

Unisanté – Centre universitaire de médecine générale et santé publique
Secteur Evaluation et expertise en santé publique (CEESAN)

Etude qualitative sur la consommation récréative de produits stimulants chez quelques jeunes et jeunes adultes du canton de Vaud

Jérôme Debons, Sanda Samitca, Stéphanie Lociciro

RAISONS DE SANTÉ 310 – LAUSANNE


UNIL | Université de Lausanne

unisanté
Centre universitaire de médecine générale
et santé publique • Lausanne

RAISONS DE SANTÉ 310

Etude financée par Service de la santé publique du canton de Vaud

Citation suggérée Debons J, Samitca S, Lociciro S, Etude qualitative sur la consommation récréative de produits stimulants chez quelques jeunes et jeunes adultes du canton de Vaud, Lausanne, Institut universitaire de médecine sociale et préventive, 2020 (Raisons de santé 310).
<http://dx.doi.org/10.16908/issn.1660-7104/310>.

Remerciements A toutes les personnes qui ont participé à un entretien de recherche dans le cadre de cette étude, car l'exercice n'est pas anodin.
A Mme Yana Scheurer, responsable du projet *NightLife Vaud* ainsi qu'aux travailleurs sociaux de la prévention pour leur aide au recrutement et leur accueil bienveillant dans les stands en soirée.
Aux auxiliaires du CEESAN pour leur excellent travail de retranscription.

Date d'édition Février 2020

Table des matières

Résumé.....	5
1 Introduction	7
2 Approche méthodologique	11
2.1 Revue de la littérature.....	13
2.2 Questions de recherche et récolte des données.....	13
2.2.1 Critères de sélection des candidats	14
2.2.2 Données du corpus d'analyse.....	14
2.2.3 Approche théorique et procédé d'analyse.....	15
2.3 Limites de l'étude	17
3 Revue de la littérature.....	19
3.1 Définition du NightLife.....	21
3.2 Prévalence des substances consommées en général et en contexte récréatif nocturne	22
3.3 Modes de consommation et prises de risque liées à la consommation.....	24
3.3.1 Consommations excessives et prises de risque	24
3.3.2 Polyconsommations et polyconsommateurs de drogues.....	25
3.3.3 Les stimulants et la scène « techno »	26
3.4 Synthèse.....	26
4 Les pratiques festives et l'initiation aux drogues stimulantes	29
4.1 Pratiques festives en général	31
4.2 Circonstances de la première prise de stimulants.....	33
4.3 Apprentissage des effets (ecstasy/MDMA) et mise à distance du risque.....	36
4.4 Rapport à la consommation de stimulants jusqu'à aujourd'hui	39
4.5 Synthèse.....	41
5 La gestion de la consommation en soirée.....	43
5.1 S'assurer de la qualité.....	45
5.2 Agir sur les dosages et le mode de prise	47
5.3 Gérer les mélanges.....	53
5.3.1 Alcool et ecstasy/MDMA	54
5.3.2 Stimulants et cannabis	55
5.3.3 Mélanges entre stimulants	56
5.3.4 Pertes de contrôle en soirée	58
5.4 Synthèse.....	60
6 L'après-soirée, la perception des risques et le rapport à la prévention	61
6.1 Difficultés ressenties et leur gestion.....	63
6.1.1 Les effets immédiats (« (re)descentes »)	63
6.1.2 Les effets secondaires du lendemain	65
6.1.3 Les effets néfastes à plus long terme	66
6.2 Perception des risques encourus	68

6.2.1	Les risques associés à l'environnement	68
6.2.2	Les risques sur la santé.....	70
6.2.3	Le risque de dépendance	71
6.3	Rapport à la prévention.....	73
6.4	Synthèse.....	75
7	Conclusion	77
8	Références	81
9	Annexes	87
9.1	Canevas d'entretiens.....	89
9.2	Présentation de l'étude et questionnaire filtre	91

Liste des tableaux

Tableau 1	Profil des personnes interviewées	15
Tableau 2	Substances consommées et fréquence de la consommation.....	39
Tableau 3	Substances consommées par les personnes interviewées	54
Tableau 4	Episodes de pertes de contrôle en soirée chez les personnes interviewées.....	58

Résumé

Selon les recherches européennes et suisses en la matière, c'est dans la tranche d'âge des 19-24 ans que la proportion de consommateurs d'ecstasy/MDMA est la plus élevée (entre 0.9% et 1.8% selon les études). La présente étude se concentre sur cette catégorie de consommateurs. Elle se base sur un corpus de dix entretiens menés entre juin et octobre 2018 avec des individus résidant dans le canton de Vaud, âgés de 23 ans en moyenne et pour la plupart encore étudiants. Le matériau a été retranscrit et codé dans le but de comprendre la consommation récréative de stimulants et ses enjeux.

Ce rapport débute par une synthèse des connaissances actuelles sur la consommation de substances psychoactives en Europe et en Suisse et la consommation dite « récréative » dans le contexte de l'espace festif nocturne (ou *NightLife*) ; cette revue de littérature ciblée rappelle quelques notions et distinctions utiles par rapport aux modes de consommation et aux substances psychoactives.

Le rapport présente ensuite les résultats de l'analyse des entretiens.

Dans un premier temps, nous analysons les trajectoires des noctambules rencontrés et leurs initiations à la prise de stimulants. Nous mettons en évidence ici l'enjeu que représente l'apprentissage des effets en débuts de « carrières festives », l'importance des groupes de références et des affinités électives entre pairs (goût pour la *dance* ou la musique *techno*, lieux de sortie, attrait pour ces produits, etc.) ainsi que la diversité des trajectoires.

Dans un deuxième temps, nous rendons compte de la variété des modes de consommation en soirée. La plupart des personnes juge avoir un bon contrôle des situations en soirée tout comme elle reconnaît prendre des risques en consommant de l'ecstasy/MDMA. L'enjeu des soirées est ainsi marqué par la tension permanente entre l'accès au plaisir individuel et intersubjectif (être « perché ») et le risque de perte de contrôle. La maîtrise de soi en soirée se construit par une vigilance de l'individu sur la qualité du produit, son dosage et les mélanges effectués avec d'autres substances psychoactives. Nous montrons que cette capacité varie en fonction des socialisations festives, des motivations et circonstances de la fête ou encore, plus globalement, des contextes de vie de chacun et de ses responsabilités en dehors de l'espace festif.

