



dépendances

JEUNES À RISQUE ET TOXICOMANIE :

ETCAF Activité 3

Un programme de sensibilisation aux drogues pour les enfants et les adolescents atteints de TNDLA, d'ETCAF(Ensemble des troubles causés par l'alcoolisation foetale), de SAF/EAF et de troubles cognitifs

Jeunes à risque et toxicomanie (Tough Kids & Substance Abuse) est un programme de sensibilisation aux drogues qui a été conçu au Manitoba par des représentants de la division scolaire de Winnipeg, des Services à l'enfant et à la famille de la région ouest et de la Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances. Il vise les jeunes « durs » soit les enfants et les adolescents atteints de TNDLA, d'ETCAF et de troubles cognitifs. Il fournit des stratégies concrètes en ce qui concerne l'éducation de ce groupe sur les problèmes d'alcool, de substances inhalées et d'autres drogues.

REMARQUE : Cet ouvrage et les leçons qui l'accompagnent visent les enfants et les adultes qui fonctionnent à un niveau scolaire allant de la maternelle à la 5^e année. D'autres activités connexes figurent dans le site Web de la SMSD à l'adresse suivante : www.afm.mb.ca/maaw/.

Vous trouverez ci-après un extrait (traduit) de plan de leçon tiré de *Jeunes à risque et toxicomanie (Tough Kids & Substance Abuse)*.

LE TABLEAU DES SENTIMENTS

SOMMAIRE



- ✓ Les élèves s'interrogent sur ce qu'ils ressentent à l'aide d'un « *Tableau des sentiments* ».
- ✓ Cette leçon vise à faire davantage prendre conscience à l'élève de ses sentiments, à lui en faire découvrir la source et à lui faire comprendre que les événements de la vie peuvent influencer les sentiments ainsi que la réaction des gens par rapport à ces sentiments.
- ✓ Dans cette unité, d'autres leçons permettent aux élèves de comprendre encore mieux les premiers signes de leurs sentiments et d'apprendre à gérer ceux qui risquent d'entraîner des réactions négatives ou inappropriées.



MATÉRIEL ET PRÉPARATIFS

1. Préparez un carton bristol de 28" x 22" : faites six colonnes de 4 2/3 pouces de large; en haut de chaque colonne, inscrivez les sentiments suivants - **Heureux, Fier, Ennuyé, Seul, En colère et Bête**, et illustrez-les à l'aide de photos ou de dessins (vous pouvez choisir vos propres dessins ou agrandir et coller ceux que l'on vous propose). - Voir modèle
2. Facultatif : Photos de revues (ex. revues gratuites distribuées dans les cinémas) illustrant les sentiments indiqués sur le tableau et les situations pouvant provoquer de tels sentiments.
3. Un crayon feutre pour écrire sur le tableau et de la colle pour les photos si vous en utilisez.
4. Vous aurez peut-être besoin d'adultes pour les jeux de rôle ou pour la discussion, ce qui

augmentera le ratio de un adulte pour trois élèves.

PLAN DE LEÇON

1. Choisissez un sentiment. Commencez par « Heureux » pour faciliter la discussion, car c'est un sentiment qui évoque des expériences positives. Prenez tout le temps qu'il faut pour parler du bonheur. Demandez aux élèves ce qui les rend heureux, discutez les réponses et faites-leur décrire le bonheur qu'ils ressentent dans ces circonstances. S'ils se montrent réticents ou s'ils ne savent pas comment parler de leurs sentiments, demandez aux adultes présents de faire une démonstration.
2. Les six questions de base à poser :
 - * Qu'est-ce qui te rend heureux? * Qu'est-ce qui te fait te sentir seul? * Qu'est-ce qui te rend fier?
 - * Qu'est-ce qui te met en colère? * Qu'est-ce qui t'ennuie? * Qu'est-ce qui te fait te sentir bête
3. Discutez les réponses aux questions tout en illustrant avec des mots ou de simples dessins la réponse de l'élève dans les colonnes appropriées du tableau. Vous pouvez varier la question au besoin; par exemple « Qui te rend heureux? » est une formule qui suscite beaucoup de réaction et qui peut mener à la question suivante « Que font ces personnes pour te rendre heureux? »
4. N'oubliez pas de demander à l'élève si quelqu'un qui le rend heureux peut aussi le mettre en colère. Très souvent, une même personne peut provoquer divers sentiments chez l'élève, selon son comportement.
5. Vous pouvez passer de ces questions au jeu de rôle et montrer que quelqu'un peut réagir de façon très différente à une même situation selon son humeur ou la façon dont elle se sent.
6. Parlez d'un sentiment à la fois; prenez tout le temps nécessaire pour favoriser la prise de conscience de l'élève.
7. Facultatif : Découpez des photos de revues qui montrent des gens exprimant les sentiments mentionnés dans la leçon. Les revues distribuées gratuitement dans les cinémas font très bien l'affaire. Montrez chacune des photos et demandez aux élèves de décider dans quelle colonne elle doit être classée. Posez des questions sur ce qui se passe dans la photo.
8. Placez le tableau de façon à pouvoir le consulter facilement. Rappelez aux élèves comment diverses situations peuvent évoquer divers sentiments. Par exemple, un adulte fatigué sera peut-être heureux de se coucher de bonne heure alors que, dans la même situation, un enfant se sentira seul ou en colère.

