



## Histoires de conso...

**Description:** Ce jeu propose au participant d'imaginer des scénarios sur les consommations d'alcool.

**Type de support :** jeu de création d'histoire

**Publics cibles :** 13-15 ans / 16-18 ans / 19-25 ans

**Autres publics :** LGBT / personnes vivant avec le VIH/ Migrants / Personnes en situation de handicap moteur / sensoriel

**Thématique principale :** Drogues et dépendance

**Editeur :** Crips Ile-de-France (Cybercrips)

**Date :** 2011

## Description

### Utilisation

en individuel / en groupe  
avec animateur

### Types de savoirs développés par le support

L'acquisition de savoirs

Le développement de savoir-faire

Le développement de savoir-être



### Objectifs pédagogiques

*Au cours de l'animation, les participants :*

- acquièrent des informations sur l'alcool
- prennent conscience des facteurs pouvant influencer une consommation d'alcool
- s'approprient des stratégies de réduction des risques liées à la consommation d'alcool

### Thèmes abordés

Contextes de consommation, niveaux d'usage et réduction des risques

Motivations à consommer, effets recherchés / effets obtenus

Idées reçues et place des drogues dans la société



### Compétences psychosociales mobilisées

savoir résoudre des problèmes

avoir une pensée créative / avoir une pensée critique

avoir conscience de soi

savoir gérer ses émotions





## Histoires de conso...

**Description:** Ce jeu propose au participant d'imaginer des scénarios sur les consommations d'alcool.

**Type de support :** jeu de création d'histoire

**Publics cibles :** 13-15 ans / 16-18 ans / 19-25 ans

**Autres publics :** LGBT / personnes vivant avec le VIH/ Migrants / Personnes en situation de handicap moteur / sensoriel

**Thématique principale :** Drogues et dépendance

**Editeur :** Crips Ile-de-France (Cybercrips)

**Date :** 2011

## Utilisation

### Objectifs pédagogiques (rappel)

*Au cours de l'animation, les participants :*

- acquièrent des informations sur l'alcool
- prennent conscience des facteurs pouvant influencer une consommation d'alcool
- s'approprient des stratégies de réduction des risques liées à la consommation d'alcool

### Matériel

Le jeu propose des supports aimantés à poser sur une paroi métallique.

L'outil se compose de 6 champs représentant différents facteurs et de cartes détaillant chacun de ces facteurs :

- Sexe : homme / femme
- Repas : pendant le repas / après le repas / à jeun
- Contexte : bar/boîte / dehors / seul / chez des amis
- Humeur : survolté / triste / joyeux / en colère / rien de spécial
- Type de boisson : prémix / bière / alcool fort / mélange / apéritif
- Nombre de verres : de 1 à +10

### Consigne

« Reconstituez une histoire sur la consommation d'alcool à l'aide des cartes. »

### Conseils d'utilisation de l'outil

L'animateur invite les participants à composer une histoire de consommation d'alcool en complétant chaque champ avec les cartes.

**Les participants s'expriment sur la situation créée :**

- « cette histoire vous semble-t-elle réaliste ? »
- « quelle tonalité se dégage de cette histoire ? »
- « comment se sent cette personne à votre avis ? à quoi pouvez-vous l'attribuer ? est-ce lié à son humeur ? au nombre de verres ? au contexte ? au type d'alcool ? à son sexe ? au fait d'avoir mangé ou pas ? »
- « Si on fait varier un des facteurs, qu'est ce que cela change-t-il ? »
- « Vous identifiez-vous à cette histoire ? »



L'animateur invite les participants à se questionner sur les points suivants :

- **la notion de verre standard** : les différences entre consommation à la maison et dans un bar, la capacité d'auto-évaluation de sa consommation et des quantités d'alcool servies, les mélanges d'alcool, etc.
- **les idées reçues sur l'alcool** : les différences réelles et supposées entre les hommes et les femmes (ex. « *un homme tient mieux l'alcool* », « *une femme préfère les cocktails sucrés* »), les différents degrés d'alcool et les représentations associées (« *on est moins vite bourré avec de la bière* », « *moi je peux boire une bouteille de vodka tout seul* », « *le whisky ça réchauffe* »), les fausses croyances associées à l'élimination de l'alcool dans le corps (« *je me fais vomir pour dessaouler plus vite* », « *un café et ça repart* »), etc.
- **l'influence du groupe** : la résistance aux pressions (« *allez, reprends un verre !* », « *vas-y, lâche-toi !* »), l'effet d'entraînement (« *on se refait un apéro ce soir ?* », « *y'a pas de soirée sans alcool* »), la compétition (jeux de boisson), etc.
- **les motivations à consommer** : curiosité, la recherche de sensations (l'ivresse, la chaleur, le goût), la recherche de désinhibition (lors d'une soirée, pouvoir draguer, danser, être à l'aise), l'envie de tester ses limites, le plaisir, la détente, la gestion du stress et des angoisses (« *avec l'alcool, j'oublie mes problèmes* »), etc.
- **les niveaux de consommation** : les premières fois, usage occasionnel ou régulier, abus en soirée, les différentes formes de dépendance (tous les jours, tous les week-ends), etc.
- **les risques** : vomissements, perte de conscience, perte de mémoire, overdose (coma éthylique), accidents de la route, regrets liés à la désinhibition, violence, prises de risques sexuels, etc.
- **les opportunités de consommation** : recherche de sociabilité, disponibilité de l'alcool (vente libre dans les supermarchés ou facilité d'accès dans les bars, présence de vin ou de bière au domicile), etc.
- **le contexte de consommation** : consommer seul ou en groupe (avantages et inconvénients, image que ça renvoie), moment de la journée, effet d'entraînement en milieu festif,...

L'animateur reprend un ou plusieurs de ces éléments afin d'**aborder les stratégies de réduction des risques liés à l'alcool** (ex : boire de l'eau, espacer les prises lors d'une soirée ou dans la semaine, manger lors de la consommation, résister aux pressions, etc.).

L'outil permet aussi d'élargir la discussion à la consommation d'autres produits (par exemple le cannabis).

## Avantages et limites de l'outil

### Avantages :

L'outil permet de mobiliser un groupe et de créer une dynamique.

L'outil permet d'aborder l'ensemble des aspects liés à la consommation d'alcool.

### Limites :

L'outil nécessite une bonne connaissance sur l'alcool, ses effets et les consommations de drogues en général.

L'outil s'utilise en individuel ou en groupe d'une dizaine de participants maximum.

Lorsque le groupe est important, le jeu nécessite une plus grande attention des participants.

### Pistes d'utilisation et outils complémentaires

#### Autres pistes possibles :

Le jeu *Histoires de conso...* peut être adapté autour de la consommation d'autres drogues (tabac, cannabis, cocaïne,...) en modifiant les champs « type de boisson » et « nombre de verres ».

#### Outils complémentaires :

- Brochure [No\(s\) Limit\(es\)](#) (éditée par le Crips Ile-de-France)
- L'outil *Histoires de conso...* peut s'utiliser dans le contexte plus global du Bar à questions.

## Accès à l'outil

Téléchargez les supports pour fabriquer l'outil sur le site du [Crips Ile-de-France](#) (Rubrique Animathèque)

