

LUTTER CONTRE LE HARCÈLEMENT : IDENTIFIER POUR MIEUX PRÉVENIR

LE HARCÉLOMÈTRE

Ma relation est saine quand elle/il...		1	
	Respecte mes opinions même lorsqu'elles sont différentes des siennes	2	
	Me demande mon avis avant de réaliser une action qui me concerne	3	
	Me laisse être moi-même	4	
	S'intéresse à mon humeur et s'inquiète lorsque j'ai un comportement inhabituel	5	
	Me soutient lorsque je suis en difficulté	6	
Dire stop : il n'est pas tolérable qu'elle/il...	Me permet de me confier librement sans jugement	7	
	Utilise mes affaires personnelles sans que je ne lui en ai donné l'autorisation	8	
	Je me sens régulièrement gêné(e) en sa présence	9	
	Me juge, me critique sans cesse	10	
	M'assure de rester mon ami(e) si je lui offre ce qu'il/elle demande	11	
	M'interdit d'avoir des interactions avec d'autres personnes qu'elle/lui	12	
	Me menace de divulguer des secrets sur moi si je ne lui obéis pas	13	
	Colporte des rumeurs infondées à mon égard	14	
	M'humilie avec des surnoms rabaissants	15	
	Publie et commente avec méchanceté le contenu de mes réseaux sociaux	16	
Je suis en danger quand elle/il...	Diffuse des photos/vidéos de moi sans mon autorisation	17	
	M'oblige à faire des choses que je n'ai pas envie de faire	18	
	M'insulte quotidiennement	19	
	Me bouscule et me frappe sans raison	20	
	Me touche les parties intimes sans mon consentement	21	
	Me fait chanter sous peine de représailles	22	
	Me dit que je ne vauds rien et que je ne devrais pas exister	23	
	Me menace de mort	24	