

9e année Éducation aux drogues

Leçon 2: Santé sexuelle et consommation de substances

Cette leçon, qui est alignée sur les Indicateurs de santé de NL, contient les informations de base nécessaires, des aperçus de substances, des activités d'apprentissage, des scénarios et des guides de discussion pour soutenir la transmission du matériel.

Indicateurs de santé

Les relations saines

1. Reconnaître comment la santé sexuelle et le bien-être peuvent avoir un impact sur les sentiments et les émotions
2. Démontrer un comportement qui illustre la compréhension du consentement

La prise de décision responsable

1. Évaluer l'impact des valeurs personnelles et du sens de soi sur la prise de décision dans les relations
2. Analyser les compétences efficaces en matière de prise de décision associées au consentement et aux comportements sexuels

Favoriser la croissance et le développement

1. Identifier des pratiques pour promouvoir une approche positive de la santé et du bien-être sexuels et reproductifs
2. Reconnaître les approches de réduction des risques de grossesse non désirée

Gérer la santé

1. Analyser les procédures d'accès à divers services dans le système de santé

Être en sécurité dans tous les environnements

1. Évaluer les situations où les décisions peuvent affecter la sécurité physique, le bien-être et les projets futurs pour soi-même et pour les autres

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

Aperçu de la leçon:

Leçon 2: Santé sexuelle et consommation de substances psychoactives



Normes et attentes

- Activité pédagogique 1: Relations et styles de communication
- Activité pédagogique 2: Substances et santé sexuelle
- Activité pédagogique 3: Consentement et préparation
- Activité pédagogique 4: Que faire si les choses tournent mal?



Leçon 1: Consommation de substances, dépendance et rôle de la réduction des risques

Leçon 2: Santé sexuelle et consommation de substances psychoactives

Informations générales

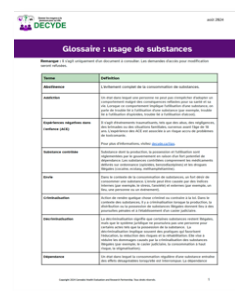
Définition des drogues

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, Épipens, 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], méthylphénidate [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 éducatrices 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)

La SBHE est une approche d'apprentissage qui utilise des méthodes d'apprentissage interactives. Cette approche est utilisée tout au long des activités d'apprentissage pour 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 et éducatrices 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 au cours de l'enfance et mettre en œuvre des pratiques fondées sur les traumatismes qui soutiennent les principes de réduction des risques.

Les ECA 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 ECA](#) met en évidence les types d'ECA 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 ECA 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 inquiétudes des élèves concernant la consommation de drogues, quelles que soient leurs opinions personnelles. Si nécessaire, encouragez les élèves à parler au conseiller d'orientation de

l'école ou à un 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 qui n'est pas stigmatisant peut créer un environnement qui encourage les élèves à engager des conversations ou à demander de l'aide. Pour plus d'informations sur la stigmatisation et des conseils pour les éducateurs et éducatrices, consultez l'[infographie sur la stigmatisation](#).

Leçon 2: Santé sexuelle et consommation de substances psychoactives



Activités d'apprentissage et ressources pédagogiques

- Activité pédagogique 1: Relations et styles de communication
- Activité pédagogique 2: Substances et santé sexuelle
- Activité pédagogique 3: Consentement et préparation
- Activité pédagogique 4: Que faire si les choses tournent mal?

Ressources pour les enseignant.e.s:

- Gros plans sur les substances: [Alcool](#), [Nicotine \(inhalee\)](#), [Benzodiazépines](#), [Poppers \(nitrites d'alkyle\)](#), [Stimulants](#), [Opioïdes](#), [Substances du viol](#), [Cannabis](#), [Cocaïne](#), [Ecstasy \(MDMA\)](#), [Amphétamines](#), [Stéroïdes anabolisants](#), [Nicotine](#), [Viagra et Cialis](#)



Normes et attentes

Si l'abstinence est le choix le plus sécuritaire pour les jeunes, les discussions sur la réduction des risques sont également importantes. Engager des discussions éducatives sur la consommation de substances peut constituer un facteur de protection et avoir un impact positif sur les décisions prises par les jeunes. Ces discussions peuvent aborder des sujets délicats pour certains élèves. Les éducateurs et éducatrices doivent tenir compte des éléments suivants: les raisons pour lesquelles les jeunes consomment des substances ; les méfaits de la consommation de substances ; l'âge et le développement cognitif des jeunes ; et le contexte de l'école, de la communauté et/ou de la situation familiale. En raison de la nature délicate de ces discussions, les enseignant.e.s doivent accorder la plus grande importance à la création d'un environnement sécuritaire, favorable et sans jugement. L'enseignant.e doit promouvoir des échanges positifs et efficaces avec les élèves en établissant conjointement des normes pour la classe qui seront souvent réexaminées.

Au cours de ces discussions, tous les participants sont d'accord:

- Les opinions de chacun sont écoutées et respectées.
- Les discussions sur le contenu sont factuelles, ouvertes et honnêtes, mais ne mentionnent pas les noms des personnes concernées. (par exemple, faire référence à "quelqu'un que je connais" plutôt que d'utiliser des noms).
- Les limites des individus sont reconnues et respectées.
- Les discussions sont exemptes de tout jugement et remettent en question les idées et non les individus.
- Les mots sont importants. Évitez le langage stigmatisant. Le terme "[stigmatisation](#)" doit être bien compris. Enseignez et donnez l'exemple d'un langage respectueux utilisé pendant le discussions.
 - Parmi les exemples importants, citons l'utilisation d'un langage centré sur la personne. Par exemple, "une personne qui consomme des drogues ou des substances"

Activité pédagogique 1: Relations et styles de communication



Activité d'apprentissage Objectifs:

- Explorer différents types de relations (par exemple, amicales, familiales, professionnelles, amoureuses).
- Identifier et différencier les styles de communication (passif, agressif, passif-agressif, manipulateur et assertif).
- Évaluer l'impact de la consommation de substances psychoactives sur la prise de décision, les relations et les objectifs de vie futurs.
- Réfléchir aux valeurs, pensées et croyances personnelles et analyser comment elles influencent la prise de décision.
- Discuter des aspects clés d'une relation saine, notamment la confiance, le respect et le consentement mutuel.
- Expliquer comment les choix peuvent avoir des répercussions à court et à long terme sur leur bien-être physique et émotionnel, leurs relations et leur avenir.
- Appliquer le modèle de prise de décision FACE pour résoudre des problèmes et faire des choix éclairés.
- Collaborer respectivement avec des pairs.
- Démontrer des stratégies de communication positives dans diverses situations sociales et interpersonnelles.

Matériaux:

- Introduction:
 - [Différents types de relations - Fiche de travail de l'élève](#)
- Pré-activité:
 - Vidéo: [5 styles de communication](#)
 - [Styles de communication - Fiche de travail de l'élève](#)
 - [Quel est votre style? Quiz - Feuille de travail de l'élève](#)
- Activité d'exploration (partie 1): La communication assertive
 - [Conseils pour une communication assertive - Fiche de travail de l'élève](#)
 - [Scénarios de discussion - Présentation Canva](#)
- Activité d'exploration (partie 2): Scénarios FACE
 - Infographies: [FACE Version élève](#), [FACE Version enseignant.e](#), [Facteurs influençant la prise de décision](#)
 - Scénario 1: [Sam et Avery: Vapoter pour impressionner](#)
 - Scénario 2: [Casey et Zack: quand l'amour se fait écrasant](#)
 - Scénario 3: [Maya et James: Équilibrer les relations et les valeurs personnelles](#)
 - [Guide de discussion pour l'enseignant.e](#)
- Partage et réflexion:
 - [Feuille de travail de l'élève](#)
- Gros plans sur les substances: [Alcool](#), [Nicotine \(inhalée\)](#), [Cannabis dabbng](#), [Benzodiazépines](#)

Introduction: Différents types de relations

Cette leçon portera sur la santé sexuelle et la consommation de substances, en mettant l'accent sur les relations et les styles de communication, les substances et la santé sexuelle, le consentement et la préparation, et ce qu'il faut faire si les choses tournent mal.

Pour commencer, passez en revue les objectifs de l'activité d'apprentissage avec les élèves. Insistez sur le fait que cette activité d'apprentissage se concentrera sur les thèmes des relations et de la communication assertive.

