

De l'exploration à la dépendance: Le sexe et la consommation des 12-25 ans



Les buts de la présentation



Les enjeux de l'adolescence



L'impulsivité, la prise de risques, l'émotivité

Quand ça dérape



L'hypersexualisation et la dépendance

La résolution



Les tâches de l'ado et le support de l'adulte

La définition



L'adolescence est une crise

Enfance



Âge adulte



Corps

Puberté
Croissance
Hormones



Émotions

Intensité émotionnelle



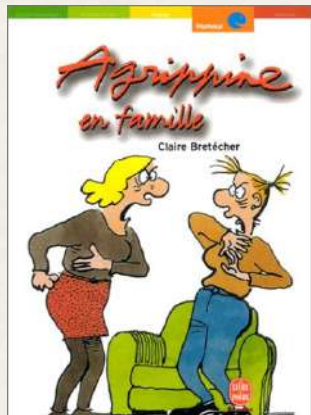
Cognition

Développement de capacités
Myélinisation
Développement du cortex





Défi: construire un nouvel équilibre... hors du cadre parental, social...



Identité sociale

Validation sociale

Intérêts

C'est le temps des découvertes

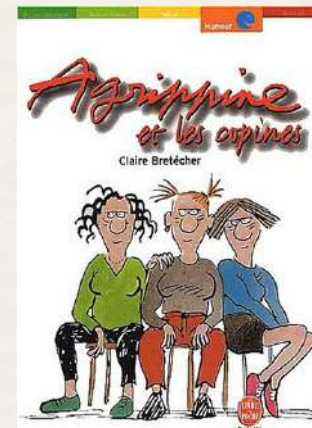
Identité sexuelle

Perception du corps

Choix

Prises de risques

Renforcement à court terme



Émotivité

Fatigue

Démotivation

Irritabilité



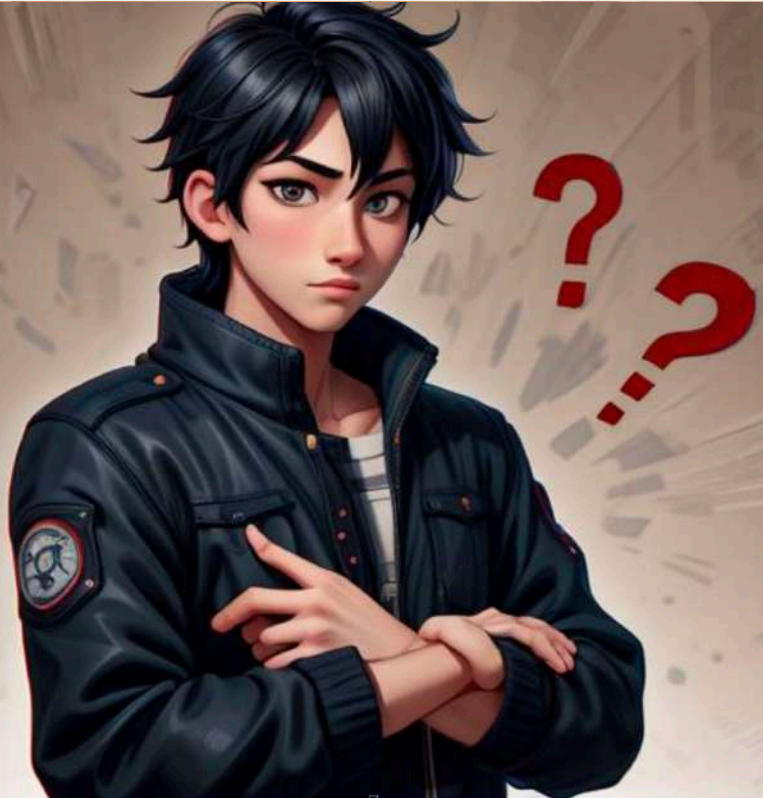
Comment savoir que la crise est résolue ?



Guerriers Masai au Kenya (AfricaNews)

- **Rites de passage** dans certaines sociétés (Arnold van Gennep, anthropologue)
- Critères bien définis, donne le droit de prendre des décisions

Comment savoir que la crise est résolue ?



Dans notre société y a-t-il un moment charnière?

- Anniversaire de 16 ans? 18 ans?
- Obtention du permis de conduire?
- Premier emploi?
- Première bière? Première cigarette?
- Départ en appartement? Avec des colocos?
- Achat d'une maison?
- Mariage? Enfant?
- Aucun consensus, contours de plus en plus flous

Les changements

Ce qui se passe durant cette crise

Hormones

- Chez les garçons : augmentation de 50% du taux de TESTOSTÉRONE à l'adolescence
- Chez les filles: augmentation des OESTROGÈNES qui occasionnent un déplacement des graisses.



Vidéo: Antoine vs. Science

Sommeil

Retard de la production de la mélatonine de 10hpm chez l'enfant à 1ham chez l'ado.

*** importance du sommeil quand on pense que :

- 1- les hormones du développement sont secrétées durant la nuit.
- 2- l'élagage synaptique se fait quand on est au repos.



