

---

## CLÉ DE CORRECTION À L'INTENTION DU PERSONNEL ENSEIGNANT – SCÉNARIOS D'ÉTABLISSEMENT DE LIMITES

### Scénario 1

Lors d'un tournoi, l'entraîneur-euse s'assoit à côté de toi pour regarder le match d'une autre équipe. L'entraîneur-euse rit de quelque chose, te donne une tape sur le genou et y laisse sa main. Tu bouges ton genou pour essayer de déplacer sa main, mais celle-ci reste bien en place.

- Nommer la situation : « Hé *coach*, votre main est sur mon genou. »
- Guider la situation : « Hé *coach*, vous pouvez me donner un peu d'espace? » ou « S.V.P. déplacez-vous un peu », ou retire sa main de ton genou avec ta main et/ou secoue ton genou.
- Répéter : Répète les deux premiers énoncés.
- Mettre fin à la situation : « Bon... à plus tard » ou « Je n'apprécie pas », puis pars.

### Scénario 2

Un-e jeune artiste vend des bandes dessinées dans un kiosque. Vous commencez à discuter d'art, mais l'artiste se met à te harceler pour que tu achètes quelque chose. Tu lui répètes que tu n'as pas d'argent.



- Nommer la situation : « Tu continues de me demander d'acheter même si je te dis que je ne veux pas. »
- Guider la situation : « Arrête de me demander d'acheter! Contente-toi donc de me montrer tes magnifiques œuvres! »
- Répéter : Répète les deux premiers énoncés.
- Mettre fin à la situation : « Arrêtons de parler d'argent : ce n'est pas possible pour aujourd'hui », puis continuez de parler d'art; ou « Merci, tu as de belles œuvres, mais il faut maintenant que je parte », puis pars.

### Scénario 3

Tes ami-es se moquent d'autres ami-es dans les médias sociaux. Tu trouves leur comportement dérangeant. Tu as tenté de changer la conversation à quelques reprises, mais les ami-es te disent de relaxer et continuent leurs agissements.

- Nommer la situation : « On salit nos propres ami-es. »
- Guider la situation : « Arrêtez! » « Ne salissez pas nos ami-es. Je ne les laisserais jamais vous faire ça. » « C'est vraiment moche. »
- Répéter : Répète les deux premiers énoncés.
- Mettre fin à la situation : « Je décroche. » Déconnecte-toi de la séance de clavardage, de la conversation ou du groupe de discussion et/ou lance un nouveau fil de discussion.

#### Scénario 4

Tu as menti à ta sœur quand tu lui as dit que tu n'avais pas essayé ses vêtements sans sa permission. Depuis, tu t'es sincèrement excusé-e. Elle a accepté tes excuses mais ne tourne pas la page. Depuis trois jours, elle te suit partout et te traite de tous les noms.

- Nommer la situation : « Tu me suis partout et me traite de tous les noms. » « Je t'ai présenté mes excuses sincères pour avoir essayé tes vêtements, mais tu continues de me harceler. »
- Guider la situation : « Arrête! » « Tu ne peux pas me traiter comme ça! » ou « Arrête de me suivre partout et de me crier des noms. »
- Répéter : Répète les deux premiers énoncés.
- Mettre fin à la situation : « Il faut que les injures arrêtent. » « Parlons de ce qui s'est passé, maintenant ou lorsque tu te sentiras prête. »



#### Scénario 5

Tu dis à la personne que tu fréquentes que tu as besoin d'une pause. La personne ne te parle plus pendant trois jours puis commence à répandre des rumeurs à ton sujet.

- Nommer la situation : « Tu ne me parles plus et tu répands des rumeurs à mon sujet » ou « Tout ce que j'ai dit, c'est que j'ai besoin d'une pause, mais au lieu d'en discuter tu m'ignores et tu dis des choses méchantes et fausses dans mon dos. »
- Guider la situation : « Je sais que tu te sens blessé-e et rejeté-e, mais ce n'est pas une façon utile de vivre tes émotions » ou « C'est vraiment blessant et il faut que ça cesse. »
- Répéter : Répète les deux premiers énoncés.
- Mettre fin à la situation : « Parlons de ce qui s'est passé, mais entre-temps, les rumeurs doivent cesser. »