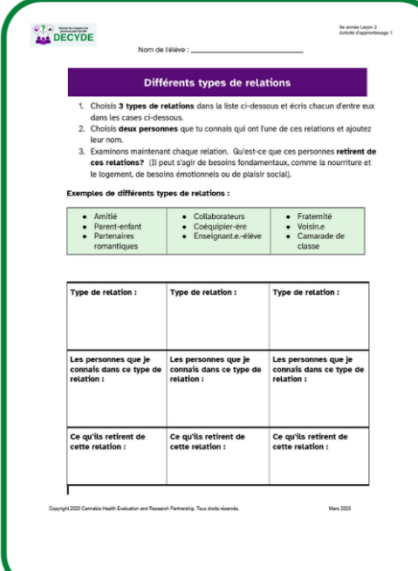
Commencez par une discussion avec les élèves sur les relations qu'ils entretiennent dans leur vie.

- **Demandez aux élèves de définir le mot "relation".** (Un lien entre deux ou plusieurs personnes)
- **Demandez aux élèves de réfléchir à autant de types de relations que possible, par groupes de deux ou de trois. Demandez-leur leurs réponses et écrivez-les pour la classe.**

Une fois la séance de remue-méninges terminée, discutez-en:

- **Comment faire preuve de respect dans ces relations?**
- **Que se passe-t-il en cas de désaccord?**

Ensuite, demandez aux élèves de remplir la feuille de travail "Différents types de relations", [disponible sous forme de Google Doc ou de PDF](#). Cela les encouragera à penser aux relations qu'ils et elles voient dans leur propre vie.



Différents types de relations

- Choisis 3 types de relations dans la liste ci-dessous et écris chacun d'entre eux dans les cases ci-dessous.
- Choisis deux personnes que tu connais qui ont l'une de ces relations et ajoutes leur nom.
- Examine maintenant chaque relation. Qu'est-ce que ces personnes retirent de ces relations? (Il peut s'agir de besoins fondamentaux, comme la nourriture et le logement, de besoins émotionnels ou de plaisir social).

Exemples de différents types de relations :

• Amitié	• Collaborateurs	• Fraternité
• Parent-enfant	• Coéquipier-ère	• Volontaire
• Partenaires romantiques	• Enseignant.e-élève	• Camarade de classe

Type de relation :	Type de relation :	Type de relation :
Les personnes que je connais dans ce type de relation :	Les personnes que je connais dans ce type de relation :	Les personnes que je connais dans ce type de relation :
Ce qu'ils retirent de cette relation :	Ce qu'ils retirent de cette relation :	Ce qu'ils retirent de cette relation :

Copyright 2020 Canada Health Education and Research Partnership. Tous droits réservés. Mars 2023

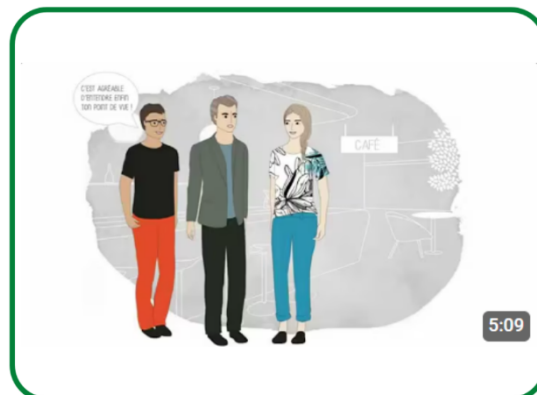
Une fois que les élèves ont rempli la feuille de travail, concluez l'activité en organisant une discussion en classe à l'aide des questions suivantes:

Pistes de discussion:

- Réfléchissez à différentes relations dans votre vie ou à des personnes que vous admirez et respectez, et examinez leurs valeurs et leurs caractéristiques. Quelles sont les qualités/valeurs que vous admirez ou respectez? (Ami, professeur, entraîneur, parent, athlète préféré, chanteur, acteur, etc.)
- En quoi ces relations diffèrent-elles en termes d'attentes et de communication?
- Comment abordez-vous les conflits avec les personnes de votre entourage?

Pré-activité: Styles de communication

Regardez la vidéo suivante : [Affirmation de soi - Soutien psychologique](#), (5:09) qui donne un exemple de style de communication positif. Après avoir visionné la vidéo, discutez avec les élèves des différents styles de communication : passif, agressif, passif-agressif, manipulateur et assertif, en utilisant la fiche *Styles de communication*. Ensuite, demandez aux élèves de lire et de compléter la fiche d'exercices sur les styles de communication.



DECYDE

Nom de l'élève : _____

Pré-activité : Styles de communication

Partie 1 : Styles de communication

La plupart des gens utilisent l'un des cinq styles de relations avec les autres :

Passif, Passive	Assertif, Assertive	Manipulateur, Manipulatrice
- Malhonnêteté sur le plan émotionnel - Indirecte - Inhibé - Abandon de soi - Blâme - Éprouve du ressentiment mais n'exprime pas ses inquiétudes - Apologétique	- Honnêteté appropriée - Directe - Renforcement de l'autonomie - Expressive - Confiance en soi - Maintient des limites saines sans être contrôlant.e - Empathique aux émotions des autres	- Malhonnêteté sur le plan émotionnel - Indirecte et trompeuse - Contrôle par la culpabilité ou la coercition - Accuse tout en paraissant innocent.e - Évite la confrontation directe - Se met en valeur aux dépens des autres

Copyright 2020 Canadien Health Education and Research Partnership. Tous droits réservés. Page 2025

Après avoir regardé la vidéo, demandez aux élèves de lire et de compléter la feuille de travail suivante sur les styles de communication ([disponible sous forme de document Google ou de PDF.](#))

Après avoir rempli la feuille de travail, les élèves peuvent approfondir leur compréhension de leur propre style de communication en répondant au questionnaire "**Quel est ton style?**" ([disponible sous forme de Google Doc ou de PDF](#)) afin d'identifier le style de communication qu'ils et elles utilisent le plus souvent. Ensuite, discutez des résultats des élèves en groupe, en encourageant les élèves à dire ce qu'ils pensent des résultats du quiz.

DECYDE

Nom de l'élève : _____

Quel est ton style?

Quel est ton style de communication?

Instructions : Lis chaque scénario et choisis la réponse qui correspond le mieux à ta réaction. Sois honnête dans tes réponses! Il n'y a pas de mauvaises réponses.

1. Ton ami.e t'interrompt pendant que tu parles. Que fais-tu?

a) Tu restes silencieuse et tu le/la laisses parler, même si cela te dérange.

b) Tu dis quelque chose de sarcastique, comme "Oh, je suppose que mon histoire n'a pas d'importance".

c) Tu élèves la voix et tu dis : "Arrête de m'interrompre! Tu es vraiment impoli.e!"

d) Plus tard, dis-lui que tu as une histoire importante à raconter et tu exagères les détails pour qu'il/elle se sente mal de t'avoir interrompue.

e) Tu attends qu'il/elle ait terminé, puis tu dis calmement : "Je n'avais pas fini de parler. Est-ce que je peux continuer?"

2. Tu joues à un jeu et quelqu'un change constamment les règles pour gagner. Que fais-tu?

a) Tu les laisses faire, même si c'est injuste.

b) Plus tard, tu te plains à quelqu'un d'autre de ton agacement.

c) Tu cries : "Tu triches! C'est pour ça que personne ne veut jouer avec toi!"

d) Tu fais semblant de ne pas t'en soucier, mais tu commences secrètement à contourner les règles pour te venger.

e) Tu dis : "J'ai l'impression que les règles changent tout le temps. Pouvons-nous nous mettre d'accord sur la façon de jouer pour que ce soit juste pour tout le monde?"

3. Une camarade de classe a emprunté ton stylo préféré et ne te l'a pas rendu. Que fais-tu?

a) Je ne dis rien et j'espère qu'il/elle finira par le rendre.

b) Je fais une blague devant lui/elle, comme "Je suppose que je ne reverrai jamais mon stylo".

c) J'évite : "Rends-moi mon stylo tout de suite!"

d) Je lui dis que j'en ai besoin pour un "travail spécial", même si ce n'est pas le cas, juste pour le la faire culpabiliser.

1

Activité d'exploration: Partie 1 Communication assertive

L'activité d'exploration aidera les élèves à identifier les moyens de s'affirmer davantage dans leur communication. Prenez le temps d'expliquer aux élèves que la communication assertive peut:

- **Renforcer la confiance en soi:** Le fait de s'exprimer clairement et respectueusement vous aide à vous sentir plus autonome et à contrôler votre vie.
- **Améliorer les relations:** Être honnête sur ses pensées et ses besoins tout en respectant les opinions des autres favorise des relations saines et équilibrées.
- **Promouvoir des limites saines:** L'affirmation de soi aide les individus à dire "non" lorsque c'est nécessaire, protégeant ainsi leur temps, leur énergie et leur bien-être.