Enfin, nous nous intéressons aux lendemains de soirées et aux conséquences de la consommation de stimulants telles que perçues par les interviewés. Les effets secondaires de la fête avec stimulants – perte de moral, perte d'appétit, douleurs physiques par exemple – varient en intensité selon les quantités prises, les mélanges effectués et la durée des sorties. La plupart des personnes rencontrées considère toutefois ces désagréments acceptables en termes de coûts-bénéfices – l'achat d'une ecstasy est relativement bon marché, ses effets durent plus longtemps, sont jugés plus intenses et intéressants que ceux de l'alcool par exemple. Le sentiment de contrôle sur sa consommation se traduit par une certaine « discipline » de soi en soirée (gestion des dosages et quantités), et plus globalement, la capacité à trouver un équilibre satisfaisant entre ses soirées avec et sans consommation de stimulants. Pour quelques personnes toutefois, le cumul d'expériences négatives (surdoses) et de pertes de contrôle les engage vers l'arrêt momentané ou définitif de la

consommation de stimulants. Notons enfin que les jeunes rencontrés perçoivent les stands de réduction des risques en soirée de manière plutôt positive.

En conclusion, nous mettons en avant l'idée selon laquelle les pratiques et usages d'ecstasy/MDMA chez ces jeunes noctambules sont orientés par au moins deux tendances fortes : la logique hédoniste d'une part, qui consiste à prendre du plaisir en relative insouciance tout en cadrant sa conduite et ses prises de risques ; la logique échappatoire d'autre part, qui consiste en une prise de drogue plus impulsive et associée à un besoin de sortir *pour* consommer. Nous invitons enfin à replacer les discours de ces jeunes noctambules et les éventuels paradoxes qui en découlent au sein de la problématique plus générale des parcours de vie et de la construction identitaire.

CAVEAT

Cette étude offre de multiples éclairages sur le vécu des jeunes consommateurs récréatifs d'ecstasy/MDMA. L'utilisation d'extraits d'entretiens a été favorisée pour permettre aux lecteurs d'accéder plus directement à leur univers de sens. Nous invitons toutefois à utiliser ces résultats avec prudence et à les contextualiser le cas échéant (voir 2.3).

1

Introduction

1 Introduction

Depuis les années 1990, le milieu de la nuit est devenu une activité de loisir importante chez les jeunes et jeunes adultes de la classe moyenne notamment, avec le développement d'infrastructures (bars, discothèques) et d'organisations multiples (festivals, concerts, etc.) proposant du plaisir festif et de la détente récréative. Marqués par l'essor de la scène techno, certains secteurs (clubs spécialisés, festivals techno, *rave parties*, etc.) sont également devenus des lieux de haute consommation de produits psychoactifs licites (alcool) et illicites (cannabis, ecstasy, amphétamines, cocaïne, etc.).

Or la consommation en soirée n'est pas anodine et peut entraîner des problèmes socio-sanitaires importants. De récréative la consommation peut devenir plus régulière, voire problématique^{1,2}. Et au-delà de l'installation dans une dépendance, le milieu festif nocturne ouvre la voie à des problèmes plus immédiats tels que pertes de conscience, blessures non intentionnelles lors d'épisodes d'alcoolisation intenses, comportements agressifs, violences verbales, rapports sexuels non protégés voire non désirés ou encore conduite de véhicules sous influence de drogues et d'alcool³⁻⁸. En Suisse comme dans d'autres pays d'Europe, le niveau de consommation de substances chez les jeunes gens qui visitent régulièrement le milieu récréatif nocturne est significativement plus élevé que celui de la population générale⁶, une donnée qui sous-tend les réflexions et interventions de santé publique dans le domaine^{9,10}.

En Europe, des actions ont été engagées depuis plus de deux décennies pour mieux comprendre cette réalité et développer des programmes adaptés de préventions et de réduction des risques^{10,11}. En Suisse, plusieurs recherches ou mandats d'évaluation menés depuis 2005 ont dégagé un profil des noctambules, de leurs modes de consommation et ont mis en évidence les interventions de prévention et de réduction des risques existantes dans le milieu récréatif nocturne^{1,12,13}. Dans le cadre d'un mandat accordé par l'Office fédéral de la santé publique à Addiction suisse pour démarrer un monitoring national des addictions, un module spécifique centré sur la prévalence et le mode de consommation des jeunes et jeunes adultes en fin de semaine a été créé (Module 4), qui a permis de développer davantage les données sur le sujet^{14,15}.

Dans la continuité de ces travaux, la présente étude vise à comprendre, dans une approche qualitative et basée sur un corpus limité de cas (n=12), les logiques qui président à la prise de stimulants (ecstasy, amphétamine, cocaïne) et autres substances psychoactives (alcool et cannabis notamment) en soirée chez des jeunes et jeunes adultes du canton de Vaud. Le choix de nous focaliser sur des consommateurs récréatifs de substances stimulantes (ecstasy/MDMA, amphétamines, cocaïne) est justifié par l'importance de disposer de données sur le sujet. En effet, les études sur la consommation d'alcool et de cannabis chez les jeunes sont fort nombreuses. En revanche la gestion des produits stimulants en soirée, la maîtrise de leurs effets, leur usage combiné avec d'autres substances psychoactives et la perception des risques associés à leur consommation sont des aspects bien moins documentés.

2

Approche méthodologique

2 Approche méthodologique

Cette étude s'intéresse aux jeunes et jeunes adultes (de 18 à 40 ans) consommateurs occasionnels de stimulants (ecstasy/MDMA, amphétamines, cocaïne) et d'autres produits psychoactifs tels qu'alcool ou cannabis par exemple, et qui fréquentent le milieu festif du canton de Vaud. Elle a pour objectif de décrire et de comprendre les modes de gestion et les usages de ces substances *avant, pendant* et *après* les soirées.

2.1 Revue de la littérature

L'étude a débuté par une revue de la littérature ciblée sur le milieu récréatif et festif (*NightLife*) en Suisse et en Europe (Etats-Unis exclus). Cette partie a visé à mettre en perspective la situation vaudoise au niveau international, notamment en ce qui concerne la prévalence et les modes de consommation en milieu nocturne récréatif, ainsi que les stratégies de santé publique mises en œuvre dans ce cadre.

