

Signaux d'alarme pour reconnaître nos comportements violents

- Tu agresses physiquement ta/ton partenaire/ami·e quand tu es en colère
- Tu dévalorises ta/ton partenaire/ami·e
- Tu te fâches car tu es possessif·ve et jaloux·se
- Tu menaces ta/ton partenaire/ami·e
- Tu culpabilises l'autre et la ou le contraint pour obtenir quoique ce soit
- Tu te sens incapable de contrôler tes émotions
- Tu fais peur à ta/ton partenaire/ami·e