

Université de Montréal

**Une application mobile pour les victimes d'intimidation
par les pairs: examen des récits d'expérience et perceptions
d'utilité.**

par
Anaïs Danel

École de criminologie
Faculté des arts et des sciences

Mémoire présenté à la Faculté des arts et des sciences
en vue de l'obtention du grade de Maîtrise
en criminologie
option mémoire

Août, 2015

© Danel, 2015

Université de Montréal
Faculté des études supérieures

Ce mémoire est intitulé:
Une application mobile pour les victimes d'intimidation par les pairs: examen des récits
d'expérience et perceptions d'utilité.

présenté par:
Anaïs Danel

a été évalué par un jury composé des personnes suivantes:

Stéphane Guay

.....
président rapporteur

Isabelle Ouellet-Morin

.....
directrice de recherche

Mireille Joussemet

.....
membre du jury

Résumé

Au Canada, la prévalence de l'intimidation par les pairs (IPP) est estimée à environ 20 %. L'IPP est associée à de nombreuses difficultés sur le rendement scolaire et le fonctionnement émotionnel, cognitif et comportemental de la victime. Afin de s'investir dans la lutte contre l'IPP, le Québec a promulgué en 2012 la *Loi visant à lutter contre l'intimidation et la violence à l'école*. Ainsi, les écoles ont pour obligation d'instaurer un plan d'action contre l'intimidation. Toutefois, les services d'aide aux victimes sont parfois limités. C'est pourquoi l'application mobile « +Fort » a été développée. +Fort vise à soutenir les victimes d'IPP à réduire leurs expériences et à prévenir les difficultés associées. Le présent mémoire a trois objectifs: (1) décrire l'expérience des victimes d'IPP ayant utilisé +Fort pendant quatre semaines, (2) effectuer une première appréciation de l'utilité de +Fort à partir des récits des victimes et (3) décrire comment +Fort soutien les jeunes à réduire leurs expériences d'intimidation. Des entrevues semi-dirigées ont été menées auprès de 12 victimes d'IPP (12 à 16 ans) de la région de Montréal puis analysées thématiquement. Les résultats suggèrent que +Fort agirait comme un facilitateur dans les démarches de changement des victimes pour réduire l'IPP. Les ressources offertes par +Fort procureraient aussi une impression de soutien aux victimes qui influencerait ensuite leur désir et leur motivation à entreprendre des actions pour que cesse l'intimidation. Ainsi, les technologies mobiles représenteraient une plateforme attrayante pour soutenir le mieux-être des jeunes vivant de l'intimidation.

Mots-clés : Application mobile, Intimidation, Pairs, E-Santé, Motivation au changement, Interventions scolaires, Autodétermination.

Abstract

In Canada, the prevalence of bullying victimization at school is estimated at approximately 20%. Bullying victimization is associated with a wide range of emotional and psychological difficulties as well as underachievement at school. Since June 2012, Quebec is engaged to reduce bullying occurring in schools, through its *Law to fight against bullying and violences at school*. Although schools are required to have plans to reduce bullying, services offered to the victims are often limited. The mobile application “+Fort” was developed in the light of these limits. +Fort aims to support victims of bullying to reduce their experiences and to prevent related difficulties. Our research aims to: (1) describe the experiences of bullying victims using +Fort as a source of support, (2) anticipate the utility of +Fort based on the youth's narratives and, (3) describe how +Fort assists youth in their efforts to reduce bullying victimization. Semi-directed interviews were conducted with 12 victims (12 to 16 years) from the greater Montreal's area, of which a thematic analysis was conducted. The results suggest that +Fort promotes a process of change favorable to the reduction of their bullying experiences. +Fort's main functions gives the impression of being supportive, which appears, in turn, to induce the desir and motivation to undertake actions aimed to reduce bullying experiences. New mobiles technologies likely represent an attractive platform for youth confronted to bullying victimization to sustain this well-being.

Keywords : Mobile Application, Bullying, Peers, E-Health, Motivation to change, School interventions, Self-determination.

Table des matières

Résumé.....	i
Abstract.....	ii
Table des matières.....	iii
Liste des tableaux.....	vi
Liste des figures	vii
Liste des sigles	viii
Remerciements.....	x
Introduction.....	1
Chapitre 1: Recension des écrits.....	6
1.1 Ce qu'est l'intimidation par les pairs (IPP).....	7
1.2 Prévalence de l'IPP.....	8
1.3 Difficultés liées à l'intimidation.....	13
1.4 Loi visant à lutter contre l'intimidation et la violence dans les écoles.....	18
1.5 Interventions de lutte contre l'IPP.....	21
1.5.1 Les programmes de sensibilisation.....	21
1.5.2 Les programmes visant la collaboration entre les acteurs	23
1.5.3 Approches ciblant les victimes	26
1.5.4 Analyse critique de ces programmes	28
1.6 La motivation au changement en contexte d'IPP	31
1.7 Relation entre les jeunes et la technologie.....	33
1.8 Intervention proposée.....	37

1.9	Notion de Gardien en contexte d'IPP	39
Chapitre 2: Problématique		44
Chapitre 3: Méthodologie		48
3.1.	Choix de l'utilisation de la méthodologie qualitative.....	49
3.2.	Stratégie de collecte de données	49
3.3.	Échantillon	51
3.4.	La prise de contact	52
3.5.	Consignes et thèmes d'entrevue	54
3.6.	Analyse des données qualitatives.....	56
3.7.	Analyses des données quantitatives	58
Chapitre 4: Résultats de l'analyse des entretiens.....		59
4.1	Appréhension des jeunes en regard de l'intervention des adultes	60
4.2	Expérience d'utilisation de <i>+Fort</i>	63
4.3	Changements perçus chez les jeunes après l'utilisation de <i>+Fort</i>	67
4.3.1	Nouvelles connaissances.....	68
4.3.2	Changements émotionnels et sociaux	72
4.3.3	Changements cognitifs: la motivation au changement	74
4.3.4	Changements comportementaux	75
4.3.4.1	Dévoiler ses expériences d'IPP à une personne de confiance	75
4.3.4.2	Aider les autres et s'aider soi-même	76
4.3.5	Changements observés au plan quantitatif.....	79
4.4	<i>+Fort</i> , plus qu'une application mobile	83
4.4.1	Livrer ses expériences.....	83

4.4.2	Ne plus se sentir seul face à l'IPP	85
4.4.3	Se sentir mieux préparé pour l'IPP éventuelle	86
Chapitre 5: Limites méthodologiques		89
Chapitre 6: Interprétation des résultats		93
6.1	Les forces et limites de <i>+Fort</i>	94
6.2	Utiliser <i>+Fort</i> pour faciliter la motivation au changement	97
6.3	La notion de Gardien dans le cadre de l'intervention <i>+Fort</i>	104
7	Conclusion	110
8	Bibliographie	114
9	Annexes	136
9.1	Annexe 1: Graphiques des fréquences et des types d'intimidation générés dans l'application	136
9.1.1	Exemple de graphique de fréquence hebdomadaire	136
9.1.2	Exemple de graphique des types d'intimidation vécus au cours de la semaine	137
9.2	Annexe 2 : Liste déroulante des stratégies proposée par <i>+Fort</i>	138
9.2.1	Exemple d'explication de pages de stratégies	138
9.3	Annexe 3 : Formulaire d'inscription en ligne	139
9.4	Annexe 4 : Publicité page Facebook de la fondation Jasmin-Roy	141
9.5	Annexe 5 : Affiche de l'étude	142
9.6	Annexe 6 : Questionnaire de sélection	143
9.7	Annexe 7: Entrevue semi-dirigée	clii
9.8	Annexe 8 : Arbre de codification	clvi

Liste des tableaux

Tableau 1: Moyenne d'IPP avant et après l'utilisation de *+Fort* pour chaque utilisateur (n=12)
..... 82

Tableau 2: Effet facilitateur de *+Fort* à la motivation au changement des victimes 103

Liste des figures

Figure 1: Moyenne des expériences d'intimidation vécues avant et après utilisation de +*Fort*81

Figure 2 : Effet de ricochet de l'utilisation de +*Fort* sur la victime 109

Liste des sigles

IPP : Intimidation par les pairs

MTT: Modèle transthéorique de la motivation au changement

NTIC: nouvelles technologies de l'information et de la communication

Rien n'est plus insondable que le système de motivations derrière nos actions.

Georg Christoph Lichtenberg

Remerciements

Avant de commencer votre lecture passionnée de mon mémoire, je souhaiterais consacrer quelques lignes à celles et ceux qui ont contribué, de prêt comme de loin, à la réalisation de ce dernier.

Tout d'abord, je remercie ma directrice Isabelle Ouellet-Morin pour le soutien et le savoir-faire qu'elle a pu me transmettre. Merci pour toute la patience que tu as pu consacrer dans les lectures de mon mémoire. Nos rencontres avec ta mini miss vont me manquer. Je remercie également Marie-Pier Robitaille qui a su m'apprendre à développer un esprit critique et ne pas baisser les bras à la vue des efforts nécessaires à la réussite de mon projet.

Ce mémoire n'aurait pas pu être réalisé sans la participation des jeunes, qui ont su me donner leur confiance lors de nos rencontres. Ces dernières m'ont profondément touchée et m'ont convaincue de l'importance d'agir pour que l'intimidation cesse de nuire.

Ensuite, je souhaite remercier mes amis de la propédeutique. Plus particulièrement Josette et Mélissa qui ont su m'écouter et me motiver lors de mes « montées de lait ». Ces deux années n'auraient pas été les mêmes sans votre humour, votre amitié et votre goût prononcé pour le vin.

Je souhaite ensuite remercier ma famille qui, malgré son éloignement, m'a montré maintes fois qu'elle était fière de moi et que je pouvais aller au-delà des limites que je m'étais fixées. Vos petites attentions, vos encouragements ont su me donner la confiance nécessaire à la réussite de mon parcours. Sans vous, ma motivation n'aurait pas été aussi solide. Je remercie

ma petite sœur pour son investissement. Il y a une petite part de toi cachée entre les lignes de ce manuscrit.

Enfin, mes remerciements ne seraient pas menés à bout sans mentionner mon cher et tendre Valentin. Tu as su m'épauler tout au long de mon cheminement scolaire, tu as su utiliser ton génie pour me faire sourire aux moments où je ne croyais plus en moi. Tu as su me transmettre le courage nécessaire pour persévérer et achever mon mémoire. Tu as symbolisé un véritable modèle lors de la réalisation de ce mémoire et j'espère qu'il sera à ta hauteur.

Merci à tous pour votre soutien.

Introduction

L'intimidation par les pairs est un enjeu dont le Québec a pleinement pris conscience en 2011, suite au suicide d'une jeune adolescente victime d'intimidation à son école. Selon ses proches, les actes dont elle était victime l'auraient conduite à un état dépressif et auraient nourri les idées et gestes suicidaires subséquents. Cet événement dramatique n'est pas un cas unique. En effet, on estime à environ 20 % la prévalence d'intimidation par les pairs (IPP) au Canada (Cassidy, 2009; Craig et al., 2009; Mishna, 2012). L'IPP est associée à de nombreuses conséquences sur l'équilibre émotionnel, psychologique et scolaire de la victime (Arseneault, Bowes, & Shakoor, 2010; Garnefski & Kraaij, 2014; Goodstein, 2013; Reijntjes, Kamphuis, Prinzie, & Telch, 2010). Afin de prévenir l'émergence de l'IPP ainsi que ses conséquences, le gouvernement québécois a proposé, en juin 2012, la *Loi visant à prévenir et à combattre l'intimidation et la violence à l'école* pour réduire la prévalence d'IPP au sein de ses établissements scolaires (L.Q, 2012). Cette loi oblige tous les établissements scolaires du Québec à instaurer un plan d'action pour lutter contre toutes les formes de violence et d'intimidation dans leurs enceintes. Ainsi, dans chaque école, une personne est dorénavant mandatée pour intervenir et assurer la mise œuvre d'un projet de lutte contre l'IPP, incluant des mesures de prévention, de signalement, de collaboration et de sanctions (Beauchamp, 2012). Plus généralement, cette loi traduit le désir partagé par la population que les jeunes cessent d'être intimidés à l'école et surtout que ces expériences ne se détériorent plus au point de résulter en des problèmes graves de santé, ou pire, à la mort d'un jeune.

Plusieurs programmes d'interventions sont mis à l'essai au Québec, comme ailleurs, afin de lutter contre l'intimidation et de répondre aux exigences du gouvernement. Ces programmes constituent, pour la plupart, des mesures visant à réduire les actes d'intimidation. En revanche, même si le nombre d'interventions ciblant l'IPP actuellement mis en œuvre dans

les établissements scolaires a augmenté, la majorité de ces interventions ne sont pas évaluées scientifiquement (Farrington & Ttofi, 2007; Ttofi & Farrington, 2011) et celles qui l'ont été dénotent une efficacité variant généralement de faible à modérée (Ttofi & Farrington, 2011). Une réduction d'un tiers des actes d'IPP renvoie aux interventions les plus efficaces (Rigby, 2011; Smith, Pepler, & Rigby, 2004). De plus, peu de ces programmes ciblent directement les victimes d'intimidation. Ce constat tranche avec les conclusions émises par plusieurs études sur le sujet, soulignant toutes l'importance d'intervenir auprès de la victime afin qu'elle ne développe pas de troubles psychologiques et/ou comportementaux au long court (Ttofi, Farrington, & Lösel, 2012). En outre, bien qu'il soit compréhensible que la prévention et la réduction de l'IPP à l'école constituent des priorités d'intervention, une action concertée requiert également le soutien aux victimes. Cette approche complémentaire doit occuper une place centrale dans les futurs programmes d'intervention afin de rendre les interventions existantes plus efficaces et d'assurer un soutien au mieux-être des victimes (Song & Stoiber, 2008).

Généralement, les programmes d'intervention ciblent les professeurs comme tremplin vers un changement des comportements des jeunes, notamment en les formant à détecter les situations de violence et d'intimidation au sein de leur établissement. Ceux-ci deviennent alors d'éventuels *gardiens* maintenant un œil sur les actes d'intimidation qui surviennent à l'école. Plus précisément, l'accompagnement offert par les surveillants pourrait soutenir une victime d'IPP dans son processus de changement en diminuant, par exemple, leur hypervigilance dans les contextes où pourrait survenir l'IPP. Ce soutien offert par les professeurs et autres adultes du milieu agirait sur les perceptions des victimes, comme le fait de se sentir entourée, puis sur leur motivation à agir en regard de leurs expériences d'IPP. Toutefois, comme il en sera

question dans ce mémoire, bien qu'une surveillance soit souhaitée par les adultes, les victimes n'ont pas, par ailleurs, toutes les mêmes capacités pour faire face à l'intimidation et, éventuellement, les habiletés pour la réduire. Dans l'intention de mieux soutenir les jeunes vivant de l'intimidation, de nouvelles interventions offrant à ces derniers les outils dont ils ont besoin permettraient d'autant plus de réduire l'IPP dont ils sont victimes en les accompagnant dans ce processus.

C'est dans cet objectif que notre équipe a développé une application mobile complémentaire à celles existantes afin d'agir directement auprès des victimes. Cette application mobile se nomme « *+Fort* » et a pour objectifs d'aider les victimes d'IPP à réduire leurs expériences de victimisation et à prévenir l'émergence de difficultés émotionnelles et comportementales suite à celles-ci. Cette application comporte trois volets principaux : informer les utilisateurs sur les différentes facettes de l'intimidation, leur permettre de mieux comprendre leurs expériences par le biais d'une évaluation régulière de la fréquence, des types et des contextes où l'intimidation survient le plus et expérimenter diverses stratégies pour diminuer l'IPP vécue.

Ce mémoire s'inscrit dans le processus de validation scientifique de *+Fort* et vise à mieux comprendre les expériences d'utilisation de *+Fort* du point de vue des victimes afin de déterminer si cet outil permet d'atteindre une partie des objectifs visés par l'application.

Dans ce mémoire, trois objectifs spécifiques seront poursuivis:

- Décrire les expériences des victimes d'IPP et les changements perçus suite à l'utilisation de *+Fort*;
- Identifier les forces, les limites ainsi que l'utilité perçue de *+Fort* à partir des impressions et des expériences des victimes;

- Approfondir la pertinence de la notion de Gardien pour décrire la relation se construisant entre la victime et *+Fort*.

Dans la poursuite de ces objectifs, une synthèse des connaissances permettra d'abord de décrire l'IPP et d'identifier les principales conséquences physiques et psychologiques associées à celle-ci. Par la suite, une brève recension des approches d'interventions menées dans le contexte scolaire sera effectuée. De surcroît, un intérêt sera porté sur la particularité de la relation existant entre les jeunes et la technologie afin d'expliquer les possibilités qu'offre une intervention présentée sous la forme d'une application mobile dans le contexte de l'IPP. La problématique générale mettant en lumière la pertinence de cette étude sera présentée dans le troisième chapitre. Le quatrième chapitre consistera en l'explication détaillée de la méthodologie utilisée afin de colliger les récits d'expériences de jeunes victimes ayant utilisé *+Fort* pendant quatre semaines. Enfin, les analyses des données et les résultats de recherche seront présentés dans les chapitres cinq et six. La discussion de nos résultats sera offerte des suites des analyses. Nous concluons ce mémoire par une synthèse des points saillants et les implications de notre étude.

Chapitre 1: Recension des écrits

1.1 Ce qu'est l'intimidation par les pairs (IPP)

Parmi l'ensemble des définitions de l'IPP proposées par la communauté scientifique depuis les années 80, c'est celle proposée par Olweus (1993) qui semble faire le plus consensus (Mishna, 2012). Selon cette définition, l'IPP renvoie à l'exposition répétée et prolongée dans le temps, à des actes d'intimidation de la part d'autres jeunes. Ces actes ont pour but de blesser la victime et surviennent entre deux personnes (ou plus) afin d'instaurer une relation dans laquelle le pouvoir est inégal entre les acteurs et où il apparaît difficile de s'en sortir (Olweus, 1994; Olweus & Limber, 2010). Les comportements d'intimidation peuvent être directs (ex., se faire pousser, frapper), mais aussi indirects (ex., exclusion sociale ou répandre des rumeurs; Mishna, 2012; O'Connell, Pepler, & Craig, 1999).

L'IPP peut aussi survenir par l'intermédiaire des médias sociaux et ce, dans le contexte de plusieurs interfaces virtuelles (ex., forums, page personnelle ou site de discussion instantanée). Or, même sur ces plateformes, il peut être difficile pour la victime de se défendre ou d'exercer un quelconque contrôle sur la situation (Slonje, Smith, & Frisé, 2013). Ces changements soulignent ainsi l'importance pour les chercheurs et les intervenants de se conscientiser à l'utilisation d'outils électroniques par les jeunes, qu'il s'agisse de téléphones intelligents, de courriels et de sites de *chat* et du fait qu'ils sont, pour plusieurs, continuellement connectés entre eux via ces médiums (Kowalski, Morgan, & Limber, 2012; Olweus, 2012). L'apparition de ces nouvelles plateformes représente un réel défi pour les chercheurs qui visent à en mesurer la prévalence de l'IPP (Smith, 2010). Tel qu'il sera explicité dans les sections suivantes, l'IPP évolue selon l'âge et peut prendre diverses formes en fonction du sexe de l'intimidateur et de la victime. Une meilleure caractérisation de l'IPP

vécue par les jeunes, ainsi que sa prévalence renvoie au premier corpus de connaissance à acquérir afin d'intervenir plus efficacement.

1.2 Prévalence de l'IPP

La prévalence de l'IPP au Canada atteint près de 20 % pour les jeunes âgés de 10 à 15 ans (Craig et al., 2009). Les études actuelles montrent que les actes d'intimidation tendent à différer, tant sur le plan de la prévalence que de la forme, selon l'âge des victimes et des intimidateurs. Bien que la prévalence d'IPP varie selon les études et les groupes étudiés, certaines tendances générales émergent et suggèrent que l'IPP débiterait dès la petite enfance (Vlachou, Andreou, Botsoglou, & Didaskalou, 2011). Même s'il peut être difficile d'évaluer les actes d'IPP au préscolaire, puisque nous ne pouvons pas demander directement à ces derniers s'ils sont intimidés, des comportements associés à l'IPP sont déjà observables (Vlachou et al., 2011). En outre, la prévalence de l'IPP avant l'âge de 5 ans est estimée entre 6 % à 10 % selon les études (Monks, Smith, & Swettenham, 2005; Roseth & Pellegrini, 2010). Les actes d'IPP seraient associés à un attachement insécurisé de la part de l'intimidateur de même à un retard au plan du développement des capacités verbales (Monks et al., 2005). Pour les victimes d'intimidation au préscolaire, l'instabilité dans les relations avec les pairs serait associée au maintien de ces expériences (Monks et al., 2005). Entre 8 et 11 ans, la prévalence d'IPP s'élèverait entre 15 % et 20 % (Arseneault et al., 2006; Smith & Gross, 2006). Toutefois, ces estimés seraient conservateurs, car les jeunes n'auraient pas encore les capacités nécessaires pour reconnaître les actes d'intimidation dont ils sont victimes avant 11 ans et, par conséquent, ne pourraient pas les rapporter dans leurs réelles proportions (Pellegrini & Long, 2003; Rivers & Smith, 1994; Smith & Gross, 2006; Vlachou et al., 2011). N'oublions pas que

l'IPP implique, dans sa définition, une certaine persistance dans le temps et un déséquilibre de pouvoir entre la victime et l'intimidateur, notions plus abstraites et donc difficiles à identifier pour les jeunes de cet âge. C'est entre 11 et 14 ans que la prévalence de l'IPP atteindrait un sommet (Nansel et al., 2001; Skrzypiec, Slee, Murray-Harvey, & Pereira, 2011; Smith, Madsen, & Moody, 1999; Smith & Gross, 2006). En effet, environ 25 % des écoliers de ce groupe d'âge affirment se faire intimider au moins une fois par semaine au sein de leur établissement scolaire (Skrzypiec et al., 2011). D'ailleurs, environ un jeune sur dix de ce groupe d'âge déclare se faire intimider tous les jours à l'école (Nansel et al., 2001). La prévalence d'IPP tendrait à diminuer progressivement après 14 ans (Rivers & Smith, 1994; Smith et al., 1999). Par exemple, de tous les jeunes ayant vécu de l'IPP avant 14 ans, seuls 5% rapportent ces expériences par la suite (Nansel et al., 2001). Une raison avancée pour expliquer cette diminution est que les anciennes victimes auraient développé certaines habiletés et stratégies leur permettant de se soustraire aux intimidateurs (Rivers & Smith, 1994; Smith et al., 1999; Smith & Gross, 2006; Vlachou et al., 2011). En somme, la prévalence varie selon l'âge des jeunes et atteindrait un sommet entre 11 et 14 ans.

L'IPP prend également plusieurs formes en fonction du groupe d'âge. Avant 10 ans, l'intimidation est avant tout directe et s'observe sous la forme d'exclusion sociale (ex., l'intimidateur choisi qui a le droit d'être ami avec qui), de violence verbale (ex., dire des noms méchants) et de violence physique (ex., coups; Crick, Casas, & Ku, 1999; Vlachou et al., 2011). Quelques années plus tard, l'IPP indirecte devient graduellement plus prévalente (ex., rumeurs, parler dans le dos; Björkqvist, Österman, & Kaukiainen, 1992; Österman et al., 1998) alors que l'intimidation physique diminuerait progressivement (Smith & Gross, 2006). Plusieurs raisons expliqueraient ces tendances. Tout d'abord, en grandissant, les jeunes se

retrouvent désormais parmi les plus âgés de leur école et peuvent donc plus facilement manipuler les plus petits et être moins intimidés par les plus grands (Smith et al., 1999). Leur statut social à l'école tend donc à s'améliorer parallèlement. Ensuite, les changements progressifs de la structure des groupes d'amis influenceraient les types d'actes effectués en fonction de l'âge des jeunes (Björkqvist, Lagerspetz, & Kaukiainen, 1992; Brendgen, Girard, Vitaro, Dionne, & Boivin, 2015). En effet, entre 11 et 14 ans, être membre d'un groupe de pairs devient plus important (Brendgen & Troop-Gordon, 2015) et intimider en groupe un *bouc émissaire* serait de plus en plus accepté par ces jeunes comme moyen de préserver leur popularité (Duffy & Nesdale, 2009; Espelage & Holt, 2001). Après 15 ans, la structure hiérarchique des groupes de pairs et la rivalité qui s'exerce avec les autres groupes diminueraient (Espelage & Holt, 2001), ce qui aiderait ainsi les jeunes à penser et à agir de manière plus indépendante (Hoover, Oliver, & Hazler, 1992). En parallèle de ces dynamiques sociales, les jeunes développeraient plusieurs capacités verbales et cognitives, de même qu'une intelligence sociale plus aiguisée ce qui favoriserait une meilleure compréhension et gestion des situations conflictuelles. Le développement de l'intelligence sociale des jeunes s'accompagnerait aussi d'une meilleure capacité à agir lors d'interactions sociales afin d'atteindre un objectif établi au préalable (Fassnacht, 2013). Le développement de ces habiletés aiderait ainsi les jeunes à s'exprimer lors d'interactions sujettes à conflit sans nécessiter des réactions physiques agressives (Björkqvist et al., 1992). Ainsi, l'IPP prendrait plusieurs formes de façon conjointe avec le développement normatif de ceux-ci ce qui, avec l'âge, favoriserait progressivement l'utilisation de l'IPP verbale plutôt que physique.

La diminution de la prévalence de l'IPP après 14 ans contraste toutefois avec la perception accrue d'insécurité des jeunes fréquentant les écoles secondaires comparativement à

lorsqu'ils étaient au primaire (Craig et al., 2009), que cela soit durant les pauses, dans les salles de classe, dans les toilettes, à la cafétéria ou encore sur le chemin de l'école (Vaillancourt et al., 2010). Ce sentiment d'insécurité s'expliquerait par le fait que l'intimidation ne se limiterait plus seulement à la cour d'école comme c'était généralement le cas au primaire, mais qu'elle surviendrait à tous moments et à tous endroits de l'école, au secondaire. Les jeunes deviendraient alors plus vigilants sur de plus longues périodes afin de ne pas vivre d'IPP, ce qui influencerait leur perception de sécurité.

L'âge n'est certainement pas le seul facteur explicatif des variations notées en regard de l'IPP, tant du point de vue des victimes que des intimidateurs. En effet, le sexe reçoit une grande attention à cet égard. Tout d'abord, en ce qui a trait aux victimes, il est noté qu'environ 17 % à 23 % des garçons vivent de l'IPP contre 13 % à 17 % des filles (Craig et al., 2009; Nansel et al., 2001), faisant des garçons des cibles plus fréquentes que les filles. À ceci, s'ajoute la fréquence des actes d'IPP qui est aussi plus élevée chez les garçons que pour les filles. Plus précisément, on estime à 6 % les garçons âgés entre 12 et 14 ans qui vivent de l'IPP plusieurs fois par jour, contre 1 % chez les filles (Craig et al., 2009; Skrzypiec et al., 2011). D'ailleurs, environ 70 % des jeunes filles âgées de 12 à 14 ans déclarent n'avoir jamais été victimes d'intimidation, contre 60 % chez les garçons (Craig et al., 2009). Les garçons vivraient donc plus d'IPP que les filles et celle-ci serait plus fréquente, peu importe l'âge des victimes.

Dans l'ensemble, les types d'intimidation vécus varieraient aussi en fonction du sexe. Les filles déclarent être davantage victimes d'intimidation verbale (20 %), d'être ignorées et exclues par les autres (18 %) qu'agressées physiquement (5 %; Craig et al., 2009). Du côté des garçons, les agressions verbales s'élèveraient à 23 %, les actes d'IPP indirecte à 13 % et les

agressions physiques à 15 % (Craig et al., 2009). L'intimidation physique concernerait ainsi plus les garçons que les filles, alors que l'exclusion sociale serait davantage vécue par les filles. Lorsque les filles intimident, celles-ci semblent manifester plus de comportements indirects et relationnels, comme la propagation de rumeur ou l'exclusion sociale (Lagerspetz, Björkqvist, & Peltonen, 1988; Nansel et al., 2001; Smith & Gross, 2006), alors que les garçons utilisent davantage l'intimidation directe, incluant l'agression physique (Crick & Grotpeter, 1995; Nansel et al., 2001; Smith & Gross, 2006; Williams & Guerra, 2007). Pour les garçons, le fait d'être victime d'IPP serait lié à leur apparence physique et à leurs goûts vestimentaires (Hoover et al., 1992). Lorsque les filles sont victimes d'intimidation, cela semble être lié à leur apparence physique et le statut qu'elles occupent parmi les pairs (Hoover et al., 1992; Smith & Gross, 2006).

L'intimidation indirecte augmenterait chez les garçons avec l'âge et les agressions physiques diminueraient (Lagerspetz et al., 1988). Bien que les filles demeureraient plus fréquemment victimes d'intimidation indirecte que les garçons, les différences tendent à s'amoinrir avec le temps (Lagerspetz et al., 1988; Rivers & Smith, 1994; Smith & Gross, 2006). De manière générale, les actes d'IPP vécus par les jeunes varieraient selon le sexe de la victime, appuyant ainsi l'idée selon laquelle l'IPP est un problème de relations interpersonnelles complexe qui évoluerait au gré des différences sexuelles et de l'âge. Plusieurs raisons sont proposées afin d'expliquer ces différences. Premièrement, il est possible que celles-ci soient en partie dues au fait que les filles dénoncent plus souvent l'intimidation dont elles sont victimes que les garçons (Smith & Gross, 2006). Les garçons dénonceraient moins l'IPP dont ils sont victimes, comparativement aux filles, parce que cette démarche serait perçue comme un manque de compétence et représenterait un risque de nuire d'autant plus à

leur popularité (Chung & Asher, 1996; Newman, Murray, & Lussier, 2001). Deuxièmement, il existerait une différence entre les normes et les valeurs éducatives selon le sexe des enfants. Ces normes et valeurs subjectives s'exprimeraient par le fait qu'une jeune fille apprendrait, qu'en tant que fille, elle ne doit pas être violente ou, dans le cas d'un garçon, qu'il doit d'être fort (Mercader, Lechenet, Durif-Varembont, Garcia, & Lignon, 2014). L'identité et les comportements des jeunes sont influencés par ces normes et valeurs qui, lorsqu'intégrées, pourraient expliquer ces différences sexuelles (Lagerspetz et al., 1988; Mercader et al., 2014). En somme, l'IPP prend de multiples formes en fonction du sexe de la victime, mais a toujours comme but d'isoler, de faire mal ou d'humilier la victime. Au-delà de ces différences, il est important de circonscrire les impacts éventuels de ces expériences d'intimidation sur le fonctionnement de la victime.

1.3 Difficultés liées à l'intimidation

L'intimidation peut avoir d'importantes conséquences négatives pour le jeune qui en est victime. Néanmoins, la gravité de celles-ci varie d'une personne à l'autre. Alors que certains jeunes ne vivent pas de conséquences notables liées à l'IPP (outre des émotions négatives), d'autres en souffrent davantage, à court et/ou à long terme (Lawrence, 2011). L'IPP peut avoir un impact sur plusieurs sphères du fonctionnement du jeune comme sur la persévérance scolaire, son état émotionnel et psychologique ou encore sur sa santé physique (ex., difficultés à se concentrer; Schwartz, Gorman, Nakamoto & Toblin, 2005). Elle peut aussi affecter les relations interpersonnelles qu'entretiennent les victimes avec leurs pairs et d'autres personnes de leur entourage (Gagnier, 2012). Plus les actes d'intimidation sont répétés, plus les risques qu'une victime développe des difficultés augmentent (Ttofi et al., 2012). À titre d'exemple, les

difficultés peuvent prendre la forme de troubles du sommeil, d'hypervigilance, de phobie sociale ou de comportements agressifs (Gagnier, 2012; Mishna, 2012). Les victimes d'IPP peuvent se sentir humiliées puis, si les expériences se poursuivent, désorientées et à en venir à entretenir une image négative d'elles-mêmes et une faible estime personnelle (Arseneault et al., 2010; Bédard, 2008). Les jeunes victimes d'intimidation déclareraient se sentir en colère (56 %), triste (32 %) et humilié (14 %) suite à l'IPP et cela, peu importe sa forme (Rigby, 2000, 2003). Les victimes d'IPP seraient plus à risque de souffrir de troubles dépressifs, d'anxiété et de détresse émotionnelle, difficultés qui pourraient se poursuivre à l'âge adulte (Arseneault et al., 2010; Elias, 2007; Kaltiala-Heino, RimpelÄ, Rantanen, & RimpelÄ, 2000; Ma, Stewin, & Mah, 2001; Rigby, 2003; Olweus, 1993b; Reijntjes et al., 2010). En contexte scolaire, ces jeunes seraient aussi plus à l'affût de ce qui se passe autour d'eux, plus anxieux et stressés simplement du fait d'être dans leur école, par peur de la possibilité d'une récurrence des actes d'intimidation (Bédard, 2008; Rigby, 2003). Les difficultés que vivent les victimes agiraient sur leur capacité perçue à agir pour mettre fin à leurs expériences d'intimidation, ce qui nuirait alors à leurs démarches et rendrait plus difficile le signalement de l'IPP à une personne de confiance (McElearney, Roosmale-Cocq, Scott, & Stephenson, 2008).

