



filles & garçons  
**Parlons-en**

---

Violences dans les relations amoureuses



*Chaque fille, chaque garçon a des désirs.*

*Chaque fille, chaque garçon a des droits.*

*Son corps lui appartient.*

*L'amour n'excuse pas tout.*

*Ne pas respecter le désir, ou l'absence de désir*

*de l'autre c'est attenter à ses droits.*

## *Jeux questions - réponses*

**1/ Il (ou elle) me ridiculise et m'insulte devant mes (ou ses) copains.**

- A**  Ce n'est pas grave, il (ou elle) blague, il (ou elle) est pudique et c'est sa façon de dire qu'il (ou elle) tient à moi.
- B**  Je n'accepte pas ça : pour moi ce n'est pas de l'amour.
- C**  Il (ou elle) dit ça pour que je m'améliore.

**2/ Il (ou elle) dit sans cesse que je suis nul(l)e, que je n'arriverai pas sans lui (ou sans elle).**

- A**  C'est logique : lui (ou elle) est tellement doué(e)!
- B**  C'est sa méthode pour que je progresse.
- C**  Si il (ou elle) le croit, je me demande pourquoi il (ou elle) m'aime.

**3/ Il (ou elle) m'empêche de faire ce que je veux, d'aller où je veux.**

- A**  C'est normal il (ou elle) a besoin de savoir.
- B**  C'est pour me protéger.
- C**  Ce n'est pas juste : moi aussi je suis libre, j'ai le droit de faire ce que je veux.

**4/ Il (ou elle) n'aime ni ma famille, ni mes ami(e)s.**

- A**  C'est vrai qu'ils peuvent être pénibles.
- B**  Cela se comprend :  
je partage avec eux tout un passé qu'il (ou elle) ne connaît pas.
- C**  C'est son droit, mais je n'admets pas qu'il (ou elle) m'empêche de les apprécier.

**5/ Il (ou elle) n'aime pas que j'ai des activités différentes des siennes.**

- A**  C'est parce qu'il (ou elle) a tout le temps envie d'être avec moi et qu'il (ou elle) aime tout partager avec moi.
- B**  Il (ou elle) m'aime, mais en fait il (ou elle) cherche à contrôler tout ce que je fais.
- C**  Il (ou elle) redoute que je rencontre des gens qui me plaisent davantage qu'elle (ou lui)

**6/ Il (ou elle) ne veut pas que j'éteigne mon téléphone portable pour qu'il (ou elle) puisse m'appeler tout le temps.**

- A**  Il (ou elle) m'aime, il (ou elle) a toujours envie de m'entendre.
- B**  Il (ou elle) ne se rend pas compte que ça me dérange.
- C**  Il (ou elle) a besoin de vérifier où je suis et ce que je fais.

**7/ Il (ou elle) voudrait un bébé tout de suite, alors que je trouve que pour moi c'est trop tôt.**

- A**  Il (ou elle) pense que ça nous permettrait de surmonter nos problèmes.
- B**  Il (ou elle) pense qu'avec un enfant je ne m'occuperai plus d'autre chose que de nous : plus de bistros, plus de copains, plus de copines.
- C**  Même si on est amoureux, je ne suis pas sûr(e) de vouloir un enfant avec elle (ou lui).

## *Ce que nous en pensons...*

**1/ Il (ou elle) me ridiculise et m'insulte devant mes copains :**

Ca blesse, ça fait de la peine. On n'a pas le droit d'humilier de cette façon.

**2/ Il (ou elle) dit sans cesse que je suis nul(le), que je n'y arriverai pas sans lui (ou elle) :**

Personne n'est NUL. C'est une véritable atteinte que de traiter quelqu'un de cette façon. C'est la preuve d'une grande absence de respect. Sous prétexte d'amour, ce n'est pas acceptable.

**3/ Il (ou elle) m'empêche de faire ce que je veux, d'aller où je veux.**

La liberté d'aller et venir, la liberté de décider sont des droits fondamentaux. Priver quelqu'un d'exercer librement ses propres droits n'est pas une manifestation d'amour.

#### **4/ Il (ou elle) n'aime ni ma famille, ni mes ami(e)s.**

On n'est pas obligé d'aimer la famille et les amis de son partenaire amoureux, mais chacun a le droit de conserver sa famille et ses amis, quand il le souhaite, sans encourir de critiques répétées.

