

CONSOMMATION DE DROGUES ET DÉCISIONS SEXUELLES

Leçon 1

CARRIÈRE
ET VIE

RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE P12¹ :

Examiner les aspects d'une sexualité saine et d'un comportement sexuel responsable.



MATÉRIEL :

1. **DOCUMENT DE COURS** : Boire : une histoire d'amour
2. **DOCUMENT DE COURS** : Défi d'équipe : établir un lien



INTRODUCTION :

Les adolescents sont confrontés à grand nombre de pressions et de décisions relativement aux drogues, à l'alcool et à l'activité sexuelle. Souvent, ces décisions doivent être prises simultanément. Les recherches indiquent que l'utilisation de drogues par les adolescents peut conduire à des rapports sexuels non protégés, à une initiation sexuelle précoce et à de multiples partenaires sexuels. De plus, l'utilisation de drogues peut exposer les adolescents à des grossesses non désirées, à des infections transmises sexuellement (ITS) et à de l'agression sexuelle². Cette leçon est la première de deux et étudie la relation entre l'utilisation de drogues et les décisions sexuelles. Cette leçon aidera les élèves à prendre en considération la relation entre l'utilisation de drogues et les décisions sexuelles; à étudier pourquoi les élèves choisissent d'utiliser des drogues avant d'avoir un rapport sexuel et à comprendre les conséquences du fait de combiner alcool, drogues et sexe.



APPROCHES/STRATÉGIES :

A. RÈGLES DE BASE (5 minutes)

Assurez-vous d'établir des règles de base avant de commencer la leçon. Pour les classes ayant déjà établi les règles de base, les passer rapidement en revue peut favoriser le succès de la leçon.



Pendant la leçon qui traite d'utilisation de drogues et de prise de décisions sexuelles, le sujet de l'agression sexuelle pourrait être soulevé. Parler de violence sexuelle pourrait entraîner de la détresse chez certains élèves. D'autres pourraient montrer des signes qui laisseraient croire qu'ils sont ou ont déjà été impliqués dans une situation de mauvais traitements. Le fait d'aborder des questions controversées encourage les élèves à examiner leurs propres croyances et expériences. Les professeurs doivent faire preuve de sensibilité et de discrétion lorsqu'ils manipulent de l'information délicate ou qui pourrait causer de la détresse pour l'élève ou pour sa famille. Respectez la confidentialité dans la classe et anticipez où les conversations mèneront afin d'empêcher les élèves de révéler des renseignements personnels inappropriés³. Soulignez les aspects de confidentialité et de sensibilité quand vous discutez de ce sujet. Consultez les lignes directrices de la division de votre école pour prendre connaissance de la politique relative à la divulgation et à la signalisation de mauvais traitements.

B. Boire : une histoire d'amour (15 à 20 minutes)

Les élèves prennent en considération l'influence de la drogue sur la prise de décisions sexuelles, et les raisons et les conséquences de l'utilisation de drogues pendant le processus de prise de décisions sexuelles.

1. Distribuez le document de cours **Boire : une histoire d'amour** à chaque élève.
2. Demandez aux élèves de le lire de façon individuelle.
3. Demandez quelles sont réactions à ce passage.
 - **Quel est le message de l'histoire?**
 - L'utilisation de drogues comme l'alcool a une incidence sur la capacité d'une personne à prendre des décisions saines.
 - L'utilisation de drogues pourrait entraîner des actes impulsifs et le questionnement des conséquences de ces actes plus tard.
 - **De quelle façon l'utilisation d'alcool influence-t-elle la prise de décisions d'une personne?**
 - La personne pourrait s'être engagée dans des activités sexuelles avec une personne qu'elle ne connaît pas.
 - Il est possible que la personne n'ait pas utilisé de condoms ou d'autres pratiques sexuelles sûres.
 - Les inhibitions habituelles de la personne étaient réduites.



Avant de commencer cette leçon sur l'utilisation de drogues et la sexualité, considérez de commencer par la leçon sur la prise de décisions qui traite en détail du concept de prise de décisions.



Il est important de remarquer que l'effet de chaque drogue dépend de la drogue en question, de la quantité prise, de la façon dont elle est prise, des attentes de la personne qui la prend, de l'exposition préalable du corps à cette drogue et à d'autres drogues, de l'endroit, de l'état d'esprit de la personne et de l'utilisation d'autres drogues⁵.