L'IPP aurait aussi des conséquences sur le cheminement scolaire des victimes. Certains exprimeraient le désir de ne plus aller à l'école afin d'éviter l'intimidation (Rigby, 2000). Les symptomatologies dépressives et/ou anxieuses suivant ces expériences seraient accompagnées d'une baisse des résultats scolaires et seraient aussi parfois liées au décrochage (Cornell, Gregory, Huang, & Fan, 2013). Les jeunes victimes de cyberintimidation souffriraient des mêmes symptômes décrits précédemment (Campbell, Spears, Slee, Butler, & Kift, 2012).

Ainsi, une multitude de difficultés sont identifiées de façon récurrente en contexte d'IPP et nuirait donc au développement optimal des victimes.

Les conséquences induites sur les plans de la santé physique et mentale de même qu'au regard du fonctionnement varient d'une victime à l'autre, ce qui s'expliquerait en partie par les caractéristiques individuelles de la victime (Arseneault et al., 2010). Alors que certaines victimes manifesteraient des symptômes associés à des troubles internalisés (ex., agitation, impulsivité et agressivité) suite à l'intimidation, d'autres exhiberaient des comportements externalisés (ex., troubles de l'humeur et troubles anxieux), comme de l'agression physique (Arseneault et al., 2010; Reijntjes et al., 2010). Plus précisément, plus une victime adopterait une attitude passive en regard de l'IPP (ex., va rire lorsqu'on se moque d'elle, ou va se laisser bousculer sans rien dire en retour), plus elle risque de vivre des symptômes internalisés (Arseneault et al., 2010; Reijntjes et al., 2010). Au contraire, si la victime répond de manière plus défensive aux actes d'IPP (ex., pousser ou injurier en réponse à ces actes), plus elle sera à risque de développer à la fois des difficultés internalisées et externalisées (Ma et al., 2001; Shakoor et al., 2012).

Les caractéristiques individuelles des victimes peuvent également influencer leur propension à vivre de l'intimidation (Barker, Boivin, Brendgen, & et al., 2008). En effet, parmi les facteurs de risque les plus fréquemment répertoriés auprès des victimes, on observe le faible revenu parental, la présence de troubles internalisés, l'hyperactivité, la soumission aux autres, demeurer passif aux attaques d'intimidation et le manque de confiance lors d'interactions sociales (Barker et al., 2008; Schwartz, Lansford, Dodge, Pettit, & Bates, 2014). Ces caractéristiques affecteraient non seulement la santé mentale et physique de la victime, mais aussi la propension à être une cible (Barker et al., 2008; Schwartz et al., 2014; Sengupta

& Chaudhuri, 2011). Par exemple, être plus timide que les autres augmenterait le risque d'être une *cible* potentielle et ce, parce que le jeune serait plus passif au sein du groupe, aurait de la difficulté à s'affirmer, à donner son opinion et à s'exprimer parmi ses pairs. La timidité influencerait également la sévérité des conséquences psychologiques induites par les actes d'intimidation et nuirait à l'accès à un réseau de soutien (Barker et al., 2008; Schwartz et al., 2014). Le jeune aurait ainsi plus de difficulté à parler de ce qu'il ressent, à s'affirmer parmi ses pairs et à répondre à l'intimidateur pour faire cesser les actes d'IPP (Mishna, 2012). Plus une victime se confierait difficilement à ses pairs, plus elle tendrait à s'isoler pour se protéger, sans soutien émotionnel d'amis qui pourrait l'aider à se défendre, ce qui globalement augmenterait le risque que l'IPP se poursuive et que des problèmes internalisés émergent renvoyant à un « cercle vicieux » d'intimidation (Zins, Elias, & Maher, 2007). Les victimes qui ne seraient pas timides pourraient, à l'inverse, réagir de manière plus agressive aux actes d'IPP ou souhaiteraient, peut-être même, se venger. D'ailleurs, lorsque la victime tenterait de se défendre en agressant à son tour l'intimidateur, elle l'inciterait à poursuivre ses attaques pour rétablir son statut de dominance (Zins & Elias, 2013). Somme toute, les caractéristiques individuelles, la fréquence des actes d'IPP ainsi que la manière dont va réagir la victime suite à des épisodes d'IPP sont des facteurs pouvant influencer le degré de sévérité des conséquences des actes d'IPP sur la victime.

Outre les facteurs personnels qui peuvent agir sur la propension à être une victime, les pratiques parentales auxquelles les jeunes sont exposés exerceraient également une influence sur l'émergence de difficultés subséquentes (Georgiou, 2008; Lösel & Bender, 2013). L'environnement familial caractérisé par un faible revenu économique, de l'instabilité familiale (ex., conflits parentaux, déménagements répétitifs), un manque de supervision et d'implication

parentale pourrait, par exemple, ne pas transmettre à l'enfant les outils nécessaires pour qu'il soit apte à bien se comporter à l'école, à résoudre prosocialement des situations conflictuelles ou à réussir à s'intégrer socialement (Wolke & Skew, 2012), ce qui représenterait autant de facteurs de risque à être une victime (Hong & Espelage, 2012; Lösel & Bender, 2013). La surprotection des parents ou l'absence de discussion entre le jeune et ses parents pourraient aussi, par exemple, freiner le développement des capacités verbales et sociales essentielles à une bonne intégration de l'enfant à son milieu scolaire (Hong & Espelage, 2012). Les enfants ayant des parents surprotecteurs ou avec des troubles dépressifs seraient associés à un risque accru de vivre de l'IPP (Georgiou, 2008a; 2008b). Toutefois cette influence s'amenuise au cours du développement puisque, progressivement, les pairs deviennent les acteurs exerçant une plus grande influence sur le jeune (Espelage & Holt, 2001; Hoover, Oliver, & Hazler, 1992).

Les pairs peuvent aussi agir sur la propension d'un jeune à être une victime (Gagnon, 2012; Rigby, 2000). Lorsque les pairs ont des comportements violents et des réactions agressives, la propension à être victimisé par les membres de son groupe serait augmentée (Lamarche et al., 2007; Salmivalli & Nieminen, 2002). D'ailleurs, être membre de ce type de groupe serait associé à un risque plus grand d'être agressif suite aux expériences de victimisation (Lamarche et al., 2007). À l'opposé, les rapports amicaux de qualité constitueraient un facteur de protection important qui offrirait à la victime la possibilité de parler de ses expériences d'IPP et ainsi pouvoir solliciter une forme d'aide ou de soutien lors de périodes difficiles (Bollmer, Milich, Harris, & Maras, 2005). Les victimes d'IPP n'ayant pas d'ami proche seraient plus à risque de développer des comportements agressifs que celles qui en possèdent (Lamarche et al., 2007; Prinstein, Boergers, & Vernberg, 2001). En contexte

d'IPP, la présence d'amis stables aiderait à voir l'école comme un endroit plus sécuritaire (75%), à se sentir plus fort (83%), à avoir plus d'outils pour diminuer l'intimidation (78%) et à se sentir moins responsable des expériences d'IPP vécues (54%; Naylor & Cowie, 1999). Plus généralement, parler à une personne de confiance permettrait à la victime de réduire son anxiété, à mieux gérer ses émotions et à moins se sentir coupable de l'IPP (Zins, Elias, & Maher, 2007). Ces facteurs de protection diminueraient à la fois le risque d'être une cible potentielle, mais rendraient aussi les victimes plus résilientes face à ces expériences et ce, notamment grâce à l'attitude positive et aux perceptions de compétence que procure une relation amicale de qualité (Naylor & Cowie, 1999; Stevens, Van Oost, & De Bourdeaudhuij, 2000). Les pairs ne seraient pas les seuls à exercer un effet protecteur sur le fonctionnement en contexte de victimisation. Dans le cas où le soutien est offert par un adulte, comme un parent ou un professeur, l'estime de soi du jeune et la qualité de la communication entre l'enfant et l'adulte s'en trouveraient améliorées (Kirwan, Power, & Global, 2012; Naylor & Cowie, 1999). En somme, les facteurs individuels, les pratiques parentales et le soutien qu'offre l'entourage constitueraient des facteurs pouvant diminuer les risques pour la victime de vivre des difficultés suite aux expériences d'IPP. Néanmoins, ce ne sont pas tous les jeunes qui activeront d'emblée et par eux-mêmes ces mécanismes de protection pour réduire l'intimidation vécue et laissent entrevoir des pistes d'interventions pouvant être réalisées auprès des jeunes victimes afin d'activer ces mécanismes de résilience.

1.4 Loi visant à lutter contre l'intimidation et la violence dans les écoles

Depuis quelques années, l'augmentation des tentatives de suicide qui apparaissent liées à l'IPP a promu la formulation de politiques visant à conscientiser le public à ce phénomène et

à la nécessité de mieux intervenir auprès des victimes (Arseneault, Bowes, & Shakoor, 2010). Au Québec, ces événements ont mené à un mouvement national contre l'IPP et à la promulgation d'une loi contre toutes formes de violence dans les écoles. En effet, ce serait à la suite du suicide d'une jeune élève victime d'intimidation, en 2011, que le gouvernement aurait pris la décision d'élaborer une loi contre l'intimidation (Gagnier, 2012). La loi « Lutte contre l'intimidation et les violences à l'école » soumise par la ministre Line Beauchamp fut adoptée en juin 2012. Cette dernière a notamment pour objectif de préciser les responsabilités des écoles lorsqu'une situation impliquant de l'intimidation est identifiée. Cette loi rappelle, d'abord, les devoirs d'intervention des principaux acteurs qui sont à divers degrés responsables des élèves, qu'il s'agisse des parents, du personnel scolaire ou encore des commissions scolaires (L.Q., 2012). Dès sa promulgation, cette loi oblige les commissions scolaires du Québec à ce que toutes les écoles établissent des plans d'intervention clairs en cas de dévoilement et à travailler à prévenir et à réduire l'intimidation survenant en leur enceinte. L'objectif final étant d'offrir un environnement sans violence pour les écoliers.

Afin de répondre aux exigences de la loi, chaque école est chargée de nommer une personne responsable d'intervenir et d'appliquer les directives inscrites dans cette loi (Beauchamp, 2012). La loi stipule trois cibles devant être travaillées dans chaque école: la prévention, la collaboration entre les acteurs et l'intervention. Tout d'abord, les programmes de prévention ont pour objectif de prévenir l'émergence de l'IPP. Par exemple, cela pourrait être fait en sensibilisant les élèves sur les conséquences pouvant être induites par l'IPP lors de conférences. La collaboration entre les acteurs renvoie quant à elle à ce que l'ensemble des membres de l'équipe pédagogique communique les situations impliquant de l'IPP et partage leurs connaissances sur les jeunes à risques d'être victimes d'intimidation afin d'accroître leur

surveillance. Par exemple, certaines écoles ont élaboré des cahiers de suivi remplis par les professeurs dans lesquels ils peuvent y inscrire des commentaires soulignant des événements requérant une surveillance accrue qui sont transmis à la fin de chaque cours aux professeurs suivants. Ainsi, les professeurs sont en mesure d'exercer un suivi journalier des événements qui se sont produits en classe et ce, même si plusieurs professeurs sont impliqués. Enfin, les programmes d'intervention visent à réduire les actes d'IPP qui sévissent déjà dans les établissements et à mettre fin aux situations problématiques (Allaire, 2012). Par exemple, des rencontres sont effectuées avec les intimidateurs par la personne responsable des affaires liées à l'intimidation et la violence (art. 96.12) et si les actes sont plus graves, un policier de même que les parents du jeune peuvent participer à ces rencontres.

Une première contribution de la loi contre l'intimidation et la violence à l'école est de conscientiser la population en regard de l'IPP et ainsi mettre fin à toute la banalisation de cette problématique. En revanche, cette loi ne propose pas aux écoles d'outils d'intervention ou de personnels spécialisés pour aider les équipes enseignantes confrontées à cette problématique (Allaire, 2012; Labbé, 2009). L'élaboration de ces outils et de cette expertise doit, au contraire, être réalisée par les écoles et ce, à même leur budget. Ce constat tranche avec le fait que ce sont justement dans les milieux les plus défavorisés que l'on retrouverait le plus d'IPP et que ces établissements scolaires pourraient ne pas avoir les ressources financières nécessaires pour développer de nouveaux outils pour mieux soutenir les victimes (Allaire, 2012; Labbé, 2009). À cet égard, les interventions effectuées proviendraient donc d'initiatives des membres du personnel de l'école, d'organismes communautaires et parfois du ministère de l'Éducation des Loisirs et des Sports du Québec (et bientôt du ministère de la famille). Ces initiatives seraient toutefois inconsistantes d'une école à l'autre, ne s'articuleraient pas autour d'un modèle intégré

et ne suivraient pas un système d'évaluation de l'implantation de ces programmes, ce qui soulève ainsi certaines inquiétudes quant à leur efficacité réelle (Allaire, 2012; Ttofi & Farrington, 2011). La prochaine section présente une courte recension des différents types de programmes d'intervention les plus souvent rencontrés en milieux scolaires accompagnés d'une analyse critique de leurs forces et limites.

1.5 Interventions de lutte contre l'IPP

1.5.1 Les programmes de sensibilisation

L'objectif principal des programmes de sensibilisation est de promouvoir une prise de conscience du problème de l'intimidation par les adultes proches des jeunes et par les jeunes eux-mêmes afin que les actes de violence et de rejet ne soient plus normalisés (Olweus & Limber, 2010). Ces programmes cherchent également à faciliter l'identification et la divulgation des actes d'intimidation au personnel de l'école et de mettre fin aux croyances erronées concernant l'intimidation (Goodstein, 2013). Les croyances erronées ciblées par ces programmes renvoient notamment à «*L'intimidation a toujours existé, on ne peut donc rien faire pour la stopper*» ou encore «*C'est celui qui se fait intimider qui a un problème, pas l'intimideur*» (Goodstein, 2013, p. 24). Pour se faire, ces programmes prennent surtout la forme d'un transfert de connaissances par le biais d'activités dirigées aux enseignants et aux parents (Smith et al., 2004). Afin de sensibiliser les acteurs-clés, des séances d'informations sont organisées dans les écoles et des manuels explicatifs sont distribués à tous. Ne plus normaliser l'intimidation, constituerait ainsi une première étape afin d'aider les jeunes victimes. En effet, si les adultes cessent de normaliser l'IPP et sanctionnent les jeunes

impliqués, ils deviendraient des modèles à suivre à cet égard pour les autres jeunes, victimes ou non (Beran, 2006).

D'autres aspects sont visés dans ce type de programme d'intervention. Premièrement, ils cherchent à diminuer certains comportements et réactions inadéquats que pourraient avoir les adultes lors de la divulgation de l'intimidation. Pour cela, plusieurs pistes leur sont offertes, comme de promouvoir les signalements par les élèves et de favoriser l'adoption de règles soulignant l'importance du respect entre les jeunes (et les adultes) dans les classes et l'école (ex., code de vie). La promotion d'échanges respectueux des élèves et des professeurs lors de situations d'intimidation favorise un meilleur contrôle de leurs émotions pour éviter une escalade de violence. Indirectement, ces règles cherchent à réduire la croyance que devenir violent soit une stratégie d'ajustement adéquate et efficace lorsqu'ils se sentent frustrés ou humiliés (Goodstein, 2013). Deuxièmement, ces programmes informent les professeurs en regard des signes suggérant qu'un jeune vive de l'intimidation afin d'intervenir rapidement auprès d'eux. En effet, peu de victimes décident de dévoiler leurs expériences d'IPP à un adulte (Newman et al., 2001; Rigby, 2011). Ces signes peuvent être perceptibles aux plans matériel (ex., objets manquants, argent de poche «perdu»), physique (ex., difficultés à dormir, bleus apparents), émotionnel (ex., colère, tristesse), comportemental (ex., refus d'aller aux toilettes, absentéisme), un changement dans le rendement scolaire (ex., baisse des notes) ou social (ex., faire l'objet de moqueries par les pairs, être exclus des activités; Goodstein, 2013; Vreeman & Carroll, 2007).

Bien que ces programmes puissent aider les professionnels à mieux reconnaître les jeunes qui pourraient vivre de l'intimidation, rares sont ceux qui incluent une formation pratique pour soutenir ces derniers à intervenir plus efficacement auprès des victimes. Certains

professeurs ayant suivi ce type de programmes se disent insuffisamment outillés pour intervenir de façon optimale auprès des victimes (Beran, 2006). En effet, ces adultes ne savent toujours pas comment mettre fin, de façon pratique, aux situations impliquant de l'IPP, incluant celles dont ils seraient témoins (Farrington & Ttofi, 2007). Face à la réticence des victimes, établir une relation de confiance afin de diminuer progressivement l'intimidation à laquelle ils sont confrontés serait décrite, comme particulièrement difficile par les professeurs (Beran, 2006). Malgré ces limites, la formation continue des professeurs sur les méthodes de résolution de conflits apparaît atteindre certains objectifs fixés, tel que le suggèrent les adultes qui se sentent plus informés sur l'IPP et motivés à intervenir lors d'une situation d'IPP (Beran, 2006; Dake, Price, Telljohann, & Funk, 2003).

1.5.2 Les programmes visant la collaboration entre les acteurs

Les programmes visant à la collaboration des acteurs s'inspirent notamment du *Olweus program* (Olweus, 1994). Ils visent l'ensemble des acteurs de l'établissement qu'il s'agisse des enfants, de l'équipe enseignante et des parents afin qu'ils occupent un rôle précis. Selon plusieurs chercheurs, les habiletés psychosociales que possèdent les enfants victimes d'IPP ne suffiraient pas afin qu'ils puissent s'en sortir par eux-mêmes, sans l'aide de leur environnement (Rock, Hammond, & Rasmussen, 2007; Vlachou et al., 2011). Afin d'inciter les jeunes à dévoiler leur victimisation à une personne de confiance, l'un des objectifs principaux de ce type de programme est la mise en place d'une culture contre toutes formes de violence au sein des établissements scolaires. Cette culture permettrait de renforcer les liens entre chaque individu, de développer un réseau d'entraide et un sentiment d'appartenance au groupe de pairs et à l'école (Bradshaw, Sawyer, & O'Brennan, 2009). Ce type d'intervention tente aussi de

minimiser l'incidence de facteurs de risque associés à l'IPP, comme l'absence de règles claires sur l'agression, la faible implication des étudiants avec les professeurs, une faible cohésion du personnel et la supervision inadéquate des étudiants (Bowes et al., 2009; Mishna, 2012; Rodkin & Hodges, 2003). Spécifiquement, ce type d'intervention s'inspire de la théorie de la « *désorganisation sociale* » (Bevans, Bradshaw, Miech, & Leaf, 2007; Khoury-Kassabri, Benbenishty, Astor, & Zeira, 2004; Sampson & Groves, 1989). Selon cette théorie, les problèmes sociaux présents au sein d'une communauté s'expliqueraient par le manque de règles et de normes sociales qui définissent les valeurs partagées construisant un but commun (Becker, 1985; Bradshaw et al., 2009; Sampson & Groves, 1989). En l'absence de règles communes, l'environnement social ne peut influencer les individus dans leurs trajectoires de vie et dans l'inhibition ou la manifestation de certains comportements. Les comportements déviants, non réprimés, se poursuivent donc dans le temps (Becker, 1985). Au sein des établissements scolaires, cette *désorganisation*, ou manque de contrôle social favoriserait l'apparition de comportements d'intimidation entre les pairs (Bevans et al., 2007; Bradshaw et al., 2009). Bradshaw (2009) remarque notamment que lorsque les étudiants sont trop hétérogènes, lorsque le ratio professeur/élève est faible et que les classes sont surpeuplées, les actes d'intimidation tendent à être plus fréquents (Bradshaw et al., 2009; Khoury-Kassabri et al., 2004). La spécificité du fonctionnement de chaque établissement scolaire sous-tend une intervention individualisée correspondant aux besoins de chacun. Afin d'augmenter les effets positifs des programmes d'intervention, ceux-ci devraient s'adapter au contexte social et aux valeurs de l'ensemble de la communauté dans laquelle se situe l'école afin que chaque acteur puisse s'y identifier (Bevans et al., 2007; Bradshaw et al., 2009). En somme, l'objectif de ce type d'intervention est donc de développer un climat social de non-violence partagé par

l'ensemble des acteurs, faisant ainsi obstacle à l'émergence de comportements violents et intimidants en son enceinte.

Ce serait par l'intermédiaire d'exercices, de travaux en groupe, de discussions et de lecture de manuels spécialisés et d'exposés que, progressivement, les élèves apprendraient à communiquer sans agressivité (Farrington & Ttofi, 2007; Olweus & Limber, 2010). Par exemple, certains programmes, comme le Kiva-program, tentent de réduire le rejet des victimes en augmentant l'empathie des jeunes envers celles-ci (Saarento, Boulton, & Salmivalli, 2014; Yang & Salmivalli, 2014). Pour cela, ils utilisent des jeux en classe dans lesquels chaque jeune, à tour de rôle, doit prendre la place de la victime, afin de conscientiser les jeunes à la nature blessante de l'intimidation. Un livret éducatif dans lequel plusieurs stratégies sont proposées est également distribué aux parents afin d'améliorer leurs échanges avec leur enfant en regard de l'IPP (Kiva-Program, 2012). Toutefois, le Kiva-program, avec toutes ses forces, n'est associé qu'à une réduction de 20% de la prévalence de l'IPP dans les écoles finlandaises (Kärnä et al., 2013). Dans le même ordre d'idées, le programme Erris vise à ce que les adultes de l'école collaborent pour réduire la prévalence d'IPP. Le programme Erris offre des conférences de sensibilisation pour l'ensemble des élèves et des rencontres avec les parents et les professeurs (Minton, O' Mahoney, & Conway-Walsh, 2013). Enfin, si des actes d'intimidation sont dénoncés, des rencontres avec les parents et le jeune sont effectuées et des sanctions peuvent aussi être dictées (ex., exclusion temporaire de l'intimidateur; Minton et al., 2013; Smith et al., 1999). De surcroît, les ateliers en classe permettent l'apprentissage et la pratique de diverses stratégies à utiliser dans un contexte où les jeunes sont la cible ou témoins d'intimidation. Par le biais de modelage, la culture sans (et contre) la violence se déploie dans les salles de classe et se généralise à l'ensemble de l'établissement. Ainsi, il est rappelé aux

jeunes que l'intimidation n'est pas un jeu et que de tels actes peuvent blesser la personne ciblée.

Il importe toutefois de rappeler que pour qu'une intervention visant un changement de l'acceptabilité de la violence fonctionne, l'équipe enseignante doit être dûment formée afin d'être en mesure d'inculquer ces valeurs et d'intervenir adéquatement lorsque des cas d'intimidation sont repérés (Beran, 2006). Ce type d'intervention dans laquelle toute la structure de l'établissement est mobilisée implique aussi de près les parents afin qu'ils accompagnent leur enfant si ce dernier est victime d'intimidation (Khoury-Kassabri et al., 2004). Ce type d'intervention ne cible toutefois pas spécifiquement les victimes qui pourraient ne pas recevoir les services dont elles ont besoin. Ainsi, bien que ce type de programme puisse s'avérer pertinent dans la prévention de l'intimidation scolaire, il n'offre pas d'outils pratiques aux victimes d'IPP (Rock et al., 2007; Vlachou et al., 2011).

1.5.3 Approches ciblant les victimes

Les interventions présentées précédemment avaient pour objectif de prévenir et diminuer l'intimidation en sensibilisant chaque acteur et en instaurant un climat scolaire exempt de violence. Ces interventions diminueraient donc l'incidence d'intimidation future, notamment en raison de la surveillance accrue, des normes contre l'IPP et de l'éducation offerte sur l'IPP (Elias, 2007). Cependant, ces types d'intervention ne proposent pas de pistes d'intervention afin de soutenir les victimes, tant aux plans des expériences d'IPP vécues que des difficultés associées. D'autres programmes offrent des rencontres auprès des jeunes victimes pour les aider à développer des stratégies de résolution de conflits, visant notamment à diminuer leurs envies de représailles (Bradshaw et al., 2009). L'objectif de ces programmes

est donc de se concentrer sur les victimes d'IPP afin de les aider à réduire les difficultés ressenties suite à ces expériences (Rigby, 2011). Certains programmes, comme celui développé par Morrison (2007), cherchent à ce que la victime puisse s'exprimer sur ses expériences d'intimidation et à ce qu'elle ne vive pas d'exclusion suite à la résolution du conflit. Pour se faire, des séances de médiation sont privilégiées afin que la relation entre la victime et l'intimidateur soit réparée. L'intimidateur doit ainsi prendre la responsabilité de ses actes, s'excuser auprès de la victime et tenter d'établir une entente de réparation avec elle. Ce type d'intervention s'inscrit dans une perspective *humaniste*, ou *the no-blame approach*, car l'objectif n'est pas de punir, mais de restaurer les liens (Morrison, 2007; Smith, Howard, & Thompson, 2007). Ce type de programmes augmenterait l'empathie ressentie envers les victimes et l'implication des témoins lors de futurs actes d'IPP (Goodstein, 2013). À ces rencontres, la prise de parole de la victime est essentielle pour exprimer ce qu'elle a ressenti suite à l'IPP et le fait de se sentir écoutée améliorerait sa confiance en soi (Morrison, 2007). Les désirs de vengeance de la victime envers l'intimidateur seraient aussi amenuisés, soutenant d'autant plus la résolution du conflit entre l'intimidateur et la victime (Strang & Sherman, 2003). Toutefois, certains programmes d'intervention incluant un processus de médiation entre la victime et l'intimidateur ont eu pour conséquence une hausse de la violence de l'intimidateur une fois les séances de médiation terminées (Vreeman & Carroll, 2007).

D'autres interventions ciblent le développement des habiletés psychosociales des jeunes victimes afin qu'elles parviennent à mieux réguler leurs émotions et à utiliser des stratégies favorisant la réduction (voire la fin) de l'intimidation (Farrington & Ttofi, 2007; Ttofi & Farrington, 2011). Ces formations, lorsqu'elles existent, sont généralement offertes en parallèle aux interventions déployées à l'ensemble de l'établissement et prennent la forme de

séances individuelles entre la victime et un intervenant jeunesse (Nation, 2007). Ces séances peuvent inclure de l'art thérapie (Ross, 1996), des séances de relaxation et des jeux de rôles (Fox & Boulton, 2003). Généralement, ces séances sont offertes tout au long de l'année scolaire à une fréquence d'une fois semaine (Zins & Elias, 2013). Ces séances individuelles ont pour objectifs d'aider les victimes à reprendre le contrôle sur l'intimidation, à se faire de nouveaux amis, à diminuer les symptômes dépressifs et anxieux et à augmenter leur estime de soi (Schwebel, Severson, Ball, & Rizzo, 2006; Smith, Mahdavi, Carvalho, & Tippett, 2006; Vlachou et al., 2011). Ces programmes permettraient ainsi aux jeunes victimes d'instiguer de nouvelles relations sociales réciproques avec leurs pairs, à mieux exprimer leurs besoins et idées et à établir des limites (ex., dire que ce n'est pas drôle, mais blessant à un ami qui vous fait une farce) et à demander de l'aide lorsqu'ils vivent de nouvelles situations d'intimidation (Elias, 2007). L'intervention auprès des victimes offrirait donc des outils pour que le jeune use de stratégies prosociales pour faire face à l'intimidation (Zins & Elias, 2013). Toutefois, ce type de programmes ne constitue pas le premier choix des écoles afin de diminuer l'IPP dans leur enceinte, car il existe peu de personnel qualifié et disposé à investir autant de temps avec chacune des victimes. Les résultats d'études évaluatives de ce type de programme indiquent toutefois que la perception de soi, les compétences sociales ainsi que le contrôle des émotions s'amélioreraient chez les victimes et qu'elles vivraient moins d'intimidation par la suite (Nation, 2007; Smith, Shu, & Madsen, 2001; Zins & Elias, 2013).

1.5.4 Analyse critique de ces programmes

Bien que l'ensemble des programmes présentés cherche à instaurer une culture contre l'intimidation, à encourager la collaboration entre chacun des acteurs et à offrir un soutien aux

victimes, trois principales limites sont observées. Premièrement, l'ensemble de ces programmes requiert que les victimes dénoncent l'intimidation dont ils sont victimes afin bénéficier des services disponibles (Rock et al., 2007). Ces programmes sont ainsi plus susceptibles d'aider les victimes qui ont déjà ou avaient l'intention de demander de l'aide d'un adulte. Or, une majorité de victimes choisit initialement de ne pas dévoiler leurs expériences à un adulte par peur de représailles (Newman et al., 2001; Rigby, 2011; Rock et al., 2007). Ainsi, elles ne bénéficieraient peut-être pas autant de ces programmes et resteraient, par conséquent, sans forme de soutien quelconque (Ivarsson, Broberg, Arvidsson, & Gillberg, 2005; Nansel et al., 2001; Ttofi et al., 2012). Deuxièmement, les écoles sont confrontées à de multiples obstacles dans l'implantation de ces programmes spécialisés qui requiert un investissement de temps et d'énergie considérable (Vlachou et al., 2011). Certains programmes d'intervention mis en œuvre dans les écoles seraient alors parfois incomplets, affectant ainsi leurs effets escomptés sur l'intimidation. Troisièmement, un recensement effectué par Farrington et Ttofi (2007, 2011) révèle que les effets des programmes d'interventions sont modérément efficaces (20 % de baisse d'IPP en moyenne auprès de 53 programmes identifiés; Farrington & Ttofi, 2007, 2011). Cette faible efficacité s'expliquerait par divers facteurs. D'abord, la durée du processus d'implantation des programmes d'intervention ne semble être assez longue pour que les professionnels de l'école soient convenablement formés à intervenir et pour que les élèves prennent conscience des conséquences liées aux gestes d'intimidation (Farrington & Ttofi, 2007; Vreeman & Carroll, 2007). Ensuite, les programmes d'interventions n'auraient pas la même efficacité en fonction de l'âge des élèves. Par exemple, la responsabilisation de l'intimidateur par le processus de médiation proposée par Morrison (2007) aurait des effets limités, voire même négatifs lorsque les élèves auraient moins de 11

ans (Ttofi & Farrington, 2011; Vreeman & Carroll, 2007). Il serait, en effet, difficile à cet âge de comprendre en quoi consiste une médiation. Ces interventions ne viseraient pas non plus l'intimidation en ligne (Ttofi & Farrington, 2011). Quatrièmement, peu de programmes proposent des services ciblant directement les jeunes qui sont victimes d'IPP afin de les soutenir à mettre fin à leur victimisation. Ceci contraste avec le fait qu'ils sont plus à risque de vivre de l'intimidation et les difficultés associées à celles-ci (Ttofi & Farrington, 2012). Cinquièmement, malgré l'intérêt de venir en aide aux jeunes, il demeure encore aujourd'hui un écart important entre ce que vivent les jeunes et les moyens employés pour leur venir en aide. En effet, même si de nombreux services sont offerts dans les écoles, peu de victimes seraient tentées de les utiliser à cause de la gêne et de la peur que représente cette démarche. L'élaboration et l'implantation de programmes plus ciblés à cette réalité renvoient aux principales recommandations de nombreuses recherches portant sur l'IPP (Brendgen & Troop-Gordon, 2015; Hong & Espelage, 2012; Mishna, 2012; Yang & Salmivalli, 2014). L'ensemble de ces limites a contribué à orienter les lignes directrices structurant l'intervention *+Fort*, représentée par une application mobile, qui vous sera proposée.

En conclusion, même si la loi contre l'intimidation prescrit la mise en place d'un programme de lutte contre l'IPP pour instaurer une culture commune contre toutes les formes de violence à l'école (L.Q, 2012), son implantation demeure sous la responsabilité des écoles (Allaire, 2012). Rappelons que pour qu'un programme d'intervention soit efficace, il devrait sensibiliser les acteurs au phénomène et aux conséquences de l'intimidation et chercher à améliorer la collaboration de toutes les personnes impliquées, et de façon importante, soutenir les victimes. Viser un seul de ces objectifs est nécessairement insuffisant (Smith, Schneider & Ananiadou, 2004). Cette courte recension souligne donc la nécessité d'offrir des interventions

complémentaires ciblant spécifiquement les victimes et dont les objectifs poursuivis s'appuieraient sur une évaluation empirique.

1.6 La motivation au changement en contexte d'IPP

Vivre quotidiennement des situations stressantes comme l'IPP peut réduire la motivation d'un jeune à entreprendre des actions ayant pour but de résoudre la situation problématique ou de s'en soustraire (Lupien, 2010). En effet, lors d'une situation stressante, les jeunes auraient plus de difficultés à porter adéquatement attention à leur environnement et à réguler leurs émotions (Lupien, 2010). La motivation serait considérée comme l'élément essentiel de la régulation cognitive et sociale des individus (Miller, 1996). La motivation au changement se définit par «la probabilité qu'une personne s'engage et continue à s'engager dans une stratégie» (Miller, 1996). Le processus motivationnel serait influencé par plusieurs facteurs liés à l'individu et à l'environnement de ce dernier. La théorie de l'autodétermination propose un cadre conceptuel intéressant afin de préciser l'importance relative et l'association entre ces facteurs.

