

Nos vies *au collège*

Nos vies *au collège*
est un récit **collectif**
accompagné
par Adeline Praud

Le sentiment *amoureux* n'est pas l'élément primordial de la relation.

4

D'après une fille de mon entourage, le sentiment amoureux n'est pas l'élément primordial de la relation. Elle dit que toutes les petites choses du quotidien que tu vis avec l'autre est ce qui fait l'amour. Toutes les petites attentions de bonheur ou d'attirance envers cette personne est ce qui fait la beauté de l'amour.

5

Pour moi, le sentiment est quand même important. Peu importe la situation, vous êtes liés et cela vous rend plus forts. Selon moi, le sentiment est la fondation qui fait avancer le mécanisme. C'est-à-dire que, sans le sentiment, l'amour n'a pas de saveur, il est fade. C'est le sentiment qui fait que tu as envie de faire un câlin à l'autre, de le voir, de l'aimer plus fort. Sans la fondation, rien ne marche.

Aimer engendre des avalanches de bonheur, mais aussi de jalousie et de colère. Il ne faut pas en arriver au dégoût, au risque de se lasser, et cela est le pire.

6

Avant de m'engager dans cette relation avec lui, j'étais souvent stressée. Cependant, lorsque nous nous voyions, j'étais heureuse et je ressentais de la joie. Au fil du temps, je me suis attachée à lui. Quand nous étions ensemble, j'éprouvais des frissons, je rougissais, j'avais des bouffées de chaleur et des douleurs abdominales. Durant notre relation, j'ai commencé à me maquiller davantage et à m'habiller mieux, à m'adapter à ses goûts aussi. Cela m'a permis de me sentir plus en paix car je me sentais acceptée. Cela m'a aidée à surmonter mes complexes comme ceux liés à mon nez. Au fond, je sais que je cherchais à éviter le rejet. Je me transformais pour correspondre aux attentes d'une autre personne et m'adapter à ses préférences pour attirer son attention. Lorsque nous avons rompu, j'ai perdu l'appétit. J'éprouvais toujours de l'amour à son égard. Il n'était plus là pour me reconforter. Je suis alors rentrée dans une forme de dépression. Aujourd'hui, je n'ai plus que les photos pour me rappeler les bons moments que nous avons partagés.

J'étais fou amoureux d'elle. Je ne voyais qu'elle. Quand on se voyait, un sourire se détachait de mon visage qui depuis longtemps n'en avait pas connu de sincère. Tout ça était nouveau pour moi. Je me sentais aimé et compris. Plus elle me disait "je t'aime", plus je m'attachais. Malgré tout, je n'ai pas cru à l'idée d'un amour infini car à tout moment, tout pouvait changer... et c'a été le cas. J'ai été très déçu. J'ai ressenti une tristesse profonde et une rancœur avec laquelle je vis toujours. Elle m'a fait découvrir des sentiments nouveaux. Je l'aime toujours et je ne vois pas pourquoi j'arrêteraï de l'aimer. C'était mon amour de jeunesse après tout. Cependant, à choisir entre l'amour d'une fille, l'amour familial ou encore l'amour amical, c'est l'amour familial qui prime pour moi. L'amour d'une mère est l'amour dont tout homme a besoin. Cet amour que notre mère nous porte, aucune autre femme ne pourrait nous le faire ressentir. L'amour de mon ex-petite amie me faisait penser à l'amour de ma mère et c'est l'une des raisons pour laquelle j'ai beaucoup aimé cette fille. J'ai ressenti un amour profond et réciproque. Je pense malgré tout que l'amour d'une mère est plus fort que tout, car il dure pour toujours.

7

Lorsqu'on est confronté à ce genre de situation à l'adolescence, c'est toujours compliqué d'assumer de vivre avec. Si ça tourne mal, on se sent niais. On doit faire face à la réalité de l'autre et à ses sentiments qui ne sont pas tels que l'on espérait. C'est comme se prendre un mur de plein fouet. On est alors déçu. Et c'est probablement cette déception qui nous impose ce dilemme entre garder ses sentiments pour soi (et donc ne pas prendre de risque), ou bien, aller parler à la personne et s'exposer. C'est comme de mettre tous ses sentiments accumulés pendant des jours, des semaines ou des mois sur un plateau et c'est à la personne en face, soit d'y goûter, soit de refuser.

8

Je suis quand même bien consciente qu'être en couple au collège, ce n'est pas très sexy et que pour beaucoup ce n'est pas sérieux. Le pire, ce sont les répercussions derrière, si quelqu'un l'apprend tout bêtement, c'est la pire chose qui peut arriver : le bouche-à-oreille. Dans ce cas précis, c'est lorsque l'information est transmise dans tout le collège et au bout d'un moment elle finit par être déformée.

C'est à ce moment-là qu'il faut assumer ce que l'on fait, alors qu'il est mal vu de montrer ses sentiments. Pourquoi ? N'aurait-on pas le droit à l'amour durant l'adolescence ?!

L'amour est selon moi un sujet tabou au collège où l'image de l'adolescent mystérieux qui n'a pas de cœur nous colle à la peau. Pour moi, c'est certainement l'épreuve de l'adolescence la plus dure à vivre, car il s'agit pour la première fois de prendre sa responsabilité sur quelque chose qui nous concerne uniquement.

9

C'est comme
se *prendre un mur*
de plein fouet.

Je n'ai pas eu beaucoup de relations amoureuses mais la première fois c'était assez bizarre. Quand je le voyais, j'avais les mains moites et quand j'étais avec lui, je ne voulais plus être avec mes amies. Plus je passais de temps avec lui, plus je m'éloignais de mes amies. Et au fur et à mesure de notre relation, je ne voulais plus le lâcher et ça devenait toxique. Je sais qu'il y a différentes choses qui peuvent nous amener à vivre une relation toxique. Pour moi, c'était surtout lié à l'éloignement envers mes amies. Je sais que ça peut aussi être de la violence ou que l'on peut se renfermer sur soi-même.

