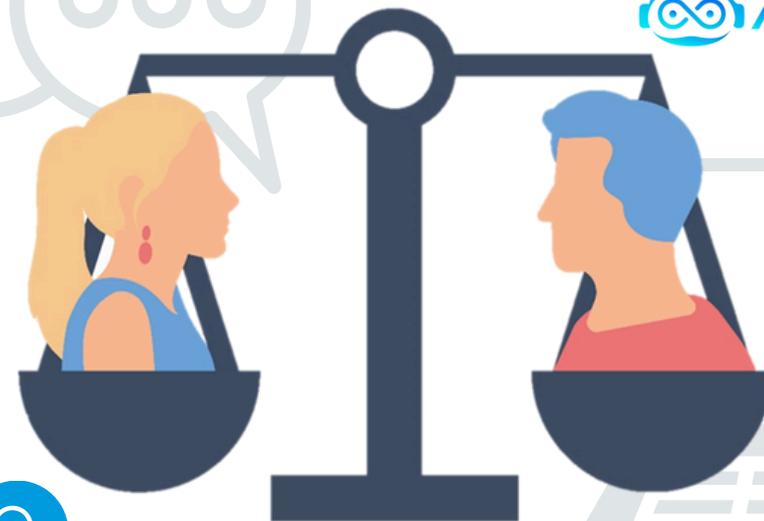


# Une relation comporte-t-elle des règles ?

MOTS CLÉS

communication | confiance | désaccords | consentement, textos



Te voilà entré(e) dans le monde des relations amoureuses : tu te demandes probablement s'il existe un manuel secret pour ce genre de choses. Il n'existe pas de guide universel en matière de relations amoureuses, mais il y a certainement des choses à prendre en compte lorsque tu explores ce monde à la fois palpitant et complexe.

Parlons de **communication**. C'est en quelque sorte la clé qui ouvre toutes les portes de la relation. Si un problème te préoccupe, ne le laisse pas moisir comme des restes au fond d'un frigo. Ne suppose jamais que ton/ta partenaire peut lire dans tes pensées : ce superpouvoir n'a pas encore été découvert !

Venons-en maintenant à la **confiance**. Elle peut être considérée comme la base de ta relation. La confiance se construit ensemble, avec ton/ta partenaire, mais ne vous précipitez pas ! La confiance doit se mériter.



**L'espace** est un autre élément important dans une relation : donne à l'autre la possibilité de respirer. Être éperdument amoureux ne signifie pas être collés l'un à l'autre 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7. Entretiens donc tes centres d'intérêt et passe du temps avec tes amis en dehors de ta relation.

Flash info : toutes les relations sont marquées par des désaccords. Les désaccords doivent être abordés de **manière loyale**. Pas de coups bas, pas d'insultes, pas d'évocation du passé. Il ne s'agit pas de gagner, mais de trouver un terrain d'entente, donc d'écouter et d'être ouvert au compromis.

N'oublie pas que les relations doivent être **amusantes** ! Organise des rendez-vous intéressants, explore de nouvelles choses et crée des souvenirs.

Maintenant, parlons un peu de **sécurité**. Tiens tes parents ou un adulte de confiance au courant de tes relations : sortir avec quelqu'un est une responsabilité, pas un droit ! Parle-leur de tes projets, des personnes que tu fréquentes et des endroits où tu vas. Leur implication est un filet de sécurité et un signe de confiance.



De même, il n'y a pas de honte à demander d'organiser **un rendez-vous en groupe** lorsque tu commences à fréquenter quelqu'un. Les rendez-vous en groupe offrent la sécurité du nombre et atténuent la pression des situations en tête-à-tête. Rencontrez-vous dans des lieux publics.

Pour assurer ta sécurité, discute de **consentement** avec la personne que tu fréquentes ! Cela évitera les malentendus et vous permettra d'être tous les deux sur la même longueur d'onde. Évite d'envoyer des **sextos** si tu es mineur(e) et que tu commences une nouvelle relation. Il ne s'agit pas seulement de légalité, mais aussi d'éviter les regrets et les complications potentielles.

Il s'agit là de bonnes pratiques, mais, au bout du compte, il n'y a pas de manuel universel. Privilégie la communication ouverte, la confiance, l'espace, les conflits sains et les conseils d'un adulte, et tu seras sur la bonne voie pour mener à bien ta relation. Bonne chance !



LES RELATIONS AMOUREUSES

