



Équipements	Du papier, des crayons et des stylos
Objectif(s) pédagogique(s)	Mettre en pratique les acquis sur la pression de conformité. Rédiger une situation de risque à l'intention des pairs; élaborer des réactions aux situations de risque élaborées par les camarades de classe.
Consignes de sécurité pour la COVID-19	Rappeler aux élèves de respecter les consignes de distanciation physique et que chacun doit utiliser ses propres stylos et crayons.

Stratégie d'enseignement inversé (facultative)

La pédagogie inversée est un modèle pédagogique selon lequel l'instruction directe se déroule en dehors de et avant les heures de classe. Les élèves sont initiés à des contenus qui facilitent l'acquisition, la compréhension, et la rétention des informations, et le temps de classe s'emploie aux fins de mettre en pratique, faire le bilan, ou évaluer les acquis.

Avant d'aborder cette activité en classe, invitez les élèves à se renseigner sur le concept de réduction des dommages, ou bien en faisant des recherches, ou bien en posant des questions à un adulte. Ensuite, invitez les élèves à examiner cette infographie et réfléchir aux mesures de réduction des dommages prises par les agences de santé publique, et celles prises par l'industrie du tabac.

Description de l'activité

Si vous utilisez une approche de pédagogie inversée, faites le bilan des contenus vidéo ou écrits que les élèves ont regardés ou lus à propos de la pression de conformité. Si vous n'utilisez pas une approche de pédagogie inversée, distribuez aux élèves la documentation rattachée à cette activité et invitez-les à la lire individuellement ou avec le groupe dans son ensemble. Demandez aux élèves de réfléchir aux instances où ils ont été soumis à une pression de conformité, et d'identifier les types de pression de conformité qu'ils ont vécus.

Demandez aux élèves pourquoi la pression de conformité est un sujet commun pour leur tranche d'âge en particulier. Posez les questions suivantes aux élèves et discutez-en avec le groupe dans son ensemble :

- Que signifie l'expression « comportement risqué »?
- Est-ce que tous les comportements risqués sont égaux? Pourquoi ou pourquoi pas?
- À votre avis, qu'est-ce qui pousse les personnes à adopter des comportements risqués? (Encouragez les élèves à considérer les changements que subissent les adolescents, l'autonomie et la responsabilisation dans les choix, les antécédents familiaux, etc.)

Les comportements risqués et la pression de conformité sont souvent calqués ensemble dans les conversations avec les ados. Pourquoi en est-il ainsi?

Expliquez aux élèves certains des comportements identifiés comme risqués ou dangereux, résumés dans le tableau ci-dessous. Demandez aux élèves s'il y a d'autres comportements qu'il faudrait ajouter à la liste. Montrez aux élèves le tableau ci-dessous et expliquez-leur qu'ils doivent travailler avec un(e) partenaire pour élaborer une situation de risque à laquelle leurs camarades de classe seront appelés à réagir. La situation doit inclure une description des facteurs d'influence, de contexte, et de comportements risqués.

Influence

- Un nouveau groupe de camarades
- Un(e) ami(e) plus âgé(e) que tu admires
- Un(e) ami(e) d'enfance
- Une personne dont tu viens de faire la connaissance

Contexte

- Une soirée
- En autobus
- À l'extérieur, durant une pause
- En rentrant de l'école à pied
- En fin de semaine
- Au travail

Comportement risqué

- Fumer
- La consommation d'alcool
- L'usage et l'abus d'autres substances
- Jeux de hasard
- Jeux vidéo
- Activité sexuelle
- L'imprudence au volant

Type de pression de conformité

- Verbal
- Non-verbal
- Direct
- Indirect

Après que les binômes auront élaboré leur situation de risque, invitez-les à retrouver un autre binôme et échanger les papiers. Chaque binôme travaille alors à discuter la situation et à identifier le type de pression de conformité dont il s'agit, ainsi qu'une réaction pour indiquer sans équivoque le choix de ne pas adopter le comportement risqué. Les binômes continuent de retrouver d'autres binômes et échanger les papiers jusqu'à ce qu'ils aient examiné chaque situation de risque élaborée par le reste de la classe.

Avec le groupe dans son ensemble, posez les questions suivantes :

- Est-ce qu'il a été facile de trouver des moyens de refuser d'adopter le comportement risqué?
- Est-ce qu'un type de pression de conformité semble s'employer plus fréquemment que les autres types?
- Si on vous a demandé de créer une liste des moyens de dire « non » aux comportements risqués, quels points seraient inclus dans cette liste?



