

Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

Allier cannabis et sexualité chez les jeunes : réduire les risques tout en optimisant le plaisir

Chercheur principal

Mathieu Goyette, Université du Québec à Montréal

Cochercheur·euses

Jorge Flores-Aranda, Université du Québec à Montréal

Adèle Morvannou, Université de Sherbrooke

Olivier Ferlatte, Université de Montréal

Mylène Fernet, Université du Québec à Montréal

Marianne Saint-Jacques, Université de Sherbrooke

Martine Hébert, Université du Québec à Montréal

Julie Loslier, Université de Sherbrooke

Karine Bertrand, Université de Sherbrooke

Utilisatrices principales des connaissances

Marianne Palardy, Association des Intervenants en Dépendance du Québec (AIDQ)

Roxanne Hallal, Groupe de recherche et d'intervention psychosociale (GRIP)

Laura Maria Bernal, VoxCann

Établissement gestionnaire de la subvention

Université du Québec à Montréal

Numéro du projet de recherche

2023-OPTA-322620

Titre de l'Action concertée

Programme de recherche sur l'usage du cannabis à des fins non-médicales : réduction et prévention des méfaits

Partenaire(s) de l'Action concertée

Le Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)
et le Fonds de recherche du Québec, secteurs Santé et Société et culture (FRQ)

Contexte de la recherche

Ce projet de recherche s'inscrit dans un contexte où les relations sexuelles sous influence du cannabis sont fréquentes chez les jeunes adultes. Au Québec, les 18-24 ans constituent le groupe d'âge le plus susceptible d'avoir consommé du cannabis au cours des 12 derniers mois, et une proportion importante de ces jeunes en consomme régulièrement. Parmi eux, près de la moitié des hommes et plus du tiers des femmes rapportent avoir eu des relations sexuelles sous influence du cannabis. La consommation de cannabis dans ce contexte est associée à un bien-être sexuel plus élevé, à une curiosité accrue et à une propension à s'engager dans des activités malgré les risques, notamment pour la relaxation, l'intensification du plaisir sexuel, le rapprochement émotionnel, la diminution de l'anxiété et l'amélioration de la performance.

Toutefois, cette pratique comporte également des risques. Elle est liée à des conduites sexuelles à risque, incluant les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS), les violences à caractère sexuel et les conflits relationnels. L'intention de consommer en contexte sexuel est corrélée à la pratique de relations non protégées, à une utilisation réduite du condom, à un plus grand nombre de partenaires et à un risque accru d'infection, particulièrement lorsque le cannabis est combiné à l'alcool. Des facteurs tels que la fréquence de consommation, les attentes vis-à-vis des effets du cannabis, le genre et l'identité sexuelle contribuent à la compréhension de ces risques. Les normes et les pratiques diffèrent selon le sexe, l'orientation sexuelle et l'identité de genre : les hommes consomment davantage pour améliorer la fonction érectile, tandis que les femmes l'associent à l'amélioration du plaisir, mais aussi à une moindre utilisation du condom et à un risque accru d'ITSS. Les personnes de la diversité sexuelle et de genre consomment également

plus fréquemment, parfois en combinaison avec d'autres substances, ce qui peut accroître les risques. Malgré la prévalence élevée de la consommation sexualisée de cannabis, les ressources existantes de prévention au Québec abordent rarement spécifiquement ce phénomène, se concentrant surtout sur l'alcool ou d'autres substances, et laissant de côté la négociation de stratégies de prévention, le plaisir et le consentement. Les intervenant·es se disent peu outillé·es pour répondre aux questions des jeunes concernant ces pratiques, et les connaissances scientifiques demeurent fragmentaires.

Face à cette situation, ce projet de recherche-action, étalé sur trois ans, a été conçu pour développer et mobiliser des connaissances afin de renforcer les capacités des milieux de pratique à mettre en place des activités de prévention ciblée, inclusive et intégrée des conduites à risque chez les jeunes adultes ayant des relations sexuelles sous influence du cannabis, seules ou combinées à d'autres substances. Les objectifs étaient de décrire les expériences des jeunes, comprendre leurs représentations sociales sur les normes, le plaisir, les motivations, les risques perçus et les stratégies de protection, et de co-développer des activités de prévention ainsi qu'une formation destinée aux intervenant·es.

Principales questions de recherche

Trois questions de recherche ont guidé le projet : quelles sont les expériences des jeunes adultes concernant les activités sexuelles sous influence du cannabis? Comment se représentent-iels les normes, le plaisir, les motivations, les risques perçus et les stratégies de protection? Quelles interventions et formations, co-construites avec les jeunes et les intervenant·es, répondraient le mieux à leurs besoins?

