

Éducation à la drogue en 5e année

Leçon 2 : Évaluer les comportements sains et à risque

Cette leçon, qui s'aligne sur les résultats du programme d'études en santé de Terre-Neuve-et-Labrador, contient les informations de base nécessaires, des gros plans sur les substances, des activités d'apprentissage, des scénarios et des guides de discussion pour faciliter la transmission du matériel.

Résultats du programme d'apprentissage en matière de santé Éducation aux drogues

1. Réaliser que l'alcool est une drogue (dépresseur).
2. Identifier des activités constructives à faire au lieu de consommer des substances.


Santé mentale

1. Identifier ses intérêts personnels, ses capacités et ses points forts.
2. Comprendre les relations entre la santé physique et mentale et le bien-être général.

Les relations

1. Appliquer le processus de prise de décision aux activités quotidiennes.
2. Décrire quelques problèmes personnels ou liés à l'entourage et prévoir comment y faire face.

[Lien](#) avec les résultats du programme d'études de Terre-Neuve-et-Labrador (TNL)



Leçon 1 : Comprendre les drogues et les médicaments
Leçon 2 : Évaluer les comportements sains et à risque
 Leçon 3 : Facteurs qui influencent la prise de décision



Aperçu de la leçon 2 :

Évaluer les comportements sains et à risque

Règles de base

- Activité pédagogique 1 : Comprendre les comportements sains et à risque
- Activité pédagogique 2 : Faire des choix : Comportements sains et comportements à risque

Informations générales

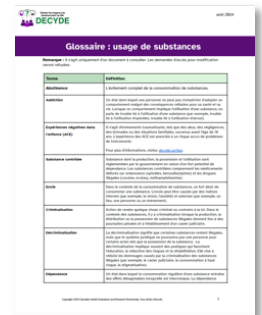
Définition des drogues

Les drogues sont des substances ou des produits chimiques qui affectent le fonctionnement de notre corps et de notre esprit. Certaines drogues sont des médicaments qui aident les gens à se sentir mieux. Ils peuvent être utilisés pour prévenir, guérir ou atténuer les symptômes. Les drogues peuvent également être utilisées de manière dangereuse. Elles peuvent affecter le fonctionnement du cerveau et avoir des effets négatifs sur le développement et le fonctionnement du corps. Les médicaments utilisés de manière dangereuse peuvent modifier la façon dont les gens se sentent, pensent ou se comportent.

Voici quelques exemples de médicaments :

- Alcool (par exemple, bière, coolers, vodka, whisky, vin)
- Caféine (par exemple, boissons énergisantes, café, thé, boissons gazeuses)
- Cannabis ou marijuana
- Hallucinogènes (par exemple LSD, champignons)
- Médicaments (par exemple, inhalateurs, EpiPens, médicaments contre la fièvre, médicaments contre la nausée, médicaments contre l'anxiété)
- Nicotine (par exemple, tabac, cigarettes, vapes à la nicotine)
- Opioïdes (codéine, morphine, fentanyl, héroïne)
- Médicaments en vente libre (par exemple, sirop contre la toux, médicaments contre la douleur)
- Stimulants (par exemple, nicotine, amphétamines [par exemple, Adderall, crystal meth], méthyphénidate [par exemple, Ritalin], cocaïne)
- Vaccinations (par exemple, grippe, COVID-19, tétanos)

Le [glossaire DECYDE sur la consommation de substances psychoactives](#) est un recueil complet de termes et de concepts clés liés à la consommation de substances psychoactives. Conçu pour aider les éducateurs et les mentors, ce glossaire fournit des définitions pour améliorer la compréhension et la communication autour des sujets liés à la consommation de substances qui sont pertinents pour DECYDE.



GROS PLAN SUR LES SUBSTANCES

Les [gros plans sur les substances](#) visent à fournir aux éducateurs et éducatrices des informations sur les différentes drogues qui sont incorporées dans les activités d'apprentissage. Chaque fiche résume la manière dont la drogue est utilisée, ses effets, le moment où il faut demander de l'aide d'urgence et la manière de rester en sécurité. Les gros plans sur les substances sont destinés à aider les éducateurs et éducatrices à dispenser une éducation sur les drogues et ne sont pas destinés à être utilisés directement par les élèves, à moins que cela ne soit jugé approprié.

Principales considérations

La connaissance des ressources suivantes aidera les éducateurs et éducatrices à mettre en œuvre les activités d'apprentissage.



Utiliser une approche d'éducation à la santé basée sur les compétences (SBHE)

Le SBHE est une approche d'apprentissage qui utilise des méthodes d'apprentissage interactives. Cette approche est utilisée tout au long des activités d'apprentissage afin que les élèves puissent acquérir des compétences qui leur permettront de promouvoir et de protéger leur santé et leur bien-être. Consultez [l'infographie SBHE](#) pour plus d'informations sur la SBHE et des exemples de méthodes d'enseignement interactives et d'évaluation.



Intégrer le modèle de prise de décision FACE

Tout au long des leçons, le modèle de prise de décision FACE est utilisé pour guider les discussions et les activités. Les questions associées à chaque étape du modèle de prise de décision FACE sont destinées à être utilisées par les éducateurs pour sonder les élèves lors d'activités d'apprentissage basées sur des scénarios. Pour plus d'informations, consultez [l'infographie FACE](#).



Prendre en compte les expériences négatives vécues pendant l'enfance et mettre en œuvre des pratiques fondées sur les traumatismes qui soutiennent les principes de réduction des risques.

Les ACE sont des événements traumatisants qui se produisent avant que l'enfant n'atteigne l'âge de 18 ans. Les élèves qui ont vécu des expériences traumatisantes sont plus enclins à essayer des drogues. Cela peut avoir un impact sur leur capacité à s'engager dans l'apprentissage des substances. [L'infographie sur les ACE](#) met en évidence les types d'ACE qui peuvent avoir un impact sur les jeunes et propose des stratégies pour les éducateurs et éducatrices. L'intégration de l'éducation précoce aux drogues et des principes de [réduction des risques](#) peut encourager les jeunes à faire des choix sécuritaires et éclairés et à réduire les conséquences négatives potentielles. Comprendre l'impact des traumatismes résultant des ACE permettra aux éducateurs et éducatrices d'être mieux armés pour soutenir l'apprentissage des élèves. [L'infographie sur les pratiques éclairées par les traumatismes \(TIP\)](#) fournit des informations sur cette approche fondée sur les points forts à l'intention des éducateurs.



Soutenir le bien-être émotionnel des élèves

Les discussions sur la consommation de drogues ou de substances peuvent susciter toute une série de sentiments. Il est essentiel d'établir un rapport positif pour engager efficacement les jeunes dans des conversations d'apprentissage. Il est important de respecter les commentaires, les questions et les préoccupations des élèves concernant la consommation de drogues, quelles que soient leurs opinions personnelles. Si nécessaire, encouragez les élèves à parler au conseiller ou la conseillère d'orientation de l'école ou à un.e autre adulte de confiance. Des aides supplémentaires sont disponibles sur le [site web de DECYDE](#).



