



Visa pour le net



Vie relationnelle affective et sexuelle



5. Les relations

<http://www.visapourlenet.be/vie-relationnelle/les-relations/>

Table des matières

1. L'arc en ciel des relations	3
2. Les différentes relations	7
<hr/>	
3. Dictionnaire : pour bien comprendre.....	15
4. Partenaires.....	18
5. Références.....	19
6. Auteurs du texte	19

5. Les relations

1. L'arc en ciel des relations

Chaque personne connaît des personnes.

Nous réagissons différemment avec chaque type de personne selon les **relations** qui nous lient.

Dans ce texte, nous allons expliquer les différents types de relations.



Pour bien comprendre, nous vous proposons de mettre vos différentes **relations** dans un arc-en-ciel.

Dans l'arc-en-ciel, il y a plusieurs couleurs.

Chaque couleur représente une relation différente.



La couleur mauve de l'arc-en-ciel,
c'est soi-même.

On est aussi en **relation** avec soi,
à l'intérieur de notre tête,
et avec notre corps aussi.

Vous pouvez lire les textes :

"Les émotions"

"Besoins et désirs"

"Oser être soi"

"Les étapes de vie"

pour en savoir plus.



Moi

La couleur verte de l'arc-en-ciel,
c'est son **couple**,
la relation qu'on a
avec son **partenaire**.

Avec cette personne,
nous ressentons de l'**amour**.

Tout le monde n'a pas de partenaire.

Vous pouvez lire le texte

"Couple ou célibat" pour en savoir plus.



La relation de couple

La couleur rose de l'arc-en-ciel,
ce sont les **relations**
que nous avons avec notre **famille**.

Il existe différents types de famille.

Vous pouvez lire le texte
"La famille" pour en savoir plus.



La relation familiale

La couleur bleue de l'arc-en-ciel,
ce sont les **relations**
que nous avons avec nos **amis**.

Vous pouvez lire le texte
"Amis ou non?" pour en savoir plus.



La relation d'amitié

La couleur jaune de l'arc-en-ciel,
ce sont les personnes
que nous rencontrons au travail
ou les **professionnels**
qui nous **accompagnent**.

Vous pouvez lire le texte
"Amis ou non?" pour en savoir plus.



La relation professionnelle

La couleur orange de l'arc-en-ciel,
ce sont les personnes
que nous connaissons
de vue ou de nom
avec qui nous ne parlons pas souvent.

Nous ne les connaissons pas bien.

Vous pouvez lire le texte
"Amis ou non?" pour en savoir plus.



Une connaissance

La couleur rouge de l'arc-en-ciel,
ce sont les personnes
que nous n'avons jamais vu,
ce sont les **inconnus**.

Vous pouvez lire le texte
"Amis ou non?" pour en savoir plus.



Des inconnus

2. Les différentes relations

Tout le monde connaît
différents types de personnes.

Par exemple,
nous connaissons des personnes
qui sont proches de nous,

mais nous connaissons aussi
des personnes qui nous sont
moins **familières**.



Nous agissons de manière différente avec chaque type de personne.

Par exemple,
nous ne disons pas bonjour
de la même manière

- à notre voisin,
- à notre chef,
- ou à un **inconnu**.

Nous ne disons pas non plus bonjour
de la même manière à notre petit ami
ou au petit ami de quelqu'un d'autre.



**On dit «bonjour»
de manière différentes
selon les personnes**

Vous savez pourquoi nous agissons
de manière différente
en fonction des personnes ?

Parce que nous **entretiens**
des **relations** de natures différentes.

Les relations peuvent être :

- **amicales**,
- **familiales**,
- **professionnelles**,
- **amoureuses**,
- de voisinage,...