Toutes les relations toxiques sont différentes et la toxicité d'une relation peut vraiment nous faire souffrir. Dans ce genre de relation, c'est toujours difficile de reprendre le contrôle. Lorsque l'on y arrive, on se sent beaucoup mieux. Pour moi, ça a été un vrai soulagement. Heureusement que mes amies m'ont aidée.

12

Lorsque j'étais avec cette personne, j'avais des frissons, des bouffées de chaleur, des douleurs au ventre et parfois même je rougissais. Je voulais tout le temps être avec elle, je ne pensais qu'à elle, j'oubliais tout le reste. Je souriais plus régulièrement. Je pensais souvent à elle. Ça me faisait du bien. J'aimais passer du temps avec elle. Je m'attachais à cette personne.

Lorsque je me suis séparée d'elle, j'ai ressenti une forte perte d'appétit. J'étais plus fatiguée. À force de pleurer, j'avais mal à la tête. J'avais aussi énormément de mal à dormir. Moralement j'étais épuisée, triste, anxieuse et en colère. Je me suis sentie rejetée et j'ai éprouvé de l'incompréhension et de la déception. Mon monde s'écroulait. Je me suis isolée après cet événement. J'avais l'impression d'avoir perdu un repère. J'étais en colère et très triste.

Je me suis remise en question après cette rupture. Je pensais que j'étais peut-être le problème et que c'était ma faute si nous n'étions plus ensemble. Je cherchais même des solutions pour me remettre avec cette personne. Finalement, j'ai fini par accepter que c'était fini et le temps m'a fait surmonter mes émotions.



Je me suis rendu compte que nous aimions *les mêmes choses.*

J'étais en classe de première et elle était en classe de seconde. Nous étions dans le même lycée. Un jour, je l'ai rencontrée et nous avons commencé à nous parler. Peu à peu, nous nous sommes découverts et j'ai appris qui elle était.

Après plusieurs discussions, je me suis rendu compte que nous aimions les mêmes choses. Elle faisait attention à moi. Elle prenait soin de moi. J'étais au centre de ses attentions. C'est comme ça que je suis tombé amoureux d'elle. Peu à peu, j'ai eu des papillons dans le ventre. J'étais heureux de la voir.

14

Une fois en couple avec elle, je suis devenu très attentionné à son égard. J'ai pris soin d'elle, ce qui n'était pas dans mes habitudes. J'ai essayé de lui faire plaisir par des petites attentions (on s'est chacun offert une peluche). Néanmoins, j'aimais également avoir des moments à moi, sans elle. Je n'ai pas changé physiquement, ni au niveau vestimentaire pour elle. Par contre, je voulais la rendre fière au niveau de mes résultats scolaires.

Toutefois, à certains moments, j'ai été un peu jaloux de ses relations avec d'autres personnes. Après quelques mois, nous avons rompu car je ne ressentais plus de sentiments à son égard. Après notre rupture, j'ai ressenti une forte culpabilité et de la tristesse. Puis après, je me suis rendu compte que c'était mieux comme ça. Elle était devenue intrusive et je n'aimais pas le fait qu'elle le soit.



Il me regardait.

Durant ma vie, j'ai été amoureuse de nombreuses fois, mais l'expérience qui m'a le plus marquée date d'il y a pas mal de temps. J'étais très amoureuse. Avec ce garçon, je me sentais protégée et en confiance. Il y avait de la passion et de la joie entre nous. L'amour prenait le dessus sur tout, à tel point que je ne ressentais plus rien d'autre.

C'est lui qui m'a annoncé qu'il voulait qu'on se sépare. J'ai continué de l'aimer plus d'un an après cela. J'étais un peu triste mais je me forçais à ne pas y penser car j'avais besoin de lui prouver que j'étais heureuse sans lui et que je gardais la tête haute. Je relevais la tête et le torse quand je passais devant lui, comme si c'était un inconnu. Ma fierté était si grande que je ne faisais plus attention à mes propres émotions. Je voulais qu'il me regarde et qu'il sache que je n'avais pas besoin de lui. D'ailleurs, ça a marché. J'ai obtenu ce que je voulais : il me regardait.

Quand nous étions ensemble, je lui ai offert un bracelet commun sur lequel était écrit : « Je t'aime à l'infini ». C'était un symbole important de l'amour que l'on partageait. Maintenant, ce bracelet n'a plus aucune valeur sentimentale et je le porte sans me soucier de ce qu'il symbolisait à l'époque, même si quand je le regarde, il me rappelle ce garçon.

J'avais 15 ans et j'avais envie d'être en couple pour pouvoir flex auprès de mes potes. J'ai contacté une meuf sur Snap et ça a marché. On a fini ensemble. Fier de moi, je l'ai montrée à mes amis. Je me sentais puissant et ma relation avec la fille était sincère.

Mais quelque chose me perturbait. Un de mes amis me demandait souvent des nouvelles de la fille. Cela ne m'alarmait pas. Je n'avais pas encore montré mon visage à celle qui a été pendant un mois ma meuf (mon amoureuse). Mais un jour, j'ai pris la décision de lui montrer mon visage pour qu'on puisse se voir en vrai. Quand je lui ai envoyé ma photo, j'étais un peu stressé. Je me disais qu'elle allait me trouver moche... mais c'était déjà envoyé.