Développer les saines habitudes de vie



RÉFLÉCHIR

Développer des compétences et des stratégies cognitives qui facilitent l'acquisition de connaissances sur les saines habitudes, les situations de risque de santé, et les répercussions à court et à long terme des choix relatifs à la santé.



RESSENTIR

Développer des compétences et des stratégies affectives qui facilitent les saines habitudes pour soi-même, les autres personnes, et la communauté dans son ensemble.



AGIR

Mettre en pratique les compétences et stratégies comportementales qui facilitent les choix, les actions, et les habitudes favorisant un mode de vie sain.



Questions de réflexion

Les possibilités de réflexion sont une étape importante du processus d'apprentissage. Voici quelques questions que vous pourriez poser aux élèves, pour ensuite tenir une discussion avec le groupe dans son ensemble.

- Pourquoi à ton avis est-ce que la réduction des dommages est un thème assez complexe (à savoir : il n'y a pas de stratégies d'intervention « parfaites » pour la réduction des dommages)?
- Sur la base de tes propres expériences, où avez-vous observé des exemples de stratégies réussies de réduction des dommages?

Évaluer les acquis

Voici quelques exemples de questions pour évaluer les acquis :

- Est-ce que l'élève tient compte des facteurs d'influence, de contexte, et de comportement dans la situation de risque qu'il/elle élabore?
- Est-ce que l'élève est capable de réagir de manière appropriée aux situations de risque proposées par ses camarades de classe, en identifiant une manière efficace de dire « non »?

Activité complémentaire (facultative)

Montrez aux élèves cette activité Techniques de refus en matière de vapotage et de cigarettes électroniques. Examinez les parallèles et les différences entre les situations de risque présentées dans cette activité et celles que les élèves ont élaborées précédemment.

Examinez les Cartes de techniques de refus incluses dans l'activité et demandez aux élèves s'il y a dans les cartes des techniques de refus d'adopter des comportements risqués que les élèves n'ont pas prises en compte dans leurs propres listes.

Feuillet – Types de pression de conformité

La pression de conformité est un thème commun pour les ados parce que le groupe de pairs assume une influence croissante dans la vie à mesure que les ados deviennent plus autonomes et assument un plus grand contrôle de leurs propres décisions. Il est probable que la pression de conformité est un concept que vous connaissez déjà, cependant il se peut que vous ne soyez pas conscient(e) des différents types de pression de conformité. Voici de courtes descriptions des différents types de pression de conformité:

Verbal

La pression de conformité verbale se voit quand une personne demande, suggère, exhorte, ou exige qu'une autre personne adopte une ligne de conduite. Cette pression verbale englobe les communications en clavardage, en courriel, ou dans les médias sociaux. Les exemples de pression de conformité verbale incluent les instances où une jeune personne invite un camarade de classe à sécher un cours, ou à aller à une soirée à laquelle la personne ne voulait pas vraiment assister.

Non-verbal

La pression de conformité non-verbale se produit quand une personne est exposée aux actions de ses pairs et opte d'emboîter le pas (ou de refuser de le faire). Par exemple : choisir de suivre les tendances de mode, ou se joindre à un groupe particulier à l'école.

Direct

La pression de conformité directe peut être verbale ou non-verbale, et se caractérise par l'exigence que la personne prenne une décision immédiate au sujet du choix de comportement. Par exemple, quand on vous offre une boisson alcoolisée (non-verbal) ou quand on vous lance un défi de faire telle ou telle chose (verbal).

Indirect

La pression de conformité indirecte est subtile et nuancée, sous-entendue dans les attitudes et comportements que l'on observe chez les autres personnes. Par exemple, une jeune personne pourrait être amenée à essayer le vapotage parce que le groupe de pairs auquel l'ado souhaite appartenir aime vapoter, ou bien une jeune personne pourrait cesser de porter ses chaussures préférées après avoir lu un minime message d'un camarade qui dénigre ce type de chaussure.

Même si tous les exemples présentés ici sont négatifs, il importe de souligner que la pression de conformité peut également avoir des manifestations positives. Si un ado considère la possibilité d'adhérer à un club à l'école et son ami(e) l'encourage à s'inscrire, et dit qu'il ou elle l'accompagnerait, voici un exemple d'une expression positive de la pression de conformité.

Ce contenu a été adapté à partir de la ressource en ligne [Talk it Out](#) (en anglais seulement)