La recherche de littérature s'est concentrée sur les études et évaluations datant de 2005 à aujourd'hui pour l'essentiel. Une recherche par mots clés^a a été réalisée par un documentaliste professionnel dans Medline/PubMed, Embase et Google Scholar, puis par recoupement bibliographique lorsque la recherche s'est affinée. Des critères d'inclusion et d'exclusion ont été ensuite appliqués lors de la lecture des abstracts pour sélectionner les articles pertinents. Nous rendons compte de cet état des lieux dans le chapitre 3.

2.2 Questions de recherche et récolte des données

Nos deux principales questions de recherche étaient les suivantes :

- Quelles sont les expériences, les perceptions et les manières de consommer différentes substances (alcool, cannabis, produits stimulants, hallucinogènes) chez les jeunes et jeunes adultes lors de soirées festives ?
- Quelles sont les manières de percevoir et de gérer les risques associés à ces consommations par les personnes (pratiques, connaissances profanes, expériences) ?

^a Les mots clés suivants ont été utilisés : *nightlife*, recreational settings; drug use, recreational drugs/alcohol consumption; nightlife risk behaviours/violent behaviour/sexual risks behavior; community intervention/prevention/harm reduction; epidemiology, evaluation/systematic review/policy; qualitative study.

La récolte des données s'est déroulée de **juin à octobre 2018** et a consisté en des entretiens de recherche semi-directifs en face à face. Le thème central concernait la gestion des soirées avec stimulants, les pratiques, expériences et difficultés qui s'y rapportait. Le canevas d'entretien était divisé entre les thèmes suivantes^b :

- 1) Les pratiques festives en générale et les lieux fréquentés (soirée en général, types de sortie, musiques préférées, etc.)
- 2) Les soirées avec prises de stimulants (la fréquence de consommation, premières expériences, initiation, motivations, etc.)
- 3) Les pratiques et expériences avant/pendant et après les soirées (gestion des effets, mauvaises expériences, effets secondaires, arrêts, gestion des lendemains et jours suivant, etc.)
- 4) Les difficultés ressenties et dangers perçus (perception des risques, rapport à la prévention, etc.)

2.2.1 Critères de sélection des candidats

Les critères de recrutement étaient l'âge (jeunes et jeunes adultes entre 18 et 40 ans) et la nature de la consommation (consommation occasionnelle ou régulière de produits stimulants de type ecstasy/MDMA, amphétamines ou cocaïne). Les candidats ont été recrutés indépendamment de leur statut matrimonial ou de leur sexe.

Nous avons recruté les personnes par différentes voies :

- en soirée et lors de festivals, par la présence d'un collaborateur du CEESAN (Unité de conseil, d'évaluation et d'expertise en santé publique) sur les stands de prévention *NightLife Vaud*^c;
- par des affiches posées dans certains lieux publics et hautes écoles ;
- par le procédé « boule de neige »^d et le recours à des réseaux d'interconnaissances personnelles.

Un bon MANOR d'une valeur de Fr. 25.- a été remis à chaque personne interviewée en guise de défraiement.

2.2.2 Données du corpus d'analyse

Nous avons réalisé dix entretiens, dont huit entretiens individuels en face à face et deux entretiens avec deux personnes, ce qui monte à **douze le nombre de personnes rencontrées**. Ces entretiens ont duré entre une et deux heures. Ils ont été enregistrés puis retranscrits intégralement.

^b Les questions y-relatives se trouvent dans le canevas d'entretien (Annexe 1).

^c Une présentation de l'étude et un questionnaire filtre servaient de base pour recruter les candidats (Annexe 2).

^d Procédé qui consiste à passer par le réseau d'un interviewé pour trouver de nouvelles personnes.

Les interviewés ont entre 18 et 30 ans (âge médian de 23 ans), plusieurs étudient encore et vivent chez leurs parents. Tous sont des jeunes de classe moyenne intégrés socialement.

Sur ces douze personnes, on a autant de jeunes femmes que de jeunes hommes. Neuf personnes sont étudiantes à un niveau tertiaire : deux d'entre elles ont été diplômées dans l'année en cours tandis qu'une personne est actuellement en stage et projette de réaliser son master en 2019. Parmi les trois personnes qui ont suivi une filière apprentissage, deux sont actuellement en emploi, et la troisième est encore en formation. A noter que cette dernière personne vient de mettre un terme à son cursus gymnasial pour se réorienter vers un apprentissage.

Tableau 1 Profil des personnes interviewées

	Sexe	Age	Formation	Emploi	Lieu de résidence	Profession des parents
Claire*	F	21	ES**	-	Parents	Père et mère ingénieurs
Justine	F	23	ES	-	Parents	Père médecin et mère psychologues
Alexia	F	23	AP***	Commerce indépendant	Appartement (en couple)	Parents dans l'agriculture
Marie	F	22	ES	-	Parents	<i>Données manquantes</i>
Delphine	F	23	ES	Stage	Parents	Père journaliste, mère employée en entreprise
Amandine	F	18	AP	-	Parents	Père et mère employés en entreprise
Carlo	M	25	AP	Employé d'assurance	Appartement (solo)	Père et mère employés en entreprise
Gilles	M	24	ES	-	Parents	Père et mère employés en entreprise
Ben	M	26	ES	En recherche	Appartement (collocation)	Père entrepreneur, mère cadre en entreprise
Batiste	M	25	ES	Employé commercial	Appartement (collocation)	Père architecte, mère artisan
Mateo	M	21	ES	-	Parents	Père et mère enseignants
Yves	M	30	ES	Graphiste indépendant	Appartement (solo)	Père artisan et mère commerçante

*Tous les prénoms sont fictifs

**ES=études supérieures (université, hautes écoles...)

***AP=formation duale apprentissage

2.2.3 Approche théorique et procédé d'analyse

La démarche analytique suivie est de nature qualitative et repose sur les principes propres à une telle approche. L'analyse cherche ainsi à mettre en avant le vécu individuel des expériences, les significations associées à ce vécu par les acteurs, et plus globalement elle vise la compréhension des croyances et logiques^e qui guident les conduites dans tel ou tel contexte¹⁶.

^e Nous entendons par « logiques » la rationalité propre à un acteur social.

