

Guide de discussion pour l'enseignant.e : Les facteurs qui influencent la consommation de substances : Faire face à la situation

Scénario 1 : Jordan et le vapotage

Remarque : Lors de la discussion des scénarios, veuillez à éviter tout langage ou toute supposition susceptible de renforcer la stigmatisation à l'égard des personnes qui consomment des substances. Consultez l'infographie sur [la stigmatisation](#) pour obtenir des conseils sur l'utilisation d'un langage respectueux et sans jugement.

Scénario 1 : Jordan et le vapotage

Les élèves lisent la situation avec Jordan et réfléchissent à la manière dont ils feraient face à la situation. Ils et elles examineront les choix possibles, détermineront les facteurs d'influence et mettront en évidence les conséquences potentielles. Les élèves appliqueront le modèle de prise de décision FACE pendant toute la durée du travail sur le scénario.

Ces derniers temps, l'atmosphère est tendue dans la maison de Jordan à cause des fréquentes disputes de ses parents, ce qui ajoute du stress à sa vie quotidienne et perturbe sa capacité à passer une bonne nuit de sommeil. Pour y faire face, Jordan se reconforte en regardant son streamer préféré sur les médias sociaux, qui utilise le vapotage à la nicotine pour se détendre. Confronté à ses propres facteurs de stress, Jordan se demande si les vapoteuses à la nicotine pourraient lui apporter un soulagement similaire. Quelle décision Jordan doit-il prendre?

Scénario 1 : Jordan et le vapotage

Faire le point :

Comment Jordan pourrait-il se sentir dans cette situation?

- Il pourrait se sentir fatigué
- Il pourrait se sentir stressé.
- Il aimerait peut-être se sentir mieux
- Il pourrait se sentir dans le doute
- Il pourrait éprouver de la jalousie envers son streamer préféré sur Twitch

Pourquoi Jordan ressentirait-il cela?

- Il pourrait se sentir fatigué parce qu'il ne dort pas très bien
- Il pourrait se sentir stressé car il se trouve dans un environnement potentiellement hostile



**GROS PLAN SUR
LES SUBSTANCES**

Les enseignant.e.s peuvent se référer à l'aperçu de la substance [nicotine](#) pour alimenter la discussion.

7e année Plan de Leçon 1
Activité d'apprentissage 2



- Il pourrait se sentir dans le doute car il ne connaît pas les effets du vapotage
- Il pourrait ressentir de l'envie en voyant à quel point le streamer sur Twitch est cool

Qui d'autre pourrait éprouver des sentiments à propos de cette situation?

- Ses parents, tuteurs ou tutrices
- Un.e adulte de confiance (membre de la famille élargie, entraîneur ou entraîneuse, baby-sitter)
- Ses ami.e.s

Analyser :

Quels sont les choix qui s'offrent à Jordan?

- Il pourrait essayer la cigarette électronique.
- Il pourrait attendre pour parler à un.e adulte de confiance de ce qu'il ressent.

Quels facteurs ou influences pourraient orienter sa décision?

- Le fait de savoir que ses parents, tutrices ou tuteurs pourraient être déçus s'il décidait d'essayer la cigarette électronique
- Le fait de savoir que la cigarette électronique présente de nombreux effets à long terme encore inconnus et qu'elle peut avoir des conséquences négatives à court terme
- Le fait de savoir qu'il risque de développer une dépendance à la cigarette électronique
- Connaître l'avis de ses ami.es sur la cigarette électronique

Qui peut aider Jordan à faire ce choix?

- Un conseiller ou une conseillère d'orientation
- Un membre de sa famille en qui il a confiance
- Un.e enseignant.e en qui il a confiance
- Un.e ami.e

Choisir :

Quel est le choix le plus sécuritaire que Jordan puisse faire?