Lisez les conseils suivants aux élèves pour être plus sûre de soi:

4 conseils pour s'affirmer davantage

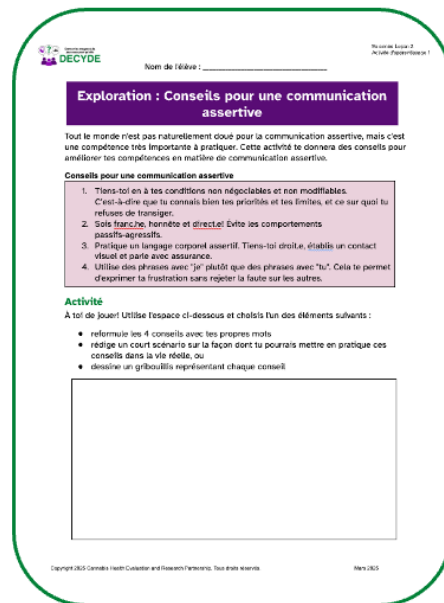
1. Comprenez vos priorités et vos limites et respectez-les!
2. Soyez franche, honnête et directe! Évitez les comportements passifs-agressifs.
3. Pratiquez un langage corporel assertif. Tenez-vous droit, établissez un contact visuel et parlez avec assurance.
4. Utilisez des phrases avec "je" plutôt que des phrases avec "tu". Cela vous permet d'exprimer votre frustration sans rejeter la faute sur les autres.



Fournissez aux élèves la feuille de travail suivante "Conseils pour une communication assertive" ([disponible au format PDF ou Google Doc](#)). Cette courte activité aidera les élèves à renforcer ce qu'ils ont appris dans la vidéo. Les élèves prendront quelques minutes pour

- reformuler les 4 conseils avec leurs propres mots
- rédiger un court scénario sur la façon dont ils pourraient mettre en pratique ces conseils dans la vie réelle, ou
- dessiner un gribouillis représentant chaque conseil

Une fois que les élèves ont rempli leur feuille de travail, discutez des scénarios suivants sur le **respect des choix des autres en communiquant avec assurance**. L'enseignant.e lira chaque scénario et demandera aux élèves comment ils et elles pourraient réagir avec assurance (ces scénarios sont disponibles [ici](#) sous forme de présentation Canva que les enseignant.e.s peuvent présenter à la classe):



Exploration : Conseils pour une communication assertive

Tout le monde n'est pas naturellement doué pour la communication assertive, mais c'est une compétence très importante à pratiquer. Cette activité te donnera des conseils pour améliorer tes compétences en matière de communication assertive.

Conseils pour une communication assertive

1. Tiens-toi en à tes conditions non négociables et non modifiables. C'est-à-dire que tu connais bien tes priorités et tes limites, et ce sur quoi tu refuses de transiger.
2. Sois franche, honnête et direct(e) ! Évite les comportements passifs-agressifs.
3. Pratique un langage corporel assertif. Tiens-toi droite, établis un contact visuel et parle avec assurance.
4. Utilise des phrases avec "je" plutôt que des phrases avec "tu". Cela te permet d'exprimer ta frustration sans rejeter la faute sur les autres.

Activité

À toi de jouer ! Utilise l'espace ci-dessous et choisis l'un des éléments suivants :

- reformule les 4 conseils avec tes propres mots
- rédige un court scénario sur la façon dont tu pourrais mettre en pratique ces conseils dans la vie réelle, ou
- dessine un gribouillis représentant chaque conseil

1. Un.e ami.e t'offre une bière lors d'une soirée. Tu veux refuser parce que tu essaies de faire partie d'une équipe de hockey et que tu ne bois pas et ne te drogues pas pour pouvoir donner le meilleur de toi-même. Comment répondre avec assurance?
2. Tu offres une bière à un.e ami.e lors de ta fête d'anniversaire et il refuse en raison de ses convictions religieuses. Comment pourrait-il réagir avec assurance?
3. Un.e nouvel.le ami.e veut tricher au contrôle de mathématiques de demain. Tu as travaillé dur et tu ne veux pas lui donner tes réponses. Comment pourrais-tu réagir avec assurance?
4. Tu es à une fête et une autre personne commence à flirter avec toi et essaie de t'embrasser. Tu n'êtes pas intéressé.e. Comment réagis-tu avec assurance?

Activité d'exploration: Partie 2 - Scénarios FACE

Tout au long de ce plan de cours, les élèves auront l'occasion d'examiner différents scénarios avec des jeunes qui se trouvent dans des situations difficiles liées au contenu de la leçon. Les élèves utiliseront [le modèle de prise de décision FACE](#) pour analyser ces scénarios et apprendre à l'appliquer à leurs propres décisions de vie. Lors de la discussion des scénarios, veillez 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.



GROS PLAN SUR LES SUBSTANCES

Les enseignant.e.s peuvent se référer à la [nicotine \(inhalée\)](#), à la [cannabis \(inhalé\)](#) et aux [benzodiazépines](#).
Des gros plans sur les substances pour éclairer les discussions.

Avant de passer aux scénarios, présentez aux élèves [l'infographie Facteurs qui influencent la prise de décision](#). Animez une brève discussion sur tous les facteurs externes et internes qui influencent notre prise de décision, en mettant l'accent sur les médias sociaux, la communauté, les amis, la famille, nos propres connaissances et l'image que nous avons de nous-mêmes.

Sam et Avery: Vapoter pour impressionner

Sam a récemment déménagé à St. John's en provenance de Labrador City. Après avoir commencé à fréquenter sa nouvelle école, il a rencontré Avery, un garçon qui a beaucoup d'amis. Depuis quelques semaines, Sam est assis avec Avery en classe d'art et commence à l'apprécier. Avery invite Sam à passer du temps avec lui et ses amis à l'heure du déjeuner. Cependant, Sam a remarqué qu'Avery et ses amis vapotent de la nicotine et affichent souvent qu'ils passent du temps au "point de vapotage" près de leur école. Sam n'aime pas le vapotage, mais il pense que s'il n'y participe pas, Avery ne l'aimera pas. Il craint que le fait de ne pas fumer le la fasse paraître ennuyeux ou pas cool.

Que doit faire Sam? Comment ferais-tu face à cette situation?

Ensuite, présentez le [modèle de prise de décision FACE](#) et discutez-en avec les élèves. Ils utiliseront le modèle de prise de décision FACE pour explorer comment les jeunes peuvent:

- **SENTIMENT** face à la situation
- **ÉVALUER** la situation
- **CHOISIR** l'option la plus sécuritaire
- **EVALUER** la décision

***En raison de la nature sensible de ces scénarios, il est recommandé à l'enseignant.e d'animer cette activité en classe entière plutôt qu'en petits groupes.**

Les scénarios suivants mettent l'accent sur l'utilisation de la communication assertive dans les relations.

Scénarios:

Scénario 1: Sam et Avery: Vapoter pour impressionner

Scénario 2: Casey et Zack: quand l'amour se fait écrasant

Scénario 3: Maya et James: Équilibrer les relations et les valeurs personnelles

Il est recommandé à l'enseignant.e d'animer les scénarios et les questions de discussion en groupe. Les fiches de travail des élèves sont **facultatives** pour leur permettre de prendre des notes pendant la discussion en classe ; il est recommandé aux élèves de ne pas les remplir en tant que travail indépendant, car les scénarios peuvent aborder des sujets sensibles. Les fiches de travail des élèves et les questions de discussion sont disponibles [au format PDF et Google Docs](#) sur le site web de DECYDE.

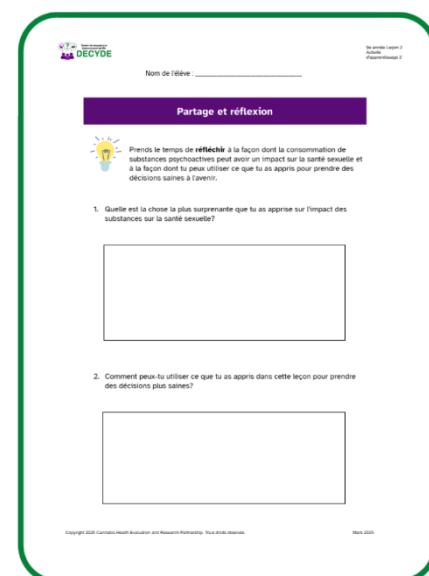
Le guide de discussion pour les enseignant.e.s est disponible au format [PDF](#).



Partage et réflexion

Demandez aux élèves de répondre aux questions suivantes pour réfléchir à ce qu'ils ont appris sur la communication au cours de cette leçon. La feuille de travail de l'élève est disponible au format [PDF ou Google Doc](#).