- **Quelles sont les possibles raisons pour lesquelles cette personne a choisi de boire de l'alcool? Ces raisons sont-elles différentes pour les hommes et les femmes?**
 - Les difficultés émotionnelles et mentales d'un adolescent, telles qu'elles sont indiquées par un manque d'habiletés d'adaptation, augmentent son risque de consommation de drogues associé à une initiation précoce à des expériences sexuelles.
 - Le manque de communication parentale positive, le manque de personnes-modèles et le manque de confiance envers l'adolescent sont des facteurs associés à la dépression et au comportement sexuel risqué chez les adolescents.
 - Les interactions de l'adolescent avec ses pairs et leur perception de ces interactions se refléteront sur leur comportement sexuel.
 - Les garçons seraient plus enclins que les filles à avoir consommé de l'alcool ou des drogues avant leur dernier rapport sexuel. Une étude canadienne a démontré que 40 % des garçons de 11^e année comparativement à 20 % des filles avaient consommé de l'alcool avant leur dernier rapport sexuel tandis qu'en 9^e année, 40 % des garçons comparativement à 30 % des filles avaient consommé de l'alcool avant leur dernier rapport sexuel. Les adolescents qui boivent de l'alcool avant de s'engager dans un rapport sexuel sont moins enclins à utiliser de moyen de protection comme des condoms. Ainsi, ils augmentent leur risque de grossesse ou de contracter une ITS ou le VIH⁴.
- **Quelles sont les conséquences de la décision de boire de l'alcool?**
 - Les conséquences émotionnelles peuvent comprendre de l'anxiété ou du stress lié à la possibilité d'une grossesse non désirée ou d'une ITS ainsi que du regret et de la gêne.



Il y a agression sexuelle facilitée par la drogue lorsqu'une personne administre de la « drogue » à une autre personne afin de faciliter une agression sexuelle. Par « drogue », on entend toute substance qui entrave l'aptitude d'une personne à comprendre ce qui lui arrive et à dire non. L'alcool est la drogue le plus couramment utilisée. Elle ralentit les réactions, diminue la capacité de jugement et peut augmenter les cas d'agression sexuelle⁶.



À titre d'activité supplémentaire, les enseignants pourraient inviter le directeur de l'école à discuter des conséquences juridiques de la consommation de drogues et d'alcool ainsi que l'agression sexuelle facilitée par la drogue chez les mineurs.

- Les conséquences physiques peuvent comprendre la gueule de bois, une grossesse non désirée, une ITS y compris le VIH ou une agression sexuelle.
- **Selon vous, cette « Histoire d’amour » constitue-t-elle une expérience inhabituelle pour les élèves de votre âge? Justifiez votre réponse.**
- **En quoi pensez-vous que les médias influencent la prise de décision des personnes quant à l’utilisation de drogues et les rapports sexuels protégés?**

C. Défi d’équipe : établir un lien (30 minutes)

Les élèves prennent en considération les effets à long terme et à court terme de l’utilisation de drogues sur les décisions sexuelles.

1. Diviser la classe en deux équipes.
2. La première équipe fait concurrence à la deuxième.
3. Expliquez que vous poserez des questions à chaque groupe. Lorsque la réponse à la question est exacte, le groupe obtient un point. Si la réponse est inexacte, aucun point n’est accordé.
4. Posez des questions du document de cours **Défi d’équipe : établir un lien**.
5. Le document de cours destiné aux enseignants fournit des réponses détaillées aux questions. Après chaque question, encouragez une discussion, au besoin.
6. Après avoir obtenu des réponses à toutes les questions, additionnez le pointage et annoncez le gagnant.



Au nombre des autres communément appelées « drogues du viol », on trouve le rohypnol (roofies), la kétamine (Special K) et le gamma hydroxyl butyrate (GHB)⁵. Le rohypnol est une drogue insipide et inodore sous forme de pilule ou de poudre qui peut facilement être dissoute dans une boisson. Les effets les plus communs de cette drogue comprennent la perte de mémoire, la somnolence et la confusion⁷. Le **GHB** est souvent distribué sous forme de liquide incolore et inodore. Les effets du GHB sont semblables à ceux de l’alcool et peuvent rendre l’utilisateur détendu, heureux et sociable. Parmi les autres effets, on trouve la somnolence, les étourdissements, la désorientation, le manque de coordination, la perte du contrôle de la vessie, la nausée et le vomissement⁸. Pour obtenir de plus amples renseignements à ce sujet ou sur d’autres drogues, consultez <http://www.albertahealthservices.ca/2461.asp> (en anglais seulement)



BOÎTE AUX QUESTIONS (10 minutes)

Présentez la boîte aux questions. Vous pouvez demander aux élèves de poser des questions à chaque cours ou leur proposer de réfléchir à des questions qu’ils aimeraient poser au prochain cours.