Comment appréhender et rendre compte de la gestion des produits psychoactifs par un consommateur en soirée ? Nous partons ici du principe que la manière par laquelle un individu est capable ou se dit capable de *gérer* sa consommation en soirée dépend à la fois des circonstances de celle-ci (groupes en présence, décisions du moment, opportunités, etc.) et de la manière dont l'individu a construit son rapport aux substances qu'il va consommer en soirée. Dans ce sens, nous partons de l'hypothèse que cette gestion en soirée dépend à la fois de facteurs individuels (socialisations et habitudes festives, préférences et attrait pour un style musical, motivations et attentes, rôles et responsabilités, condition et état physique, etc.) et sociaux (groupes de référence, amis, proches et « copains de fête »), environnementaux et circonstanciels (lieux fréquentés de préférences, circonstances et opportunités durant les soirées, etc.).

Le fil rouge pour le travail d'analyse s'est donc concentré sur cette variable qu'est la gestion de la consommation, ses aspects transversaux et ses variations d'un individu à l'autre.

Le travail sur les données et leur mise en forme a été effectué selon une démarche inductive¹⁷ qui a comporté les étapes suivantes :

- Le codage du matériel selon des codes signifiants pour les individus, la création de fiches d'analyse et le regroupement en catégories plus large, etc. Ce travail a été réalisé à l'aide du logiciel MaxQDA qui permet de regrouper les entretiens retranscrits dans une seule matrice et de les travailler simultanément.
- L'analyse par cas, la comparaison entre cas et la construction de concepts opérationnels pour refléter adéquatement les témoignages et expériences rapportés. Le concept de carrière, par exemple, que nous utilisons pour analyser les parcours festifs est utilisé comme une notion qui nous permet d'identifier des étapes dans les parcours (l'entrée, l'initiation, l'étape des premières consommations, les événements et sorties éventuelles, etc.)^{18f}.

L'objectivation des données est basée sur la comparaison continue du matériaux et le procédé de saturation thématique propre à l'analyse qualitative¹⁷. La rédaction du rapport s'est fait entre novembre et décembre 2018.

Dans l'écriture du rapport, nous avons fait le choix de restituer le matériel d'entretien sous la forme de verbatim (extraits), non seulement pour étayer les propos, mais aussi pour permettre aux lecteurs d'accéder aux témoignages et ainsi donner un écho plus large aux paroles échangées en entretien. Toutefois la lecture des verbatim n'est pas nécessaire à la compréhension globale des arguments.

Pour des raisons de confidentialité des données, nous avons fait le choix d'ôter tous les noms de lieux ou d'événements cités par les personnes. Nous avons également procédé à la suppression et à la substitution volontaire de certaines données ainsi qu'à des fusions de cas selon les standards en vigueur dans les méthodes qualitatives¹⁹. Tout en garantissant un niveau informationnel adéquat, cette procédure a été nécessaire pour préserver l'anonymat des personnes rencontrées.

^f Précisons que nous utilisons ce concept dans son acception sociologique¹⁸ et non pas de sens commun qui associe la carrière seulement à la progression d'un individu dans un milieu professionnel.

2.3 Limites de l'étude

Plusieurs limites et précautions de lecture sont à mentionner.

- L'étude se fonde sur une analyse de discours et non pas sur l'observation de pratiques. Nos résultats rendent ainsi compte de la perception des individus interviewés, de leurs logiques, croyances et points de vue.
- Le corpus n'est pas représentatif des jeunes et jeunes adultes du milieu récréatif nocturne dans le canton de Vaud. L'analyse offre un éclairage des logiques de consommation d'une dizaine de consommateurs occasionnels de stimulants. La généralisation de ces résultats à d'autres contextes est en dehors des objectifs de cette étude.
- La comparaison s'effectue ici entre les trajectoires de jeunes consommateurs récréatifs de stimulants en soirées, et non pas entre ce groupe et un groupe de non-consommateurs. Cette caractéristique renforce l'aspect très ciblé de l'étude.
- La limitation de l'étude dans le temps (sept mois) est également à prendre en compte.

3

Revue de la littérature

3 Revue de la littérature

Nous désignons par milieu nocturne récréatif ou *NightLife* les activités qui se déroulent en soirée et la nuit, principalement le weekend, qui correspond à un temps hors travail et de loisir pour une majorité d'individus.

Cette revue de la littérature se focalise sur les principales données épidémiologiques connues en Europe (Etats-Unis exclu) sur la consommation de substances psychoactives licites et illicites (tabac exclu⁹) dans le milieu nocturne récréatif. Nous avons défini comme fil rouge les comportements et pratiques relatives aux drogues stimulantes chez les jeunes dans le cadre festif.

3.1 Définition du NightLife

Le milieu récréatif de la nuit est devenu en quelques décennies une activité culturelle en soi avec des lieux et infrastructures (la ville, ses bars et discothèques), un public cible de clients (jeunes et jeunes adultes de 15 à 40 ans, issus pour la plupart de la classe moyenne, plutôt éduqués et avec un fort niveau d'intégration sociale), un ensemble d'offres structurées autour d'une économie privée.²⁰

Selon une recherche de Calafat et al.²¹, on estime aujourd'hui que les jeunes passent entre quatre et sept heures à fréquenter bars ou discothèques durant leur weekend, profitant de ces sorties pour danser, socialiser et développer des relations dans une ambiance festive. Dans cet espace temporellement situé où l'on va « faire la fête », la notion de plaisir devient centrale. Le fait de consommer des substances psychoactives s'associe ici à la recherche de lien social, à l'hédonisme et à la distraction, à l'exploration de soi ou encore à la recherche d'un échappatoire². Les études utilisent en général les termes de consommation récréative, de noctambule, espace festif ou de consommateurs récréatifs de drogues pour référer à ce même contexte.

Le terme de consommation récréative regroupe « *tous les types de consommation de substances psychoactives légales et illégales qui ont lieu occasionnellement ou régulièrement pendant les loisirs et dont l'objectif est la plupart du temps la détente, la désinhibition, l'augmentation des performances ou la modification de l'état de conscience* »¹⁵. La différence entre une consommation récréative et problématique (addiction, dépendance) réside moins dans le type de substance consommée que dans son usage et son impact sur la vie de l'individu^h. C'est lorsque la consommation « *interfère avec le fonctionnement 'normal' d'une personne* »²², que cette dernière ne se sent plus capable d'assumer ses responsabilités et rôles sociaux que l'on parlera de consommation problématique.

⁹ Nous laissons l'analyse de prévalence de ce produit en dehors de cette analyse, car le potentiel d'interaction du tabac avec les autres substances psychoactives reste faible.

^h En effet, il existe des consommateurs de drogues « dures » telles que l'héroïne ou le crack qui réussissent à réguler leur consommation. A l'inverse, des drogues dites « douces » (cannabis par exemple) peuvent faire l'objet d'usages compulsifs et abusifs.