Les relations

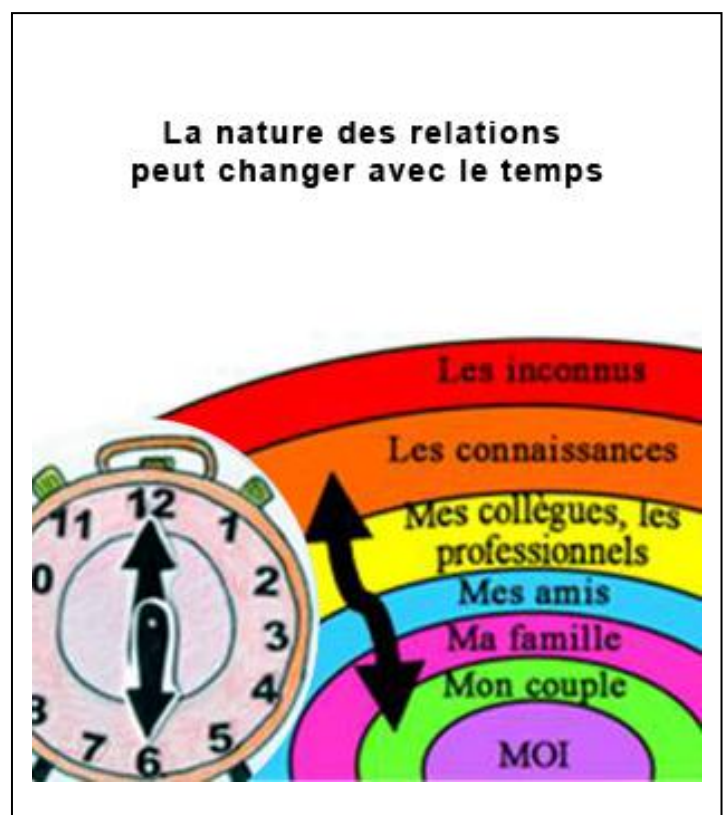
Les différents types de relations

L'arc-en-ciel permet
de mieux comprendre
comment vous comporter
avec les différentes personnes
de votre entourage.



Nos **relations** peuvent
changer avec le temps.

Une personne peut changer
de **niveau**, de couleur.



Par exemple,
nous pouvons rencontrer en activité,
une personne
que nous ne connaissons pas.

Dans l'arc-en-ciel,
c'est une personne en rouge :
une **inconnue**,
une personne qui nous est **étrangère**.



Si, avec le temps,
nous apprenons à la connaître ,
cette personne peut
devenir un de nos **amis**.

Dans l'arc-en-ciel,
nous la mettrons alors
au **niveau** bleu :
c'est le niveau :

- des **amis**,
- des copains,
- des proches.



Dans l'arc-en-ciel,
il y a différents **niveaux**.

Chaque niveau représente
un type de **relation** différent.

Nous allons revoir chaque couleur,
et donc chaque type de **relation**
un à un.



Le niveau mauve :
c'est nous-mêmes,
car on peut **entretenir**
des **relations** avec soi-même.

Parfois, on peut se parler à soi-même,
à l'intérieur de soi.

On peut aussi entretenir des relations
avec son corps.

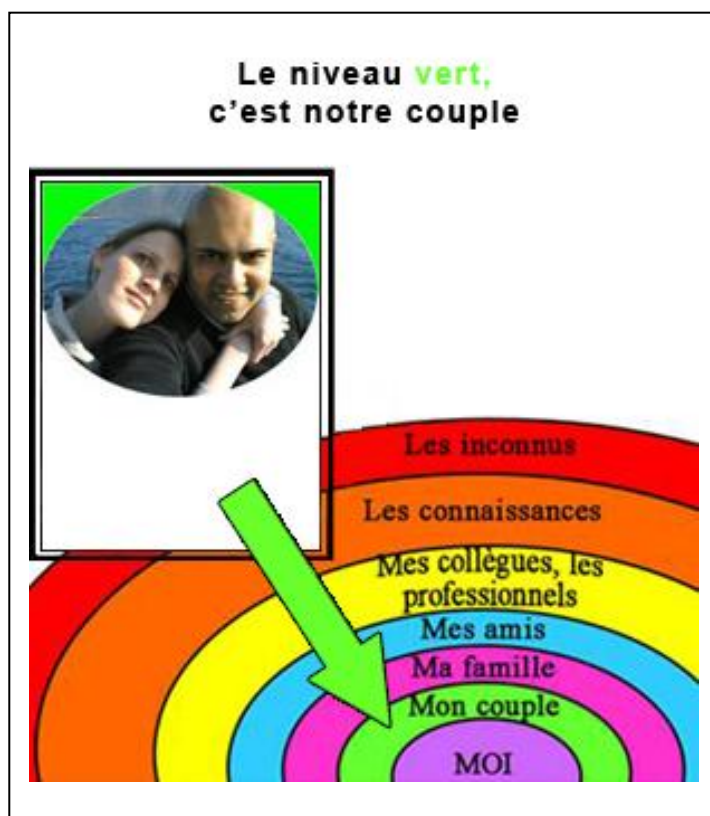
On a une bonne relation avec son corps
quand on en prend soin
et qu'on est à l'écoute de ses **besoins**.



