'école des Prospecteurs de Murdochville. Aujourd'hui, je vais vous faire part de mon avis sur le harcèlement, plus communément appelé l'intimidation. Je vais vous parler des conséquences du harcèlement scolaire et des solutions pour contrer ces genres de problèmes.

L'intimidation et la violence à l'école est un sujet auquel les jeunes devraient être sensibilisés dès l'entrée à l'école. Un établissement scolaire est un endroit où les élèves sont habituellement à l'aise. Bien que cela soit une règle universelle, certains établissements ne sont malheureusement pas assez prévoyants face à des cas de violence ou d'intimidation. Seulement mettre des affiches sur les murs disant « non à l'intimidation » n'est pas suffisant pour stopper ce type d'harcèlement. Nous pourrions faire des activités de type pièce de théâtre ou des simulations d'harcèlement pour que les personnes concernées se mettent à la place des victimes. Cela pourrait avoir comme effet de faire réaliser aux intimidateurs les conséquences de leurs actes.

Comme autres alternatives, proposer des rencontres entre les harceleurs et les victimes d'harcèlement serait une bonne façon pour les victimes d'affronter leurs problèmes. De façon que les victimes puissent dire à leurs harceleurs ce qu'ils ressentent. Il faudrait faire comprendre aux intimidateurs que ce n'est pas un jeu, que ce n'est pas amusant, car, cela affecte la santé physique, psychologique et les relations sociales.

Il y a aussi la cyberintimidation. Le même principe que l'intimidation de base, mais sur les réseaux sociaux. Envoyer des messages méchants tout en étant anonymes est quelque chose à régler, comme bannir les comptes de ceux qui envoient ces messages. Car si les comptes ne sont pas bannis, cela peut entraîner une chute du moral des victimes. Malheureusement, les harceleurs n'ont qu'à créer un nouveau compte sur les applications publiques et à continuer leurs mauvais actes.

Pour terminer, je pense avoir donné des solutions claires pour stopper le harcèlement scolaire et vous avoir aidé.

Je vous remercie d'avoir lu ma lettre.

Jonathan Lever

Secondaire 2

École des Prospecteurs, Murdochville

L'intimidation, c'est non!

Bonjour, je me nomme Julien Henley Chicoine.

Je vous écris aujourd'hui pour contribuer à changer les choses et à inspirer toute la communauté scolaire. Je vais vous parler de mes idées et solutions à appliquer dans les écoles. L'intimidation se fait individuellement ou en groupe et elle peut se faire verbalement, physiquement ou par les réseaux sociaux. Je vais donner un conseil à tous ceux et celles qui subissent de l'intimidation : vous devriez en parler à quelqu'un de confiance pour vous, comme vos parents, vos amis, vos professeurs, etc. L'intimidation peut affecter vraiment beaucoup de personnes dans le monde et cela peut provoquer des manques de confiance en soi et faire en sorte que la personne n'a plus le goût de rien, etc.

Si votre ami est témoin d'intimidation, il faut en parler, ne pas être méchant avec cette personne, lui donner de l'attention, lui redonner confiance en elle et surtout, lui dire que vous êtes de son côté. Il faut surtout encourager la victime à aller le dire à quelqu'un de confiance pour elle. Si l'intimidateur est averti, il va être obligé d'arrêter l'intimidation. Si vous voyez que quelqu'un n'est pas comme d'habitude, allez le voir et demandez-lui si tout va bien. Si ça ne va pas, réconfortez la personne et allez voir un adulte pour que tout ça s'arrête, puisque c'est inacceptable.

Dans les écoles, ils devraient vraiment interdire toute forme d'intimidation. S'il y a de l'intimidation, l'intimidateur devrait être puni pour l'acte qu'il a commis. L'intimidation, ce sont des paroles, des gestes, des images ou des comportements qui peuvent vraiment blesser une personne, l'humilier, l'exclure socialement, ce qui a pour effet de faire perdre l'estime de soi. Cela survient généralement lorsqu'il y a un rapport de force entre un agresseur et une victime.

Merci d'avoir lu ma lettre et j'espère fortement contribuer à changer les choses et inspirer toute la communauté scolaire.

Julien Henley Chicoine

Secondaire 2

École des Prospecteurs, Murdochville

Formons les futurs adultes

Premièrement, quelle est ma définition de l'intimidation ? Selon moi, c'est lorsque des individus jugent de façon injuste et non constructivement d'autres personnes. Ces jugements sont souvent basés sur le physique, le mental, la façon d'agir et j'en passe. L'intimidation est une forme d'irrespect provoqué par un manque crucial de maturité, autant chez les jeunes que chez les personnes majeures. Les principales problématiques dans les écoles sont souvent basées sur l'immaturité et le manque de sensibilisation. Mais pourquoi le respect est parfois absent alors que c'est une valeur primordiale dans les écoles ? L'une des principales causes est l'ignorance des professeurs.

Premièrement, les professeurs sont censés être une figure d'autorité qui fait respecter l'ordre ainsi que les règles de base dans l'établissement. Le problème c'est que certaines paroles homophobes, sexistes, grossophobes ainsi que racistes ne sont pas punies et seulement ignorées. Certains professeurs qui manquent de compétence ne prennent pas au sérieux les paroles de d'autres élèves irrespectueux qui se croient "drôles". Cela provoque donc une forme de confiance aux élèves désagréables étant donné qu'ils savent qu'ils n'auront pas de punition. Si les professeurs n'effectuent pas leur travail, qui le fera? Les élèves doivent se rendre à l'école ainsi qu'en classe sans insécurité et en ayant confiance en leurs professeurs. Étant donné que la plupart des intimidateurs manquent de confiance en eux, il est très peu probable qu'ils prennent leurs responsabilités seuls grâce à une remise en question.

Deuxièmement, mes idées pour réduire l'intimidation sont les suivantes : avoir des professeurs compétents, démontrer que les élèves peuvent avoir confiance envers leurs professeurs, disposer des boîtes qui seront réservées aux élèves qui désirent se livrer sur papier, sensibiliser les élèves en utilisant les bons mots et punir grâce à des mesures sérieuses, les élèves qui nuisent au bien-être des autres. Il n'est pas trop tard pour aider les élèves dans le besoin. Il est prioritaire d'avoir de bons professeurs qui construisent des élèves matures, respectueux ainsi qu'ouverts d'esprit. La majorité des adultes sont déjà passés par-là étant adolescents. Ils savent l'impact, les risques ainsi que les conséquences de l'intimidation. Les intimidateurs sont prévisibles. Leurs paroles ainsi que leurs gestes peuvent être réprimandés. Fermer les yeux, c'est être complice. Si vous n'avez pas les compétences de sauver les futurs adultes, ne prenez pas cette responsabilité, car être professeur n'est pas seulement savoir enseigner une matière. J'ai déjà lu une phrase qui m'a beaucoup plu dans mon école : "Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde". Il est temps d'éduquer ces adolescents qui pensent être drôles.

Justine Lacasse

Secondaire 4

École Antoine-Roy, Rivière-au-Renard

Concours démocratie scolaire

De nos jours, plusieurs jeunes se lèvent le matin avec la boule au ventre de devoir aller à l'école et malheureusement, peu de personnes le remarquent. Cela ne devrait pas se produire, car on devrait être heureux de la nouvelle journée qui nous attend dans notre établissement.

L'intimidation à l'école

L'intimidation est malheureusement bien présente dans toutes les écoles, quelle que soit sa forme. Celle-ci peut causer plusieurs conséquences telles que la perte de confiance en soi, l'anorexie, automutilation et dans les cas les plus rares, le suicide. Généralement, elle est produite par des gens que l'on ne connaît pas forcément, mais dans d'autres cas, comme le mien, cela est causé par ses propres amis. Les personnes qui devraient pourtant être là pour nous et ne pas nous juger.

Solutions contre l'intimidation

Dans mon ancienne école, il y avait un bâtiment nommé le Centre de la famille et eux, ce qu'ils faisaient, c'était de faire une fois par mois une rencontre contre l'intimidation sur l'heure du midi. Je n'ai jamais participé par peur d'être jugé, car oui, je me faisais intimider par mes propres amies. J'en ai parlé à ma mère, car pour moi, c'est une personne de confiance et cela m'a aidée. Elle en a parlé à mon école, et les filles qui m'intimidaient se sont fait réprimander par du personnel de l'école.

Maintenant, j'aimerais vous parler de la situation de ma meilleure amie Éla-Norah (ce qui va être expliqué n'est pas toute la vérité). Le moment où se déroule son histoire est lorsqu'elle était en 6^e année du primaire. Il y avait ce groupe de filles qui se pensaient cool parce qu'elles sortaient avec les plus beaux gars de l'école. Elles lui disaient toutes sortes d'insultes telles que, tu es laide, il faut maigrir, tu es habillée comme la chienne à Jacques, va te pendre, etc. Ce qui l'a amené à s'automutiler, à faire de l'anorexie, se maquiller, alors qu'elle n'avait pas ces comportements auparavant. Un jour, elle s'est ouverte à moi et m'a suppliée de ne rien dire, mais je ne pouvais pas garder ça pour moi, alors j'ai décidé d'en parler à ma mère qui a avisé la mère d'Éla-Norah. Sa maman est allée se plaindre auprès de l'école. Les filles qui on fait subir ça à ma meilleure amie se sont fait renvoyer de l'école. Éla-Norah est allée chez une psychologue et depuis, elle va mieux. Elle m'en a voulu au début lorsque j'en ai parlé à ma mère, mais maintenant elle me remercie, puisque tout ça est terminé. Depuis cette histoire, mon école a mis une boîte à dénonciation anonyme sur l'intimidation.

En conclusion, personne ne devrait avoir à subir de l'intimidation, peu importe sous quelle forme, car cela peut être dangereux pour soi-même et pour les autres autour de nous. Si vous croyez faire de la peine à quelqu'un, remettez-vous en question, car cela n'est pas normal.

