

# Prévention des violences et des comportements abusifs auprès des jeunes : le programme « Sortir Ensemble Et Se Respecter-SEESR »

La violence de couple est un problème fréquent chez les jeunes en Suisse. L'étude Optimus menée auprès de 6700 jeunes de 15 à 17 ans a montré que 15% d'entre eux avaient subi une agression sexuelle avec contact physique, 30% sans contact, et que dans plus de 40% des cas, l'auteur était le petit ami ou le flirt de l'époque.

## Prévenir la violence

Prévenir les situations d'agression et de victimisation dès les premières relations amoureuses et favoriser l'acquisition de compétences relationnelles positives entre les filles et les garçons sont les enjeux de ce programme. Les jeunes tendent à banaliser les comportements abusifs surtout de nature verbale et émotionnelle, ce qui n'est pas sans lien avec l'adhésion à des stéréotypes sur les rôles des hommes et des femmes. Les premières expériences amoureuses sont déterminantes pour la construction des modèles de relation à plus long terme et constituent une période favorable pour l'apprentissage de modèles relationnels positifs.

## Le programme SEESR

SEESR est un programme centré sur les relations amoureuses, préoccupation principale des adolescent-e-s. Ses principaux atouts sont sa qualité pédagogique et son caractère interactif. Il est mené en Suisse romande aussi bien dans un cadre scolaire qu'extrascolaire et fonctionne bien dans des groupes d'origines nationales et culturelles très diverses. Destiné à des petits groupes (6-12) de filles et garçons de 13 à 18 ans, il peut être ajusté pour d'autres tranches d'âges.

Il est inspiré de « Safe Dates » qui a fait ses preuves aux Etats-Unis, et a été adapté au contexte socioculturel Suisse romand (De Puy, Monnier, Hamby; 2002). Les jeunes impliqués dans « Safe Dates » banalisaient moins les violences, percevaient mieux les conséquences négatives de leurs comportements, réagissaient de manière moins destructives à la colère, et étaient également mieux au courant des services d'aide aux victimes.



## Les séances SEESR

SEESR encourage les jeunes à des changements d'attitudes et de comportements, les amène à activer des compétences positives ou à en acquérir de nouvelles. Il a également pour objectif la prévention précoce des violences intimes. Il comprend 9 séances hebdomadaires, animées par deux adultes formés, idéalement un homme et une femme.

SEESR propose des outils pour aider les jeunes à partir du bon pied et résoudre les difficultés qui peuvent se présenter dès les premières fréquentations. Les supports pédagogiques qui servent à stimuler les discussions sont notamment des scènes de la vie quotidienne, des jeux impliquant des déplacements dans l'espace, des jeux de rôles, à travers lesquels les jeunes explorent notamment :

- la notion de choix, en se questionnant sur qu'est-ce qu'ils-elles recherchent dans une relation? Les jeunes sont amenés à qualifier ce qu'ils attendent d'un partenaire en répondant par exemple à la question :

**J'aimerais que ma copine ou mon copain..... ?**

Me respecte  
Me contrôle  
Me provoque  
Me protège  
Me domine  
M'impressionne

- La définition de ce qu'est un comportement abusif, ses origines et ses conséquences.

**Et dans celle-ci ?** *Mario et Nathalie sortent ensemble depuis un mois. Un samedi soir, Mario vient chercher Nathalie pour aller au cinéma. Nathalie l'attend à la porte, elle porte un nouvel ensemble qu'elle vient d'acheter et que ses amies ont trouvé très joli. Mario l'embrasse et lui dit qu'elle doit se changer avant qu'ils sortent. Nathalie a envie de pleurer. Elle explique qu'elle a acheté cet ensemble exprès pour cette soirée. Mario soupire, et lui dit d'un ton énervé : « Nathalie tu n'as aucun goût et tu ne dois pas discuter quand je te dis de faire quelque chose ». Il entre alors chez Nathalie et lui choisit d'autres vêtements*

- Les signaux d'alarme pour reconnaître s'ils sont victimes d'abus dont:

*Vous êtes agressé-e physiquement  
Vous avez peur de votre copain/copine  
Vous vous sentez isolé-e, seul-e  
Vous perdez vos ami-e-s  
Vous recevez des menaces  
Etc.*

- Les signaux d'alarme pour reconnaître s'ils ont comportement abusif dont :

*Vous dévalorisez votre copain/copine  
Vous vous fâchez si votre copain/copine passe du temps avec d'autres personnes*

*Vous lui proférez des menaces  
Il vous arrive de l'agresser physiquement  
quand vous êtes en colère  
Etc.*

- Ainsi que des outils pour aider les amis en difficulté, détecter les stéréotypes qui favorisent les comportements abusifs, mieux communiquer et contrôler sa colère.

Pour plus d'informations : Bureau de l'égalité entre les femmes et les hommes : [info.befh@vd.ch](mailto:info.befh@vd.ch)