

Consommation de substances



Résultats d'apprentissage du programme Santé et préparation pour la vie, Alberta Education

Les élèves vont :

- B-8.1 examiner la relation entre les choix et les conséquences de ces choix;
ex. : l'apparence d'une personne, la façon dont elle se sent, ses résultats scolaires.

Contexte pour l'enseignant

Les élèves vont participer à une activité de jonglage pour illustrer en quoi les comportements à risque et leurs conséquences peuvent nous toucher. À l'aide d'une fiche d'activité, les élèves appliqueront ensuite ce qu'ils ont appris durant l'activité afin d'examiner des situations liées à la consommation de substances et au jeu compulsif.

Cette leçon a été adaptée avec la permission des auteurs du plan de leçon de l'AHS (anciennement l'AADAC) pour la 8^e année intitulé « Weighing Risks to Make Decisions ».

Objectifs

- Montrer aux élèves que la décision de consommer des substances illicites ou de jouer aux jeux d'argent peut avoir des conséquences sur des aspects importants de leur vie.
- Inciter les élèves à faire de bons choix concernant les risques quotidiens auxquels ils sont confrontés.

Matériel

- Marqueurs-feutres
- Ballons gonflables
- Fiche d'activité : Évaluer les risques

Préparation

- La décision de consommer des substances illicites ou de jouer à des jeux d'argent présente des risques et des conséquences.
- Demandez aux élèves quels sont les risques de la consommation de substances ou du jeu compulsif.
- Demandez-leur ensuite quelles conséquences la consommation de drogues et le jeu peuvent avoir.

1^{re} Activité : Jonglage de ballons

- Par groupe de deux, distribuez aux élèves quatre ballons et un marqueur-feutre.

- Les élèves doivent réfléchir avec leur partenaire à quatre choses qui comptent pour eux. Ces choses peuvent appartenir aux catégories suivantes : famille, amis, loisirs, école/travail, santé (physique, mentale, émotionnelle, spirituelle), argent, questions juridiques.
- Demandez aux élèves de gonfler les ballons et de marquer sur chacun d'entre eux les quatre choses importantes qu'ils ont choisies.
- Chaque élève doit alors jongler seul avec les quatre ballons. Demandez aux élèves s'ils ont trouvé qu'il était facile ou difficile de garder tous les ballons en l'air. Ajoutez qu'il paraît difficile de jongler entre quatre choses en même temps.
- Lorsque tous les élèves ont fait l'activité, donnez à chaque élève un défi supplémentaire pour compliquer la tâche, par exemple jongler à une main, ajouter des ballons ou interdire de bouger les pieds. Ces défis représentent les risques liés à la consommation de substances ou au jeu.

Discussion/questions

- Comment cela s'est-il passé avec le défi supplémentaire, et qu'avez-vous remarqué?
- Savez-vous quels ballons sont tombés par terre?
- Qu'est-ce que vous avez ressenti chaque fois qu'un ballon tombait?
- Aviez-vous une stratégie pour essayer de garder les ballons les plus importants en l'air?
- Les défis (ballons supplémentaires, restrictions corporelles) représentent les risques liés à la consommation de substances et au jeu compulsif. Si vous décidez d'expérimenter les drogues ou le jeu, est-ce que cela rend les choses plus difficiles pour prendre soin de ce qui compte pour vous?

2^e Activité : Évaluer les risques

- Présentez la fiche d'activité *Évaluer les risques* à la classe. Demandez aux élèves de lire chaque scénario à voix haute.
- Les élèves devront travailler sur cette fiche pendant le reste du cours et la terminer chez eux.

Conclusion

Pour prendre de bonnes décisions, il faut comprendre les conséquences positives et négatives de nos choix et leurs effets sur les choses qui comptent pour nous. La réflexion critique et l'évaluation des risques sont des parties essentielles du processus de prise de décision.

Activité à faire à la maison et discussion de suivi en classe

Demandez aux élèves de remplir la fiche *Évaluer les risques* chez eux et de la rapporter en classe pour en parler.

Avec toute la classe, discutez de chacun des scénarios de la fiche *Évaluer les risques*.

Stratégies d'évaluation

- Les élèves seront capables de citer les risques liés à la consommation de substances et au jeu compulsif.
- Les élèves sauront décrire les conséquences de la consommation de substances et du jeu compulsif.

Fiche d'activité

Évaluer les risques

Pour chaque exemple de situation ci-dessous, réfléchis au processus que tu suivrais pour décider de ce que tu vas faire. Inscris tes réponses aux endroits prévus.

Situation	Quels sont les risques?	Que pourrait-il se passer (les conséquences)?	Que ferais-tu?
Un de tes amis est persécuté à l'école. Un jour, tu décides de le défendre et d'aller parler aux brutes en question.			
Tu te rends à une danse à l'école avec des amis, et en chemin quelqu'un sort une cigarette et la fait passer à tout le monde. Au bout d'un moment, la cigarette arrive dans tes mains.			
À midi, un ami te propose de faire une partie de dés, avec une mise de 10 \$ par partie. Tu as exactement 10 \$ en poche pour ton diner, mais tu te sens chanceux et tu penses pouvoir gagner.			
Un soir, les parents d'un ami ne sont pas à la maison et vous organisez une fête chez lui. Ton ami ouvre le placard à alcool et essaie d'en mettre dans le verre de tout le monde.			
Tu dois 20 \$ à tes parents, mais tu n'as pas d'argent. Tous tes amis te disent que c'est cool de jouer au poker en ligne et que c'est un moyen facile de gagner de l'argent.			

Adapté avec la permission des auteurs du plan de leçon de l'AHS (anciennement l'AADAC) pour la 8^e année intitulé « Weighing Risks to Make Decisions ».