Utiliser un langage à la première personne

L'utilisation d'un langage à la première personne non stigmatisant peut créer un environnement qui encourage les élèves à s'engager dans des conversations ou à demander de l'aide. Pour plus d'informations sur la stigmatisation et des conseils pour les éducateurs, consultez [l'infographie sur la stigmatisation](#).

Leçon 2 : Évaluer les comportements sains et à risque



Activités d'apprentissage et ressources pédagogiques

Activité pédagogique 1 : Comprendre les comportements sains et à risque

Activité pédagogique 2 : Faire des choix : Comportements sains et comportements à risque

Ressources pour Les enseignant.es :

- [Infographie sur les ACE](#)
- [Infographie sur la consommation de substances psychoactives par les aidant.e.s](#)
- [Infographie sur les TIP](#)
- [Infographie sur les catégories de médicaments](#)
- [Modèle de prise de décision FACE](#) : Version pour les élèves du primaire, Version pour les enseignant.e.s
- [Infographie sur les facteurs influençant la prise de décision](#)
- Instantanés de substances : [Cannabis inhalé](#), [cannabis](#), [alcool](#), [articles ménagers](#), [caféine](#), [stimulants](#)

Note aux enseignant.es :

L'[infographie sur les ACE](#) met en évidence les types d'ACE qui peuvent avoir un impact sur les jeunes et l'[infographie sur les TIP](#) propose des stratégies pour les éducateurs et éducatrices. Les écoles sont un facteur de protection pour les élèves et les enseignant.e.s peuvent jouer un rôle important dans le soutien aux élèves et à leurs familles. Les enfants dont les soignant.e.s font un usage à haut risque de substances psychoactives peuvent également avoir besoin d'un soutien supplémentaire. Consultez l'[infographie sur l'usage de substances par les soignant.e.s](#) pour obtenir des conseils sur la manière dont les éducateurs peuvent aider les enfants dans la salle de classe.

Règles de base



Introduisez la leçon par une discussion sur les règles de base importantes qui encouragent les comportements respectifs. Engagez une conversation avec les élèves pour établir ensemble une liste de ces règles de base. Encouragez-les à apporter leurs propres idées, tout en respectant les comportements respectifs suivants tout au long des activités d'apprentissage. Revoir et ajuster les règles de base au début de chaque activité d'apprentissage.

- Encouragez les questions et les discussions ;
- Respecter les opinions des uns et des autres ;
- Écouter attentivement lorsque d'autres personnes s'expriment ;
- Utilisez un langage respectueux ;
- Évitez d'utiliser des noms de personnes lorsque vous partagez les expériences d'autres personnes. Utilisez plutôt "Quelqu'un que je connais..."

Activité pédagogique 1 : Comprendre les comportements sains et à risque

Objectifs de l'activité d'apprentissage :



- Identifier les comportements sains et les comportements à risque
- Examiner les comportements sains et à risque dans les activités quotidiennes
- Examiner les comportements sains et à risque liés à la consommation de médicaments et de drogues
- Écouter et interagir de manière ciblée avec leurs pairs
- Utiliser le questionnement pour faciliter la prise de décision et la résolution de problèmes
- Faire preuve d'esprit critique pour prendre des décisions et résoudre des problèmes

Matériaux :

- Pistes de discussion
- [Tableau en T des comportements sains et à risque](#) (version élève, version enseignant.e)
- Exploration : Évaluer les niveaux de risque
 - [Évaluer les nombreux risques](#)
 - [Cartes de situation](#)
- [Carte de réflexion de sortie : Comportements sains et comportements à risque](#)

Introduction

Les élèves étudieront des exemples de **comportements sains** et de **comportements à risque**. Engagez une discussion avec eux sur les activités qu'ils considèrent comme des comportements sains ou des comportements à risque. Un comportement sain est bénéfique pour vous et votre santé, tandis qu'un comportement à risque peut potentiellement nuire à votre santé ou à celle de quelqu'un d'autre. Les élèves peuvent se référer à leurs réflexions de la leçon 1, activité d'apprentissage 2, et partager les activités qu'ils ont suggérées comme moyens de rester en sécurité pendant les activités quotidiennes.



Pistes de discussion :

- Réfléchissez à des exemples de comportements sains. Pourquoi considérez-vous cette activité comme un comportement sain ?
- Quelles sont les activités que vous pratiquez à la maison et que vous considérez comme des comportements sains ?
- Quelles sont les activités que vous pratiquez à l'école et que vous considérez comme des comportements sains ?
- Quelles sont les activités de plein air que vous aimez pratiquer et que vous considérez comme des comportements sains ?
- Quels sont d'autres exemples d'activités intérieures saines ?
- Quels sont les exemples de comportements alimentaires sains ?

Orientez la discussion vers une réflexion sur des exemples de comportements à risque.



Pistes de discussion :

- Réfléchissez à des exemples de comportements à risque. Pourquoi considérez-vous que cette activité est un comportement à risque ?
- Quelles sont les activités à la maison que vous considérez comme des comportements à risque ?
- Quelles sont les activités scolaires que vous considérez comme des comportements à risque ?
- Quelles sont les activités de plein air que vous considérez comme des comportements à risque ?
- Quels sont les autres exemples d'activités intérieures à risque ?
- Quels sont les exemples de comportements à risque liés à l'alimentation ?

Ensuite, à l'aide d'un tableau en T, poursuivez la conversation et demandez aux élèves de partager des activités et de déterminer s'il s'agit de comportements sains ou de comportements à risque. Vous pouvez utiliser les suggestions ci-dessous et demander aux élèves d'associer ces activités spécifiques à des **comportements sains** ou à des **comportements à risque**. Indiquez une activité et enregistrez chaque activité dans les rubriques correspondantes. Parfois, les élèves peuvent déterminer qu'une activité est à la fois un comportement sain et un comportement à risque.

Les élèves peuvent également avoir une copie de leur propre [tableau en T sur les comportements sains et à risque](#). Les élèves peuvent utiliser leurs propres fiches en T vierges pour noter des exemples. L'enseignant.e peut partager des exemples authentiques d'activités personnelles et discuter avec les élèves pour savoir s'il s'agit de comportements sains ou à risque.