Ce qui se passe durant cette crise

entre 12 et 25 ans

Myélinisation

- Gains de myéline s'enroulent autour des axones.
- Augmentation de l'efficacité et de la vitesse des signaux



Croissance axonale

Permet de faire des connexions entre des parties plus éloignées du cerveau.



Changements importants

- Système limbique (Amygdale et hypothalamus; dopamine)
- Cortex préfrontal



Élagage synaptique

Retrait des synapses peu utilisées
Renforcement des synapses utilisées

Matière blanche augmente
Matière grise diminue

Les enjeux

En conséquence...

- L'ado fonctionne selon le principe de plaisir-récompense
RENFORCEMENT À COURT TERME
- L'ado a une faible réponse de peur
N'ÉVALUE PAS RATIONNELLEMENT LES RISQUES
- Augmentation de l'auto-évaluation
ÉMOTIVITÉ AMÈNE UNE CENTRATION SUR SOI
- Augmentation de la socialisation
CONSIDÉRATION ACCRUE POUR LES PAIRS

EXPLORATION
SAINE

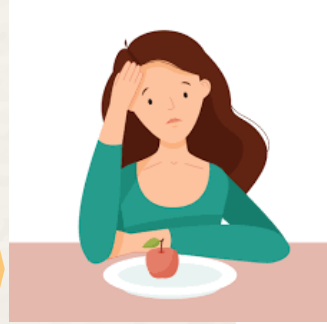


PRISE DE RISQUES
DANGEREUSE

Prendre des risques

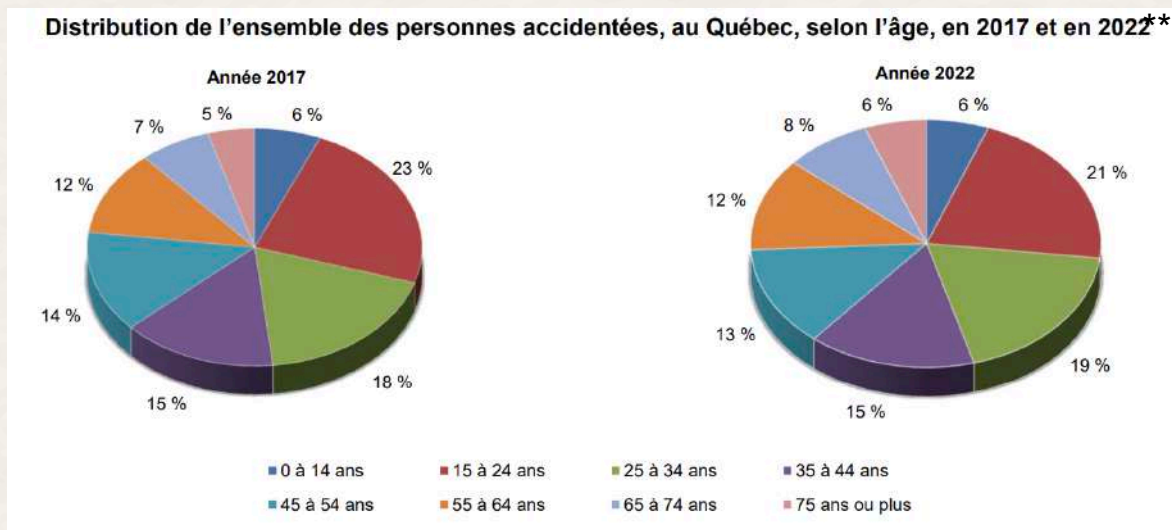


DANGER



Sentiment d'invincibilité des ados Davantage d'accidents

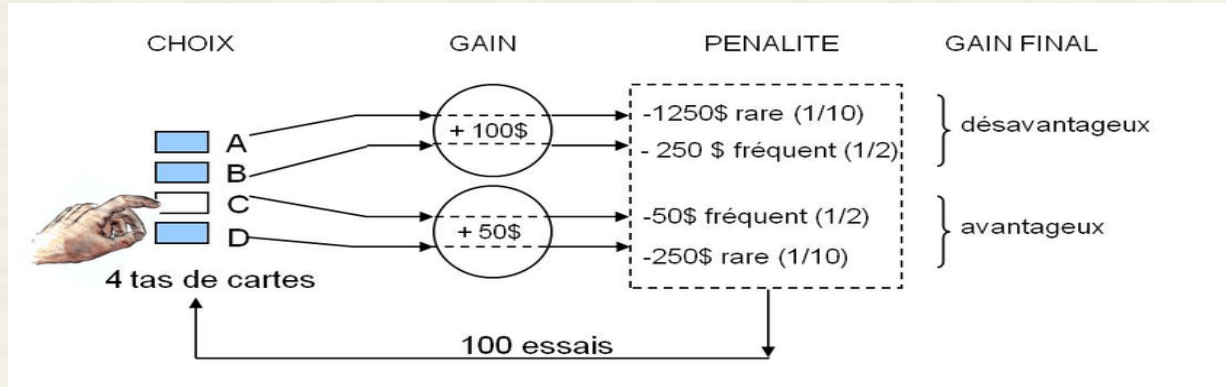
Les 16-24 ans ne représentent que 8% des détenteurs de permis...*



* Banque de données des statistiques officielles sur le Québec. Institut de la statistique du Québec (2021);

**Bilan routier de la SAQ. Annexes (2022).

L'expérience du *Iowa gambling task*



Selon Bechara et coll. (1994):

- 1) L'enfant de 8 ans performe mieux que les ados.
 - 2) L'ado performe de mieux en mieux avec l'âge.
- On croit que c'est parce qu'il calcule mieux les coûts/bénéfices et donc, il prend moins de risque...