Selon la théorie de l'autodétermination, trois facteurs pourraient affecter le développement de la motivation d'un individu: le besoin d'autonomie, le besoin de compétence et le besoin d'appartenance sociale (Ryan & Deci, 2000, Deci et Ryan, 2011, 2012). C'est lorsque ces besoins sont satisfaits, ou autrement dit dès que la personne se sent entourée, se sent capable de réaliser l'action envisagée et qu'elle ne ressent plus de pressions externes pouvant affecter sa motivation, qu'elle sera alors plus encline à être motivée pour entreprendre des actions (Ryan & Deci, 2000, Deci & Ryan, 2011, 2012). La satisfaction de ces besoins offrirait une sensation de mieux-être pouvant, par la suite, inciter l'individu à

entreprendre ou poursuivre certaines activités (Owen, Smith, Lubans, Ng, & Lonsdale, 2014; Gillison, Standage, & Skevington, 2006). Dans le contexte d'IPP la motivation à entreprendre de nouvelles stratégies pour la réduire est plus susceptible de s'actualiser si le jeune s'en sent capable et encouragé par ses proches (Rock et al., 2007). Ainsi, plus ces trois besoins sont jugés satisfaits chez les victimes d'IPP, plus la régulation motivationnelle serait donc optimisée, offrant alors un terrain propice pour qu'un processus de changement puisse être envisagé (Deci & Ryan, 2012).

Mettre en œuvre le changement d'un comportement requiert du temps. Ce processus s'articulerait en plusieurs étapes identifiables formant une séquence essentielle à sa réussite (Prochaska & DiClemente, 1994). Parmi les modèles du changement les plus fréquemment cités dans la littérature, le modèle transthéorique (MTT) de Prochaska et DiClemente (1994) semble s'ajuster aisément à la problématique de l'intimidation. D'après ce modèle, pour qu'une victime d'IPP initie un processus de changement plusieurs phases seraient nécessaires (Austin & Vancouver, 1996; Nation, 2007). Ces phases sont les suivantes: préréflexion, la réflexion, la préparation à l'action, la mise en action et le maintien (Muller & Spitz, 2012; Prochaska & DiClemente, 1994). Dans le contexte de l'IPP, la phase de la préréflexion renverrait au fait que la victime n'admettrait pas vivre de l'IPP et ne serait pas assez informée sur l'intimidation pour avoir une opinion objective de la sévérité et la nature des expériences vécues. Dans la phase de réflexion, le jeune commencerait sérieusement à envisager sa situation comme problématique (ou pas) et tendrait à réfléchir sur les éventuelles ressources dont il dispose pour effectuer un changement (Weinstein, 1988). Deux processus d'évaluation s'opéreraient alors chez le jeune lors de la phase de réflexion: l'évaluation de la menace et des stratégies d'adaptation. En évaluant ses expériences d'IPP, le jeune tenterait plus ou moins efficacement d'estimer la

nature et la sévérité de la menace à laquelle il est confronté et quels seraient les stratégies à entreprendre pour réduire l'IPP. Lors de la préparation à l'action, le jeune doit donc évaluer et initier de nouvelles alternatives pour réduire l'IPP (Muller & Spitz, 2012). Toutefois, la mise en action de ces nouvelles stratégies dépendrait de la confiance du jeune en sa capacité à les réaliser. Il importe ensuite que la mise en action de stratégies donne lieu à un quelconque mieux-être (ex., baisse de l'intimidation) pour renforcer la volonté d'agir du jeune à poursuivre ces efforts à réduire l'intimidation dont il est victime (phase de maintien; Muller & Spitz, 2012). En somme, pour qu'un jeune victime d'IPP puisse agir face à celle-ci, il est nécessaire que le jeune acquière une compréhension objective de sa situation à laquelle il est confronté, qu'il perçoive avoir les capacités d'y mettre fin, qu'il soit en mesure d'observer les changements survenus suite à l'initiation de nouvelles stratégies et que ceux-ci permettent de diminuer les expériences d'IPP pour poursuivre leurs effets. Plusieurs composantes du MTT, telles qu'appliquées au contexte d'IPP, ont été considérées dans le développement de *+Fort*.

1.7 Relation entre les jeunes et la technologie

De nos jours, les jeunes utilisent la technologie d'une façon que les générations antérieures ne l'ont jamais faite. Ils l'utilisent naturellement dans leur quotidien et y sont plus compétents que les adultes (Agatston, Kowalski, & Limber, 2007). Les jeunes âgés de 9 à 18 ans sont les plus actifs sur internet. Ils passent environ deux heures par jour sur leur ordinateur (Subrahmanyam, Greenfield, Kraut, & Gross, 2001). Ils utilisent cette technologie pour faire leurs devoirs, pour discuter avec leurs amis, pour jouer en ligne, pour s'inventer des personnages dans les *chats rooms* ou encore pour obtenir des informations sur une multitude de sujets comme la mode, leur image, les maladies, la sexualité ou les voyages (Metton, 2004).

Considérant l'attrait des jeunes envers les nouvelles technologies, l'idée que les plateformes numériques constituent un vecteur judicieux pour les soutenir dans les difficultés auxquelles ils sont confrontés doit être envisagée.

Internet constitue aussi un nouveau mode de socialisation pour les jeunes (Valkenburg, Schouten, & Peter, 2005) que les programmes d'intervention ciblant ces derniers devraient sérieusement considérer (Fergie, Hunt, & Hilton, 2013). En effet, l'identité des jeunes semble désormais être en partie façonnée par les interactions en ligne qu'ils entretiennent avec leurs pairs et par le biais des informations accessibles en ligne (Thomas, 2007). Les jeunes utilisent internet pour mieux comprendre ce qu'ils vivent et ce qu'ils ressentent (Maczewski, 2002). Les nouvelles technologies leur permettent, en outre, d'acquérir certaines informations pouvant susciter de la gêne si elles étaient demandées à un adulte (Metton, 2004). Internet permet donc l'obtention d'informations sensible tout en maintenant leur anonymat (Subrahmanyam, Kraut, Greenfield, & Gross, 2000). Certaines études ont montré que l'utilisation d'internet pouvait être efficace pour faire face à une maladie lorsqu'il s'agit d'enfants (Suzuki & Calzo, 2004; Williamson et al., 2005). Les informations auxquelles les jeunes ont accès à partir de sites ou d'applications mobiles subventionnées pourraient même se substituer à une rencontre informative avec des spécialistes (Cushing & Steele, 2010). Les applications mobiles constituent désormais un moyen d'obtenir une vaste gamme d'informations personnelles perçues par les jeunes comme nécessaires afin de résoudre leurs problèmes, que celles-ci soient de nature sociale ou touchant à la santé (Amicizia et al., 2013). En effet, les jeunes cherchent à mieux comprendre leur situation par le biais de plateformes interactives, comme des pages internet personnelles, certaines applications ou encore des jeux en ligne. Certains chercheurs émettent même l'hypothèse que les jeunes parviendraient mieux à combattre

certains troubles dépressifs (ex., idées noires, perte d'énergie et isolement social) suite aux interactions effectuées sur Internet (Suzuki & Calzo, 2004; Williamson et al., 2005). En effet, grâce aux interactions avec d'autres personnes dans le monde virtuel, les jeunes impliqués auraient l'opportunité de maintenir une communication avec le monde extérieur et réduiraient ainsi leur anxiété (Suzuki & Calzo, 2004; Williamson et al., 2005).

Les nouvelles technologies sont également utilisées dans les thérapies cognitivo-comportementale (TCC). Ces thérapies visent principalement le traitement et la modification de certains comportements et pensées problématiques. Plusieurs TCC validés empiriquement usant de NTIC (appelées *e-therapy*) auprès d'une clientèle adolescente, diminueraient au long court les réactions anxieuses lors de situation d'intimidation auprès de 30% des participants (Parent & Turgeon, 2012). Aussi, l'utilisation des nouvelles technologies intéresserait davantage les jeunes, car leur utilisation diminuerait leur peur de bris de confidentialité (Malbos, Boyer, & Lançon, 2013; Parent & Turgeon, 2012). Ainsi, en fonctionnant sous la forme d'un *autotraitement* ponctué de rappels en guise de suivi (ex., message d'encouragement), ces thérapies supporteraient le besoin d'autonomie des jeunes et donc, favoriserait leur motivation à poursuivre la thérapie (Garcia-Palacios, Botella, Hoffman, & Fabregat, 2007; Karsenti, 2004; Parent & Turgeon, 2012).

La recherche d'informations des jeunes leur permettrait de mieux comprendre ce qu'ils vivent et ce qu'ils ressentent grâce à une multitude de sites internet qui leur sont réservés (Rodriguez, Safont-Mottay, & Prêteur, 2013). Afin de chercher des solutions ou des conseils lors de conflits, certains jeunes vont s'inspirer de témoignages rapportés dans des *chat rooms*. Cette démarche concerne également les victimes d'IPP dont pour un bon nombre, il s'avère important de diminuer leurs expériences d'intimidation sans devoir demander l'aide d'un adulte

(Mishna, Wiener, & Pepler, 2008). À l'adolescence les victimes d'IPP font moins confiance aux adultes qui les encadrent, car elles ne peuvent pas prédire comment ceux-ci interviendront suite au dévoilement et donc, quelles répercussions s'en suivront. Par ailleurs, l'intervention d'un adulte à la suite d'un dévoilement d'intimidation peut, parfois, s'avérer inefficace et même entraîner une hausse de l'IPP (45 % des victimes ayant demandé de l'aide à un adulte continue par la suite à être victimisé et environ 60% voient leur situation d'IPP empirer; Bradshaw, Sawyer, & O'Brennan, 2007; Rigby, 2007). Elles ont aussi peur de demander de l'aide à un adulte, car cela peut être vu comme de la lâcheté par les pairs (Suzuki & Calzo, 2004; Williamson et al., 2005).

Ces raisons pourraient expliquer pourquoi plusieurs jeunes qui vivent de l'IPP ne confient pas leurs expériences d'intimidation aux adultes et à leur entourage (Osofsky, 1995; Rigby, 2007). Par conséquent, certains chercheurs ont développé de nouvelles applications technologiques pouvant repérer puis bloquer les courriels et messages abusifs pour la victime (Van Royen, Poels, Daelemans, & Vandebosch, 2015). Ces divers constats rappellent que les jeunes d'aujourd'hui ont pour la plupart grandi avec les nouvelles technologies de communication et que celles-ci puissent représenter de nouvelles opportunités pour leur venir en aide. Ainsi, les outils technologiques dont le but est de prévenir les éventuels actes d'intimidation sur les plateformes numériques constitueraient une forme d'aide potentiellement utile pour les jeunes victimes, surtout si celles-ci sont à la recherche d'une ressource d'aide autre que celles nécessitant un dévoilement à un adulte (Cassidy, 2009; Rock et al., 2007; Smith & Shu, 2000; Williamson et al., 2005).

1.8 Intervention proposée

Dans l'intention de soutenir les jeunes vivant de l'intimidation, l'équipe de recherche dirigée par Isabelle Ouellet-Morin a développé une application mobile comme outil complémentaire aux interventions déjà existantes. Cette application mobile, qui se nomme « *+Fort* », vise à réduire les expériences de victimisation et à prévenir l'émergence de difficultés émotionnelles et comportementales suite à celles-ci. Se référant au modèle de la théorie de l'autodétermination et du modèle transthéorique de la motivation au changement, il est proposé qu'un outil soutenant l'acquisition d'une meilleure connaissance de l'IPP, incluant leurs propres expériences, et que l'expérimentation de diverses stratégies d'adaptation suggérées par *+Fort* contribuerait à réduire l'IPP et ses problèmes associés.

+Fort a trois objectifs spécifiques : (1) informer les utilisateurs sur différents aspects liés à l'IPP d'une façon attrayante pour les jeunes; (2) mieux comprendre leurs propres expériences d'intimidation par le biais d'une synthèse de la fréquence, des types et des contextes où elles surviennent et (3) expérimenter et évaluer diverses stratégies pour diminuer l'IPP. Pour cela, quatre onglets ont été conceptualisés. Tout d'abord, l'onglet « Accueil » vise à informer l'utilisateur sur l'IPP. Dans cet onglet, une carte interactive offre la possibilité de voyager virtuellement dans une ville fictive, de cliquer sur les lieux où l'IPP est susceptible de survenir et sur les lieux et personnages pouvant les aider. De surcroît, les utilisateurs sont invités à identifier, grâce à une punaise, les lieux où ils vivent de l'IPP. Cette carte se veut, en quelque sorte, un jeu éducatif. Dans ce même menu, des capsules vidéo expliquent ce qu'est l'intimidation, la cyberintimidation, la discrimination raciale, l'homophobie et la notion de stratégies d'adaptation dans le contexte de l'IPP et bien d'autres thèmes liés à l'IPP. Le contenu des vidéos est présenté par des personnalités jeunesse connues par les jeunes

permettant à ces derniers de s'y identifier et, par conséquent, de favoriser leur intérêt envers ces capsules. Ensuite, le menu « Journal » offre à l'utilisateur la possibilité de décrire quotidiennement ses expériences d'intimidation par le biais de neuf questions tirées d'un instrument standardisé (Solberg & Olweus, 2003). Cette évaluation renvoie aux neuf formes d'intimidation les plus communes auprès des jeunes de 12 à 16 ans. Le mode de communication (en ligne, hors-ligne ou les deux) est demandé pour chaque question. Deux questions finales cherchent aussi à savoir sur quelles plateformes l'IPP survient en ligne (ex., compte Facebook, messages textes) et/ou les lieux où survient l'IPP hors-ligne (ex., en classe, dans les vestiaires ou lors du trajet de l'école). L'évaluation quotidienne des expériences d'IPP génère des graphiques personnalisés illustrant, en un coup d'œil la fréquence de l'IPP (ex., pour voir si l'IPP augmente ou diminue), les types d'IPP et les modes de transmission (en ligne ou hors ligne) dont l'utilisateur est le plus victime (Annexe 1). Le troisième onglet, intitulé « Stratégie », informe le jeune sur la pertinence d'utiliser des stratégies pour diminuer l'IPP vécue par le biais d'une vidéo et lui en propose une multitude. Lorsque le jeune choisit une stratégie, il s'engage auprès de son application à la mettre en pratique dans les 24 heures. *+Fort* le lui rappelle le lendemain et l'invite à l'évaluer. Les stratégies ainsi évaluées sont classifiées afin que le jeune puisse réaliser facilement celles qui fonctionnent le plus pour lui, l'invitant indirectement à utiliser ces stratégies par la suite. Enfin, l'onglet « Aide » réuni, au même endroit les coordonnées de plusieurs ressources d'aide 24h/24 (ex., Tel-Jeunes, Gay Écoute et Jeunesse j'écoute). De ce fait, grâce aux diverses fonctions offertes par *+Fort*, les jeunes victimes d'intimidation ont accès à une source de soutien personnalisée, complémentaire à ce qui lui est autrement offert et qui ne requiert pas le dévoilement préalable de ses expériences d'intimidation à un adulte. *+Fort* pourrait donc représenter une source

complémentaire d'aide qui s'ajouterait aux interventions existantes et ainsi pallier aux limites des programmes identifiés précédemment.

1.9 Notion de Gardien en contexte d'IPP

Grâce au soutien qu'elle procure à la victime, +*Fort* constituerait un hypothétique « gardien » puisqu'elle informe son utilisateur, s'enquiert, en quelque sorte, de ses expériences d'IPP survenues dans la journée (évaluations quotidiennes) et offre des stratégies pour s'en sortir. La « notion de Gardien » en criminologie provient de la « *routine activity approach* », développée par Marcus Felson (1986). Dans le contexte de cette théorie, la « notion de Gardien » signifie que peu importe la situation dans lequel un individu se trouve, une simple présence exerçant une forme de surveillance peut réduire le risque qu'un crime soit commis (Felson, 1995). Le gardien jouerait donc un rôle central dans l'échec d'une agression criminelle, notamment en informant la victime d'une attaque potentielle (Cohen & Felson, 1979; Felson, 1994). Le gardien peut prendre plusieurs formes (ex., un parent, un portier, un conducteur d'autobus) et constituerait une forme de contrôle informel au sein de la communauté (Felson, 1995). Selon cet auteur, dans un contexte spatio-temporel particulier, un délinquant « probable », une cible « appropriée » et l'absence d'une « dissuasion suffisante », autrement dit l'absence de gardien, accroissent l'opportunité qu'un délit soit commis (Basille, 2004; Felson, 1986).

Plusieurs parallèles peuvent être faits entre la notion de Gardien issue de cette théorie et les programmes d'intervention visant la diminution de la violence dans les écoles. En effet, les établissements scolaires incluent, comme une communauté, plusieurs acteurs (écoliers, personnels, professeurs...) exerçant potentiellement un effet de dissuasion en regard des

comportements d'intimidation. Ces acteurs sont nichés au sein d'une hiérarchie sociale et occupent chacun un rôle social défini et stable, autrement dit, qui occuperaient des « activités routinières » (Popp & Peguero, 2010). Comme le définit la théorie de Felson (1986), le délinquant choisirait sa victime selon plusieurs critères afin de maximiser ses chances de réussite (ex., personne âgée, femme se promenant seule la nuit). Lorsqu'il s'agit d'intimidation, la cible « appropriée » serait le plus souvent caractérisée par le fait d'être isolée socialement, manquer de confiance en soi et ne bénéficiant pas de traits physiques dénotant une force notable (ex., taille et grandeur) ou d'une popularité au sein de ses pairs (Finkelhor & Asdigian, 1996). Ces caractéristiques peuvent non seulement représenter des conséquences de l'IPP, mais aussi des caractéristiques individuelles qui les rendraient plus à risque de vivre de l'IPP (Finkelhor & Asdigian, 1996; Ttofi & Farrington, 2012). Certaines activités routinières, comme des activités parascolaires, peuvent augmenter la propension à être une victime (ex., un garçon qui décide d'être membre du journal de l'école et non pas d'une équipe de sport; Popp & Peguero, 2010). De ce fait, si cette cible potentielle est fréquemment seule et sans soutien d'autres personnes (ex., amis ou adultes), autrement dit, sans la présence de *gardien*, le risque d'être victime d'IPP serait accru (Zins & Elias, 2013). Lorsqu'il s'agit de cyberintimidation, le fait d'être actif sur les réseaux sociaux serait également un facteur augmentant le risque d'être la cible d'un cyberintimidateur (Mesch, 2009). Les activités routinières qu'entreprennent les jeunes en contexte scolaire pourraient ainsi moduler le risque d'intimidation lorsque celles-ci ne sont pas surveillées et encadrées. Offrir des outils pratique pour les jeunes vivant de l'IPP et une plus grande présence de *gardiens* réduirait ainsi, si on se fie aux prémisses de la théorie, le risque de victimisation et représenterait deux cibles d'intervention à privilégier.

Il importe ici de spécifier que la notion de gardien renvoie à toutes entités, incluant les ressources électroniques, qui permettent à la victime d'en apprendre plus sur l'IPP afin d'accroître ses habiletés à éviter des situations à risque et à adopter des stratégies efficaces qui contribueront à réduire ses expériences d'IPP (ex., vidéos informatives; Finkelhor & Asdigian, 1996; Nation, 2007). Le *gardien* représenterait, en plus de dissuader le délinquant, une source de soutien pour la victime afin de diminuer les facteurs associés à sa victimisation. Traditionnellement, le gardien a pour rôle de « garder un œil » sur les cibles potentielles (Larousse s.d). Alors que le « gardien » représentait à l'origine un individu ou un citoyen ordinaire, cette représentation semble s'être considérablement élargie suite aux récents développements technologiques (ex., système de surveillance vidéo ; Cusson, 2011). Selon la « *routine activity approach* », plus la présence de *gardiens* serait accrue et ce, dans de multiples contextes, plus la commission d'un crime deviendrait risquée (Cohen & Felson, 1979; Felson, 1986, 1994). La sécurité des victimes potentielles en serait donc augmentée (Cohen & Felson, 1979; Felson, 1986, 1994). Cette définition de la notion de Gardien proposée par Marcus Felson (1979-1986) laisse croire qu'il soit possible d'appliquer les principes de la théorie des activités routinières au contexte particulier de l'intimidation par les pairs et de s'en inspirer dans la conceptualisation d'un outil de soutien aux victimes.

Dans la lutte contre l'IPP, plusieurs programmes d'intervention visent l'instauration d'une culture opposée à la violence à l'école en formant, notamment, les jeunes et les adultes à devenir des gardiens potentiels. Ces derniers représentent autant d'acteurs dans les écoles qui rendraient l'intimidation plus risquée, notamment par la mise en place d'un consensus social défavorable aux actes d'intimidation. Les pairs des victimes représenteraient aussi des « gardiens » parce que leur présence dissuaderait les intimidateurs de s'en prendre à elles. Ce

changement d'environnement social induit par la présence de gardiens influencerait le processus d'adaptation de la victime, entre autres en favorisant la victime à se sentir plus en sécurité à l'école (Glew, Fan, Katon, Rivara, & Kernic, 2005; Mishna, 2012; Wilson, 2004). Sa perception d'elle-même sur sa capacité à agir et à se défendre serait aussi améliorée grâce au soutien ressenti et à l'aide désormais accessible (Glew et al., 2005; Wilson, 2004). Les victimes se sentiraient ainsi moins stigmatisées ou seules, ce qui conduirait à une hausse de leur estime de soi. Ce sentiment de sécurité constituerait un facteur de protection pour la victime puisqu'il favoriserait le développement de croyances positives envers ses expériences d'intimidation (ex., espoir: tout ira pour le mieux). À leur tour, ces changements permettraient à la victime la perception de nouvelles compétences et d'être mieux préparée aux situations où l'intimidation pourrait survenir (Mishna, 2012). Cet environnement scolaire plus solidaire diminuerait certains effets de l'IPP sur la victime (Smith et al., 2004).

En revanche, malgré l'amélioration du climat social au sein des écoles, certains *gardiens* agiraient uniquement comme agent de dissuasion et non pas comme une source de soutien dans le processus d'adaptation de la victime. La surveillance exercée par ces gardiens devrait donc être secondée par une autre forme de soutien pour les victimes qui aurait pour fonction de diminuer les expériences d'intimidation et de soutenir la résilience de ces jeunes en regard des difficultés associées à l'intimidation. Ce rôle spécifique des *gardiens* pourrait s'actualiser par le biais d'un outil technologique pouvant constituer une source de soutien pour une victime. Grâce à ces multiples fonctions, *+Fort* prendrait un rôle de *gardien* en offrant à la victime une meilleure compréhension de sa victimisation (graphiques), en l'encourageant dans son processus de changement (capsules vidéo et évaluation quotidienne) et en lui proposant plusieurs solutions pratiques à initier pour que l'intimidation cesse. De surcroît, le format de

cette intervention aurait l'avantage d'offrir un accompagnement continu (disponible 7 jours sur 7 et 24 heures sur 24) et serait plus adapté aux goûts des jeunes d'aujourd'hui (Barrera Jr, Glasgow, Mckay, Boles, & Feil, 2002). Pour conclure, *+Fort* représenterait donc symboliquement, un *gardien* de nouvelle génération afin d'offrir une source d'accompagnement supplémentaire pour les jeunes qui vivent de l'intimidation.

Chapitre 2: Problématique

Tel que présenté dans le premier chapitre de ce mémoire, les programmes mis en place pour lutter contre l'IPP semblent s'être majoritairement intéressés à l'amélioration du climat social des établissements scolaires afin de réduire toutes les formes de violence. Or, peu de programmes recensés ciblent spécifiquement les victimes dans le but de réduire leurs expériences de victimisation et de prévenir les conséquences les plus souvent répertoriées à celles-ci. Dans les cas spécifiques où ces programmes interviennent auprès des victimes, ceux-ci impliquent initialement la dénonciation de l'intimidation (Rock et al., 2007). Or, pour plusieurs jeunes, le dévoilement est hors de question (Newman et al., 2001; Rigby, 2011; Rock et al., 2007). Cette réticence initiale des jeunes pourrait partiellement expliquer les résultats mitigés de ces programmes de même que l'attrait limité à ceux-ci par les victimes (Newman et al., 2001; Rigby, 2011). Par ailleurs, plusieurs jeunes ayant dénoncé les expériences d'IPP à un adulte déclarent subir des représailles et un rejet des pairs suite au dévoilement (Bradshaw et al., 2007). À cet égard, certains jeunes ayant résolu la situation d'intimidation par eux-mêmes ont déclaré s'être sentis plus acceptés et perçus comme des individus de confiance (Newman et al., 2001). La diversité de ces points de vue associés au dévoilement montre bien qu'on ne peut réduire toutes les victimes d'intimidation à un cas-type. Au contraire, une multitude d'outils et de ressources est à privilégier pour répondre à leurs besoins spécifiques.

Le développement d'une telle intervention complémentaire doit donc être arrimé aux besoins des jeunes et susciter leur intérêt (Mishna et al., 2008; Rock et al., 2007). Ceci permettrait à ces derniers de s'y identifier et de s'y impliquer davantage afin de développer au mieux leurs habiletés personnelles (Naylor, Cowie, & Rey, 2001; Shelley & Craig, 2010). Cette intervention complémentaire devrait également permettre à la victime d'initier un processus de changement sans nécessairement exiger un dévoilement immédiat à un adulte.

Enfin, cette intervention devrait être évaluée afin d'en connaître ses effets et pour savoir si elle permet l'atteinte des objectifs fixés et si elle correspond à ce que recherchent les jeunes.

C'est dans ce contexte que l'outil *+Fort* est proposé. *+Fort* est une application mobile dont l'objectif est de soutenir la victime d'IPP en diminuant les expériences d'intimidation et favorisant la résilience des jeunes victimes en regard des difficultés associées. *+Fort* diffère des autres applications mobiles existantes puisqu'elle ne se contente pas d'expliquer ce qu'est l'IPP, mais permet aussi à l'utilisateur de décrire ses propres expériences et d'évaluer les stratégies d'adaptation mises en action dans son quotidien. Cet outil technologique permettrait ainsi à la victime de mieux comprendre ce qu'elle vit et de développer plusieurs habiletés afin d'être mieux préparée aux situations où pourrait survenir de l'intimidation. Puisque les jeunes n'hésitent pas à utiliser des nouvelles technologies pour demander des conseils, se soigner ou avoir de l'information en regard de sujets personnels (Popp & Peguero, 2010), une application mobile représenterait donc être un outil attrayant pour ces derniers. Cette application mobile pourrait aussi permettre à l'enfant d'initier des stratégies ne requérant pas nécessairement le dévoilement immédiat à un adulte.

Cette intervention, unique en son genre, sera évaluée grâce aux récits d'expériences de jeunes victimes l'ayant utilisé. En plus de procéder à une évaluation qualitative de l'utilité perçue de *+Fort* par le biais de l'expérience des jeunes victimes d'IPP, cet exercice nous permettra d'obtenir des informations précises pour mieux cerner les réalités des jeunes victimes d'intimidation, leur réceptivité face à une « e-intervention » et sur la possibilité d'élargir la notion de gardien à un outil technologique en contexte de l'IPP (Elliott, Menard, Rankin, & Elliott, 2006; Freeman & Mathison, 2009). Une méthodologie qualitative semble être adaptée à un contexte dans lequel il y a encore peu de connaissances (Levant & Hasan,

2008). En somme, ce mémoire cherchera à décrire l'expérience d'utilisation de *+Fort*, circonscrire l'utilité perçue de *+Fort* par les utilisateurs et investiguer la pertinence de la notion de Gardien associée à *+Fort* dans ce contexte.

Chapitre 3: Méthodologie

3.1. Choix de l'utilisation de la méthodologie qualitative

En prenant en considération la nature des phénomènes étudiés ainsi que les objectifs de recherche, l'utilisation d'une méthodologie qualitative s'est imposée naturellement. La méthodologie qualitative offre une compréhension approfondie du sens des phénomènes vécus par les acteurs, de leurs points de vue, par le biais du processus d'interprétation exercé par le chercheur (Paillé & Mucchielli, 2012). Peu de recherches réalisées à ce jour ont étudié le phénomène de l'IPP en s'intéressant aux expériences des jeunes victimes sous l'angle offert par une méthodologie qualitative. Ces objectifs ne pourraient pas être atteints d'une façon aussi détaillée par le biais d'un devis quantitatif.

3.2. Stratégie de collecte de données

Afin de répondre aux objectifs du présent mémoire, l'ensemble des données a été recueilli par le biais de douze entretiens semi-directifs d'une durée d'environ une heure chacun qui ont été réalisés tout au long du printemps 2015. Ces entretiens faisaient suite à l'utilisation de *+Fort* pendant quatre semaines par les jeunes victimes. Les entretiens semi-directifs ont été choisis puisqu'ils facilitent l'accès à l'expérience des jeunes et permettent d'explorer leurs points de vue à partir de leur témoignage (Freeman & Mathison, 2009). L'utilisation d'entretiens est jugée nécessaire lorsqu'on cherche à comprendre les comportements et la manière dont les jeunes conçoivent leurs expériences (Pires, 1997; Poupart, 1997). Ceux-ci offrent ainsi la possibilité aux victimes de communiquer leurs opinions, leurs émotions et leurs expériences d'utilisation de *+Fort* (Freeman & Mathison, 2009). Par ailleurs, ces entretiens semi-dirigés assureront l'obtention de plus d'informations sur l'expérience des jeunes comparativement aux entretiens non-dirigés jugés généralement trop peu encadrants lorsqu'on s'adresse à une clientèle juvénile (Freeman & Mathison, 2009; Greene & Hogan, 2005).

L'entretien semi-dirigé permet, en outre, d'utiliser différents thèmes afin de cadrer l'échange sur les informations jugées centrales de la recherche (Poupart, 1997). Or, certaines difficultés peuvent être rencontrées lorsqu'il s'agit d'entrevues avec des jeunes (Rainville, 2007). D'une part, il est possible qu'à cet âge cette population ait un langage verbal moins développé et que, d'autre part, leur concentration et leur attention soient moins longues. Ainsi, prenant en considération ces limites, la méthode semi-dirigée devient fortement utile, car elle permettrait de recentrer et de relancer les réponses fournies par les participants sur l'objet d'étude et rendrait ainsi les échanges plus dynamiques grâce aux thèmes proposés (Freeman & Mathison, 2009).

Dans le cadre des entrevues, l'approche de l'interactionnisme symbolique a été utilisée afin de pouvoir interpréter au mieux les représentations, le sens et les significations liés aux expériences d'IPP vécues par les jeunes victimes. Cette approche concernait plus particulièrement le thème « expérience d'utilisation en regard de l'intimidation » (Denzin, 2001). Celle-ci met en évidence l'intérêt d'acquérir avec exactitude les souvenirs, les perceptions et les interprétations d'événements précis vécus par les participants afin d'évaluer leurs effets dans leur parcours de vie. Ainsi, l'interprétation de leurs expériences offre la possibilité de mieux comprendre ce que constitue l'intimidation du point de vue des jeunes qui en vivent (Denzin, 2001; Holt, Tamminen, Tink, & Black, 2009). Enfin, la taille exacte de l'échantillon de l'étude a été déterminée suivant l'obtention de la saturation des données. En effet, lorsqu'une étude qualitative est réalisée, la valeur de ses conclusions réside dans la saturation des données obtenue c'est à dire, lorsque les nouveaux entretiens ne permettent plus d'améliorer la compréhension d'un phénomène et ne fournissent plus d'éléments nouveaux (Pires, 1997; Tesch, 1990).

3.3. Échantillon

Dans le cadre de cette étude, plusieurs critères d'échantillonnage ont été sélectionnés. D'abord, pour participer à la recherche, les jeunes ont été évalués en regard de leurs expériences d'intimidation lors d'une entrevue téléphonique. Ils devaient aussi être âgés entre 12 et 16 ans. Ce critère de sélection s'explique par le fait que c'est à cette tranche d'âge que la prévalence d'IPP atteint un sommet et que c'est pour les jeunes de cet âge que l'application a été développée. Par la suite, afin d'obtenir une multitude d'expériences et d'aborder l'entièreté du sujet à l'étude, la technique d'échantillonnage par cas multiple utilisée en méthodes qualitatives a été choisie (Angers, 2005; Pires, 1997). Cette technique est préconisée lorsque l'objet à l'étude peut difficilement être isolé de son contexte. Comme le décrit Pires (1997), il est préférable d'utiliser l'échantillonnage par homogénéisation de cette technique lorsqu'il s'agit d'étudier un groupe relativement homogène, comme les jeunes, qui interagissent dans un milieu ayant une organisation quasi similaire, comme les écoles par exemple (1997:159). Il s'agit alors de prendre les individus les plus divers du groupe afin de maximiser l'étude du groupe choisi (Pires, 1997). Afin d'effectuer une étude en profondeur, nous avons sélectionné nos jeunes participants de manière diversifiée. C'est à dire en fonction de leur âge, leur sexe, la fréquence et la sévérité de l'intimidation dont ils étaient victimes. Néanmoins, notre étude semblait intéresser davantage les filles, car ce sont elles qui répondaient généralement à notre annonce (environ trois quarts des jeunes ayant répondu à l'annonce étaient des filles). En diversifiant notre échantillon, nous avons pu avoir accès à un éventail plus large d'informations en regard de l'IPP et de l'utilisation de *+Fort*. Au total, notre échantillon était composé de douze jeunes (neuf filles et trois garçons) âgés de 12 à 16 ans, vivant depuis une

année ou plus des expériences d'intimidation et dont la plupart habitaient la grande région de Montréal.