Nom : _____
5e année Leçon 2
Activité d'apprentissage 1

Comportements sains et à risque

Comportements sains	Comportements à risque
Un comportement sain est bénéfique pour notre santé et/ou celle de quelqu'un d'autre	Un comportement à risque pourrait potentiellement nuire à notre santé et/ou à celle de quelqu'un d'autre

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

Version pour les enseignant.e.s :

Comportement sain : Un comportement sain est bénéfique pour votre santé et celle d'autrui.	Comportement à risque : Un comportement à risque peut potentiellement nuire à votre santé ou à celle de quelqu'un d'autre.
<ul style="list-style-type: none"> ○ Manger des fruits et des légumes ○ Jouer dehors ○ Boire de l'eau ○ Rejoindre une équipe ou un club ○ Faire du sport ○ Faire de l'artisanat ○ Lire ○ Aller à l'école à pied ○ Faire du vélo avec un casque ○ Bien dormir 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Jouer à des jeux vidéo tard dans la nuit/se coucher trop tard ○ Ne pas porter de casque à vélo ○ Boire beaucoup de boissons sucrées ○ Vapoter ○ Être passager d'un véhicule dont le conducteur a consommé trop d'alcool ○ Respirer de la fumée secondaire ○ Se trouver dans une zone où il n'y a pas de service de téléphonie mobile

Exploration : Évaluer les niveaux de risque

Pour faire suite à la conversation sur les comportements sains et les comportements à risque, orientez les discussions vers l'évaluation des niveaux de risque. Examinez avec les élèves comment certains de ces comportements peuvent devenir des comportements à risque ou comment ils peuvent devenir des comportements sains. Le tableau en T peut fournir d'autres exemples d'activités. À l'aide d'exemples précis, montrez comment évaluer les niveaux de risque lors de la prise de décisions.

Affichez et expliquez l'**échelle d'évaluation des risques** pour aider les élèves à comprendre. En notant chaque activité sur l'échelle d'évaluation des risques, encouragez-les à expliquer pourquoi ils pensent qu'il s'agit d'un comportement à faible risque ou à risque élevé. Bien que les activités à risque moyen soient notées sur l'échelle d'évaluation, au niveau de la cinquième année, l'accent peut être mis sur la compréhension des comportements à risque élevé et faible.



Exemples :

- Se rendre au travail en voiture
- Faire du vélo
- Boire du vin
- Manger des salades
- Promener le chien tous les jours
- Se brosser les dents une fois par jour
- Utiliser le fil dentaire tous les jours

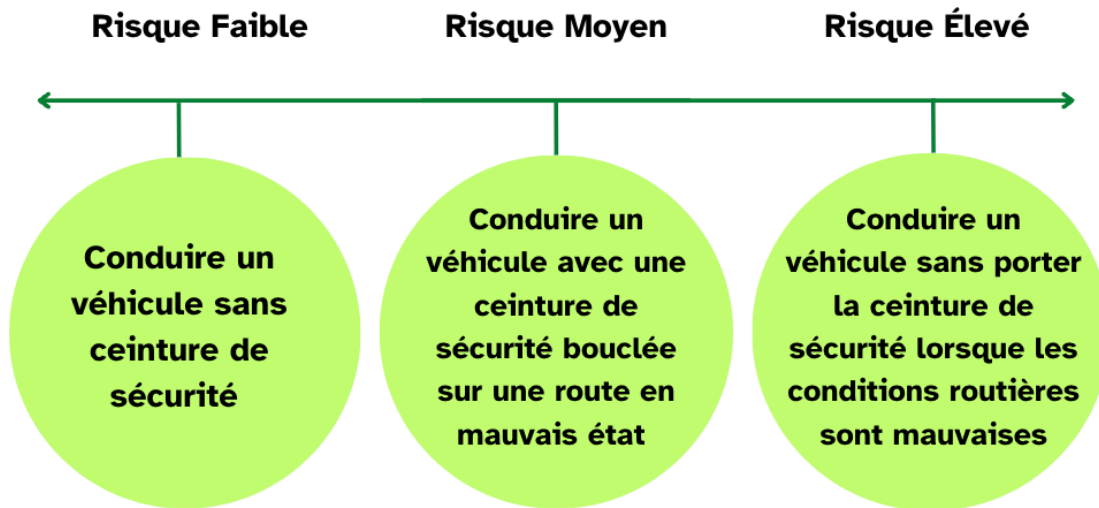
Questions pour aider les élèves à comprendre :

- S'agit-il d'un exemple de comportement sain ? Expliquez.
- S'agit-il d'un exemple de comportement à risque ?
- À votre avis, s'agit-il d'un comportement à faible risque ou à risque élevé ?
- Pourquoi pensez-vous qu'il s'agit d'un comportement à faible risque ? Un comportement à risque élevé ?
- Comment pouvons-nous modifier ce comportement pour qu'il devienne un comportement à faible risque ?

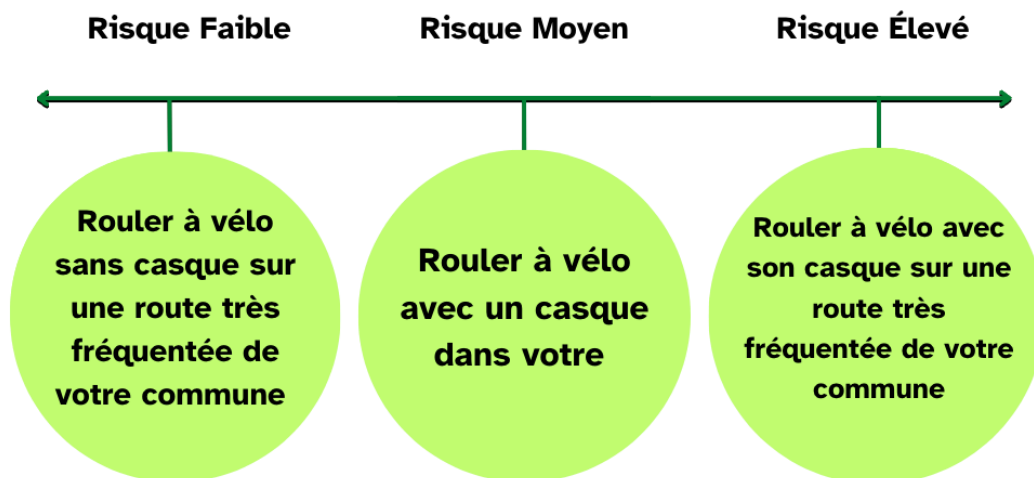
Exemple 1 à modéliser pour la classe :

Les enseignant.e.s peuvent modéliser l'exemple suivant avec la classe. Présentez les trois situations et classez-les sur l'échelle **d'évaluation des risques**. Discutez des raisons pour lesquelles les comportements suivants présentent un risque faible, moyen ou élevé.

- Conduire un véhicule sans ceinture de sécurité ;
- Conduire un véhicule avec une ceinture de sécurité bouclée sur une route en mauvais état ;
- Conduire un véhicule sans porter la ceinture de sécurité lorsque les conditions routières sont mauvaises.