- Il pourrait attendre pour en parler à un.e adulte en qui il a confiance
- Il pourrait choisir des moyens plus sains de gérer ce stress (par exemple, faire du sport, méditer, en parler à quelqu'un)
- S'il décide de vapoter, il pourrait opter pour des concentrations de nicotine plus faibles

Évaluer :

Quel serait l'impact de ce choix sur Jordan et son entourage?

7e année Plan de Leçon 1
 Acitivité d'apprentissage 2



- Ce choix pourrait exposer Jordan à des substances chimiques nocives s'il décide de vapoter
- Ce choix pourrait augmenter le risque de développer une dépendance à la nicotine
- Ce choix pourrait amener ses ami.es à le percevoir différemment s'il vapote
- Ce choix risque de décevoir ses parents, tuteurs ou tutrices ou un.e autre adulte

À qui pourrait-il parler du choix qu'il a fait?

- Il pourrait s'adresser à un conseiller ou une conseillère d'orientation ou à un.e enseignant.e en qui il a confiance
- Il pourrait en parler à un.e ami.e en qui il a confiance
- Il pourrait en parler à un parent ou à une personne qui s'occupe de lui
- Il pourrait en parler à un membre de sa famille élargie (par exemple, un.e cousin.e, une tante ou un oncle)

Quels facteurs ou influences pourraient faire changer d'avis Jordan?

- Le fait de savoir que ses parents, tutrices ou tuteurs pourraient être déçu.es s'il décidait d'essayer la cigarette électronique
- Le fait de savoir que la cigarette électronique présente de nombreux effets à long terme inconnus et qu'elle peut avoir des conséquences négatives à court terme
- Le fait de savoir qu'il pourrait développer une dépendance à la cigarette électronique
- Connaître l'avis de ses ami.es sur la cigarette électronique



Scénario 2 : Alex et les gommes de cannabis

Guide de discussion pour l'enseignant.e : Les facteurs qui influencent la consommation de substances : Faire face à la situation

Scénario 2 : Alex et les gommes de cannabis

Les élèves lisent la situation avec Alex et réfléchissent à la manière dont ils ou elles feraient face à la situation. Les élèves examineront les choix possibles, détermineront les facteurs d'influence et mettront en évidence les conséquences potentielles. Les élèves appliqueront le modèle de prise de décision FACE tout au long du travail sur le scénario.

Scénario 2 : Alex et les gommes de cannabis

Alex a du mal à se faire des ami.es depuis qu'iel a changé d'école. Iel était ravi.e lorsque Finley, un camarade de classe, l'a invité.e au cinéma ! Au cinéma, Finley propose à Alex un bonbon au cannabis qu'il a trouvé dans la chambre de son grand frère. Alex n'a jamais consommé de cannabis auparavant, mais iel ne veut pas décevoir Finley. Quelle décision Alex devrait-iel prendre?

Faire le point :

Comment Alex se sentirait-iel dans cette situation?

- Iel pourrait se sentir anxieux
- Iel pourrait ne pas vouloir passer pour un.e perdant.e s'iel ne prend pas de gomme
- Iel pourrait avoir peur
- Iel pourrait se sentir indécis.e

Pourquoi Alex ressentirait-iel cela?

- Iel pourrait se sentir anxieux.e par peur de passer pour quelqu'un de « ringard.e » s'iel ne prend pas de gomme
- Iel a peut-être peur de perdre un nouvel ami
- Iel pourrait se sentir indécis.e parce qu'iel ne sait pas comment le cannabis va l'affecter

Qui d'autre pourrait être concerné par cette situation?

- Ses parents ou un.e adulte de confiance
- D'autres ami.e.s
- Son nouvel ami Finley

Analyser :

Quels sont les choix qui s'offrent à Alex?

- Prendre une gomme



7e année Plan de Leçon 1

Activité d'apprentissage 2

- Goûter un morceau de la gomme
- Refuser

Quels facteurs ou influences pourraient orienter la décision d'Alex?

