Situation 2 : Jamal et Hunter - Une nouvelle école

Jamal et sa famille ont récemment déménagé dans une nouvelle province. Jamal se sent anxieux dans sa nouvelle école. Il a des difficultés à se faire de nouveaux et nouvelles ami.e.s. Jamal redoute de se lever et d'aller à l'école. Il se sent tout le temps anxieux et même malade le matin. La nuit, Jamal n'arrive pas à dormir quand il pense qu'il doit aller à l'école le lendemain.

Hunter a récemment changé d'école et s'est déjà fait beaucoup de nouveaux amis. Il a également été invité à participer aux essais de l'équipe de hockey-balle de l'école. Hunter est enthousiaste et se réjouit d'aller à l'école tous les jours. Hunter aime aussi passer du temps après l'école à participer à d'autres activités extrascolaires.

Questions :

1. Identifie le facteur de stress pour Jamal.

2. De quelle manière ce stress peut-il avoir un impact négatif sur Jamal?

3. Comment ce stress pourrait-il être bénéfique pour Jamal?

Copyright 2024 Cannabis Health Evaluation and Research Partnership. Tous droits réservés .

4. Jamal et Hunter ont tous deux déménagé dans une nouvelle école (facteur de stress), mais ils vivent des expériences différentes. Explique comment et pourquoi tu penses que Jamal et Hunter font face à la situation de façons différentes.

5. Identifie les stratégies que Jamal pourrait utiliser pour prendre le contrôle de cette situation stressante.

Copyright 2024 Cannabis Health Evaluation and Research Partnership. Tous droits réservés .