**Exemple 2 à faire ensemble :**

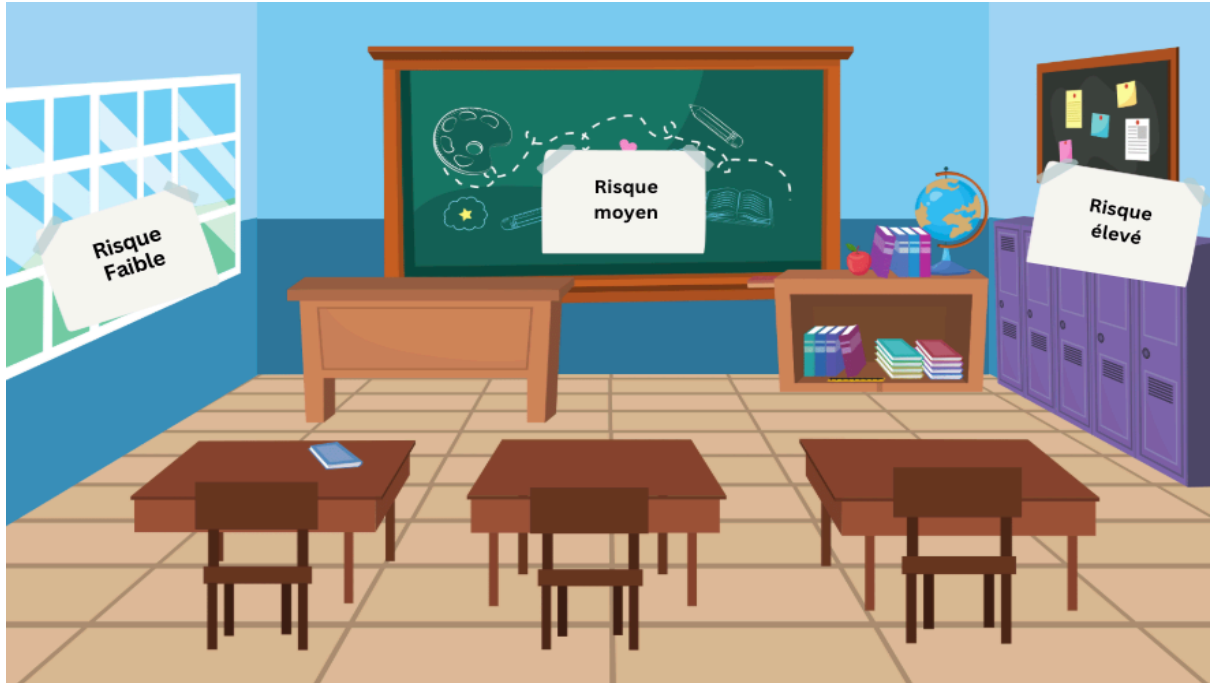
- Rouler à vélo sans casque sur une route très fréquentée de votre commune ;
- Rouler à vélo avec un casque dans votre allée ;
- Rouler à vélo avec son casque sur une route très fréquentée de votre commune.

**Activité pour la classe entière :**

Utilisez ensuite la stratégie d'enseignement du tableau des valeurs pour encourager les élèves à réfléchir et à évaluer les niveaux de risque lorsqu'on leur présente des exemples d'activités. Créez un continuum de risque en étiquetant des sections sur les murs de la salle de classe comme étant à **faible risque**, à **risque moyen** et à **risque élevé**. Lorsque vous annoncez une activité, invitez les élèves à se placer à l'endroit où ils estiment que le niveau de risque est le plus élevé. Si la classe est nombreuse, vous pouvez suggérer aux élèves de placer une "note adhésive" à la fois et de retourner

à leur place. L'objectif de cette activité est d'encourager les élèves à réfléchir à différents comportements et à leur niveau de risque. L'enseignant peut donner un exemple.

Exemple de mise en place des étiquettes dans la classe :



Pistes de réflexion pour l'enseignant.e :

- S'agit-il d'un comportement à haut risque ou à faible risque ?
- Comment pouvons-nous modifier ce comportement pour qu'il devienne un comportement à faible risque ?

Exemples :

<ul style="list-style-type: none"> • Envoyer des SMS ou téléphoner en conduisant 	<ul style="list-style-type: none"> • Sortir dans la tempête
<ul style="list-style-type: none"> • Prendre des médicaments contre la fièvre sans la présence d'un adulte 	<ul style="list-style-type: none"> • Accepter des bonbons d'une personne inconnue
<ul style="list-style-type: none"> • Partager des médicaments avec un ami 	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre des médicaments prescrits à un autre membre de la famille
<ul style="list-style-type: none"> • Partager la bouteille d'eau d'un ami 	<ul style="list-style-type: none"> • Faire semblant de fumer
<ul style="list-style-type: none"> • Utiliser la vapoteuse de tes parents 	<ul style="list-style-type: none"> • Prise de médicaments à partir d'un flacon dont l'étiquette est manquante
<ul style="list-style-type: none"> • Courir dans les couloirs de l'école 	<ul style="list-style-type: none"> • Courir dans le stationnement

<ul style="list-style-type: none"> Faire de la motoneige sur un étang en hiver 	<ul style="list-style-type: none"> Ne pas écouter en classe
<ul style="list-style-type: none"> Refuser de faire son travail scolaire 	<ul style="list-style-type: none"> Se laver les mains avant un repas
<ul style="list-style-type: none"> Se brosser les dents et utiliser le fil dentaire régulièrement 	<ul style="list-style-type: none"> Arriver souvent en retard à l'école
<ul style="list-style-type: none"> Mettre de la crème solaire 	<ul style="list-style-type: none"> Porter un protège-cou en jouant au hockey
<ul style="list-style-type: none"> Utiliser un passage pour piétons 	<ul style="list-style-type: none"> Courir avec un objet tranchant dans les mains
<ul style="list-style-type: none"> Apporter un sandwich au beurre de cacahuètes à l'école 	<ul style="list-style-type: none"> Ramasser les débris de verre sur le sol
<ul style="list-style-type: none"> Ne pas porter de gilet de sauvetage sur un bateau 	<ul style="list-style-type: none"> Recycler des canettes et des bouteilles
<ul style="list-style-type: none"> Jouer à des jeux vidéo plusieurs heures par jour 	<ul style="list-style-type: none"> Faire semblant de fumer
<ul style="list-style-type: none"> Se faire raccompagner par un adulte qui a bu de l'alcool 	<ul style="list-style-type: none"> Rester à la maison parce qu'on est malade
<ul style="list-style-type: none"> Boire des boissons énergisantes pour être plus performant dans son équipe de sport 	<ul style="list-style-type: none"> Pas de service de téléphonie mobile

Activité en petit groupe :

Donnez aux élèves l'occasion d'examiner et d'évaluer les comportements en petits groupes à l'aide de la **grille d'évaluation des risques**. En collaboration avec un camarade, les élèves lisent chaque carte de situation, discutent des comportements et déterminent où ils se situent sur l'échelle. Les élèves peuvent placer les cartes sur l'échelle **d'évaluation des risques** allant d'un **comportement à faible risque** à un **comportement à haut risque**. Poursuivez par une discussion avec l'ensemble de la classe sur les raisons pour lesquelles certains comportements sont considérés comme étant à haut risque ou à faible risque.

