

Modèle d'apprentissage fondé sur l'enquête pour la prise de décisions éclairées (général)

1. Formuler des questions

Exemple de question :

Qu'est-ce que je souhaite savoir de plus pour me protéger et demeurer en santé?

6. Effectuer une réflexion

Exemples de questions :

- Comment vais-je savoir si la décision que j'ai prise était la bonne pour me protéger et demeurer en santé?
- Y a-t-il quelque chose que je pourrais vouloir commencer à faire ou arrêter de faire pour prendre soin de ma santé mentale et physique?

2. Recueillir l'information et l'organiser

Exemples de questions :

- De quelles informations ai-je besoin pour répondre à ma question?
- Où puis-je les trouver?
- Comment vais-je organiser mes informations pour m'aider à répondre à ma question?

3. Interpréter et analyser

Exemples de questions :

- Les informations dont je dispose m'aident-elles à répondre à ma question?
- Les informations proviennent-elles de quelqu'un qui connaît des moyens de me protéger et de rester en bonne santé?
- Est-ce qu'elles me donnent différentes façons de me protéger?
- Ai-je besoin de savoir autre chose et où puis-je trouver plus d'informations?

5. Communiquer

Exemples de questions :

- À qui est-ce que je veux annoncer ma décision?
- Qu'est-ce que je vais dire?
- Comment vais-je en parler?
- Comment vais-je prendre conscience des choix et des sentiments des autres?

4. Evaluer et tirer des conclusions

Exemples de questions :

- En fonction des informations que j'ai recueillies, quelle est la meilleure décision à prendre pour me protéger et demeurer en santé?
- Pourquoi est-ce la bonne décision pour moi?