Plus tard dans la journée, je me suis rendu compte qu'elle m'avait bloqué. Puis, le lendemain, elle m'a envoyé un message sur un autre de ses comptes. Dans son message, elle disait : "pk tu m'as pas dit que tu étais noir ?" Au début, je l'ai pris à la rigolade mais j'ai compris qu'elle était sérieuse. Je l'ai appelée, mais elle m'a bloqué à nouveau.

Le lendemain, j'en ai parlé à mon meilleur ami, celui qui me demandait souvent des nouvelles de la fille. Il m'a simplement répondu que, de toute façon, elle me trompait... et que c'était avec lui ! Je me suis senti trahi. Mes autres amis se sont moqués de moi. Je l'ai très mal pris. Depuis ce jour, je ne leur parle plus.







Elle parlait *derrière* mon dos

24

J'avais une copine avec qui j'étais vraiment très très proche. On parlait tous les jours par message, appel, vidéo, etc... Je lui envoyais des photos de moi, de ma famille, de ce que je faisais mais aussi des photos de moi drôles ou gênantes. C'était ma copine donc je lui faisais forcément confiance à 100%. Mais un jour, un camarade de classe est venu me voir en me disant que cette soit-disant «copine» montrait toutes les photos de moi «gênantes», ainsi que les messages que je lui envoyais. Il m'a aussi raconté ce qu'elle disait sur moi... que j'étais gênante et qu'il ne fallait pas traîner avec moi... que je faisais pitié et plein d'autres choses comme ça. Elle parlait derrière mon dos, devant des garçons, en me rabaissant. Elle faisait ça pour se valoriser. Elle a donc montré des photos de moi sans mon consentement. Aujourd'hui, je ne lui parle plus et on fait comme si on ne se connaissait pas.

Moi, je pense que les relations amicales se font naturellement et facilement. Une bonne relation est une relation qui ne nuit pas aux autres. Pour m'adapter aux différences, j'essaie de mettre à l'aise l'autre. Je pense qu'il faut rester soi-même dans une relation, qu'il ne faut pas jouer un rôle pour que ça plaise à l'autre. Je suis capable de m'approcher de gens seuls pour passer du temps avec eux, par exemple, si ces personnes sont jugées ou harcelées. Je me moque du regard des autres lorsqu'il s'agit d'aider ces personnes à sortir de la solitude. Le regard des autres m'importe peu.

J'ai déjà dû m'adapter à l'autre deux fois pour des raisons bien différentes. La première fois, je devais me limiter dans mes activités avec les autres mais l'autre personne aussi. La deuxième fois, c'était la pire. Je n'étais pas libre de mes faits et gestes à cause de la jalousie de l'autre.

25

Pour m'adapter avec la première personne, j'ai eu une discussion sur les «règles» de notre amitié et pour la deuxième, j'ai juste obéi... par peur. (...) Je pense qu'il est pertinent de s'adapter aux autres car chacun a ses limites, mais il faut faire attention à se respecter. En revanche, je pense qu'il est débile de devoir ressembler à une personne afin de recevoir son amitié ou son amour, car il ou elle doit t'aimer toi et pas aimer une autre version de ta personnalité. Je ne pense pas non plus qu'il faille cacher ses opinions et ses différences. (...) Le jugement c'est humain. Avant, je critiquais mes amis parce que leur couple était gênant. Je réalise que j'ai dû affecter leur relation car certains se sont séparés. Avec du recul, je comprends que j'étais jalouse. (...) Je ne suis pas sur les réseaux sociaux, même si j'adorerais... De ce que je sais, on peut très facilement s'y faire critiquer...

J'ai déjà observé des violences verbales :
une ou des personnes menaçaient de frapper l'autre,
de l'attaquer lui ou ses proches, de le forcer à ne plus
avoir de contact avec d'autres amis... J'étais indignée,
choquée, blessée et j'avais peur. Mais j'ai compris
que la personne n'irait pas au bout de ses actes.
Je me suis écartée de ces personnes pour me protéger.
Aujourd'hui, si cela m'arrivait, j'en parlerais.

T. était nouveau au collège. Les premiers jours
se sont très bien passés. Mais après deux mois,
les choses ont changé. Ses camarades de classe
se moquaient de lui car il ne parlait pas très bien
français. Aussi, il ne pouvait pas faire ce qu'il voulait
car les autres élèves disaient que c'était un nouveau
et qu'il devait être plus respectueux. Après un moment,
il ne voulait plus se laisser faire et il répondait à
toutes les menaces, même s'il était seul. Ses camarades
de classe ont finalement arrêté de l'embêter. En fin
d'année scolaire, il avait davantage sa place en classe.
Il s'y était fait des amis.



J'ai déjà essayé de modifier mes relations à cause du jugement des autres. J'ai déjà commencé à me juger très fortement suite à des jugements envers moi. J'ai aussi eu des appréhensions à déclarer ma flamme à cause du jugement des autres...

Tout cela prend une place énorme dans nos vies. Les réseaux sociaux par exemple nous mettent beaucoup de pression et il y a facilement des critiques et des moqueries car l'on peut se cacher derrière son téléphone. Je pense que les mots blessent parfois plus que la violence physique. Des insultes, des moqueries, des surnoms peuvent rester et nous faire douter de nous. (...) L'effet de groupe nous pousse à faire des choses qu'on n'aurait pas pensé faire tout seul.







J'ai subi beaucoup de harcèlement au collège. On me disait par exemple « Tu as une grosse tête et tu es moche ». On m'a aussi surnommé « Gros lard ». Sur les réseaux sociaux, on m'envoyait des photos de personnes grosses, des blagues sur mon poids, ainsi que sur mon apparence...

