

# PSYCHOTROPES, ADOLESCENCE ET PERSPECTIVES D'INTERVENTION

> **Damien Favresse**, Chercheur à l'Unité de Promotion Education Santé (ULB-PROMES) de l'Ecole de Santé Publique de l'Université Libre de Bruxelles.

De nombreux discours alarmistes circulent autour des psychotropes à l'adolescence réactivant le mythe d'une jeunesse en perte. Mais qu'en est-il vraiment ? Les adolescents d'aujourd'hui sont-ils si différents des adolescents d'hier ? Y a-t-il des caractéristiques spécifiques aux usagers ? Pour tenter d'apporter quelques éléments de réponses à ces questions, la problématique des psychotropes chez les jeunes va d'abord être abordée sur base de l'évolution des différents usages et des aspects transversaux à ces consommations pour, ensuite, être replacée dans le cadre de l'adolescence et des perspectives d'intervention. Les résultats présentés sont issus de l'étude sur la «Santé et le bien-être des jeunes»<sup>1</sup>, versant francophone belge de l'étude internationale HBSC (Health Behaviour in School-aged Children). Une partie de cette enquête, réitérée tous les 4 ans, porte sur les consommations de psychotropes licites et illicites des adolescents<sup>2</sup>.

## Evolution des usages

Au cours de ces dernières années, la situation s'est légèrement améliorée et ce, plus particulièrement, en ce qui concerne les usages des jeunes en fin de scolarité primaire.

Plus spécifiquement, parmi les jeunes de 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> primaires, le fait d'avoir déjà expérimenté plus d'une fois de l'alcool au cours de la vie était déclaré par 72,6% de ceux-ci en 1994 et 61,9% de ceux-ci en 2006, l'usage au moins

hebdomadaire d'alcool était rapporté par 13,3% d'entre eux en 1994 contre 4,7% en 2006 et le fait d'avoir déjà expérimenté du tabac en concernait 13,6% en 1994 et 11,6% en 2006. Cette régression est de bon augure dans la mesure où notamment la précocité de l'expérimentation d'alcool se révèle un bon prédicateur de l'usage et de la dépendance à l'âge adulte<sup>3</sup>.

Parmi les jeunes du secondaire, la plupart des usages relatifs à l'alcool restent stables depuis les années 90. La consommation au moins heb-

1 Depuis 1994, ce sont de 12 000 à 15 000 jeunes qui sont interrogés par année d'enquête.

2 FAVRESSE, D. et autres, *Tabac, alcool, drogues et multimédias chez les jeunes en Communauté française de Belgique*. Résultats de l'enquête HBSC 2006, SIPES-ULB (ESP), Bruxelles, 2008, [www.ulb.ac.be/esp/sipes](http://www.ulb.ac.be/esp/sipes).

domadaire d'alcool, qui touchait un peu plus de quatre jeunes sur dix en 1986, concerne depuis 1998 à peu près un jeune sur quatre. L'usage de plus de 7 verres d'alcool par semaine, qui touchait un peu plus de 10% des jeunes à la fin des années 80, tourne autour des 8% depuis le début des années 90, l'usage de plus de 2 verres d'alcool par jour est restée autour des 4% depuis 1988 et le fait d'avoir déjà expérimenté plus d'une fois de l'alcool au cours de la vie concerne environ 9 jeunes sur dix depuis le milieu des années 80.

A côté de cette stabilité, les abus d'alcool tels que l'ivresse ou le «binge drinking», mesuré par une consommation de 5 verres ou plus à une même occasion, sont en légère augmentation. L'enivrement plus d'une fois au cours de la vie, qui était déclaré par 25,0% des jeunes en 1994, en concernait 30,4% en 2006 et la pratique du binge drinking, à au moins 3 occasions au cours du dernier mois, était le fait de 18,0% des jeunes en 2002 et de 20,1% d'entre eux en 2006.

Après une recrudescence à la fin des années 90, les usages de tabac sont en régression et les usages de cannabis se stabilisent, voire amorcent une légère diminution depuis 2002. L'expérimentation du tabac est ainsi passée de 52,7% en 1994 à 57,2 en 1998 pour revenir à un niveau de 51,2% en 2006 et le tabagisme quotidien concernait 14,9% des jeunes en 1994, 20,1% en 1998 et 13,6% en 2006. Parmi les jeunes fumeurs, un léger fléchissement de la quantité de cigarettes consommée est également observé.