Selon Steinberg et Gardner (2015):

- 3) L'ado performe mieux lorsqu'un pair l'observe.

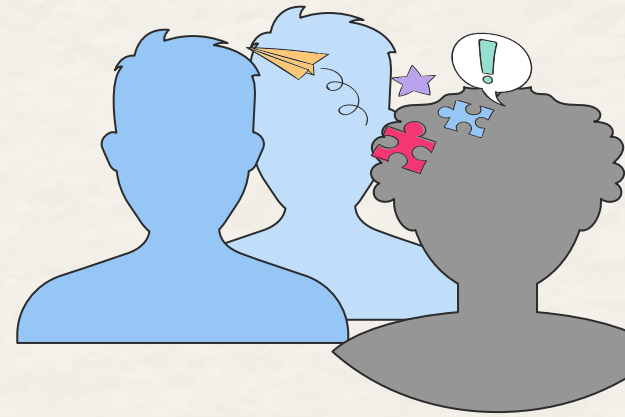
[https://doi.org/10.1016/0010-0277\(94\)90018-3](https://doi.org/10.1016/0010-0277(94)90018-3)

<https://www.scientificamerican.com/article/peer-pressure-has-a-positive-side/>

Comportements à risque

Le jeu de la poule mouillée

(Steinberg et Gardner (2005); Temple University)



TÂCHE:

Arrêter au feu rouge le plus tard possible sans faire d'accident

RÉSULTATS:

- Les ados prennent plus de risques que les adultes.
- Les jeunes ados (14 ans) prennent 100% + de risques en présence 2 pairs.
- Les vieux ados (19 ans) prennent 50% + de risque en présence 2 pairs.
- La présence de pairs n'augmente pas la prise de risque chez les adultes.

Ralentissement de l'apprentissage

- 1) L'hippocampe (structure reliée à la mémoire) est moins fonctionnelle durant la puberté que durant l'enfance et l'âge adulte.
- 2) Le travail de l'hippocampe est ralenti par une augmentation du neurotransmetteur GABA qui inhibe son fonctionnement.
- 3) Le STRESS permet à l'hippocampe de fonctionner plus normalement.



Psychoneuroendocrinology
Volume 34, Supplement 1, December 2009, Pages S91-S103



Puberty, steroids and GABA_A receptor plasticity

Sheryl S. Smith^a, Chiye Aoki^b, Hui Shen^b

Show more

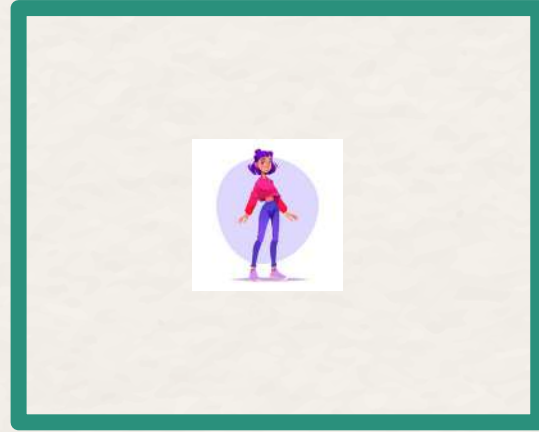
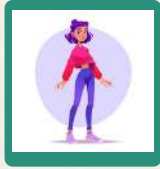
+ Add to Mendeley Share Cite

<https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2009.05.011>

Get rights and content

Ce qui influence

L'influence du cadre



Trop serré / répressif

- Le jeune accumule de la frustration
- Il risque d'entrer en conflit et de se rebeller