Vu que mon apparence répugnait la plupart des gens, j'étais toujours seul. Cela a créé une indépendance vis à vis des autres, que ce soit en dehors du collège ou dedans. J'avais du mal à supporter ça. J'ai donc décidé de faire du sport pour me sentir mieux.

36

Ma meilleure amie et moi, on se connaissait depuis la petite section. Nous étions très proches. Mais à l'arrivée au collège, elle a changé. C'était comme si elle ne voulait plus rester avec moi. Je me suis dit qu'elle avait grandi et qu'elle en avait peut-être marre de rester avec moi. Pendant toute l'année de 6ème, elle a été très distante. Arrivée en 5ème, elle ne m'a plus parlé. Jusqu'au jour où elle est venue me voir avec son nouveau groupe d'amies, pour me demander si je voulais bien trainer avec elles. J'ai accepté car je me sentais très triste sans elle, mais en restant avec elle, j'ai remarqué qu'elle avait beaucoup changé. Elle n'était plus du tout comme avant. Je me sentais très mal dans ce groupe car pour que j'y reste, il fallait que je fasse des choses que je ne voulais pas faire. J'ai donc quitté ce groupe et je me suis fait une nouvelle amie avec qui je m'entends très bien.

J'ai remarqué
qu'elle avait
beaucoup *changé*.

Ils me poussaient
à *me battre* souvent
en me traitant
de "*pédale*".

37

J'ai déjà été influencé par un ami et par un groupe d'amis. On me demandait d'être méchant et de rejeter des amis proches, parfois même mes vrais amis, tout ça parce que je voulais me faire accepter par un autre groupe. J'avais de faux amis. Ils me mentaient souvent et se servaient de moi pour commettre des bêtises. Ils me poussaient à me battre souvent en me traitant de "pédale".

Tout a dérapé quand on a commencé à se toucher physiquement (en se frappant), puis je suis parti après avoir perdu plusieurs amis et abandonné un groupe de faux amis.

Généralement je n'ai pas de soucis pour me faire des amis, car les autres viennent vers moi. Mes relations se passent très bien, mais j'ai conscience qu'il n'est pas facile pour tout le monde de se faire des amis, surtout de bons amis, des amis avec qui on a une bonne relation, sans moquerie, insultes, violence, ou discrimination, des amis avec qui on peut avoir de bons délires, des rigolades et de la complicité, des amis qui nous soutiennent et sur lesquels on peut compter. (...) Je pense qu'il est important d'encourager l'amitié fille-garçon, malgré les moqueries que cela peut provoquer.

Il n'est pas forcément facile d'avoir une relation amicale avec quelqu'un. Cela dépend du caractère des personnes. Par exemple, si une personne est très agitée et l'autre très calme, ça peut parfois irriter les deux personnes. Je pense que l'on ne doit pas avoir à cacher ses différences ou ses opinions pour plaire à quelqu'un, surtout si la personne nous apprécie vraiment... Si l'on s'oblige à ressembler à l'autre, on finit par être triste car on ne peut plus faire ce qu'on veut. Je pense qu'une relation peut fonctionner même si les deux personnes n'ont pas la même opinion. Les sujets qui peuvent fâcher, il suffit de les éviter !

Les deux amies finirent par *se bloquer*.

40

C'est l'histoire d'une fille et d'une amitié. Son amie, elle la considérait comme sa sœur. Sauf que, bizarrement, plus le temps passait et plus sa copine la mettait à l'écart. Elle ne lui envoyait des messages que quand elle s'embrouillait avec ses "copines" ou bien pour critiquer ses stories. Un moment elle commença à en avoir marre et lui posa une question "Es-tu amie avec moi par intérêt ?". Sa copine lui répondit "Casse pas la tête avec tes questions bêtes, tu me saoules". Sur le coup elle comprit que ce n'était pas une bonne copine et qu'elle n'était là que par intérêt, comme sa mère l'avait prédit. Elle décida donc de mettre fin à cette amitié et les deux amies finirent par se bloquer.

Avoir une relation amicale n'est pas simple, car c'est quelque chose à entretenir régulièrement et que tu ne peux pas lâcher comme ça. Ça demande des sacrifices. C'est la communication qui permet de créer de la confiance. Nous ne sommes pas obligés de tout nous dire de toute façon.

Concernant mes relations... c'est compliqué... il y a des hauts et des bas et beaucoup de malentendus qui finissent en histoires... Je ne déteste pas certaines personnes, mais j'en déteste d'autres. Je fréquente des personnes intéressantes, oui, car je ne traînerais pas avec elles sinon. Mais c'est pas simple d'avoir de bonnes relations, et parfois, ça finit en grosses embrouilles. Donc, oui c'est compliqué.

41

Elles menaçaient de *m'exclure*.

En troisième, j'avais deux amies inséparables. Nous formions un trio complice, partageant nos secrets, nos rires et nos moments de détente. Mais un jour, tout a basculé. Mes amies ont commencé à fréquenter un groupe plus populaire. Leur désir d'appartenance les a poussées à changer d'avis sur tout, y compris sur moi. Elles ont commencé à me critiquer, à me rabaisser et à me faire du chantage. Et si, je ne me conformais pas à leurs nouvelles règles, elles menaçaient de m'exclure. J'ai éprouvé de la déception et de la tristesse, car je me sentais mise à l'écart. J'ai aussi ressenti de la colère face à leur changement d'attitude et à leur chantage affectif. J'étais tiraillée entre mon besoin de rester avec elles et ma dignité. J'ai finalement choisi de m'éloigner. J'ai perdu mes amies, mais j'ai gagné en confiance en moi.

Cette expérience m'a appris que l'amitié véritable ne repose pas sur la peur du rejet, mais sur le respect mutuel. Néanmoins, personne ne voulait rester avec moi après cela. J'ai dû faire face à une année sans amis.