Le niveau vert :
c'est notre **couple**.

Ce sont les **relations**
que nous **entretiens**
avec notre **partenaire**

- si nous avons un **amoureux**,
 - ou une **amoureuse**
 - ou un **mari**, ou une **épouse**,
- avec qui nous sortons,
ou avec qui nous vivons, par exemple.



Le niveau rose :
ce sont les **relations**
que nous **entretiens**
avec notre **famille** :

- nos **parents**,
- nos frères,
- nos sœurs,
- nos grands-parents,...



Le niveau bleu :
représente les **relations**
que nous **entretiens** avec :

- nos **amis**,
- nos copains,
- les gens qui sont proches de nous.

Ce sont les personnes
que nous voyons souvent
et avec qui,
nous faisons des activités.



Le niveau jaune :
représente les **relations**
que nous **entretiens**
par exemple,

- avec nos
collègues de travail,
- ou nos **éducateurs**,
- ou les personnes
qui sont des **professionnels**,
- ou qui nous **accompagnent**.



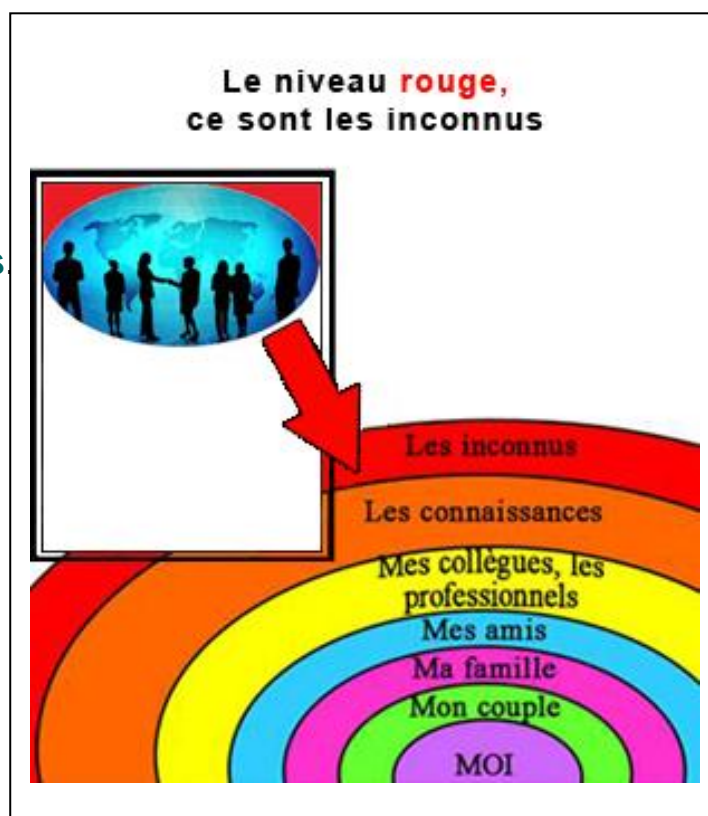
Le niveau orange :
représente les personnes
que nous connaissons
de vue ou de nom,
mais avec lesquelles
nous ne parlons pas beaucoup.