- Le fait de savoir que ses parents, tuteurs ou tuteurs pourraient être déçus s'il décidait d'essayer le cannabis
- Le fait de savoir qu'il risque de vivre une mauvaise expérience avec le cannabis
- s'il consomme ces gommes
- Le fait de savoir que son ami.e pourrait ne plus vouloir passer du temps avec lui s'il choisit de dire non, mais qu'il pourrait le trouver cool s'il choisit de dire oui

Qui peut aider Alex à faire ce choix?

- Attendre de parler à ses parents
- Attendre de parler à une autre personne de confiance, comme un frère ou une sœur aîné.e, un.e enseignant.e, une entraîneuse ou un entraîneur

Choisir :

Quel est le choix le plus sécuritaire qu'Alex puisse faire?

- Attendre de parler à un.e adulte de confiance avant d'essayer le cannabis, et éviter de prendre la bonbonne car il ne connaît pas sa concentration
- S'il décide d'essayer le cannabis, il pourrait prendre un petit morceau de gomme plutôt que toute la gomme

Évaluer :

Quel pourrait être l'impact du choix d'Alex sur lui, elle-même et sur les autres?

- Cela pourrait augmenter le risque de développer une dépendance au cannabis s'il consomme la gomme
- Ce choix pourrait nuire à Alex, car il ne connaît ni la dose ni la provenance de la gomme
- Cela pourrait amener Finley à le percevoir différemment
- Cela pourrait amener ses autres ami.es à le voir d'un autre œil
- Cela pourrait décevoir ses tuteurs ou tuteurs, sa famille et/ou les personnes s'occupent de lui (ou un.e autre adulte qu'il admire ou à qui il se réfère)

À qui Alex pourrait-il parler du choix qu'il a fait?

- Parler à un conseiller ou une conseillère d'orientation
- Parler à un.e ami.e en qui il a confiance
- Parler à ses parents, tuteurs, tuteurs et/ou personnes qui s'occupent de lui
- Parler à un.e autre adulte en qui il a confiance (par exemple, un entraîneur, un.e cousin.e, une tante ou un oncle)

Quels facteurs ou influences pourraient orienter la décision d'Alex?

- L'influence des pairs

7e année Plan de Leçon 1

Acitivité d'apprentissage 2

- La famille
- Ses connaissances : la curiosité
- L'estime de soi : la confiance en soi
- Son environnement : où son frère a-t-il trouvé ces gommes?



Scénario 3 : Taylor et l'alcool

Guide de discussion pour l'enseignant.e : Les facteurs qui influencent la consommation de substances : Faire face à la situation

Scénario 3 : Taylor et l'alcool

Les élèves lisent la situation avec Taylor et réfléchissent à la manière dont ils feraient face à la situation. Après avoir examiné les choix possibles, il faudra déterminer les facteurs d'influence et mettre en évidence les conséquences potentielles. Les élèves appliqueront le modèle de prise de décision FACE tout au long du travail sur le scénario.

Scénario 3 : Taylor et l'alcool

Taylor est invité.e chez Casey pour une soirée pyjama. Casey est populaire, mais iel est aussi connu .e pour ses brimades. Les parents de Casey ne sont pas en ville. C'est un événement important pour Taylor, car c'est la première fois qu'elle n'est pas entourée d'adultes. Casey dit à Taylor qu'il est prévu de faire une soirée amusante durant laquelle l'alcool de leurs parents sera bu. Taylor ressent de l'anxiété parce qu'iel n'a jamais bu d'alcool auparavant, mais elle veut être invité.e à d'autres soirées pyjama. De plus, iel craint d'être malmené.e par Casey en cas de refus. Quelle décision est-ce que Taylor doit prendre?

Faire le point :

Comment Taylor se sentirait-elle dans cette situation?

- Elle pourrait se montrer prudente
- Elle pourrait se sentir nerveuse à l'idée de goûter à l'alcool
- Elle pourrait se sentir indécise
- Elle pourrait se sentir inquiète

Pourquoi Taylor ressentirait-elle cela?

