

Relations saines chez les jeunes



ACQUÉREZ LES CONNAISSANCES NÉCESSAIRES POUR DÉVELOPPER DES RELATIONS SAINES ET RESPECTUEUSES

Aperçu du cours

Le programme **Relations saines chez les jeunes** a comme but d'aider les adolescents à acquérir les connaissances et les habiletés nécessaires pour entretenir des relations saines et prévenir la violence dans les fréquentations amoureuses. Des personnages animés aident les participants à explorer le contenu du cours, les jeux interactifs et les questionnaires.

Public cible

Jeunes âgés de 14 à 17 ans

Objectifs du cours

Au terme du cours, les participants pourront :

- Reconnaître l'importance de fixer des limites saines.
- Reconnaître les différents types de communication, notamment la communication assertive.
- Reconnaître les signes avant-coureurs d'une relation malsaine.
- Comprendre les compétences nécessaires à la résolution de conflits.
- Comprendre les responsabilités juridiques liées à la notion de consentement.
- Élaborer un plan de sécurité personnelle.
- Promouvoir les relations saines au sein de leur milieu scolaire et de leur collectivité.

Le cours comprend cinq modules :

1. Introduction
2. Caractéristiques d'une relation saine
3. Communication et résolution de conflits
4. Relations malsaines et violence dans les relations amoureuses
5. Intervenir et faire changer les choses

Documents

Deux documents peuvent être téléchargés en format PDF : l'outil *Mon plan de sécurité personnelle* et la fiche *Comment aider un ami*.

Travaux à faire

Les participants doivent élaborer leur plan de sécurité personnalisé. Ce travail ne fait pas l'objet d'une évaluation.

Processus d'évaluation

L'efficacité de la formation est évaluée au moyen d'un court sondage facultatif réalisé avant et après le cours. Une fois la formation réussie, les participants obtiennent un certificat qu'ils peuvent imprimer pour leur dossier personnel.

Durée du cours

Ce cours en ligne s'adapte au rythme de chacun. En moyenne, il faut compter environ 90 minutes pour le terminer.



**CROIX-ROUGE
CANADIENNE**