Je n'étais *pas* la *première*.

50

C'était l'été, j'étais au camping dans le sud de la France. Il faisait chaud. J'étais très heureuse. Je m'étais fait beaucoup d'amis. Un soir, tous ensemble, nous avons décidé d'aller à la boîte de nuit du camping. On s'est amusé comme jamais. À un moment, un garçon que j'avais repéré à plusieurs reprises, mais à qui je n'avais jamais osé parler, est venu me voir. Nous avons fait connaissance. Une fois la fête terminée, il m'a demandé s'il pouvait me raccompagner à mon mobile-home. J'ai accepté et sur le chemin du retour, tout en discutant, nous nous sommes tenu la main. Une fois arrivés devant chez moi, le garçon m'a enlacée sans me demander si j'étais d'accord. Pour moi, à ce moment-là, ce n'était pas grave. Ensuite, le garçon m'a embrassée, toujours sans me demander. Je me suis laissée faire, sans comprendre ce qu'il se passait. Peu à peu, il a commencé à mettre ses mains là où il ne doit pas. J'ai essayé de les lui enlever, mais il m'a pris les mains pour m'empêcher de bouger. Quand il a eu fini ce qu'il avait commencé, il est parti dans la direction opposée.

J'ai pleuré toute la nuit en silence, sans rien comprendre à ce qui venait de m'arriver. Le lendemain, je n'en ai parlé à personne. Ce jour-là, je suis tombée sur le garçon en question. Il était en train d'embrasser une autre fille. Et moi, je me sentais sale... C'était dur. Je faisais des cauchemars.

Je n'ai pas réussi à en parler à mes parents tout de suite. En revanche, j'en ai discuté avec mes amies. L'une d'entre elles est allée voir la sécurité du camping pour tout raconter. D'autres sont également allées voir le garçon pour qu'il s'explique. Puis, la sécurité en a parlé aux parents du garçon. J'ai été mal à l'aise face à tout ça. Apparemment, le garçon s'est juste fait gronder par ses parents et la sécurité. Je sais qu'il a recommencé avec d'autres filles. Et moi, je sais que je n'étais pas la première.

51

J'ai finalement réussi à en parler à mes parents. Ils m'ont accompagnée dans tout cela. Aujourd'hui, je m'en suis remise, mais je reste assez traumatisée et je fais parfois des cauchemars. J'ai également très peur de revoir ce garçon puisque je retourne dans le même camping cet été. Même si je vais mieux, je me sens toujours aussi sale. Il n'avait pas le droit de faire cela. C'était la première fois qu'un garçon me touchait et c'était sans mon consentement.

Je pense que l'amour au collège c'est compliqué car tu ne sais pas forcément quoi faire. Tu ne sais pas si tu dois aller vers la personne et lui dire ou si tu dois garder ça pour toi. Je pense qu'il vaut mieux ne rien dire pour garder son amitié avec la personne. De toute façon, je pense que cela ne sert pas à grand-chose d'être en couple à notre âge. Pour moi, les amis, ça passe avant tout ! Ils sont plus importants car un couple au collège ne peut pas durer longtemps. On n'est pas assez mature pour être en couple et que ça dure. Quand je suis amoureux, je ne sais pas quoi faire car je me dis que dans tous les cas, ça ne va pas fonctionner. Je préfère donc ne rien dire, même si je ne suis pas sûr que ce soit la bonne façon de faire.

Au début de mes relations amicales, c'était difficile, il y avait beaucoup de disputes. Aujourd'hui, on s'entend mieux avec mes amis. Ce n'est pas facile d'avoir de bonnes relations. Il faut trouver les bons amis sans les laisser tomber. Il faut qu'ils ou elles soient présent.e.s pour nous et nous pour eux.

J'ai déjà subi des violences verbales de la part de mes ami.es. On m'a dit : " T'es débile, t'es bête " mais à un moment, on s'y habitue et les gens qui tiennent ces propos finissent par arrêter. (...)

Les amitiés fille - garçon, c'est possible mais compliqué à cause des moqueries des autres. Ces amitiés se brisent alors. (...)

Concernant l'amour au collège, ma vision est un peu différente, je crois que c'est pour de faux, pour faire genre. De toute façon, pour vivre une vraie relation amoureuse, il faut un vrai coup de foudre. Il ne faut pas que ça soit la première fois, la première fois c'est débile. Il faut aussi être plus grand en âge et bien dans sa tête. La personne choisie doit être présente et il faut bien la choisir car on va vivre avec, elle va élever nos enfants !

J'ai eu une expérience amoureuse qui a commencé en été. Début juillet, on a commencé par s'envoyer des messages... Dès que je la voyais, mon cœur battait et mes yeux brillaient. J'adorais ce sentiment. Un jour, j'ai décidé de lui envoyer une déclaration d'amour. Les sentiments n'étaient pas réciproques. Je me suis donc pris un « râteau ».

Je ne pense pas que l'amour serve à grand-chose. Nous n'en avons pas besoin pour avancer dans la vie. Chacun peut être amoureux, mais selon moi, c'est une perte de temps. Il vaut mieux consacrer son temps aux études et aux jeux.

Les sentiments n'étaient *pas* *réciproques.*



Je n'ai jamais pu parler
à des adultes *des insultes*
que *je recevais*.

J'ai vécu une vraie relation une seule fois. Elle ne s'est pas bien passée malheureusement. Le garçon m'insultait lorsque je refusais de sortir ou de lui parler par message. J'avais l'impression que sans lui j'étais nulle, que c'était constamment de ma faute si on se disputait. J'y ai mis un terme de moi-même, lassée de devoir constamment marcher sur des œufs lorsqu'il était dans les parages. Il réglait toutes ses histoires par de fausses excuses. C'était une sorte de relation où je dépendais de lui. Je n'étais pas bien lorsqu'il m'agressait, jusqu'à en stresser.