- Quelle est la chose la plus surprenante que vous ayez apprise de cette leçon?
- Comment pouvez-vous utiliser cette leçon pour mieux communiquer dans vos relations?
- Quelles sont les questions que vous vous posez encore sur la communication et les relations



Activité pédagogique 2: Substances et santé sexuelle



Objectifs de l'activité d'apprentissage:

- Définir et différencier les termes "améliorer" et "inhiber".
- Identifier et décrire les effets à court et à long terme des substances sur le fonctionnement sexuel (par exemple, l'alcool, les poppers, le cannabis, la cocaïne, l'ecstasy (MDMA), les opioïdes, les amphétamines, les stéroïdes anabolisants, la nicotine et les médicaments tels que le Viagra ou le Cialis).
- Discuter des façons dont la consommation de substances psychoactives peut augmenter la probabilité d'une activité sexuelle non protégée.
- Appliquer le modèle de prise de décision FACE pour résoudre des problèmes et faire des choix éclairés.
- Collaborer respectivement avec des pairs.
- Démontrer des stratégies de communication positives dans diverses situations sociales et interpersonnelles.

Matériaux:

- Pré-activité:
 - [Activité Mythes/Faits](#)
 - [Infographie sur les substances et la santé sexuelle](#)
- Activité d'exploration (partie 1): Pourquoi certains médicaments sont-ils utilisés?
 - Chasse au trésor infographique - [Fiche de travail de l'élève](#)
- Activité d'exploration (partie 2): Scénarios FACE
 - Infographies pour les élèves et les enseignants.e.s: [FACE version élève](#), [FACE version enseignant.e](#), [Facteurs influençant la prise de décision](#)
 - Scénario 4: [Dakota et Cameron: consommation de substances psychoactives et dysfonctionnement sexuel](#)
 - Scénario 5: [Alex et Charlie: la vérité sur les poppers?](#)
 - [Guide de discussion pour l'enseignant.e](#)
- [Partage et réflexion](#)
- Gros plans sur les substances: [Poppers \(nitrites d'alkyle\)](#), [alcool](#), [stimulants](#), [opioïdes](#), [substances du viol](#), [cannabis](#), [cocaïne](#), [ecstasy \(MDMA\)](#), [amphétamines](#), [stéroïdes anabolisants](#), [nicotine](#), [Viagra et Cialis](#).

Introduction: Substances et relations

Note à l'enseignant.e: Pourquoi est-il important de s'informer sur la consommation de substances psychoactives et la santé sexuelle?

La relation entre la consommation de substances et le sexe n'est pas facile à prévoir. Une personne peut trouver le sexe plus ou moins agréable, être plus ou moins intéressée par le sexe, ou trouver que les effets varient avec le temps et le dosage.

Les drogues récréatives ne remplacent pas la communication et le consentement sexuels. Elles ne constituent pas non plus une option sécuritaire pour traiter les problèmes de santé sexuelle sous-jacents. De nombreuses interventions peuvent aider à résoudre les problèmes de dysfonctionnement sexuel. En outre, l'utilisation de drogues à des fins d'automédication peut retarder le traitement et aggraver les problèmes de santé sexuelle sous-jacents.

Les infographies suivantes sont disponibles sur le site web de DECYDE pour en savoir plus sur ce sujet: [Consommation de substances et santé sexuelle](#) et [Rester en sécurité face à la consommation de substances et à l'activité sexuelle](#).

Cette activité aidera les élèves à comprendre les termes "améliorer" et "inhiber" en relation avec la consommation de substances et la fonction sexuelle.

- Explorez ce que les élèves savent déjà (ou pensent savoir) sur la consommation de substances psychoactives et la sexualité. Demandez-leur d'identifier une substance et d'expliquer comment elle peut améliorer ou inhiber le fonctionnement sexuel, pourquoi quelqu'un pourrait choisir de consommer cette substance au cours d'une activité sexuelle et quels sont les risques liés à la consommation de cette substance.
- *Remarque: à ce stade de la leçon et de l'unité, on espère que les élèves sont prêt.e.s à partager leurs pensées et leurs idées. Si ce n'est pas le cas, l'enseignant.e peut distribuer des notes autocollantes, demander aux élèves d'y écrire leurs pensées de manière anonyme et les distribuer à la classe.*

Pré-activité: Mythes et réalités

Quels sont les médicaments dont l'utilisation est risquée pendant les rapports sexuels?

Après la discussion, faites l'activité [Mythes/Faits](#) suivante en classe pour informer la classe sur certaines des drogues les plus risquées qui peuvent être utilisées pendant les rapports sexuels. Bien que toute consommation de substances comporte des risques, certaines drogues sont utilisées plus fréquemment dans



des contextes sexuels, et il est important que les élèves comprennent les risques qu'elles comportent.

Mythes et réalités Guide de discussion pour l'enseignant.e.

1. Les poppers sont un groupe de drogues que certaines personnes utilisent pour améliorer les rapports sexuels et faciliter les rapports anaux.

➤ **FAIT**

2. La prise de Poppers n'entraîne pas de conséquences graves telles que des lésions sexuelles, un manque d'oxygène dans le sang ou la mort.

➤ **MYTHE**

Fait: Les poppers PEUVENT avoir des conséquences graves telles que des lésions sexuelles, un manque d'oxygène dans le sang et la mort.

3. La consommation de poppers est liée à la communauté LGBTQ+, peut-être parce que la substance peut faciliter les rapports sexuels anaux pour certaines personnes et peut augmenter l'excitation sexuelle et les orgasmes.

➤ **FAIT**

4. Les substances utilisées lors des viols sont le Rohypnol et le Gamma Hydroxybutyrate (GHB).

➤ **FAIT**

5. Les substances utilisées pour le viol sont généralement utilisées pour accroître le plaisir de la personne, et non pour réduire la résistance de son partenaire, ce qui facilite la coercition sexuelle.

➤ **MYTHE**

Fait: Les substances du viol sont utilisées pour réduire la résistance du partenaire, ce qui facilite la coercition sexuelle. Les substances du viol ne sont PAS généralement utilisées pour accroître le plaisir d'une personne.

6. Les substances du viol contribuent souvent aux agressions sexuelles et aux expériences sexuelles négatives lorsqu'une personne ne peut pas comprendre pleinement ce qui se passe sous l'influence de ces substances.

➤ **FAIT**

7. Les stimulants tels que la méthamphétamine, les médicaments contre le TDAH (par exemple, le méthylphénidate) et la cocaïne n'ont pas de conséquences sexuelles.

➤ **MYTHE**

Fait: Les stimulants peuvent avoir des conséquences sexuelles. Par exemple, les stimulants peuvent également augmenter le comportement agressif, ce qui accroît le risque d'agression sexuelle.

8. Les stimulants tels que la méthamphétamine, les médicaments contre le TDAH (par exemple, le méthylphénidate) et la cocaïne ne causent pas de problèmes de santé cardiaque, y compris la mort cardiaque subite.
 - **MYTHE**
Fait: Les stimulants tels que la méthamphétamine, les médicaments contre le TDAH (par exemple, le méthylphénidate) et la cocaïne PEUVENT causer des problèmes de santé cardiaque, y compris la mort cardiaque subite.
9. L'alcool peut altérer le jugement et la capacité à consentir.
 - **FAIT**
10. L'alcool peut affecter la prise de décision et jouer un rôle dans les agressions sexuelles.
 - **FAIT**
11. Les opioïdes ne sont pas la principale cause de surdose.
 - **MYTHE**
Fait: les opioïdes SONT la principale cause de surdose.
12. Les personnes qui consomment des opioïdes, en particulier celles qui en prennent de fortes doses, risquent fort de faire une surdose..
 - **FAIT**
13. Les opioïdes ne rendent pas difficile l'obtention et le don d'un consentement sexuel.
 - **MYTHE**
Fait: Les opioïdes PEUVENT modifier le comportement, rendant le consentement sexuel difficile.

Activité d'exploration: Partie 1 - Chasse au trésor infographique

Dans cette activité d'exploration, les élèves apprendront comment certaines substances influencent l'activité sexuelle en remplissant une **feuille de travail de chasse au trésor infographique** (disponible au [format PDF ou Google Doc](#)). Commencez par présenter l'[infographie sur les substances et la santé sexuelle](#) à la classe.