Après chaque leçon, encouragez les élèves qui se sentent confus ou troublés à parler à un enseignant ou à un conseiller de l'école.



RÉFLEXION PERSONNELLE

Pendant la leçon, avez-vous :

- suivi les règles de base?
- établi de bonnes pratiques concernant le travail et les discussions en équipe?

Que changerez-vous pour les prochains cours avec ce groupe?

Quels changements apporteriez-vous à la leçon pour son utilisation future?



ÉVALUATION DES ÉLÈVES

Pendant le cours, les élèves ont-ils :

Connaissances :

- indiqué comment les drogues influencent les décisions sexuelles?
- déterminé les raisons pour lesquelles les élèves utilisent des drogues pendant le processus de prise de décisions sexuelles?
- dressé une liste des conséquences de l'utilisation de drogues pendant le processus de prise de décisions sexuelles?

Attitudes :

- clarifié leurs croyances au sujet de l'alcool, des drogues et des décisions sexuelles?

1. Alberta Education. (2002). *Carrière et vie – Guide de mise en œuvre*. Extrait de <https://education.alberta.ca/6453.aspx>
2. Henry J. Kaiser Family Foundation (2002). *Substance use and risky sexual behavior: Attitudes and practices among adolescents among adolescents and young adults*. (en anglais seulement)
3. Alberta Education. (2002). *Health and life skills guide to implementation: Kindergarten to grade 9*. Extrait de <http://education.alberta.ca/media/353029/epc.pdf> (en anglais seulement)
4. Conseil des ministres de l'Éducation. (2003). *Étude sur les jeunes, la santé sexuelle, le VIH et le sida au Canada : facteurs influant sur les connaissances, les attitudes et les comportements* Extrait de http://www.cmec.ca/publications/lists/publications/attachments/180/cyshhas_2002_fr.pdf
5. Healthwise. (2014). *Cocaine*. Extrait de <https://myhealth.alberta.ca/health/pages/conditions.aspx?hwld=uq2452> (en anglais seulement)
6. Calgary Communities Against Sexual Abuse (2012). *FAQ about sexual abuse and sexual assault*. Extrait de <http://calgarycasa.com/organization/faq#q17> (en anglais seulement)
7. Healthwise. (2014). *Date rape drugs*. Extrait de <https://myhealth.alberta.ca/health/pages/conditions.aspx?hwld=uq2448> (en anglais seulement)
8. Healthwise. (2014). *Date rape drugs*. Extrait de <https://myhealth.alberta.ca/health/pages/conditions.aspx?hwld=uq2448> (en anglais seulement)

BOIRE : UNE HISTOIRE D'AMOUR

Tu reprends connaissance. Tu as une idée floue de la vague de nausée qui te traverse le corps. Ton estomac se contracte et soudainement tu ne peux pas t'en empêcher – tu te retournes et vomis sur le bord du lit. Le bruit sourd des basses de la musique qui joue à la fête s'est transformé en douleur dans ta tête. Tu as la tête lourde et la douleur fulgurante t'empêche presque de bouger. Tu réussis quand même à te déplacer vers le milieu du lit – il y a quelqu'un à côté de toi. Peut-être que tu la connais, ou peut-être pas. Êtes-vous assis l'un derrière l'autre en maths? S'agit-il d'un ami d'un ami, de ta nouvelle flamme ou de quelqu'un que tu as rencontré la nuit dernière?

La panique t'envahit et ton estomac se resserre. Mais...? Tu procèdes à une évaluation rapide : es-tu toute nue? Où sont tes sous-vêtements? Attends. Avez-vous eu un rapport sexuel? Est-ce un emballage de condom vide sur le plancher? Avez-vous utilisé un condom? Quelle heure est-il? Tu devrais déjà être à la maison...

Tu fermes les yeux; tu veux prétendre que tu es en train de dormir au cas où la personne qui se trouve à côté de toi se réveille. Tu essaies de réunir tes idées et de reconstituer le cours des événements de la soirée...