Je n'ai jamais pu parler à des adultes des insultes que je recevais ou de l'intimidation qu'il me faisait subir, car ils ne me prenaient pas au sérieux. Les adultes pensaient que ce n'était qu'une amourette de collégienne et ils me répétaient que ce n'était pas une vraie relation lorsque j'essayais d'aborder le sujet. Peut-être avaient-ils raison ? Mais je ne pense pas que ça lui donnait le droit de me traiter ainsi. Mes amies ne savaient pas quoi faire. Elles me disaient de rompre, mais j'avais l'impression que sans lui, j'étais inutile.

Je ne sais pas si je peux aller jusqu'à dire que cette relation était toxique. C'est vrai qu'elle n'était pas très saine, mais j'ai du mal à la qualifier. C'était la toute première fois que j'étais vraiment en couple, alors je n'ai pas envie de dire n'importe quoi. Selon moi, une relation peut être qualifiée de toxique si les deux personnes concernées ne se font pas du bien mutuellement. Peut-être était-ce le cas ? Ou au contraire, cela n'avait-il rien à voir ? Quoi qu'il en soit, c'est derrière moi et j'ai envie de passer à autre chose.

Je suis déjà tombée amoureuse de quelqu'un. C'était un garçon du même âge que moi. Nous étions amis avant qu'il ne m'avoue ses sentiments. Par la suite, nous avons été en couple. Notre relation n'était pas secrète car il est difficile de garder une relation secrète à notre âge. Au début, notre relation était sérieuse car nous n'allions pas voir ailleurs mais, plus le temps passait, plus il s'intéressait aux autres filles. C'est la raison de notre rupture. Je n'étais pas jalouse. Il a préféré tenter sa chance ailleurs. Il est maintenant en couple avec une autre fille que moi. Mais cela ne m'intéresse plus.

Ça s'est fini un peu
comme ça avait commencé.
Petit à petit.

58

Pour moi, l'amour se résume à peu près en trois mots : communication, respect et consentement. Ces trois mots sont plutôt importants. Dans ma relation amoureuse, j'aime que mon amoureux soit à mon écoute. Cela me provoque de la joie et engendre de la confiance. Par contre, ce que je trouve négatif dans notre relation, c'est les autres. À chaque fois, nous recevons des réflexions, cela nous dérange quand on discute tous les deux...

L'amour, c'est aimer une personne et se sentir bien avec elle. Je pense que c'est bien d'être amoureux mais il ne faut pas non plus se laisser aveugler par cela ou devenir jaloux et surveiller la personne. Je n'ai pas eu d'expérience récente. En revanche, ma plus longue relation a duré deux ans. C'était super, on se parlait souvent et c'était cool. Le problème, c'est que notre histoire a dû se terminer car on n'allait pas être dans le même collège à la rentrée.

59

L'amour, c'est comme l'amitié, mais en plus fort. On partage plus de choses. J'ai déjà été en couple mais cela est terminé et je n'ai aucun regret. Je pense que cela s'est fait petit à petit. Il n'y a pas eu de grands changements d'un seul coup. Ça s'est fini un peu comme ça avait commencé. Petit à petit.

Je n'ai pas ressenti de sentiments spéciaux après la rupture. J'ai eu un crush pour une autre personne après cela, mais je ne lui ai jamais dit car je n'en ai jamais eu le courage. J'avais peur du « non » ou de gâcher l'amitié qu'il y avait entre nous.



Pendant deux années successives, j'ai été harcelée. Tout a commencé par des remarques négatives parce que certaines de mes amies étaient jalouses de moi. Au début, je n'y prêtais pas vraiment attention. Mais plus tard, de fausses rumeurs ont circulé, provoquant des commentaires et des moqueries. On me disait que c'était pour rigoler, mais ça ne l'était pas. On me menaçait de me faire la misère si j'osais parler ou si je refusais de faire ce qu'on me forçait à faire. J'avais l'impression que mon corps ne m'appartenait plus. J'étais sous emprise.

À l'école, je n'avais plus de liberté. Auprès d'eux, ma parole ne valait plus rien. Je ne disais plus un mot. Je ne faisais plus que ce qu'ils voulaient. Un jour... C'était trop. Je n'en pouvais plus. Je leur ai dit que j'en avais marre d'être traitée comme un mouton à qui l'on dit de partir et/ou de revenir. Je pensais qu'en disant cela, ils me laisseraient tranquille et que je retrouverais ma liberté. Au contraire, ma vie a commencé à devenir un enfer. Ils ont commencé à m'insulter et à me ruer de coups en me disant que je ne méritais pas de vivre. Je me sentais comme enfermée dans une cage et que la solution était loin de moi.

Je n'osais pas en parler jusqu'au jour où je me suis confiée à mes parents. Ils ont contacté l'école. Ils me déposaient à l'école chaque matin et restaient devant le portail pendant au moins cinq minutes. Je me sentais de plus en plus rassurée. Mes harceleurs commençaient à s'éloigner de moi. Pendant deux ans, je me suis sentie très seule. J'avoue que c'était dur de rester seule, de manger seule. En classe, j'étais souvent mise de côté pour les travaux de groupe.

Après une intervention sur le harcèlement en classe, mes harceleurs sont venus s'excuser auprès de moi. Ils voulaient redevenir mes amis.