Trop ample

- Le jeune pense que ses parents s'en foutent
- Le jeune doute de sa valeur



L'influence du milieu



Vide relationnel

Liens significatifs
intra mais surtout
extra - familiaux

Pauvreté de la stimulation

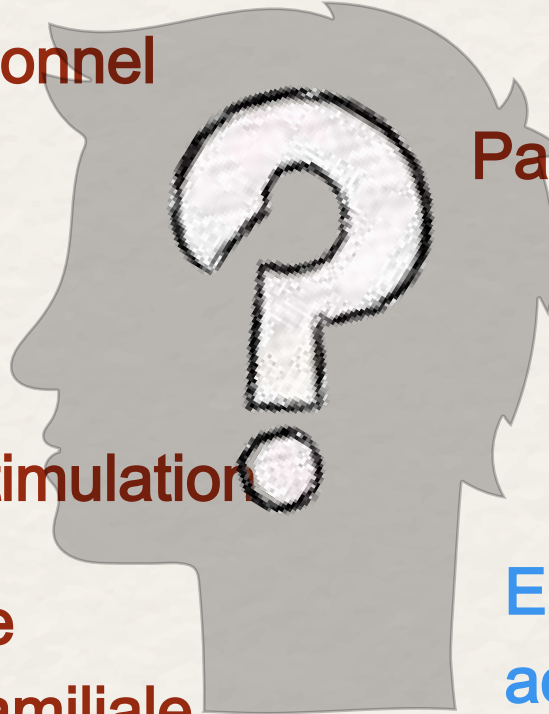
Violence
intra - familiale

Accès à la drogue

Pauvreté des ressources

Violence
extra - familiale

Engagement dans des
activités significatives

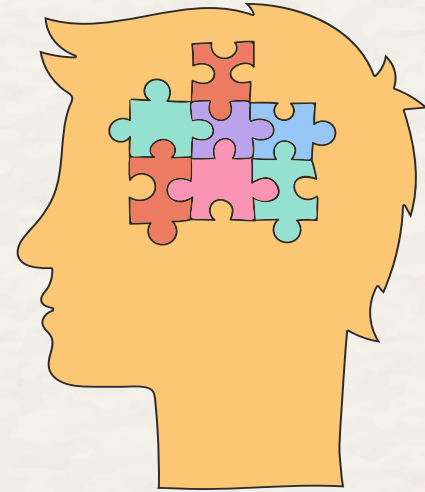




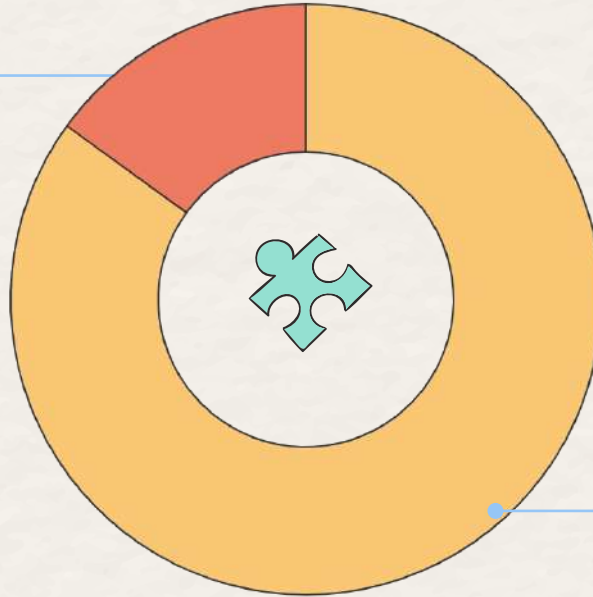
Quand ça dérape...



Les ados vont bien



ADOS qui perdent
leurs repères
15%



ADOS qui traversent
la crise d'adolescence
sans problèmes
85%

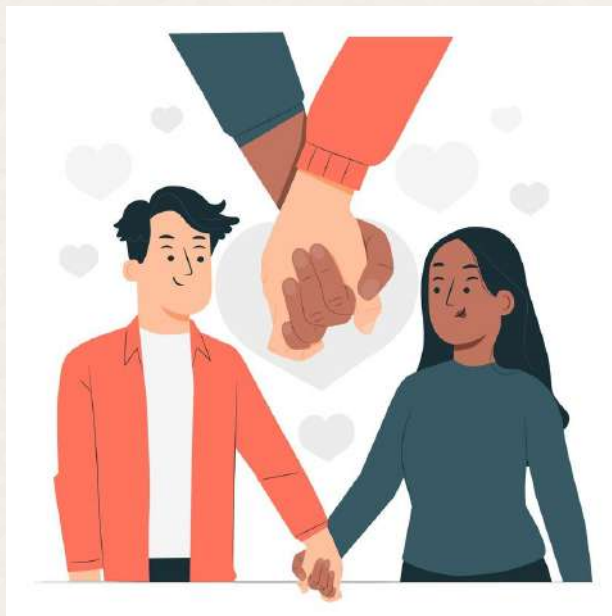


La sexualité des ados



L'importance des modèles

- Hormones sexuelles ++
- Émotivité ++
- Recherche de dopamine (renf. court- terme)
- Tolérance aux risques
- Tolérance à la peur



- Explorer sexualité avec partenaire sexuel
- Définir son identité sexuelle
- Apprentissage sur les relations amoureuses et sociales (ex.: mettre des limites; consentement)

Si l'ado n'a pas des bons repères et une bonne capacité à gérer son intensité émotionnelle...