Évaluer dans l'échelle d'évaluation des risques :

ÉVALUER LES RISQUES SUR L'ÉCHELLE
Avec un camarade de classe, vous lirez chaque fiche de situation et déciderez où elle se situe sur l'échelle d'évaluation des risques ci-dessous.

← RISQUE FAIBLE ————— RISQUE ÉLEVÉ →

MOYEN
FAIBLE ÉLEVÉ
RISQUE

Cartes de situation :

**Comprendre les comportements sains et à risque :
Échelle d'évaluation des risques - Fiches de situation**

Avec un camarade de classe, vous lirez chaque carte de situation et déciderez de sa place sur l'échelle d'évaluation des risques qui vous a été remise par votre professeur.

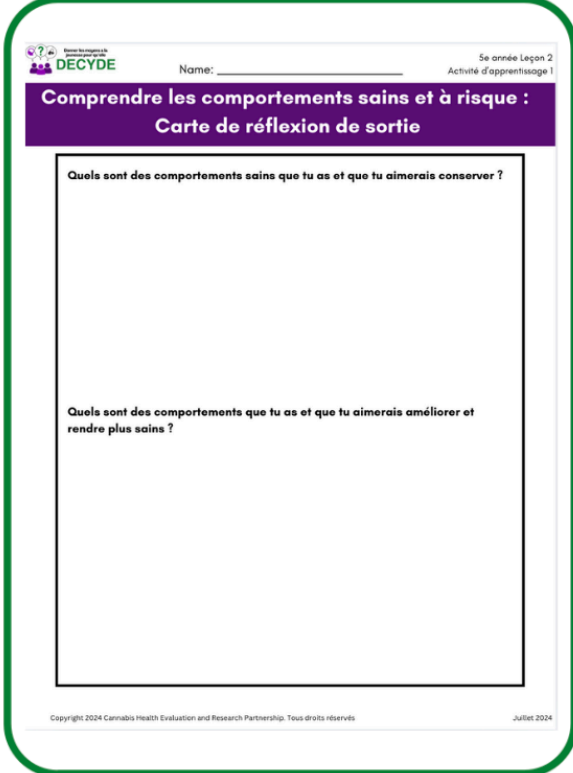
Ramasser des objets jetés à l'extérieur	Accepter de la nourriture ou des boissons suspectes de la part de quelqu'un	Prendre un médicament d'un flacon sans étiquette
Renifler de l'essence tous les jours	partager un médicament prescrit avec un ami	Vapoter avec un groupe d'élèves à l'heure du dîner
Conduire un VTT surdimensionné sans casque	Stocker correctement les médicaments	Prendre des médicaments prescrits à un autre membre de la famille
Essayer l'alcool que l'on trouve dans un placard à la maison	Utiliser l'inhalateur d'une autre personne	Ramasser une bouteille de vape vide
Prendre un médicament sans lire les instructions	Suivre toutes les instructions quand on prend un médicament	Consommer de l'alcool avant l'âge légal
Parler avec des inconnus en ligne	Consommer du cannabis en conduisant	Prendre des vitamines en suivant les instructions


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

Partage et réflexion

Pour personnaliser cette expérience d'apprentissage, invitez les élèves à réfléchir à leurs propres comportements. Remettez-leur [la carte de réflexion de sortie : Comprendre les comportements sains et à risque](#). Les enseignant.es peuvent également s'inspirer de leur propre exemple.

Les élèves peuvent utiliser les moyens qu'ils souhaitent pour s'exprimer (par exemple, écrire, dessiner). Les élèves peuvent souhaiter partager avec un.e camarade s'ils le désirent.




 Name: _____
 5e année Leçon 2
Activité d'apprentissage 1

**Comprendre les comportements sains et à risque :
Carte de réflexion de sortie**

Quels sont des comportements sains que tu as et que tu aimerais conserver ?

Quels sont des comportements que tu as et que tu aimerais améliorer et rendre plus sains ?

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

Activité d'apprentissage 2 :

Faire des choix : Comportements sains et comportements à risque



Objectifs de l'activité d'apprentissage :

- Utiliser le modèle de prise de décision FACE pour évaluer les comportements sains et à risque
- Examiner les comportements sains et à risque dans les activités quotidiennes
- Examiner les comportements sains et à risque liés à la consommation de médicaments et de drogues
- Utiliser le questionnement pour faciliter la prise de décision et la résolution de problèmes
- Faire preuve d'esprit critique pour prendre des décisions et résoudre des problèmes
- Collaborer avec des pairs

Matériaux :

- Modèle de l'enseignant.e : Scénario 1 : [Comment est-ce que je vais rentrer chez moi ?](#)
- Activité d'exploration :
 - Scénario 2 : [S'intégrer ou dire non ?](#)
 - Scénario 3 : [Dormir ou étudier ?](#)
- [Modèle de prise de décision FACE](#) (version élève et enseignant.e)
- Carte de réflexion de sortie : [Faire des choix](#)
 - Gros plan sur les substances : [Cannabis inhalé](#), [cannabis](#), [alcool](#), [produits ménagers](#), [caféine](#), [stimulants](#)

Introduction

Au cours de l'activité d'apprentissage 2, les élèves auront l'occasion d'explorer et d'évaluer comment les choix et les décisions peuvent affecter le bien-être d'une personne et pourquoi il est important de prendre des décisions prudentes. Présentez le **modèle de prise de décision FACE** et discutez-en avec les élèves. Utilisez le scénario "**Comment est-ce que je vais rentrer chez moi ?**" pour appliquer le **modèle de prise de décision FACE** face à des situations et à des décisions. Discutez avec les élèves de la manière dont eux-mêmes ou d'autres personnes peuvent :

- **FAIRE LE POINT** sur la situation ;
- **ANALYSER** la situation ;
- **CHOISIR** l'option la plus sécuritaire ;
- **ÉVALUER** la décision.

Au cours des discussions, encouragez les élèves à réfléchir aux comportements sains et aux comportements à risque lorsqu'ils font des choix sécuritaires. Le **Guide de modélisation de l'enseignant.e** ci-dessous contient des messages qui peuvent aider à promouvoir la discussion.

