



Les intimidateurs s'enrichissent en exploitant la vulnérabilité d'autrui, et ils tendent à profiter plutôt que de protéger ceux qui sont les plus vulnérables. En effet, ils se réjouissent d'avoir l'avantage sur les autres et ils ne se conforment pas aux règles, ou du moins, ils estiment qu'elles ne s'adressent pas à eux. Les intimidateurs ne sont pas enclins à penser deux fois avant d'agir et ils ne sont pas en mesure de faire preuve d'introspection. En outre, ils ne sont pas craintifs, émotifs, matures et ils doivent continuellement obtenir ce qu'ils désirent. Les intimidateurs ne peuvent s'adapter quand ils font face à de la futilité. En réalité, ils sont incapables de se faire dire « non » ou de l'accepter. Les intimidateurs se sont endurcis et assombris, car il y a un vide où les sentiments vulnérables auraient dû être ressentis.

Les répercussions et les coûts de l'intimidation sur notre société, nos écoles, nos adolescents et nos enfants sont inquiétants. Il est important de spécifier que des enfants qui sont bloqués émotionnellement ont de bonne chance de devenir des adultes qui sont également bloqués. De plus, il faut souligner que les programmes d'intervention mis en place pour contrer l'intimidation n'ont pas été aptes à remplir leur mandat et ils ne fonctionnent pas à long terme. Pourtant, les coûts encourus par ceux-ci ne cessent d'augmenter.

Les intimidateurs persistent à nous rendre perplexe et ils sont une énigme en soi. Avec scepticisme, nous continuons à être témoins de leurs actes de cruauté et de leur manque d'empathie envers autrui ainsi que de l'inefficacité des mesures punitives et des conséquences sur eux. Ils sont ambigus et ce qui les incite à agir de la sorte demeure réfractaire au changement. La difficulté réside dans le fait que nous sommes incapables de résoudre un problème que nous ne comprenons pas.

Le cœur endurci de l'intimidateur

L'une des raisons pour laquelle nous ne pouvons effectuer peu de progrès quant à l'intimidation est que nous sommes dans l'incapacité de comprendre adéquatement la problématique sous-jacente à la vulnérabilité de l'intimidateur. Son système émotionnel est devenu inhibé, et par conséquent, il n'est pas en mesure de ressentir l'éventail des émotions vulnérables, allant de la tristesse à la joie (1). En effet, les intimidateurs éprouvent des lacunes relatives à l'empathie, la considération et l'affection. Certaines études ont mis en évidence que qu'ils peuvent également perdre l'aptitude de rougir suite à un incident qui provoque de la

gêne. Bref, il semble qu'ils soient incapables d'éprouver des regrets, de la gratitude et du pardon.

Le système émotionnel de l'être humain est conçu afin d'être réceptif à son environnement. Toutefois, si le fait de ressentir des émotions devient insoutenable pour un individu, son cerveau se mettra automatiquement en marche, et ce, de manière à inhiber l'expérience de ces émotions. Conséquemment, les émotions disparaîtront quand elles porteront entrave à la survie d'une personne qui se trouve dans un environnement meurtri. En d'autres termes, les intimidateurs font preuve d'un manque flagrant de compassion et de bienveillance puisque le fait d'aimer ou de s'attacher à autrui les place en position de vulnérabilité et les expose à être profondément blessés.

Les intimidateurs exhibent des cœurs endurcis et leur cerveau se sont mobilisés afin d'éviter qu'ils perçoivent leur vulnérabilité. Ce faisant, ils deviennent dépourvus de bienveillance et de sens de responsabilité quant aux gestes qu'ils posent. Les intimidateurs sont insensibles, déconnectés, et dans certains cas, ils se dissocient entièrement de toutes relations humaines. Ils sont des êtres profondément blessés, ce qui est ironique compte tenu des blessures qu'ils infligent aux autres.

Nous faisons fausse route lorsque nous traitons l'intimidation en tant qu'interaction qui a été apprise et nous omettons l'aspect émotionnel qui en découle. Les intimidateurs fuient toute forme de vulnérabilité et ils sont incapables de tolérer quoique ce soit qui puisse démontrer de la faiblesse de leur part. Effectivement, ils projettent sur les autres ce qu'ils aiment le moins d'eux ainsi que ce qui pourrait évoquer de la faiblesse. Les intimidateurs sont excessivement fragiles psychologiquement. Néanmoins, la problématique se trouve dans le fait que leur manque de vulnérabilité ne doit pas repousser l'affection et la prise en charge par autrui. En outre, leurs gestes inhumains et malveillants ont tendance à faire émerger l'amertume en nous, ainsi provoquant notre propre instinct d'intimidateur vis-à-vis eux.