Le fait d'avoir déjà usé de cannabis était rapporté par 16,3% des jeunes en 1994, 26,6% en 2002 et 27,3% en 2006. Son usage hebdomadaire était déclaré par 4,1% des adolescents en 1994, 8,1% en 2002 et 6,5% en 2006 et sa consommation quotidienne se retrouvait chez

2,7% des jeunes en 1998, 4,4% en 2002 et 3,1% en 2006.

Quant à l'usage d'ecstasy, son expérimentation, qui touchait 6,4% des jeunes en 1998, en concernent 3,8% en 2006 et l'usage au cours des 30 derniers jours qui se rapportait à 2,7% de ceux-ci en 1994 est redescendu à 1,7% d'entre eux en 2006.

## Aspects transversaux des usages <sup>4</sup>

Comme déjà constaté de par le passé <sup>5</sup>, les consommations -et plus encore la poly consommation- de psychotropes s'accroissent fortement avec l'âge. Ces usages sont habituellement plus prononcés chez les jeunes des filières d'enseignement professionnel et technique que chez ceux des filières d'enseignement général et les garçons s'illustrent par l'adoption plus régulières de ces conduites que les filles.

Sur un plan personnel et par rapport aux autres jeunes, deux éléments sont transversaux à l'ensemble des conduites analysées : les plaintes régulières en matière de nervosité et la sensation récurrente de déprime. La fatigue matinale les jours d'école caractérise également plus fréquemment les adolescents consommant régulièrement des produits psychotropes. A l'inverse, pour une majorité des conduites analysées, les usagers ne ressentent pas de déficit de confiance en soi et ne se sentent ni plus malheureux, ni plus heureux que les jeunes n'adoptant pas ce type de comportements <sup>6</sup>.

La sensation régulière de nervosité est déjà présente chez les jeunes des 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> primaires ayant déjà expérimenté le tabac et chez ceux ayant une consommation au moins hebdomadaires d'alcool.

3 PITKANEN, T. et autres, *Age of onset of drinking and the use of alcohol in adulthood : a follow-up study from age 8-42 for females and males*, dans *Addiction*, t. 100(5), 2005, p. 652-661.

4 Nos analyses portent sur des données ajustées pour le sexe, l'âge et la filière de formation (général, technique, professionnel). Cet ajustement supprime l'influence éventuelle de ses variables sur les résultats observés.

5 PIETTE, D. et autres, *La santé et le bien-être des jeunes d'âge scolaire. Quoi de neuf depuis 1994 ?*, ULB-PROMES (ESP), Bruxelles, 2003.

6 Les consommateurs de plus de 7 verres d'alcool par semaine font exception dans la mesure où ils se sentent plus heureux et expriment un niveau de confiance en soi supérieur aux autres jeunes.



Sur un plan psychosocial et transversal aux différentes conduites analysées, les usagers de psychotropes se distinguent des autres jeunes par une propension plus importante à avoir adopté ou subi des conduites violentes, à rencontrer et sortir avec leurs ami(e)s en dehors de l'école et, pour les plus âgés, à avoir eu plusieurs partenaires sexuels. Cet investissement à l'égard des ami(e)s et le fait d'être acteur ou victime de violence caractérisent déjà des usages moins réguliers en fin de scolarité primaire. Ces usagers n'ont, par contre, pas spécifiquement un nombre plus élevé d'amis et se différencient sur le plan de la facilité à se faire aisément de nouveaux amis. Les buveurs réguliers d'alcool, les usagers quotidiens de cigarettes et les usagers hebdomadaires de cannabis rapportent davantage cette facilité que les autres jeunes alors que les usagers récents d'ecstasy sont semblables aux autres jeunes sur ce plan.

Les jeunes usagers proviennent davantage de famille monoparentale, de famille recomposée ou ne vivent pas avec leurs parents que les autres jeunes et éprouvent plus des difficultés à parler avec leurs parents. Sur ce point, il importe de souligner que ce n'est pas la structure familiale en tant que telle qui favorise la consommation de produits psycho actifs mais plutôt les liens familiaux existants dans la structure familiale tels que les relations conflictuelles parents-enfants<sup>7</sup>. Les informations relatives à la consommation des proches en matière de tabac et d'alcool mettent également en évidence le lien entre l'usage du jeune et, par ordre d'importance, l'usage de ses amis, de la fratrie et des parents.