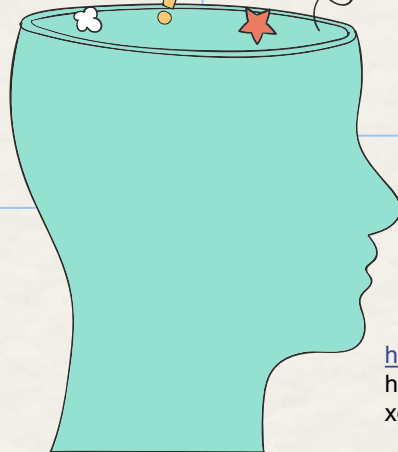
L'hypersexualisation: Une perte de repères

Différences de genre

De l'objet sexuel au performer

Groupe de pairs

- **Pression à expérimenter**
(impression que tt le monde le fait)
- **Amitiés sexuelles**
(sans engagement et sans apprentissage émotionnel)
- 35-45% consomment du cannabis pendant les relations



Sexualisation de l'espace public

De comportements d'adultes à
expérience adolescente.

Publicités, médias, télérealités, livres

Internet

Réseaux sociaux:
tictoc; instagram...

Appli de rencontre en ligne: Wizz

<https://lp.ca/myo2CR>
<https://www.aecum.ca/journal/2017/12/4/une-application-de-type-tinder-pour-les-ados>

Jeux vidéo en ligne :

Grand theft auto...

<https://lp.ca/myo2CR>

https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2307_piel_portrait_sante_sexuelle_jeunes_adultes_quebec.pdf



Conséquences de la porno



Chez les jeunes en général

Ont une image génitale et irréaliste de la sexualité
(Des Déserts, 2002)

Pensent qu'ils doivent tout faire
(ex. : relations orales, vaginales, anales) (Dagenais, 2005)

Ressentent le besoin de « s'instrumenter »
pour être des « masters du sexe » (Robert, 2005)

Risquent d'être anxieux (Des Déserts, 2002 ; St-Germain, 2005)

Croient que tout est possible, souhaitable
et acceptable (Robert, 2005)

Pensent que ces comportements sont la norme
(St-Germain, 2005)

Se montrent prêts à tout essayer, ou prétendent l'être
(Wolf, 2005)

Ont des relations sexuelles précoces (Dionne, 2005)

S'interrogent sur leur identité (Dionne, 2005)

Intériorisent certains mythes (Dionne, 2005)

Se conforment aux messages véhiculés
dans la pornographie (Dionne, 2005)

Veulent expérimenter les comportements vus
(Fisher et Barak, 2001 ; Greenfield, 2004)

Adoptent des comportements déviants ou compulsifs
(St-Germain, 2002)

Adoptent des comportements sexuels non sécuritaires

Chez les filles

Ont l'impression de ne pas être à la
hauteur (Wolf, 2005)

Ont l'impression de ne pas pouvoir
demander ce qu'elles veulent (Wolf, 2005)

Ont des préoccupations obsessionnelles
par rapport à leur corps (Robert, 2005)

Peuvent penser qu'elles doivent offrir
ce qui est dans la porno pour garder
leur partenaire (Wolf, 2005)

Se demandent comment attirer
l'attention des garçons et la retenir
(Wolf, 2005)

Sont dépendantes affectives
(Robert, 2005)

Chez les garçons

Ont l'impression de ne pas savoir
comment se comporter avec les filles
(Wolf, 2005)

Ne se sentent pas à la hauteur
(Crooks et Baur, 2003)

Pensent qu'ils doivent susciter autant
de plaisir et d'enthousiasme chez
les filles que dans la porno
(Crooks et Baur, 2003)

Sont déstabilisés par les filles
et se sentent inférieurs (Fortin, 2002)

Peuvent adhérer à la vision stéréotypée
de la sexualité masculine (au chapitre
de la fréquence des relations sexuelles,
du nombre de partenaires, etc.) (Samson
et Otis, 1996)

S'interrogent sur les relations sexuelles
et éprouvent de l'inquiétude
(Robert, 2005)

Peuvent croire que leurs désirs sexuels
sont incontrôlables et qu'il leur revient
de proposer les relations sexuelles
(Bouchard et St-Amand, 1998)

Deviennent « accro » à la pornographie
et finissent par ne plus vouloir avoir de
relations sexuelles dites « normales »
(Sauvé, 2006)