Principaux résultats

Les données ont été collectées à travers des entrevues semi-dirigées menées auprès de 27 jeunes adultes âgés·es de 18 à 24 ans. L'analyse thématique a fait émerger cinq grandes thématiques : l'expérience de la sexualité sous influence, les stratégies et actions mises en place, les normes entourant la pratique, la question du consentement et les suggestions des jeunes pour les services et interventions. Les participant·es décrivent deux contextes principaux de consommation sexualisée du cannabis : les soirées festives et les moments de détente à domicile. La consommation précède souvent l'activité sexuelle et est parfois rituelle. Les expériences peuvent être amplifiées positivement (réduction de l'anxiété, détente, connexion émotionnelle) ou négativement (anxiété, distraction, réactivation de traumatismes). La consommation simultanée de plusieurs substances, notamment l'alcool, peut augmenter les risques. La sécurité et le consentement sont influencés par le choix du·de la partenaire et du lieu, ainsi que par la communication avant, pendant et après l'activité sexuelle. Les stratégies mises en place incluent la limitation volontaire de la consommation, l'utilisation du condom, le partage de localisation, la planification du retour, ainsi que des discussions explicites sur les attentes et les limites, parfois à l'aide de codes ou signaux spécifiques.

Les normes de genre et les stéréotypes sociaux influencent fortement la SSI du cannabis. Les femmes sont souvent davantage stigmatisées, les hommes peuvent banaliser le consentement, et les personnes trans ou non binaires rapportent une double stigmatisation. Le regard social varie : plus positif parmi les pair·es qui consomment, plus neutre ou négatif au sein de la famille. Les jeunes soulignent l'importance d'une approche inclusive et non stigmatisante dans les services et interventions.

Le projet a également intégré des phases participatives de codéveloppement : une activité TRIAGE avec neuf cochercheur·es et partenaires a permis d'identifier six besoins prioritaires : accroître les connaissances sur le cannabis, la sexualité et les rapports de genre, soutenir le choix éclairé lors de la SSI, favoriser la compréhension et la discussion autour du consentement, déstigmatiser la sexualité sous influence, développer la pensée critique et concevoir des formations pour les intervenant·es. Ces éléments ont servi de base au World Café réunissant dix jeunes adultes et quatorze intervenant·es, permettant de co-créer des prototypes d'interventions et de formations. La phase de développement intensive de neuf semaines a ensuite produit des interventions concrètes, notamment une série de baladodiffusions et trois capsules vidéo de formation pour les intervenant·es.

Les baladodiffusions, en quatre épisodes, abordent le consentement, la communication, le plaisir, la réduction des risques et la déstigmatisation, et s'appuient sur des témoignages et des expériences de jeunes adultes. La formation pour intervenant·es, accessible en ligne, inclut des capsules vidéo portant sur les bases du cannabis et de la santé sexuelle, le consentement, les stigmas, les pratiques sécuritaires et la posture réflexive à adopter auprès des jeunes. Ces outils visent à renforcer les compétences des intervenant·es pour aborder le sujet de manière ouverte, nuancée et inclusive. Les activités de diffusion ont également inclus des présentations dans des conférences, communautés de pratique et publications scientifiques, ainsi qu'une école d'été réunissant 88 participant·es autour de la sexualité, du genre, de la diversité et de la consommation de substances.

Les résultats de ce projet contribuent à l'avancement des connaissances sur la SSI du cannabis, en documentant les contextes, motivations, effets perçus, normes et enjeux de consentement

propres à cette pratique. Ils montrent que le cannabis agit à la fois comme amplificateur de plaisir et facteur de vulnérabilité, et que les normes de genre et de sexualité façonnent différemment les expériences des jeunes adultes. L'articulation entre réduction des méfaits, agentivité sexuelle et stigmatisation sociale offre un cadre conceptuel original pour penser la SSI du cannabis dans une perspective critique et pragmatique.

Pistes de solution et d'actions

Les résultats offrent des pistes claires pour les décideur·ses, gestionnaires, intervenant·es et partenaires : développer des initiatives inclusives et nuancées, intégrer les jeunes concerné·es dans la conception des programmes, tenir compte des bénéfices et risques liés à la sexualité sous influence, adopter des approches de réduction des méfaits et d'éducation positive entourant, et offrir des outils adaptés à la diversité des genres et orientations sexuelles. Les intervenant·es doivent être formé·es pour discuter du consentement, des stratégies de réduction des risques et des expériences positives, tout en favorisant la réflexion critique sur leurs propres biais et pratiques. Ces démarches permettent de réduire la stigmatisation, de créer des espaces de dialogue ouverts et de renforcer les compétences des jeunes et des professionnel·les.

Le projet ouvre également de nouvelles avenues de recherche : explorer la sexualité sous influence du cannabis dans différents contextes sociaux et culturels, inclure des groupes sous-représentés, étudier les effets du cannabis sur le désir, le plaisir et le consentement, et évaluer l'efficacité des interventions co-développées. Les approches participatives et de co-construction ont montré leur valeur pour renforcer les compétences individuelles et collectives, mais auraient avantage à faire, en soi, l'objet d'étude visant à dégager les meilleures pratiques.