Sur le plan scolaire et par rapport aux autres jeunes, les jeunes usagers de psychotropes sont plus enclins à ne pas aimer l'école et, pour ceux de l'enseignement secondaire, à brosser les cours. A remarquer d'une part, que le fait de ne pas aimer l'école est déjà présent chez les jeunes des 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> primaires ayant déjà expérimenté le tabac et chez ceux ayant une consommation au moins hebdomadaires d'alcool et que d'autre part, les fumeurs quotidiens de tabac, les usagers hebdomadaires et quotidiens de cannabis et les usagers récents d'ecstasy ont changés plus fréquemment d'établissement scolaire que les autres jeunes.

Les résultats de nos analyses laissent ainsi entendre qu'en général les consommations de psychotropes et les conduites abusives à l'adolescence ne sont pas le fruit d'un mal-être global. Ces conduites semblent d'une part, survenir chez des jeunes faisant états de moments réguliers de mal-être (déprime, nervosité) et d'autre part, obéir à des facteurs interpersonnels et sociaux (importance de la sociabilité juvénile, consommation des proches, etc.). Ils mettent également en évidence qu'une partie des conséquences souvent

7 LEDOUX, S. et autres, *Consommation de substances psychoactives à l'adolescence*. Revue des études de cohorte, dans *Alcoologie et Addictologie*, t. 22 (1), 2000, p. 19-40.

liées à l'abus de substances psychotropes (comportements violents, problème d'intégration scolaire, etc.) préexistent en partie à l'expérimentation précoce et aux abus de psychotropes.

## Adolescence et risque

L'adolescence est une période de transition entre l'enfance et l'âge adulte au cours de laquelle se construit l'identité du jeune. Cette construction, combinant le développement individuel et social, va amener le jeune d'une part, à se différencier, à se singulariser, à se spécifier des autres pour devenir un être unique et d'autre part, à s'identifier, à s'intégrer, à se référer aux autres pour devenir un être social<sup>8</sup>. L'expérimentation de conduites à risque fait fréquemment partie de ce processus identitaire dans la mesure où elle peut aider le jeune, non seulement, à se découvrir, à tester les limites, à exprimer son autonomie envers ses parents mais aussi à être reconnu et valorisé auprès de ses pairs. Pour une majorité de jeunes, ces conduites à risque vont être circonscrites à une période spécifique avec l'accord plus ou moins tacite des parents. Il en est, par exemple, de l'expérimentation de l'ivresse ou des sorties arrosées du samedi soir qui se réalisent bien souvent avec le cachet implicite des parents.

La prise de risque à l'adolescence s'inscrit bien souvent dans des rapports intergénérationnels, dans un décalage entre des conduites «subjectivement» perçues comme bénéfiques par les adolescents et «objectivement» conçues comme à risque par les adultes. Ce sont donc davantage les adultes qui perçoivent les comportements adolescents comme à risque plutôt que les adolescents eux-mêmes. Les jeunes ne raisonnent généralement pas en termes de risque - raisonnement peu cohérent avec leurs représentations relativement abstraites du futur - mais plutôt en termes d'apports immédiats, d'apports inscrits dans le concret des actions. La consommation de psychotropes par les jeunes est ainsi habituellement orientée vers d'autres fins que le risque : dépasser ses inhibitions, accroître sa capacité

physique, se valoriser auprès des pairs, «expérimenter des états de conscience modifiée», etc. Cette quête apparaît notamment lors de l'usage assez répandu d'alcool au cours des premières relations sexuelles. Si cet usage peut favoriser l'adoption de rapports non protégés ou non souhaités, il constitue bien souvent pour le jeune un moyen de contourner la crainte de l'échec, un prétexte si nécessaire, «au fait de ne pas avoir été soi-même», «une manière de se garder une porte de sortie, de sauver la face»<sup>9</sup>. Pour l'adolescent, l'adoption de conduites à risque et de l'usage de psychotropes ne signifie donc pas d'emblée une mise en péril de sa santé.