Quand les personnes se respectent, discutent et partagent des choses, cela produit un sentiment de bonheur. Si je devais résumer le sentiment amoureux en trois mots, ce serait « partage », « joie » et « respect ». La joie est produite grâce à l'amour. Le partage et le respect sont très importants pour que la relation se passe bien. S'il manque un de ces éléments, la relation risque de mal se passer.

J'ai vécu une expérience amoureuse il y a un an. Ce que j'ai aimé, c'est qu'il y avait des discussions et un vrai partage. J'étais vraiment heureuse. Le problème c'était que des personnes me narguaient. Elles disaient des choses comme : « Alors, comment ça se passe en ce moment ? » ou encore « Tu es encore en couple avec lui ? ». Cela me dérangeait.

Lui et moi, on ne discutait que par message. Au collège, on ne discutait pas assez à mon goût, par peur d'être nargués... Cela ne pouvait plus durer, j'ai donc décidé de le quitter.

70

Dans une relation amoureuse, la liberté selon moi, c'est quand une fille peut aller voir d'autres garçons et quand un garçon peut aller voir d'autres filles. Je ne suis pas en couple car ça ne m'intéresse pas. Mais pour les personnes qui sont en couple au collège, je pense qu'elles font ce qu'elles veulent. Concernant la violence dans les relations affectives, oui je connais, mais je ne veux pas en parler.

J'ai eu quelques relations amoureuses au collège. Celles qui m'ont marquée et qui me marquent encore le plus sont celles qui ne se sont pas très bien passées.

Une mauvaise relation part souvent du fait que l'on tombe amoureux- reuse de la mauvaise personne et qu'on lui découvre un côté que l'on ne lui soupçonnait pas. Moi, ça m'est arrivé en 3ème. J'étais en couple avec un garçon, avant de me rendre compte qu'il avait un humour qui se basait uniquement sur des sujets parfois délicats, voire même pas drôles du tout. Je n'ai pas eu la « révélation » de ce mauvais côté en une seule fois, mais plutôt à travers plein de petits moments qui se sont additionnés. La plupart de ses blagues portait sur de graves sujets, pour lesquels il avait l'air de prendre parti, comme l'homophobie ou le racisme. Parfois, il se servait d'événements tragiques, comme d'un viol ou d'anciennes attaques terroristes pour se rendre drôle ou intéressant. Je me suis vite rendu compte de cette habitude malsaine qu'il avait et j'ai rompu avec lui.

71

Au final, je pense qu'il vaut mieux connaître bien la personne avant de se mettre avec elle.

Je n'ai pas eu la « *révélation* ».

Selon moi, l'amour est un sentiment que tu ressens pour quelqu'un et qui a la particularité d'être plus fort que les autres. J'ai déjà eu une expérience amoureuse qui était sérieuse. Pour lui dire, je lui ai envoyé un message. Il m'a répondu « oui » et ensuite on s'est mis en couple. Aujourd'hui, on l'est toujours et notre relation se passe très bien.





Cela peut être difficile de se lier d'amitié mais étant une personne sociable, je n'ai pas trop de difficultés. J'ai beaucoup d'amis sur qui compter. Je les considère comme ma famille. Par contre, je pense que les relations amoureuses au collège sont inutiles car les garçons manquent de maturité. (...)

Le jugement des autres permet parfois de se rendre compte de choses que l'on ne voit pas, par amour ou par amitié. C'est par exemple grâce à mes copines et mes cousines que je me suis rendu compte que certains garçons qui disaient vouloir être mes amis cherchaient en fait autre chose (...)

Quand on est victime de violence, c'est dur de l'expliquer à quelqu'un. Je déconseille d'essayer. J'ai vécu un truc... comme c'était un proche, je ne pouvais rien faire par peur et par crainte des reproches au sein de ma famille...

78

C'était des amitiés *toxiques.*

J'ai été filmée sans mon accord et cette vidéo a été publiée sur les réseaux sociaux. Après cela, je me suis fait insulter sur ces mêmes réseaux sociaux. Ça a duré longtemps. J'ai subi du chantage sous pression. On voulait me faire faire des choses que je ne voulais pas faire. J'ai souvent été mise à l'écart ou rejetée par d'autres groupes d'amis. Au fond, je n'aimais pas l'amitié que j'avais avec mes «amis». C'était des amitiés toxiques. Seulement, je ne pouvais pas quitter ce groupe, car sinon j'allais rester seule. Heureusement que tout cela est fini. J'ai désormais trouvé une nouvelle bande d'amis.

79

Je pense que je me suis déjà fait juger sur mes relations et sans raison. Les gens critiquent beaucoup sans raison, sans trop savoir pourquoi. Et quand on me juge mal, je le prends très mal, cela me blesse. Je ressens de la solitude en moi quand je ne vois personne à mes côtés qui compte pour moi.

Concernant l'amour, je pense que les couples au collège, ça ne sert à rien. On est trop jeunes. En plus, ça apporte des problèmes car il y a souvent des garçons qui abusent et qui vont trop loin. Je crois que je n'ai jamais été dans une relation, parce que je n'ai pas envie de me faire juger.

Dans une bonne relation, on s'entend bien, on rigole ensemble, on discute, on s'embrouille pas pour rien, on trouve des terrains d'entente. Dans l'amitié fille-garçon, c'est différent. La fille considère le garçon comme son ami, mais souvent, le garçon s'imaginer plus qu'une amitié...





On peut *le regretter* toute sa vie.

Pour moi, l'amour est un sujet vaste car on peut avoir de l'amour pour sa famille ou pour ses animaux de compagnie. Mais on peut aussi avoir des sentiments amoureux pour une personne qu'on ne connaît pas vraiment ou que l'on considère comme une amie.

