

Pourquoi se préoccuper de la violence et de l'intimidation en lien avec le poids ?

Le poids serait le motif de violence et d'intimidation le plus souvent rapporté dans les écoles¹

Il s'agirait en effet de la caractéristique physique pour laquelle les jeunes se font le plus intimider dans les écoles au Québec et ailleurs dans le monde.

Dans une étude menée au Québec auprès d'élèves de 14 à 18 ans¹ :

- **90 %** disent avoir été témoin d'intimidation en lien avec le poids dans leur école;
- **45 %** considèrent que le poids est la caractéristique pour laquelle les jeunes de leur âge sont le plus à risque de se faire intimider à l'école;
- **34 %** se sont déjà fait intimider par rapport à leur format corporel.

1 AIMÉ, A., et C. Maïano (2014). *La stigmatisation et la discrimination par rapport au poids: Reflet d'une phobie collective face à l'obésité*, Bulletin de santé publique. ASPQ, vol. 38, no 1, p. 3-4.

Tout le monde a un poids

Puisque nous avons tou.te.s une perception concernant la façon dont notre corps réagit à notre alimentation et à notre pratique d'activités physiques, nous pouvons parfois avoir tendance à juger le corps des autres.

De plus, il existe plusieurs croyances et préjugés à l'égard du poids. Par exemple, certaines personnes croient que les gens très minces ont nécessairement un trouble des conduites alimentaires ou que les personnes grosses* manquent de volonté.

Cela nous rend encore plus à risque de juger certaines personnes à cause de la forme de leur corps, voire à leur porter préjudice et à les intimider.

*Ce terme est utilisé comme un qualificatif descriptif pour désigner la grosseur sans connotation péjorative. Nous reconnaissons toutefois que certaines personnes peuvent ne pas être à l'aise de l'utiliser.

On peut être à risque de vouloir identifier des « responsables »

La famille est souvent perçue comme étant « responsable » du poids du jeune. Par exemple, on pourrait penser que si un jeune a un format corporel plus gros, c'est parce que ses parents ne lui offrent pas une saine alimentation et n'ont pas un mode de vie physiquement actif.

Lorsqu'on possède cette vision, en plus de perpétuer des préjugés, on risque d'intervenir de façon moins optimale et souvent de manière culpabilisante. Plutôt que d'aider ce jeune à être bien dans sa peau, on sera tenté de lui donner des trucs pour modifier son format corporel, ce qui peut nuire à la relation qu'il entretient avec son corps, l'alimentation et l'activité physique.

Ce motif d'intimidation comporte des risques spécifiques sur les habitudes de vie

Tout acte de violence ou d'intimidation peut porter atteinte à la santé mentale des jeunes qui le subissent (p. ex. baisse de l'estime de soi, symptômes dépressifs, anxiété, décrochage scolaire, etc.).

Toutefois, certains motifs d'intimidation, comme le poids, peuvent comporter un danger supplémentaire en raison de leur lien avec la santé physique. Ainsi, un jeune qui se fait intimider en lien avec son poids pourrait vouloir changer ses habitudes de vie dans le but de contrôler son poids. Il pourrait alors adopter des comportements néfastes à sa santé (p. ex. tabagisme, régime amaigrissant, pratique d'activités physiques excessive et dangereuse, etc.).

Une initiative de

équilibre

ENSEMBLE
CONTRE
l'intimidation

Avec la participation financière de :

Québec

CLIQUEZ ICI
pour découvrir
la capsule vidéo
sur le sujet