La dépendance à des produits psycho actifs présente à l'adolescence un caractère relativement marginal notamment parce que les usages de drogues dites dures (cocaïne, héroïne, etc.) sont particulièrement peu répandus chez les mineurs ou encore parce que les symptômes de sevrage font suite à des années de consommation. Aborder les usages de substances psycho actives à l'adolescence, c'est aussi prendre en compte que :

- ces usages sont instables et changeants au cours de cette période de vie,
- le niveau de consommation à l'adolescence est peu prédictif de la consommation à l'âge adulte et ceci contrairement à la précocité de ces usages,
- les usages abusifs à l'adolescence sont le plus souvent liés à des moments spécifiques à forte connotation sociale et récréative alors que les usages adultes, s'ils sont moins «abusifs», sont davantage inscrits dans le quotidien et liés à des raisons personnelles (oublier le travail, se détendre, etc.),
- les usages abusifs, plus présents chez les jeunes adultes que chez les adolescents, ont tendance à s'estomper avec l'entrée dans la vie active et l'implication dans une relation affective et familiale stable.

A l'adolescence, et encore plus pour les jeunes adultes, ce sont surtout les comportements sous

8 TAP, P., *Identité individuelle et personnalisation. Production et affirmation de l'identité*, Privat, Toulouse, 1980.

9 LE BRETON, D., *Conduites à risque ou... passion du risque ?*, dans *La santé de l'homme*, n° 386, 2006 p. 22-25

l'influence de psychotropes et, plus particulièrement sous l'influence de l'alcool (conduite d'un véhicule, rapports sexuels non protégés, bagarres, etc.) qui sont les plus préoccupants. C'est aussi la période où les conduites d'usage répété et/ou de dépendance en sont habituellement à leurs balbutiements.

Les usages réguliers et les abus sont plus souvent associés à des caractéristiques familiales (perception négative des parents, dépression parentale, relations conflictuelles parents-enfants, etc.) et scolaires (échecs et réorientations scolaires, brossage des cours, etc.) qui peuvent inciter le jeune à s'écarter de ces instances de vie et à se rapprocher de pairs partageant une situation semblable. Si les conduites abusives éclosent avec l'émancipation adolescente, il ne faut pas oublier d'une part, que l'enfant n'arrive pas « indemne » à l'adolescence : il est déjà le résultat d'un parcours de vie le prédisposant plus ou moins à l'adoption de conduites à risques. D'autre part, l'adolescent est un acteur qui interagit avec les diverses composantes de son environnement psychosocial, qui se construit un parcours personnel fait d'essais et d'erreurs, de réussites et d'échecs, de transformations du réseau amical, de confrontations raisonnées et critiques, de recherches de plaisirs, qui va évoluer et se modifier au gré de ses expériences de vie, de ses rencontres, etc.

Les conduites abusives ne sont donc pas immuables même si, pour certains adolescents, elles vont débiter au cours de cette période de vie, se développer et perdurer à l'âge adulte.

Les valeurs (performance, dépassement de soi, épanouissement personnel, hédonisme, etc.) véhiculées par la société ne sont pas limitées à un secteur de vie en particulier. Elles se conjuguent également dans les consommations de produits psycho actifs, qui peuvent devenir pour une partie des jeunes un moyen de se mesurer entre eux, de s'affirmer et de se dépasser.

Enfin, l'adolescence n'est pas une simple juxtaposition de conduites à risques. Les adolescents sont également des adultes en devenir, ni pires, ni meilleurs que ces derniers mais qui, dans un même temps, présentent des qualités indéniables. Ils sont souvent sensibles aux injustices et en plein développement de leurs capacités critiques. Ils font souvent preuve d'inventivité, de créativité, de dynamisme, d'adaptabilité. Souvent, pour eux, la pratique d'un sport, d'une activité, d'un loisir (roller, vélo, jeux électroniques, musiques, tag, etc.), ce n'est pas un simple moyen de se maintenir en forme ou de se détendre, c'est aussi souvent l'occasion d'exprimer leurs habiletés, de faire preuve de dextérité <sup>10</sup>.

## Perspectives d'intervention

Le caractère pluridimensionnel, transversal et instable des consommations et des abus à l'adolescence plaide en faveur de :

- la mise en place, à différents niveaux d'actions, de diverses stratégies d'interventions impliquant les divers acteurs gravitant autour des adolescents (développement de compétences personnelles, implication de la communauté éducative, participation des parents, information par les pairs, régulation de la publicité relative aux psychotropes licites, mesures de réduction des risques inhérents aux consommations, réorientation des politiques de santé, dénormalisation des conduites de consommation courante, etc.),
- l'accompagnement du jeune dans son développement personnel et social, dans la prise en charge de son existence, dans son émancipation à l'égard des représentations véhiculées par les médias, dans son apprentissage à porter un regard critique à l'égard de ses conduites, dans la procuration de ressources lui permettant de gérer ses consommations (renforcement de ses capacités d'actions, gestion de situations stressantes, capacité de résister à la pression des pairs, renforcement de l'estime de soi, capacité de se projeter dans l'avenir, etc.) <sup>11, 12</sup>.