L'usage récréatif de drogues illicites peut encore être défini comme un usage conventionnel plutôt que contestataire, festif plutôt qu'utilitariste (i.e. usage de drogues en milieu professionnel) et sociable plutôt que solitaire²³.

3.2 Prévalence des substances consommées en général et en contexte récréatif nocturne

Dans la population générale, et en particulier chez les jeunes et jeunes adultes, les deux substances psychoactives le plus souvent consommées au niveau européen et suisse sont l'alcool et le cannabis^{2, 24, 25}. Notons que la consommation d'alcool en Suisse augmente avec l'âge ; elle débute entre 15 et 24 ans avec une fréquence d'une à trois fois par semaine, qui correspond vraisemblablement aux sorties du weekend, pour s'élever ensuite²⁵.

Pour ce qui est des drogues illicites, au niveau européen, l'usage du cannabis pour l'année 2017 chez les jeunes adultes (15-34 ans) est de 14.1%, contre 1.9% pour la cocaïne, 1.8% pour la ecstasy/MDMA et 1% pour les amphétamines⁶. En Suisse, les chiffres de 2016 du Monitoring suisse des addictions²⁵ mettent en évidence une consommation de cannabis élevée dans l'année en cours chez les 15-24 ans (21-22%). Ce même rapport montre qu'un peu plus de 1.5% de la population des 15-33 ans déclare avoir consommé de la cocaïne au moins une fois dans l'année en cours. Si l'on s'intéresse à l'ecstasy ou aux amphétamines, le taux le plus élevé de consommation de ces deux produits pour les 12 derniers mois se situe chez les jeunes de 20-24 ans (0.9% pour l'ecstasy et 0.9% pour l'amphétamine), avec une diminution progressive de leur consommation à partir de 34 ans.

La consommation de substances psychoactives augmente lorsque l'on interroge les individus sur la nature des consommations et des quantités prises durant leurs soirées.

L'observatoire européen des drogues et des toxicomanies (EMCDDA) estime ainsi que les noctambules réguliers de l'espace récréatif ont une consommation entre quatre et 25 fois plus élevée par rapport à leur classe d'âge dans la population générale²⁶. L'alcool se retrouve en tête des produits les plus consommés dans l'espace festif nocturne, alors que les drogues illicites les plus utilisées par les noctambules qui fréquentent régulièrement les discothèques sont le cannabis (55%), suivi de l'ecstasy (55%), des amphétamines (55%) et de la cocaïne (22%)²⁷. Dans une analyse de la situation en 2010, Fletcher et al.²⁸ relèvent que la plupart des prises de drogues illicites parmi les jeunes se font durant le weekend ou dans les périodes de vacances.

Pour la Suisse, le rapport *Safer NightLife Suisse 2017*¹⁵ (1675 questionnaires auto-administrés) confirme la tendance observée ci-dessus en Europe, à savoir que les deux produits phares consommés dans le milieu festif chez les jeunes sont l'alcool et le cannabis (respectivement 72% et 43% des répondants disent en consommer lors d'une soirée type), suivis par l'ecstasy/MDMA, l'amphétamine et la cocaïne.

Toujours selon ce rapport, le cannabis serait consommé presque tous les jours par ceux qui déclarent en utiliser, alors que les drogues récréatives telles que l'ecstasy et les amphétamines seraient prises à raison d'une à deux fois par mois et que la consommation d'alcool est présente

tous les weekends. Les données montrent également que l'ecstasy et l'amphétamine font partie des drogues consommées fréquemment en soirée (respectivement 37% et 33% des répondants). Par rapport aux années précédentes, seule la consommation d'alcool aurait un peu baissé tandis que celle de cannabis, d'ecstasy d'amphétamines et de cocaïne seraient restées stables. Lors d'une soirée type, l'ecstasy est prise à raison de 1.8 pilule en moyenne par les consommateurs de cette substance.

Notons que dans une précédente synthèse des données *NightLife Vaud*²⁹ (2011-2013, 2384 questionnaires auto-administrés), le croisement des consommations récréatives avec l'âge et le sexe a aussi permis de montrer qu'en moyenne, les usagères régulières du milieu festif nocturne avaient tendance à boire moins d'alcool que leurs homologues masculins. Par ailleurs, comme nous l'avons dit, cette consommation tendait à augmenter avec l'âge, tandis que d'autres types de produits étaient peu à peu délaissés (tabac et cannabis par exemple). De même, une prévalence de la consommation de cocaïne s'observait chez les groupes d'âge plus élevés par rapport aux groupes plus jeunes. Enfin, si la consommation d'ecstasy était relativement constante dans tous les groupes d'âge, c'est dans la tranche des 19-24 ans qu'elle se révélait être la plus élevée. Les 19-24 ans étaient également le groupe d'âge où l'on trouvait la plus forte tendance à consommer des produits hallucinogènes tels que LSD ou champignons (psilos).

Les résultats des enquêtes *CoRoLAR* en population générale^{14, 30, 31} vont dans le même sens que les tendances vues jusqu'ici. Lors de leurs dernières soirées, tout comme avant de sortir, une grande majorité des jeunes et jeunes adultes consomment prioritairement de l'alcool, les jeunes hommes rapportant consommer systématiquement de plus grandes quantités que leurs homologues féminines. De même, le taux de consommation de cannabis est généralement plus élevé chez les garçons que chez les filles, et ce, en particulier dans la tranche d'âge des 15-19 ans. En population générale, le taux des personnes jeunes déclarant avoir consommé des ecstasys, des amphétamines ou de la cocaïne est plutôt marginal autant pour 2011, 2013 que 2015ⁱ.

Dans l'étude du projet pilote *NightLife Vaud*¹³ (553 questionnaires analysés), les substances les plus consommées lors de la dernière sortie sont l'alcool (91%), le tabac (69.3%), le cannabis (30.5%), la cocaïne (5.8%) et l'ecstasy (3.6%).

ⁱ Ces études font partie du module quatre *Consommation des jeunes et jeunes adultes en fin de semaine* et sont basées sur des entretiens téléphoniques répétés chaque année autour d'un panel représentatif de la population suisse de 15 à 97 ans (*Continuous Rolling survey on addictive behaviours and related risks CoRoLAR*). Actuellement close, l'analyse a rempli la mission d'évaluer la consommation de substances légales et illégales chez les adolescents et jeunes adultes de 15-29 ans qui déclaraient être sortis en fin de semaine sur les 30 derniers jours. En 2011, 936 questionnaires (sur 11'009) correspondaient à ce critère, et le même procédé d'extraction a été réitéré en 2013 (n= 1210) et en 2015 (n=629).