C'est le **niveau** des personnes
que nous ne connaissons
vraiment pas bien.
Nous ne les **embrassons** pas
et nous ne partons pas seuls avec eux.
Par exemple : la boulangère, ...



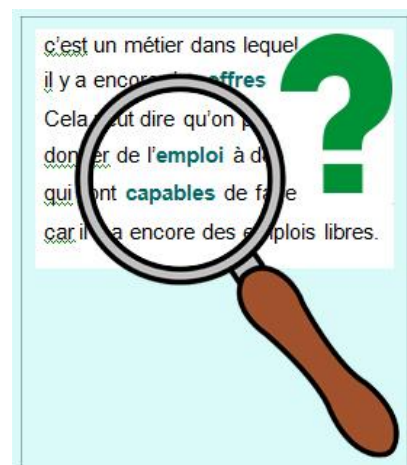
Le niveau rouge :
c'est le **niveau** des personnes
que nous ne connaissons pas du tout,
des les **inconnus**,
des personnes qui nous sont **étrangères**.

Nous pouvons les croiser dans la rue
ou en rencontrer dans les magasins.
Ce sont les personnes
à qui nous ne disons pas
obligatoirement bonjour
et avec qui il faut être prudent
s'ils nous demandent quelque chose.



3. Dictionnaire : pour bien comprendre

Vous pouvez retrouver ici les explications des mots en couleur dans le texte, pour mieux comprendre.



A

Accompagner : Accompagner quelqu'un, cela peut être le guider. Cela peut être pour lui montrer le chemin ou pour lui montrer comment faire quelque chose. Accompagner quelqu'un c'est aussi l'aider à réaliser ses projets personnels, en respectant ses propres décisions, sans l'influencer.

Ami : Les amis, ce sont les personnes avec qui nous pouvons parler, ceux qui sont présents quand nous en avons **besoin**. Nous en avons généralement peu. On dit souvent que nous pouvons les compter sur nos 5 doigts.

Amour / amoureux : Etre amoureux, c'est ressentir de l'amour très fort pour quelqu'un, ce sentiment est plus fort que l'amitié. Quand deux personnes sont amoureuses elles peuvent former un **couple**, vivre ensemble (ou non), se marier (ou non).

B

Besoin : Un besoin, c'est quelque chose que l'on ressent quand quelque chose nous manque. Il y a différents types de besoins : le besoin de manger, de dormir, de respirer mais aussi le besoin de se sentir aimé, le besoin d'être tranquille, le besoin d'apprendre,...

C

Collègues de travail : Les collègues de travail, ce sont les personnes qui travaillent avec toi, ou au même endroit que toi.

Couple : Un couple, c'est comme cela qu'on appelle un groupe de deux personnes qui sont **amoureuses** l'une de l'autre.

D, E

Educateur : Un éducateur est une personne qui peut t'**accompagner** et te guider à travers les différentes étapes de la vie.

Embrasser : Embrasser, cela veut dire faire un bisou.

Epoux / épouse : L'épouse d'un homme c'est la femme avec laquelle il s'est marié. Ils se sont unis par le bourgmestre devant la loi.

Entretenir : Entretenir une relation cela veut dire avoir une relation, être en relation avec quelqu'un.

Etranger : Un étranger ou une étrangère, c'est le contraire des personnes qui sont **familiales**, c'est quelqu'un qu'on ne connaît pas et qu'on n'a jamais vu.

F

Famille / familial : Une famille c'est un groupe de personnes qui sont le plus souvent du même sang. Dans une famille il y a les **parents**, les enfants, les frères, les sœurs, les oncles, les tantes, les cousins, les cousines, les grands-parents,...

Familier : Une personne familière c'est quelqu'un qui te semble proche, presque autant qu'un membre de ta **famille**.

G, H, I

Inconnus : Un inconnu, c'est quelqu'un qu'on ne connaît pas, ou qu'on ne connaît pas bien. On ne l'a peut-être jamais vu ou on n'a jamais parlé avec.