10 FIZE, M., *Les adolescents*, Le Cavalier Bleu, Paris, 2002.

11 BANTUELLE, M. et autres, *Comportements à risque et santé : agir en milieu scolaire*, INPES, St-Denis, 2008.

12 ROUSSEL, S. et autres, *Quelle efficacité pour la prévention des addictions chez les adolescents ?*, Dossiers techniques, UCL-RESO (ESP), Bruxelles, 2008. Voir l'article en page 32 de ce numéro.

L'adolescent est d'une part, le fruit de son enfance et d'autre part, un processus en construction, en maturation. Il convient de ne pas attendre l'adolescence pour intervenir, de privilégier les interventions construites dans la durée, s'étendant sur plusieurs années et prenant en compte le degré d'évolution du jeune <sup>13, 14</sup>.

La prévention des usages de psychotropes et des conduites abusives ne s'arrête naturellement pas aux interventions ciblant spécifiquement les usages ou les conséquences d'un ou plusieurs produits, d'un ou plusieurs comportements. En effet, les jeunes connaissant des déficits d'intégration scolaire et des problèmes d'ordre familial présentent un risque plus élevé d'adopter des conduites abusives et problématiques. En outre, pour les jeunes adultes, l'intégration professionnelle et la construction d'une famille diminuent la fréquence des comportements abusifs. D'une manière générale, il apparaît que toute mesure ou action permettant d'optimiser le «métier» de parents dans son accompagnement des enfants et dans l'émancipation des adolescents, permettant de favoriser l'intégration scolaire et socio-économique des jeunes, participe d'une manière ou d'une autre à la promotion de la santé et à la prévention des usages de substances psycho actives.

De même, aborder les conduites abusives, ce n'est pas uniquement se centrer sur les risques liés à leurs usages, c'est aussi aborder la notion de plaisir, des consommations en général, des valeurs véhiculées par la société, de la dimension sociale des comportements, de l'école, des loisirs, etc.

Ces perspectives d'intervention ne peuvent évidemment se faire sans une implication des divers secteurs œuvrant auprès des jeunes. Ce qui suppose entre autres que des concertations et mesures interministérielles permettent de favoriser cette rencontre intersectorielle.



## Alcool : deux nouveaux outils pédagogiques d'Infor-Drogues

### Interdire la publicité pour l'alcool. Pourquoi ?

Un dossier d'information présente, de manière objective et chiffrée, la place de l'alcool dans notre société. Il met ensuite à nu les stratégies marketing des vendeurs d'alcool. Il est accompagné de quatre pistes d'animation, axes de réflexion pour travailler à l'apprentissage de la responsabilisation en matière de consommation d'alcool.

### Deux ou trois choses à propos du binge drinking (pour ne pas hurler avec les loups)

Un outil pour mieux comprendre le phénomène de la « biture express », déjouer les pièges de la communication médiatique à son propos et de réagir de manière adéquate lorsqu'il survient.

### Pour les consulter ou les recevoir :

Infor-Drogues  
[www.infor-drogues.be](http://www.infor-drogues.be) onglet « éducation permanente/les outils »  
[courrier@infot-drogues.be](mailto:courrier@infot-drogues.be)  
02 227 52 52

Enfin, n'oublions pas que les adolescents présentent des atouts non négligeables (capacités critiques, créativité, adaptabilité, dynamisme, etc.) sur lesquels les intervenants peuvent s'appuyer pour mener à bien leur programme d'action. De plus, les adolescents sont rarement installés dans des conduites addictives même si, pour une minorité d'entre eux, les usages de psychotropes à l'adolescence sont les prémisses de comportements durables, ces usages présentent souvent un caractère instable et réversible. ■

13 CUJJPERS, P. Et autres, *The effects of drug abuse prevention at school : the 'Healthy School and Drugs' project*, dans *Addiction*, n° 97, p. 67-73.

14 BANTUELLES M. et autres, op.cit. .