- Elle pourrait se sentir peu sûre d'elle parce qu'elle veut s'intégrer
- Elle pourrait se sentir nerveuse à l'idée de ne pas être invitée à d'autres soirées pyjama
- Elle pourrait se montrer prudente car elle ne sait pas comment l'alcool va l'affecter

Qui d'autre pourrait être concerné par cette situation?

- Un parent, un tuteur, une tutrice ou un.e adulte de confiance
- Un.e ou plusieurs frères et sœurs aînés
- Les ami.es
- Les enseignant.es
- L'entraîneur ou l'entraîneuse

Analyser :



7e année Plan de Leçon 1

Activité d'apprentissage 2

Quels sont les choix de Taylor?

- Goûter un peu d'alcool lors de la soirée pyjama
- Ne pas goûter à l'alcool
- Parler de son dilemme à une personne en qui elle a confiance

Quels facteurs ou influences pourraient avoir un impact sur la décision de Taylor?

- Le fait de savoir qu'elle risque d'avoir des ennuis si elle décide de goûter à l'alcool.
- Le fait de savoir qu'elle ne sait pas comment l'alcool va l'affecter.
- Le fait de savoir que l'alcool peut avoir des effets néfastes sur sa santé.

Qui peut aider Taylor à faire ce choix?

- Un.e adulte en qui elle a confiance, un frère ou une sœur aîné.e ou un.e ami.e

Choisir :

Quel est le choix le plus sécuritaire que Taylor puisse faire?

- Elle pourrait attendre d'en parler à une personne en qui elle a confiance avant de prendre une décision
- Si elle décide d'en goûter, elle pourrait se contenter d'une ou deux gorgées plutôt que de boire un verre entier, et ils pourraient suivre les consignes de consommation responsable.

Évaluer :

Quel serait l'impact du choix de Taylor sur elle-même et sur les autres?

- Cela pourrait augmenter le risque de se blesser accidentellement ou de blesser d'autres personnes si elle consomme de l'alcool
- Cela pourrait amener son amie à la percevoir différemment, selon la décision qu'elle prendra
- Cela pourrait décevoir ses parents

À qui Taylor pourrait-elle parler du choix qu'elle a fait?

- Un conseiller ou une conseillère d'orientation
- Un.e ami.e de confiance
- Ses parents, tuteurs ou tuteurs
- Un.e autre adulte de confiance (par exemple, un entraîneur ou une entraîneuse, un.e cousin.e, une tante ou un oncle)

Quels facteurs ou influences pourraient faire changer d'avis Taylor?

- L'influence des pairs
- La famille
- les connaissances : la curiosité
- L'estime de soi : la confiance en soi

Scénario 4 : Robin et le méthylphénidate

Guide de discussion pour l'enseignant.e : Les facteurs qui influencent la consommation de substances : Faire face à la situation

Scénario 4 : Robin et le méthylphénidate (médicament contre le TDAH)

Les élèves lisent la situation avec Robin et réfléchissent à la manière dont ils feraient face à la situation. Après avoir examiné les facteurs d'influence et mis en évidence les conséquences potentielles. Les élèves appliqueront le modèle de prise de décision FACE tout au long du travail sur le scénario.

Robin est un passionné de jeux vidéo. Un jeu vidéo très attendu vient de sortir et il semble que tous les ami.e.s de Robin l'aient déjà acheté. Malheureusement, Robin n'a pas l'argent pour l'acheter. Ils ne veulent pas déranger leur famille car l'argent est rare ces derniers temps. L'achat de ce jeu vidéo semble impossible. Robin prend du méthylphénidate pour se concentrer à l'école. Il se souvient d'avoir vu une vidéo sur les médias sociaux où quelqu'un vendait son méthylphénidate pour s'acheter des vêtements. Une idée leur vient alors à l'esprit. Robin pourrait peut-être vendre une partie de ses médicaments afin d'obtenir suffisamment d'argent pour le jeu vidéo. Robin essaie d'évaluer le gain à court terme par rapport au préjudice potentiel. Quelle décision Robin doit-il prendre?

