

Dialoguer avec les jeunes qui vapotent

En matière de vapotage, vous pouvez soutenir un changement de comportement en ayant de courtes conversations guidées en 2 étapes faciles!!

OBJECTIF : Discuter des réflexions à propos du changement et offrir du soutien en vue de l'étape suivante.

AVANT

LE LIEU ET LE MOMENT

Les jeunes ne voudront pas parler de leur vapotage devant les autres, alors choisissez un moment et un endroit où ils sentiront qu'ils peuvent se confier.

CONSEILS

- Adoptez un comportement calme et sans jugement
- Évitez les disputes et les confrontations
- Écoutez et offrez de la rétroaction personnalisée
- Prévoyez un plan d'encadrement

La conversation devrait ressembler à une danse, et non à un match de lutte

ÉTAPE 1

DEMANDER

Posez des questions pour en savoir plus sur leur vapotage et leur intérêt à changer. Établissez un lien et cherchez à comprendre leur point de vue sur le vapotage.

“

ESSAYEZ...

J'ai remarqué que tu étais avec un groupe d'élèves qui vapotaient entre les cours. Peux-tu m'expliquer ce qui se passe?

Qu'est-ce que tu aimes dans le vapotage? Y a-t-il quelque chose que tu n'aimes pas dans le vapotage?

As-tu pensé à arrêter?

ÉTAPE 2

AGIR

Offrez du soutien selon leur intérêt à effectuer un changement.

SOUHAITENT CHANGER

C'est le temps d'encourager, de stimuler, de responsabiliser les jeunes à passer à l'étape suivante! Même s'ils ne sont pas prêts à changer tout de suite, ils peuvent prendre certaines mesures pour planifier et se préparer.

NE SOUHAITENT PAS CHANGER

Ce n'est pas grave! Mais n'abandonnez pas. C'est une occasion de bâtir la confiance, d'encourager, de sensibiliser. Prévoyez un autre moment pour jaser avec eux pour leur donner le temps de réfléchir.

“

LIEN VERS DE L'AIDE SUPPLÉMENTAIRE

« Je connais une excellente application qui peut t'aider à établir un plan et à tenir compte de tes progrès. J'aimerais jaser encore avec toi la semaine prochaine, ça te convient? »

Quash.

Élaboré par
FONDATION SANTÉ PULMONAIRE

VAST-Jeunesse

“

LIEN VERS DE L'INFORMATION SUPPLÉMENTAIRE

« Voici un site Web sur le vapotage et ses effets. Peut-être qu'on pourra en jaser davantage la semaine prochaine pour que tu aies la chance d'y penser encore? »

NOT AN EXPERIMENT