^j Dans les groupes d'âge 15-19 et 20-24 les taux varient entre 0 et 0.5% en 2011 et 2013.

3.3 Modes de consommation et prises de risque liées à la consommation

Les consommations excessives et la polyconsommation sont un sujet de préoccupation majeure, à la fois pour la communauté locale et pour la santé publique, car elles sont souvent la cause de problèmes d'ordre socio-sanitaire (conséquences de la consommation à court, moyen et long termes sur la santé) et/ou sécuritaire (troubles de l'ordre public).

3.3.1 Consommations excessives et prises de risque

Il existe de nombreuses études européennes sur les risques de consommation excessive et de polyconsommation dans le *NightLife* ainsi que sur les recommandations et actions de réduction de risques en soirée autour de l'alcool, et dans une moindre mesure, des drogues illégales^{9-11, 20, 21, 32-34}.

Au niveau suisse, selon le rapport *Safer NightLife 2017*^k, la plupart des personnes interrogées (87%) auraient déjà eu un problème à court terme. Au niveau des problèmes d'ordre sécuritaire, environ un tiers d'entre elles (en majorité des jeunes hommes) déclare avoir conduit sous influence de drogue ou d'alcool ou avoir eu des problèmes avec la police (38% hommes contre 21% des femmes), et des problèmes de violence sont rapportés par 16% des noctambules (17% d'hommes et 13% de femmes). Au niveau des problèmes d'ordre socio-sanitaire, on signale des désagréments tels qu'une humeur dépressive (47%, dont 50% de femmes contre 46% d'hommes), des *bad trip* (46%, dont 47% de femmes contre 45% d'hommes), des attaques de panique ou d'angoisse aiguë (25%), des pertes de connaissance (25%), un recours aux urgences après avoir consommé des substances (11%). A plus long terme, les problèmes suivants sont mentionnés : manque de motivation et d'énergie (35%), problèmes avec la famille ou le partenaire (22%), problèmes à l'école ou au travail (18%). Enfin, 19% des personnes interrogées déclarent avoir eu des conséquences sur le plan pénal.

Dans les données issues du projet CoRoLAR, les chiffres concernant les consommations « excessives » ne sont disponibles que dans le premier rapport³⁵ : 28% déclarent avoir eu une consommation excessive d'alcool^l et 2% de cannabis^m, la plupart d'entre eux sont dans le groupe d'âge des 20-24 ans. Dans cette étude, ce groupe « à risque » cumule d'autres facteurs distincts tels qu'avoir été au moins une fois saoul avant 18 ans, un taux de consommation de tabac deux fois plus élevé que les autres groupes et une consommation de cannabis significativement supérieure. En ce qui concerne les comportements à risque lors des sorties du *NightLife*, la comparaison entre les études CoRoLAR 2011-2013-2015 permet de relever les points suivants : la tendance à utiliser les transports publics ou à rentrer à pied est prédominante chez la plupart des jeunes interrogés ; la prise de risque lors de rapports sexuels reste minoritaire (rapport avec partenaire stable, utilisation plus fréquente du préservatif en 2015 qu'auparavant lors de rapports sexuels occasionnels) ; les altercations physiques et les violences concernent surtout les moins de 25 ans,

^k Rappelons que ces résultats ne sont pas représentatifs et certainement sur-représentatifs de la réalité. Ils sont donc à prendre avec précaution et nous les mentionnons à titre d'information utile pour nos analyses ultérieures.

^l Consommation de cinq verres et plus pour les garçons et de quatre verres pour les filles.

^m Consommation de deux joints au moins en soirée.

sont corrélées positivement avec le « nombre de verres » consommés dans la soirée et la nationalité suisse.

Une autre manière de comprendre si la consommation est modérée ou excessive est de demander aux noctambules s'ils ont été sous influence de substance lors de leur dernière sortie. A ce titre, on peut noter, en nous référant au projet pilote *NightLife* Vaud¹³, que 15% des personnes disent n'avoir pas été sous influence lors de leur dernière sortie, contre 64% qui disent avoir été légèrement sous influence et 19.8% sous influence élevée. Les individus de ce dernier groupe, qui peut être associé à une consommation élevée ou excessive, étaient sur-représentés chez les hommes de 20-24 ans (26.7%), chez ceux de 16-19 ans (25%) et chez les femmes de 30 ans et plus (23.8%). Toutefois, on notera que la plupart des personnes sous influence disent être rentrées chez elles à pied ou en transports publics. Les femmes rentrent moins souvent à pieds que les hommes, préférant le taxi ou être reconduites en voiture. Concernant les messages de prévention, les noctambules interrogés dans ce projet pilote disent être conscients de certaines mesures de réduction des risques simples à appliquer, comme s'hydrater suffisamment, s'organiser pour rentrer si on a consommé de l'alcool, éviter les mélanges d'alcool et/ou de drogue, etc., mais l'analyse montre que les noctambules ne les appliquent toutefois pas systématiquement. Par exemple, il ressort que l'utilisation du préservatif lors d'un rapport occasionnel en soirée n'est de loin pas appliquée systématiquement et qu'elle diminue même avec l'âge. Signalons enfin que les problèmes d'incivilité et de violence concernent, toujours selon les résultats de cette étude, environ 20% des noctambules interrogés, la plupart étant des hommes jeunes du groupe d'âge 16-19 ans.

3.3.2 Polyconsommations et polyconsommateurs de drogues

La polyconsommation peut se définir comme « *une consommation simultanée ou rapprochée dans le temps de substances psychoactives, de manière à ce que leur spectre d'action se chevauche* »¹⁵. Dans les mélanges pratiqués, l'alcool entre couramment dans l'équation : c'est la substance de base sur laquelle se rajoutent les autres¹⁴.

