

Conseils pour aider une amie ou un ami victime de violence

Expliquer que personne ne mérite d'être traité-e de cette manière. Il existe d'autres moyens de résoudre les conflits.

Poser des questions, par exemple :

- Est-ce que Nathan a le droit de décider à ta place ?
- Comment te sens-tu face au comportement de Nathan ?
- Est-ce que tu as peur de Nathan ?
- Te sens-tu respectée dans cette relation ?
- Aimerais-tu sortir plus souvent avec tes ami-e-s ?

Faire remarquer les comportements violents :

- Signaux d'alarme pour reconnaître qu'on est victime de comportements violents (fiche de travail 5), respectomètre (fiche de travail 8).

Proposer des pistes d'aide, sans imposer son avis. Par exemple :

- Parle avec Nathan de votre relation et de son comportement ;
- Parle de ta relation avec un-e professionnel-le ;
- Tu pourrais envisager de mettre fin à la relation ;
- Tu as le droit d'avoir une relation amoureuse qui te fait du bien.

Expliquer que dans la plupart du temps les comportements violents se répètent et s'intensifient avec le temps.

Objectifs :

- Expliquer que les comportements violents ont tendance à s'aggraver si rien n'est entrepris. Il s'agit d'un phénomène qui se répète.
- Encourager la personne victime à chercher de l'aide auprès d'adultes de confiance et/ou et de professionnel-le-s.