Kendra Cyr-Coulombe

Secondaire 1

École des Prospecteurs, Murdochville

Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école

Solutions : Tu peux bloquer, signaler, enregistrer et en parler.

L'intimidation et la violence c'est difficile à vivre, mais si tu utilises l'une des solutions que je vais te donner, cela pourrait t'aider à vivre ce moment.

Solution 1

Ignorer l'intimidation fait partie d'une des pires façons de contrer l'intimidation à l'école, car si vous l'ignorez, ça va être encore pire. Alors vous pouvez en parler à quelqu'un de votre famille ou à un(e) ami(e).

Solutions 2 et 3

Pour contrer l'intimidation, vous pouvez bloquer et signaler. Si vous vous faites intimider, vous devez bloquer la personne sur les applications de communication Internet. Vous pouvez aussi le signaler à un adulte de votre école ou à vos parents.

Solution 4

Si tu te fais intimider, tu peux enregistrer l'événement pour le faire entendre à une personne de confiance ou à la police si c'est grave. Pour finir, si tu connais une personne qui se fait intimider, conseille-lui de regarder la vidéo : « TU BIPES ».

MERCI de m'avoir écouté.

Léa Coulombe

5^e année

École Notre-Dame-du-Sacré-Cœur



Non à l'intimidation

Pour commencer, je suis Lennie Fournier. J'ai 11 ans et j'habite à Saint-Majorique. Je vais à l'école Notre-Dame-du-Sacré-Cœur. Aujourd'hui, je vais vous parler de l'intimidation et comment l'empêcher.

Déjà, beaucoup de personnes se font intimider parce qu'elles sont « différentes ». Si vous vous faites intimider, il faut absolument aller le dire à un adulte de confiance, sinon ça va continuer ou même empirer. Ensuite, vous pouvez les ignorer, car ils vont se désintéresser et vont peut-être arrêter.

Vous pourriez aussi essayer de rester avec des amis, car vu que vous serez plusieurs, les intimidateurs ne viendront pas. N'oubliez pas que toutes les sortes d'intimidation sont graves. Que ce soit verbal, de la cyberintimidation ou toute autre forme d'intimidation. Toutes les sortes de violence sont inacceptables, et si vous voyez quelqu'un qui est en train de se faire intimider, allez voir la personne et dites à l'intimidateur d'arrêter et de ne plus recommencer. Si la personne n'arrête pas, allez voir un adulte de confiance comme je l'ai dit au début, ou allez le dire à la direction de l'établissement pour qu'elle la rencontre et lui parle de l'intimidation et de ce qu'elle peut provoquer chez les personnes.

Voilà, c'est ce que je voulais dire sur l'intimidation.

Lennie Fournier

6^e année

École Notre-Dame-du-Sacré-Cœur, Saint-Majorique

Projet démocratie scolaire 2024 : contrer l'intimidation et la violence à l'école

À l'attention de la direction générale et du conseil d'administration du Centre de services scolaire des Chic-Chocs, aux élu(e)s, à la population et aux élèves.

Bonjour, je me nomme Lili-Rose Guérin. Je vais à l'école Saint-Maxime de Mont-Louis. Je suis une élève en secondaire 4 et j'ai 15 ans. Je fais partie des rares élèves qui aiment beaucoup l'école. Je suis impliquée, autant dans mes cours que dans les projets extrascolaires, comme le sport. L'an dernier, j'avais participé à ce concours pour le plaisir. Cette année, nous devons le faire dans le cadre de notre nouveau cours de C.C.Q. Je suis aussi impliquée auprès des jeunes de mon école. J'anime plusieurs activités et je fais de l'aide aux devoirs avec les élèves du primaire. Mes valeurs les plus importantes pour moi sont les suivantes : l'amitié, l'égalité, la générosité, la serviabilité et la politesse.

À mon école, on voit très rarement de la violence physique. Cependant, peu importe où l'on se trouve (corridors, classes, salle de dégagement, etc.) nous entendons beaucoup trop de violence verbale. Les élèves se parlent très mal et c'est souvent entre amis que cela se passe. Cela ne devrait pas être normal, mais la génération d'aujourd'hui a rendu banal le fait de se parler de cette façon. Le chapitre que l'on travaille en ce moment en C.C.Q. est la bienveillance. Nous avons effectué plusieurs recherches et travaux tirés de l'actualité. En effet, dans certaines écoles du Québec, la violence présente est beaucoup plus physique. Certaines batailles ont entraîné des blessures graves qui ont requis une intervention de la police. Je trouve que c'est de plus en plus grave et que c'est inquiétant. Je trouve que les gens ne réfléchissent plus assez à leurs actions, leurs gestes et leurs paroles. Cette observation démontre un manque de bienveillance, elle n'encourage pas du tout le fait d'améliorer le climat scolaire des écoles du Québec et de créer une société meilleure pour les élèves présents et futurs. Ma compréhension de la bienveillance est : la volonté de comprendre l'autre, la gentillesse, l'empathie, la générosité, l'entraide, la tolérance, l'écoute et l'ouverture à l'autre, l'acceptation des différences, la solidarité et la coopération.

Voici des propositions que j'aimerais suggérer pour contrer l'intimidation. Tout d'abord, faire des ateliers fréquents dans les écoles pour modéliser les comportements et les paroles adéquats à tous les niveaux scolaires. Privilégier des ateliers de prévention courts et concrets plutôt que ceux post-intervention à la suite d'une situation de crise. Des ateliers destinés à l'ensemble des élèves et non étiquetés à des jeunes précis. Dans ces ateliers, j'encouragerais les animateurs à impliquer les élèves en petits groupes, ils seront donc plus portés à participer. Ce qui les encouragera à poursuivre au-delà de l'école et dans la société en général. Celle-ci sera donc plus vivable. Il y aura moins de commentaires haineux sur les réseaux sociaux, dans la rue et dans d'autres endroits publics communs.

Ensuite, augmenter les périodes de sport intérieur et extérieur. Le sport a de nombreux bienfaits sur la santé physique et mentale. Il permet aussi de réguler les émotions et le comportement de façon positive. Le sport permet de libérer les émotions négatives. Dans mon école, nous avons seulement deux périodes de 75 minutes (sur trente-six) consacrées à l'éducation physique. Ce qui correspond à 6 % de notre temps scolaire.

Avoir plus de cours de C.C.Q., car ils permettent de discuter des enjeux de société de façon calme dans un cadre scolaire adéquat. S'il y a plus d'ateliers dans les écoles, les élèves seront plus au courant des faits et pourront trouver des solutions de façon pacifique. C'est vraiment un cours qui nous permet de voir la vie d'une autre façon. Il permet de faire des jeunes d'aujourd'hui, les adultes du futur, ceux qui prendront les décisions de la société de demain.

En bref, dans cet exposé, je me suis présentée, j'ai présenté la situation actuelle et des propositions innovantes, comme faire des ateliers dans les écoles, faire plus de sport et avoir plus de cours de C.C.Q. Toutes ces propositions sont, bien sûr, pour le bien commun et celui d'une communauté meilleure. Finalement, que pensez-vous de l'utilisation omniprésente des réseaux sociaux dans la vie courante? Cela a-t-il un lien, selon vous, avec l'augmentation de la violence et de l'intimidation des dernières années?

Lili-Rose Guérin

Secondaire 4

École Saint-Maxime, Mont-Louis



Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école ?

L'intimidation scolaire

Je vais commencer par l'intimidation. Pour pouvoir aider à contrer ces pratiques absolument inacceptables, je crois que les professeurs de chaque école devraient recevoir une certaine formation pour être plus vigilants afin de repérer l'intimidation plus facilement et pouvoir aider les jeunes à s'en sortir, car la plupart du temps, l'intimidation survient à l'école. Une deuxième solution serait qu'il pourrait y avoir plus d'intervenants dans les écoles pour avoir des yeux et des oreilles partout dans l'établissement. Il serait possible de sensibiliser encore plus les élèves sur les conséquences de l'intimidation.

Par exemple, faire des ateliers ou des activités avec les élèves pour développer leur diversité d'esprit, pour que les intimidateurs acceptent mieux les différences des autres au lieu de les juger et de leur faire du mal.

Les activités pourraient aussi aider les jeunes à comprendre qu'il faut absolument en parler. Même s'il y a la peur du jugement ou que l'élève croit que ce n'est pas grave, il doit absolument le dire pour que ça ne s'aggrave pas. Il devrait aussi y avoir des conséquences plus sévères pour les cas d'intimidation. Par exemple, au lieu d'avoir seulement une retenue ou une suspension, il devrait y avoir un autre type de conséquence plus sévère. Par exemple, passer un temps avec un intervenant, ou même avec un policier, pour comprendre pourquoi l'intimidateur agit de cette façon, et lui montrer que l'intimidation est inutile et ne mène à rien, excepté détruire la santé mentale des élèves. C'est tout pour les idées que j'ai eues pour aider à contrer et améliorer les conditions des élèves par rapport à l'intimidation.

La violence scolaire

Pour la violence scolaire, je crois que comme pour l'intimidation, les professeurs devraient être plus vigilants pour pouvoir repérer les victimes des agresseurs. Et ce qui fait que c'est plus facile à savoir, c'est que la violence physique laisse des traces sur le corps de la ou les victimes. Comme mentionné pour l'intimidation, il devrait y avoir plus d'intervenants dans les écoles, car il y aurait plus de surveillance. Il devrait aussi avoir plus de sensibilisation, car ces actes sont très graves et laissent des traces autant physiquement que mentalement. Je crois que les actes de violence ne devraient pas être pris à la légère, car si la punition n'est pas assez sévère la première fois, les intimidateurs vont probablement recommencer. Il devrait y avoir des conséquences plus graves et je crois que le moindre acte de violence dont le but est de blesser la personne devrait avoir l'implication de la police. Ce sont les idées et solutions que je propose pour aider à contrer la violence à l'école.