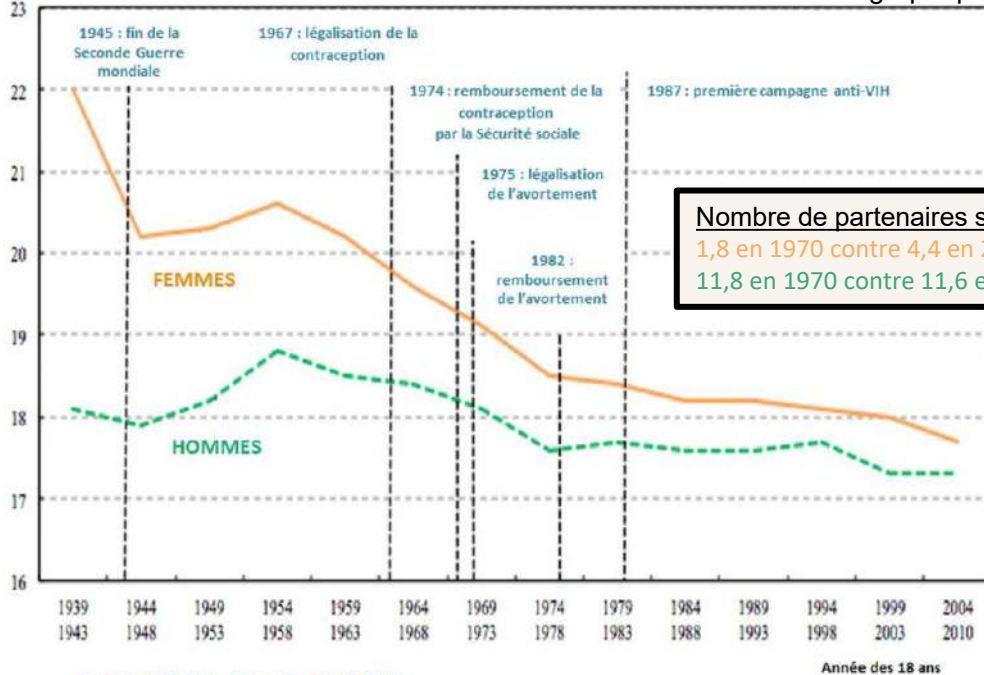




Changements sociaux

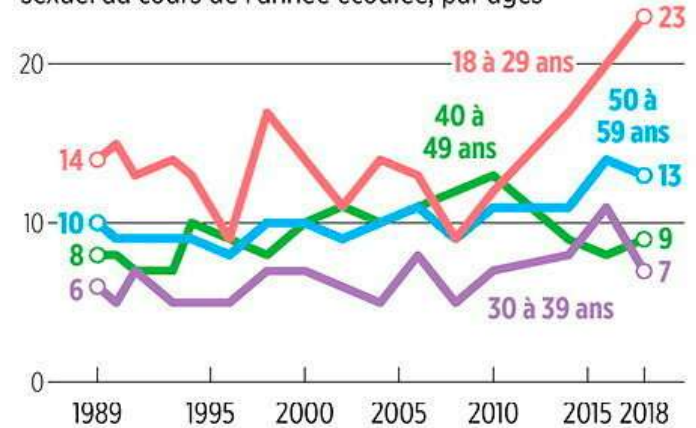
L'âge moyen au premier rapport sexuel

Focus - Les mémos de la démo - Ined Institut national d'études démographiques



Sources : CSF 2006, Baromètre santé 2010

% d'Américains déclarant n'avoir eu aucun rapport sexuel au cours de l'année écoulée, par âges



Sources : « The Washington Post », General Social Survey.






La consommation de substances des ados





Le rôle des amis

- 
- Hormones sexuelles ++
 - Émotivité ++
 - Recherche de plaisirs-récompenses
 - Tolérance aux risques
 - Tolérance à la peur

