

Comment agir auprès du jeune qui subit de la violence ou de l'intimidation en lien avec son poids ?

1

En adoptant des attitudes favorables

En démontrant au jeune une réelle écoute, on lui permet d'exprimer ses émotions et de reprendre du pouvoir sur la situation qu'il vient de vivre.

Plutôt que de banaliser ses émotions (« Ne t'en fais pas avec ça »), il faut bien les accueillir et les valider auprès de lui. Ceci permet aussi d'établir le niveau de l'intervention à effectuer (p. ex. le référer à un.e intervenant.e spécialisé.e de l'école ou de la communauté au besoin).

Pour y arriver, on peut lui...

- Poser des questions ouvertes :
« *Comment tu t'es senti quand telle personne a dit ça ?* »
- Utiliser une échelle à 10 points :
« *À quel point tu te sens comme ça sur une échelle de 1 à 10 ?* »
- Refléter et reformuler ce qu'il semble vivre :
« *Donc, quand les autres te disent telle chose, tu te sens de cette façon.* »

2

En s'intéressant à sa perspective

Quelle lecture le jeune fait-il de la situation ? Quelles ont été ses pensées lors de l'évènement et comment ont-elles affecté ses émotions et ses comportements ?

Le fait d'amener le jeune à répondre à ce type de questions lui permet de reprendre le contrôle sur la situation et de mieux se comprendre.

S'est-il affirmé dans cette situation ?

Plutôt que de dire au jeune d'ignorer la situation ou de ne rien répondre, il faut l'outiller à réagir si une telle situation se reproduit.

Cela peut lui permettre de regagner un sentiment de confiance et d'estime de soi. On peut l'aider par exemple en effectuant un jeu de rôle simulant la situation qu'il a vécue.

3

En l'informant

On doit communiquer au jeune :

- ce qui a été mis en place auprès des différentes personnes concernées dans la situation ainsi que le suivi qui sera offert;
- qu'on est là pour lui et qu'on est disponible pour l'écouter et l'aider.

Il est important de ne pas tomber dans le piège de vouloir lui offrir des solutions à tout prix. Il faut plutôt se placer dans une posture d'écoute tout en voyant sa confiance comme un privilège et une preuve de confiance.

Une initiative de

équilibre

ENSEMBLE
CONTRE
l'intimidation

Avec la participation financière de :

Québec

CLIQUEZ ICI
pour découvrir
la capsule vidéo
sur le sujet