Même si mes démarches pour contrer l'intimidation et la violence se ressemblent beaucoup, c'est parce qu'elles sont liées entre elles. Une autre raison pour ne pas prendre cela à la légère est que, à un certain point, les cas de violence et d'intimidation peuvent être considérés comme des actes criminels, et je crois que personne n'a envie d'avoir un dossier criminel.

Et voilà, j'espère que les idées que j'ai apportées vont aider à améliorer les conditions de vie des élèves victimes d'intimidation et de violence à l'école. J'espère également que ces pratiques absolument injustes, injustifiées et horribles vont cesser pour de bon et pas seulement à l'école, mais partout sur la planète Terre.

Louka Côté

Secondaire 4

École des Prospecteurs, Murdochville

Projet démocratie scolaire 2024 : contrer l'intimidation et la violence à l'école

À l'attention de la direction générale et du conseil d'administration du Centre de services scolaire des Chic-Chocs, aux élu(e)s, à la population et aux élèves.

Bonjour, je me nomme Lucas Desmarquis, je suis en secondaire 4 et je vais à l'école Saint-Maxime depuis la maternelle quatre ans. Je suis une personne qui aime travailler et offrir mon aide aux autres. Je travaille, entre autres, avec animation jeunesse Haute-Gaspésie pour permettre aux jeunes du primaire de participer à des activités sur l'heure du dîner, lors des journées pédagogiques ou pendant la semaine de relâche. L'école Saint-Maxime m'a fait vivre plein d'émotions, des bonnes comme des mauvaises. Dès mon entrée au secondaire, mes camarades de classe ne rejoignaient pas vraiment certaines de mes valeurs, dont la persévérance et l'effort. Tous les jours, les autres me disaient que j'étais le bolé de la classe et lorsque j'avais de mauvais résultats, les commentaires que je recevais étaient du genre : « Ahah, je suis meilleur(e) que Lucas / le bolé est pu si bolé que ça finalement ». Bref, des commentaires plutôt désagréables à entendre pour un adolescent qui était seulement en secondaire 1. Ma professeure de français a demandé à mes parents s'ils avaient déjà pensé à une accélération scolaire, alors nous avons, mes parents et moi, discuté de cela, mais le processus m'a fait peur. L'année suivante, j'ai reçu également des commentaires haineux, je me suis alors rendu compte que je ne pouvais pas continuer dans ce climat de travail alors nous avons commencé le processus et j'ai pu, avec beaucoup d'efforts, changer de classe pour me retrouver avec un groupe à ma hauteur qui partage mes valeurs.

Recevoir des commentaires haineux est un exemple de situations d'intimidation et de violence à l'école. Ce n'est pas seulement à l'école Saint-Maxime qu'il y a des situations de ce genre. Depuis 2022, la proportion des jeunes ayant vécu de l'intimidation et de la violence a grandement augmenté dans toutes les écoles du Québec. D'après moi, les situations d'intimidation et de violence ont augmenté, car de 2020 à 2022, nous avons dû faire face à la Covid-19, donc tout le monde était en isolement seul chez eux. Les gens ont commencé à s'habituer à ce mode de vie, alors il y a eu une montée d'individualisme chez certaines personnes. Dû à cette situation, plusieurs personnes se sont rapprochées de tout ce qui est téléphone, réseaux sociaux, etc. Donc la population se permet de plus en plus de dire ce qu'elle pense ouvertement sans penser si cela va affecter les autres. Ce phénomène s'est répandu aussi dans les écoles, ce qui a augmenté les situations d'intimidation et de violence. Ce qui m'inquiète pour le futur est que ce genre d'événement se reproduise de plus en plus au Québec. Les élèves vont devenir plus anxieux de venir à l'école par peur de se faire critiquer ou humilier par ceux qui commettent de la violence et de l'intimidation, alors venir à l'école va devenir une source de stress et de peur pour les élèves.

J'ai décidé de participer au concours non seulement, car c'était dans le cadre de mon cours de C.C.Q, mais pour trouver des solutions aux problèmes d'intimidation et de violence pour que les situations comme celles que j'ai vécues, ou toutes autres, ne se reproduisent plus. Ma première piste est de mettre en place de nouveaux ateliers de sensibilisation dans les écoles, mais des ateliers du genre plus interactifs où tous les élèves participent. Les ateliers pourraient être basés sur les champs d'intérêt des étudiants, ce qui rendrait les ateliers moins ennuyants pour les élèves et beaucoup plus amusants. Pour moi, apprendre en étant intéressé est grandement plus facile que lorsque c'est quelque chose qui rejoint moins mes champs d'intérêt. Lorsqu'on a des ateliers à l'école, le lendemain, tout le monde en oublie leur contenu, mais s'ils sont mis en place avec ce que les élèves trouvent intéressant, ils vont avoir plus tendance à s'en souvenir. Ils vont pouvoir parler à leurs proches de l'atelier qu'ils ont eu et de comment les activités rejoignaient ce qu'ils apprécient. Les élèves pourront par la suite transmettre l'information qu'ils ont reçue à leurs proches et ces derniers seront autant sensibilisés que les élèves.

Ma deuxième piste est d'offrir plus d'aide aux élèves qui subissent de l'intimidation et de la violence en milieu scolaire. Par exemple, les intervenants de soutien pourraient faire plus de prévention au sein des écoles. Certaines personnes victimes de violence et d'intimidation n'en parlent pas, alors il pourrait y avoir des formations disponibles pour les intervenants dans le but d'aider ceux pour qui c'est plus difficile d'en parler. La prévention servirait à créer des liens de confiance entre eux et les élèves afin que ça soit plus facile de parler de ce qui ne va pas. Personnellement, lorsque le lien de confiance est fort entre une personne et une autre, je trouve que se confier devient plus facile. La plupart des cas de violence et d'intimidation durent longtemps, car les victimes craignent trop de parler à quelqu'un qui sait comment régler les choses. Mais si le nombre d'intervenants est adéquat et que la prévention est suffisante, le nombre de cas d'intimidation et de violence va sûrement diminuer. Si ces situations diminuent, le climat de chaque école sera grandement amélioré et les élèves qui subissent de l'intimidation et de la violence seront beaucoup mieux.

En bref, je propose de mettre en place de nouveaux ateliers qui rejoignent ce que les élèves aiment pour qu'ils puissent se souvenir de pistes et de comment aider ceux qui subissent de l'intimidation et de la violence dans les écoles. Je suggère également que les intervenants de soutien soient en nombre suffisant dans les écoles pour qu'il y ait plus de prévention qui servira à créer un lien de confiance entre les élèves pour aider ceux qui en ont besoin. Ces idées serviront peut-être à améliorer le climat de classe dans chaque école pour que les élèves aient la qualité d'enseignement à laquelle ils ont droit. Même si nous avons plein de propositions pour contrer l'intimidation et la violence en milieu scolaire, notre horaire est très chargé. Où allons-nous trouver du temps pour parler de prévention et mettre en place ces propositions?

Lucas Desmarquis

Secondaire 4

École Saint-Maxime, Mont-Louis

Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école

DITES NON À L'INTIMIDATION!

Solutions à l'intimidation :

1. Ma première solution serait de faire une journée NON À L'INTIMIDATION! Cela consisterait à porter un chandail mauve ce qui, d'après moi, inciterait les jeunes à arrêter d'intimider les autres.
2. On pourrait publier des affiches dans chaque école.
3. On pourrait faire des activités spéciales pour inciter les jeunes à arrêter d'intimider les autres. Exemple : Faire des jeux d'équipe (disque volant).
4. Moi je connais ça l'intimidation, car cette année (2024), je me suis fait intimider. J'ai des origines françaises, car mon père est français et je ne trouve pas ça cool ce que les gens disent de moi, alors j'aimerais qu'ils fassent attention à leurs paroles.

Et pour la VIOLENCE?

1. Pour la violence, je proposerais une journée chandail blanc.
2. Inciter les jeunes à pratiquer un sport pour se défouler. Exemple : boxe, karaté, judo, équitation, soccer, etc.

Merci de m'avoir écouté.

Maïlé Rivera Millot

5^e année

École Notre-Dame-du-Sacré-Coeur

Comment prévenir et lutter contre l'intimidation

Afin de lutter contre l'intimidation, il est nécessaire de mettre en œuvre des mesures efficaces à plusieurs niveaux.

En premier lieu, les écoles et les entreprises doivent mettre en place des politiques précises pour lutter contre l'intimidation. Il est indispensable que ces politiques comprennent des mesures de signalement, des sanctions pour les agresseurs et un soutien aux victimes. Il est possible de sensibiliser les élèves et les employés aux dangers et problèmes de l'intimidation en mettant en place des programmes éducatifs axés sur l'empathie, le respect et la diversité, tout en favorisant un comportement positif.

Il est ensuite très important de sensibiliser les enseignants, les parents et les employeurs à la reconnaissance des signes d'intimidation et à l'intervention adéquate. Il est essentiel que les formations comprennent des méthodes pour repérer les comportements d'intimidateurs, apporter un soutien aux victimes et mettre en place des stratégies de résolution de conflits. Les adultes peuvent jouer un rôle essentiel dans la prévention et l'intervention contre l'intimidation en étant mieux informés et préparés.

En outre, favoriser une atmosphère de communication ouverte et d'empathie peut diminuer les cas d'intimidation. Il est important d'encourager les jeunes et les adultes à partager leurs expériences et à solliciter de l'assistance sans craindre de représailles ou de stigmatisation. Les initiatives de guidances pédagogiques et les groupes de soutien peuvent fournir des environnements sécurisés où les personnes peuvent échanger leurs récits et bénéficier de conseils et de confort.

Pour conclure, il est essentiel d'avoir des politiques claires, une formation appropriée et une culture de communication ouverte et empathique pour prévenir et combattre l'intimidation. Ces mesures ont le potentiel de favoriser la création d'environnements plus sécurisés et plus respectueux pour chacun et d'ainsi vaincre l'intimidation une bonne fois pour toutes.