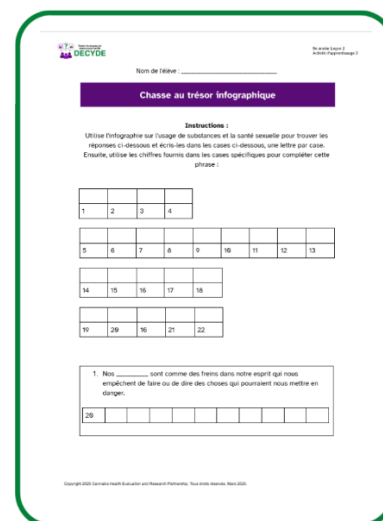


GROS PLAN SUR LES SUBSTANCES

Les enseignant.e.s peuvent se référer au [Poppers \(nitrites d'alkyle\)](#), [alcool](#), [stimulants](#), [opioïdes](#), [substances utilisées lors de viols](#), [cannabis](#), [cocaïne](#), [ecstasy \(MDMA\)](#), [amphétamines](#), [stéroïdes anabolisants](#), [nicotine](#), [Viagra et Cialis](#).
Des gros plans sur les substances pour éclairer les discussions.

Demandez aux élèves d'utiliser l'infographie intitulée [Consommation de substances et santé sexuelle](#) pour répondre aux questions à trous et d'inscrire leurs réponses dans les cases, à raison d'une lettre par case. La question 1 est déjà remplie comme exemple.

Quand les élèves ont terminé la chasse au trésor, demandez-leur d'utiliser leurs réponses pour identifier la lettre qui correspond à chaque case numérotée.



Lorsque toutes les cases seront correctement remplies, le message caché apparaîtra.
Le guide de discussion pour les enseignant.e.s est disponible ci-dessous :

Chasse au trésor infographique sur la consommation de substances et la santé sexuelle

Guide de discussion pour les enseignant.e.s :

1. Nos **inhibitions** sont comme des freins dans notre esprit qui nous empêchent de faire ou de dire des choses qui pourraient nous mettre en danger.
2. **La nicotine** restreint les vaisseaux sanguins dans tout le corps, y compris les organes sexuels.
3. L'alcool et le **cannabis** ont des effets différents selon les personnes et peuvent soit inhiber, soit améliorer la fonction sexuelle.
4. Les stéroïdes anabolisants fonctionnent comme la **testostérone** et peuvent entraîner des difficultés d'excitation et un rétrécissement des testicules en cas d'utilisation prolongée.
5. La consommation fréquente de grandes quantités d'alcool peut entraîner des problèmes d'**excitation** et d'orgasme.
6. Même si la cocaïne peut favoriser l'activité sexuelle à court terme, la consommation **à long terme** peut faire disparaître ces effets.
7. Lorsque les inhibitions d'une personne sont **diminuées** en raison de la consommation de substances, elle peut être plus encline à s'engager dans une activité **sexuelle** à risque.
8. **L'ecstasy** (MDMA) peut rendre les gens très heureux, mais cela peut aussi conduire à des activités sexuelles **à risque**.
9. Lorsqu'elles sont utilisées de manière chronique, les **amphétamines** peuvent poser des problèmes d'excitation, même si elles peuvent provoquer des sentiments d'**euphorie** lorsqu'elles sont consommées.

10. **Le Viagra** (Sildenafil) ou le Cialis (Tadalafil) peuvent provoquer des **érections** douloureuses lorsqu'ils sont utilisés par des personnes ne souffrant pas de troubles de l'érection.

Réponse à l'énigme: **LA RÉDUCTION DES RISQUES PERMET DE SAUVER DES VIES**

Activité d'exploration: Partie 2 - Scénario FACE



GROS PLAN SUR LES SUBSTANCES

Les enseignant.e.s peuvent se référer au [Poppers \(nitrites d'alkyle\)](#), [méthamphétamine](#) et [Viagra et Cialis](#) Gros plans sur les substances pour aider à éclaircir les discussions.

Dans la deuxième partie de l'activité d'exploration, les élèves examineront les scénarios suivants et utiliseront [le modèle de prise de décision FACE](#) pour examiner les situations.

***En raison de la nature sensible de ces scénarios, il est recommandé à l'enseignant.e d'animer cette activité en classe entière plutôt qu'en petits groupes.**

Réintroduire le modèle de prise de décision FACE avec les élèves.

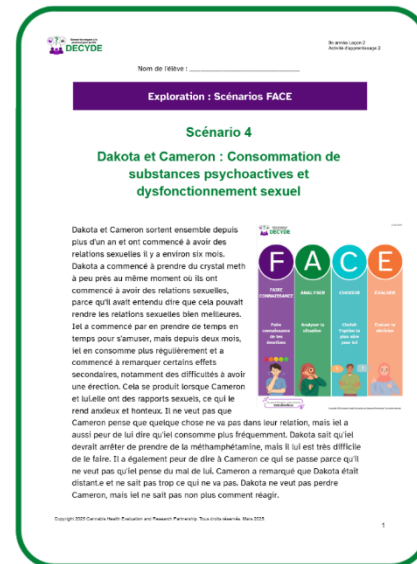
Les scénarios suivants se concentrent sur l'utilisation de substances dans les relations sexuelles:

Scénario 4: Dakota et Cameron: consommation de substances psychoactives et dysfonctionnement sexuel

Scénario 5: Alex et Charlie: la vérité sur les poppers?

Il est recommandé à l'enseignant.e d'animer les scénarios et les questions de discussion en groupe. Les fiches de travail des élèves sont **facultatives** pour leur permettre de prendre des notes pendant la discussion en classe. Il est recommandé aux élèves de **ne pas** faire ce travail de manière indépendante car les scénarios peuvent aborder des sujets sensibles. Les fiches de travail des élèves et les questions de discussion sont disponibles au [format PDF et Google Docs](#) sur le site web de DECYDE.

Le guide de discussion pour les enseignant.e.s est disponible au [format PDF](#).



Document de travail pour les élèves : Scénario 4 - Dakota et Cameron : Consommation de substances psychoactives et dysfonctionnement sexuel.

FACE

F : Facteurs
A : Alternatives
C : Conséquences
E : Évaluation

Dakota et Cameron sortent ensemble depuis plus d'un an et ont commencé à avoir des relations sexuelles il y a environ six mois. Dakota a commencé à prendre du crystal meth à peu près au même moment où ils ont commencé à avoir des relations sexuelles, parce qu'il avait entendu dire que cela pouvait rendre les relations sexuelles bien meilleures. Ici a commencé par en prendre de temps en temps pour s'amuser, mais depuis deux mois, lui en consomme plus régulièrement et a commencé à remarquer certains effets secondaires, notamment des difficultés à avoir une érection. Cela se produit lorsque Cameron et lui-même ont des rapports sexuels, ce qui le rend anxieux et honteux. Il ne veut pas que Cameron pense que quelque chose ne va pas dans leur relation, mais lui a aussi peur de lui dire qu'il consomme plus fréquemment. Dakota sait qu'il devrait arrêter de prendre de la méthamphétamine, mais il lui est très difficile de le faire. Il a également peur de dire à Cameron ce qu'il se passe parce qu'il ne veut pas qu'il pense du mal de lui. Cameron a remarqué que Dakota était distant.e et ne sait pas trop ce qu'il ne va pas. Dakota ne veut pas perdre Cameron, mais lui ne sait pas non plus comment réagir.

Copyright 2020 Canada Health Publication and Peer-reviewed. Tous droits réservés. 2020

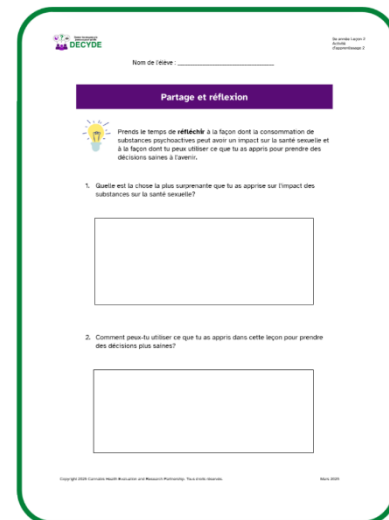


Partage et réflexion

Cette activité permettra aux élèves de réfléchir à la manière dont la consommation de substances psychoactives peut avoir un impact sur la santé sexuelle et à la manière dont ils peuvent utiliser ce qu'ils ont appris pour prendre des décisions saines à l'avenir.

- Quelle est la chose la plus surprenante que vous ayez apprise sur l'impact des substances sur la santé sexuelle?
- Comment pouvez-vous utiliser ce que vous avez appris dans cette leçon pour prendre des décisions plus saines?
- Quelles sont les questions que vous vous posez encore sur les substances et la santé sexuelle?

La feuille de travail est disponible au format [PDF](#) ou [Google Doc](#).



Nom de l'élève : _____
 Date : _____
 Page : _____

Partage et réflexion

 Prends le temps de réfléchir à la façon dont la consommation de substances psychoactives peut avoir un impact sur la santé sexuelle et à la façon dont tu peux utiliser ce que tu as appris pour prendre des décisions saines à l'avenir.

