

Démonstration de conversations brèves

- Exemple de scénarios



SCÉNARIO 1

L'enseignant observe un de ses élèves en train de vapoter avec un groupe d'amis après l'école. L'enseignant prévoit de parler à l'élève dès qu'il en aura l'occasion.

Enseignant :

Salut Chad, as-tu une minute pour jaser ?

Chad :

Ouais, mais je ne veux pas être en retard à mon prochain cours.

Enseignant :

Bien sûr, je ne veux pas que tu manques... J'ai remarqué que tu vapotais avec des amis après l'école hier. Pourrais-tu m'en dire plus à ce sujet ?

Chad :

Oh...hum, je... je ne vapote pas souvent, mais j'étais avec des amis de l'équipe de football et l'un d'eux m'a passé une vapoteuse, alors je l'ai essayée. Maintenant, c'est juste quelque chose qu'on fait.

Enseignant :

Je comprends que ce n'est pas une activité régulière pour toi mais plutôt une activité sociale avec tes coéquipiers. Est-ce bien le cas ?

Chad :

Ouais. Je ne pense pas que c'est si grave, c'est juste un peu d'air aromatisé. Ça ne m'affecte pas plus que ça.

Enseignant :

Je suis content que ça ne t'affecte pas beaucoup pour l'instant. Sachant comment le football est important pour toi, je ne voudrais pas que le vapotage commence à t'empêcher de jouer à ton plein potentiel. Il existe un site Web qui peut t'aider à en savoir plus sur le vapotage et son impact sur tes poumons et le sport. Serais-tu intéressé ?

< Remettre à l'élève une carte de référence et montrez-lui le site Web Pas Une Expérience >

Chad :

D'accord, merci. Je vais vérifier ça.

Enseignant :

Très bien! J'aimerais en jaser davantage dans quelques jours après que tu auras eu la chance de visiter le site Web. Peut-être que tu pourrais me partager tes découvertes. Ça te conviendrait ?

Chad :

Ouais, mais je dois y aller maintenant. Au revoir!



SCÉNARIO 2

L'entraîneur de football apprend que des membres de l'équipe vapotent. Il décide d'organiser une discussion brève avec l'équipe à la fin de la pratique.

Entraîneur :

Très bien tout le monde, bonne pratique ! Avant que vous partiez, j'ai de quoi vous parler rapidement. J'ai remarqué que le vapotage commence à être commun pour les élèves de notre école, incluant quelques membres de cette équipe. Si l'équipe est d'accord, j'aimerais avoir une discussion à ce sujet et en savoir plus sur la situation. **<Pause>** Premièrement, pouvez-vous me partager des raisons pour lesquelles vous pensez que des élèves vapotent ?

Joueur 1 :

Je pense que c'est juste quelque chose à faire avec des amis, pendant les pauses, au dîner et tout ça.

Joueur 2 :

J'ai entendu dire qu'ils le font parce que ça les aide à relaxer lorsqu'ils sont stressés.

Joueur 3 :

Peut-être qu'ils pensent que ce n'est pas grave...tous les arômes donnent l'impression que c'est inoffensif.

Entraîneur :

Il semble qu'il y a de nombreuses raisons pour lesquelles les jeunes pourraient commencer à vapoter. Pouvez-vous me dire ce que vous savez des risques ?

Joueur 4 :

J'ai entendu dire que c'était mauvais pour les poumons et que ça peut te faire tousser beaucoup.

Joueur 5 :

Certaines personnes deviennent accros.

Joueur 6 :

Sérieusement ? Je pensais que c'était juste de la vapeur d'eau.

Entraîneur :

Plusieurs pensent que le vapotage est inoffensif, c'est exactement ce que l'industrie veut vous faire croire...mais n'oubliez pas qu'elle n'est là que pour l'argent. Il y a des risques pour la santé, comme ceux mentionnés – problèmes pulmonaires et dépendance, surtout chez les jeunes. Comment pensez-vous que certains de ces effets pourraient nuire à cette équipe de football ?