Mathieu English

Secondaire 5

École des Prospecteurs, Murdochville

Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école?

Dans la vie, il existe différentes formes d'intimidation et de violence à l'école. Celles-ci peuvent se manifester autant physiquement tels que des coups de poing, des menaces, des insultes, verbales ou écrites. Ça peut être aussi du rejet ou de la violence sexuelle (ex. : viol) toujours dans le but de faire du mal à quelqu'un. La victime se sent souvent inférieure au coupable, face à l'intimidateur qui a plus de pouvoirs. La violence et l'intimidation se font souvent sur le long terme, ce qui fait que la victime peut perdre confiance en soi, s'isoler, développer des troubles de santé physique et de santé mentale, avoir des pensées suicidaires et même mettre fin à ses jours. Il peut y avoir d'autres effets, évidemment. Les personnes qui commettent des actes inacceptables ne pensent pas toujours ce qu'elles font et pourquoi elles le font. Elles sont peut-être anxieuses et cherchent à s'en prendre à une personne différente en commettant de la violence, ou elles sont jalouses d'un autre humain et cherchent à ne plus l'être. Ces faits sont des exemples parmi tant d'autres. Nous avons le droit d'exprimer notre désaccord ou d'exprimer comment on se sent face à une situation. On a tous des sentiments différents dans la vie, des opinions différentes, et c'est correct ainsi. Mais pourquoi exprimer notre point de vue et régler nos comptes violemment?

L'intimidation et la violence peuvent se faire sentir très jeune. Il peut s'agir d'un jeune enfant qui donne une tape à son ami et/ou qui lui dit : « Tu es laid », ou toute autre insulte ou violence gratuite dans le but de lui faire mal. Pour contrer l'évitable, je crois qu'un des meilleurs moyens est de sensibiliser les jeunes au plus jeune âge possible et de leur faire comprendre les conséquences probables. Faire réfléchir les enfants à savoir ce qui est bien et ce qui ne l'est pas dans nos gestes et paroles pourrait les conscientiser au fait que l'intimidation et la violence ne sont pas tolérées. Je sais que c'est plus facile à dire qu'à faire, mais ça peut être une façon de voir les choses et ça pourrait même sauver des victimes d'intimidation et de violence dans le futur. L'intimidation et la violence peuvent survenir également à n'importe quel âge, c'est pourquoi il est important de sensibiliser autant les adolescents, le personnel scolaire que les enfants.

Parfois, comme mentionné plus haut, on peut vivre une situation plus difficile et se comparer à une personne qui est dans une bonne position. C'est normal d'avoir envie de vivre ce que l'autre personne vit de bien, mais ça ne doit pas envahir notre tête et nous rendre furieux contre elle. Ça pourrait amener à blesser des gens pour qu'ils ne se sentent pas bien, eux aussi. Des ressources gratuites pour aider les gens à gérer leurs émotions/sentiments pourraient être mises en place et être offertes par toutes les écoles. Si un humain se sent comme la personne en question dans la dernière situation, avant de faire quoi que ce soit sur quelqu'un, il pourrait trouver des solutions pour se gérer, et ce, avec un être présent pour lui ou un robot si le principal concerné n'est pas à l'aise de parler à une personne. À l'inverse, si une victime se sent prête à agir et cherche à guérir du mal qu'elle a eu et/ou si elle cherche à dénoncer le ou les responsable(s) de ses blessures, elle pourrait trouver des solutions avec les ressources mises à sa disposition. Tout serait confidentiel. Des conférences faites par divers organismes à but non lucratif pour contrer la violence et l'intimidation plusieurs fois dans l'année scolaire pourraient être organisées pour essayer de faire comprendre aux jeunes que de faire mal aux gens, dans tous les sens, c'est inacceptable et ça ne sert à rien. Cela aussi est plus facile à dire qu'à faire, mais c'est avec un pas à la fois que nous allons réussir à gravir la montagne. Répéter plusieurs fois, écouter des témoignages de victimes, comprendre les conséquences de mauvais actes et gérer ses émotions sont des exemples de faits qui, un jour ou l'autre, peuvent réussir à faire réaliser à la population ce qui est réellement bien.

Mia Pelletier

Secondaire 4

École des Prospecteurs, Murdochville

Contrer la violence et l'intimidation à l'école

Pour contrer l'intimidation, il faut commencer par la comprendre. Le but de l'agresseur est d'intentionnellement apporter un malaise général à sa cible. Ils vont rendre leur victime embarrassée, humiliée, précaire et elle se sentira inférieure et limitée de liberté. L'offenseur ciblera sa victime généralement en fonction de plusieurs facteurs tels que la classe sociale, les ethnicités, le genre, la richesse, les connaissances, le style vestimentaire, etc.

Nous entendons très fréquemment parler des élèves qui intimident d'autres, mais pas assez des membres du personnel qui intimident des étudiants. D'après moi, c'est encore plus indignant et malaisant.

Pour contrer l'intimidation, je recommande de fournir de l'aide psychologique pour l'intimidateur. Mais pourquoi? Parce que si quelqu'un se lève le matin en se disant qu'il veut humilier une personne jusqu'à ce qu'elle en pleure, c'est peut-être qu'il y a un problème quelque part dans sa tête. À moins d'être de très mauvaise foi, si quelqu'un intimide, c'est probablement parce qu'il vit quelque chose chez lui ou qu'il a déjà vécu quelque chose. Et quand il arrive à l'école, il veut juste se venger sur une personne innocente. Sinon, pour contrer l'intimidation, nous pouvons toujours juste punir l'agresseur. C'est une idée très rudimentaire, mais très efficace aussi. Attention, car pour certaines personnes, une punition comme temporairement l'expulser de l'école est tout sauf une punition.

Si vous êtes victime d'intimidation, il est aussi important d'en parler à quelqu'un, c'est sûrement un pas dans la bonne direction.

Miranda Rose Bernatchez

6^e année

École du P'tit-Bonheur, Grande-Vallée



Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école : Voies et moyens

L'intimidation et la violence en milieu scolaire sont des problématiques majeures qui affectent non seulement le bien-être des élèves, mais aussi leur rendement scolaire et leur développement personnel. Face à ces fléaux, il est crucial de mettre en place des stratégies efficaces à court et long terme pour créer un environnement éducatif sain et inclusif. En 2022, environ **13 %** des personnes de 12 ans et plus qui ont suivi des cours dans un établissement scolaire au Québec ont vécu de l'intimidation ou de la cyberintimidation. Parmi les jeunes de 12 à 17 ans, ce chiffre monte à **27 %**. En comparaison, **8 %** des personnes âgées de 18 à 24 ans.

L'une des premières étapes pour lutter contre l'intimidation et la violence est de sensibiliser la communauté scolaire à ces phénomènes. Il s'agit d'informer les élèves, les enseignants, et le personnel administratif des conséquences graves de ces comportements sur les victimes, les agresseurs, et l'ensemble de l'école. Pour cela, des **campagnes de sensibilisation** peuvent être mises en place.

Des **ateliers et conférences réguliers** sont essentiels pour former élèves et personnel sur les différents types d'intimidation (verbale, physique, psychologique, en ligne) et la manière de les identifier. Il est également utile de **créer et distribuer des ressources pédagogiques** comme des brochures, affiches ou vidéos éducatives pour promouvoir les comportements à encourager. De plus, l'intervention de **spécialistes comme des psychologues scolaires** ou des experts en gestion des conflits permet de partager des outils de prévention et de gestion de la violence.

Parallèlement à la sensibilisation, l'intimidation et la violence doivent être strictement encadrées par une **réglementation claire**. Il est essentiel que tous les membres de la communauté scolaire connaissent et comprennent les règles en vigueur. Une **charte de la non-violence et du respect**, visible et accessible à tous, doit énoncer les attentes en termes de comportement et les sanctions en cas de non-respect. De plus, des **procédures de signalement claires et anonymes** doivent être mises en place pour encourager les victimes et les témoins à dénoncer les actes d'intimidation sans crainte de représailles. Les sanctions appliquées doivent être **graduées**, allant de la médiation et des avertissements aux exclusions temporaires ou définitives pour les cas graves.

Sur le long terme, il est nécessaire d'**actualiser régulièrement les règlements scolaires** pour intégrer de nouvelles formes d'intimidation (comme le cyberharcèlement) et s'assurer qu'ils répondent aux réalités actuelles. Il est également important de **favoriser une application juste et systématique des sanctions** afin de garantir la cohérence dans la gestion des infractions.

En complément de la réglementation, il est indispensable de **promouvoir une culture scolaire inclusive et bienveillante**. Créer un environnement où chacun se sent accepté et valorisé est un élément clé pour prévenir l'intimidation. Les écoles doivent favoriser la **création d'espaces de parole** où les élèves peuvent s'exprimer librement sur les problèmes qu'ils rencontrent, avec leurs pairs ou dans leur environnement scolaire. Des **activités collaboratives** qui encouragent la coopération plutôt que la compétition, comme des projets de groupe ou des clubs, permettent de développer des relations positives. En parallèle, il est important d'organiser des événements qui **valorisent la diversité**, comme des journées thématiques sur la diversité culturelle, l'inclusion des élèves en situation de handicap, ou encore l'égalité des sexes.

Les élèves qui subissent de l'intimidation ou qui sont à risque de devenir des victimes ou des agresseurs doivent bénéficier d'un **accompagnement personnalisé**. Les **psychologues scolaires** ou les conseillers doivent être disponibles pour les écouter et les accompagner dans la gestion des situations difficiles. Il est également utile de **former des élèves à la médiation** pour qu'ils puissent intervenir de manière constructive lorsqu'un conflit survient entre leurs camarades. De plus, un **suivi personnalisé des élèves à risque** est nécessaire pour identifier ceux qui sont susceptibles de développer des comportements violents ou d'être victimes d'intimidation, afin de leur offrir un accompagnement ciblé.