Des parties de la soirée te reviennent. Tu te souviens clairement du début de la soirée, les premiers verres de boisson, la façon dont tu as commencé à te détendre. Tu te souviens d'avoir parlé à des gens avec qui tu étais trop gênée de parler auparavant, de danser et de t'être assise dans un coin avec cette personne... mais c'est à partir de ce moment-là que les choses commencent à devenir floues. Tu te souviens d'avoir ri, fait des blagues et d'avoir ri des blagues...

Tu souhaiterais être dans une blague MAINTENANT... Le rapport sexuel, si tu t'en souviens bien, était déconnecté et surréel. Ton corps a réagi de la façon dont il était censé réagir, ou du moins tu le penses. Tu t'es laissé tomber la tête en arrière par plaisir, même si tu ne ressentais pas de réel plaisir. En fait, tu n'as pas ressenti grand chose. C'est à partir de ce moment-là que tout disparaît. Tu ne te souviens plus vraiment du reste...

Tu restes dans le lit, les yeux fermés. Tout ce que tu veux faire c'est de rentrer à la maison, prendre une douche et oublier la soirée. Tu veux tout simplement que cette soirée devienne de l'histoire ancienne. Mais que diras-tu à tes parents en rentrant à la maison? Tes amis savent-ils ce qui est arrivé? Est-ce que toute l'école va le savoir d'ici lundi?

DÉFI D'ÉQUIPE : ÉTABLIR UN LIEN

- 1. Q. : Vrai ou faux? Des quantités plus importantes d'alcool aident les femmes à atteindre l'orgasme.**

R. : **FAUX.** L'alcool est un dépresseur (tranquillisant) qui ralentit le système nerveux central et altère les réflexes ainsi que la coordination musculaire ce qui rend difficile le maintien de l'excitation sexuelle tant pour les hommes que pour les femmes.
- 2. Q. : Vrai ou faux? Des quantités plus élevées d'alcool (deux verres ou plus) peuvent aider les hommes à avoir et à conserver une érection.**

R. : **FAUX.** L'alcool est un dépresseur (tranquillisant) qui ralentit le système nerveux central et altère les réflexes ainsi que la coordination musculaire ce qui rend difficile le maintien de l'excitation sexuelle tant pour les hommes que pour les femmes.
- 3. Q. : Vrai ou faux? Chez les hommes, la consommation abusive d'alcool pendant une longue période peut causer l'élargissement des testicules.**

R. : **FAUX.** Chez les hommes, la consommation abusive chronique d'alcool peut causer le rétrécissement des testicules. Parmi les autres effets de l'alcool à long terme, on peut trouver : la réduction du niveau de testostérone; la réduction de la production de spermatozoïdes; et l'impuissance (incapacité à avoir et à conserver une érection).
- 4. Q. : Vrai ou faux? Chez les femmes, la consommation abusive d'alcool à long terme peut causer l'infertilité.**

R. : **VRAI.** Consommer beaucoup d'alcool pendant une longue période peut entraîner de graves problèmes de santé, y compris des problèmes sexuels et reproductifs comme : le rétrécissement ou le fonctionnement anormal des ovaires, l'endométriose, l'infertilité et le dysfonctionnement sexuel.
- 5. Q. : Vrai ou faux? Lorsqu'une personne boit ou consomme des drogues, elle cherche à avoir des ennuis et mérite d'être agressée sexuellement.**

R. : **FAUX.** Même si l'agression sexuelle est une conséquence possible de la consommation d'alcool ou de drogues, la victime n'est JAMAIS à blâmer et ne mérite JAMAIS d'être agressée. L'agresseur est entièrement responsable de ses actes. Que vous ou votre partenaire ayez consommé des drogues ou de l'alcool n'a pas d'importance. Le fait d'être en état d'ébriété ou intoxiqué ne justifie pas le comportement criminel et n'est pas une excuse acceptable.
- 6. Q. : Vrai ou faux? L'utilisation de cocaïne peut augmenter le niveau d'excitation.**

R. : **VRAI.** La cocaïne peut vous faire ressentir un plaisir intense. Vous pouvez vous sentir alerte et énergique et avoir un sens d'euphorie et de bien-être. Ces effets à court terme ne sont que temporaires et disparaissent en quelques minutes ou en quelques heures. Lorsque l'effet passe, l'utilisateur peut se sentir très déprimé, anxieux et irritable.

7. Q. : Vrai ou faux? Les femmes deviennent plus excitées après avoir consommé de grandes quantités d'alcool.

R. : **FAUX.** L'alcool est un déprimeur (tranquillisant) qui ralentit le système nerveux central et altère les réflexes ainsi que la coordination musculaire ce qui rend difficile le maintien de l'excitation sexuelle tant pour les hommes que pour les femmes.

