

Activité : Raisons pour lesquelles les gens vapotent

Objectif :

Cette activité aide les jeunes à comprendre qu'il y a de nombreuses raisons pour lesquelles les gens choisissent de vapoter ou de ne pas vapoter. Acquérir des connaissances sur le sujet peut les aider à réfléchir à leur propre situation, à faire des choix sains et à utiliser des stratégies d'adaptation positives lorsqu'ils sont confrontés à la pression des pairs et aux défis de la vie.

Renseignements utiles :

Les pairs, les amis, la famille et l'environnement peuvent tous influencer les décisions que les gens prennent. Il est important pour les jeunes de comprendre cela pour qu'ils essaient de s'entourer d'influences positives autant que possible. En tirant profit de leur passion et de leurs intérêts pour se guider, les jeunes peuvent également concentrer leur énergie sur des activités positives et cultiver des relations saines et bienveillantes qui les aideront à gérer le stress et l'adversité.

Activité :

Option 1 : Pour les classes plus petites (20 participants ou moins)

1. Inscrivez les en-têtes suivants en haut de trois tableaux à feuilles (ou faites trois colonnes sur un tableau SMART ou un tableau blanc) :
 1. Selon vous, pourquoi les jeunes vapotent-ils?
 2. Selon vous, pourquoi les adultes vapotent-ils?
 3. Selon vous, pourquoi les jeunes choisissent-ils de ne pas vapoter?
2. En commençant par le numéro 1, demandez aux participants de donner autant de raisons que possible sous chaque catégorie.
3. Une fois que des raisons ont été inscrites sous les trois catégories, demandez aux participants d'indiquer les similarités et les différences qu'ils constatent. Utilisez les questions de discussion ci-dessous comme guide.

Option 2 : Pour des classes plus grandes (plus de 20 participants)

1. Divisez la classe en 3 ou 6 groupes, selon le nombre de participants. Idéalement, chaque groupe aura un maximum de 6 participants.
2. Distribuez une feuille du tableau et des marqueurs à chaque groupe.
3. Assignez à chaque groupe une des questions suivantes :
 1. Selon vous, pourquoi les jeunes vapotent-ils?
 2. Selon vous, pourquoi les adultes vapotent-ils?
 3. Selon vous, pourquoi les jeunes choisissent-ils de ne pas vapoter?

4. Fournissez les instructions suivantes aux participants :
 - Chaque groupe fera un remue-méninges pour la question qui lui est assignée et écrira ou dessinera ses réponses sur la feuille.
 - Tous les participants doivent donner des idées.
 - Recueillez autant d'idées que possible.
 - Choisissez un porte-parole qui présentera les idées à la classe.
 - Chaque groupe disposera de 5 minutes pour faire le remue-méninges.
5. Invitez chaque groupe à qui la question 1 a été assignée de s'approcher un à la fois et demandez au porte-parole désigné de partager les idées de son groupe.
6. Demandez au reste des participants s'ils ont des idées à ajouter.
7. Répétez les étapes 5 et 6 avec les groupes auxquels la question 2 a été assignée, puis ceux auxquels la question 3 a été assignée.
8. Animez une discussion devant le groupe élargi en utilisant les questions de discussion ci-dessous.

Questions de discussion :

1. Quelles sont certaines similarités et différences entre les raisons pour lesquelles les jeunes vapotent et les raisons pour lesquelles les adultes vapotent?
2. Quelles similarités et différences notez-vous entre les raisons pour lesquelles les jeunes vapotent et les raisons pour lesquelles les jeunes ne vapotent pas? Selon vous, pourquoi ces différences existent-elles?
3. Selon vous, qu'est-ce qui influence les jeunes qui ne vapotent pas à prendre cette décision?
4. Que peuvent faire les jeunes pour se préparer à prendre des décisions saines et à faire des choix de vie positifs?

Pendant la discussion :

- Faites ressortir le fait qu'il existe de multiples facteurs qui influencent les décisions des gens à vapoter ou non, y compris des facteurs personnels, sociaux et environnementaux.
- Expliquez aux participants que ces renseignements peuvent leur permettre de réfléchir à ce qui se passe dans leur vie personnelle et aux émotions qui pourraient motiver leur décision.



Adapté et traduit avec la permission de Tobacco Prevention Toolkit, division de la médecine des adolescents, Université Stanford, <http://med.stanford.edu/tobaccopreventiontoolkit.html>. This document is also available in English.

02-2023