1. Quelle est la chose la plus surprenante que tu as apprise sur l'impact des substances sur la santé sexuelle?

2. Comment peux-tu utiliser ce que tu as appris dans cette leçon pour prendre des décisions plus saines?

Copyright © 2016 Canadian Health Education and Research Partnership. Tous droits réservés. 1000-0000

Activité pédagogique 3: Consentement et préparation



Objectifs de l'activité d'apprentissage:

- Reconnaître que s'engager dans une activité sexuelle est une décision personnelle et que les sentiments et les émotions peuvent varier d'une personne à l'autre.
- Expliquer la signification du consentement et résumer les lois relatives au consentement.
- Faire preuve de respect pour les limites personnelles et veiller à ce que le consentement soit toujours donné et compris dans différentes situations sexuelles.
- Discuter de l'importance du consentement mutuel et du rôle du consentement dans la prise de décisions éclairées en matière de sexualité.
- Évaluer comment les substances peuvent influencer la prise de décision concernant le consentement mutuel et l'activité sexuelle.
- Appliquer le modèle de prise de décision FACE pour résoudre des problèmes et faire des choix éclairés.
- Collaborer respectivement avec des pairs.
- Démontrer des stratégies de communication positives dans diverses situations sociales et interpersonnelles.

Matériaux:

- Introduction
 - Pistes de discussion
 - Vidéos sur le consentement:
 - [Le consentement avec un thé](#)
 - [Qu'est-ce que le consentement?](#)
 - [Le consentement expliqué aux enfants](#)
 - [Le consentement, qu'est ce que c'est?](#)
- Activité d'exploration (partie 1):
 - Infographie: [Rester plus sécuritaire face aux substances et à l'activité sexuelle](#)
 - [Activité autocollants](#)
- Activité d'exploration (partie 2): Scénarios FACE
 - Infographies pour les élèves et les enseignant.e.s: Infographies: FACE version élève, [Face version enseignant.e](#), [Facteurs influençant la prise de décision](#)
 - Scénario 6: [Bailey et Ali: le consentement est-il clair ou pas?](#)
 - Scénario 7: [Maria et Max: consentement et limites compliquées](#)
 - Scénario 8: [Ari et Taylor: Naviguer sur les nerfs](#)
 - [Guide de discussion pour l'enseignant.e](#)
- Partage et réflexion: [Activité de journalisme Fiche de travail de l'élève](#)
- Gros plans sur les substances: [Alcool](#), [cannabis](#)

Introduction

Pour commencer cette activité d'apprentissage, l'enseignant.e dirigera la classe dans une discussion sur le consentement, à l'aide des questions suivantes:

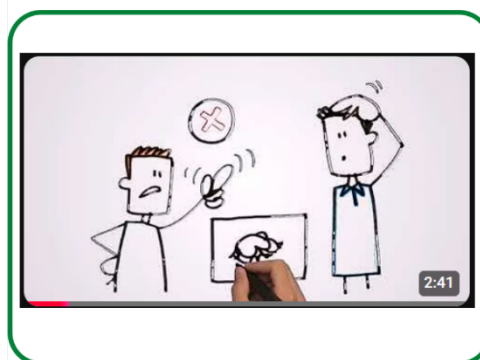
- **Qu'est-ce que le consentement?**
- **Que signifie le mot "consentement"?**

Après la discussion, présentez et montrez une (ou plusieurs) des vidéos suivantes sur le consentement. Nous avons listé quatre vidéos que nous suggérons, mais l'enseignant.e peut décider quelle(s) vidéo(s) convient le mieux à sa classe.

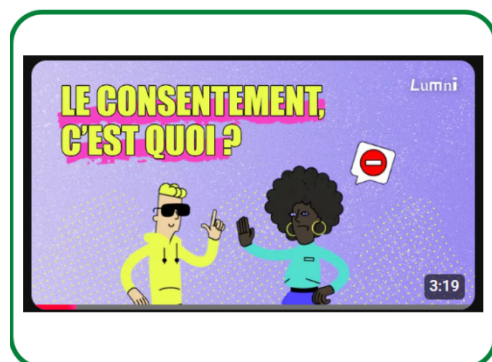
[Le consentement avec un thé \(3:51\)](#)



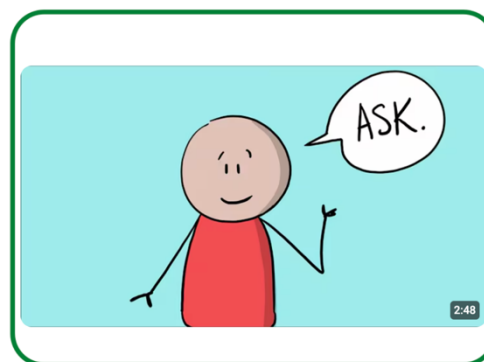
[What is consent? \(3:19\)](#)



[Le consentement, qu'est ce que c'est? \(2:41\)](#)



[Le consentement \(2:47\)](#)



Après avoir visionné les vidéos, prenez quelques minutes avec la classe pour répondre aux questions éventuelles des élèves avant de passer à l'activité suivante.

Activité d'exploration: Partie 1 - Autocollants de consentement

Dans l'activité d'exploration suivante, les élèves concevront des autocollants qui serviront de messages d'intérêt public pour informer sur le consentement. (L'enseignant.e peut décider si l'autocollant sera conçu numériquement ou sur papier). Les enseignant.e.s peuvent fournir aux élèves l'infographie "[Rester en sécurité face à la consommation de substances et à l'activité sexuelle](#)" pour leur donner des idées pour la conception de leur autocollant.

Les instructions relatives au travail (disponibles au [format PDF](#)), accompagnées d'exemples, peuvent être distribuées aux élèves ou affichées par l'enseignant.e à l'intention de la classe.

Une fois l'activité terminée, les élèves peuvent afficher leurs autocollants sur un tableau d'affichage dans la classe ou l'école. Donnez aux élèves l'occasion d'expliquer à la classe pourquoi ils ont choisi leur autocollant.



Activité d'exploration: Partie 2 - Scénarios FACE



GROS PLAN SUR LES SUBSTANCES

Les enseignant.e.s peuvent se référer au gros plans sur les substances [Alcool](#), [cannabis](#) pour éclairer les discussions.

Dans la deuxième partie de l'activité d'exploration, les élèves examineront les scénarios suivants et utiliseront [le modèle de prise de décision FACE](#) pour examiner la situation.

***En raison de la nature sensible de ces scénarios, il est recommandé à l'enseignant.e d'animer cette activité pour la classe entière plutôt qu'en petits groupes.**

Réintroduire le modèle de prise de décision FACE auprès des élèves.

Ces scénarios sont axés sur les thèmes du consentement et de la consommation de substances dans le cadre d'une activité sexuelle.

Scénario 6: Bailey et Ali: le consentement est-il clair ou nuageux?

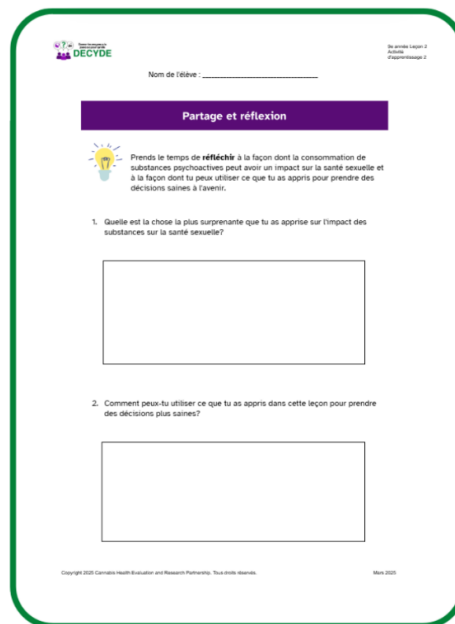
Scénario 7: Maria et Max: consentement et limites compliquées

Scénario 8: Ari et Taylor: Naviguer sur les nerfs

Il est recommandé à l'enseignant.e d'animer les scénarios et les questions de discussion en groupe. Les fiches de travail des élèves sont **facultatives** pour leur permettre de prendre des

notes pendant la discussion en classe. Il est recommandé aux élèves de ne pas faire ce travail de manière indépendante car les scénarios peuvent aborder des sujets sensibles. Les fiches de travail des élèves et les questions de discussion sont disponibles au [format PDF et Google Docs](#) sur le site web de DECYDE.

Le guide de discussion pour les enseignant.e.s est disponible au format [PDF](#).



DECYDE

De 9e année à 12e année
 Niveau: 9e année

Nom de l'élève: _____

Partage et réflexion

Prends le temps de réfléchir à la façon dont la consommation de substances psychoactives peut avoir un impact sur la santé sexuelle et à la façon dont tu peux utiliser ce que tu as appris pour prendre des décisions saines à l'avenir.