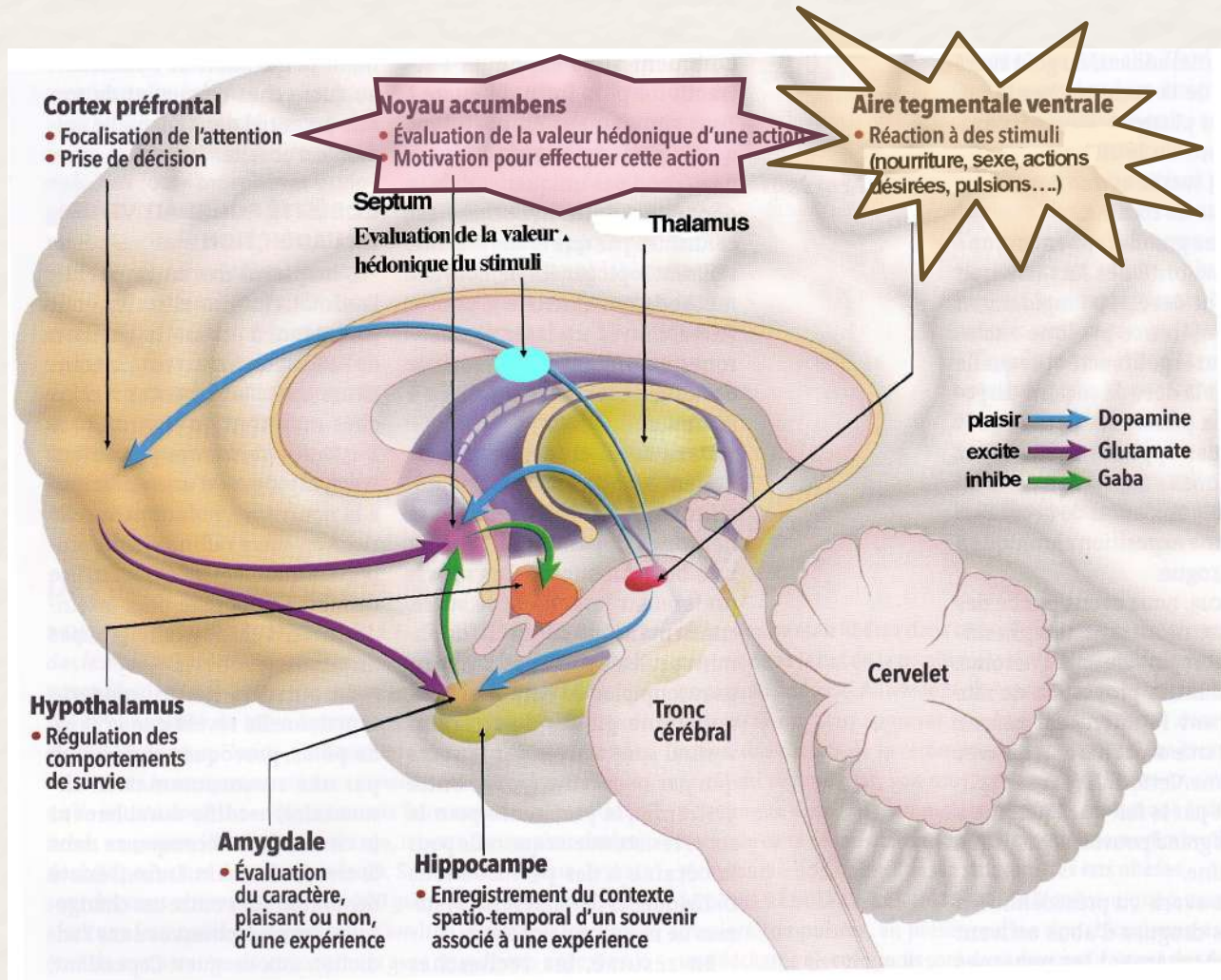


- Statut dans son groupe
- Gestion de l'émotivité ++
- Recherche de sensations fortes
- Faire des expériences nouvelles / défis
- Tester l'autorité

Si l'ado n'a pas des bons repères et une bonne capacité à gérer son intensité émotionnelle...