Scénario 4 : Robin et le méthylphénidate (médicament contre le TDAH)

Faire le point :

Comment Robin se sentirait-iel dans cette situation?

- Iel pourrait se sentir tiraillé : entre son envie d'avoir ce nouveau jeu vidéo et les conséquences
- Iel pourrait se sentir indécis.e
- Iel pourrait avoir peur
- Iel pourrait se sentir exclu.e

Pourquoi Robin ressentirait-iel cela?

- Iel se sent peut-être tiraillé.e entre son envie d'avoir ce jeu vidéo et son refus de du mal aux autres
- Iel se sent peut-être exclu.e parce que ses ami.es ont ce jeu vidéo et pas lui.elle
- Iel pourrait avoir peur d'avoir des ennuis si iel vend des médicaments

Qui d'autre pourrait être concerné par cette situation?

- Un parent, un tuteur, une tutrice ou un.e adulte de confiance
- Un.e ou plusieurs frères et sœurs aînés



7e année Plan de Leçon 1

Activité d'apprentissage 2

- Les ami.es
- Les enseignant.es ou entraîneurs, entraîneuses

Analyser :

Quels sont les choix qui s'offrent à Robin?

- Vendre une partie du méthylphénidate (médicament contre le TDAH)
- Économiser de l'argent par d'autres moyens pour acheter le jeu vidéo
- Demander à ses parents de lui acheter le jeu vidéo
- Parler à quelqu'un de ce dilemme

Quels facteurs pourraient influencer le choix de Robin?

- Le fait de savoir qu'il risque des ennuis avec la justice s'il se fait prendre en train de vendre des médicaments
- Le fait de savoir qu'il risque de ne plus avoir assez de médicaments pour l'aider à se concentrer à l'école s'il les vend
- Le fait de savoir qu'il lui faudra peut-être plus de temps pour obtenir le jeu vidéo s'il choisit de se procurer suffisamment d'argent par d'autres moyens
- Le fait de savoir que la vente de médicaments peut nuire à autrui

Qui peut aider Robin à faire ce choix?

- Un parent, un tuteur ou un.e adulte de confiance
- Un ou plusieurs frères et sœurs aînés
- Les ami.es
- Les enseignant.es
- L'entraîneur ou l'entraîneuse

Choisir :

Quel est le choix le plus sécuritaire que Robin puisse faire?

- Économiser de l'argent par d'autres moyens pour acheter le jeu vidéo

Évaluer :

Quel serait l'impact du choix de Robin sur lui-même et sur les autres?

- Vendre des médicaments peut nuire à son entourage (des personnes pourraient en faire un usage abusif ou s'automédiquer sans avoir été examinées par un.e professionnel.le de santé)
- Cela pourrait compromettre son avenir en raison de problèmes juridiques
- Cela pourrait lui procurer un sentiment d'accomplissement s'il choisit de gagner cet argent de manière légale
- Cela pourrait amener ses ami.es à le voir différemment
- Ce choix pourrait décevoir ses proches (ou un.e autre adulte qu'il admire ou considère comme un modèle)

À qui Robin pourrait-il parler du choix qu'il a fait?

- Un conseiller ou une conseillère d'orientation
- Un.e ami.e en qui il a confiance
- Ses parents, tuteurs, tutrices ou personnes de référence

7e année Plan de Leçon 1
Activité d'apprentissage 2



- Un.e autre adulte de confiance (par exemple, un entraîneur ou une entraîneuse, un.e cousin.e, une tante ou un oncle)

Quels facteurs ou influences pourraient modifier sa décision?