Joueur 7 :

Je suppose que c'est difficile de courir et de jouer au football si tu tousses et ne peux pas respirer aussi bien.

Joueur 8 :

...et si t'es accros, tu pourrais avoir de la difficulté à te concentrer pendant les matchs ou les pratiques.

Entraîneur :

Il semble que le vapotage pourrait nuire à la concentration et à la performance. J'ai des informations sur une appli gratuite qui pourrait aider ceux qui envisagent d'arrêter ou de faire un changement. Cette appli vous permet de vous connecter avec des amis et de vous motiver l'un l'autre au cas où des amis voudrait arrêter ensemble. Je suis aussi disponible si quelqu'un aimerait parler davantage de sa situation personnelle ou de ses défis. Je comprends que c'est peut-être difficile de faire un changement, et je suis là pour vous appuyer.

< Donner une carte de référence à tous les joueurs de l'équipe >



SCÉNARIO 3

Un animateur de groupe de jeunes apprend qu'un membre du groupe vapote et prévoit de discuter avec elle à la première occasion.

- Animateur :** Bonjour Émilie, peut-on se parler une minute ?
- Émilie :** Oui, bien sûr. Qu'est-ce qu'il y a ?
- Animateur :** Je suis inquiet car je sais que tu vapotes et j'aimerais en savoir plus sur ton expérience. Peux-tu me dire comment c'est pour toi ?
- Émilie :** Ben, la première fois que je l'ai essayé, c'était avec des amies qui avaient une vapoteuse. J'ai pris quelques coups de vape. Ça m'a donné un vrai buzz et ça goûtait pas mal bon aussi.
- Animateur :** On dirait que tu as aimé ta première fois. Comment souvent vapotes-tu maintenant ?
- Émilie :** Presque tous les jours. Cela m'aide à me relaxer.
- Animateur :** Tu te sens comme si le vapotage t'aide à te relaxer. As-tu remarqué des aspects moins positifs du vapotage ?
- Émilie :** Je suppose que lorsque je n'ai pas de vapoteuse, c'est énervant. Je commence à y penser beaucoup et j'essaie de trouver un moyen d'avoir un coup de vape.
- Animateur :** Oui, ça a du sens. Quand t'arrêtes de consommer une substance et que ça te met mal à l'aise ou te stresse, mais que ces symptômes disparaissent pour un peu lorsque tu en consommes de nouveau...c'est un signe clé de dépendance – où le vapotage passe d'un choix à un besoin.
- Émilie :** Ouais...je n'y avais jamais pensé comme ça.
- Animateur :** As-tu déjà pensé à arrêter ?
- Émilie :** Je ne sais pas. Je pensais que vapoter m'aidait à me sentir mieux, et non plus mal ! Je pense que je devrais envisager d'arrêter mais ça me semble un peu insurmontable à l'instant. Je ne pense pas pouvoir y arriver.
- Animateur :** Il semble que tu aimerais arrêter un jour mais que tu n'es pas tout à fait prête à faire ce gros changement tout de suite. Il y a une appli appelée Quash qui peut t'aider à établir un plan d'abandon, même si tu n'es pas prête tout de suite. Qu'en penses-tu ?
- < Remettre la carte de référence à Émilie >**
- Émilie :** Je suppose que je pourrais y jeter un coup d'œil.
- Animateur :** Ça serait un bon début ! Que dirais-tu que je fasse un suivi avec toi la semaine prochaine après que tu auras eu le temps de consulter cette appli ?
- Émilie :** D'accord.

**SCÉNARIO 4**

Un parent a reçu un appel du directeur au sujet de son adolescent qui vapotait à l'école.

< Dans la cuisine, rangement après le repas >**Parent :**

Hé, j'ai reçu un appel du directeur aujourd'hui au sujet du vapotage à l'école. Peux-tu m'en dire plus à ce sujet ?

Ado :

Ouais, je savais que ça allait arriver. Ce n'est rien. Je le fais au dîner et parfois entre les cours.