#### **5/ Il (ou elle) n'aime pas que j'ai des activités différentes des siennes.**

Chaque partenaire peut avoir des goûts différents. Sortir avec quelqu'un n'implique pas qu'on soit obligé de passer tous ses moments de loisirs en sa seule compagnie, ni qu'on ait à rendre des comptes sur son propre emploi du temps.

#### **6/ Il (ou elle) ne veut pas que j'éteigne mon téléphone portable pour qu'il (ou elle) puisse m'appeler tout le temps.**

Bien sûr, quand on est très amoureux on a du mal à se quitter. On voudrait être tout le temps ensemble, mais aimer ne donne pas le droit d'envahir la vie de l'autre.

#### **7/ Il (ou elle) refuse d'utiliser des préservatifs :**

Une femme peut être enceinte dès le premier rapport sexuel. On peut être contaminé(e) par le Sida ou une autre infection sexuellement transmissible, dès le premier rapport. Ceci impose de respecter les règles de protection pour prévenir et éviter une grossesse non désirée ou une infection.

En cas de rapports non protégés, la femme peut prendre une pilule contraceptive d'urgence ou pilule du lendemain. On peut l'acheter en pharmacie sans ordonnance. Pour les mineures désirants garder le secret elle est gratuite et délivrée de façon anonyme dans les pharmacies et les centres de planification familiale et au Planning Familial. On peut aussi l'obtenir à l'infirmerie du collège ou du lycée.

#### **8/ Il (ou elle) voudrait un bébé tout de suite, alors que je trouve que pour moi c'est trop tôt.**

Devenir parents est une décision importante, il vaut mieux être tous les deux d'accord. On peut être amoureux et ne pas vouloir d'enfant.

## *L'amour, le désir, le pouvoir.*

Au nom de l'amour, certaines personnes exercent pouvoir et contrôle sur leur partenaire par :

- Des insultes, des moqueries
- Des paroles blessantes
- Des humiliations
- Des interdictions
- Des obligations

D'autres se sentent supérieurs et se croient autorisés à imposer leur volonté parcequ'ils (ou elles) ont :

- Plus de maturité
- Plus de force
- Plus d'argent
- Plus d'autorité

Autrefois, il y avait des garçons qui pensaient que les filles :

- Doivent être contrôlées.
- Doivent leur obéir parcequ'ils sont supérieurs.
- Ne doivent pas sortir et doivent s'occuper de la maison.
- Sont incapables de conduire une voiture.

Autrefois, il y avait des filles qui pensaient que les garçons :

- Doivent tout payer lorsqu'ils invitent une fille à sortir.
- Doivent abandonner leurs copains pour ne plus voir qu'elle.
- Doivent servir de chauffeurs.
- Ne doivent pas sortir en boîte de nuit sans leur copine.

**En fait, l'amour n'existe que dans un échange et une relation d'égalité, de réciprocité, de liberté :**

- Oser dire ce qu'on ressent.
- Oser demander ce qui ferait plaisir.
- Écouter et être écouté(e).
- Se parler, échanger.
- Pouvoir dire OUI, pouvoir dire NON.
- Être entendu(e).

**Que faire quand l'amour fait mal? Quand on ne sent pas bien, pas respecté(e)?**

- Dire ce qui ne va pas.
- Poser ses limites et les faire respecter.
- Refuser la violence.
- Parler à quelqu'un en qui on a confiance.
- Si rien ne s'arrange, envisager de rompre. Changer de partenaire.

**Que faire quand on se rend compte qu'on exerce des violences à l'encontre de son partenaire amoureux?**

- Arrêter. Décider de changer et chercher les moyens de le faire.
- Reconnaitre ses torts.
- Demander à l'autre ce qu'il ou elle ressent, ce qu'il ou elle souhaite.
- Parler à quelqu'un en qui on a confiance.
- Chercher à comprendre pourquoi on agit comme ça pour ne pas continuer.
- Chercher de l'aide.

## *Pour en parler...*

- L'assistante sociale, l'infirmière ou le médecin de son établissement scolaire
- Viols Femmes Informations : 0 800 05 95 95
- Jeunes Violence Écoute : 0 800 20 22 23
- Fil Santé Jeunes : 0 800 235 236
- Les centres de planification et d'éducation familiale : 01 43 93 81 09
- Le Mouvement Français pour le Planning Familial  
10, rue Vivienne, 75002 Paris, 01 42 60 93 20

### Sur Internet

- [www.planningfamilial.org](http://www.planningfamilial.org)
- [www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com)
- [www.contractions.org](http://www.contractions.org)