3.4. La prise de contact

La prise de contact avec les participants s'est effectuée de plusieurs manières. Tout d'abord, les jeunes ont été invités à participer à cette étude par le biais de nos annonces publicitaires en ligne. S'ils étaient intéressés, un hyperlien les menait au questionnaire de l'étude (Annexe 3). Cette annonce était accessible à partir du site internet du Centre d'études sur le stress humain, de la publicité générée par *Facebook* et sur la page *Facebook* de la Fondation Jasmin Roy (Annexe 4). Ensuite, le projet a été présenté dans trois maisons de jeunes de la ville de Montréal. Les jeunes intéressés devaient alors en parler auprès de leur intervenant, qui appelait ensuite leurs parents afin d'avoir leur accord avant de nous contacter. Enfin, une annonce a été apposée aux abords de plusieurs écoles secondaires de Montréal (Annexe 5). Les jeunes ayant répondu à l'une de nos annonces étaient alors contactés par téléphone afin de compléter un questionnaire de sélection (Annexe 6). Lors de cet entretien, la consigne de la prise de contact renvoyait au *verbatim* suivant:

Le but de la recherche est de valider une nouvelle application mobile pour les jeunes victimes d'intimidation par les pairs. En plus d'un questionnaire téléphonique d'environ 5 minutes, nous vous demandons d'utiliser l'application pendant 4 semaines, de participer à un entretien individuel d'une durée approximative d'une heure et de compléter deux questionnaires (10 minutes chacun, environ). Tout ça est fait dans l'objectif de savoir si cette nouvelle application permet d'aider à diminuer les expériences d'intimidation et les difficultés souvent liées à ces expériences. Nous voulons aussi savoir ce que tu penses de l'application et si tu as des suggestions à faire afin de l'améliorer.

Nature de la participation

Si tu acceptes de participer à ce projet de recherche, on te demandera de participer aux activités suivantes:

- *Utiliser l'application mobile une fois par jour pendant 4 semaines.*
- *Remplir trois questionnaires (un par le biais d'une entrevue téléphonique et deux en version papier) couramment utilisés en psychologie.*
- *Un entretien individuel d'une durée d'environ une heure pendant laquelle nous te poserons plusieurs questions sur ton expérience d'utilisation de l'application.*

Au cours de cet entretien téléphonique, l'accord parental (oral) était demandé une première fois. Une fois cette entrevue réalisée, nous évaluions si le participant était victime d'IPP en fonction des résultats au questionnaire « *Multidimensional Peer-Victimization Scale (MPVS)* » dont la période de référence s'étendait aux deux derniers mois précédents. Ce questionnaire se compose de 16 items permettant d'évaluer la victimisation du jeune en regard de l'IPP (Mynard & Joseph, 2000). Le MPVS montre une bonne consistance interne (α de Cronbach des sous-échelles d'intimidation physique = .85, verbale = .75, sociale = .77 et liée aux biens personnels = .73) et permet de discriminer les victimes d'IPP des non-victimes (Hodges & Perry, 1999; Mynard & Joseph, 2000). Pour être sélectionnés, les jeunes devaient rapporter une intimidation correspondant à un seuil modéré (soit une valeur totale entre 16 à 21) ou élevé (une valeur totale de 22 ou plus). Les jeunes pour lesquels le questionnaire indiquait des expériences suffisantes d'IPP pour la présente étude étaient alors recontactés par téléphone afin de convenir d'une rencontre. Lors de celle-ci, le jeune recevait son formulaire de consentement papier approuvé par le comité d'éthique de la recherche (CÉR) de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal, qui était préalablement signé par la chercheuse principale. Le formulaire de consentement demandait l'accord écrit des parents du jeune. Cette prise de

contact offrait aussi la possibilité aux participants de poser des questions en regard de leur participation au projet, permettait au chercheur d'expliquer le fonctionnement de l'application et de préciser à quelle fréquence le jeune devait l'utiliser pendant les quatre semaines suivantes. Une fois les quatre semaines d'utilisation terminées, les participants étaient rencontrés une troisième fois. Cette entrevue regroupait essentiellement l'entretien semi-dirigé, le retour du matériel et la passation du deuxième questionnaire papier. Ce dernier questionnaire incluait le MPVS et dont la période de référence renvoyait au dernier mois (i.e., depuis le début de l'utilisation de *+Fort*). Cette entrevue individuelle s'effectuait généralement dans les locaux réservés des campus de Longueuil, de Montréal et de Laval de l'Université de Montréal, à l'école du participant ou au domicile du jeune et ce, à l'écart des parents afin d'assurer la confidentialité des propos échangés. Les prises de contacts, les présentations au sein de carrefour jeunesse, les entretiens téléphoniques puis, finalement, les entrevues individuelles ont entièrement été réalisés par l'auteure.

3.5. Consignes et thèmes d'entrevue

Pour mener les entretiens auprès des jeunes, un canevas d'entrevue a été réalisé sous la supervision d'une chercheure spécialisée dans les entrevues auprès des mineurs (Annexe 7). Ce canevas était composé de questions ouvertes pour chacun des thèmes afin de laisser le participant répondre librement. Plusieurs sous-questions ouvertes au sein de chaque thème étaient aussi formulées pour aider le jeune à répondre à l'ensemble des thèmes de recherche. Ces sous-questions ont pu aider le jeune à répondre avec plus de détails à nos questions et à fournir plus d'informations essentielles à une meilleure compréhension de leurs expériences (Greene & Hogan, 2005).

Les premiers contacts avec la chercheuse et le suivi effectué au cours des quatre semaines d'utilisation ont permis, dès le début des entretiens, de faciliter la fluidité des échanges et l'abondance de ceux-ci. Afin d'initier l'entretien aisément avec le jeune, les consignes étaient formulées le plus simplement possible.

Je vais te poser certaines questions et te laisser tout le temps nécessaire pour y répondre. Si tu ne souhaites pas répondre à certaines questions, dis-le-moi. Rien ne t'y oblige et souviens-toi, tu peux arrêter l'entrevue en tout temps sans avoir à me donner de raison. Les questions que je vais te poser ont pour objectif de comprendre comment tu as utilisé +Fort. J'aimerais aussi savoir si tu l'as trouvé utile. Ces informations sont importantes pour nous parce que ça va nous permettre de l'améliorer pour qu'elle puisse aider d'autres jeunes. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, je suis seulement intéressée par ton point de vue. As-tu des questions ?

Par la suite, afin de lancer la discussion, nous demandions au jeune ce que représentait pour lui l'intimidation par les pairs. Une fois sa réponse terminée, nous expliquions brièvement pour que le jeune puisse situer ces expériences en regard de la définition généralement acceptée de l'IPP dans le domaine (Olweus, 1993a).

Pour m'assurer que nous avons la même chose en tête lorsqu'on parle d'intimidation. L'intimidation survient lorsqu'un jeune agresse physiquement un autre jeune, en le poussant ou en le frappant, l'exclut d'un groupe, part de fausses rumeurs ou lui dit des choses blessantes. L'intimidation survient à plusieurs reprises, se prolonge dans le temps et est difficile à faire arrêter. Ces actes peuvent survenir dans la vie réelle ou virtuellement, comme sur Facebook par exemple.

Ensuite, pour laisser les jeunes participants s'exprimer librement sur les sujets qui leur paraissaient prioritaires et les plus pertinents à leurs yeux, l'entretien débutait sur un thème plus simple soit ses expériences d'utilisation de l'application. Puis progressivement, lorsque le

participant semblait être plus à l'aise avec la chercheuse, qu'il semblait comprendre le fonctionnement de l'entretien et que certaines techniques de relance avaient été utilisées, les thèmes de son historique d'intimidation et les effets de l'application dans son quotidien étaient alors abordés. L'ordre des thèmes suivait ainsi le canevas d'entretien afin d'aider les participants à se concentrer sur un thème précis à la fois. Plus précisément, les principaux thèmes explorés pendant l'entretien étaient : 1) l'opinion du jeune sur +Fort (ex., apparence, facilité d'utilisation), 2) l'historique personnel avant le début de l'utilisation, 3) l'expérience d'utilisation en regard de son intimidation et 4) l'effet perçu de l'application (voir Annexe 7 pour plus de détails). Enfin, les entrevues semi-dirigées ont été enregistrées à l'aide d'un enregistreur audio afin d'assurer l'exactitude des analyses menées suite à la transcription des verbatim.

3.6. Analyse des données qualitatives

L'analyse des données recueillies s'est effectuée en plusieurs étapes. L'examen phénoménologique a été effectué comme première étape de l'analyse qualitative des données. Celle-ci consiste en lectures et relectures «phénomélogisantes» (Paillé & Mucchielli, 2006) des entretiens permettant de dégager «la trame principale des événements et des jugements appropriés ou observés et de reconstituer ce qui est communément appelé le vécu des sujets, le point de vue des acteurs, la perspective des participants» (Paillé, 2006, p89). Cet examen phénoménologique favorise l'expression de la pensée authentique du participant et a permis de réunir les données en lien avec la problématique (Paillé & Mucchielli, 2006).

Suite aux lectures répétées des *verbatim*, une analyse thématique a été élaborée. Ce type d'analyse qualitative est indiqué lorsqu'il s'agit de recherche dans laquelle peu d'études

suivant une méthode qualitative ont été effectuées, comme pour l'expérience des jeunes victimes d'IPP. L'analyse thématique permet de repérer puis de regrouper de manière systématique les thèmes qui sont abordés et transcrits dans les *verbatim* afin d'aider à leur compréhension (Paillé & Mucchielli, 2012). La thématisation s'est effectuée de manière séquencée. Autrement dit, nous avons effectué la codification d'un échantillon de données afin de construire la grille de codification permettant de regrouper et de hiérarchiser les thèmes qui sont apparus initialement comme saillants, pour ensuite l'utiliser avec le reste des *verbatim* (Annexe 8). La première codification a d'ailleurs fait l'objet d'un accord inter-juge entre l'auteure et un chercheur expérimenté avant de poursuivre l'analyse des données. La codification a été facilitée par l'utilisation du logiciel NVivo10. Ainsi, chaque entretien a été analysé verticalement au fur et à mesure que se réalisaient les rencontres avec les participants, ce qui permettait ainsi de dégager les thèmes principaux de chaque entretien. D'ailleurs, cette démarche a permis d'ajuster les critères d'échantillonnage lorsqu'une certaine saturation empirique était atteinte (Pires, 1997). Par la suite, une analyse horizontale entre les *verbatim* a été réalisée afin de faire ressortir les différences et les similarités des points de vue des jeunes. Cette analyse a permis de faire ressortir les liens existant entre les différents thèmes des entretiens. Celle-ci a également pu établir des comparaisons entre les données qui ressortent de chacun de leurs propos. Une fois le portrait thématique dégagé et les thèmes les plus récurrents regroupés, la logique interprétative a été utilisée afin de rendre compte des témoignages de jeunes victimes. Cette logique va plus loin que l'analyse thématique puisqu'elle permet d'examiner, d'interroger et de confronter les thèmes selon un procédé logique et offre la possibilité d'exploiter l'ensemble des résultats de l'analyse thématique

(Paillé & Mucchielli, 2012). La logique interprétative de la présente recherche se situe dans l'interprétation des résultats (chapitre 6) sous la forme de *discussion*.

3.7. Analyses des données quantitatives

Les données colligées par le biais des deux questionnaires remplis avant et après l'utilisation de *+Fort* ont été analysées afin d'évaluer, si suite à l'utilisation de *+Fort*, une diminution des expériences d'intimidation des jeunes était notée. Pour ce faire, nous avons utilisé un test ANOVA à mesures répétées qui considère les deux mesures d'IPP rapportées par les jeunes. Cette analyse est complémentaire aux analyses qualitatives effectuées et ce, avec l'objectif de contextualiser les impressions des jeunes en regard de leurs expériences d'utilisation et d'examiner si celles-ci coïncident avec les expériences recueillies par le biais des questionnaires.

Chapitre 4: Résultats de l'analyse des entretiens

Ce chapitre regroupe les résultats mis en lumière suite aux analyses des *verbatim* d'entrevues. Plus précisément, ce chapitre présente les thèmes les plus récurrents issus des entretiens menés auprès des jeunes utilisateurs de *+Fort*. Tout en suivant les étapes d'analyse présentées précédemment (Paillé & Mucchielli, 2012), les résultats sont présentés de façon conjointe avec certains extraits des *verbatim*. La présentation des résultats est structurée selon l'ordre des thèmes des entrevues et vise à mieux comprendre l'expérience d'utilisation de *+Fort* comme outil complémentaire élaboré pour venir en aide aux victimes d'IPP. Quatre thèmes qui ont été mis en lumière lors des entrevues seront présentés dans ce mémoire soit (1) l'appréhension des jeunes en regard de l'intervention des adultes; (2) l'expérience d'utilisation de *+Fort* par les victimes d'IPP; (3) les changements perçus par les jeunes suite à leur utilisation de *+Fort* et enfin, (4) l'impression de se confier à quelqu'un en utilisant *+Fort*. Afin d'assurer la confidentialité des participants, des noms fictifs ont été utilisés. Ces noms se retrouvent à la fin de chaque citation permettant ainsi d'illustrer les résultats et d'identifier les propos des *verbatim* utilisés. Enfin, les parties des entretiens rédigés en *italique* regroupent les commentaires et les questions formulés aux participants.

4.1 Appréhension des jeunes en regard de l'intervention des adultes

Afin de bien comprendre les impressions faisant suite à l'expérience d'utilisation de *+Fort*, il semble important en premier lieu de parler de l'opinion des jeunes en regard des interventions des adultes, qui s'est avéré être un thème récurrent lors des entretiens. En effet, dans 10 des 12 entrevues menées, les jeunes rapportaient une certaine appréhension en regard de l'intervention des adultes. Plus précisément, celle-ci renvoyait, par exemple, à l'anticipation négative des moyens choisis par les adultes pour agir sur l'intimidation vécue, la crainte de

répercussions suite à ceux-ci, la peur que d'autres jeunes soient informés de leur victimisation et qu'on les juge ou les prennent en pitié par la suite. Ces appréhensions proviendraient aussi des expériences passées au cours desquelles des adultes sont intervenus, qu'il s'agisse de parents, des professeurs ou des psychoéducateurs des écoles, et qui n'auraient pas eu les effets escomptés. Pour certains jeunes, après l'intervention des adultes, l'intimidation serait devenue plus fréquente, alors que pour d'autres les expériences d'intimidation se seraient aggravées.

Pis même s'ils sont formés et que tu vas les voir, ça ne se fait pas d'aller voir un adulte. Ça fait comme la fille qui va chercher sa mère. Et tout ça, c'est mal vu. Pis les autres te jugent encore plus, car tu as mis quelqu'un dans la *chnoute*. Alors ils sont en colère, plus méchants encore, car c'est leurs amis qui ont des problèmes à cause de toi. Pis tout le monde en parle encore plus que ça. *Amandine, 14 ans.*

Bah, je ne dirais pas que ça [l'IPP] a diminué. Ça a donné que soit les personnes le faisaient plus discrètement ou ils le faisaient comme moins fort. Genre plus souvent comme des regards méchants ou des rires à des questions que je donnais en classe, ils faisaient des *pff* ou ils riaient. *Justine, 13 ans.*

Si j'avais dit que j'avais *stoolé*, bah j'pense que les autres ils auraient dit «oh ma pauvre tu veux encore aller le *stooler*», pis ils m'auraient bavé avec ça, car d'habitude ça se passe comme ça. Si tu *stooles*, on va te faire encore plus de problèmes. T'es mieux de faire stopper [par toi même] tout ça, car sinon ils vont toujours te le rappeler jusqu'à la fin de l'année. *Ludivine, 13 ans.*

À la suite de l'intervention des adultes, l'intimidation persévérerait dans plusieurs cas, mais deviendrait plus cachée pour éviter d'être pris en faute à nouveau. Les actes d'intimidation seraient aussi plus fréquents au cours de leurs journées scolaires et s'effectueraient dans de nouveaux endroits comme dans les classes, par exemple. Par ailleurs, les victimes deviendraient parfois des cibles d'intimidation de plus de jeunes, car d'autres pairs commenceraient à les intimider pour se venger du dévoilement.

Alors que certains ne souhaitent pas demander de l'aide à des adultes par peur de représailles, d'autres évitent de le faire parce qu'ils ne veulent pas être considérés comme des victimes. Certains ont l'impression d'être pris en pitié ou d'être jugés par les adultes à qui ils dévoilent leur victimisation.

Pis tu sais aussi quand tu en parles, aussi les gens te regardent autrement, ils te prennent en pitié. Pis moi j'aime pas ça qu'on me prenne en pitié, donc je vois pas ça utile de leur en parler. Pis tout le monde va me prendre en victime, ça m'apporterait rien en fait. *Mélissa, 15 ans.*

C'est plus difficile d'en parler avec d'autres, car après ils vont se souvenir que de ça. Et j'ai pas envie que la personne me regarde et que je vois de la pitié. Je peux en parler, mais la pitié ça me fait quelque chose en moi, c'est du mal. *Justine, 13 ans.*

Cette sensation d'être pris en pitié lorsque les victimes dévoilent leurs expériences aux adultes semblerait s'étendre aussi à leurs pairs. Cette impression émanerait de regards et des discussions à voix basse entre les jeunes de l'école dans les corridors ou à la cafétéria.

Pourquoi tu dis sans te sentir jugé?

[...] C'est comme le pour ou le contre pour toi d'aller en parler, tu prends la chance en fait selon toi que ça aille mieux, mais ce n'est pas évident, car tu ne sais pas les répercussions des gens aussi. Comme la pitié de toutes les personnes qui vont savoir ça, genre les « pauvres toi ». Alors que ce n'est pas ce que tu veux. *Mélissa, 15 ans.*

Ce qui m'affecte le plus c'est le regard des autres par rapport à ça. Pis j'ai tendance un peu à paranoïer là dessus. T'sais y'a un mot pour ça c'est l'anxiété sociale. Genre les gens te regardent pis tu te dis qui parlent de toi à cause de ça. Je me sentais pas mal de l'avoir dit, mais mal sur ce que pensaient les autres après.

C'est important pour toi ce sentiment-là justement?

C'est juste que ça n'aide pas tellement. Moi si je perds ma fierté c'est surtout par rapport aux autres. Si je vais voir un adulte, je passe pour la fille qui n'a pas été

capable de régler ses affaires d'elle-même et qui a besoin d'aller chercher de l'aide. Ça, c'est les répercussions de se faire aider par un adulte. *Amandine, 14 ans.*

Somme toute, parler à un adulte de ses expériences d'intimidation serait relié à plusieurs répercussions négatives selon les victimes. Tout d'abord, les jeunes semblent avoir peur des risques de représailles s'ils en parlent à un adulte. Ensuite, les victimes souhaiteraient aussi éviter que leurs pairs et les adultes les prennent en pitié ou qu'elles soient étiquetées comme des victimes d'intimidation suite au dévoilement. Être victime d'intimidation et en parler à un adulte semble être associé à un sentiment de honte chez les victimes, car elles se perçoivent comme n'ayant pas été capables de résoudre leur situation par elles-mêmes. Ainsi, les risques liés au dévoilement que perçoivent les victimes les inciteraient à ne pas demander de l'aide auprès des adultes.

4.2 **Expérience d'utilisation de +Fort**

L'expérience d'utilisation de +Fort renvoie à la manière dont les jeunes utilisaient l'application et à ce que les utilisateurs ont pensé de cette *e-intervention*. De manière générale, les participants étaient réceptifs à l'application dont l'utilisation s'intégrait naturellement dans leur routine. Ils l'utilisaient en fin de journée, une fois rentrés à la maison pour faire leur évaluation et regarder les vidéos et les stratégies. De cette manière, ils pouvaient compléter ces activités à l'abri des regards des pairs et des adultes de leur entourage. Néanmoins, certains jeunes ont indiqué qu'ils l'utilisaient également à leur école, car ils pouvaient le faire sans que les autres ne puissent voir qu'il s'agissait d'un outil sur l'IPP.

Bah souvent, je l'utilisais dans l'autobus et le soir avant de me coucher. Mais aussi le matin dans le bus.

Donc tu le faisais aux yeux de tous?

Bah là, non j'étais sur mon banc donc personne ne voyait ce que je faisais. Surtout qu'on est tous sur nos téléphones en fait. Personne ne le savait, même s'il y a plein de jeunes autour. *Karl, 14 ans.*

Utiliser son téléphone pour aller sur des applications semble être fréquent et tout à fait commun pour les jeunes de la tranche d'âge visée (12 à 16 ans) et ne susciterait pas la curiosité des pairs. Par ailleurs, certains jeunes ont apprécié l'aspect confidentiel de *+Fort* et ce, notamment grâce au code confidentiel qui empêchait les autres jeunes d'accéder aux données de l'utilisateur.

Tu parles avec l'application t'sais, comme s'il y avait quelqu'un dedans, pis tu sais que ça va rester confidentiel, que ça reste dans l'application. Pis y'a un code, pis y'a qu'une petite icône donc ça se voit pas, ça empêche que les autres voient ce que tu as mis dedans, genre ta fréquence à tes questions, parce que moi j'ai des amies qui touchent toujours à mon cellulaire, mais elles ne peuvent pas trafiquer des trucs comme ça. *Justine, 13 ans.*

La présence de l'application dans les cellulaires des jeunes passerait inaperçue des autres jeunes qui avaient accès à leur téléphone et ce, notamment grâce au design discret de l'icône de *+Fort*. Cette confidentialité que procure *+Fort* est d'une importance majeure pour les utilisateurs, car elle permettrait, selon ces derniers, d'éviter les répercussions anticipées suite au dévoilement à un adulte qui, tel que vu précédemment, préoccupent les jeunes dans le choix d'une démarche à initier pour diminuer l'intimidation dont ils sont victimes.

Par ailleurs, les jeunes semblent avoir apprécié *+Fort*, car celle-ci leur permettait de dévoiler leurs expériences grâce au questionnaire sans pour autant avoir la sensation de se

faire juger ou d'être pris en pitié par les autres. En effet, certains jeunes avaient été considérés comme « normaux » et non pas comme un jeune en difficulté.

Parce que quand on s'en va de la classe, pis on pleure, car tu es tout triste et que tu reviens en classe avec les yeux tous bouffis. Pis tout le monde le voit. Tandis que c'est une application, tu peux être tout seul chez toi et relaxer... sans te faire juger non plus parce que c'est une machine. *Mélissa, 15 ans.*

L'application ne te connaît pas en tant que tel, ne te voit pas à tous les jours, ne voit pas ton physique. Elle sait juste que tu te fais intimider. Elle sait juste ça. [...] Elle te donne juste des outils comme une personne normale et ne te juge pas. Tu sais, les adultes ils te jugent pas tout le temps, mais ils savent une partie de toi et c'est plus dur. Y'a pas de sujets tabou sur l'application. Elle ne va pas te juger genre « oh tu es bizarre ». L'adulte lui c'est plus une réaction personnelle. Genre « oh c'est un peu dur ce que tu vis ». Mais on le sait déjà que c'est dur. Pis là, tu vois de la pitié. Je préfère cette manière-là, t'sais avec tes fréquences de voir que c'est grave par toi-même et non pas quand c'est une personne que tu vois à tous les jours qui te le dit. Surtout que tu ne veux pas que tout le monde le sache. *Justine, 13 ans.*

De cette manière, avec l'application les jeunes avaient l'impression de partager leurs expériences de victimisation sans avoir la crainte d'être jugés. En plus de cela, suite à leur utilisation les jeunes disent avoir apprécié le fait d'avoir une ressource d'aide dans les moments où ils en ressentaient le besoin. Pour certains, cette aide n'était pas disponible à leur école. +Fort leur offre une aide instantanée, comme en fin de journée ou lorsqu'ils n'avaient personne à qui parler.

Bah, ça m'aidait, car au lieu d'attendre le lendemain je pouvais aller en parler [à +Fort] pis faire des recherches, répondre à des questions pour voir ma journée et trouver des choses contre ça [l'intimidation]. *Marie-Pier, 14 ans.*

Plusieurs jeunes précisaient aussi apprécier l'application en raison des stratégies proposées, de la carte interactive et des vidéos explicatives qui étaient adaptées aux multiples expériences d'intimidation dont ils étaient victimes.

Tu dis que c'est utile, tu veux dire quoi par là ? Bah, c'est souvent des situations que moi ou d'autres jeunes pouvons vivre, c'est vraiment ce qui se passe et qu'on peut vraiment vivre, c'est ça que je trouve le fun, car c'est vraiment la réalité. [...] Est-ce que tu pourrais me dire ce qui aurait pu te déplaire dans les stratégies ? Bah non parce qu'il y en avait tellement en fait. S'il y en avait une qui était moins bonne, y'en avait une qui était meilleure. Y'en avait assez pour toutes les situations, j'pense, selon le problème que tu vis. Karl, 14 ans.

Justine souligne aussi que +Fort est adapté aux situations d'intimidation auxquels les jeunes de son âge sont confrontés, ce qui selon elle, n'est pas toujours le cas de l'aide offert par les adultes. Elle explique ce constat par le fait qu'ils auraient une autre vision des expériences d'intimidation.

On en parlait dans un des ateliers sur l'intimidation, que les adultes ne voient pas les différentes formes d'intimidation comme les victimes le vivent. Pis les questions étaient vraiment adaptées aux personnes de notre âge pis aux victimes. Pis ces questions m'ont bien intéressée, car elles touchaient plein de formes différentes d'intimidation qu'on ne pense pas toujours au début. Justine, 13 ans.

Toutefois, même si +Fort répond à ce que vivent les victimes, celui-ci est vu comme un outil qui ne peut aider en temps réel. Contrairement à un adulte, l'application ne peut intervenir directement lors des situations d'IPP (ex., se faire frapper dans les corridors). En effet, même si l'application les soutenait dans leurs démarches pour que l'intimidation cesse, ils considèrent aussi avoir besoin des adultes pendant les actes d'IPP plus violents, car ils peuvent les faire cesser immédiatement ce que l'application ne peut faire.

T'en penses quoi de ça? Bah des fois, j'aimerais bien qu'ils [les adultes] interviennent, pas toujours aussi. Car, c'est pas toujours très grave, mais y'a des moments oui, je préférerais qu'ils réagissent, car ils vont trop loin, mais c'est rarement arrivé. Karl, 14 ans.

En somme, plusieurs éléments reflétant l'expérience d'utilisation de *+Fort* ont été soulevés par les jeunes. Les victimes ont été très réceptives à *+Fort* grâce à son format numérique et aux différents éléments qu'elle propose. Du point de vue des jeunes, l'application constituerait ainsi un outil jugé intéressant pour partager leurs expériences d'IPP sans pour autant risquer des représailles ou de l'étiquetage. Cet attrait s'expliquerait par la confidentialité assurée par l'application et de la possibilité d'entreprendre des démarches de façon autonome. Enfin, l'aide qu'offre *+Fort* semble coïncider avec ce que vivent quotidiennement les jeunes victimes d'intimidation. Grâce aux stratégies, aux vidéos et aux endroits présentés dans la carte interactive, les jeunes pouvaient associer leurs expériences d'intimidation aux informations offertes, ce qui les motivait à l'utiliser.

4.3 Changements perçus chez les jeunes après l'utilisation de *+Fort*

Au cours des entrevues, les jeunes utilisateurs ont fait ressortir plusieurs changements psychosociaux et comportementaux liés à leurs expériences d'intimidation suite à l'utilisation de *+Fort*. Pour ces derniers, ces changements se résumeraient en l'acquisition de nouvelles connaissances sur l'IPP et d'une meilleure compréhension de leurs propres expériences d'IPP grâce à l'utilisation régulière de *+Fort*. Pour ces raisons, l'ensemble des participants l'a jugé utile pour faire diminuer leurs expériences d'intimidation. Ainsi, de manière générale ces connaissances ont permis aux jeunes de mieux comprendre l'IPP en regard de ses formes, des acteurs présents et des ressources et stratégies disponibles pour la diminuer.

4.3.1 Nouvelles connaissances

Pour 10 des 12 entrevues, les participants révèlent être plus capables de discerner les réelles situations d'intimidation des chamailleries pouvant survenir entre les jeunes de leurs âges.

Je suis plus capable de cibler le type d'intimidation, pis je suis plus capable de reconnaître le genre d'intimidation que les gens ils peuvent me donner. Comme les insultes par en bas, comme je te disais, ben c'est genre, c'est des insultes gratuites, c'est un manque de respect, genre, je ne sais pas comment le dire, mais oui, je suis plus capable de cibler. *Manon, 16 ans.*

Pour *Manon*, les nouvelles connaissances qu'elle a acquises par le biais de *+Fort* lui ont permis de repérer plus efficacement l'intimidation dont elle était victime et de les catégoriser en fonction de leur nature et leur type. De plus, elle dit repérer plus fréquemment des situations d'intimidation vécues par d'autres jeunes de son entourage. Aussi, comme nous explique *Valentin*, il parviendrait désormais à voir l'évolution des relations d'amitié, pouvant parfois mener à de l'intimidation, ce qu'il ne réalisait pas avant d'utiliser *+Fort*.

C'est sûr que là, je vois plus, surtout tout ce qui pourrait amener à de l'intimidation. Comme quelques gestes, qui pourraient venir à de l'intimidation, comme une personne essaie des trucs sur quelqu'un pis qu'elle voit que ça marche et donc qu'elle continuerait. Donc ça pourrait en venir à de l'intimidation. Maintenant, je pense être capable de faire le lien, d'associer.

Tu veux dire quoi par associer.

Mettons la personne elle fait un geste, pis que je vois que ça se répète. Bah, je serai capable d'aller voir la personne pour que ça s'arrête par rapport à avant. Pas qu'avant j'aurais fermé les yeux, non, mais que j'aurais pensé que la personne elle est seulement en train de niaiser, ou qu'il rigole, je ne serais pas intervenu alors que maintenant en fait oui, car je n'aurais pas vu. *Valentin, 13 ans.*

Ainsi, grâce aux informations acquises sur l'IPP, les jeunes parviendraient à repérer les situations d'intimidation vécues ou celles pouvant conduire à celles-ci contrairement à avant. L'intimidation est désormais vue sous ses diverses formes par les jeunes, il deviendrait alors plus aisé pour eux de repérer les situations pouvant induire de l'IPP.

L'acquisition de nouvelles connaissances concernant l'IPP n'est pas le seul élément qui a été énoncé par les utilisateurs. En effet, 10 des 12 jeunes disent mieux comprendre, depuis qu'ils ont +Fort, ceux qui les intimident ainsi que ceux qui sont victimes d'intimidation.

Tout à l'heure tu m'as dit que c'était instructif, que tu avais une meilleure compréhension, tu peux m'en parler un peu plus en détail s'il te plaît.

Je dirais que ça m'a plus aidée à mieux comprendre ceux qui m'intimident. Qu'ils font ça parce qu'ils se trouvent faibles. Alors pour être plus reconnu, ils essayent de faire en sorte que d'autres se sentent plus faibles. Pour avoir une balance plus élevée de leur côté. *Ludivine, 13 ans.*

J'aimerais que tu me dises s'il y a des choses qui ont changé en toi depuis que tu as +Fort?

Bah, je comprends mieux, je réussis à mieux observer justement les personnes autour de moi, et j'essaie de comprendre les autres personnes aussi. Aussi, comme je te le disais, j'ai jamais intimidé, et je pense que ça m'a aidé à ne pas commencer à intimider aussi.

C'est quelque chose que tu aurais fait avant ?

Euh non, parce que je ne l'aurais même pas vu que la personne se faisait intimider. Car avant je pensais être le seul à vivre de l'intimidation de façon intense comme ça. Maintenant, je me sens capable de voir, j'ai comme un peu ouvert les yeux, de voir qu'y'a des autres personnes qui en vivent comme moi, que je ne suis pas le seul à en vivre. *Karl, 14 ans.*

Les jeunes ne verraient plus les intimidateurs comme d'unique bourreaux, mais plutôt comme des jeunes essayant tant bien que mal à être reconnus ou à se faire respecter parmi les autres. Par ailleurs, alors qu'ils pensaient à être les seuls à vivre de l'intimidation, ils ont compris que d'autres jeunes vivaient de l'IPP. Une forme de *décliv* se produirait chez ces jeunes, désormais conscients de l'intimidation qui survient autour d'eux et sur les facteurs pouvant mener à de l'IPP.

Enfin, le dernier élément des nouvelles connaissances ayant émergé lors des entretiens est l'acquisition de nouvelles stratégies qu'ils ont utilisées et qui les ont aidés lors de situations d'IPP.