Un résultat de l'étude ESCAPAD montre que la polyconsommation est plutôt masculine et concernerait des individus caractérisés comme impulsifs et à la recherche de sensations. Comme le notent les auteurs, « *les usages simultanés de plusieurs substances s'avèrent par ailleurs, par rapport aux usages d'une seule drogue, plus souvent associés à une évolution vers la dépendance, ainsi qu'à des conséquences négatives et à une détresse psychologique* »³⁶. Par ailleurs, la polyconsommation est plus susceptible de se retrouver chez les noctambules réguliers et fréquents que chez les usagers occasionnels du milieu festif¹². En outre, la polyconsommation est considérée comme un facteur de risque d'entrée dans une consommation problématique (addiction, toxicodépendance) : les noctambules qui mélangent plusieurs produits sont plus susceptibles que les mono-consommateurs de tester de nouvelles substances ou de nouvelles combinaisons de substances, ce qui en fait un groupe particulièrement à risque en termes de conséquences socio-sanitaires.^{30, 31}

Au niveau suisse, selon l'étude CoRoLAR en population générale, la combinaison la plus commune des jeunes de 15-29 ans est l'alcool et le tabac (20%), les autres mélanges étant moins communs – l'alcool et cannabis (2%) et l'alcool, le cannabis et le tabac 4%¹⁴. Dans l'étude *Safer NightLife 2017*, 30% des personnes rapportent un mélange entre alcool et cannabis lors de leur dernière soirée,

une proportion évaluée à 22.7% dans l'étude *NightLife* Vaud. Tabac exclu, la proportion des consommateurs mélangeant trois substances est de 30% dans *Safer NightLife* 2017, de 1.6 et 0.4 % dans l'étude *NightLife* Vaud. Cette dernière étude est la plus explicite sur le type de produits utilisés par la minorité de ces polyconsommateurs : ces derniers déclarent le plus souvent des mélanges incluant alcool, cannabis et drogues stimulantes telles qu'ecstasy (0.4%), amphétamine (0.4%) ou cocaïne (1.6%). 2.5% d'entre eux disent mélanger quatre substances et plus.

3.3.3 Les stimulants et la scène « techno »

Les études mettent en évidence la prévalence de la consommation de drogues stimulantes telles qu'ecstasy/MDMA, amphétamines et cocaïne dans la population de jeunes et jeunes adultes adeptes de musique techno. Selon certains auteurs, la « culture » techno tend à normaliser les drogues de la fête ou *party drugs*^{23, 36, 37}. Même si la majorité des amateurs de cette scène ne consomment pas¹, l'attrait pour la musique techno apparaît tout de même comme un facteur pouvant être associé à une telle consommation.

Dans une étude européenne basée sur un échantillon de 1'496 consommateurs récréatifs recrutés lors de festivals de musique électronique³⁷, la prévalence de consommation d'ecstasy et d'amphétamine est estimée à respectivement 32% et 13%, et ce pourcentage s'élève chez le sous-groupe des « alternatifs » à respectivement 54% et 29%. Dans une autre étude consacrée aux usagers du festival SONAR en Espagne³⁸, les auteurs montrent qu'en général, les consommateurs de stimulants sont conscients des risques qu'ils prennent et qu'ils exercent un contrôle personnel sur leur consommation ; ce contrôle est fonction notamment de la drogue prise et du cadre de la prise (environnement, dosages, etc.).

L'analyse de Chinet et al.¹² sur des consommateurs de stimulants amateurs de musique techno a pu distinguer différents groupes en fonction du type, du nombre et de la fréquence des substances utilisées : le groupe de polyconsommation simple (alcool et cannabis), les groupes de polyconsommation occasionnelle « légère » et « lourde » (alcool, cannabis et produits stimulants) et le groupe des usagers réguliers (usage fréquent). L'étude fait ressortir que les troubles dus à la consommation de substances dépendent du *pattern* de consommation : les usagers réguliers et ceux qui consomment occasionnellement mais en grande quantité rapportent plus de problèmes d'humeur dépressive, d'anxiété, d'accidents ou de recours à des services de santé professionnels que le groupe des consommateurs simples ou occasionnels « légers ».

3.4 Synthèse

Les données de cette revue de la littérature montrent que dans l'environnement nocturne récréatif, la consommation de substances psychoactives licites et illicites est plus élevée qu'en population générale. Hormis le tabac, la première substance consommée, avec une légère sur-représentation chez les jeunes hommes entre 20 et 25 ans, est l'alcool. Le cannabis est la deuxième substance la plus consommée, avec une sur-représentation notamment dans les groupe de jeunes entre 15 et 24 ans.

La proportion de consommateurs récréatifs de stimulants de type ecstasy ou amphétamines est bien moindre que celle des consommateurs d'alcool et de cannabis, substances les plus communes. De même, la proportion de consommateurs récréatifs d'ecstasy est la plus élevée chez les groupes d'âge 15-24 ans, et elle apparaît, avec l'amphétamine dans une moindre mesure, comme une drogue prévalent dans le milieu musical techno.

En ce qui concerne les *patterns* de consommation, une grande majorité de noctambules dit se limiter à la consommation d'une seule substance en soirée (l'alcool, tabac exclu). Quant aux proportions de jeunes et jeunes adultes qui disent consommer deux substances et plus, les chiffres varient selon les études. Cependant, une minorité de noctambules tend à s'orienter vers une polyconsommation (y inclus l'alcool, le cannabis et les stimulants), ce qui est plus problématique en termes de risques socio-sanitaires. Le milieu techno est, encore une fois, un lieu propice à de telles expérimentations chez les jeunes et jeunes adultes. La polyconsommation et la fréquence des sorties festives sont, à ce titre, des indicateurs d'une plus grande prise de risque, même si le contrôle personnel du risque ressort aussi comme une constante des pratiques des noctambules dans ce milieu.

4

Les pratiques festives et l'initiation aux drogues stimulantes

4 Les pratiques festives et l'initiation aux drogues stimulantes

De manière générale, nous constatons que le déroulement des soirées suit un processus assez semblable chez tous les noctambules rencontrés entre la mise en route (la « before »), la soirée en elle-même (aller en boîte, sortir en ville) et la rentrée (fins de soirées) ou les « afters » pour les plus endurants. De même, il faut insister sur le fait que les noctambules ne sortent en général pas seuls, mais accompagnés d'amis ou de personnes plus ou moins proches. La soirée est donc par essence une expérience sociale et collective. Son déroulement est influencé par les groupes en présence et par « l'ambiance » qui se constitue à un moment donné.

Ce chapitre donne un aperçu des habitudes festives et des différents profils des personnes rencontrées. Nous nous intéressons aux motivations et aux premières expériences avec des produits stimulants, mais aussi à l'évolution de la « carrière festive » des personnes rencontrées.