Scénario 1 : Comment est-ce que je vais rentrer chez moi ? - L'enseignant présente un modèle

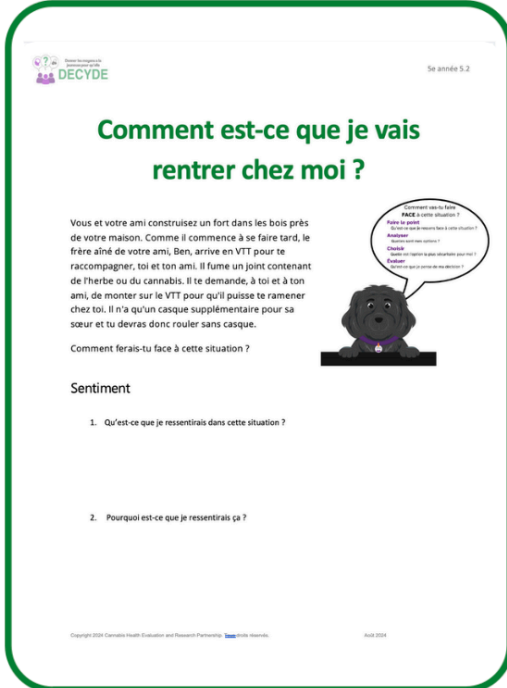
Version élève : Comment est-ce que je vais rentrer chez moi ?

Cette activité est disponible en format [PDF](#) ou [Google Doc](#).

L'enseignant.e utilisera l'exemple du **scénario 1**, "**Comment est-ce que je vais rentrer chez moi ?**" avec la classe.

Demandez aux élèves d'imaginer qu'ils se sont retrouvés dans ce scénario et qu'ils doivent décider s'ils acceptent ou non de raccompagner leur ami et le frère aîné de celui-ci en VTT.

L'enseignant.e peut utiliser les questions-réponses figurant dans la version pour enseignant.es ci-dessous pour orienter la discussion.



5e année 5.2

Comment est-ce que je vais rentrer chez moi ?

Vous et votre ami construisez un fort dans les bois près de votre maison. Comme il commence à se faire tard, le frère aîné de votre ami, Ben, arrive en VTT pour te raccompagner, toi et ton ami. Il fume un joint contenant de l'herbe ou du cannabis. Il te demande, à toi et à ton ami, de monter sur le VTT pour qu'il puisse te ramener chez toi. Il n'a qu'un casque supplémentaire pour sa sœur et tu devras donc rouler sans casque.

Comment ferais-tu face à cette situation ?

Sentiment

1. Qu'est-ce que je ressentirais dans cette situation ?
2. Pourquoi est-ce que je ressentirais ça ?

Copyright 2024 Cannabis Health Evaluation and Research Partnership. [Tous droits réservés.](#) Août 2024

Version enseignant.e : Guide de discussion - Scénario 1 : Comment vais-je rentrer chez moi ?

Scénario : Toi et ton ami construisez un fort dans les bois près de votre maison. Comme il commence à se faire tard, le frère aîné de votre ami, Ben, arrive en VTT pour vous ramener, toi et votre ami, à la maison. Il fume un joint contenant de l'herbe ou du cannabis. Il vous demande, à toi et à ton ami, de monter sur le VTT pour qu'il puisse vous ramener chez vous. Il n'a qu'un seul casque supplémentaire pour sa sœur et vous devrez donc rouler sans casque.

Comment ferais-tu face à cette situation ?

Sentir :

1. Comment est-ce que je me sentirais-je dans cette situation ?
 - Nerveux.se
 - Indifférent.e
 - Gêné.e
 - Bloqué.e



Comment vas-tu faire **FACE** à cette situation ?

Faire le point
Qu'est-ce que je ressens face à cette situation ?

Analyser
Quelles sont mes options ?

Choisir
Quelle est l'option la plus sécuritaire pour moi ?

Évaluer
Qu'est-ce que je pense de ma décision ?

2. Pourquoi est-ce que je me sens comme ça ?
- Nerveux.se à l'idée de rouler avec quelqu'un qui est sous influence et/ou sans casque
 - Indifférent.e parce que je m'en fiche
 - Je suis gêné.e parce que je ne sais pas comment dire que je ne veux pas rouler avec eux.
 - Bloqué.e parce que je ne sais pas comment rentrer chez moi.



GROS PLAN SUR LES SUBSTANCES

Les enseignant.es peuvent se référer aux Gros plan sur les substances : [Le cannabis inhalé](#) pour alimenter la discussion.

Note : Ne pas laisser l'élève utiliser ce document seul, sauf s'il est jugé approprié à son développement.

Évaluer :

3. Quels sont les comportements malsains dans ce scénario ?
- Fumer du cannabis ;
 - Conduire un quad sous influence ;
 - Accepter de se faire conduire par une personne en état d'ébriété ;
 - Ne pas porter de casque ;

Choisissez :

4. Quel est le choix le plus sécuritaire que je puisse faire ?
- Le choix le plus sécuritaire que je puisse faire est de ne pas rouler sans casque ou de ne pas rouler avec quelqu'un qui conduit sous l'influence du cannabis.

Évaluer :

5. Qu'est-ce que je peux faire au lieu d'accepter la course ?
- Appeler un adulte de confiance ou un frère ou une sœur pour qu'il vienne me chercher ou qu'il me raccompagne ;
 - Rentrer chez moi à pied si je me sens à l'aise et si je peux le faire en toute sécurité.

Activité d'exploration :

Invitez les élèves à travailler en petits groupes de discussion. Fournissez à chaque groupe les versions élèves du **scénario 2 : S'intégrer ou dire non ? et/ou du scénario 3 : Dormir ou étudier ?** ainsi qu'une copie du **modèle de prise de décision FACE** avec les questions d'orientation. Les élèves travailleront ensemble pour discuter de chaque situation et appliquer le **modèle de prise de décision FACE**. Les élèves auront l'occasion de discuter des comportements sains et des comportements à risque et de mieux comprendre que la consommation de drogues peut être un comportement à risque qui les expose à un risque plus élevé. Ils réfléchiront également aux choix les plus sécuritaires dans chaque scénario. Surveillez les discussions de groupe.

Modèle de prise de décision FACE (version pour élèves du primaire)

Cette fiche de référence est disponible en format [PDF](#).



Le modèle FACE : Version enseignant.e (élémentaire)

comprend des questions d'approfondissement supplémentaires pour encourager la pensée critique des élèves. Ce n'est pas obligatoire pour cette activité, mais cela peut aider à orienter la discussion. Le document est accessible [ici](#).

Lorsque je dois prendre une décision, je fais en sorte d'y faire **FACE** de la manière la plus sécuritaire.