Je sais maintenant que dans l'intimidation y'a des côtés positifs pis que je peux faire quelque chose, pis aussi aider les autres. Les choses [stratégies] aussi m'ont dit quoi faire de bons ou de moins bons selon ta situation et comme j'en ai utilisé j'ai trouvé ça *cool* d'avoir de nouvelles manières de faire. Parce qu'avant je voyais que le négatif, alors que maintenant je vois qu'on peut faire quelque chose et que je peux arrêter ça. *Marie-Pier, 14 ans.*

J'ai aimé comme les stratégies parce que ça nous dit les avantages, pis les risques aussi des fois. J'ai trouvé ça intéressant, car c'est des choses que tu ne penses pas en fait. Moi ça m'a aidée, car on voyait vraiment que ça pouvait avoir un effet positif et que c'est quelque chose auquel tu ne penses pas. *Amandine, 15 ans.*

Les stratégies proposées par +*Fort* n'étaient pas connues de tous les jeunes. Ils ont alors pu acquérir de nouveaux « trucs » et mieux se préparer à l'éventualité de nouvelles situations d'IPP. Certains se sont même créé des petits scénarios d'intimidation dans lesquels ils utilisaient la stratégie sélectionnée pour se préparer aux situations réelles pouvant survenir dans le futur.

Avec les stratégies et les vidéos tu sais quoi faire si y'arrive ça, en te faisant des situations. *Karl, 14 ans.*

Je me suis créé des contextes un petit peu. Comme ça, je savais quoi faire avec quel événement en fait. Le fait de savoir que j'ai plus de stratégies dans mon coffre à outils, je sais plus quoi faire, ça m'a aidé définitivement à me calmer par rapport à ça et voir la réalité. *Valentin, 13 ans.*

Pour les jeunes, posséder de multiples stratégies étaient perçues comme une ressource d'aide utilisable dans de nombreuses situations d'IPP. L'abondance des stratégies a également été appréciée, laissant aux jeunes la liberté de choisir la stratégie adaptée pour les différentes situations qu'ils peuvent vivre.

J'aimerais que tu me compares l'intervention de +Fort par rapport à celle d'un adulte. +Fort c'est vraiment personnel, c'est ton coffre à outils, alors que si tu en parles à un adulte il va agir, tandis qu'avec +Fort, il faut que ce soit moi qui agisse vraiment en fait avec l'aide de +Fort. Karl, 14 ans.

L'application je pense que c'est mieux pour essayer de comprendre, de faire un retour sur ta journée et pour voir comment affronter ta journée. Pis de savoir comment faire pour le lendemain. L'application, elle te laisse le choix de faire ta stratégie. *Mélissa, 15 ans.*

En somme, suite à l'utilisation de +Fort, de nombreuses connaissances ainsi que des moyens pratiques (ex., stratégies) semblent avoir été transmis aux jeunes pour diminuer l'intimidation. Ces éléments ont été identifiés comme centraux dans les changements cognitifs, émotionnels et comportementaux perçus et rapportés par les victimes suite à l'utilisation de +Fort.

4.3.2 Changements émotionnels et sociaux

Les victimes d'IPP de notre échantillon ont rapporté vivre plusieurs difficultés associées à leurs expériences. Pour plusieurs jeunes, l'intimidation avait comme conséquence une faible estime de soi, de la tristesse et un isolement social.

Bah à l'intérieur c'est comme, y'a comme une boule dans la gorge. On se sent toujours poche, on se sent nul comme une espèce de déchet de l'humanité, on se sent pas bien. Moi généralement je pleurais le soir. Je n'étais pas bien dans ma peau. Je me regardais dans le miroir et j'étais comme *ark*. C'était vraiment dur. *Justine, 13 ans.*

J'avais plus le goût d'aller à l'école. Ça ne me tentait pas de les voir, mais le soir je me disais que ça irait mieux demain. J'avais comme de la peine, de la souffrance t'sais comme quand ça fait mal au cœur quand ils te jettent quelque chose. Je me sentais mal dans ma peau, quand je rentrais, je me sentais comme un moins que rien. *Valentin, 13 ans.*

Je me sentais déprimée, j'étais comme toute recroquevillée dans mon coin. Je rentrais à la maison, ma mère me disait bonjour et elle me souriait, mais je faisais semblant d'être heureuse alors qu'à l'intérieur j'étais comme toute démolie. *Ludivine, 13 ans.*

Pour d'autres, l'intimidation provoquait en eux une sensation de colère ou un sentiment de haine envers ceux qui les intimidaient.

J'aimerais que tu me racontes comment tu te sentais après l'intimidation. Bah de la colère et de la tristesse. J'étais triste de me faire intimider puis après j'avais envie de toute les battre, oui de la colère. *Marie-Pier, 14 ans.*

Ben mal c'est sûr. Y'a des fois j'arrive pas à pleurer, j'ai envie d'en parler, mais j'ai personne à qui en parler, alors des fois j'ai envie de crier. Ou quand ils se moquent de moi de les pousser fort... *Amandine, 14 ans.*

Ces émotions négatives semblent être mieux comprises par les jeunes après avoir utilisé *+Fort*.

Dix des 12 jeunes affirmaient mieux comprendre leurs propres expériences d'IPP grâce à leur

évaluation journalière ce qui, selon eux, les aidait à ressentir un certain bien-être.

Par rapport à ton évaluation, qu'est ce que ça te faisait de faire cette évaluation chaque jour ? Oui, ça me disait quel genre d'intimidation je vivais le plus, ça je l'ai vu, pis j'étais comme «wow» c'est intense là. J'étais comme, j'remarquais pas que je pouvais vivre autant de ce genre d'intimidation et ça pour vrai, j'aime ça. Aussi, juste le fait de faire l'évaluation te permet de réaliser que oui finalement je vis ça, tel nombre de fois. *Manon, 16 ans.*

Bah, ça me permettait de revoir ma journée, de repenser à ma journée sans être dans l'action. Pis, des fois je me disais que c'était ça une bonne journée pis, que oh *boy* ça c'était une dure journée en fait. *Guillaume, 13 ans.*

Les informations de l'application transmises de manière autonome permettraient d'améliorer la compréhension de l'expérience des victimes, favorisant un mieux-être. En effet, ils paraissent plus soucieux de leur bien-être et développent l'envie de mettre fin à leur intimidation, alors qu'ils ne s'en sentaient pas capables ou n'en ressentaient pas l'envie avant *+Fort*.

Justement, avant *+Fort* j'étais découragé, je lui suis encore en rentrant chez moi, mais *+Fort* avec les stratégies, ça m'a aidé à reprendre espoir, alors qu'avant j'avais mes stratégies à moi, mais ce n'était pas les plus efficaces non plus je dirais. Je ne pense pas vivre moins d'intimidation qu'avant, c'est toujours la même, mais je la vois d'une différente façon. *Comment tu expliques ça ?*

Je dirais le genre de regain que les stratégies m'ont donné et que je me dise que je veux sortir de ça. Car y'a les stratégies et maintenant je dois les appliquer pour en sortir en fait. Avant comme je le voyais trop gros, je ne le faisais pas. *Karl, 14 ans.*

Somme toute, les victimes vivent de multiples symptômes qui peuvent être directement liés à leur victimisation. Toutefois, les jeunes observeraient une diminution de leurs émotions négatives et une amélioration de leur bien-être depuis leur utilisation. Ces changements émotionnels sembleraient agir également sur leur envie de diminuer leur intimidation. Selon

ces jeunes, la diminution de ces symptômes s'expliquerait par une meilleure compréhension de leurs expériences et grâce au suivi journalier de *+Fort*.

4.3.3 Changements cognitifs: la motivation au changement

Mieux comprendre son intimidation grâce aux graphiques et au questionnaire journalier semble agir sur la motivation des jeunes à initier des actions pour mettre fin à leur situation. En effet, certains refusaient de croire qu'ils vivaient fréquemment de l'intimidation ou s'étaient habitués à en vivre depuis des années.

Ça me montrait que j'avais besoin d'aide. Parce qu'arriver toujours dans le rouge ou à la limite ce n'est pas joyeux [couleurs des graphiques des fréquences]. Pis au début, tu ne sais pas si c'est de l'intimidation ou tu veux pas l'admettre, mais là on voit que c'est beaucoup, ce n'est pas juste pour rire. Le fait juste de savoir que j'en vie, bah tu te dis qu'il faut que je fasse quelque chose pour que ça l'arrête. *Mélissa, 15 ans.*

Ce qui m'a le plus plu c'est de voir les graphiques, moi j'aime bien analyser voir ce qui a après, pis voir la différence et voir ce que je vivais le plus pour que ça me fasse quelque chose. J pense que ça m'a aidé, car je me rendais plus compte que c'était quelque chose qui m'arrivait fréquemment et que j'avais besoin de le dire, de le marquer, de faire quelque chose quoi. *Amandine, 14 ans.*

En comprenant mieux la gravité de leur intimidation, les jeunes s'intéressaient alors aux stratégies pour se préparer à ne plus en vivre et ne plus rien faire en retour.

Qu'est ce que ça sert pour toi les évaluations.

Déjà le test ça te fait réaliser ce que tu vis, ça te montre à quel point c'est fort. Pis en te disant ce que tu vis vraiment, ça t'aide à aller chercher les techniques pour aller mieux. *Valentin, 13 ans.*

En somme, les jeunes décrivent ne plus vivre les mêmes émotions en regard de leur

intimidation depuis leur utilisation de *+Fort* (ex., se sentent moins seul, se sentent plus capable d'agir). Ce changement s'expliquerait par une prise de conscience que perçoivent les jeunes en regard de leur intimidation. La nature et la gravité de l'IPP seraient alors évaluées plus objectivement par les victimes depuis *+Fort*. L'IPP est ainsi désormais perçue comme un problème qui doit et peut être résolue. Par ailleurs, certains vont percevoir leur réseau comme une source de soutien pouvant les encourager dans leur démarche. En effet, alors qu'avant ils se sentaient incapables d'agir pour faire cesser leur intimidation, plusieurs dénotent une motivation à vouloir y mettre fin. Pour ce faire, plusieurs disent s'inspirer des stratégies incluses dans *+Fort* afin de se préparer à l'éventualité que d'autres situations d'intimidation surviennent subséquentement. Hormis l'amélioration de la motivation des jeunes en regard de l'IPP, la majorité a aussi constaté un changement dans leurs comportements dans leur quotidien.

4.3.4 Changements comportementaux

4.3.4.1 Dévoiler ses expériences d'IPP à une personne de confiance

Alors qu'avant *+Fort* seulement la moitié des participants avaient dévoilé leurs expériences d'IPP à leur entourage, tous y sont parvenus pendant leur utilisation. Suite à leur participation, 10 des 12 jeunes disent avoir changé certains de leurs comportements avec leurs pairs en regard de leur intimidation. Tout d'abord, les victimes auraient décidé de parler de leurs expériences d'IPP à des amis de confiance. Puisque l'IPP s'effectuait dans d'autres endroits (ex., bus, cellulaire) et que l'IPP était un sujet tabou pour les victimes, leurs amis proches n'avaient pas toujours connaissance de leur situation.

J'ai vraiment dit à ma meilleure amie, elle savait, mais pas toute l'histoire. Pis ça m'a

vraiment aidée, ça m'a fait du bien. Parce que j'ai confiance en elle et que j'ai besoin d'en parler. *Justine, 13 ans.*

Bah j'y pensais plus en fait [en faisant mon évaluation]. Quand je me faisais insulter ou pousser, je réalisais plus. Je me disais que ce n'était pas correct que c'était mal, pas normal, et donc le soir j'appelais plus mon amie pour lui en parler en fait. Pis me dire OK arrête maintenant, je n'aime pas ça et faire quelque chose pour moi maintenant. *Amandine, 14 ans.*

En parlant à leurs amis, les victimes se sentaient alors entourées et écoutées. Les deux jeunes n'ayant pas parlé à leurs amis révèlent avoir changé de comportements avec les membres de leur famille. En effet, ils auraient pendant leur utilisation dévoilé, pour la toute première fois, à leur entourage ce qu'ils vivaient à l'école, ce qui aurait eu comme effet, pour ses jeunes, de se sentir plus proche de leurs parents. Surmonter les difficultés liées au dévoilement semble souligner le changement qui s'opérerait chez ces jeunes depuis leur utilisation.

4.3.4.2 Aider les autres et s'aider soi-même

Dévoiler ses expériences d'intimidation à son entourage n'est pas l'unique changement observé de la part des jeunes depuis leur utilisation. En effet, la plupart d'entre eux ont décidé d'agir en regard de leurs expériences d'IPP mais aussi face à celles dont ils étaient témoins. Après avoir utilisé *+Fort* les victimes semblaient être gagnées par une envie d'aider les autres victimes d'intimidation. En aidant les autres, ils retireraient du plaisir et un sentiment d'appartenance qui, comme le suggère la théorie de l'autodétermination, les motiveraient à agir davantage envers ceux qui vivent aussi de l'intimidation.

En fait, je pensais aux gens qui vivaient aussi ça, moi c'est pas que je ne vis pas ça, mais ça m'affecte pas. Mais j'en vis depuis longtemps, j'pense à ça, j'pense à comment on pourrait les aider. Ça m'a permis à mieux comprendre les gens qui en vivent.

Comment les aider, comment avec d'autres stratégies que j'savais pas, ça m'a vraiment permise à mieux aider les gens. *Laurie, 13 ans.*

Est-ce que tu pourrais me dire dans tes propres mots ce que l'application a pu t'apporter. J pense que je comprends mieux des fois des choses, comme l'homophobie, j'y connaissais rien de ça. Pis comme un nouveau goût, une motivation pour aider les gens, car y'a beaucoup de gens qui en vivent et il faut faire quelque chose. *Mélissa, 15 ans.*

Est-ce que c'est quelque chose que tu aurais fait avant [d'aider les autres]?

Non, avant je ne m'en serais même pas mêlée, car j'aurai eu peur que les autres ils viennent contre moi. Et maintenant oui, comme c'est quelque chose qui aurait pu m'arriver à moi et que si personne n'était venu après je me serais vraiment sentie mal en fait. *Marie-Pier, 14 ans.*

Contrairement à avant l'utilisation de +*Fort*, les victimes manifestent une envie d'aider les autres, car ils auraient l'impression d'avoir acquis de nouvelles stratégies et de nouvelles compétences. Certains disent s'être « réveillés » ou avoir « ouvert les yeux » en regard de leur intimidation et pensent détenir les moyens pour y mettre fin. En outre, elles s'identifient aux autres victimes et prennent la responsabilité de les soutenir, car elles se perçoivent comme plus outillées.

De surcroît, cette volonté nouvelle d'aider les autres depuis qu'ils ont fait l'usage de +*Fort* s'accompagne de la mise en œuvre d'actions visant à diminuer leur propre victimisation. En effet, ils ont expérimenté plusieurs stratégies proposées par +*Fort* pendant la période d'essai. Par ailleurs, plusieurs (9/12) qualifient même ces essais de succès, ce qui aurait contribué à leur mieux-être.

Donc maintenant tu fais quoi ?

Je laisse à part, je l'ignore. J'lui dis, pense qu'est-ce que tu veux j'men fou, garde les pour toi. *Et ça fait quoi ça ?* Ça fait que là, ils sont surpris, car d'habitude je réplique et

le monde il est comme, qu'est-ce qui se passe avec *Laurie*. *Laurie, 13 ans.*

Raconte-moi un peu comment tu agis et ce que tu penses depuis que tu as eu l'application. La seule affaire qui a vraiment changé depuis que j'utilise +Fort c'est que j'ai un peu plus confiance en moi. *Est-ce que tu pourrais me donner un exemple qui montre que t'as plus confiance en toi.* Hum, j'suis dans la classe, on me *clash*, pis maintenant j'essaie de trouver une phrase, une bonne phrase pis là tout le monde se tait. Parce que dans le fond j'ai eu raison de me défendre. Pis ils ne disent plus rien. Y'en a même qui me regardent un peu genre étonné. C'est ça dans le fond, j'ai un peu plus confiance en moi parce que maintenant j'ai plus peur de me défendre. *Ludivine, 13 ans.*

Ce n'était pas la première fois que je voulais le faire, que j'étais assise dans le salon et que y'avait pas de bruit que j'étais juste avec ma maman et que je voulais tout lui dire. Et comme j'ai vu que dans l'application que ça pourrait être une solution et que ça pourrait vraiment me faire du bien alors je me suis dit si c'est dedans c'est que ça pourrait que me faire du bien au final. Alors je lui ai dit. *Amandine, 14 ans.*

Après avoir utilisé des stratégies, les victimes disent avoir plus confiance en elles et réussissent à surprendre ceux qui les intimident avec leurs nouvelles techniques. Évidemment, par le passé, ces jeunes voulaient réaliser ce type d'actions, mais ils ne s'en sentaient pas capables.

Et tu faisais quoi avant quand tu te faisais intimider ? Bah, je me disais dans ma tête ah je vais lui dire ça pis ça, je me disais vas-y fait-le, mais en fait je faisais rien, je tournais le dos et je baissais mes yeux. Et maintenant j'y arrive plus. Aujourd'hui on m'a poussé sur une voiture, pis là j'ai dit au gars que là c'était trop et que s'il continuait je serais obligé de prendre des moyens. *Des moyens?* Bah, aller parler de ça à la TES ou au directeur. Alors là, il a fait NON c'est bon, j'suis désolé j'arrête ça. Il a vu dans mon regard que j'étais sérieuse et que ça marchait plus avec moi. *Isabelle, 13 ans.*

Alors qu'avant ce type d'actions n'était pas réalisable pour ces derniers, ils parviennent désormais à s'affirmer sans signe de violence. Plusieurs jeunes ont également réalisé, et ce,

notamment grâce aux capsules vidéo, qu'ils ne sont pas les seuls à vivre de l'intimidation et qu'il existe des moyens pour qu'elle ne soit plus ignorée. De ce fait, ils ont compris qu'il n'avait pas à se sentir honteux en demandant de l'aide à leur entourage. Par conséquent, les victimes exécutent ces nouvelles stratégies pour ne plus souffrir de leur intimidation. Pour que certaines stratégies soient plus facilement réalisables, certains jeunes les ont personnalisés.

Des fois j'utilisais des stratégies, mais des fois je les faisais à ma manière en faîte. Je vais te donner un exemple, je voulais aller voir la personne alors je l'appelais ou je lui parlais sur *Facebook* au lieu d'aller la voir directement. C'était moins difficile. *Marie-Pier, 14 ans.*

Comme nous l'explique *Marie-Pier*, elle a modifié certaines stratégies selon ses préférences et le degré de difficulté de la stratégie. En s'appropriant ces stratégies et en réussissant à les effectuer, les jeunes se disent donc plus outillés pour affronter les situations d'IPP. Ceci est d'autant plus important que cette appropriation montre l'engagement des jeunes dans leurs démarches pour mettre fin à ces expériences d'intimidation. En plus d'inciter les victimes à essayer des stratégies, *+Fort* les encouragerait à développer leurs propres stratégies afin que ces actions soient, à leurs yeux, plus facilement réalisables.

4.3.5 **Changements observés au plan quantitatif**

Afin de contextualiser l'information qualitative recueillie lors des entretiens, une stratégie mixte a été sélectionnée incluant une évaluation quantitative. Par ailleurs, rappelons que le Multidimensional Peer-Victimization Scale (MPVS) a été utilisé lors de la sélection des participants puis, à la fin de leur participation à l'étude. Il a donc été possible de comparer les expériences d'IPP avant et après l'utilisation de *+Fort* et ce, dans l'objectif de compléter les

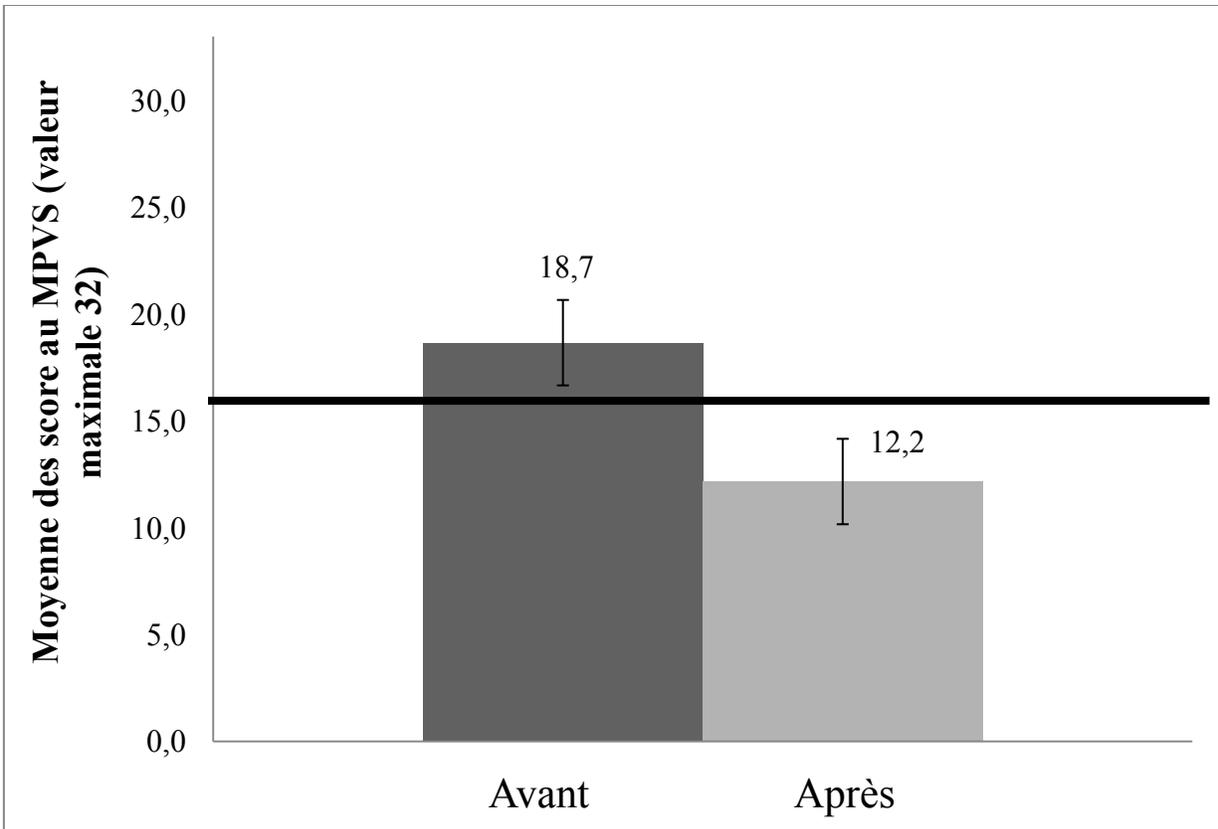
points de vue des acteurs en regard de l'utilité perçue de l'application. La figure 1, montre que les victimes rapportaient une valeur plus élevée avant, comparativement à après la période d'utilisation (18,7 versus 12,2). Un test ANOVA à mesures répétées des données obtenues par le questionnaire MPVS a été réalisé. Ceci, afin de comparer la moyenne des expériences d'IPP des jeunes avant et après leur utilisation de *+Fort*. Cette comparaison est également significative ($F(1.00, 11.00)=19,847, p=0.001$).

Par ailleurs, les jeunes ne rapportent pas le même effet de l'utilisation de *+Fort* en regard de leurs expériences d'IPP. Dix des 12 jeunes sélectionnés se situaient au-dessus du seuil critique de victimisation avant leur période d'essai (seuil de victimisation ≥ 16 sur un total possible de 32, tableau 1). Les deux jeunes en dessous de ce seuil rapportaient toutefois plusieurs expériences d'IPP non évaluées dans les questions du MPVS. Après leur utilisation, une diminution des expériences d'IPP est observée, ils demeurent ainsi au-dessous du seuil critique. Parmi les 10 jeunes, 7 passent en dessous du seuil critique de victimisation après leur utilisation de *+Fort* alors qu'elles en vivaient depuis plusieurs années (tableau 1). Cette description fait ressortir auprès de quelle victime l'effet de l'utilisation de *+Fort* en regard des expériences d'IPP est perçue comme élevé. Ceci permettant, à la suite de cette étude, de mieux anticiper quelles victimes seraient plus réceptives à cette intervention.

Toutefois, ces résultats doivent être mis en contexte. La taille de notre échantillon ne nous permet pas de générer des inférences claires quant à l'efficacité de l'application. Aussi, la stratégie méthodologique employée sans suivi subséquent (ie., prétest, post test), n'offre pas la possibilité d'évaluer si cette diminution perdure dans le temps. Il importe néanmoins de souligner que, malgré ces limites, les résultats obtenus sont consistants avec les changements rapportés par les utilisateurs. Ces résultats nous laissent aussi croire que *+Fort* pourrait

permettre une diminution des expériences d'IPP des utilisateurs à court terme.

Figure 1: Moyenne des expériences d'intimidation vécues avant et après utilisation de +Fort



Notes: La barre gris foncée renvoie à l'intimidation vécue avant la période d'utilisation de l'application, alors que la barre gris claire renvoie à la période après les quatre semaines d'utilisation.

Tableau 1: Moyenne d'IPP avant et après l'utilisation de +Fort pour chaque utilisateur (n=12)

Participants	AVANT*	APRÈS*	Score en dessous du seuil critique de victimisation APRÈS
Karl	20	20	NON
Amandine	16	11	OUI
Morgan	17	16	NON
Laurie	19	12	OUI
Manon	15	7	?
Ludivine	17	13	OUI
Justine	14	15	?
Mélissa	18	7	OUI
Marie-Pier	28	13	OUI
Valentin	17	4	OUI
Guillaume	16	7	OUI
Isabelle	27	21	NON
Moyenne Totale	18,7	12,2	

* Score au MPVS: seuil de victimisation 16 sur un total allant jusqu'à 32. Les barres grises représentent les jeunes ayant une victimisation inférieure au seuil de victimisation du MPVS avant l'utilisation de +Fort, mais qui décrivaient d'autres formes d'expériences d'intimidation ne figurant pas dans le questionnaire.

En définitive, les jeunes expriment plusieurs changements quant à leurs comportements et attitudes lors de situation d'intimidation. Ils seraient plus enclins à parler de leurs expériences d'intimidation à des pairs de confiance afin de recevoir du soutien. Ils jugent également avoir amélioré leur compréhension de leurs expériences et jugent être plus outillés pour initier une démarche de changement en regard de l'IPP. Ces points de vue rapportés font écho aux résultats quantitatifs obtenus, soulignant une diminution des expériences d'intimidation suite à l'utilisation de +Fort. Ces divers résultats soulignent également les diverses particularités associées à l'utilisation de l'application qu'ont mis en évidence les jeunes.

4.4 +Fort, plus qu'une application mobile

4.4.1 Livrer ses expériences

Le dernier thème abordé regroupe les impressions d'utilisation de +Fort par les utilisateurs. Utiliser +Fort est perçu comme une forme de « refuge » dans lequel les victimes disent se sentir en sécurité. En effet, 10 des 12 jeunes avaient l'impression de livrer leurs expériences d'intimidation à quelqu'un lorsqu'ils utilisaient +Fort.

Qu'est-ce que ça te faisait de savoir que tu avais une application pour pouvoir dire ce que tu vivais ? Bah, je trouve que c'était un peu comme mon ami. Justement, parce que le fait de faire le survol de ma journée c'était un peu comme mon coffre à outils.

En quoi ça peut être un ami pour toi ? Bah, un peu à cause des vidéos et des stratégies ça m'a comme réconforté je dirais. Parce qu'avec ça, je sais quoi faire plus tard. Pis aussi, je pouvais comme vider mon sac, surtout le soir avec le questionnaire en fait.

Karl, 14 ans.

Qu'est-ce que ça te faisait de savoir que tu avais une application sur l'intimidation avec toi? Je me sentais comme à l'abri, comme si je pouvais me livrer facilement comme ça. Le fait de savoir que j'avais une application avec moi ça me permettait de me rassurer aussi. Genre quand je vivais des choses et que j'étais en colère ou triste, c'est comme si on m'écoutait, juste ça, je me disais OK ça va mieux. *Isabelle, 13 ans.*

Utiliser l'application est vu comme un réconfort, un moyen de se libérer de ses idées noires et de ses conséquences associées. De cette manière, son utilisation serait suivie d'un mieux-être ressenti par les jeunes. Le suivi quotidien offert par l'application créerait l'impression qu'ils peuvent compter sur quelqu'un. Répondre aux questionnaires serait aussi perçu comme une forme de discussion avec son téléphone, comme si l'application voulait savoir comment allait le jeune dans le but de l'aider.

J'aimerais que tu m'expliques comment tu sentais et à quoi tu pensais quand tu utilisais l'application. Ben, je me sentais comme s'il y avait quelqu'un qui voulait savoir

comment ça se passait mon intimidation, qui s'inquiétait pour moi. *S'inquiéter, ça veut dire quoi pour toi ? C'est d'aider, en prenant des informations pis en aidant les jeunes en leur donnant des trucs pour que ça cesse. Valentin, 14 ans.*

Les jeunes ont l'impression qu'un certain échange se produit avec leur téléphone, même s'ils trouvent cela étrange de le dire de cette manière. Lorsqu'ils sont interrogés en regard de leur impression de se confier à quelqu'un, plusieurs éléments ressortent. L'application est comparée à un journal intime, notamment par le biais de leurs évaluations quotidiennes.

Je pensais vraiment au bien que ça pouvait me faire. Parce que pour moi, c'est comme un journal intime auquel tu racontes ta journée, tu dis comment tu t'es senti, tu lui dis ce qui est arrivé pis tout ça. C'est un peu une personne à qui tu parles dans le fond. Si je me fais intimider une journée, pis je suis comme oh non là je me sens pas bien, pis je vais l'écrire dans mon journal. Pis c'était comme un peu un soulagement le fait de le marquer. *Ludivine, 13 ans.*

Livrer ses expériences d'intimidation et parler de ses émotions à travers les évaluations quotidiennes est vu comme un soulagement, comme une forme de soutien qu'offre l'application. Pour eux, c'est comme s'ils confiaient à quelqu'un ce qu'ils vivaient. Par ailleurs, les jeunes livrent, sans retenue, leurs expériences grâce à la confidentialité perçue de *+Fort*. En effet, il est important pour eux de savoir que leurs réponses resteront confidentielles et que le risque de répercussions est, par conséquent, minime.

Qu'est-ce que ça m'a apporté? Un peu de soutien pour vrai, parce qu'il faut que tu fasses ton évaluation, c'est comme s'il y avait quelqu'un en arrière de moi qui me dit bon, *jase-moi* de ce qui se passe. Pis, je ne sais pas, c'est comme si je voyais ma psy pis que je lui disais il s'est passé ça, ça, ça, dans ma journée. Juste de comme, partager ça avec une application me fait du bien. Pis, que je sais que ça va rester confidentiel. *Manon, 16 ans.*

Pour ces jeunes, utiliser l'application contribuerait à promouvoir un mieux-être, car ils se sentent plus en sécurité en livrant leurs expériences. Ils bénéficient du soutien qu'offre *+Fort* en l'absence des répercussions et jugements anticipés suite au dévoilement. Cette sensation d'être écouté s'accompagnerait aussi de l'impression de ne plus être seul face à son intimidation.

4.4.2 Ne plus se sentir seul face à l'IPP

Les victimes comparent les vidéos explicatives à une forme de dialogue qui prendrait place entre elles et les acteurs. Cette forme d'échange suscite chez les jeunes l'impression de ne plus être seuls à vivre de l'intimidation et leur fait réaliser que d'autres ont réussi à y mettre fin.

Ce qui m'a le plus plu c'est les vidéos, car c'était des personnes qu'on connaît, des animateurs, des acteurs et tout. J'ai trouvé ça bien d'avoir leur avis qui nous disent que ce n'est pas que nous qui pouvons vivre de l'intimidation et qu'eux aussi ils connaissent ça. Qu'on se dit qui sont avec nous. Les vidéos, c'est ce qui m'a le plus aidée, car oui tu apprends des choses, mais t'as plus l'impression d'être toute seule. C'était intéressant de savoir, c'est quoi pour eux, l'intimidation et ce qu'ils font par rapport à ça. *Justine, 13 ans.*

Aussi, en plus d'aider les victimes à réaliser que l'IPP touche un grand nombre de jeunes, les acteurs de ces vidéos seraient perçus comme des modèles qui les accompagnent et qui conseillent les victimes sur les stratégies à entreprendre. En utilisant leur application, certains ressentent plus d'espoir et ont l'impression d'être outillés pour réduire leur IPP.

Je pense que ça vient de l'application parce que ça me donne des conseils, des outils. Pis, surtout les vidéos, dans lesquels j'ai vu des acteurs et des actrices, mais aussi des

personnes tout simplement qui ont vécu de l'intimidation. Pis qu'ils essayent de te soutenir. Comme s'ils étaient en avant de toi, qu'ils te disaient ne te laisse pas abattre et aies confiance en toi, car ça va bien aller. Pis moi j'ai trouvé vraiment cela inspirant.

Ludivine, 13ans.

Pour *Ludivine*, ces acteurs l'encouragent à lutter contre son intimidation. Elle a la sensation qu'elle n'est plus physiquement seule lorsqu'elle vit de l'IPP. Elle se sent alors plus rassurée et plus confiante pour ne plus laisser les intimidateurs prendre le contrôle. En définitive, il semble qu'une forme d'échange se crée entre les victimes et l'application. À travers les évaluations quotidiennes, elles dévoileraient leurs expériences d'IPP, laisseraient émerger librement leurs émotions et recevraient en retour des outils et des conseils. En d'autres mots, *+Fort* soutiendrait leur démarche en leur donnant l'impression de se livrer et d'encourager l'expérimentation de stratégies pour mettre fin à leur intimidation.