1. Quelle est la chose la plus surprenante que tu as apprise sur l'impact des substances sur la santé sexuelle?

2. Comment peux-tu utiliser ce que tu as appris dans cette leçon pour prendre des décisions plus saines?

Copyright 2021 Canadian Health Education and Research Partnership. Tous droits réservés. Mars 2021



Partage et réflexion: Partager une expérience

Pour conclure l'activité d'apprentissage 3, la feuille de travail suivante est disponible au [format PDF ou Google Doc](#).

Journal de bord: Demandez aux élèves de réfléchir à une expérience où ils ont dû donner leur consentement dans leur propre vie, puis de la décrire. Ils peuvent aussi imaginer une situation future où il sera important de donner son consentement. Cette expérience peut être liée ou non à la consommation de substances psychoactives. Les élèves doivent décrire l'expérience, en expliquant pourquoi le consentement a compté ou comptera dans cette situation, et comment ils communiqueraient leur décision. Les élèves peuvent choisir de partager cette expérience avec d'autres ou de la garder pour eux.



DECYDE

De 9e année à 12e année
 Niveau: 9e année

Nom de l'élève: _____

Exploration : Scénarios FACE

Scénario 6

Bailey et Ali : L'accord est-il clair ou trouble?

Bailey et Ali sont devenus des amis proches cette année. Ils ont plusieurs cours ensemble, s'entendent très bien et flirtent parfois. Ces derniers temps, ils se répondent souvent sèchement.

Un soir, ils sont tous les deux à une fête avec leurs amis. La musique est forte et tout le monde s'amuse. Bailey et Ali ont toutes deux bu quelques verres et se sentent plus détendues et plus enjouées. À un moment donné, Ali embrasse Bailey devant tout le monde. Surprise mais heureuse, Bailey lui rend son baiser.

Un peu plus tard, Ali entraîne Bailey dans une pièce calme, à l'écart du bruit. Les choses s'intensifient et Ali commence à enlever la chemise de Bailey. Bailey s'arrête, réalisant qu'ils ont plus bu qu'ils ne le pensaient. Soudain, tout devient flou.

Bailey aime beaucoup Ali et se réjouit de la tournure que pourrait prendre leur relation, mais en même temps, il y a quelque chose qui cloche. Ils ne sont pas sûrs de pouvoir prendre une décision claire avec de l'alcool. Bailey commence à se poser des questions : Le consentement est-il important s'ils sont tous les deux ivres? Serait-il acceptable d'arrêter maintenant, ou cela gâcherait-il le moment?

Bailey se sent déchirée entre son désir de continuer et ses doutes quant au moment opportun. Que doit faire Bailey? Comment ferais-tu face à cette situation?

F	A	C	E
Flirt	Amis proches	Consentement	Événement
Fête	Amis proches	Consentement	Événement

Copyright 2021 Canadian Health Education and Research Partnership. Tous droits réservés. Mars 2021

Activité pédagogique 4: Que faire si les choses tournent mal?



Objectifs de l'activité d'apprentissage:

- Reconnaître que les problèmes de santé sexuelle peuvent concerner n'importe qui et qu'ils font partie intégrante de la vie humaine.
- Expliquer l'importance de rechercher un soutien professionnel en cas de problèmes de santé sexuelle.
- Discuter des moyens de se protéger contre les violences sexuelles.
- Discuter de la manière de rester plus en sécurité dans les situations sociales en élaborant un plan de sécurité personnel et en sachant quand demander de l'aide d'urgence.
- Identifier et évaluer les services communautaires qui favorisent la sécurité et le bien-être des personnes.
- Appliquer le modèle de prise de décision FACE pour résoudre des problèmes et faire des choix éclairés.
- Collaborer respectivement avec des pairs.
- Démontrer des stratégies de communication positives dans diverses situations sociales et interpersonnelles.

Matériaux:

- Introduction
 - Pistes de discussion
 - Infographie: [Rester sécuritaire concernant les substances et l'activité sexuelle](#), [Substances et santé sexuelle \(en anglais\)](#)
- Pré-activité: Protégez-vous des violences sexuelles
 - [Fiche de conseils: 14 conseils pour rester en sécurité](#)
 - [Activité Vrai/Faux](#)
- Activité d'exploration (partie 1): Plan de sécurité en matière de santé sexuelle personnelle
 - [Page de ressources sur la santé sexuelle](#)
 - [Plan de sécurité en matière de santé sexuelle personnelle](#) [Fiche de travail de l'élève](#)
- Activité d'exploration (partie 2): Scénarios FACE
 - Infographies pour les enseignant.e.s et les élèves: [Version élève de FACE](#), [Version enseignant.e de FACE](#), [Facteurs influençant la prise de décision](#)
 - Scénario 9: [La nuit de Jenna: Les pièces du puzzle](#)
 - Guide de [discussion pour l'enseignant.e](#)
- Partage et réflexion: [Tableau de choix](#)
- Gros plans sur les substances: [Alcool](#), [substances utilisées lors des viols par une connaissance](#)

Introduction

Cette activité d'apprentissage vise à informer les élèves sur les mesures qu'ils peuvent prendre en cas de problème. Les élèves apprendront comment se protéger des violences sexuelles et comment accéder à la contraception d'urgence. Ils créeront également leur propre plan de sécurité personnelle.

Commencez cette activité en partageant avec les élèves l'infographie "[Rester plus sécuritaire concernant les substances et l'activité sexuelle](#)". Soulignez la façon dont les élèves peuvent être proactifs pour rester plus sécuritaires dans les situations sociales. Poursuivez par une discussion en classe sur les scénarios susceptibles de mal tourner en présence de substances. Demandez aux élèves d'envisager des situations dans lesquelles une personne pourrait avoir besoin d'une aide d'urgence ou d'un soutien. L'enseignant.e peut dresser une liste des éléments identifiés par les élèves. Veillez à aborder les points suivants

- Surdose
- Agression sexuelle

Une fois la liste établie, utilisez les questions suivantes pour engager la discussion avec la classe:



Pistes de discussion:

- Lorsque nous parlons de sécurité personnelle, qu'est-ce que cela signifie pour vous?
- Pourquoi pensez-vous qu'il est important d'avoir un plan en cas d'imprévu?
- Pourquoi une personne peut-elle hésiter à demander une contraception d'urgence, des soins médicaux ou de l'aide après un événement traumatisant? Comment faire tomber ces barrières?
- Connaissez-vous des ressources disponibles dans notre communauté pour les personnes qui ont besoin d'une contraception d'urgence, d'une aide en cas de surdose ou d'un soutien en cas d'agression sexuelle?
- Quelles sont les personnes de confiance dans votre vie vers lesquelles vous pourriez vous tourner si vous aviez besoin d'aide?
- Quelles sont les stratégies permettant d'être plus en sécurité dans les contextes sociaux, que ce soit en ligne, lors de fêtes ou dans d'autres espaces publics?



Pré-activité: Protégez-vous des violences sexuelles

Cette activité aidera les élèves à apprendre comment ils peuvent se protéger contre la violence sexuelle. Passez en revue la fiche de conseils fournie, puis faites l'activité Vrai ou Faux avec les élèves. Les deux documents sont disponibles [ici](#) sur le site de DECYDE.

Le guide de discussion Vrai/Faux de l'enseignant.e est disponible ci-dessous:



Protégez-vous de la violence sexuelle (Vrai/Faux): Guide de discussion pour l'enseignant.e

1. Les jeunes de 15 à 24 ans ont le taux le plus élevé d'agressions sexuelles (71 incidents pour 1 000 habitants). **(V)**
2. La majorité (83 %) des agressions sexuelles n'ont pas été signalées à la police. En fait, seulement 5 % des agressions sexuelles sont signalées au Canada. **(V)**
3. Le fait d'être manipulé en vue d'une activité sexuelle non désirée et sans consentement n'est pas une forme de violence sexuelle. **(F- la manipulation en vue d'une activité sexuelle non consensuelle EST une violence sexuelle).**
4. Dans plus de la moitié (52%) des agressions sexuelles, l'auteur était un.e ami.e, une connaissance ou un voisin de la victime. **(V)**

5. Seules les femmes sont victimes d'agressions sexuelles. (F- Toute personne, quel que soit son sexe, peut être victime d'une agression sexuelle. Le taux de victimisation est plus élevé chez les femmes (37 incidents pour 1 000 femmes) que chez les hommes (5 pour 1 000 hommes). Les personnes issues de la diversité sexuelle sont beaucoup plus susceptibles d'être victimes d'une agression sexuelle que leurs homologues cisgenres.
6. Les raisons les plus courantes pour lesquelles les victimes ne signalent pas les abus sexuels sont les suivantes: les participants pensaient qu'ils ne seraient pas crus, ils avaient honte ou étaient embarrassés, ils ne savaient pas qu'ils pouvaient signaler l'abus, et ils n'avaient pas de soutien familial. (V)
7. Une fois donné, le consentement ne peut être ni repris ni retiré. (V) **Vous pouvez modifier votre consentement à tout moment, même si vous avez déjà donné votre accord pour une activité.**
8. Vous pouvez toujours dire non à un baiser, à une étreinte, à un toucher ou à tout autre type de contact, même si vous avez déjà dit oui par le passé. (V)

Activité d'exploration: Partie 1 - Plan de sécurité en matière de santé sexuelle personnelle

Pour cette activité d'exploration, les élèves rempliront leur propre plan de sécurité en matière de santé sexuelle. Les élèves peuvent se référer à [l'infographie "Rester sécuritaire concernant les substances et l'activité sexuelle"](#) et à la [page de ressources sur la santé sexuelle](#) pour trouver des idées et sont encouragés à rechercher des ressources locales dans leur région. La feuille de travail pour cette activité est disponible au format [PDF](#) ou [Google Slides](#).