Modèle de prise de décision FACE : Version enseignant (élémentaire)

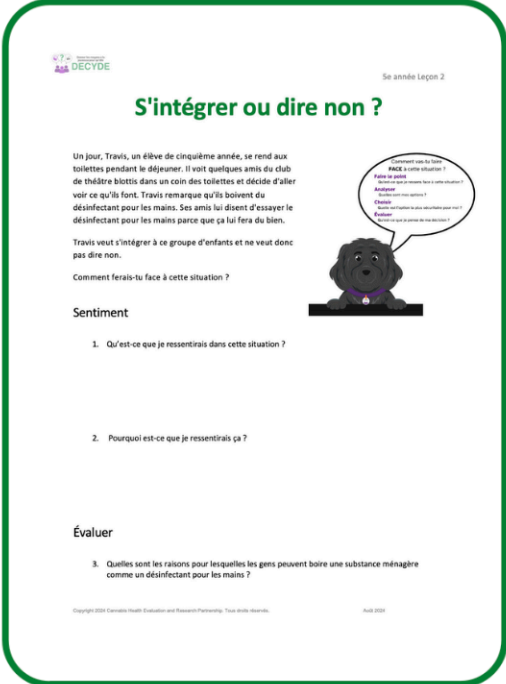
F FAIRE LE POINT	<ul style="list-style-type: none"> Quels mots est-ce que je peux utiliser pour décrire mes émotions ? Quelles sont les émotions que je ressens ? Comment mon corps réagit-il à cette situation ? Pourquoi est-ce que je ressens cela ? Quand est-ce que j'ai déjà ressenti cela ? Qui d'autre pourrait avoir des sentiments à propos de cette situation ?
A ANALYSER	<ul style="list-style-type: none"> Quels sont mes choix ? En qui est-ce que j'ai confiance pour m'aider à faire ce choix ? Quels sont les facteurs susceptibles de modifier mon choix ? Quand dois-je prendre une décision ? Quand est-ce que j'ai déjà été confronté.e à cette situation ? Quel choix ai-je fait ? Où est-ce que je peux obtenir de l'aide si nécessaire ? Comment ce choix pourrait-il m'affecter et affecter les autres ?
C CHOISIR	<ul style="list-style-type: none"> Quel est le choix le plus sécuritaire pour moi ? Pourquoi est-ce que je fais ce choix ? Est-ce que je me sens obligé.e de faire ce choix ? En quoi mon choix est-il axé sur ce qui est important pour moi ? Quelles sont les prochaines étapes que je dois franchir ? Comment est-ce que je peux communiquer mon choix aux autres ?
E ÉVALUER	<ul style="list-style-type: none"> À qui est-ce que je peux faire confiance pour parler de mon choix ? Quelles ont été les conséquences de mon choix ? Qu'est-ce que j'ai appris de mon choix ? Y a-t-il d'autres mesures à prendre ? Quel a été l'impact de mon choix sur moi-même et sur les autres ? Comment est-ce que je me sens par rapport au choix que j'ai fait ?

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

Scénario 2 : S'intégrer ou dire non ?

Version pour élèves : S'intégrer ou dire non ?

Cette activité est disponible au format [PDF](#) ou [Google Doc](#).



5e année Leçon 2

S'intégrer ou dire non ?

Un jour, Travis, un élève de cinquième année, se rend aux toilettes pendant le déjeuner. Il voit quelques amis du club de théâtre blottis dans un coin des toilettes et décide d'aller voir ce qu'ils font. Travis remarque qu'ils boivent du désinfectant pour les mains. Ses amis lui disent d'essayer le désinfectant pour les mains parce que ça lui fera du bien.

Travis veut s'intégrer à ce groupe d'enfants et ne veut donc pas dire non.

Comment ferais-tu face à cette situation ?

Sentiment

1. Qu'est-ce que je ressentirais dans cette situation ?
2. Pourquoi est-ce que je ressentirais ça ?

Évaluer

3. Quelles sont les raisons pour lesquelles les gens peuvent boire une substance ménagère comme un désinfectant pour les mains ?

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


Version de l'enseignant.e : Guide de discussion - Scénario 2 : S'intégrer ou dire non ?

Scénario : Travis, un élève de 5e année, se rend un jour aux toilettes pendant le déjeuner. Il voit quelques amis du club de théâtre blottis dans un coin des toilettes, alors Travis décide d'aller voir ce qu'ils font. Travis remarque qu'ils boivent du désinfectant pour les mains. Ses amis lui disent d'essayer le désinfectant pour les mains parce qu'il lui fera du bien. Travis veut s'intégrer à ce groupe et ne veut donc pas dire non.

Comment ferais-tu face à cette situation ?

Faire le point :

1. Comment est-ce que je me sentirai dans cette situation ?
 - Curieux.se
 - Nerveux.se
 - **Enthousiaste**
 - Indifférent.e
 - Je voudrais m'intégrer
2. Pourquoi est-ce que je me sens comme ça ? Car je suis :
 - Curieux.se de voir ce que cela donne
 - Nerveux.se car je sais qu'il ne faut pas boire de désinfectant pour les mains.
 - Excité.e à l'idée d'expérimenter quelque chose de nouveau
 - Indifférent.e car je n'ai aucun intérêt à boire du désinfectant pour les mains.



GROS PLAN SUR LES SUBSTANCES

Les enseignant.es peuvent se référer aux documents [Alcool](#) et [articles ménagers](#) pour alimenter la discussion.

Note : Ne pas laisser l'élève utiliser ces documents seul, sauf s'ils sont jugés appropriés à son développement.

- Mis.e à l'écart parce que je veux être inclus.e dans ce groupe

Analyser :

3. Quels sont les inconvénients liés à l'utilisation de produits ménagers tels que le désinfectant pour les mains ?
 - Le désinfectant pour les mains contient de l'alcool, qui peut être dangereux pour les enfants car il peut provoquer une intoxication, qui peut ralentir le rythme cardiaque et la respiration.
 - Ils contiennent des ingrédients potentiellement toxiques (par exemple, du méthanol) qui peuvent avoir de graves conséquences pour la santé, telles que la cécité et la mort.

Choisir :

4. Quel est le choix le plus sécuritaire que je puisse faire ?
 - Le choix le plus sécuritaire est de ne pas boire de désinfectant pour les mains.

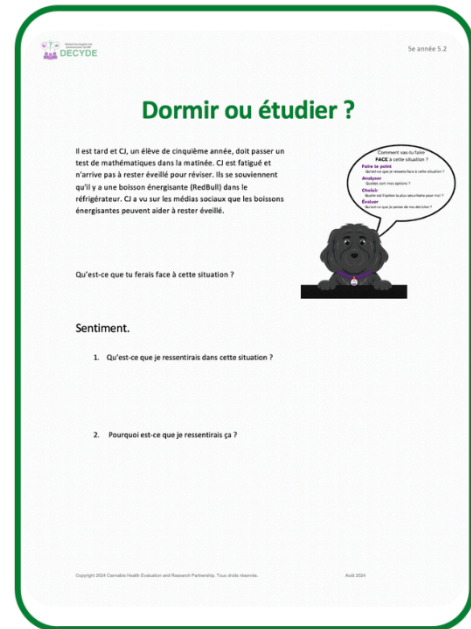
Évaluer :

5. Qu'est-ce que je peux faire au lieu de boire le désinfectant pour les mains ?
 - Dire aux autres enfants que je ne veux pas essayer.
 - Parler à un adulte de confiance de ce que je ressens

Scénario 3 : Dormir ou étudier ?