4.4.3 **Se sentir mieux préparé pour l'IPP éventuelle**

Enfin, le dernier élément mis en évidence par les jeunes est la sensation d'être mieux préparés pour les expériences futures d'IPP grâce, notamment, aux stratégies incluses dans l'application. Même si les stratégies proposées par *+Fort* sont généralement déjà connues des jeunes, celles-ci n'étaient jamais appliquées dans leur quotidien et ce, généralement par manque de confiance. Ainsi, lorsque leurs stratégies étaient vues dans *+Fort*, ceux-ci réaliseraient alors qu'il s'agissait de bonnes astuces. Cela leur apporterait un sentiment de réconfort, tout en leur donnant davantage confiance en eux pour qu'ils puissent initier ou réessayer certaines stratégies antérieures.

En effet, même si les jeunes ont déjà tenté quelques stratégies avant l'utilisation de *+Fort*, ils expriment avoir acquis de nouvelles compétences leur permettant de s'affirmer davantage.

Et avant c'était quoi tes solutions?

Bah, je n'en avais pas, avant je m'enfuyais. Alors que maintenant je l'affronte, je me laisse plus faire, pis aussi j'ai des amis qui sont là aussi pour me défendre. Je me sens entourée d'amis donc je me sens plus capable, pis si ça va pas je sais aussi qu'ils peuvent être là. *Marie-Pier, 14 ans.*

Est-ce que dans tes comportements tu as vu des changements aussi comme ça ?

Bah, là je pense que maintenant ça ne prendrait plus une grosse ampleur, car la personne elle verrait que je suis plus la bonne personne. J'aurais plus de la peine, j'aurais plus peur et je lui dirais en pleine face d'arrêter par rapport à avant, car c'est pas l'fun, mais aussi maintenant j'ai des trucs et je sais maintenant quoi faire en fait. *Valentin, 13 ans.*

Les jeunes rapportent avoir moins peur de leur intimidation et se sentir plus compétents afin d'y mettre fin et ce, grâce aux stratégies acquises pendant la période d'utilisation. *+Fort* serait aussi perçu comme un outil pouvant accompagner les jeunes dans leurs démarches contre les multiples formes d'IPP dont ils sont victimes.

Tout à l'heure, tu as dit que ça faisait un accompagnement. En quoi pour toi ça peut faire un accompagnement ?

Ça peut te donner des stratégies, c'est la première étape et la deuxième, ça peut être un accompagnement. Car, ça peut t'aider à prendre conscience, à te donner des stratégies, ça peut t'aider à comprendre c'est quoi l'intimidation. Dans un sens, ça peut t'aider dans ton cheminement par rapport à l'intimidation. *Laurie, 13 ans.*

Pour conclure, *+Fort* semblent être un moyen de dévoiler sereinement leurs expériences. En effet, livrer leur quotidien d'intimidation à leur téléphone est perçu comme un soulagement, car ils rapportent se sentir mieux et plus optimistes à pouvoir mettre fin à ces expériences dans le futur. En effet, grâce aux évaluations quotidiennes, les jeunes ont l'impression que quelqu'un s'intéresse à eux, qui serait là pour les écouter et leur donner des conseils

utiles.+*Fort* effectuerait un suivi journalier, rappelant à la victime qu'elle détient désormais des outils pour initier une démarche de changement et diminuer son intimidation. À cette impression s'ajoute, le symbole que représentent les personnalités jeunes des vidéos explicatives comme modèles à suivre, à travers lesquelles les jeunes s'identifient. Le message transmis par ces acteurs les aiderait à réaliser qu'ils ne sont pas seuls à vivre de l'intimidation, qu'il est possible d'y mettre fin et enfin, que la victime ne doit pas avoir honte de demander de l'aide. Le suivi journalier, effectué à travers les évaluations et les messages d'encouragement des personnalités jeunesse ont ainsi donné l'impression à certains jeunes d'être entourés et accompagnés dans leurs démarches pour mettre fin à l'intimidation. Enfin, depuis l'utilisation de +*Fort*, les jeunes constatent être plus outillés pour s'affirmer lorsqu'ils sont intimidés et se disent mieux préparés pour des actes d'IPP future.

Chapitre 5: Limites méthodologiques

Effectuer des entretiens avec des jeunes renvois à un exercice pouvant comporter certaines limites, qui sont ici exposées. Premièrement, il peut être difficile pour des jeunes de cet âge de parler de leurs expériences d'intimidation. Plus particulièrement, de détailler certaines expériences douloureuses du passé ou d'expliquer ce qu'ils vivaient et ressentaient par rapport à leur victimisation. À cet âge, il est encore difficile de parvenir à traduire les émotions et l'état émotionnel en mots (Lamb & Westcott, 2011). Si le chercheur ne parvient pas à mettre en confiance la victime et à adapter son vocabulaire à l'âge du jeune, des éléments essentiels permettant de décrire l'expérience d'intimidation de ces derniers pourraient être omis lors des entretiens. Pour être efficace, ce type d'entretien doit alors prendre la forme d'un échange dans lequel le jeune se sent libre de communiquer (Freeman & Mathison, 2009). Même si les entretiens étaient structurés de manière à promouvoir la confiance avec l'interlocuteur, il demeure difficile pour un jeune de parler d'un sujet si sensible sans être méfiant ou tenter de minimiser les expériences d'intimidation vécues afin de maintenir une image positive de lui-même (Lamb & Westcott, 2011). Deuxièmement, il est possible qu'au cours des entretiens les jeunes aient répondu en fonction de ce que pense l'administrateur de l'entretien et ce, même s'il leur était mentionné que leurs réponses seraient confidentielles (Kärnä et al., 2013). Il est donc possible que pour certains des participants, le biais de désirabilité sociale se soit exercé. Afin de réduire ce biais, une entrevue avec les adultes travaillant auprès des participants (ex., psychoéducateur, surveillants, aide aux devoirs) aurait pu être proposée afin d'évaluer si leurs observations corroboraient aux changements perçus par les jeunes eux-mêmes. Troisièmement, effectuer un entretien additionnel (subséquent à la période d'utilisation) avec les participants aurait pu être un moyen d'observer si les changements identifiés après la période d'utilisation de *+Fort* se maintiennent dans le temps.

Quatrièmement, tous les thèmes n'ont pas pu être abordés afin de mieux contextualiser les expériences d'IPP. En effet, l'entrevue ne pouvait traiter de manière approfondie les expériences d'IPP pouvant avoir lieu dans l'environnement familial. Ceci est d'autant plus important que plusieurs études ont montré que les pratiques familiales (ex., manque d'attention et de surveillance) influenceraient les risques d'être victime d'IPP (Wolke & Skew, 2012). Toutefois, la plupart des parents de notre échantillon étaient attentifs à la participation de leurs enfants à l'étude. Connaître si eux aussi intimident leurs pairs aurait également été intéressant afin de mieux comprendre les expériences d'intimidation puisque plusieurs études mettent en relief certaines associations existantes entre la victimisation et la commission, en retour, d'actes d'intimidation envers d'autres pairs. Ceci aurait également permis d'observer si les jeunes auraient développé des troubles externalisés comme de l'agressivité suite à des expériences d'IPP subséquentes. Cinquièmement, la taille de l'échantillon de l'étude ne peut pas rendre compte de l'hétérogénéité des expériences d'utilisation de *+Fort* existant auprès des jeunes victimes. En effet, nous ne disposons que de trois garçons dans le cadre de cette étude, ce qui limite la généralisation à ce sous-groupe. Nous ne pouvons donc pas savoir si l'effet de l'utilisation de *+Fort* en regard des expériences d'IPP varie en fonction du sexe des victimes. Par ailleurs, le faible intérêt des garçons à la participation d'un projet sur l'intimidation illustrerait, chez ces derniers, un degré d'acceptation de vivre de l'IPP plus faible que chez les filles. D'autres méthodes de recrutement garantissant davantage l'anonymat et plus particulièrement par le biais des médias sociaux auraient pu être explorées afin d'intéresser les garçons à participer.

S'intéresser aux perceptions et impressions de victimes d'IPP constitue l'une des recommandations récentes des recherches afin de pouvoir adapter les futures interventions aux

goûts de ces derniers (Bradshaw et al., 2009; Dake et al., 2003; Fox & Boulton, 2005; Mishna, Saini, & Solomon, 2009). Dans le cadre d'une étude plus large, il serait pertinent de s'intéresser également au point de vue des intervenants scolaires pour connaître les services qui leur sont offerts et ce, afin de pouvoir évaluer la pertinence de *+Fort* en regard des moyens déjà disponibles en contexte scolaire, notamment. De cette manière, nous pourrions aussi évaluer la réceptivité des écoles en regard de *+Fort*. Malgré ces limites, le présent mémoire permet de jeter un premier regard sur l'utilité et les effets perçus de *+Fort*, grâce aux impressions des jeunes victimes d'IPP.

Chapitre 6: Interprétation des résultats

6.1 Les forces et limites de +Fort

Les éléments d'entretiens soulevés précédemment ont pu mettre en lumière les forces et les limites de l'intervention proposée. Quatre forces ont pu être mis en évidence à partir des récits des jeunes utilisateurs de l'application: +Fort diminuerait les risques de représailles et des difficultés liés au dévoilement, donnerait de multiples outils pratiques, éviterait les difficultés d'implantation des programmes traditionnels et aiderait les victimes à prendre conscience de l'IPP vécue et ce, de façon plus objective.

Premièrement, les jeunes semblent avoir apprécié la plateforme utilisée, car celle-ci jugulerait les conséquences anticipées au dévoilement. En effet, comme le soulevait Newman (2001), le risque de vivre des représailles suite au dévoilement de l'IPP empêcherait les victimes de se tourner vers une personne de confiance. En plus de ce risque, s'ajoute, pour ces dernières, l'importance du regard et du jugement des autres suite au dévoilement. Par conséquent, pour les victimes, les représailles ne renverraient pas uniquement à l'augmentation et/ou à l'aggravation de l'intimidation. En effet, pour ces dernières, les représailles peuvent aussi inclure la perte de confiance des pairs suite au dévoilement. En effet, pour cette tranche d'âge, le dévoilement est généralement perçu comme un signe de lâcheté et impliquerait la stigmatisation du jeune comme victime. Tel que Metton (2004) le suggère, la présence de ces risques rendrait la recherche de soutien et de ressources sur la « toile » (ex., plateformes, *chat room*) plus attrayante pour les victimes. À l'instar d'internet, les risques liés au dévoilement seraient minimisés grâce à la confidentialité que procure +Fort, notamment par l'accès exclusif que procurent les cellulaires (ex., code confidentiel, logo discret). En effet, les jeunes considèrent généralement une application mobile comme ne suscitant pas autant la curiosité des autres.

Deuxièmement, selon les victimes, offrir une intervention sous la forme d'une application mobile leur permettrait d'avoir, contrairement à l'aide offerte par les adultes, un accès à des outils pratiques en tout temps (ex., stratégies, vidéos, questionnaires et ressources téléphoniques) qui pourraient potentiellement répondre à leurs besoins. En effet, les victimes ont évoqué l'écart existant entre leurs besoins et l'aide généralement proposée dans les écoles (ex., services essentiellement proposés à des fins de sensibilisation). Selon les jeunes, certains adultes auraient de la difficulté à réagir une fois confronté à de l'IPP ou à un dévoilement (ex., difficulté à faire cesser l'intimidation verbale en classe). Cette dernière limite soulevée par les jeunes corrobore celle identifiée par Farrington (2007) lors de l'analyse systématique des programmes touchant l'intimidation. Plus précisément, Farrington (2007) soulève le manque de formation des professionnels des écoles à intervenir lors de situations d'IPP et leur incapacité à soutenir les victimes (ex., difficultés des adultes à reconforter un jeune venant de se faire intimider). Dans le but de surmonter ces limites, *+Fort* semble offrir une ressource d'aide complémentaire pouvant répondre à la diversité des expériences d'intimidation vécues et aux caractéristiques des victimes (ex., timidité). Les stratégies proposées par l'application sont, en effet, nombreuses et variées et laissent aux victimes le soin de choisir celles qui leur apparaissent les plus appropriées à leur vécu (ou plus facilement réalisable) afin d'initier une démarche de changement.

Troisièmement, le soutien personnalisé offert par *+Fort* permettrait d'éviter les difficultés d'implantation des programmes d'intervention. L'investissement requis dans la mise en place d'un service d'aide aux victimes d'IPP (ex., personnel) est tel, que de nombreuses écoles ne peuvent se le permettre, surtout quand ces services ont peu de chance d'attirer de nombreux jeunes. En effet, même si les écoles des jeunes utilisateurs possèdent chacune un

plan d'intervention contre l'IPP (obligatoire depuis l'adoption, en 2012, de la loi visant à lutter contre l'intimidation et les violences à l'école), peu d'entre eux désiraient initialement bénéficier du soutien proposé par leurs intervenants scolaires et ce, notamment, par gêne de se confier et par crainte de la réaction des adultes et de leurs pairs après s'être confié. Ainsi, tout en évitant les difficultés d'implantation *+Fort*, rendrait plus attractifs les services offerts aux victimes dans les écoles en diminuant la gêne et la crainte associées au dévoilement à un adulte.

Quatrièmement, les écoles des participants proposent généralement des ateliers en classe sous forme de discussions ouvertes ou de conférences réalisées par des organismes externes à l'école. Les jeunes se disaient être bien informés sur l'intimidation avant leur utilisation de *+Fort*. Toutefois, ce n'est qu'une fois l'application utilisée que ces derniers prennent pleinement conscience de la gravité de leur intimidation et qu'ils parviennent à mieux identifier les situations d'IPP. Ainsi, *+Fort* représenterait la forme de soutien souhaitée par les victimes qui, de façon complémentaire et symétrique aux interventions existantes, chercherait à diminuer la prévalence de l'IPP et ses conséquences (Smith et al., 2004).

Malgré les forces identifiées, deux limites principales ont été soulevées par les victimes. En premier lieu, même si *+Fort* offre une meilleure compréhension de l'IPP et des stratégies à adopter, celle-ci ne serait d'aucun secours lors de situations réelles. Autrement dit, l'application est vue comme une ressource pour les victimes afin que celles-ci puissent s'aider elles-mêmes, mais qui ne peut remplacer l'aide physique d'un adulte lors d'une agression (ex., un adulte s'interpose dans une situation où une victime se fait frapper). Toutefois, l'ensemble des jeunes interrogés ne souhaite pas recevoir l'aide d'adultes en dehors de ce type de situations. Une autre limite, cette fois-ci plus logistique liée à l'application comme telle, est

que les jeunes auraient apprécié conserver l'application pour accéder aux stratégies et aux vidéos une fois la période d'essai terminée et ce, afin de pouvoir continuer à observer l'évolution de leurs expériences d'intimidation. En effet, même si plusieurs expriment vivre moins d'intimidation, ils anticipent négativement ne plus pouvoir suivre l'évolution de leurs expériences d'intimidation, notamment par les graphiques illustrant la fréquence, les lieux et les types.

6.2 Utiliser *+Fort* pour faciliter la motivation au changement

Plusieurs changements ont été constatés par les utilisateurs de *+Fort*, indiquant la possible utilité d'une *e-intervention* auprès des jeunes vivant de l'IPP. Comme le suggère la théorie de l'autodétermination, pour qu'un individu puisse être motivé à entreprendre une action, trois besoins doivent être satisfaits (besoin d'encouragement, besoin de compétence et besoin d'autonomie). À partir des récits des victimes, il est avancé que l'usage de *+Fort* permettrait de combler certains de ces besoins (Ryan & Deci, 2000). En effet, les victimes ressentent une sensation de soulagement depuis leur utilisation. La tristesse, l'anxiété et l'incompréhension des victimes liées à leur intimidation auraient diminué pour laisser place à une meilleure confiance en soi, à une sensation d'être entourés et à une envie d'aider les autres victimes d'IPP. La satisfaction de ces besoins essentiels au changement serait possible, grâce à plusieurs fonctions offertes par *+Fort*. Premièrement, grâce au suivi journalier, les jeunes ont l'impression d'être entourés et encouragés dans leurs démarches (ex., besoin d'encouragement). Deuxièmement, l'accessibilité à divers outils pratiques et à plus d'informations afin de réduire leurs expériences d'intimidation, telles que les stratégies, répondrait au besoin de compétence. Troisièmement, la plateforme que propose *+Fort* satisfait au besoin d'autonomie des jeunes

tout en assurant, grâce à sa confidentialité, un sentiment de sécurité. Par conséquent, ces éléments laissent supposer que *+Fort* soutiendrait les victimes dans leur motivation à entreprendre des actions contre l'IPP.

En plus d'agir sur les besoins essentiels à la régulation émotionnelle de la théorie de l'autodétermination, il est possible que *+Fort* facilite la séquence des phases de changement élaborées par les théories de la motivation (Muller & Spitz, 2012; Prochaska & DiClemente, 1994). Comme il l'a été présenté dans le chapitre 2, un processus de changement est composé de cinq phases essentielles (la préréflexion, la réflexion, la préparation à l'action, la mise en action et le maintien). Le tableau 2 présente les différentes phases du processus de changement mis en pratique avec les utilisateurs de *+Fort*.

Dans la phase de préréflexion (1, tableau 2), l'utilisation de *+Fort* offrirait aux victimes de nouvelles informations sur l'IPP. Pour toute situation stressante, incluant l'IPP, une meilleure compréhension est essentielle pour favoriser une perception réaliste de la situation afin de s'y soustraire (Lupien, 2010). En effet, selon les jeunes, les graphiques, les vidéos et les évaluations quotidiennes de l'application amélioreraient leur compréhension de l'intimidation vécue. En se basant sur les récits des jeunes, ces nouvelles connaissances acquises s'accompagneraient aussi de la modification de certaines cognitions, notamment, ne plus se tenir responsable de l'intimidation (ex., j'ai tout ce que je mérite, je suis un moins que rien; Perren, Ettekal, & Ladd, 2013). Plusieurs distorsions cognitives ont pu être remplacées par des pensées plus réalistes motivant les victimes à agir face à leur IPP (ex., d'autres ont réussi à réduire leur intimidation alors je peux aussi y arriver, je sais quoi faire maintenant). Par ailleurs, ressentir une culpabilité moindre et mieux comprendre ses expériences seraient associés à une diminution des troubles psychosociaux chez les victimes d'IPP, à l'adolescence

comme à l'âge adulte (Miller & Vaillancourt, 2007). Enfin, au cours de la phase de préréflexion et si l'on se fie toujours aux récits des participants, une prise de conscience s'effectuerait chez les victimes grâce aux informations transmises par *+Fort*. Les victimes objectiveraient, en quelque sorte, leur victimisation ce qui les aiderait à entrevoir les actions à mettre en œuvre pour mettre fin à ce problème. Celles-ci auraient alors une meilleure perception de leur situation et de leur capacité à agir face à ces situations.

Une fois plus sensibilisés à l'IPP et conscients de la gravité de leur victimisation, les jeunes accéderaient alors à la phase de réflexion (2, tableau 2). En effet, à travers les graphiques et les évaluations, les jeunes rapporteraient parvenir à évaluer plus objectivement leur intimidation. Alors qu'ils pensaient vivre peu d'intimidation, les graphiques les ont aidés à réaliser qu'ils en vivaient plus. Loin de faire obstacle au processus de changement, réaliser qu'une situation est problématique permettrait d'entamer la phase de réflexion, au cours de laquelle les ressources détenues par l'individu afin d'arrêter cette situation sont examinées et ce, en minimisant les risques occasionnés (Muller & Spitz, 2012). Ce processus d'évaluation peut s'observer à travers les impressions rapportées par les victimes. En effet, celles-ci disent qu'utiliser une application mobile comme forme de soutien permettrait d'avoir accès à de multiples outils pratiques à mettre en action et d'éviter les risques associés au dévoilement. Ces outils, sous forme de graphiques, de capsules vidéo et de stratégies constitueraient ainsi divers moyens utiles pouvant les aider à entreprendre des actions visant à cesser l'IPP. Grâce à ces ressources, les victimes se disaient plus confiantes pour se défendre. L'augmentation de l'estime de soi des victimes s'accompagnerait d'autres changements associés à l'utilisation de *+Fort* leur permettant d'accéder à la phase de la préparation à l'action (3, tableau 2). En effet, lors de la phase de réflexion (2, tableau 2) les victimes réaliseraient qu'elles ne sont pas les

seules à être confrontées à de l'IPP, qu'il n'est pas honteux d'en vivre et qu'il est possible de la surmonter (Miller & Vaillancourt, 2007). Encore une fois, ces changements permettraient de satisfaire les besoins essentiels pour qu'une motivation puisse se développer et, par conséquent, facilitent la progression de la victime dans son processus de changement. En étant plus sensibilisées à la manière dont fonctionne l'IPP, les victimes semblent désormais être capables de repérer les situations d'intimidation ayant lieu dans leur école. Cette sensibilisation accrue serait possible grâce aux évaluations quotidiennes leur permettant de se remémorer leur journée. Alors que les victimes étaient renfermées sur elles-mêmes et pensaient être les seules à vivre de l'IPP avant l'utilisation de *+Fort*, la prise de conscience de leurs expériences d'intimidation (1, tableau 2) suite à celle-ci aiderait les victimes à entrevoir leurs expériences d'intimidation comme surmontables (2, tableau 2) et, par conséquent, à préparer des stratégies à mettre en œuvre pour cesser l'intimidation (3, tableau 2).

Avant l'intervention de *+Fort*, peu de victimes rapportaient tenter de mettre fin à leurs expériences d'intimidation. Certaines s'étaient même résignées à vivre de l'intimidation jusqu'à la fin de leur secondaire. Toutefois, suite à la prise de conscience en regard de l'IPP vécue (1, tableau 2), trois attitudes se sont développées selon les récits des participants, qui renvoient aux phases de préparation et de mise en action (3 et 4, tableau 2). D'abord, les victimes auraient, par le biais des messages véhiculés par les vidéos explicatives, décidé de confier leurs expériences d'intimidation à des personnes de confiance, comme des pairs ou des membres de leur famille. Se confier aurait aidé les victimes à se sentir encouragées et soutenues dans les actions envisagées pour que l'intimidation cesse. Livrer ses expériences renforcerait leur détermination à agir, car ils en retireraient un sentiment de mieux-être. Ensuite, les victimes auraient mis en actions plusieurs stratégies proposées par *+Fort* (ex.,

changer son apparence (ne plus s'habiller sexy), s'affirmer verbalement, dire à l'intimidateur d'arrêter et ne pas répondre aux attaques personnelles sur les réseaux sociaux), alors que ces actions étaient perçues comme irréalisables. Certaines de ces stratégies ayant même été préparées à l'avance par des victimes, sous forme de situation « fictive ». Enfin, certains sont directement intervenus lors de situation d'IPP et d'autres sont venus apporter du soutien à la victime après ces actes. La mise en œuvre de ces stratégies refléterait l'évolution qu'ont parcourue les victimes dans leurs démarches de changement en regard de l'IPP vécue. Lors de la phase de mise en action (4), certains jeunes ont même dépassé leurs objectifs initiaux (mettre en action des stratégies pour diminuer l'IPP), et ont également offert leur soutien à d'autres victimes. En effet, ils rapporteraient se sentir tout autant concernés par l'intimidation vécue par les autres que par leurs propres expériences. Les victimes ayant utilisées *+Fort* deviendraient alors de nouveaux témoins actifs lors de situations d'IPP.

Lorsque les stratégies étaient perçues comme réalisées avec succès par les jeunes (4, tableau 2), ils étaient alors encouragés à en utiliser d'autres par la suite. La réussite de leur démarche symboliserait alors leur passage à la phase de maintien et de persévérance (5, tableau 2). Grâce au grand nombre de stratégies proposées, les jeunes disent se sentir outillés et plus compétents pour diverses situations d'IPP et ce, même si certaines stratégies ne répondaient à leurs besoins. À cet effet, les évaluations quantitatives dévoilent une diminution significative des expériences d'IPP moyenne suite à l'utilisation de *+Fort*, ce qui est consistant avec la mise en action et la perception d'utilité des stratégies individuelles selon les jeunes. Toutefois, la phase de persévérance ne peut qu'être anticipée, car nous ne pouvons évaluer si les effets associés à l'utilisation de *+Fort* rapportés par les jeunes perdurent dans le temps.

Pour conclure, il est envisagé que ces changements (cognitions, émotions, comportements) des victimes aient pu survenir de façon concurrente à l'utilisation de *+Fort*. Suite à la réussite des premières stratégies proposées, dans lesquelles ils se décrivaient comme engagés, ils semblent dorénavant se sentir capables de mettre fin à l'intimidation vécue. Ainsi, l'utilisation de *+Fort* pourrait agir comme un *facilitateur* à chaque phase du processus de motivation au changement des victimes. Leur manière de percevoir l'intimidation et leur capacité à agir en seraient alors améliorées, ce qui les inciterait progressivement à mettre en action des stratégies pour y mettre fin.

Tableau 2: Effet facilitateur de +Fort à la motivation au changement des victimes

Description des phases de changement	Acquis dans +Fort à chaque phase de changement
<p>1) La préréflexion Facteurs freinant la motivation (besoin d'autonomie, d'encouragement et d'estime de soi)</p>	<p>1) Acquisition des connaissances sur l'intimidation - Meilleure perception de la situation → EFFET: - Prise de conscience 2) Sensation de soulagement - Augmentation de la confiance en soi - Diminution de l'anxiété et de la peur d'aller à l'école et du sentiment de solitude</p>
<p>2) La réflexion Évaluation de l'opportunité d'un changement de comportement</p>	<p>1) Évaluation des risques de la mise en action des stratégies - Risques atténués grâce à la confidentialité de la plateforme - Risques associés au dévoilement évité → EFFETS: - Perception des victimes de leurs ressources personnelles remodelées grâce aux stratégies offertes par +Fort - Risques vus comme surmontables - Prise de décision d'agir</p>
<p>3) La préparation à l'action Mise en place de stratégies perçues comme plus susceptible de diminuer l'IPP</p>	<p>1) Décision de confier ses expériences d'IPP à une personne de confiance → EFFETS: - Sensation d'être encouragé et aidé - motivation à mettre en œuvre des actions bonifiées 2) Essai de stratégies (situation fictive)</p>
<p>4) La mise en action Modification du comportement pour faire face à l'IPP</p>	<p>1) Mise en action des stratégies pour soi et pour les autres victimes 2) Réussite des actions → EFFETS: - Perception de la capacité à agir bonifiée - Meilleure estime de soi, - Sensation de soulagement (phase 1)</p>
<p>5) La persévérance (anticipée) Maintien du comportement dans le temps</p>	<p>Motivation à poursuivre les actions envers l'intimidation, car: - Sensation d'encouragement avec +Fort - Impression de diminution des expériences d'IPP - Impression de diminution des difficultés associées à l'intimidation - Envie de venir en aide aux autres victimes dont ils sont témoins</p>

6.3 La notion de Gardien dans le cadre de l'intervention +Fort

Plusieurs jeunes utilisateurs rapportent se sentir plus en sécurité depuis qu'ils utilisent +Fort et avoir l'impression de se confier à une personne lorsqu'ils l'utilisent. En effet, les évaluations journalières représenteraient une sorte d'échange avec l'application, au cours desquelles ils ressentiraient un certain soulagement en partageant leurs expériences. À partir des récits d'expériences d'utilisation des jeunes, il est possible d'envisager +Fort comme un *gardien* pour les victimes d'IPP en s'inspirant de la théorie de Felson (1986; figure 2). Selon cette théorie (Felson, 1986), plusieurs éléments seraient requis pour que +Fort puisse être envisagée comme un *gardien*. Cette dernière devrait représenter une source de soutien pour les victimes en agissant sur certains facteurs associés à l'intimidation, pour qu'elles ne représentent plus de « cibles appropriées » (Finkelhor & Asdigian, 1996; Nation, 2007). Parmi ces facteurs, on y retrouve le manque d'information en regard de celle-ci, la peur de représailles liée au dévoilement, la faible estime personnelle et le manque d'encouragement de l'entourage (Finkelhor & Asdigian, 1996; Ttofi & Farrington, 2012; Wolke & Skew, 2012). En plus d'agir sur ces facteurs, +Fort devrait, comme le *gardien* traditionnel, procurer un sentiment de sécurité à la victime afin qu'elle puisse entreprendre des actions.

Premièrement, d'après les victimes, les informations transmises par +Fort, par le biais de nouvelles connaissances et des stratégies pratiques, les ont aidés à acquérir une meilleure compréhension de leurs expériences d'IPP et de nouvelles habiletés pour mettre fin à leur intimidation (Felson, 1986). Désormais, certaines victimes disent parvenir à repérer les situations pouvant mener à de l'intimidation, ce qui les aiderait à intervenir avant que celles-ci ne se produisent ou ne s'aggravent. Tout comme le *gardien* traditionnel, +Fort, pourrait contribuer à l'échec d'une agression, puisqu'elle informerait la victime d'une attaque potentielle

(Cohen & Felson, 1979; Felson, 1995). Deuxièmement, *+Fort*, permettrait aux victimes de vivre moins de difficultés liées à l'intimidation (ex., meilleure confiance en soi, diminution de la solitude et sensation d'être encouragé) ce qui améliorerait leur motivation à agir pour que l'intimidation cesse. En effet, les jeunes rapportent vivre moins de difficultés grâce à l'impression de soutien que procure leur utilisation de *+Fort*. Troisièmement, selon Felson (1979-1986), la présence de *gardien* permettrait à la victime de se sentir en sécurité en dissuadant les agresseurs. Bien que *+Fort* ne puisse dissuader les intimidateurs, elle offrirait tout de même aux victimes l'impression d'être en sécurité. En effet, l'accompagnement offert par le biais du suivi journalier (évaluations), de l'agrégation des informations par l'intermédiaire de graphiques montrant l'évolution de l'intimidation vécue et enfin, grâce aux messages d'encouragements des personnalités jeunes apporterait un sentiment de sécurité à la victime (figure 2). En outre, pour certaines victimes, *+Fort* symboliserait une forme de refuge dans lequel, sans honte, ni peur de se faire juger, ils peuvent livrer leurs expériences d'IPP. Quatrièmement, naviguer dans *+Fort* et répondre aux évaluations journalières représenteraient, en quelque sorte, une forme de discussion prenant place entre la victime et l'application qui l'encouragerait dans ses démarches. Tel que raconté par les jeunes, *+Fort* serait « à l'écoute » favorisant ainsi un dévoilement plus facile et leur offrirait ensuite des pistes de solutions via les stratégies proposées. La sensation de soutien offert par *+Fort* est également observable à travers « les échanges » qui se développent entre les jeunes et les personnalités jeunesse. Ces personnalités seraient perçues comme des modèles à suivre grâce aux conseils et aux attitudes optimistes et sensibles qu'ils adoptent. À leurs yeux, ces acteurs sont d'anciennes victimes d'intimidation ayant réussi à la surmonter. Ces vidéos les

encourageraient donc à réaliser qu'elles ne sont pas seules confrontées à de l'IPP, soutenant d'autant plus leur autodétermination à réaliser des actions concrètes pour que l'IPP cesse.

Cinquièmement, la sensation de sécurité et de soutien décrite par les jeunes renvoie à l'un des éléments clés de la notion de Gardien (Felson, 1994; Mishna, 2012). En effet, se sentir en sécurité représenterait l'un des déclencheurs favorisant la recherche de nouvelles compétences auprès de la victime afin de ne plus être une cible potentielle (Mishna, 2012). Ceci corrobore les récits des jeunes qui rapportent avoir la sensation d'être encouragés dans leurs démarches par *+Fort* prenant notamment la forme de mise en action de stratégies. Ce soutien perçu constituerait, en contexte d'IPP, un facteur de protection vis-à-vis des expériences d'IPP futures (Mishna, 2012). En effet, grâce à ce soutien, la sensation de solitude et de rejet laisserait place à des croyances positives envers leurs expériences d'intimidation (ex., je ne suis pas le seul à vivre de l'IPP, ce n'est pas moi qui ait un problème) qui, par la suite, inciteraient les victimes à entreprendre des actions en regard de celles-ci (démarche de changement). Ainsi, si on se fie aux diverses impressions rapportés par les utilisateurs, les multiples ressources offertes par *+Fort* semblent correspondre aux fonctions de *gardien* présentées dans la théorie de Felson (1986; figure 2). Toutefois, d'autres éléments rapportés par les jeunes laissent supposé que certains aient également développé des comportements analogue au rôle de *gardien* envers d'autres victimes.

