Violent moi ?



*Un **violentomètre** (voir photo) permet de mesurer le taux de violence dans mes relations. Imaginé au départ comme un outil de prévention de violences faites aux femmes, il est un formidable outil pour mesurer aussi les relations pas toujours amicales dans les groupes d'ami.es.*

Trois couleurs pour trois situations relationnelles. L'échelle va de 1 à 24 ; 24 étant la pire situation.

C'est un outil d'auto-évaluation, avec 23 questions rapides à se poser qui permettent de repérer les comportements sexistes et/ou violents et de mesurer si la relation de couple/ amicale est saine ou au contraire, si elle est violente.

Comme pour la prévention du harcèlement ou des conduites à risques, en Eglise nous ne pouvons pas laisser cette question à la porte au prétexte qu'il s'agit de l'intimité ou de la vie privée des jeunes. Peut-être pouvons-nous mettre en mots ces dangers et les accompagner pour apprendre à tisser des relations saines, repérer les relations toxiques, et savoir comment réagir ou vers qui se tourner en cas de difficultés.

Pour l'animation :

Idée 1

- Distribuer le violentomètre aux adolescents, les laisser découvrir l'outil.
- Leur demander de réagir : qu'est-ce qui les surprend ? y a-t-il des situations qu'ils rencontrent ou qu'ils voient autour d'eux ?
- Pourquoi fouiller dans les textos de ton amoureux.se est un problème ?
- Citer quelques situations. Echanger.

Idée 2

- Présenter l'outil à l'oral (les 3 couleurs).
- Ne pas le distribuer.
- Citez quelques exemples de situation et leur demander, selon eux, si elles

sont dans le vert, le rouge ou le orange ?
- Puis le distribuer, le lire, laisser réagir.

Exemple de questions :

- A confiance en toi ?
- Respecte tes décisions et tes goûts ?
- Te fait du chantage quand tu refuses quelque chose ? (dis Stop)
- Fouille tes textos, mails, applis ? (dis Stop)
- Menace de se suicider à cause de toi ? (demande de l'aide)
- T'oblige à regarder des films pornos ? (demande de l'aide)

Pour en savoir plus, découvrir les autres questions, télécharger le violentomètre voir la page du site du centre Hubertine Auclert

Crédits : Agathe Douay (UEPAL) – Point KT