Les causes sous-jacentes à l'établissement des défenses de l'intimidateur peuvent être nombreuses, que ce soit des sentiments inhérents à de nombreuses séparations vécues avec les adultes auxquels il est attaché ou des sentiments substantiels de honte ou d'insécurité. La séparation peut être vécue émotionnellement ou physiquement. Toutefois, elle peut survenir quand un parent n'est pas apte à conquérir le cœur de son enfant ou au moment où l'enfant doit s'affairer à gagner l'amour et l'approbation de ses parents. Le système émotionnel d'un enfant peut être démoli s'il en vient à croire que quelque chose ne tourne pas rond chez lui, et ce, en raison des messages répétitifs qui ont été formulés à cet effet par ses figures d'attachement ou ses pairs. Bref, pour l'intimidateur, la capacité de bienveillance s'est évanouie, et ce, bien qu'il existe plusieurs raisons qui prédisposent son cœur à s'endurcir.

Les problèmes inhérents aux programmes portant sur l'intimidation

Nous assistons à de nombreuses lacunes relatives aux programmes courants qui portent sur l'intimidation. Les difficultés rencontrées découlent en grande partie de l'incapacité de comprendre la source du problème de vulnérabilité chez l'intimidateur. Bien que de bonnes intentions soient à l'origine des interventions suivantes, celles-ci peuvent également intensifier la dynamique de l'intimidation ainsi qu'accroître le risque de blessures envers autrui.

1. **L'emphase est mise sur l'incident qui s'est produit entre les enfants** – Une des interventions populaires qui est utilisée consiste à demander aux enfants concernés de partager leur expérience entre eux, et ce, tout en désignant la portée des blessures ressenties. Cette approche est bien intentionnée puisqu'elle vise à recourir honnêtement aux émotions ressenties en tant que précurseurs au changement. Cependant, cette mesure peut devenir problématique étant donné que les intimidateurs n'ont pas un cœur tendre et ainsi, ils sont susceptibles d'utiliser ce que les autres enfants ont dévoilé dans l'intention de leurs causer du tort. En gardant à l'esprit que la façon de procéder de l'intimidateur consiste à exploiter la vulnérabilité d'autrui, cette méthode est peu recommandée parce qu'elle met l'enfant, qui s'est préalablement confié, en danger d'être la cible de l'intimidateur par la suite.
2. **Les politiques de tolérance zéro** – Le problème avec cette approche est que nous devons attendre qu'il y ait une victime avant de nous attaquer à un problème d'intimidation. Les signes d'un cœur endurci et d'un manque d'expression émotionnelle sont évidents et peuvent être utilisés comme une indication pour laquelle les enfants ont besoin d'aide avant que quelqu'un ne soit victime d'intimidation. Il est important de se souvenir que l'intimidateur ne changera pas et qu'il blessera éventuellement d'autres enfants, et ce, bien que les politiques de tolérance zéro l'aient mobilisé et que certains enfants soient dorénavant à l'abri de ses provocations. Vous pouvez faire changer un intimidateur de trajectoire, mais cela ne signifie pas que vous ayez réussi « à altérer ses comportements d'intimidation ».
3. **Les conséquences et les punitions** – Bien que les conséquences et les punitions occupent une place dans plusieurs contextes, y compris les écoles et les milieux de travail, elles semblent être inefficaces lorsqu'il s'agit de modifier les comportements de l'intimidateur. Les conséquences favorisent l'apprentissage quand une personne peut remédier à des futilités et que sa vulnérabilité émotionnelle est sauvegardée. En effet, il faut être capable de ressentir de la tristesse relativement à ce qui ne fonctionne pas pour en arriver à comprendre ce qui fonctionne. Les intimidateurs sont incapables de ressentir de la tristesse, étant donné que leur système émotionnel est mis en sourdine. Ainsi, les conséquences et les punitions deviennent infructueuses en lien avec une problématique d'intimidation.
4. **Entraînement pour développer l'empathie et la sensibilité** – Le concept de vouloir enseigner à l'intimidateur à cultiver un cœur tendre ne tient pas compte du fonctionnement de son système émotionnel. Les émotions sont supposées d'être ressenties d'une manière qui suscite la vulnérabilité et qui incite un individu à être bienveillant, persévérant, courageux, affectueux et enclin à prendre soin d'autrui. Nous pouvons aider une personne à prendre conscience de ses émotions, mais nous ne pouvons pas lui enseigner en quoi elles consistent. En réalité, il est possible que l'intimidateur devienne efficace dans sa quête d'exploitation des émotions d'autrui quand nous tentons de lui apprendre à être davantage sensible aux sentiments des autres de même qu'à réagir avec empathie.