Parent :

Je n'en avais aucune idée. Depuis combien de temps vapotes-tu ?

Ado :

Pendant quelque temps, je suppose. Quelques mois. Ça m'aide à passer la journée.

Parent :

Que veux-tu dire par « t'aide à passer la journée » ?

Ado :

Comme... si je ne vapote pas, je me sens vraiment sur les nerfs. C'est comme si je ne pouvais pas me concentrer ou j'étais irrité par tout le monde.

Parent :

Cela semble difficile. As-tu déjà essayé de t'en passer ?

Ado :

Ouais, une ou deux fois. Je pensais pouvoir arrêter mais je suis devenu très anxieux. Je n'arrivais même pas à dormir.

Parent :

Cela a dû être difficile. Qu'as-tu fini par faire ?

Ado :

J'ai cédé et j'ai vapoté. Tout est redevenu normal.

Parent :

On dirait que tu aimerais arrêter mais tu trouves que c'est un défi. Je sais que cela a probablement commencé de façon occasionnelle mais lorsque qu'on commence à avoir besoin de quelque chose pour se sentir bien, cela vaut la peine d'y prêter attention. Qu'en penses-tu ?

Ado :

Ouais, je regrette d'avoir commencé.

Parent :

Que faudrait-il pour que tu te sentes prêt à réduire ou à arrêter complètement ?

Ado :

Je ne sais pas... Je ne suis pas sûr de pouvoir arrêter tout seul.

Parent :

C'est correct. Tu n'es pas obligé de le faire seul. Nous allons trouver une solution ensemble. Il existe des programmes qui peuvent t'aider. Peut-être qu'on pourrait regarder des options ensemble et trouver un moyen de t'obtenir de l'aide. Ça te conviendrait ?

Ado :

D'accord.



SCÉNARIO 5

La personne qui fait le suivi des présences observe qu'un élève est systématiquement en retard à ses cours de la 2^e et de la 5^e période. Il rencontre l'élève pour en savoir plus sur ce qui se passe.

Personne qui fait le suivi des présences :

Bonjour Josh, je voudrais te parler de ce qui se passe dernièrement. Je remarque que tu es toujours en retard à quelques-uns de tes cours chaque jour. Que se passe-t-il?

Josh :

J'ai été arrêté en septembre pour avoir vapoté dans les toilettes et on m'a dit que si je me faisais prendre à nouveau, je devrais payer une grosse amende. Je n'ai pas d'argent et je ne peux pas prendre le risque que mes parents aient à payer pour moi. Alors maintenant, je sors entre les cours pour vapoter, mais je ne peux pas retourner en classe à temps.

Personne qui fait le suivi des présences :

Ouais, je comprends. Il semble que le fait de suivre les règles t'amène à être en retard en classe tous les jours. Que penses-tu qu'il se passerait si tu n'allais pas vapoter dehors entre les cours?

Josh :

Je n'y arriverais pas. Je me sentirais très mal et je ne pourrais pas être attentif en classe. Je sais que si j'arrêtais, je n'aurais plus ce problème, mais je ne pense pas pouvoir gérer ça maintenant. Il se passe beaucoup trop de choses pour moi en ce moment.

Personne qui fait le suivi des présences :

Selon ce que tu me dis, tu sembles savoir que le fait de cesser de vapoter serait bon pour toi, mais tu n'es pas prêt à arrêter tout de suite. As-tu pensé à faire de petits changements jusqu'à ce que tu sois prêt?

Josh :

Comme quoi?

Personne qui fait le suivi des présences :

Tu pourrais commencer par réduire lentement ta fréquence de vapotage, puis, lorsque tu seras prêt, essayer d'arrêter pendant un week-end où tu n'as pas à te concentrer sur tes cours.

Josh :

Ok, l'idée me semble bonne.

Personne qui fait le suivi des présences :

Voici quelques applications qui pourraient t'aider : <remettre à Josh l'outil d'orientation>. Tu pourrais peut-être les consulter et on s'en reparle la semaine prochaine?

Josh :

D'accord! Merci.