Version pour élèves : Dormir ou étudier ?

Cette activité est disponible en format [PDF](#) ou [Google Doc](#).



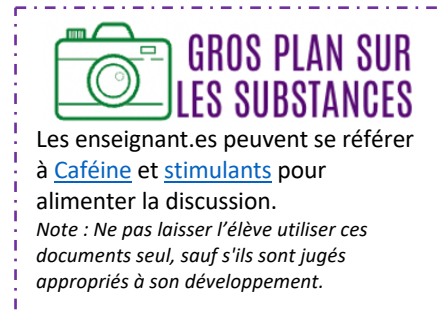
Version de l'enseignant.e : Guide de discussion - Dormir ou étudier ?

Il est tard et CJ, un élève de cinquième année, doit passer un test de mathématiques dans la matinée. CJ est fatigué et n'arrive pas à rester éveillé pour réviser. Il se souvient qu'il y a une boisson énergisante dans le réfrigérateur. CJ a vu sur les médias sociaux que les boissons énergisantes peuvent aider à rester éveillé.e.

Comment ferais-tu face à cette situation ?

Faire le point :

1. Comment Tom se sentirait-il dans cette situation ?
 - Stressé
 - Inquiet,
 - En colère
 - Indifférent
2. Pourquoi est-ce que je me sentirais comme ça ?
 - Je suis stressé.e parce que je veux réussir mon test, mais je ne m'y suis pas préparé.e.
 - Inquiet, inquiète de dire à mes adultes de confiance (soignant.e.s, enseignant.e, etc.) que j'ai oublié mon test
 - En colère contre moi pour avoir oublié
 - Indifférent.e parce que je n'ai pas besoin de réviser ou que je ne me soucie pas de mes résultats à l'examen.



Analyser :

3. Que pourrait-il se passer si les enfants et les adolescents consommaient des boissons énergisantes ?
 - Les boissons énergisantes contiennent de grandes quantités de caféine qui peuvent être dangereuses pour les enfants et les adolescents.
 - Les boissons énergisantes peuvent provoquer des malaises chez les enfants (rythme cardiaque rapide, maux de tête, anxiété, vomissements, diarrhée, etc.)

Choisir :

4. Quel est le choix le plus sécuritaire que Tom puisse faire ?
 - Le choix le plus sécuritaire que je puisse faire est de ne pas boire la boisson énergisante.

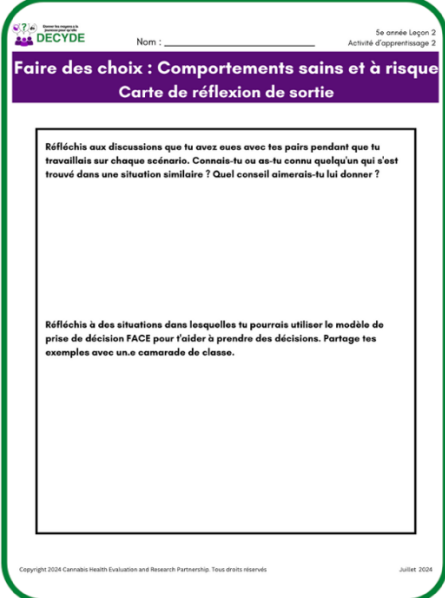
Évaluer :

5. Que puis-je faire si je décide de boire la boisson énergisante et que je ne me sens pas bien ?
 - Parler à un adulte de confiance (parent, soignant, grand-parent, frère ou sœur plus âgé(e), tante ou oncle)
 - Si je ne me sens pas mieux, je demanderai à mon adulte de confiance de parler à un professionnel de la santé.

Partage et réflexion : Carte de réflexion de sortie

Passez en revue chaque scénario et invitez les groupes à partager les idées issues de leurs discussions. Renforcez l'utilisation du **modèle de prise de décision FACE** au cours de la conversation qui suit l'activité. Les élèves peuvent partager d'autres situations dans lesquelles le **modèle de prise de décision FACE** peut être utilisé dans leur vie. Les enseignant.es sont encouragés à donner leur propre exemple pour faciliter l'activité de partage et de réflexion.

Invitez les élèves à remplir la [carte de réflexion de sortie : Faire des choix](#). Les élèves peuvent réaliser cette activité seuls ou à deux. Les élèves peuvent utiliser les moyens qu'ils souhaitent pour s'exprimer (par exemple, écrire, dessiner).



5e année Leçon 2
 Activité d'apprentissage 2

DECYDE Nom : _____

Faire des choix : Comportements sains et à risque
 Carte de réflexion de sortie

Réfléchis aux discussions que tu avais eues avec tes pairs pendant que tu travaillais sur chaque scénario. Connais-tu ou as-tu connu quelqu'un qui s'est trouvé dans une situation similaire ? Quel conseil aimerais-tu lui donner ?

Réfléchis à des situations dans lesquelles tu pourrais utiliser le modèle de prise de décision FACE pour l'aider à prendre des décisions. Partage tes exemples avec un.e camarade de classe.

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

Contenu créé par l'équipe du Cannabis Health Evaluation and Research Partnership (CHERP) de l'Université Memorial

DECYDE est l'acronyme de Drug Education Centred on Youth Decision Empowerment (éducation aux drogues centrée sur l'autonomisation des jeunes en matière de décision). Dans le cadre de ce projet, notre équipe du Cannabis Health Evaluation and Research Partnership (CHERP), composée de pharmaciens, d'éducateurs, de chercheurs et d'élèves de l'Université Memorial, souhaite soutenir l'éducation des jeunes en matière de consommation de substances psychoactives. Nous collaborons également avec un panel diversifié de jeunes de Terre-Neuve-et-Labrador qui collaborent avec l'équipe pour créer le contenu de DECYDE.

Les principaux objectifs de notre projet sont les suivants

- Fournir une éducation à la consommation de substances qui mette l'accent sur les principes de réduction des risques.
- Fournir aux jeunes des informations et les aider à développer des compétences en matière de prise de décision concernant la consommation de substances psychoactives.
- Fournir aux jeunes les connaissances et les compétences nécessaires pour prendre des décisions sécuritaires et éclairées en matière de consommation de substances psychoactives.
- Fournir aux éducateurs des plans de cours accessibles et faciles à suivre, contenant des informations valables et fiables.

Droit d'auteur

L'ensemble du contenu et du matériel de ce plan de cours est la propriété de l'équipe du Cannabis Health Evaluation and Research Partnership de l'Université Memorial. L'utilisation de ce matériel n'est autorisée qu'à des fins éducatives et non commerciales. Toute utilisation commerciale du matériel, en partie ou en totalité, nécessite l'autorisation écrite de l'auteur. Vous pouvez contacter decyde@mun.ca pour plus d'informations sur ce matériel.