- Les pairs
- La famille
- Les connaissances (la compréhension des effets néfastes que le méthylphénidate (médicament contre le TDAH) peut avoir sur autrui, en particulier s'il n'est pas prescrit à cette personne)
- Les connaissances (compréhension des conséquences : il est illégal de vendre ses médicaments sur ordonnance)
- Des sentiments tels que la culpabilité ou l'inquiétude
- Les expériences passées : avoir éventuellement entendu parler d'autres personnes ayant agi de la même manière et s'étant attiré des ennuis

Scénario 5 : Kai et le tabagisme

Guide de discussion pour l'enseignant.e : Les facteurs qui influencent la consommation de substances : Faire face à la situation

Scénario 5 : Kai et le tabagisme

Un jour, après un cours d'aide supplémentaire à l'école. Kai et Avery se retrouvent à attendre leur tour à l'extérieur. À la surprise de Kai, Avery sort une cigarette et leur propose d'essayer, en précisant que la cigarette appartient à sa mère qui en fume pour perdre du poids. Kai se demande ce que cela lui ferait de fumer et si cela l'aiderait aussi à perdre du poids. Se sentant en conflit, Kai hésite - il est vrai qu'elle veut être belle, surtout pour les garçons, mais elle s'inquiète des effets néfastes potentiels de la cigarette. Quelle décision est-ce que Kai doit prendre?

Les élèves lisent la situation avec Kai et réfléchissent à la manière dont ils feraient face à la situation. Après avoir examiné les facteurs d'influence et mis en évidence les conséquences potentielles, les élèves appliqueront le modèle de prise de décision FACE tout au long du travail sur le scénario.

Scénario 5 : Kai et le tabagisme

Faire le point :

Comment Kai se sentirait-elle dans cette situation?

- Elle pourrait se sentir curieuse
- Elle pourrait se sentir tiraillée ou désorientée
- Elle pourrait se sentir gênée
- Elle pourrait se sentir inquiète ou effrayée

Pourquoi Kai ressentirait-elle cela?

7e année Plan de Leçon 1
 Acitivité d'apprentissage 2



- Elle pourrait être curieuse de connaître le lien entre le tabagisme et la perte de poids
- Elle pourrait se sentir tiraillée : elle aimerait avoir une belle silhouette, mais craint les effets néfastes du tabac
- Elle pourrait se sentir gênée par son corps
- Elle pourrait craindre que sa famille l'apprenne

Qui d'autre pourrait éprouver des sentiments à propos de cette situation?

- Avery
- La mère d'Avery
- Les ami.es de Kai
- La famille de Kai

Analyser :

Quels sont les choix de Kai?

- Prendre la cigarette
- Refuser la cigarette

Quels facteurs pourraient influencer la décision de Kai?

- Connaître les dangers
- Ses camarades
- Sa famille
- Son estime de soi

Qui peut aider Kai à faire ce choix?

- Ses ami.es
- Ses frères et sœurs

Choisir :

Quel est le choix le plus sécuritaire que Kai puisse faire?

- Ne pas fumer

Évaluer :

Quel serait l'impact du choix de Kai sur elle-même et sur les autres?

- Sa famille pourrait être perturbée
- Ses ami.es pourraient ne pas approuver sa décision
- Ses ami.es et sa famille pourraient ne pas apprécier d'être exposés à la fumée passive

À qui Kai pourrait-elle se confier au sujet du choix qu'elle a fait?

- Un conseiller ou une conseillère d'orientation
- Un.e ami.e de confiance
- Ses parents, tuteurs, tutrices ou personnes de référence
- Un.e autre adulte de confiance (par exemple, un entraîneur, un.e cousin.e, une tante ou un oncle)
- En parler à Avery

7e année Plan de Leçon 1
Acitivité d'apprentissage 2



Quels facteurs ou influences pourraient faire changer Kai d'avis?

- La prise de conscience des risques
- Les pairs et la famille
- L'estime de soi
- Les messages véhiculés par les médias