8. Q. : Vrai ou faux? L'alcool donne de l'énergie.

R. : **FAUX.** On prend souvent l'alcool pour un stimulant parce qu'il diminue les inhibitions, ce qui signifie que vous pourriez tenter des choses que vous ne tenteriez pas autrement. Cependant, l'alcool agit à titre de déprimeur sur votre système nerveux central, ce qui ralentit les fonctions cérébrales.

9. Q. : Vrai ou faux? Si vous avez un rapport sexuel avec une personne qui a consommé trop de drogue ou d'alcool, il s'agit d'une agression sexuelle.

R. : **VRAI.** Si une personne a consommé trop de drogue ou d'alcool, elle ne peut pas consentir au fait d'avoir un rapport sexuel. Donc, le fait d'avoir un rapport sexuel avec une personne ivre ou intoxiquée est considéré par la loi comme une agression sexuelle. Il y a agression sexuelle facilitée par la drogue lorsqu'une personne administre de la « drogue » (que l'on appelle aussi drogue du viol) à une autre personne afin de faciliter une agression sexuelle. Par « drogue », on entend toute substance qui entrave l'aptitude d'une personne à comprendre ce qui lui arrive et à dire non.

10. Q. : Vrai ou faux? Le rohypnol, que l'on appelle aussi « roofies » est la « drogue du viol » la plus courante.

R. : **FAUX.** L'alcool est la drogue plus étroitement liée aux crimes de violence sexuelle comparativement à toute autre drogue¹. Au nombre des autres drogues communément liées à la violence sexuelle, on trouve :

- Le rohypnol est une pilule insipide, inodore et incolore qui est un sédatif ou un déprimeur. Les effets les plus communs de cette drogue comprennent la perte ou les troubles de mémoire, la désinhibition, la somnolence, les étourdissements et la confusion.
- Le gamma hydroxyl butyrate (GHB) est un liquide incolore et inodore qui est un déprimeur ou un anesthésiant. Les effets les plus communs de cette drogue comprennent la somnolence, les étourdissements, l'intoxication, la nausée et la perte de mémoire.

11. Q. : Vrai ou faux? La consommation d'alcool ou de drogues peut augmenter les risques d'une personne d'être victime de violence sexuelle.

R. : **VRAI.** Les drogues et l'alcool peuvent influencer la capacité d'une personne à évaluer le risque, mais AUCUN comportement ne justifie la violence sexuelle. Si une personne est ivre ou intoxiquée, elle ne peut pas consentir à un rapport sexuel. Un rapport sexuel sans consentement est considéré comme une agression sexuelle et un acte illégal. L'agresseur est entièrement responsable de ses actes. Que vous ayez consommé des drogues ou de l'alcool n'a pas d'importance. Le fait d'être en état d'ébriété ou intoxiqué ne justifie pas le comportement de l'agresseur et n'est pas une excuse acceptable au tribunal.

12. Q. : Vrai ou faux? L'ecstasy peut mettre les gens plus en confiance et les rendre plus compatissants et plus chaleureux les uns envers les autres.

R. : **VRAI ET FAUX.**

VRAI : L'ecstasy s'appelle aussi « drogue de l'amour » dont les effets à court terme comprennent des sentiments amoureux plus forts, une confiance accrue et même des sensations rehaussées.

FAUX : Les effets à long terme de l'utilisation d'ecstasy peuvent causer des changements chimiques permanents dans le cerveau qui peuvent se traduire par des changements d'humeur et des habitudes de sommeil perturbées. Ces effets à long terme peuvent entraîner des problèmes personnels graves.

13. Q. : Vrai ou faux? Les adolescents qui consomment des drogues et de l'alcool sont moins enclins à utiliser des condoms.

R. : **VRAI.** Les recherches indiquent que la consommation de drogues et d'alcool augmente la possibilité d'avoir des rapports sexuels non protégés.

14. Q. : Vrai ou faux? Pour les adolescents, prendre des décisions sexuelles sous l'influence de drogues ou de l'alcool est une affaire de rien.

R. : **FAUX.** L'alcool et les drogues peuvent vous empêcher de respecter vos décisions relatives aux relations sexuelles. Essayez d'éviter les situations qui testeront vos limites comme la consommation d'alcool et de drogues lorsque vous êtes seul(e) avec votre partenaire.