

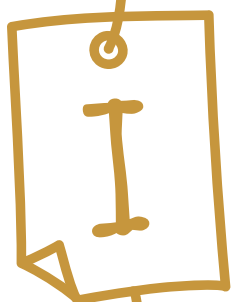


Méthode FINAL

La méthode FINAL est une technique du refus en cinq étapes pour résister à la pression des pairs.



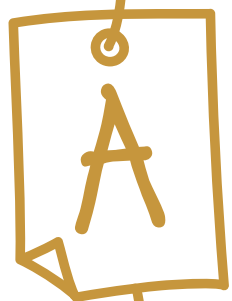
Faire la lumière sur ce qui se passera. Posez des questions. Découvrez ce qui arrivera.



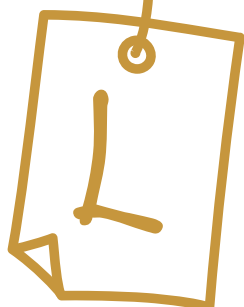
Identifier l'acte. Nommez ce que c'est réellement.



Nommer les conséquences.



Alternative. Proposez une alternative. Pensez à ce que vous pourriez faire d'autre de plaisant, sécuritaire et légal.



Laisser tomber. Dites-leur que vous voulez toujours faire quelque chose avec eux, mais que vous ne voulez rien faire de mal.