Enfin, la lutte contre l'intimidation et la violence ne peut être efficace sans une **collaboration étroite avec les parents et la communauté**. Cette coopération permet de renforcer les messages de respect et de non-violence renforcés à l'extérieur de l'école. Des **réunions régulières avec les parents** doivent être organisées pour échanger sur les problématiques liées à l'intimidation et les moyens de participer à la prévention. De plus, il est important d'**inclure les parents dans les activités scolaires** pour qu'ils s'impliquent directement dans la culture scolaire, et de **travailler avec des associations locales spécialisées** dans la prévention de la violence pour bénéficier de leur expertise.

En conclusion, la lutte contre l'intimidation et la violence à l'école nécessite une approche globale et durable. En combinant sensibilisation, réglementation, soutien psychologique et collaboration avec les familles, il est possible de créer un environnement scolaire où chaque élève se sent en sécurité et respecté. Ces actions menées sur le long terme contribueront non seulement à réduire les comportements violents, mais aussi à enrichir la qualité des relations humaines au sein des établissements scolaires.

Mendel Nanfack Voufo

DEP en Électromécanique de systèmes automatisés
Centre de formation de La Côte-de-Gaspé



Comment contrer l'intimidation et les actes violents

À mon avis, pour contrer l'intimidation, la meilleure façon est en apportant de l'aide aux personnes intimidées et en réprimandant les intimidateurs, car peu importe ce qu'on fait, on ne pourra jamais empêcher l'intimidation de survenir d'un premier temps. L'idée que je propose pour aider à combattre ce problème énorme qui fait que des étudiants perdent le goût d'aller à l'école, est de créer un centre d'intervention scolaire où des agents pourraient intervenir concernant la violence et l'intimidation seulement. Au lieu de déranger les policiers, ces agents seraient comme la police scolaire. Aussi, le centre d'appel pourrait être connecté au centre d'appel 911. Il serait donc beaucoup plus accessible pour les élèves qui veulent signaler des comportements problématiques de façon anonyme.

La deuxième chose à améliorer concernant l'intimidation est la réactivité des enseignants, car souvent les profs ne réagissent pas assez rapidement concernant les actes d'intimidation. Bien souvent, ils ne font que voir l'acte et même s'ils questionnent les jeunes sur ce qui vient de se passer, souvent il n'y a que des mensonges et la vérité est rarement révélée. Donc, je propose de donner plusieurs formations aux enseignants sur comment réagir face à l'intimidation, comment identifier l'intimidation et réagir le plus rapidement possible. Ceci permettrait de rendre les situations d'intimidation moins frustrantes pour les victimes qui ne sont quelquefois pas crues ou ignorées par les profs. Dans ces formations, ils apprendraient aussi à signaler tous les comportements violents tant verbalement que physiquement, à la nouvelle agence dont je vous ai parlé plus haut et ainsi laisser des professionnels intervenir. Ceci réglerait le problème du manque de compétence des enseignants dans le meilleur des mondes.

Certains actes de violence peuvent être causés par un environnement qui tend vers la stimulation. Ceux-ci peuvent simplement être causés par des murs aux couleurs chaudes comme il est montré dans l'étude psychologique de Régina Bailey, dans son article « Comment les couleurs affectent le comportement humain ». Donc, ce que je propose est de mettre tous les murs des écoles en rose pâle, ce qui réduirait certainement la violence dans les écoles, car le rose pastel et les autres couleurs pâles ont prouvé qu'elles réduisent le stress. Ensuite, à mon avis, la surpopulation dans certaines écoles peut aussi créer des tensions et des problèmes. Chaque humain a besoin de son espace à lui, sinon certains peuvent se sentir coincés et des comportements violents peuvent naître. Donc, la meilleure solution serait de ne pas remplir les écoles et de faire de plus grands casiers.

Finalement, j'espère que mes idées proposées pourront aider à régler ce problème qu'est l'intimidation avec par exemple le service d'intervention de l'intimidation et les formations pour les professeurs. Pour régler la violence, il faudrait peindre les murs rose pâle et empêcher la surpopulation des écoles. Pour finir, pensez-vous qu'un jour nous trouverons une solution miracle contre l'intimidation?

Nathaniel Minville Cotton

Secondaire 5

École des Prospecteurs

Moyens contre l'intimidation et la violence à l'école

Pour régler ce gros problème qui est l'intimidation et la violence à l'école, nous pourrions faire trois choses qui sont simples à comprendre, mais qui sont difficiles à faire parfois.

1. Se dire que nous sommes tous différents à l'extérieur, mais pareil de l'intérieur. Je veux dire que nous avons tous un cœur, nos qualités et nos défauts, nos points forts et nos points faibles, nos origines, etc., et que l'important n'est pas notre apparence physique, mais notre apparence psychologique.
2. On ne peut pas être tous pareils sinon que serait la vie si nous étions tous pareils? Nous aurions les mêmes goûts, les mêmes intérêts, les mêmes défauts, etc. Donc, être différent des autres fait nos forces et l'être humain que nous sommes.
3. Se mettre à la place des autres personnes. Par exemple, si chaque jour je disais à quelqu'un « Tu es vraiment laide aujourd'hui. » Je devrais me mettre à la place de cette personne et me dire « Est-ce que j'aimerais ça que quelqu'un me dise tous les jours ce que j'ai dit à cette personne? » Évidemment que non. Et peut-être même que sa façon de s'habiller avait rapport avec sa religion ou ses origines. Honnêtement, je pense que personne sur terre n'aime vraiment ça au fond se faire juger chaque fois qu'elle fait ou porte quelque chose de différent des autres. Plutôt que de juger, tu peux aller voir cette personne et te renseigner sur elle, comme ça, tu apprendras à la connaître et apprendras peut-être de nouvelles choses.

En plus, à la place d'être méchant avec tout le monde, accepte les différences pour faire de nos forces une seule force unie.

Dans la vie, tout le monde commet des erreurs, mais elles peuvent toujours être réparées. La meilleure façon de réparer une erreur, si vous avez fait de la violence ou que vous intimidez quelqu'un et que vous voulez y changer quelque chose, est d'aller vous excuser et arrêter cela à partir de maintenant. Ou encore, si vous connaissez quelqu'un, parlez-en à cette personne et demandez-lui de faire arrêter cette situation.

Arrêtons d'intimider et de créer de la violence non seulement à l'école, mais partout ailleurs, car le monde devrait vivre en paix sans craindre de sortir de chez soi ou d'aller à l'école.

Donc, utiliser des moyens, il y en a de toutes sortes, mais utilisez-les pour arrêter cette violence gratuite. Nous devons tous utiliser ces moyens si on veut réussir.

Noémie English

Secondaire 1

École C.-E.-Pouliot, Gaspé

Contrer la violence et l'intimidation à l'école

Bonjour, je me présente Noémie Warren. Je suis une élève de 6^e année dans la classe de madame Nicole Kenney à l'école St-Rosaire de Gaspé.

La violence physique peut être une bataille ou des coups sur la personne ou sur des objets. Cette violence peut entraîner des conséquences graves sur les victimes. Contrairement à ce qu'on pourrait penser, la violence physique est souvent difficile à identifier parce qu'elle est souvent camouflée. Une personne qui vit de la violence pourrait tenter de cacher ses blessures.

La violence psychologique est une atteinte personnelle souvent verbale ou écrite qui est utilisée pour avoir ou garder le contrôle sur quelqu'un. La violence psychologique est des critiques, des insultes blessantes, de fausses accusations, des reproches et des menaces. Cette forme de violence est souvent difficile à détecter par les victimes et par leur entourage, car elle est subtile et hypocrite. Les victimes peuvent se sentir manipulées ou ressentir de l'injustice dans la façon dont on les traite.

La violence sexuelle est un geste qui n'a pas été consenti, qu'il soit fait avec ou sans contact physique. Par exemple des messages à caractère sexuel, des attouchements ou une agression sexuelle.

L'intimidation comprend des comportements, des mots, ou des gestes qui isolent ou qui font mal et qui créent un sentiment d'impuissance. Un comportement peut être intimidant, même si la personne qui pose les gestes n'avait pas cette intention. Des gestes peuvent aussi être intimidants même s'ils ne sont pas faits directement devant la personne. Par exemple, des propos blessants qui lui sont rapportés par la suite. L'intimidation est partout : dans l'école, dans les autobus et même sur le Web.

Afin de diminuer les actes d'intimidation et de violence à l'école, il est important que toutes personnes qui voient ces actes interviennent. La meilleure façon est de parler à un adulte, à un ami, à un intervenant de l'école, à nos parents ou à une personne de confiance. Il est important de dénoncer chaque acte, car le silence est le pouvoir de la personne qui intimide ou qui pose des actes de violence.

Je propose qu'il y ait plus d'activités sur la prévention à la violence et l'intimidation afin de détecter ses actes, que ce soit pour soi-même ou pour un ami. Des boîtes pourraient être installées à certains endroits (exemple : toilette, vestiaire) pour y déposer un papier où nous pouvons expliquer notre situation sans que personne ne puisse le savoir. Ensuite, les intervenants pourraient avoir accès à ces boîtes chaque jour et aider l'élève sans que la personne qui fait ses actes ne s'en rende compte. Avoir des uniformes pour que tout le monde soit habillé pareil, car souvent des élèves font rire d'eux à cause de leurs vêtements.

Finalement, je souhaite que la violence et l'intimidation arrêtent partout dans le monde.

Merci!

Noémie Warren

6^e année

École Saint-Rosaire, Gaspé

Projet démocratie scolaire 2024

Contre l'intimidation et la violence à l'école

À l'attention de la direction générale, du conseil d'administration du Centre de services scolaire des Chic-Chocs, des élus/es, de la population et des élèves.