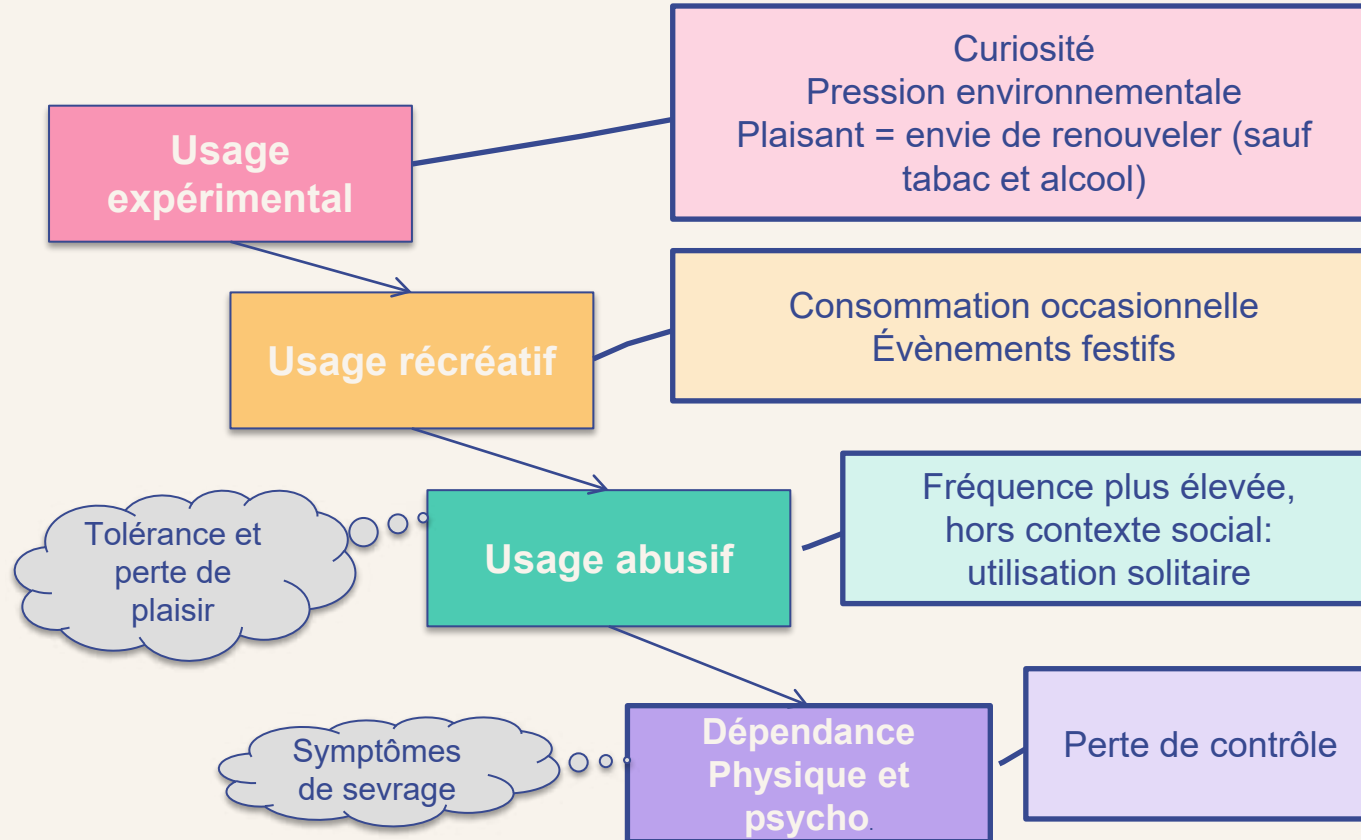


Risque de dépendance élevé des ados



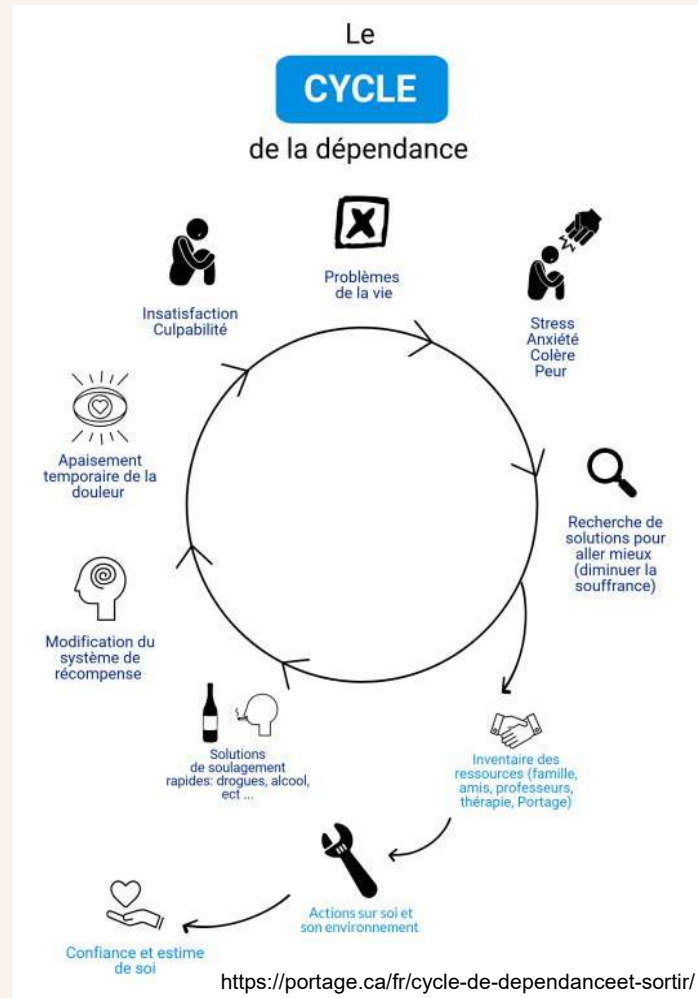
Développement de la dépendance

4 facteurs: vitesse, intensité, durée, malaises



Cycle de la dépendance

- Quand ça commence à être moins drôle pour la personne qui consomme
- Quand les solutions connues n'améliorent pas les choses
- Le soulagement immédiat semble le seul moyen de survie



Pour en savoir plus sur l'impact des écrans...

[Le rapport de l'INSPQ](https://www.inspq.qc.ca/es/node/659591)

<https://www.inspq.qc.ca/es/node/659591>

[La présentation de 30 minutes du de Tania Tremblay sur ses travaux.](#)

[Voici le lien pour vous y inscrire: https://forms.offic...](https://forms.offic...)



INSPQ 25 ANS

L'utilisation des écrans en contexte scolaire et la santé des jeunes de moins de 25 ans : effets sur la cognition

ÉTAT DES CONNAISSANCES NOVEMBRE 2023

SYNTHÈSE DES CONNAISSANCES

Québec

AUTEUR(-TRICE)S
[Tania Tremblay](#)

COLLECTION
[État des connaissances](#)

SUJET(S)
[Écrans](#), [Milieu scolaire](#)

TYPE DE PUBLICATION
[Synthèse des connaissances](#)

ISBN (ÉLECTRONIQUE)
978-2-550-96606-7

DATE DE PUBLICATION
8 février 2024



La résolution



Les 7 besoins fondamentaux

- La confiance inconditionnelle
- Le dialogue et la communication
- La sécurité grâce aux repères
- L'autonomie
- Les responsabilités
- L'affection
- L'espoir



Diapo supplémentaire



Sentiment d'invincibilité des ados

- **Perception**

- En moyenne en Europe, seulement 32% des jeunes estiment qu'il existe un risque lié à une consommation massive (5 verres ou +) de fin de semaine.
- La perception des risques est d'autant plus faible que la consommation est élevée.



- **Polyconsommation en hausse**

- c'est-à-dire à la consommation simultanée de plusieurs substances