Comment adoucir un cœur qui est endurci?

Si la problématique de l'intimidateur repose dans ses blessures profondes, alors la réponse devrait se trouver dans les soins et l'affection que nous pouvons lui procurer. Par contre, le défi rencontré avec les intimidateurs réside dans le fait qu'ils peuvent être excessivement blessants et ainsi, ils n'attireront pas la sympathie des autres pour qu'ils en prennent soin. Toutefois, il ne faut pas désespérer puisque tout intimidateur peut retrouver son côté humain. Il s'agit d'identifier le moyen de remettre en marche son système émotionnel et de le réanimer.

L'attention devra être mise sur l'établissement d'une relation de bienveillance avec l'intimidateur. Il est plus facile d'y parvenir lorsque l'intimidateur est un enfant ou un adolescent et qu'il nécessite la présence d'un adulte bienveillant qui veut tenter de nouer des liens étroits avec lui. L'adulte devra inviter l'enfant à compter sur lui, à prendre les devants en ce qui concerne la prise en charge et à communiquer distinctement qu'il peut s'occuper de lui prendre l'initiative de prendre soin de lui et indiquer qu'il peut s'occuper de l'enfant. Lorsque des problèmes surgiront, l'adulte devra être ferme quant au comportement de l'enfant, mais souple relativement à la relation. En effet, les intimidateurs entrent en relation avec les autres par le biais d'une position qui est à la fois ferme et bienveillante.

Les défenses émotionnelles de l'intimidateur peuvent être assouplies au moment où de bonnes relations sont établies avec eux. Pour ce faire, il faudra l'orienter vers des sentiments qui sont plus vulnérables, protéger son système émotionnel d'éventuelles blessures et minimiser les dommages dans la mesure du possible. Nous devons nous rappeler que l'appivoisement des cœurs endurcis demande de la patience, du temps et d'une prise en charge adéquate.

Lorsqu'un enfant fait preuve d'un manque de vulnérabilité émotionnelle, la tâche incombe aux adultes, présents dans sa vie, à agir de manière proactive pour éviter que d'éventuelles blessures se produisent à l'égard des autres. Plus précisément, cela signifie que les adultes doivent assurer une supervision appropriée de même que l'implantation de structures et de rituels qui permettent de guider le comportement de l'enfant tout en le mettant à l'abri des dangers imminents.

Nous préférierions percevoir l'intimidateur comme une personne qui existe à l'extérieur et qui est séparée de nous. Le problème réside dans le fait que l'intimidateur peut émerger de tout être humain. En réalité, nous pouvons tous devenir insensibles et se comporter de façon inhumaine, tandis que le cœur se refroidit et que nos sentiments de bienveillance s'évanouissent. Le manque de vulnérabilité est à l'origine du problème d'intimidation et ce problème nous touche tous à un certain point. Le défi est donc de savoir comment préserver un cœur tendre dans un monde qui semble parfois cruel et difficile à supporter.

(1) Pour obtenir de plus amples renseignements en rapport avec « Donner un sens à l'intimidation », veuillez consulter le cours disponible à l'Institut Neufeld - <https://www.institutneufeld.org/>

© Tous droits réservés Dre Deborah MacNamara

Dre Deborah MacNamara est conseillère clinique et éducatrice, membre du corps professoral de l'Institut Neufeld, auteure de **Grandir, jouer, s'épanouir**, ainsi que

directrice de **Kid's Best Bet**, un centre de consultation et de ressources familiales.

Elle a plus de 25 ans d'expérience auprès des enfants, des adolescents et des adultes. Elle parle régulièrement du développement des enfants et des adolescents aux parents, aux services de garde, aux éducateurs et aux professionnels en santé mentale. Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter www.macnamara.ca et www.neufeldinstitute.org.