Je m'appelle Océane Robinson et j'ai 16 ans. Je suis actuellement étudiante en 5^e année du secondaire à l'école Saint-Maxime située à Saint-Maxime-du-Mont-Louis. Pour comprendre un peu la personne que je suis devenue au fil des épreuves que la vie m'a apportées, voici un petit résumé de mon histoire personnelle. Pour commencer, je ne suis pas réellement Gaspésienne. En effet, je suis issue de l'union d'un père gaspésien et d'une mère laurentienne. J'ai passé les premières années de ma vie dans ma ville natale : Tremblant. Mon début de vie a été très turbulent. À cause de la séparation de mes parents lorsque j'avais 4 ans, du placement de ma sœur aînée en famille d'accueil et des visites très récurrentes des policiers à la maison, je me suis vite mis un poids sur les épaules qu'un enfant de 4 ans ne devrait jamais avoir à porter. Entre tous ces drames familiaux, il y a eu ma rentrée à la maternelle. Disons que je n'étais pas l'enfant populaire et aimé de ses camarades de classe. Au contraire! J'ai l'impression que le fait d'être plus mature que les enfants de mon âge ne faisait pas le bonheur de ces derniers. L'intimidation est donc survenue, dans mon cas, très jeune et m'a suivie tout au long de mon primaire. Aujourd'hui, j'ai 16 ans et je me rends compte que, malgré tout, c'est grâce à ces petits enfants que je suis devenue la personne que je suis.

Je ne pense pas que je vais vous apprendre quelque chose de nouveau en vous disant qu'il y a énormément d'intimidation dans nos écoles. Autant en ville que dans nos petites régions, beaucoup de jeunes se font intimider. Certaines victimes en parlent, d'autres non. C'est facile de dire aux enfants d'aller se confier aux intervenants, mais est-ce aussi facile de le faire? La réponse dans mon cas et dans beaucoup de situations auprès des jeunes est non. L'intimidation était très taboue lorsque j'étais au primaire, mais maintenant, j'ai l'impression que nous utilisons trop facilement ce terme. Ce que je veux dire c'est qu'avant, cela prenait du temps avant de dire que la situation était de l'intimidation. Maintenant, nous utilisons ce terme dans des situations qui ne sont pas de l'intimidation (chicane d'amis, malentendu en classe, rumeur, etc.). C'est d'ailleurs peut-être à cause de ça que les intervenants prennent les accusations d'intimidation un peu plus à la légère.

Pour remédier à cette situation, je suggère qu'à partir du primaire, les professeurs donnent des ateliers sur comment reconnaître si nous sommes victimes d'intimidation. Grâce à ce mouvement, les jeunes seraient plus conscients de la définition du mot intimidation et ils seraient surtout plus en confiance d'aller en parler aux intervenants lorsqu'ils vivraient réellement cette situation. Pour les élèves du secondaire, de simples ateliers ne fonctionneraient pas pour les conscientiser sur ce sujet. En effet, la majorité des adolescents ne prennent plus les ateliers offerts au sérieux. Je pense donc que la responsabilité repose sur les épaules des adultes (professeurs et intervenants) pour déduire si une situation est réellement de l'intimidation. Il devrait y être offert plus de formations obligatoires traitant de sujets tels que : comment reconnaître si un jeune se fait intimider. De cette façon, les adultes auraient beaucoup plus l'œil ouvert sur les situations négatives en classe et à la récréation. Aussi, il est important pour les adultes de s'informer sur les différents types d'intimidation. Si vous accusez un élève de faire cette action, vous devez être en mesure de lui expliquer correctement. Les élèves du secondaire doivent évidemment suivre quelques ateliers sur ce sujet, mais ce n'est pas grâce à ça qu'ils vont arrêter leurs gestes négatifs. Si les adultes considèrent qu'il y a une situation d'intimidation, les conséquences doivent être plus graves qu'elles le sont actuellement. Une simple suspension ne changera pas la mentalité du jeune concerné.

Grâce aux stratégies que j'ai nommées, nous pouvons espérer que les jeunes du futur grandiront avec une mentalité mature et bienveillante. Il ne faut pas oublier que nous ne vivons pas dans un monde parfait. Malheureusement, il y aura toujours de l'intimidation dans nos écoles. En revanche, nous pouvons faire en sorte d'améliorer cette situation en ayant des stratégies et en étant plus renseignés sur ce sujet délicat.

Océane Robinson

Secondaire 5

École Saint-Maxime, Mont-Louis

Projet démocratie scolaire 2024 : contrer l'intimidation et la violence à l'école

À la direction générale et le conseil d'administration du Centre de services scolaire des Chic-Chocs, aux élus(e s, à la population et aux élèves.

Bonjour, je m'appelle Olivier Daraiche, j'ai 15 ans je suis en secondaire 4 à l'école Saint-Maxime du Mont-Louis. Pour moi, l'école c'est difficile surtout dans ces moments où j'ai de la misère à comprendre le travail à faire. Même si je suis un élève qui peut faire le bordel, je me tiens pourtant sage pour ne pas déranger mes camarades de classe, car mes valeurs sont l'amitié, l'humour, la responsabilité et le courage. Le courage est pour moi de rester ouvert, peu importe les situations.

Pour moi, la bienveillance c'est un mot qui signifie donner du bonheur aux gens qui nous entourent. Dans mon école en général, le climat est bienveillant. Il n'y a pas d'intimidation ou de violence. Nos intervenantes effectuent bien leur travail en prenant les élèves qui font le bordel pour leur parler et régler le conflit comme il se doit, de manière calme. Cependant, ce qui m'inquiète, c'est qu'il y a de plus en plus d'intimidation dans les écoles secondaires au Québec. Au primaire, lorsqu'il y a un conflit, c'est plus facilement réglable. Mais au secondaire, ça se règle moins vite, voire pas du tout, et c'est pour cela que ça m'inquiète.

Mes propositions pour réduire l'intimidation seraient de faire des ateliers pour sensibiliser les élèves et leur montrer les effets psychologiques que les gestes d'intimidation peuvent avoir sur les victimes. Cela permettrait de prendre conscience des répercussions de certaines actions sur les victimes. Cela pourrait peut-être raisonner les intimidateurs à l'école. Montrer en quoi l'intimidation est mal pourrait les faire culpabiliser et réfléchir. Mais peut-on régler toute forme d'intimidation avec des ateliers dans les écoles?

Olivier Daraiche

Secondaire 4

École Saint-Maxime, Mont-Louis

Comment contrer l'intimidation et la violence à l'école?

Présentation

Bonjour, je m'appelle Rosalie O'Brien Mainville et je suis en 6^e année à l'école de Notre-Dame-du-Sacré-Cœur à Saint-Majorique. Je veux participer à ce concours, car ce sujet est important pour moi parce que mon frère a vécu de l'intimidation pendant 4 ans au primaire.

Intimidation

Pour moi, on peut contrer l'intimidation et la violence à l'école en arrêtant de se laisser faire, bien sûr je ne parle pas d'attaquer en retour. Juste d'en parler à un adulte de confiance ou à un professeur qui pourrait arranger la situation. On peut aussi dire comment on se sent quand il ou elle nous fait vivre ça. Souvent on craint d'aller voir un adulte parce qu'on n'a pas envie que la situation empire, mais il faut apprendre à ne pas avoir peur des autres et d'agir pour nous, et seulement nous. Si tout cela ne fonctionne pas, je dirais d'en parler à une ou un ami(e) qui pourra aller voir un adulte pour t'aider à te sentir mieux envers cette situation qui est dure à vivre. Sinon, les parents des victimes d'intimidation peuvent aller voir la directrice de l'établissement pour signaler ce problème et essayer d'aider à ce que la victime ne vive plus d'intimidation. Il faut agir au plus vite, car souvent les situations de ce genre empirent.

La violence

La violence physique et verbale affecte souvent certaines personnes. Souvent, les personnes qui vivent ça vont avoir peur et vont être tristes. Elles se sentent souvent comme des personnes faibles. Mais il ne faut pas se penser faible, car tout le monde est fort à sa manière. Pour réussir à s'en échapper, je dirais qu'il faudrait déjà demander pourquoi il nous frappe ou nous insulte. Aller voir un adulte et lui parler de tout cela pour que cette personne comprenne qu'elle doit arrêter car ça fait du mal à la victime. Dites-le à vos parents qui pourront aller voir la direction qui pourra vous aider. Je vous remercie d'avoir pris le temps de lire mon texte sur l'intimidation à l'école et la violence.

Rosalie O'Brien-Mainville

6^e année

École Notre-Dame-du-Sacré-Cœur, Saint-Majorique

Violence et intimidation à l'école

Depuis plusieurs années, le harcèlement est de plus en plus présent dans la société. L'intimidation est un sujet de discussion de plus en plus parlé, pourtant le nombre de personnes qui se font harceler ne cesse d'augmenter.

Sans même s'en rendre compte, tout le monde a déjà été un harceleur au moins une fois dans sa vie. Une simple mauvaise blague pourrait être le début d'un harcèlement. Je pense que de parler des différentes victimes ne règlera pas le problème. Car la plupart des harceleurs ne se rendent même pas compte de leurs actes. Quelqu'un qui est témoin et qui garde le silence est en réalité un complice.

Malheureusement, notre cerveau enregistre le négatif au lieu du positif. Une simple petite remarque pourrait ruiner la journée de quelqu'un. Dès notre plus jeune âge, les moqueries sont les principales causes des rires. Surtout dans les petites écoles comme la nôtre, nous voyons le harcèlement comme un sujet qui n'a jamais existé, car il n'y en a presque pas dans notre école. Mais la réalité est loin d'être une plaisanterie.

La plupart des gens vivent pour les autres. Ils vont essayer de changer pour plaire à tout le monde et essayer d'oublier les critiques. Ils finissent donc par ne plus être eux-mêmes. Et les personnes qui vont décider d'ignorer les autres et de vivre pour eux-mêmes finissent par se faire intimider. Mais au lieu de changer pour les autres, nous devrions rester nous-mêmes. Les personnes qui nous harcèlent essaient d'avoir une réaction de notre part. C'est en les ignorant que nous pourrions arrêter le harcèlement. Mais il reste vrai qu'il est compliqué pour les personnes harcelées de vivre avec les critiques.