À travers les récits des jeunes utilisateurs, il a pu être constaté que leur confiance en soi et leur perception d'avoir les ressources nécessaires afin de faire cesser l'intimidation vécue auraient été améliorées. Les utilisateurs rapporteraient se sentir plus compétents à intervenir lors situations d'IPP. Par exemple, certains jeunes disent parvenir à ignorer les injures à leur rencontre, ou bien réussir à parler avec leurs intimidateurs pour qu'ils cessent. La réussite de la

mise en action de stratégies lors de leurs propres expériences leur aurait permis, par la suite, de se percevoir comme capable d'intervenir lors de situations d'IPP dont ils sont témoins. En effet, plusieurs victimes ont constaté qu'elles étaient dorénavant plus aidantes auprès d'autres victimes lorsqu'elles étaient témoins d'actes d'IPP. Les victimes semblent être plus désireuses à transmettre leurs connaissances et leurs outils pratiques à d'autres victimes depuis leur utilisation. En premier lieu, les utilisateurs se seraient interposés lors de situations d'intimidation. Certaines victimes disent avoir pris la parole dans leur groupe de pairs lorsque l'un d'eux intimidait un autre élève. En intervenant directement, elles effectueraient alors un contrôle informel qui dissuaderait les actes d'IPP dans leur entourage. En second lieu, certaines victimes auraient soutenues d'autres victimes après avoir été témoin des actes d'intimidation. Depuis leur utilisation de *+Fort*, elles prendraient alors le rôle d'un confident pour les autres victimes d'intimidation. Par ailleurs, elles proposeraient aux autres certaines des stratégies offertes par *+Fort*. Par conséquent, l'ensemble des actions réalisées par les jeunes aurait un effet dissuasif auprès des intimidateurs et offrirait une forme de soutien aux victimes. En soutenant les autres victimes, ils pourraient également promouvoir chez ces dernières un sentiment de sécurité rappelant également le rôle d'un *gardien*.

Ainsi, au regard de l'ensemble des éléments présentés, il est possible de prétendre que grâce aux fonctions qu'offre *+Fort*, celle-ci constitue un *gardien*. Grâce à la sensation de soutien lié à son utilisation, *+Fort*, permettrait d'améliorer les connaissances et les outils pratiques des victimes d'IPP pouvant, par la suite, les inciter à entreprendre des démarches pour que leur intimidation cesse. En plus de constituer un *gardien* pour les utilisateurs, l'application *+Fort* permettrait aussi à ces derniers d'acquérir les ressources nécessaires (ex.,

outils pratiques, source de soutien, effet dissuasif) pour qu'ils puissent, à leur tour, devenir des *gardiens* potentiels pour d'autres victimes d'IPP. Ainsi, bien que l'objectif de *+Fort* soit d'offrir une aide individuelle afin que les victimes puissent diminuer leurs expériences d'IPP, son utilisation contribuerait aussi à soutenir d'autres victimes d'IPP. *+Fort* réaliserait alors un effet de ricochet (figure 2), en transmettant à ses utilisateurs les habiletés nécessaires pour représenter des *gardiens* potentiels.

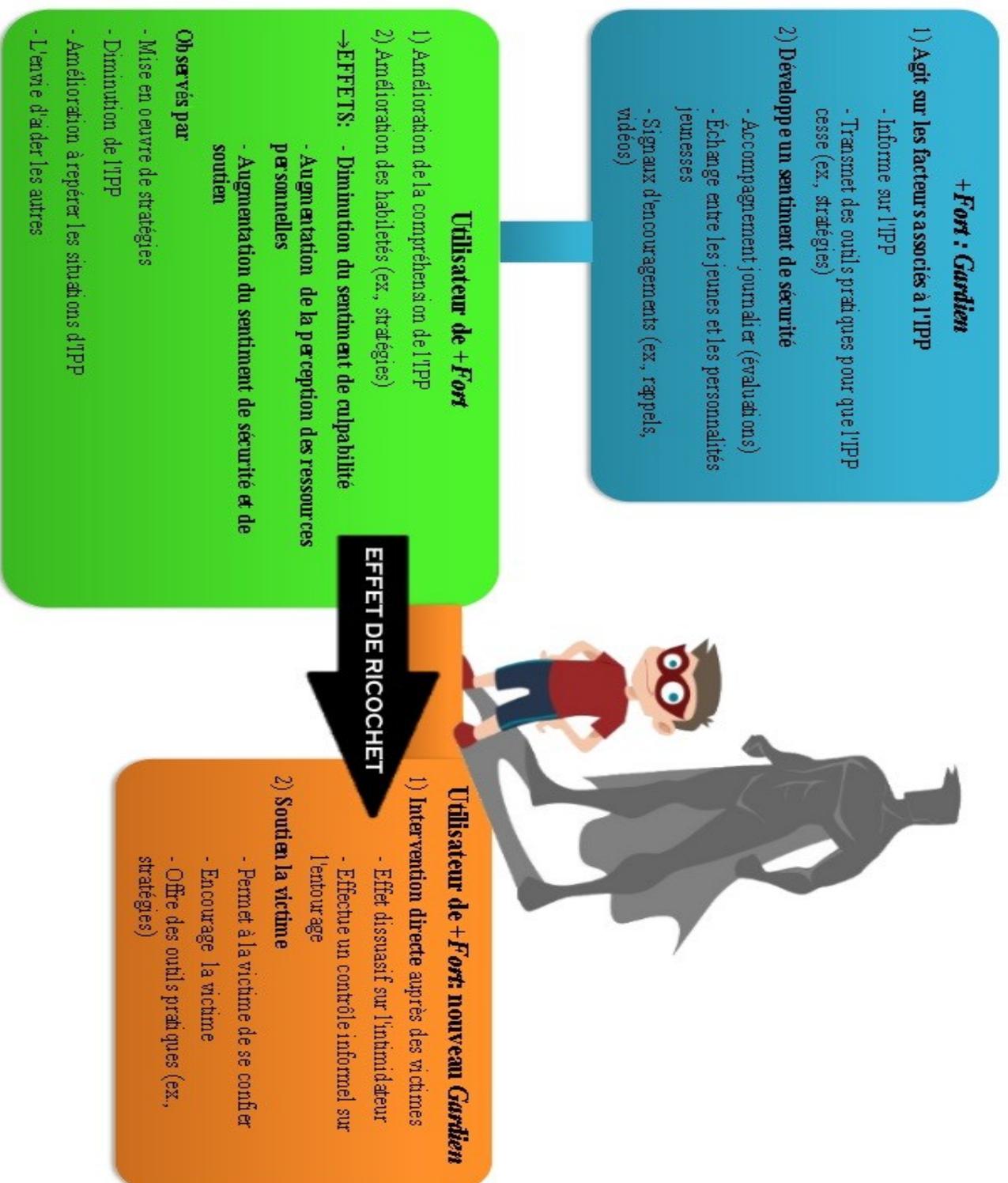


Figure 2 : Effet de ricochet de l'utilisation de +Fort sur la victime

Conclusion

À partir du point de vue des jeunes victimes d'IPP ayant utilisé l'application mobile *+Fort*, notre recherche visait à savoir si une *e-intervention* serait perçue comme utile afin que celle-ci soit en mesure de diminuer les expériences d'intimidations. Cette intervention innovante avait aussi comme ambition d'éviter les limites existantes des ressources existantes et notamment, d'éviter qu'un dévoilement des expériences d'intimidation soit conditionnel à l'obtention des ressources d'aide. En situant la parole des jeunes au cœur de nos analyses, nous voulions mieux saisir leurs perceptions et leurs impressions quant à *+Fort* afin d'en évaluer son utilité potentielle et d'améliorer cet outil.

Tout d'abord, suite à l'utilisation de *+Fort*, les jeunes disent avoir acquis de nouvelles connaissances sur l'intimidation, ce qui les aurait aidés à prendre conscience de la gravité de leurs expériences d'IPP. Les jeunes auraient alors adopté une vision plus objective de l'intimidation vécue. L'un des points saillants observés chez les jeunes est la déculpabilisation de leurs expériences d'IPP après avoir acquis une meilleure compréhension de ces dernières. Par la suite, grâce aux ressources offertes dans *+Fort*, les jeunes disent avoir entrepris des actions afin de diminuer l'intimidation vécue. L'impression d'avoir été soutenus et encouragés par *+Fort* a été identifiée comme de première importance par les jeunes. En effet, ils ne décrivent pas les anticipations négatives qu'ils associent au dévoilement lorsqu'ils utilisent *+Fort*. Au contraire, les jeunes disent se sentir mieux depuis qu'ils utilisent *+Fort* comme source de soutien, car cela les motiverait, par la suite, à persévérer dans leur démarche. Un lien étroit se serait ainsi développé entre la victime et *+Fort*. L'utilité de *+Fort* serait ainsi magnifiée par l'accompagnement qu'elle offre aux victimes à chaque phase des modèles de la motivation aux changements. Un effet « facilitateur » à la mise en œuvre de stratégies visant à réduire l'intimidation serait observé chez les victimes d'IPP l'ayant utilisée pour y résoudre. À

cet égard, bien qu'il ne s'agissait pas d'un objectif initial de l'étude, les diverses fonctions de *+Fort* ont évoqué les critères constituant un *gardien*. En effet, l'application mobile *+Fort* laisse penser qu'elle jouerait un rôle analogue au *gardien* défini par Felson (1986) grâce à la sensation de soutien qu'elle susciterait chez les victimes. En transmettant les ressources nécessaires et en préparant la victime à repérer les situations d'intimidation afin qu'elle ne puisse plus représentée une cible potentielle pour l'intimidateur, la victime serait alors en mesure de mettre fin à ces expériences d'intimidation. Par ailleurs, en développant ces habiletés lors de ses propres expériences, la victime pourrait à son tour représenter un *gardien* en intervenant auprès d'autres pairs. L'utilité de *+Fort* perçue par les jeunes peut d'ailleurs s'observer grâce aux résultats quantitatifs de l'intimidation vécue avant et après l'utilisation de *+Fort* qui indiquent une diminution moyenne de ces expériences. Ainsi, cette étude préliminaire semble indiquer que l'application *+Fort* constituerait un outil d'intervention d'intérêt afin d'offrir un soutien complémentaire aux victimes d'intimidation afin qu'elles améliorent leurs connaissances en regard de cette problématique et qu'elles mettent en action des stratégies pour réduire leurs expériences d'IPP.

Plusieurs recommandations peuvent être formulées suite à cet examen préliminaire dans le développement de nouvelles technologies comme médium d'intervention suscitant un intérêt auprès des jeunes. Tout d'abord, l'utilisation des nouvelles technologies offrirait aux interventions une image plus dynamique et plus attrayante auprès des jeunes. En effet, l'efficacité de *+Fort* a pu être favorisée grâce à la réceptivité des jeunes en regard des nouvelles technologies, incluant les applications mobiles. Ces médiums représentent, à leurs yeux, une source de soutien sécuritaire et confidentielle, ce qui répondrait à leur besoin d'autonomie et aux craintes formulées à l'égard du dévoilement. Par ces médiums, les jeunes

ne ressentent pas autant de honte ou de peur de représailles que lorsqu'ils devaient confier leurs expériences à un adulte. Les difficultés liées au dévoilement se voient donc diminuées grâce à ces médiums. Les intervenants pourraient proposer cette ressource afin d'initier un suivi individuel aux jeunes ayant de la difficulté à confier leurs expériences ou qui, pour une raison ou une autre, ne souhaitent pas s'y investir en face à face.

Les nouvelles technologies occupent une place importante dans la vie des jeunes d'aujourd'hui. Il est donc primordial d'utiliser les plateformes numériques dans lesquelles ils sont actifs (ex., Facebook, Twitter, sites jeunesse) pour y diffuser les ressources disponibles aux jeunes. L'utilisation des nouvelles technologies offrirait ainsi aux jeunes un accès privilégié à des ressources d'aide professionnalisées s'adaptant à leurs besoins et aux tendances actuelles. Par ailleurs, utiliser des personnalités jeunesse comme agent de diffusion permettrait d'attirer l'attention des jeunes et de réhabiliter les problématiques abordées et ce, notamment, grâce à l'identification qu'elles suscitent aux jeunes. Ensuite, les interventions utilisant les nouvelles technologies permettent d'éviter certaines difficultés recensées lors de l'implantation de programmes d'intervention traditionnels (ex., coûts, formations des intervenants). En s'adressant directement aux jeunes, ces limites sont ainsi temporairement contournées. L'application ne constitue toutefois qu'un outil complémentaire et n'est en aucun cas suffisante. Par conséquent, des efforts supplémentaires demeurent nécessaires afin que d'autres modes d'intervention aient une plus grande efficacité pour réduire l'intimidation et pour qu'ils soient perçus comme plus attrayants par les jeunes.

8 Bibliographie

- Agatston, P. W., Kowalski, R., & Limber, S. (2007). Students' perspectives on cyber bullying. *Journal of Adolescent Health, 41*(6), S59-S60.
- Allaire, L. (2012). La loi visant à prévenir et à combattre L'intimidation et la violence à l'école adoptée à l'unanimité. *Fédération des professionnelles et professionnels du Québec*.
- Amicizia, D., Domnich, A., Gasparini, R., Bragazzi, N. L., Lai, P. L., & Panatto, D. (2013). An overview of current and potential use of information and communication technologies for immunization promotion among adolescents. *Human vaccines & immunotherapeutics, 9*(12), 2634-2642.
- Angers, M. (2005). *Initiation pratique à la méthodologie des sciences humaines* (Vol. 4): Montréal : Les éditions de la Chenelière.
- Arseneault, L., Bowes, L., & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: 'Much ado about nothing'? *Psychological Medicine, 40*(05), 717-729. doi: 10.1017/S0033291709991383
- Arseneault, L., Walsh, E., Trzesniewski, K., Newcombe, R., Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2006). Bullying victimization uniquely contributes to adjustment problems in young children: a nationally representative cohort study. *Pediatrics, 118*(1), 130-138.
- Austin, J. T., & Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin, 120*(3), 338-375. doi: 10.1037/0033-2909.120.3.338
- B. Owen, K., Smith, J., Lubans, D. R., Ng, J. Y. Y., & Lonsdale, C. (2014). Self-determined motivation and physical activity in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine, 67*, 270-279. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.07.033>

- Barker, E. D., Boivin, M., Brendgen, M., & et al. (2008). Predictive validity and early predictors of peer-victimization trajectories in preschool. *Archives of General Psychiatry*, 65(10), 1185-1192. doi: 10.1001/archpsyc.65.10.1185
- Barrera Jr, M., Glasgow, R. E., McKay, H. G., Boles, S. M., & Feil, E. G. (2002). Do Internet-based support interventions change perceptions of social support?: An experimental trial of approaches for supporting diabetes self-management. *American Journal of Community Psychology*, 30(5), 637-654.
- Basille, A. (2004). Réhabilitation ou requalification. *Un projet urbain pour une réponse à l'insécurité d'un quartier*. DEA, Institut politique de Lyon.
- Beauchamp, L. (2012). Projet de loi no.56 : Loi visant à lutter contre l'intimidation et la violence à l'école. *Assemblée nationale, Deuxième session, Éditeur officiel du Québec, 1-14*
- Becker, H. S. (1985). *Outsiders: études de sociologie de la déviance*: Editions Métailié.
- Bédard, C. (2008). *L'intimidation à l'école primaire et pistes d'intervention*: ProQuest.
- Beran, T. N. (2006). Preparing Teachers to Manage School Bullying: The Hidden Curriculum. *The Journal of Educational Thought*, 40(2), 119-128.
- Bevans, K., Bradshaw, C., Miech, R., & Leaf, P. (2007). Staff-and School-Level Predictors of School Organizational Health: A Multilevel Analysis. *Journal of School Health*, 77(6), 294-302.
- Bjorkqvist, K., Lagerspetz, K. M., & Kaukiainen, A. (1992). Do girls manipulate and boys fight? Developmental trends in regard to direct and indirect aggression. *Aggressive behavior*, 18(2), 117-127.

- Björkqvist, K., Österman, K., & Kaukiainen, A. (1992). The development of direct and indirect aggressive strategies in males and females. In K. B. P. Niemelä (Ed.), *Of mice and women. Aspects of female aggression* (pp. 51-64). San Diego: Academic.
- Bollmer, J. M., Milich, R., Harris, M. J., & Maras, M. A. (2005). A friend in need the role of friendship quality as a protective factor in peer victimization and bullying. *Journal of interpersonal violence, 20*(6), 701-712.
- Bowes, L., Arseneault, L., Maughan, B., Taylor, A., Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2009). School, Neighborhood, and Family Factors Are Associated With Children's Bullying Involvement: A Nationally Representative Longitudinal Study. *Journal of the American academy of child & adolescent psychiatry, 48*(5), 545-553. doi: <http://dx.doi.org/10.1097/CHI.0b013e31819cb017>
- Bradshaw, C. P., Sawyer, A. L., & O'Brennan, L. M. (2007). Bullying and peer victimization at school: Perceptual differences between students and school staff. *School Psychology Review, 36*(3), 361.
- Bradshaw, C. P., Sawyer, A. L., & O'Brennan, L. M. (2009). A social disorganization perspective on bullying-related attitudes and behaviors: The influence of school context. *American Journal of Community Psychology, 43*(3-4), 204-220.
- Brendgen, M., Girard, A., Vitaro, F., Dionne, G., & Boivin, M. (2015). Gene-Environment Correlation Linking Aggression and Peer Victimization: Do Classroom Behavioral Norms Matter? *Journal of Abnormal Child Psychology, 43*(1), 19-31. doi: [10.1007/s10802-013-9807-z](https://doi.org/10.1007/s10802-013-9807-z)

- Brendgen, M., & Troop-Gordon, W. (2015). School-related Factors in the Development of Bullying Perpetration and Victimization: Introduction to the Special Section. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(1), 1-4. doi: 10.1007/s10802-014-9939-9
- Campbell, M., Spears, B., Slee, P., Butler, D., & Kift, S. (2012). Victims' perceptions of traditional and cyberbullying, and the psychosocial correlates of their victimisation. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 17(3-4), 389-401.
- Cassidy, T. (2009). Bullying and victimisation in school children: the role of social identity, problem-solving style, and family and school context. *Social Psychology of Education*, 12(1), 63-76. doi: 10.1007/s11218-008-9066-y
- Chung, T.-Y., & Asher, S. R. (1996). Children's Goals and Strategies in Peer Conflict Situations. *Merrill-Palmer Quarterly*, 42(1), 125-147. doi: 10.2307/23090523
- Cohen, L. E., & Felson, M. (1979). Social Change and Crime Rate Trends: A Routine Activity Approach. *American Sociological Review*, 44(4), 588-608. doi: 10.2307/2094589
- Cornell, D., Gregory, A., Huang, F., & Fan, X. (2013). Perceived prevalence of teasing and bullying predicts high school dropout rates. *Journal of Educational Psychology*, 105(1), 138-149. doi: 10.1037/a0030416
- Craig, W., Harel-Fisch, Y., Fogel-Grinvald, H., Dostaler, S., Hetland, J., Simons-Morton, B., Due, P. (2009). A cross-national profile of bullying and victimization among adolescents in 40 countries. *International Journal of Public Health*, 54(2), 216-224.
- Crick, N. R., Casas, J. F., & Ku, H.-C. (1999). Relational and physical forms of peer victimization in preschool. *Developmental psychology*, 35(2), 376.

- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational Aggression, Gender, and Social-Psychological Adjustment. *Child Development, 66*(3), 710-722. doi: 10.1111/j.1467-8624.1995.tb00900.x
- Cushing, C. C., & Steele, R. G. (2010). A Meta-Analytic Review of eHealth Interventions for Pediatric Health Promoting and Maintaining Behaviors. *Journal of Pediatric Psychology, 35*(9).
- Cusson, M. (2011). *L'art de la sécurité. Ce que l'histoire de la criminologie nous enseigne*: PPUR Presses polytechniques.
- Dake, J. A., Price, J. H., Telljohann, S. K., & Funk, J. B. (2003). Teacher Perceptions and Practices Regarding School Bullying Prevention. *Journal of School Health, 73*(9), 347-355. doi: 10.1111/j.1746-1561.2003.tb04191.x
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne, 49*(1), 14.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2011). Self-determination theory. *Handbook of theories of social psychology, 1*, 416-433.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. *The Oxford handbook of human motivation, 85-107*.
- Denzin, N. K. (2001). *Interpretive interactionism* (Vol. 16): Sage.
- Duffy, A. L., & Nesdale, D. (2009). Peer Groups, Social Identity, and Children's Bullying Behavior. *Social Development, 18*(1), 121-139. doi: 10.1111/j.1467-9507.2008.00484.x
- Elias, M. J., Zins, J.E, Maher. C. (2007). *Bullying, Peer Harassment, and Victimization in the Schools : The Next Generation of Prevention*.

- Elliott, D. S., Menard, S., Rankin, B., & Elliott, A. (2006). Good kids from bad neighborhoods: Successful development in social context. *New York, Cambridge University*.
- Espelage, D. L., & Holt, M. K. (2001). Bullying and victimization during early adolescence: Peer influences and psychosocial correlates. *Journal of Emotional Abuse, 2*(2-3), 123-142.
- Farrington, D., & Ttofi, M. (2007). School-based programs to reduce bullying and victimization. *KiVa, 6*.
- Fassnacht, G. M. (2013). *The Association between Hostile Attribution Bias, Social Intelligence, and Relational Aggression in Detained Boys*. University of New Orleans.
- Felson, M. (1986). *Linking Criminal Choices, Routine Activities, Informal Control, and Criminal Outcomes The Reasoning Criminal*.
- Felson, M. (1994). Crime and everyday life: Insight and implications for society. *Thousand Oaks, CA: Pine*.
- Felson, M. (1995). Those who discourage crime. *Crime and place, 4*, 53-66.
- Fergie, G., Hunt, K., & Hilton, S. (2013). What young people want from health-related online resources: a focus group study. *Journal of youth studies, 16*(5), 579-596.
- Finkelhor, D., & Asdigian, N. L. (1996). Risk Factors for Youth Victimization: Beyond a Lifestyles/Routine Activities Theory Approach. *Violence and victims, 11*(1), 3-19.
- Fox, C. L., & Boulton, M. J. (2003). A social skills training (SST) programme for victims of bullying. *Pastoral Care in Education, 21*(2), 19-26.
- Fox, C. L., & Boulton, M. J. (2005). The social skills problems of victims of bullying: Self, peer and teacher perceptions. *British Journal of Educational Psychology, 75*(2), 313-328.
- Freeman, M., & Mathison, S. (2009). *Researching children's experiences*: Guilford Press.

- Gagnier, N. (2012). *À l'aide! Il y a de l'intimidation à mon école : l'intimidation chez les jeunes expliquée aux parents*. La presse.
- Gagnon, C. M. (2012). *Bullying in schools: The role of empathy, temperament, and emotion regulation*. (3519987 Ph.D.), Florida Atlantic University, Ann Arbor. Retrieved from <http://search.proquest.com/docview/1028733334?accountid=12543>
- Garcia-Palacios, A., Botella, C., Hoffman, H., & Fabregat, S. (2007). Comparing acceptance and refusal rates of virtual reality exposure vs. in vivo exposure by patients with specific phobias. *CyberPsychology & Behavior, 10*(5), 722-724.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2014). Bully victimization and emotional problems in adolescents: Moderation by specific cognitive coping strategies? *Journal of Adolescence, 37*(7), 1153-1160. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.07.005>
- Georgiou, S. (2008a). Parental style and child bullying and victimization experiences at school. *Social Psychology of Education, 11*(3), 213-227. doi: 10.1007/s11218-007-9048-5
- Georgiou, S. (2008b). Bullying and victimization at school: The role of mothers. *British Journal of Educational Psychology, 78*(1), 109-125. doi: 10.1348/000709907X204363
- Gillison, F. B., Standage, M., & Skevington, S. M. (2006). Relationships among adolescents' weight perceptions, exercise goals, exercise motivation, quality of life and leisure-time exercise behaviour: a self-determination theory approach. *Health Education Research, 21*(6), 836-847.
- Glew, G. M., Fan, M.-Y., Katon, W., Rivara, F. P., & Kernic, M. A. (2005). Bullying, psychosocial adjustment, and academic performance in elementary school. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 159*(11), 1026-1031.
- Goodstein, P. (2013). *How to Stop Bullying in Classrooms and Schools* (1). Routledge.

- Greene, S., & Hogan, D. (2005). *Researching children's experience: Approaches and methods*. Sage.
- Hodges, E. V., & Perry, D. G. (1999). Personal and interpersonal antecedents and consequences of victimization by peers. *Journal of personality and social psychology*, 76(4), 677.
- Holt, N. L., Tamminen, K. A., Tink, L. N., & Black, D. E. (2009). An interpretive analysis of life skills associated with sport participation. *Qualitative research in sport and exercise*, 1(2), 160-175.
- Hong, J. S., & Espelage, D. L. (2012). A review of research on bullying and peer victimization in school: An ecological system analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 17(4), 311-322. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.avb.2012.03.003>
- Hoover, J. H., Oliver, R., & Hazler, R. J. (1992). Bullying: Perceptions of adolescent victims in the Midwestern USA. *School Psychology International*, 13(1), 5-16.
- Ivarsson, T., Broberg, A. G., Arvidsson, T., & Gillberg, C. (2005). Bullying in adolescence: Psychiatric problems in victims and bullies as measured by the Youth Self Report (YSR) and the Depression Self-Rating Scale (DSRS). *Nordic Journal of Psychiatry*, 59(5), 365-373.
- Kaltiala-Heino, R., Rimpelä, M., Rantanen, P., & Rimpelä, A. (2000). Bullying at school—an indicator of adolescents at risk for mental disorders. *Journal of Adolescence*, 23(6), 661-674. doi: <http://dx.doi.org/10.1006/jado.2000.0351>
- Kärnä, A., Voeten, M., Little, T. D., Alanen, E., Poskiparta, E., & Salmivalli, C. (2013). Effectiveness of the KiVa Antibullying Program: Grades 1–3 and 7–9. *Journal of Educational Psychology*, 105(2), 535-551. doi: 10.1037/a0030417

- Karsenti, T. (2004). Impact des TIC sur l'attitude, la motivation et le changement dans les pratiques pédagogiques des futurs enseignants. *Pédagogies en développement*, 187-205.
- Khoury-Kassabri, M., Benbenishty, R., Astor, R. A., & Zeira, A. (2004). The contributions of community, family, and school variables to student victimization. *American Journal of Community Psychology*, 34(3-4), 187-204.
- Kirwan, G., Power, A., & Global, I. (2012). *The Psychology of Cyber Crime: Concepts and Principles*: Information Science Reference.
- Kiva-Program. (2012). Parents' guide. From <http://www.kivaprogram.net/parents/>
- Kowalski, R. M., Morgan, C. A., & Limber, S. P. (2012). Traditional bullying as a potential warning sign of cyberbullying. *School Psychology International*, 33(5), 505-519.
- Labbé, C. (2009). *Action? Réaction! : Programme d'intervention visant à réduire la victimisation chez les élèves du 3e cycle du primaire par l'implication proactive des témoins*. (2), Université de Montréal. Retrieved from ProQuest Dissertations & Theses <http://hdl.handle.net/1866/3531>
- Lagerspetz, K. M. J., Björkqvist, K., & Peltonen, T. (1988). Is indirect aggression typical of females? gender differences in aggressiveness in 11- to 12-year-old children. *Aggressive behavior*, 14(6), 403-414. doi: 10.1002/1098-2337(1988)14:6<403::AID-AB2480140602>3.0.CO;2-D
- Lamarche, V., Brendgen, M., Boivin, M., Vitaro, F., Dionne, G., & Pérusse, D. (2007). Do friends' characteristics moderate the prospective links between peer victimization and reactive and proactive aggression? *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35(4), 665-680.

- Lamb, M. E., & Westcott, H. (2011). *Children's Testimony : A Handbook of Psychological Research and Forensic Practice*.
- Lawrence, G. J. (2011). Bullying victims: The effects last into college. *American Secondary Education, 40*, 1.
- Levant, R. F., & Hasan, N. T. (2008). Evidence-based practice in psychology. *Professional Psychology: Research and Practice, 39*(6), 658.
- Lösel, F., & Bender, D. (2013). Aggressive, Delinquent, and Violent Outcomes of School Bullying: Do Family and Individual Factors Have a Protective Function? *Journal of School Violence, 13*(1), 59-79. doi: 10.1080/15388220.2013.840644
- Lupien, S. (2010). *Par amour du stress*: Éditions au Carré.
- Ma, X., Stewin, L. L., & Mah, D. L. (2001). Bullying in school: nature, effects and remedies. *Research Papers in Education, 16*(3), 247-270.
- Maczewski, M. (2002). Exploring Identities Through the Internet: Youth Experiences Online. *Child and Youth Care Forum, 31*(2), 111-129. doi: 10.1023/A:1015322602597
- Malbos, E., Boyer, L., & Lançon, C. (2013). L'utilisation de la réalité virtuelle dans le traitement des troubles mentaux. *La Presse Médicale, 42*(11), 1442-1452. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.lpm.2013.01.065>
- McElearney, A., Roosmale-Cocq, S., Scott, J., & Stephenson, P. (2008). Exploring the anti-bullying role of a befriending peer support programme: A case study within the primary school setting in northern Ireland. *Child Care in Practice, 14*(2), 109-130.
- Mercader, P., Lechenet, A., Durif-Varembont, J.-P., Garcia, M.-C., & Lignon, F. (2014). Pratiques genrées et violences entre pairs. [Research Report] CRPPC (EA356), Triangle (UMR 5206). 2014.

- Mesch, G. S. (2009). Parental Mediation, Online Activities, and Cyberbullying. *CyberPsychology & Behavior, 12*(4), 387-393. doi: 10.1089/cpb.2009.0068
- Metton, C. (2004). Les usages de l'Internet par les collégiens. *Réseaux, 123*(1), 59-84.
- Miller, J. L., & Vaillancourt, T. (2007). Relation between childhood peer victimization and adult perfectionism: are victims of indirect aggression more perfectionistic? *Aggressive behavior, 33*(3), 230-241. doi: 10.1002/ab.20183
- Miller, W. R. (1996). Motivational interviewing: research, practice, and puzzles. *Addictive behaviors, 21*(6), 835-842.
- Minton, S. J., O' Mahoney, M., & Conway-Walsh, R. (2013). A 'whole-school/community development' approach to preventing and countering bullying: the Erris Anti-Bullying Initiative (2009–2011). *Irish Educational Studies, 32*(2), 233-249. doi: 10.1080/03323315.2013.784637
- Mishna, F. (2012). *Bullying: A guide to research, intervention, and prevention*: Oxford University Press.
- Mishna, F., Saini, M., & Solomon, S. (2009). Ongoing and online: Children and youth's perceptions of cyber bullying. *Children and Youth Services Review, 31*(12), 1222-1228. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2009.05.004>
- Mishna, F., Wiener, J., & Pepler, D. (2008). Some of My Best Friends: Experiences of Bullying Within Friendships. *School Psychology International, 29*(5), 549-573.
- Monks, C. P., Smith, P. K., & Swettenham, J. (2005). Psychological correlates of peer victimisation in preschool: Social cognitive skills, executive function and attachment profiles. *Aggressive behavior, 31*(6), 571-588.

- Morrison, B. (2007). *Restoring safe school communities: A whole school response to bullying, violence and alienation*: Federation Press.
- Muller, L., & Spitz, E. (2012). Les modèles de changements de comportements dans le domaine de la santé. *Psychologie Française*, 57(2), 83-96. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psfr.2012.03.008>
- Mynard, H., & Joseph, S. (2000). Development of the multidimensional peer-victimization scale. *Aggressive behavior*, 26(2), 169-178.
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *JAMA*, 285(16), 2094-2100.
- Nation, M. (2007). Empowering the victim: Interventions for children victimized by bullies. *Bullying, victimization, and peer harassment: A handbook of prevention and intervention*, 239-255.
- Naylor, P., & Cowie, H. (1999). The effectiveness of peer support systems in challenging school bullying: the perspectives and experiences of teachers and pupils. *Journal of Adolescence*, 22(4), 467-479. doi: <http://dx.doi.org/10.1006/jado.1999.0241>
- Naylor, P., Cowie, H., & Rey, R. d. (2001). Coping Strategies of Secondary School Children in Response to Being Bullied. *Child and Adolescent Mental Health*, 6(3), 114-120. doi: 10.1111/1475-3588.00333
- Newman, R. S., Murray, B., & Lussier, C. (2001). Confrontation with aggressive peers at school: Students' reluctance to seek help from the teacher. *Journal of Educational Psychology*, 93(2), 398-410. doi: 10.1037/0022-0663.93.2.398

- O'Connell, P., Pepler, D., & Craig, W. (1999). Peer involvement in bullying: Insights and challenges for intervention. *Journal of Adolescence*, 22(4), 437-452.
- Olweus, D. (1993a). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*: Oxford UK, and Cambridge, MA: Blackwell.
- Olweus, D. (1993b). Victimization by peers: Antecedents and long-term outcomes. *Social withdrawal, inhibition, and shyness in childhood*, 315, 341.
- Olweus, D. (1994). *Bullying at school*: Springer.
- Olweus, D. (2012). Cyberbullying: An overrated phenomenon? *European Journal of Developmental Psychology*, 9(5), 520-538.
- Olweus, D., & Limber, S. P. (2010). Bullying in school: Evaluation and dissemination of the Olweus Bullying Prevention Program. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(1), 124-134.
- Olweus, D., & Limber, S. P. (2010). Olweus bullying prevention program. *The handbook of bullying in schools: An international perspective*, 377-401.
- Osofsky, J. D. (1995). The effect of exposure to violence on young children. *American Psychologist*, 50(9), 782.
- Österman, K., Björkqvist, K., Lagerspetz, K. M., Kaukiainen, A., Landau, S. F., Frączek, A., & Caprara, G. V. (1998). Cross-cultural evidence of female indirect aggression. *Aggressive behavior*, 24(1), 1-8.
- B. Owen, K., Smith, J., Lubans, D. R., Ng, J. Y. Y., & Lonsdale, C. (2014). Self-determined motivation and physical activity in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine*, 67, 270-279. doi:
<http://dx.doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.07.033>

- Paillé, P., & Mucchielli, A. (2006). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*: Armand Colin.
- Paillé, P., & Mucchielli, A. (2012). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*: Armand Colin.
- Parent, S., & Turgeon, L. (2012). *Intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents: Troubles de comportement*: Presses de l'Université du Québec.
- Pellegrini, A. D., & Long, J. D. (2003). A sexual selection theory longitudinal analysis of sexual segregation and integration in early adolescence. *Journal of experimental child psychology*, 85(3), 257-278.
- Perren, S., Etekal, I., & Ladd, G. (2013). The impact of peer victimization on later maladjustment: mediating and moderating effects of hostile and self-blaming attributions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(1), 46-55. doi: 10.1111/j.1469-7610.2012.02618.x
- Pires, A. P. (1997). Échantillonnage et recherche qualitative: essai théorique et méthodologique. In J. Poupart, Deslauriers, J-P., Groulx, L., Laperrière, A., Mayer, R., Pires, A. (Ed.), *La recherche qualitative. Enjeux épistémologiques et méthodologiques* (pp. 113-169).
- Popp, A. M., & Peguero, A. A. (2010). Routine activities and victimization at school: The significance of gender. *Journal of interpersonal violence*, 0886260510383021.
- Poupart, J. (1997). L'entretien de type qualitatif: considérations épistémologiques, théoriques et méthodologiques. *La recherche qualitative: enjeux épistémologiques et méthodologiques*, 173-209.