Je n'ai pas eu, pour l'instant, de relation sérieuse mais j'ai déjà ressenti de l'amour pour une personne. Malheureusement, elle n'éprouvait pas la même chose. Heureusement, j'ai réussi à vite passer à autre chose. Je me suis dit qu'un jour, je trouverai vraiment quelqu'un que j'aime et qui m'aimera en retour.

Ce n'est pas facile d'avouer ses sentiments à une personne. On peut avoir peur de sa réponse ou du regard des autres, mais il faut passer au-dessus et parfois on n'obtient que du bonheur.

Je retire de cette expérience qu'il ne faut pas avoir peur d'avouer ses sentiments à la personne ou encore avoir peur du regard des autres car on peut le regretter toute sa vie. Après tout, il se peut que la personne ressente exactement la même chose mais qu'elle n'ose pas nous le dire !



Zahra :

Est-ce que pour toi l'amour est primordial ?

Sa cousine :

Oui

Zahra :

Pourquoi ?

Sa cousine :

Car c'est une chose super importante dans la vie,
c'est un amour que la famille ne peut pas t'apporter.
C'est la base pour fonder sa propre famille.

Zahra :

Le mot amour, ça te fait penser à quoi ?

Sa cousine :

Le mot amour me fait penser à l'affection,
au partage, au respect et à la compréhension.

Zahra :

Pour toi, comment maintenir une relation saine ?

Sa cousine :

La communication,
se faire confiance,
ne rien se cacher,
se dire à chaque fois si une chose nous dérange,
se dire toujours la vérité...

Zahra :

Pour toi, qu'est-ce qu'une relation toxique ?

Sa cousine :

Pour moi une relation toxique est le mal-être
de l'un par la faute de l'autre et de ses actes.
C'est quand il y a de la peur, de l'angoisse,
ou de la tristesse quand tu es avec cette personne.

Zahra :

Comment construire la confiance
dans une relation amoureuse ?

Sa cousine :

En se confiant,
en étant toujours là l'un pour l'autre sans jugement.

Zahra :

Quelles sont les erreurs courantes
à éviter dans une relation amoureuse ?

Sa cousine :

Les cachotteries, parler sur les nerfs,
reprocher des choses qui ont été pardonnées,
parler des conflits à des personnes extérieures.



Ce projet a été développé dans le cadre d'une Classe Culturelle Numérique, un dispositif mis en œuvre par Edifice. Nos vies au collège est une Classe Culturelle Numérique imaginée par l'artiste Adeline Praud à l'invitation de Stereolux, espace de création et de diffusion dédié aux musiques actuelles et aux arts numériques à Nantes.

Ce projet est le fruit d'une correspondance entre Adeline Praud et quatre classes de 4^{ème} du département de Loire Atlantique : les 4^eB et les 4^eC du collège Sainte-Madeleine à Nantes et les 4^e2 et les 4^e3 du collège Le Haut Gevres à Treillières.

Entre novembre 2023 et avril 2024, Adeline Praud a transmis aux classes les consignes qui ont petit à petit donné vie à cet ouvrage. D'abord, à l'appui d'une visite de l'artiste dans les classes, les élèves ont choisi les sujets sur lesquels ils et elles souhaitaient travailler : le sentiment amoureux et la notion de consentement dans les relations affectives. Dans un deuxième temps, ils et elles ont préparé et mené des entretiens auprès de leur pair.es. Puis, Adeline Praud et les élèves ont créé les images qui accompagnent les récits.

Adeline Praud félicite l'ensemble des élèves et remercie : Stereolux, Mélanie Legrand, Responsable du service Action Culturelle de Stereolux, Pauline Moutaux, cheffe de projet au sein d'Edifice. La photographe remercie également l'équipe d'enseignant.es mobilisée sur le projet : Emilie Jauret-Liegeois, Cécile Billard, Chloe Arru, Mathias Fournier, Stéphanie Viau, Séverine Dubertrand, Corentin Gabory, Pascaline Vasseur. Sans l'engagement des équipes pédagogiques et le soutien des équipes de direction des établissements, de tels projets ne pourraient pas voir le jour.

Stereolux est soutenu par



avec le soutien de l'État - Direction régionale des affaires culturelles (DRAC) des Pays de la Loire.
Cet ouvrage a été en partie financé par les mécènes individuels de Stereolux.

Conception graphique : Lucile Bihannic

Édition : Adeline Praud avec l'aide de Andrea Wasaff

Photographies et textes : Les élèves et Adeline Praud

Impression : Grand Royal Studio - Media Graphic

Achevé d'imprimer en juin 2024

Maxence • Matéo • Agathe • Jeanne • Sofian • Anaé • Liam
Chloé • Guirec • Célia • Noah • Rayan • Eliott • Emma
Victoire • Manoe • Lally • Manon • Maxime • Louane
Noria • Mae • Lou-Ka • Louise • Sarah • Ismaël • Louanne
Lola • Charlotte • Amine • Maxence • Elie • Nour • Clara
Hugo • Souad • Lola • Ezio • Salomé • Lorette • Ham-Za
Chaima • Elio • Mikias • Ganza • Adam • Diego • Lewis
Elouane • Juliette • Thérésa • Hiba • Bryan • Fadrid
Agathe • Lucas • Malo • César • Camille • Joan • Syanna
Lida • Marine • Océane • Ytan • Kamé-Lia • Lylie
Timothé • Lily-Rose • Loueye • Géraud • Zahra • Louann
Christopher • Nael • Martin-Paul • Camille • Daniyah
Alyssa • Maxence • Sarah • Maël • Lily • Kylian • Suzanne
Timéo • Solène • Titouan • Léon • Benjamin • Emilie
Clément • Lola • Lyne • Imrane • Alice • Ywan • Clémence
Margaux • Kéryan • Lise • Korya • Barnabé