Les personnes qui débutent une rumeur sur quelqu'un sont aussi des harceleurs. Un ami toxique est en quelque sorte une forme d'intimidation. Une simple remarque pourrait être le commencement d'intimidation.

Mais pourquoi? Pourquoi certaines personnes prennent plaisir à se moquer des autres? Par un manque de confiance en elles. Le harceleur peut utiliser l'intimidation pour combler un vide ou bien pour augmenter sa confiance. Par exemple, un harceleur est rarement seul. La plupart du temps, l'intimidation se fait par un groupe de personnes. Le principal harceleur pourrait faire cela pour obtenir du respect des autres membres du groupe ou même se faire des amis. Peut-être qu'ils ne vont pas bien et qu'ils font cela pour faire ressentir leur douleur aux autres. En réalité, la vie des harceleurs se résume à attendre de voir quelqu'un commettre une petite erreur pour pouvoir se moquer de lui.

Comme vous pouvez le constater, il est assez difficile de trouver une solution à l'intimidation. Chaque cas est différent et je pense que nous parlons beaucoup du fait qu'il faudrait y mettre fin. Mais, pas assez de ce qu'est réellement l'intimidation et pourquoi elle est de plus en plus présente. Je pense qu'on devrait plus se questionner sur la cause des actions des intimidateurs.

Rosalie Tapp

Secondaire 4

École des Prospecteurs, Murdochville

Contrer l'intimidation et la violence à l'école

À l'attention de la direction générale et le conseil d'administration du Centre de services scolaire des Chic-Chocs, aux élu(e)s, à la population et aux élèves.

Je m'appelle Rose-Élisabeth Côté, j'ai 16 ans, et je suis en secondaire cinq à l'école Saint-Maxime. D'après moi, la violence ne devrait pas avoir lieu à l'école. Il est important pour moi de respecter les autres et, même si j'ai beaucoup d'empathie envers les victimes d'intimidation, je ne crois pas que la solution soit de se défendre en utilisant l'agressivité. À Saint-Maxime, nous sommes une école avec seulement 50 élèves au secondaire. C'est un très petit nombre, ce qui engendre les rumeurs qui courent vite, les conflits très fréquents et souvent, l'intimidation par groupe. Quand ce genre de chose arrive à mon école, je ne sais pas forcément comment réagir. C'est pourquoi il est important que nos intervenants soient bien informés sur le sujet pour venir en aide aux victimes.

Généralement, les adultes responsables de ce genre de situation vont tout de suite croire la victime d'intimidation et lui donner des options pour résoudre la problématique. Pourtant, tous les enfants ont des droits que les adultes doivent prendre en compte. Il est important de nous écouter, de nous respecter, de nous croire et surtout, de nous protéger. Qu'on soit accusé ou non, les adultes devraient respecter ces principes, ce qu'ils ne font pas toujours. Malheureusement, les intervenants vont souvent donner des conséquences aux intimidateurs sans prendre le temps d'écouter leur version. D'après moi, le personnel de soutien ne veut pas faire mal. Je pense que c'est très bienveillant de venir en aide tout de suite aux victimes qui ont besoin d'aide, mais je pense que ça n'apporte pas forcément du bien pour tout le monde. Ce qui m'inquiète dans tout cela, c'est que les jeunes perdent confiance envers le personnel de leur école et ne savent plus à qui se confier ou à qui demander de l'aide.

À mon avis, il y a des solutions pour diminuer la violence et l'intimidation dans les écoles. Et si les intervenants faisaient plus d'activités sur ces sujets pour sensibiliser les enfants? Je pense qu'il est aussi important de leur donner des exemples de catastrophes liées à l'intimidation. C'est bien que les enfants soient sensibilisés, mais il est crucial que les adultes dans les écoles soient plus formés à cela. Les enfants qui utilisent la violence ou l'intimidation ont aussi besoin de soutien. N'importe quel enfant doit se faire entendre, intimidateur ou non. Après avoir mis en place tout cela, je crois que beaucoup plus de victimes seraient à l'aise de parler à un adulte pour régler le problème au lieu d'utiliser la violence pour se défendre. Même s'il restait des conflits, je crois que l'environnement dans les écoles serait plus sain et que les jeunes se respecteraient plus qu'aujourd'hui. Les cours de récréation, les cafétérias, les salles de dégagement, etc., seraient plus sûres, calmes et paisibles.

En conclusion, je pense qu'il est important d'entendre n'importe quel enfant, qu'il soit la « victime » ou « l'intimidateur », car c'est dans leurs droits. Les adultes devraient être plus informés sur comment réagir dans ce genre de situation. Je crois qu'avec ces propositions, il est possible d'obtenir un environnement sage et juste. Les jeunes se sentiraient plus en sécurité dans leur école et en confiance. On peut se poser la question: est-ce que les jeunes seraient prêts à laisser tomber un environnement violent pour un environnement plus stable et judicieux?

Rose-Élisabeth Côté

Secondaire 5

École Saint-Maxime, Mont-Louis

L'intimidation dans les écoles

En 2024, il y a beaucoup d'intimidation dans les écoles secondaires et primaires au Québec. Mais moi, vu qu'il n'y a pas beaucoup de personnes à Murdochville, à l'école, tous les élèves se connaissent et je n'ai jamais été conscient d'intimidation au secondaire. Aussi, on est sensibilisé sur l'intimidation, mais dans d'autres écoles, ils sont peut-être moins sensibilisés à ce sujet. Je sais qu'il y a de l'intimidation qui coure dans ces écoles et j'ai des idées pour empêcher ça.

En premier, le but de l'intimidation ou de la cyberintimidation c'est de se montrer comme quelqu'un de dominant, et on souhaite faire peur pour être respecté. Les intimidateurs souhaitent faire naître la honte ou la colère, ou les deux, chez les victimes. Petite parenthèse : En Gaspésie ou au Québec en général, il y a des écoles qui ne sensibilisent pas assez leurs élèves à l'intimidation, ce qui augmente le risque d'intimidation dans les écoles. Pour empêcher l'intimidation dans les écoles, premièrement, lorsque tu vois quelqu'un qui se fait intimider, va en parler à un adulte, ne reste pas là à rien faire.

Deuxièmement, si tu es la personne qui se fait intimider, va en parler, parce que si tu n'en parles pas, ça va juste empirer la situation. Comme conséquence, les écoles pourraient mettre la règle d'empêcher les intimidateurs d'entrer dans l'école, et même d'avoir un casier judiciaire selon la gravité de l'intimidation. Mais surtout, aider les personnes qui se font intimider. Si vous sentez que son comportement a changé, qu'il est triste ou renfermé, aller le voir, car selon une étude faite auprès des jeunes en 2020-2021, le pourcentage de suicide chez les jeunes qui se sont fait intimider était de 1,6 %.

Troisièmement, pour aider les personnes qui sont victimes d'intimidation, on ne doit pas être méchant avec elles, mais plutôt leur redonner confiance en elles, car il y en a beaucoup qui perdent confiance en eux. Leur donner de la force, passer du temps avec eux et leur dire que ce n'est pas leur faute. Lorsque l'intimidation se passe sur les réseaux sociaux, il faut suivre le même principe. Aussi, un autre moyen pour aider les personnes victimes d'intimidation, c'est d'offrir plus de services psychologiques dans les heures de cours ou dans les heures d'école et même en-dehors des heures d'école pour rétablir plus rapidement les personnes victimes d'intimidation. Un autre moyen, c'est de mettre des gardes de sécurité dans les écoles pour intervenir rapidement sur le lieu où se passe l'intimidation, ou pour éviter l'intimidation dans les écoles.

Pour finir, j'espère que mon texte vous permettra d'établir des actions pour aider à ce qu'il y ait moins d'intimidation dans les écoles primaires et secondaires du Québec.

Samuel Pelletier

Secondaire 2

École des Prospecteurs, Murdochville

Concours démocratie scolaire

L'intimidation est une forme de violence qui ne devrait pas être tolérée. Elle peut être présente à l'école, sur Internet, dehors, dans la rue, etc. Il y a plusieurs types d'intimidation. Elle peut être physique (ex. : faire trébucher, bousculer), verbale (ex. : insulter, menacer, faire des remarques sexistes), sociale (ex. : propager des mensonges ou des rumeurs, humilier) ou matérielle (ex. : vandaliser, s'appropriier le bien d'autrui). Souvent, l'intimidation va affecter ton mental et t'entraîner à faire de mauvaises choses pour toi-même. Parfois, entre amis, vous pouvez vous insulter, vous batailler, vous faire des remarques blessantes et penser que ça n'a aucun impact sur l'autre, mais vous vous trompez. La victime ne te le fait pas remarquer, mais elle emmagasine toutes les insultes, commentaires, gestes, et elle ne se sent peut-être pas toujours bien, surtout si cela arrive régulièrement.

Pour contrer cela, je propose d'abord que les gens arrêtent de craindre de dévoiler lorsqu'ils se font intimider. Ensuite, je propose de consulter un adulte ou un ami de confiance qui vous soutiendra. Je proposerais aussi de faire attention avec qui vous passez la plupart de votre temps. Il y a des gens qui seraient capables de devenir vos amis seulement pour vous faire du mal. Je rajouterais également qu'il ne faut pas que vos choix de vie, vêtements, amis, activités, dépendent des autres. Ce sont ces choix qui vous définissent, c'est ce qui fait que vous êtes unique, donc ne craignez pas le jugement des autres et faites comme bon vous semble.