J, K, L, M

Mari : Le mari d'une femme c'est l'homme avec lequel elle s'est mariée. Ils se sont unis par le bourgmestre devant la loi.

N

Niveau : On parle de niveau de relations pour expliquer qu'il y a différents types de **relations** et que selon les types de relations on peut-être plus ou moins proches des personnes. Par exemple, on sera plus proche de son **amoureux** que d'un **inconnu**. Ce sont des relations de niveaux différents.

O, P

Parents : Un parent désigne les personnes qui nous ont donné la vie ou qui nous ont élevés, mais aussi les membres d'une même **famille**.

Partenaire : Le partenaire, c'est l'autre personne avec laquelle on forme un **couple**. On peut avoir un partenaire **amoureux** ou un partenaire de travail, par exemple.

Professionnels : Un professionnel est une personne qui fait un métier. Par exemple, une personne qui gagne de l'argent en faisant de la peinture est un professionnel. Une personne qui fait de la peinture qui ne lui rapporte pas de l'argent n'est pas un professionnel mais un amateur.

Q, R

Relations : La relation c'est ce qui relie deux personnes, c'est le lien qu'elles **entretiennent**. Il y a des relations d'**amour**, d'amitié, des relations **familiales**, professionnelles,...

S, T, U, V, W, X, Y, Z

Pour voir plus de définitions,
rendez-vous sur www.visapourlenet.be.

4. Partenaires

Le projet visa est soutenu financièrement par la Wallonie.

L'élaboration de la rubrique VRAS a été principalement soutenue par :



Certains symboles pictographiques utilisés proviennent de la banque d'images et sont la propriété de CATEDU (<http://catedu.es/arasaac/>).

Ils sont sous licence Creative Commons: CC (BY-NC-SA).

Ils ont été créés par Sergio Palao

et transformés pour illustrer encore plus précisément le texte.

5. Références

Livre : Delville, J., Mercier, M., & Merlin M., (2000) Des femmes et des hommes. Belgique : Presses Universitaires de Namur.

<http://www.haxy.be/mental/echange-doutils-et-applications/larc-en-ciel-de-la-relation/>

6. Auteurs du texte

Les professionnels qui ont aidé à faire ce texte sont :

Rédacteur : Candice Lebon (Travailleur social, L'essentiel, SAC, Tournai, Belgique), 2007-2008.

Illustrateur : Laëtitia Jacoby, psychologue, Projet Visa pour le net, asbl Inter-Actions, service d'accompagnement (Hannut, Belgique), 2007-2008.

Correcteurs :

Vérification des informations (2010 -2013) : OASIS FAMILIALE, Planning familial de Hannut : Niina Maria Mattila (Coordinatrice de l'opération); Céline Van Heeswyck (Juriste); Delphine Bourdhouxhe et Cécile Virgo (Docteurs en médecine).

Actualisé en 2015 par : Laëtitia Jacoby, psychologue, Projet Visa pour le net, asbl Inter-Actions, service d'accompagnement (Hannut, Belgique).

Les Experts Visa qui ont vérifié la juste accessibilité de ce texte sont :

Caroline M, Dimitri D, Ariane S, Ludovic C, Alain B, Bernard W, Bénédicte K, Yves F, Rémy L, Daniel C.

Dernière actualisation du texte le : 28/01/2016



Les Experts Visa



Ils révisent des textes, des outils
et la facilité d'utilisation de sites Internet dont Visa.
Ils testent l'accessibilité d'OIP
et donnent leurs avis sur comment
rendre les choses toujours plus accessibles à tous.

Ce texte a été rédigé
et corrigé
avec la collaboration
de l'OASIS Familiale
et de l'Essentiel



Plus d'infos sur :
www.visapourlenet.be

Projet Visa pour le net
Asbl Inter-Actions
Rue de Tirlemont, 52/1
4280 HANNUT
019/51.40.77.
visapourlenet@gmail.com

