**Objectif : prendre conscience de la pression des pairs et utiliser, mettre en scène des stratégies pour réussir à dire NON à l’alcool.**

**Facteurs d’incitation à la consommation et moyen de pression : groupe, grands, sensations nouvelles (effet désinhibiteur), imitation, transgression, séduction, mal-être, manque de confiance en soi.**

**Facteurs de dissuasion et stratégies de résistance : dangerosité du produit, coût, effets sur l’apparence physique, amour de la vie, savoir dire non pour ne pas céder aux influences.**

**Lister les arguments possibles :**

* Réfuter des arguments : pour moi c’est différent, j’ai un autre avis.
* Parler de la pression : « je ne me laisse pas influencer mais je vais y réfléchir tranquillement »
* Renvoyer la balle: « pourquoi c’est si important pour toi que j’accepte? »
* Poser des limites : « si c’est le fait de consommer qui décide si nous restons amis, je préfère renoncer à être ami avec vous ».
* Affirmer sa personnalité : être différent du groupe peut être un atout (originalité…)
* Proposer des alternatives: faire la fête autrement, être grand autrement (sport, réussite personnelle, musique…)
* Parler des risques et des problèmes encourus (dommages sur le cerveau…)
* Parler du coût