Beaucoup d'organismes sont présents dans votre entourage pour vous aider à mieux vous sentir vis-à-vis l'école, la maison, les lieux publics, etc. Par exemple, il y a Info-social 811, Tel-jeunes, Jeunesse, j'écoute, AidezmoiSVP.ca et plein d'autres encore. Personnellement, je n'ai jamais vécu ou subi d'intimidation. Je viens d'une petite ville appelée Murdochville, j'y vis depuis ma naissance et je m'y sens extrêmement bien. Chaque année, nous sommes avec les mêmes personnes dans nos classes. Nous sommes peu d'élèves à mon école, donc nous nous connaissons tous et sommes presque tous amis. Donc, il n'y a jamais eu d'intimidation dans cette école.

Sara-Ève Lever

Secondaire 4

École des Prospecteurs, Murdochville

Thème : Contrer la violence et l'intimidation à l'école

Les écoles sont censées être des lieux de sécurité et d'apprentissage, où les élèves peuvent grandir et se développer sans crainte. La violence et l'intimidation à l'école sont des problèmes préoccupants qui affectent le bien-être et le développement des élèves. Pour contrer ces phénomènes, il est essentiel d'adopter une approche globale impliquant les enseignants, les parents, les élèves et la communauté scolaire dans son ensemble.

La violence et l'intimidation peuvent avoir des effets dévastateurs sur les élèves, tels que les blessures physiques et émotionnelles, la perte de confiance et d'estime de soi, les problèmes de santé mentale, l'absentéisme et la déscolarisation, des difficultés scolaires, une atmosphère de peur et d'anxiété et bien d'autres.

Tout d'abord, il est crucial de savoir détecter tout type de comportement non désiré, perçu comme étant hostile et nuisible, portant atteinte à l'intégrité physique ou psychique d'une personne, à ses droits ou à sa dignité. La violence peut être vécue, et commise, par des élèves ou par le personnel scolaire.

C'est pour cela qu'il est important de sensibiliser tous les acteurs de l'école aux conséquences néfastes de la violence et de l'intimidation. Des ateliers et des activités peuvent être organisés pour aider les élèves à reconnaître les comportements inappropriés et à développer des compétences en résolution de conflits. Les enseignants doivent également être formés pour identifier les signes de détresse chez les élèves et intervenir de manière appropriée.

Aussi, l'établissement d'un climat scolaire positif est fondamental. Cela peut être réalisé en promouvant des valeurs telles que le respect, la tolérance et l'empathie. La mise en place de programmes de mentorat, où des élèves plus âgés soutiennent leurs camarades plus jeunes, peut également favoriser un environnement bienveillant et solidaire.

Ensuite, la collaboration avec les parents et la communauté locale est essentielle. Les parents doivent être informés des politiques de l'école et encouragés à participer activement à la vie scolaire. Les partenariats avec des organisations locales peuvent également offrir des ressources supplémentaires pour soutenir les élèves et promouvoir un environnement scolaire sain.

Par ailleurs, il est important de mettre en place des politiques claires et strictes contre la violence et l'intimidation. Ceci implique aussi mettre un accent particulier sur l'éducation des droits de l'homme. Les règles doivent être bien communiquées et appliquées de manière cohérente. Les victimes doivent se sentir en sécurité pour signaler les incidents sans crainte de représailles, et les auteurs doivent être confrontés à des conséquences appropriées pour leurs actions.

En somme, contrer la violence et l'intimidation à l'école nécessite un effort collectif et continu. En travaillant ensemble, nous pouvons créer un milieu éducatif où chaque élève se sent en sécurité, respecté et valorisé.

Ulysse Touatsap Tchokouako

DEP en Secrétariat

Centre de formation de La Côte-de-Gaspé

Comment contrer l'intimidation à l'école

À qui est faite la violence?

Pour savoir comment la contrer, il faut d'abord savoir qui subit de la violence et l'intimidation. Commençons par la violence. La violence quelle qu'elle soit, est souvent faite aux personnes plus faibles comme des 5^e année qui font mal aux 4^e année ou 5^e année. Il y a également de la violence sur les réseaux. Cela peut se faire contrer en faisant de la prévention, surtout dans les classes de 3^e année et plus. Ensuite, la violence est également faite aux enfants de professeurs moins aimés.

L'intimidation maintenant

L'intimidation a pas mal les mêmes cibles, mais souvent on peut observer un groupe d'amis où tout le monde attaque (se moque, la/le niaise ou met en valeur ses défauts, etc.). Dans ce cas, on peut voir une baisse d'énergie ou de joie chez la cible. C'est assez difficile de contrer dans ce cas, mais on a souvent besoin de l'aide des parents pour dire à leur enfant à quel point ça peut blesser la victime. C'est sûr qu'il faut des conséquences et que si ça continue, il faut augmenter les conséquences.

Bref, régler la violence ou l'intimidation est très dur. Il faut toujours en parler aux parents et donner des conséquences. Nous devrions également envisager les textos, car les intimidateurs sont rarement gênés de déchirer et de jeter les feuilles envoyées à la maison pour ne pas se faire chicaner.

Pourquoi?

La violence et l'intimidation sont souvent créées à cause de conflits et souvent de différences. Les personnes qui se vantent sont souvent victimes d'intimidation. Les valeurs individuelles forment souvent les groupes d'amis et deviennent des valeurs de groupe. Les plus petits groupes ou même les personnes seules subissent quasiment la totalité de l'intimidation et/ou de la violence. Cela est également valable dans la plupart des cas : au travail, dans un parascolaire/activité sportive ou autre.

Où et comment?

Dans les classes, à la récréation, dans les couloirs ou aux activités parascolaires, c'est difficile de savoir où est cette intimidation/violence. Les intimidateurs cherchent souvent à ne pas être vus par les professeurs ou surveillants pour ne pas se faire prendre. Alors, il faut garder les yeux ouverts aux moindres gestes méchants ou mêmes blagues que l'autre n'aime pas. Les intimidateurs cherchent aussi à rabaisser leur victime et vont inventer de faussetés que l'autre aurait faites. Ils lancent également de fausses rumeurs abaissantes ou même gênantes. À ce moment, l'égo de la victime baisse et cela peut même (dans les pires cas) donner des idées suicidaires. Pour contrer ces idées, il faut faire de la prévention pour que les victimes ne soient pas gênées d'en parler et ne craignent pas de se faire juger.

Donc, nous nous devons de faire de la prévention aux élèves et même aux parents/adultes responsables et au personnel scolaire pour garder un bon mental pour ces jeunes qui sont victimes d'intimidation/harcèlement. Les gens sont souvent fâchés de se faire prendre alors garde- à-vous professeurs!

Pour finir, je pense que faire faire des textes comme cela aux jeunes est une très bonne manière de sensibiliser et de faire réfléchir face à l'intimidation et la violence. J'espère qu'il y aura d'autres activités du même genre dans les prochaines années et comptez sur moi pour revenir à la charge encore plus fort, enfin j'espère.

Yohan Sigouin

5^e année

École Notre-Dame-du-Sacré-Coeur

Projet démocratie scolaire 2024 : contrer l'intimidation et la violence à l'école

À l'attention de la direction générale et le conseil d'administration du Centre de services scolaire des Chic-Chocs, aux élu(e)s, à la population et aux élèves.

Bonjour, je suis Zoé, je suis en secondaire 4 à l'école Saint-Maxime-du-Mont-Louis. Tout dépendant des années, j'ai trouvé mes années différentes : quelques années ont été plus difficiles que d'autres, mais elles ont toujours été positives. Je n'ai jamais vraiment vécu d'intimidation. Je suis ici depuis ma maternelle 5 ans, alors je trouve que l'école Saint-Maxime sait très bien gérer cela. Même après 10 ans dans cette école, j'ai toujours trouvé qu'il y avait peu de cas d'intimidation. Ce qui est important pour moi c'est la persévérance, la bienveillance qu'il y a dans cette école et le respect qu'il y a autant entre les élèves que les enseignants.

L'intimidation est une chose grave et cela peut avoir un grand impact sur une personne. Les gens doivent apprendre à avoir du respect et de la bienveillance envers les autres même s'ils ne les apprécient pas forcément. Ce qui me dérange dans les cas d'intimidation, ce sont les manières de la gérer. Dans certains cas, les adultes ne prennent pas toujours ça au sérieux et ne font pas toujours quelque chose pour régler le problème. Même que parfois, l'élève ne voudra pas en parler. Comme je disais, dans mon école, il n'y a pas vraiment de cas d'intimidation. Il y a quelques bagarres, mais jamais vraiment d'intimidation, car l'intimidation est quelque chose qui se répète autant verbalement, physiquement ou mentalement.

Pour lutter contre l'intimidation, il devrait y avoir plus de conférences ou de personnes qui vont dans les écoles pour en parler, car si seulement une personne vient tous les trois ans, cela n'a pas beaucoup d'impact. Il devrait y avoir quelqu'un qui vient au moins trois fois par année en parler et faire des activités où les élèves seraient en action. Cela pourrait avoir un effet sur les gens et les rendre plus responsables. Ils pourraient voir ce que c'est de se faire intimider ou intimider les autres et voir les conséquences. Nous en avons discuté en classe et pour nous, la meilleure façon de retenir quelque chose est d'être en action.

Pour faire un bref résumé, plusieurs personnes pourraient venir dans les écoles pour parler d'intimidation et faire des activités en lien. Cela serait très positif, car certaines personnes pourraient enfin comprendre ce que les gens qui se font intimider ou même harceler chaque jour subissent et pourraient donc essayer de faire des choses pour qu'il n'y ait pas d'intimidation dans leurs écoles. Pour que les gens arrêtent de subir autant de harcèlement que d'intimidation. Personne ne mérite de se faire intimider ou harceler autant mentalement, verbalement ou même physiquement. J'ai beaucoup parlé de la gestion de l'intimidation, mais une seule question reste à se poser : pourquoi les gens font-ils de l'intimidation?

Zoé Daraiche

Secondaire 4

École Saint-Maxime, Mont-Louis



**Centre
de services scolaire
des Chic-Chocs**

Québec 