

Notice du baromètre relationnel et de ses vignettes

Cette notice a pour but d'aider à comprendre et utiliser les **vignettes et le baromètre relationnel** auprès des personnes accompagnées.

Elle est rédigée par le Comité territorial des Pyrénées-Orientales (66) du Centre Ressource INTIMAGIR Occitanie.

Condition d'impression de l'outil :

En **recto-verso et taille réelle** afin de faire correspondre les textes et les vignettes. Sélectionner « **retourner sur les bords courts** ».

Publics visés :

Pré-adolescents, adolescents et adultes

Objectifs :

- Prévenir les violences dans la relation à l'autre
- Amener à une prise de conscience sur la problématique des violences
- Permettre la discussion sur la question du consentement
- Pouvoir se situer au sein de sa relation amicale/amoureuse/familiale

Utilisation :

L'outil n'est pas à mettre en libre accès. Il doit être médiatisé par les professionnels.

Les vignettes sont à replacer au sein d'un baromètre relationnel, allant du vert au rouge : de relations saines à relations toxiques, pour permettre une prise de conscience.

Le tableau suivant sera l'outil pour le professionnel et les vignettes un support pour les personnes accompagnées.

Notice rédigée par des professionnels des structures suivantes :

Situe-toi dans ta relation (familiale, amicale, amoureuse)		
		Illustrations/ exemples
« PROFITE ! » Ta relation est saine quand l'autre...	Respecte tes décisions et tes choix	Accepte et soutient tes idées
	Accepte ton entourage	Amis, amours, famille, travail...
	A confiance en toi	Est serein quoi que tu fasses, accepte ton indépendance, accepte que tu aies des activités personnelles
	Est content quand tu es bien	
	S'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble	La différence des rythmes de la vie, religion, politique, amis, musique, centres d'intérêts... Accepte tes goûts et tes loisirs.
	Respecte ton intimité	Accepte ton « jardin secret »
VIGILANCE Pose-toi des questions quand l'autre...	Te fait du chantage	Je te donne un gâteau si tu me fais un bisou Si tu vas voir tes copines, je te quitte Tu ne sors pas de chez toi sans moi
	Te rabaisse	T'es nul T'es moche Tu n'y arriveras jamais Je sais mieux faire que toi Moi je sais, toi tu ne sais pas
	Se moque de toi et te dévalorise	Tu ne sais pas faire, tu es handicapé ! Moi je sais et pas toi !
	Est jaloux de temps en temps	T'as pas le droit de... Reste avec moi Je vois que tu préfères être avec lui qu'avec moi Ne me quitte pas
	Décide à ta place sans ton accord	Le fait que la personne choisisse pour toi, à ta place, sans te demander Prend ou utilise ton argent Se sert chez toi sans te demander
	Te cache la vérité	J'étais au travail mais en fait j'étais au café (mensonge)
ATTENTION Demande de l'aide quand l'autre...	Est jaloux possessif (cherche à tout contrôler)	Je t'interdis de parler avec les autres, tu es à moi !
	Contrôle tes sorties, habits, ton maquillage	Je ne veux pas que tu portes cette tenue, change-toi !
	Fouille tes textos, mails, applis	Donne-moi ton mot de passe et ton téléphone pour que je vérifie tes messages

Notice rédigée par des professionnels des structures suivantes :

	Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes	J'aimerais que tu m'envoies des photos de toi nu
	T'isole de ta famille/ de tes proches	Je ne veux pas que tu voies ta famille ou tes amis
	Menace de se faire du mal	Si tu sors, je vais boire à cause de toi.
STOP Protège-toi, tu es en danger quand l'autre...	T'oblige à regarder des films pornos	Viens, on regarde un porno et on fait pareil après.
	T'humilie et t'insulte	T'insulte devant tout le monde T'as vu tout ce que tu manges ? Tout le monde te regarde ! T'as un petit zizi !
	« Pète les plombs » lorsque quelque chose lui déplaît	Hurle Frappe les murs
	Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe	
	Menace de se suicider à cause de toi	Si tu fais ça, je me suicide, je vais prendre tous mes médicaments !
	Menace de diffuser des photos intimes de toi	Si tu ne m'obéis pas, je mets tes photos de nu sur les réseaux
	Agit sans ton consentement	T'oblige à avoir des relations sexuelles sans ton accord Te touche les parties intimes sans ton accord

Les vignettes peuvent être utilisées à visée préventive et/ou suite à une situation de **violence identifiée**.

Elles peuvent servir de support lors d'entretiens individuels ou en groupe.

Le but est d'accompagner la personne à réfléchir à sa place dans les relations affectives.

Exemples d'utilisation :

- Au sein d'un groupe d'adolescents, montrer une vignette et la mettre en discussion pour pouvoir confronter les points de vue.
- Classer les situations dans le « Je profite » ou « Je stoppe ».
- Associer l'image (au recto) au texte (au verso) et en discuter.
- Support de discussion suite à un passage à l'acte.
- Support d'échange au sein d'un couple.

Notice rédigée par des professionnels des structures suivantes :