Instructions:

1. **Remue-ménages:** Demandez aux élèves de travailler individuellement ou en binômes/petits groupes pour dresser une liste d'éléments ou de stratégies liés à la santé sexuelle et à la consommation de substances psychoactives à inclure dans leur plan de sécurité. Il peut s'agir d'éléments tels que les préservatifs, la contraception d'urgence, les numéros de téléphone des services médicaux, les lieux de dépistage des IST, les conseils de réduction des risques, les personnes de confiance, d'autres ressources. Ils peuvent utiliser les ressources fournies par DECYDE ([Infographie Rester sécuritaire concernant les substances et l'activité sexuelle](#) et [Page de ressources sur la santé sexuelle](#)) ou chercher à l'extérieur des ressources à inclure dans leur plan.

2. **Élaborer un plan de sécurité en matière de santé sexuelle.** Les élèves complètent individuellement leur plan de sécurité en utilisant les ressources de la liste qu'ils ont établie. Le plan de sécurité personnel comprend les éléments suivants:



GROS PLAN SUR LES SUBSTANCES

Les enseignant.e.s peuvent se référer au gros plans sur les substances

[Alcool](#), [substances utilisées pour le viol](#) pour éclairer les discussions.

- Quelques personnes de confiance que les élèves peuvent contacter
- Endroits où les élèves peuvent se rendre pour recevoir des soins médicaux d'urgence (par exemple, contraception, traitement des IST)
- Les moyens de renforcer leur sécurité
- Autres ressources qu'ils ou elles peuvent utiliser pour obtenir des soins

Activité d'exploration: Partie 2 - Scénarios FACE

Dans la deuxième partie de l'activité d'exploration, les élèves examineront les scénarios suivants et utiliseront [le modèle de prise de décision FACE](#) pour examiner la situation.

***En raison de la nature sensible de ces scénarios, il est recommandé à l'enseignant.e d'animer cette activité avec la classe entière plutôt qu'en petits groupes.**

Réintroduire le modèle de prise de décision FACE auprès des élèves.



Remarque: ce scénario contient des thèmes d'agression sexuelle.



De 9e année Leçon 2
 Activité d'exploration 2

Nom de l'élève : _____

Exploration : Scénarios FACE

Scénario 9

La nuit de Jenna : Les pièces du puzzle

Jenna est allée à une fête du lycée hier soir avec quelques amis plus âgés de sa troupe de théâtre. Il y avait beaucoup de monde, y compris des jeunes de l'autre lycée de la ville. Jenna n'a pas l'âge d'acheter de l'alcool, mais certains des jeunes plus âgés ont apporté des boissons obtenues avec de fausses cartes d'identité.

Lorsque Jenna est arrivée, quelqu'un lui a tendu un cooler. Elle n'a pas réfléchi et a commencé à le boire. Après avoir terminé son premier verre, elle s'est sentie en pleine forme. Au milieu de son deuxième verre, elle s'est sentie très ivre. Ensuite, tout est devenu flou.

Le lendemain matin, Jenna se réveille dans son lit, portant encore les vêtements de la veille. Elle se sent immédiatement déstabilisée - son t-shirt est à l'envers et elle ne se souvient pas comment elle est rentrée chez elle. Jenna a également le sentiment étrange qu'il s'est peut-être passé quelque chose à la fête, qu'elle a peut-être été impliquée dans une activité sexuelle.

Jenna est confuse, effrayée et gênée de ne pas pouvoir se souvenir de ce qui s'est passé. Elle se demande si quelqu'un n'a pas glissé quelque chose dans son verre, mais elle ne sait pas trop quoi faire.

Que doit faire Jenna? **Comment feras-tu face à cette situation?**

F
 FAIRE
 CONSTATER
 la situation

A
 ANALYSER
 les options

C
 CHOISIR
 l'option la plus sûre

E
 ÉVALUER
 les résultats

Copyright 2020 Canada Health Evaluation and Research Partnership. Tous droits réservés. Mars 2020.

Scénario: La nuit de Jenna: Les pièces du puzzle

Il est recommandé à l'enseignant.e d'animer les scénarios et les questions de discussion en groupe. Les fiches de travail des élèves sont **facultatives** pour leur permettre de prendre des notes pendant la discussion en classe. Il est recommandé aux élèves de ne pas faire ce travail de manière indépendante car les scénarios peuvent aborder des sujets sensibles. Les fiches de travail des élèves et les questions de discussion sont disponibles au [format PDF et Google Docs](#) sur le site web de DECYDE.

Le guide de discussion pour les enseignant.e.s est disponible au format [PDF](#).



Partage et réflexion: Tableau de choix

Pour leur dernière activité de partage et de réflexion, les élèves auront la possibilité de choisir une activité parmi les choix offerts dans le tableau ([disponible au format PDF](#)) et de créer un projet intégrant ce qu'ils ont appris tout au long de cette leçon. Les élèves peuvent utiliser toutes les ressources de la leçon ainsi que les ressources disponibles sur le site Web du [DECYDE](#) pour étayer leur projet.

Bande dessinée Crée une bande dessinée qui illustre quelque chose que tu as appris dans cette unité et qui te semble pertinent dans ta vie réelle. 	Comité de sélection Choisis l'une des options ci-dessous pour la compléter et la partager avec la classe ou un public plus large. 	Conversation sur les médias sociaux Crée une conversation entre un groupe d'amis qui se préparent à sortir et qui discutent de leurs projets et des moyens de rester en sécurité.
Créer une brochure Crée une brochure d'information qui pourrait être placée dans les écoles. Veille à ce qu'elle mentionne les ressources locales et les endroits où l'on peut obtenir de l'aide. 	Vidéo ou sketch Crée un sketch qui met en évidence comment rester plus en sécurité en se basant sur ce que tu as appris dans cette unité. 	Crée un super-héros de la sécurité des médicaments Crée et illustre un super héros de la sécurité des substances. Veille à lui donner un nom et à expliquer ses super pouvoirs!
Histoire courte Rédige une histoire courte, avec un début, un milieu et une fin. Elle doit comporter un conflit et une résolution en rapport avec ce que tu as appris dans cette unité. 	Tableau ABC À l'aide de l'alphabet, fais une liste des choses que tu as apprises au cours de chaque lettre. 	Infographie pour les adultes En t'inspirant des infographies de cette unité, crée une infographie pour les adultes expliquant ce qu'ils doivent savoir sur la consommation de substances psychoactives.

9e année Leçon 2 (activité d'apprentissage 4) : Activité de partage et de réflexion Copyright 2023 Canadian Health Evaluation and Research Partnership (CHERP). Tous droits réservés. Mars 2023.

Les enseignant.e.s peuvent choisir de demander aux élèves de présenter leur projet final à la classe si le temps le permet.

Copyright © Drug Education Centred on Youth Decision Empowerment (DECYDE), Memorial University.

L'ensemble du contenu et des ressources de ce plan de cours sont la propriété de l'équipe DECYDE de Memorial University, à Terre-Neuve-et-Labrador, au Canada. Ces ressources peuvent être utilisées, reproduites et adaptées pour être présentées dans des **contextes éducatifs non commerciaux**, à condition que le contenu original de DECYDE ne soit ni altéré ni modifié.

Toute utilisation commerciale, modification du contenu DECYDE ou reproduction à d'autres fins nécessite une autorisation écrite préalable. Pour toute demande d'autorisation, veuillez communiquer avec decyde@mun.ca.