- Prinstein, M. J., Boergers, J., & Vernberg, E. M. (2001). Overt and relational aggression in adolescents: Social-psychological adjustment of aggressors and victims. *Journal of clinical child psychology, 30*(4), 479-491.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1994). *The transtheoretical approach: Crossing traditional boundaries of therapy*: Krieger Pub Co.
- Rainville, S. (2007). *L'expérience des jeunes de la rue au centre-ville de Montréal : occasion d'interactions multiples*: Université de Montréal.
- Reijntjes, A., Kamphuis, J. H., Prinzie, P., & Telch, M. J. (2010). Peer victimization and internalizing problems in children: A meta-analysis of longitudinal studies. *Child Abuse & Neglect, 34*(4), 244-252. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.chiabu.2009.07.009>
- Rigby, K. (2000). Effects of peer victimization in schools and perceived social support on adolescent well-being. *Journal of Adolescence, 23*(1), 57-68. doi: <http://dx.doi.org/10.1006/jado.1999.0289>
- Rigby, K. (2003). Consequences of bullying in schools. *The Canadian Journal of Psychiatry/La Revue canadienne de psychiatrie*.
- Rigby, K. (2007). *Bullying in Schools and What to Do about It: Revised and Updated*: Aust Council for Ed Research.
- Rigby, K. (2011). What can schools do about cases of bullying? *Pastoral Care in Education, 29*(4), 273-285.
- Rivers, I., & Smith, P. K. (1994). Types of bullying behaviour and their correlates. *Aggressive behavior, 20*(5), 359-368.

- Rock, E. A., Hammond, M., & Rasmussen, S. (2007). School-Wide Bullying Prevention Program for Elementary Students. *Journal of Emotional Abuse*, 4(3-4), 225-239. doi: 10.1300/J135v04n03_13
- Rodkin, P. C., & Hodges, E. V. (2003). Bullies and victims in the peer ecology: Four questions for psychologists and school professionals. *School Psychology Review*, 32(3), 384-400.
- Rodriguez, N., Safont-Mottay, C., & Prêteur, Y. (2013, 2013-05-30). *La construction identitaire chez les jeunes adolescentes à l'ère numérique. Exposition de soi sur Internet, exploration et engagement identitaire*. Paper presented at the 6ème Colloque international du RIPSYDEVE; Actualités de la Psychologie du Développement et de l'Éducation, France.
- Roseth, C., & Pellegrini, A. (2010). Methods for assessing involvement in bullying in preschool and middle school: Some empirical comparisons. *Preventing and treating bullying and victimization*, 161-188.
- Ross, D. M. (1996). *Childhood bullying and teasing: What school personnel, other professionals, and parents can do*: American Counseling Association.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68.
- Saarento, S., Boulton, A., & Salmivalli, C. (2014). Reducing Bullying and Victimization: Student- and Classroom-Level Mechanisms of Change. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 1-16. doi: 10.1007/s10802-013-9841-x
- Salmivalli, C., & Nieminen, E. (2002). Proactive and reactive aggression among school bullies, victims, and bully-victims. *Aggressive behavior*, 28(1), 30-44.

- Sampson, R. J., & Groves, W. B. (1989). Community structure and crime: Testing social-disorganization theory. *American journal of sociology*, *94*, 774-802.
- Schwartz, D., Gorman, A. H., Nakamoto, J., & Toblin, R. L. (2005). Victimization in the Peer Group and Children's Academic Functioning. *Journal of Educational Psychology*, *97*(3), 425.
- Schwartz, D., Lansford, J. E., Dodge, K. A., Pettit, G. S., & Bates, J. E. (2014). Peer Victimization During Middle Childhood as a Lead Indicator of Internalizing Problems and Diagnostic Outcomes in Late Adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 1-12. doi: 10.1080/15374416.2014.881293
- Schwebel, D. C., Severson, J., Ball, K. K., & Rizzo, M. (2006). Individual difference factors in risky driving: The roles of anger/hostility, conscientiousness, and sensation-seeking. *Accident Analysis & Prevention*, *38*(4), 801-810. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.aap.2006.02.004>
- Sengupta, A., & Chaudhuri, A. (2011). Are social networking sites a source of online harassment for teens? Evidence from survey data. *Children and Youth Services Review*, *33*(2), 284-290. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2010.09.011>
- Shakoor, S., Jaffee, S. R., Bowes, L., Ouellet-Morin, I., Andreou, P., Happé, F., & Arseneault, L. (2012). A prospective longitudinal study of children's theory of mind and adolescent involvement in bullying. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *53*(3), 254-261. doi: 10.1111/j.1469-7610.2011.02488.x
- Shelley, D., & Craig, W. M. (2010). Attributions and coping styles in reducing victimization. *Canadian Journal of School Psychology*, *25*(1), 84-100.

- Silva, C., Bouchard, S., & Bélanger, C. (2012). Les nouvelles technologies de l'information et le traitement de l'anxiété chez les jeunes. *Intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents: Troubles de comportement, 2*, 175.
- Skrzypiec, G., Slee, P., Murray-Harvey, R., & Pereira, B. (2011). School bullying by one or more ways: Does it matter and how do students cope? *School Psychology International, 32*(3), 288-311.
- Slonje, R., Smith, P. K., & Frisé, A. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behavior, 29*(1), 26-32. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2012.05.024>
- Smith, J. D., Schneider, B. H., Smith, P. K., & Ananiadou, K. (2004). The effectiveness of whole-school antibullying programs: A synthesis of evaluation research. *School Psychology Review, 33*(4), 547-560.
- Smith, P., Mahdavi, J., Carvalho, M., & Tippett, N. (2006). An investigation into cyberbullying, its forms, awareness and impact, and the relationship between age and gender in cyberbullying. *Research Brief No. RBX03-06. London: DfES.*
- Smith, P. K. (2010). Cyberbullying: the European perspective. In T. J. J. Mora-Merchan (Ed.), *Cyberbullying: A cross-national comparison* (pp. 7-19): Landau, Verlag Empirische Padagogik.
- Smith, P. K., Howard, S., & Thompson, F. (2007). Use of the Support Group Method to tackle bullying, and evaluation from schools and local authorities in England. *Pastoral Care in Education, 25*(2), 4-13.

- Smith, P. K., Madsen, K. C., & Moody, J. C. (1999). What causes the age decline in reports of being bullied at school? Towards a developmental analysis of risks of being bullied. *Educational Research, 41*(3), 267-285. doi: 10.1080/0013188990410303
- Smith, P. K., Morita, Y. E., Junger-Tas, J. E., Olweus, D. E., Catalano, R. F., & Slee, P. E. (1999). The nature of school bullying: A cross-national perspective.
- Smith, P. K., Pepler, D., & Rigby, K. (2004). *Bullying in schools: How successful can interventions be?* : Cambridge University Press.
- Smith, P. K., & Shu, S. (2000). What Good Schools can Do About Bullying: Findings from a Survey in English Schools After a Decade of Research and Action. *Childhood, 7*(2), 193-212. doi: 10.1177/0907568200007002005
- Smith, P. K., Shu, S., & Madsen, K. (2001). Characteristics of victims of school bullying. *Peer harassment in school: The plight of the vulnerable and victimized*, 332-351.
- Smith, R. G., & Gross, A. M. (2006). Bullying: Prevalence and the effect of age and gender. *Child & family behavior therapy, 28*(4), 13-37.
- Solberg, M. E., & Olweus, D. (2003). Prevalence estimation of school bullying with the Olweus Bully/Victim Questionnaire. *Aggressive behavior, 29*(3), 239-268. doi: 10.1002/ab.10047
- Song, S. Y., & Stoiber, K. C. (2008). Children Exposed to Violence at School: An Evidence-based Intervention Agenda for the “Real” Bullying Problem. *Journal of Emotional Abuse, 8*(1-2), 235-253. doi: 10.1080/10926790801986205
- Stevens, V., Van Oost, P., & De Bourdeaudhuij, I. (2000). The effects of an anti-bullying intervention programme on peers' attitudes and behaviour. *Journal of Adolescence, 23*(1), 21-34. doi: <http://dx.doi.org/10.1006/jado.1999.0296>

- Strang, H., & Sherman, L. W. (2003). Repairing the harm: Victims and restorative justice. *Utah L. Rev.*, 15.
- Subrahmanyam, K., Greenfield, P., Kraut, R., & Gross, E. (2001). The impact of computer use on children's and adolescents' development. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 22(1), 7-30.
- Subrahmanyam, K., Kraut, R. E., Greenfield, P. M., & Gross, E. F. (2000). The impact of home computer use on children's activities and development. *The future of children*, 123-144.
- Suzuki, L. K., & Calzo, J. P. (2004). The search for peer advice in cyberspace: An examination of online teen bulletin boards about health and sexuality. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(6), 685-698.
- Tesch, R. (1990). Qualitative research: Analysis types and software tools *Qualitative Research: Analysis Types and Software Tools* (pp. 76-102): New York, NY: The Falmer Press.
- Thomas, A. (2007). Youth Online: Identity and Literacy in the Digital Age. *New Literacies and Digital Epistemologies*. Vol. 19. *Peter Lang New York*.
- Ttofi, M., & Farrington, D. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: a systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27-56. doi: 10.1007/s11292-010-9109-1
- Ttofi, M., Farrington, D., & Lösel, F. (2012). School bullying as a predictor of violence later in life: A systematic review and meta-analysis of prospective longitudinal studies. *Aggression and Violent Behavior*, 17(5), 405-418. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.avb.2012.05.002>
- Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2012). Risk and protective factors, longitudinal research, and bullying prevention. *New Directions for Youth Development*, 2012(133), 85-98.

- Vaillancourt, T., Brittain, H., Bennett, L., Arnocky, S., McDougall, P., Hymel, S., & Mackenzie, M. (2010). Places to avoid: Population-based study of student reports of unsafe and high bullying areas at school. *Canadian Journal of School Psychology, 25*(1), 40-54.
- Valkenburg, P. M., Schouten, A. P., & Peter, J. (2005). Adolescents' identity experiments on the Internet. *New Media & Society, 7*(3), 383-402.
- Van Royen, K., Poels, K., Daelemans, W., & Vandebosch, H. (2015). Automatic monitoring of cyberbullying on social networking sites: From technological feasibility to desirability. *Telematics and Informatics, 32*(1), 89-97. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.tele.2014.04.002>
- Vlachou, M., Andreou, E., Botsoglou, K., & Didaskalou, E. (2011). Bully/Victim Problems Among Preschool Children: a Review of Current Research Evidence. *Educational Psychology Review, 23*(3), 329-358. doi: 10.1007/s10648-011-9153-z
- Vreeman, R. C., & Carroll, A. E. (2007). A systematic review of school-based interventions to prevent bullying. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 161*(1), 78-88.
- Weinstein, N. D. (1988). The precaution adoption process. *Health Psychology, 7*(4), 355-386. doi: 10.1037/0278-6133.7.4.355
- Williams, K. R., & Guerra, N. G. (2007). Prevalence and predictors of internet bullying. *Journal of Adolescent Health, 41*(6), S14-S21.
- Williamson, D., Martin, P. D., White, M., Newton, R., Walden, H., York-Crowe, E., & Ryan, D. (2005). Efficacy of an internet-based behavioral weight loss program for overweight adolescent African-American girls. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 10*(3), 193-203.

- Wilson, D. (2004). The interface of school climate and school connectedness and relationships with aggression and victimization. *Journal of School Health, 74*(7), 293-299.
- Wolke, D., & Skew, A. J. (2012). Family factors, bullying victimisation and wellbeing in adolescents. *Longitudinal and Life Course Studies, 3*(1), 101-119.
- Yang, A., & Salmivalli, C. (2014). Effectiveness of the KiVa antibullying programme on bully-victims, bullies and victims. *Educational Research, 57*(1), 80-90. doi:
10.1080/00131881.2014.983724
- Zins, J., & Elias, M. (2013). *Bullying, peer harassment, and victimization in the schools: The next generation of prevention*: Routledge.

9 Annexes

9.1 Annexe 1: Graphiques des fréquences et des types d'intimidation générés dans l'application

9.1.1 Exemple de graphique de fréquence hebdomadaire



9.1.2 Exemple de graphique des types d'intimidation vécus au cours de la semaine



9.2 Annexe 2 : Liste déroulante des stratégies proposée par +Fort



9.2.1 Exemple d'explication de pages de stratégies

Stratégie	Stratégie	Stratégie
<p>En parler à un ami</p>	<p>Essayer d'être positif malgré l'intimidation</p>	<p>Renforcer tes mesures de sécurité en ligne</p>
<p>Tu peux lui demander conseil ou son aide. Par exemple, il pourrait t'accompagner aux endroits où l'intimidation survient le plus souvent. Juste d'en parler, ça fait souvent du bien!</p> <p>Avantages</p> <p>Parfois, on est plus à l'aise de se confier à un ami qu'à un adulte</p> <p>En parler te permet de te sentir moins seul avec tes problèmes</p> <p>Accepter cette stratégie</p>	<p>Même s'il t'arrive de croire que tu n'as plus le contrôle, essaie de regarder la situation sous un angle nouveau : dis-toi qu'il y a d'autres personnes/choses de plus positives dans ta vie (amis/parents qui t'apprécient, un sport que tu aimes, un passe-temps qui te fait tripper)</p> <p>Avantages</p> <p>Se rappeler d'autres intérêts te permettrait de ne pas seulement penser à l'intimidation</p> <p>Accepter cette stratégie</p>	<p>Évite les sites non-sécuritaires, assure-toi d'avoir des mots de passe, ne les donne à personne et change-les régulièrement. Aussi, fais en sorte que l'information que tu partages sur les réseaux sociaux soit privée et accessible seulement aux personnes que tu as choisies</p> <p>Tu peux trouver une foule d'information utile sur :</p> <p>Accepter cette stratégie</p>

9.3 Annexe 3 : Formulaire d'inscription en ligne

Formulaire d'inscription à +Fort

Un projet d'application mobile pour les jeunes vivant de l'intimidation



L'adolescence comporte plusieurs expériences, certaines positives et d'autres plus difficiles. Le Centre d'études sur le stress humain **recherche des jeunes de la région de Montréal âgés entre 12 et 16 ans qui vivent de l'intimidation ou qui en ont déjà vécu** pour valider une application mobile conçue pour aider les jeunes victimes d'intimidation.

La participation implique de remplir 3 questionnaires (5-10 minutes), faire une courte rencontre (en personne) et utiliser l'application pendant 4 semaines. Tous les participants recevront une compensation de **15 \$** en certificat cadeau.

Répondez à ces questions et une personne vous contactera dans les plus brefs délais.

1 Êtes-vous intéressé(e) à participer à cette étude ?

- OUI
- NON

2 Qui êtes-vous ?

- Un jeune
- Un parent

3 Qui êtes-vous ?

- Un jeune
- Un parent

4 Êtes-vous ?

- Une fille
- Un garçon

5 Quel âge avez-vous (ou votre adolescent)?

- 12 ans
- 13 ans
- 14 ans
- 15 ans
- 16 ans

6 Acceptez-vous que notre équipe vous contacte pour participer à l'étude ou obtenir plus d'informations ?

- OUI
- NON

Vous pouvez aussi nous contacter par

courriel :

[REDACTED]

ou par téléphone : Mme Anaïs Danel au

[REDACTED]



7 Afin de vous contacter, nous avons besoin de:

Votre numéro de téléphone

Votre adresse courriel

Votre prénom (ou celui de votre enfant)

Merci d'avoir rempli ce questionnaire ! Votre participation nous est très précieuse !

9.4 Annexe 4 : Publicité page Facebook de la fondation Jasmin-Roy



Fondation Jasmin Roy

30 mars · 🌐

Tu vis de l'intimidation?

Le Centre d'études sur le stress humain recherche des jeunes âgés entre 12 et 16 ans de la grande région de Montréal pour valider une application mobile conçue pour t'aider.

Ta participation consisterait à remplir 3 courts questionnaires (5-10 minutes), faire une entrevue avec une assistante de recherche et utiliser l'application pendant 4 semaines!

Tous les participants recevront une compensation de 15 \$ (carte cadeau iTunes).

Si ça t'intéresse, clique sur ce lien

<http://freeonlinesurveys.com/app/rendersurvey.asp...> , une personne de notre équipe te contactera dans les plus brefs délais.

À bientôt, l'équipe de +Fort



9.5 Annexe 5 : Affiche de l'étude



VALIDATION D'UNE APPLICATION MOBILE POUR LES JEUNES QUI VIVENT DE L'INTIMIDATION



Le Centre d'études sur le stress humain effectue une étude auprès **de jeunes âgés entre 12 et 16 ans qui vivent ou qui ont vécu de l'intimidation** pour valider une **application mobile** pour les jeunes victimes d'intimidation.

L'étude implique l'utilisation de l'application pendant 4 semaines, un entretien (en personne) d'environ 1 heure et 3 courts questionnaires. Un **téléphone** vous sera fourni tout au long de votre participation.

Les participants recevront une compensation de **15\$** pour leur participation à l'étude.

Si vous êtes intéressé à participer à cette étude, SVP communiquez avec Mme Anaïs Danel au [redacted] ou par courriel à l'adresse suivante : [redacted] en incluant votre nom, date de naissance ainsi que votre numéro de téléphone.

Cette étude est dirigée par Isabelle Ouellet-Morin, Ph.D., du Centre d'études sur le stress humain de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal.

ADRESSE COURRIEL POUR LA

SÉLECTION DES JEUNES

ADRESSE COURRIEL POUR LA

SÉLECTION DES JEUNES

—

ADRESSE COURRIEL POUR LA

SÉLECTION DES JEUNES

ADRESSE COURRIEL POUR LA

SÉLECTION DES JEUNES

9.6 Annexe 6 : Questionnaire de sélection

+Fort : Validation d'une application mobile pour réduire la victimisation et les impacts sur le fonctionnement

Numéro de référence : 2015-214

QUESTIONNAIRE CONFIDENTIEL

QUESTIONNAIRE #1 : SÉLECTION

Numéro du répondant : _____

Nom du répondant : _____



CENTRE D'ÉTUDES
SUR LE STRESS
HUMAIN (CESH)

Prise de contact avec le participant

La recherche :

Le but de la recherche est de valider une nouvelle application mobile pour les jeunes victimes d'intimidation par les pairs.

En plus d'un questionnaire téléphonique d'environ 5 minutes, nous vous demandons d'utiliser l'application pendant 4 semaines, de participer à un entretien individuel d'une durée approximative d'une heure et de compléter deux questionnaires (10 minutes chacun, environ).

Tout ça est fait dans l'objectif de savoir si cette nouvelle application permet d'aider à diminuer les expériences d'intimidation et les difficultés souvent liées à ces expériences. Nous voulons aussi savoir de ce que tu penses de l'application et si tu as des suggestions à faire afin de l'améliorer.

Nature de la participation

Si tu acceptes de participer à ce projet de recherche, on te demandera de participer aux activités suivantes:

- Utiliser l'application mobile une fois par jour pendant 4 semaines.
- Remplir trois questionnaires (un par le biais d'une entrevue téléphonique et deux en version papier) couramment utilisés en psychologie.
- Un entretien individuel d'une durée d'environ une heure pendant laquelle nous te poserons plusieurs questions sur ton expérience d'utilisation de l'application.

Nom	
Numéro de téléphone maison	
Numéro de téléphone cellulaire	
Adresse courriel	

Entrevue semi-structurée effectuée par téléphone

Personne qui fait l'entrevue : _____

Date : ____ / ____ / ____

Avant de commencer, j'aimerais m'assurer qu'on t'a bien expliqué le projet, que tu as pu poser toutes tes questions, qu'on y a répondu à ta satisfaction et que tu as eu tout le temps voulu pour prendre une décision. J'en profite aussi pour te rappeler que tu êtes libre d'accepter de participer à ce projet et de t'en retirer en tout temps, par simple avis verbal et sans préjudice. C'est bien le cas et tu désires participer? Je te rappelle aussi que le consentement de ton parent est nécessaire en plus du tiens avant de commencer la recherche.

[Attendre que la personne dise OUI]

Le participant a exprimé son consentement (assentiment) oralement

OUI

NON

Le parent a exprimé son consentement oralement

OUI

NON

[Si oui, poursuivre l'entrevue.

Si non, demander au participant s'il désire plus d'informations ou prendre plus de temps pour réfléchir. Aussi demander quel serait le meilleur moment pour rejoindre le parent/participant pour obtenir son consentement et faire l'entrevue téléphonique de sélection. Répondre aux questions et si la personne demande plus d'informations, lui spécifier que nous ne le rappellerons pas et que si elle désire participer à l'étude, elle pourra, au moment voulu, communiquer avec nous au même numéro. S'il exprime ne pas vouloir faire partie de l'étude, le remercier du temps consacré et raccrocher.]

Très bien. Je te rappelle que toutes tes réponses seront traitées de façon confidentielle. Si tu participes à la deuxième étape de l'étude (l'utilisation de l'application mobile pendant 4 semaines), tu seras invité à consentir à nouveau à la participation à l'étude, mais cette fois par écrit, et on te remettra une copie d'un formulaire d'informations et de consentement.

Est-ce que tu as des questions avant de commencer?

e) 28-35 heures par semaine

f) 36 heures ou plus

6. Combien d'heures par semaine regardes-tu la télévision?

a) 0-7 heures par semaine

b) 8-14 heures par semaine

c) 15-21 heures par semaine

d) 22-28 heures par semaine

e) 28-35 heures par semaine

f) 36 heures ou plus

7. Combien d'heures par semaine écoutes-tu de la musique?

a) 0-7 heures par semaine

b) 8-14 heures par semaine

c) 15-21 heures par semaine

d) 22-28 heures par semaine

e) 28-35 heures par semaine

f) 36 heures ou plus

8. Combien d'heures par semaine joues-tu à des jeux vidéo?

- a) 0-7 heures par semaine
- b) 8-14 heures par semaine
- c) 15-21 heures par semaine
- d) 22-28 heures par semaine
- e) 28-35 heures par semaine
- f) 36 heures ou plus

8.1. La plupart du temps en réseau?

- a) Oui
- b) Non

9. Combien d'heures par semaine est-ce que tu « blogges », envoies des courriels ou navigues sur les réseaux sociaux?

- a) 0-7 heures par semaine
- b) 8-14 heures par semaine
- c) 15-21 heures par semaine
- d) 22-28 heures par semaine
- e) 28-35 heures par semaine
- f) 36 heures ou plus

10. Je fais environ _____ d'activités physiques (ex., course, natation, jeux d'équipe) par jour:

- a) 15 minutes
- b) 30 minutes
- c) 45 minutes
- d) 60 minutes

Tes expériences à l'école

Instructions : Plusieurs expériences, plaisantes comme déplaisantes, sont vécues à l'école. Coche la réponse qui correspond le plus à ce que tu vis. Souviens-toi qu'il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses et que tout est strictement confidentiel.

Au cours des **deux derniers mois**, à quelle fréquence un autre jeune ... :

11. T'a dit des noms méchants

- Jamais
- Une fois
- Plus d'une fois

- Jamais
- Une fois
- Plus d'une fois

12. A essayé de te faire des problèmes avec tes amis

- Jamais
- Une fois
- Plus d'une fois

- Jamais
- Une fois
- Plus d'une fois

14. S'est moqué de ton apparence

13. A pris un objet à toi sans ta permission

15. S'est moqué de toi pour rien

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

16. T'a frappé avec son poing

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

17. T'a donné un coup de pied

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

18. T'a fait mal (physiquement) pour rien

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

19. T'a battu

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

20. A essayé de briser quelque chose à toi

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

21. A essayé de faire en sorte que tes amis se retournent contre toi

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

22. T'a volé quelque chose

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

23. A refusé de te parler

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

24. S'est arrangé pour que les autres ne te parle pas

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

25. A intentionnellement brisé quelque chose à toi

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

26. T'a injurié

- Jamais

- Une fois

- Plus d'une fois

Merci pour ta participation, nous te contacterons bientôt pour t'informer s'il est possible de poursuivre ta participation à l'étude.

9.7 Annexe 7: Entrevue semi-dirigée

UNE APPLICATION MOBILE POUR LES VICTIMES D'INTIMIDATION PAR LES PAIRS:

Consigne de départ de l'entretien:

Bonjour à toi. Je me présente, Anaïs Danel, étudiante à l'Université de Montréal. C'est avec moi que se déroulera l'entrevue. Je vais te poser certaines questions et te laisser tout le temps nécessaire pour y répondre. Si tu ne souhaites pas répondre à certaines questions, dis-le-moi. Rien ne t'y oblige et souviens-toi, tu peux arrêter l'entrevue en tout temps sans avoir à me donner de raison.

Les questions que je vais te poser ont pour objectif de comprendre comment tu as utilisé +Fort. J'aimerais aussi savoir ce que tu en penses. Ces informations sont importantes pour nous parce que ça va nous permettre de l'améliorer pour qu'elle puisse aider d'autres jeunes. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, je suis seulement intéressée par ton point de vue.

As-tu des questions ?

Premier pas:

Avant de commencer, j'aimerais que nous parlions de ce que c'est l'intimidation pour toi.

- Qu'est-ce tu comprends par ça, comment tu l'as défini ?

L'intimidation survient lorsqu'un jeune agresse physiquement un autre jeune, en le poussant ou en le frappant, l'exclut d'un groupe, part de fausses rumeurs ou lui dit des choses blessantes. L'intimidation survient à plusieurs reprises, se prolonge dans le temps et est difficile à faire arrêter. Ces actes peuvent survenir dans la vie réelle ou virtuellement, comme sur Facebook par exemple.

Thème 1: Utilisation de +Fort

Dis-moi ce que tu penses de l'application par rapport à son apparence, comment as-tu trouvé l'utilisation de +Fort ? Qu'est-ce qui t'a le plus intéressé ?

Précision pour l'auxiliaire de recherche, on cherche à aborder les sujets suivants :

Suggestions de questions (si nécessaire) :

- As-tu rencontré des difficultés lors de ton utilisation? Lesquelles?
- Parle-moi de ton utilisation de l'application...
 - Qu'est-ce que tu veux dire par là ?
 - moment de la journée
 - endroits
 - fréquence
- Parle-moi des stratégies qui sont suggérées par l'application pour mettre fin aux actes d'intimidation.
- Qu'est-ce que tu en as pensé?
- Peux-tu me dire ce qui t'a le plus plu et déplu dans l'application et pourquoi ?

Thème 2 : Historique personnel avant+Fort

Pourrais-tu me parler un peu de tes expériences d'intimidation, dans ton quotidien à l'école, à la maison ou ailleurs, **avant** ton utilisation de +Fort.

Suggestions de questions pour l'enfance et l'adolescence (si nécessaire) :

- Parle-moi de tes expériences d'intimidation **avant +Fort** ...
 - Victime
 - Témoins
 - Intimidateur

- J'aimerais que tu m'expliques quand ça a commencé ...
- De comment ça se passait et où ça se passait...
- J'aimerais que tu me racontes comment tu te sentais à la suite d'actes d'intimidation, par exemple quand tu étais plus jeune, **avant** que tu n'utilises *+Fort*
- Comment t'entendais-tu avec les autres élèves ... et les professeurs aussi
- Parle-moi de tes relations avec ta famille...

Thème 3: Expérience d'utilisation

Maintenant que nous avons parlé de ce que tu pensais de *+Fort*, j'aimerais que tu m'expliques comment tu te sentais et à quoi tu pensais lorsque tu l'utilisais.

Précision pour l'auxiliaire de recherche, on cherche à aborder les sujets suivants :

- État d'esprit:
 - Émotions, pensées,:
- Apprentissage:
 - Nouvelles connaissances apprises:
 - Meilleure compréhension de sa situation d'intimidation.
- Utilité perçue de *+Fort*:
 - Lorsque le jeune n'est pas intimidé
 - Pendant l'intimidation
 - Après l'intimidation
 - Ou lorsque le jeune pensait être à risque d'en vivre.

Suggestions de questions (si nécessaire) :

- Pourrais-tu me donner un exemple de ce tu pensais lorsque tu utilisais l'application ...
- Comment te sentais-tu lorsque tu étais sur *+Fort* ?
 - Qu'est-ce ça ta apporté par rapport à tes propres expériences d'intimidation ?
 - Qu'est-ce que tu retiens par rapport à tes expériences avec *+Fort*?

- Est-ce que l'application te donnait le goût de partager ce que tu vis/vivais avec une personne en qui tu as confiance ?
 - Peux- tu expliquer
 - Généralement quand as-tu pensé ?
- Parle-moi des moments où, lorsque tu te sentais mal, tu as utilisé l'application?
 - Qu'est-ce que tu as ressenti à ce moment?
- Qu'est-ce que ça te faisait d'avoir une application pour résumer ta journée par rapport à l'intimidation ?

Thème 4 : Effet de l'application sur la victime

Enfin, j'aimerais que tu me dises s'il y a des choses qui ont changé **depuis** que tu as utilisé *+Fort*?

Suggestions de questions (si nécessaires) :

- Raconte-moi ta façon de vivre l'intimidation **depuis** que tu as utilisé *+Fort* (pensées, émotions, comportements, relations avec les autres)?
- Parle-moi de tes impressions par rapport à ton utilisation et des actions que tu as faites pour diminuer l'intimidation.
- Penses-tu continuer à l'utiliser à l'avenir ? Pourquoi ?
- Est-ce que tu suggérerais à un ou une de tes ami(e) d'utiliser *+Fort* ? Pourquoi ?

9.8 Annexe 8 : Arbre de codification

- Habitudes d'utilisation de *+Fort*
- Rythme d'utilisation
- Types d'utilisation
- Endroits/ lieux d'utilisation
- Historique personnel (avant *+Fort*)
- Contexte d'IPP
 - Statut de l'intimidateur (amis)
 - Types d'intimidation
 - Endroits
- Sensations liées à l'IPP (avant *+Fort*)
 - Physiques
 - Émotionnelles
- Actions entreprises
 - Habitudes
 - Stratégies
- Relation avec les autres (avant *+Fort*)
 - Famille
 - Pairs
 - Professeurs
- Secret de son IPP
 - Besoin de confiance pour parler de son IPP
- Interventions d'adultes (avant *+Fort*)
- Besoins d'aide des jeunes
- Appréhension des jeunes des interventions des adultes
- Peur des répercussions
 - Sentiment de jugement
 - Sentiment de pitié

- Représailles
- Expériences liées à *+Fort*
- État d'esprit
 - Positif
 - Négatif
- Changements perçus
 - Comportement
 - Relations avec les autres (aider, parler)
 - Relations avec la famille (parler)
 - Par rapport aux expériences d'IPP (stratégies/ actions réalisées)
 - Sur la compréhension de sa propre IPP
- Nouvelles connaissances
 - Sur l'IPP
 - Sur les outils
 - Sur les autres
- Impressions liées à l'utilisation de *+Fort*
- Application conforme à la réalité de l'IPP
- Sensation de refuges / réconfort
 - Impressions de parler à quelqu'un
 - Impressions de ne pas être seul
 - Permet de se livrer
- Absence de pitié et de jugement
- Prépare pour expériences futures
- Confidentialité
- Soutien continu