4.1 Pratiques festives en général

Les 12 noctambules rencontrés passent leurs soirées dans les discothèques et clubs de la région lausannoise, ils fréquentent également des salles de concert, des clubs électro d'autres villes, tout comme ils assistent à des festivals grands publics ou plus spécialisés. Certains se rendent à des événements associés à la scène techno (gay pride, soirées événements organisées dans des grandes villes de Suisse alémanique ou à l'étranger, festivals spécialisés en Suisse ou à l'étranger) ou dans des lieux attachés à des courants musicaux particuliers (« hardcore », « frenchcore », « psytrance », etc.). Ces affinités musicales poussent également une petite minorité vers la fréquentation de soirées non autorisées ou *rave parties*, qui se déroulent en dehors des centres urbains et ne sont accessibles qu'à des gens informés ou « faisant partie du milieu ».

La diversité des lieux de fréquentations nocturnes et des pratiques festives est donc importante. Néanmoins, mis à part trois personnes, la plupart des noctambules rencontrés reconnaissent un certain attrait pour la musique électronique et la techno. Ainsi, en nous inspirant de Ingold³⁹ nous pouvons distinguer deux groupes de noctambules : les *clubbers* et les *ravers*.

Les *clubbers* sont amateurs de discothèques, ils apprécient la musique techno, mais aussi d'autres styles et fréquentent ces lieux en général de minuit jusqu'à la fermeture. Avant leur sortie, ils boivent de l'alcool et parfois tirent un trait de cocaïne. Une fois sur place, ils consomment de l'ecstasy (pilules) ou du MDMA (cristaux) auquel ils ont accès par des connaissances ou auprès de dealers. Ces personnes peuvent stopper leur soirée à la fermeture ou les prolonger jusqu'à l'aube. Nous incluons aussi dans ce groupe les personnes qui fréquentent des concerts en salle, et qui se déplacent dans ce cadre pour voir un musicien par exemple.

Quant aux *ravers*, ils sont moins adeptes de discothèque bien qu'ils puissent parfois les fréquenter. Leurs soirées se déroulent dans des lieux tels que clubs spécialisés dans un style de musique

(techno, etc.), soirées hors du cadre urbain ou non-autorisées (*rave parties*). Ils se déplacent également pour assister à des soirées-événements à Genève, Berne, Bâle ou Zurich (voire dans d'autres capitales européennes) ou à des festivals. Leurs soirées sont en général plus longues que celles des *clubbers* ; de même elles peuvent se terminer le lendemain à midi, voire le lendemain soir. Les personnes qui apprécient ce genre de cadre festif sont également plus susceptibles que les *clubbers* de consommer plusieurs drogues (ecstasy ou MDMA, cannabis, amphétamines, LSD).

Avant de nous intéresser aux circonstances de l'initiation aux produits stimulants chez ces jeunes noctambules, signalons que dans les soirées décrites par les interviewés l'alcool reste une substance très utilisée et commune aux pratiques festives, tout comme le tabac et le cannabis, mais dans une moindre mesure.

Ainsi, chez les jeunes garçons interviewés, l'alcool est toujours mentionné comme accompagnateur de la fête. Même si certains interviewés disent modérer leur consommation, pour les jeunes garçons interviewés, à l'instar de Carlo, l'alcool semble faire partie d'une socialisation entre pairs, dans laquelle ces derniers ont expérimenté et appris à gérer leur rapport au produit.

De 16 à à peu près 22 ans, il y avait toujours une occasion de boire, presque tous les jours donc... Si ce n'est pas un match de foot, c'est un match de hockey [...]

Donc du coup c'est vrai que j'aurai toujours une occasion de boire quelques bières, après il y a toujours des apéros : quand j'étais apprenti, on travaille le lundi- parce qu'à chaque anniversaire, quelqu'un, il faisait l'apéro...

- T'étais apprenti en assurance, c'est ça ?

Oui, exact. Et puis on était quand même une quarantaine donc ça faisait de toute façon un apéro par semaine. (Carlo)

On rencontre aussi cette tendance à l'alcoolisation chez les jeunes filles, comme l'indiquent Justine et Claire.

-(Justine) On mange, on boit beaucoup... ça dépend des personnes mais on boit pas mal et souvent on va danser par la suite, c'est vrai que je pense que c'est des alcoolisations... En tout cas pour moi c'est assez fort quand même, une quantité assez élevée...

- Donc l'alcool quoi, l'alcool est prédominant ?

-(Justine) Oui clairement.

- Et toi Claire ?

-(Claire) Moi la même chose, enfin, souvent.

Il faut relever la tendance à limiter leur consommation chez au moins trois des six jeunes filles rencontrées, voire à ne pas consommer chez deux d'entre elles. Le fait de ne pas consommer d'alcool ne s'observe chez les jeunes garçons que dans les cas où ils ont pris des stimulants, mais pas dans les autres soirées.

La faible fréquentation des bars et autres lieux publics en début de soirée est un autre élément qui ressort, quel que soit le sexe ou la trajectoire de formation.

Les before's s'organisent le plus souvent de manière improvisée selon les membres du groupe d'amis présents, les objectifs de la soirée et les opportunités de chaque situation. Par exemple, chez les *ravers*, les débuts de soirée se passeront souvent dans un train qui les mène au lieu-dit d'un

événement ou d'un festival. De même, en été, les occasions de se voir à l'extérieur sont beaucoup plus nombreuses qu'en hiver, ce qui favorise les apéritifs et barbecues au bord du lac ou dans des parcs publics. En hiver, les lieux intérieurs sont plus recherchés. Les befores peuvent ainsi avoir lieu dans l'appartement d'un membre du groupe, dans la maison d'une personne dont les parents sont absents ou encore dans un local loué à plusieurs et servant de point de rencontre, etc.ⁿ

Dans la grande majorité des situations décrites, l'alcool des débuts de soirée est acheté en grandes surfaces et il est bu entre pairs de manière informelle. Cette habitude permet de se répartir les dépenses en groupe, tout en s'engageant dans le mode festif par l'alcoolisation. Elle est d'autant plus prégnante dans notre corpus que la plupart des interviewés sont jeunes (âge moyen 23 ans) et ont un faible pouvoir d'achat du fait de leur statut : neuf sont étudiants et quatre sont employés, mais là aussi, leur capacités économiques restent faibles^o, ce qui explique qu'ils soient également attentifs à leurs dépenses. Le fait de diminuer ou stopper sa consommation d'alcool une fois entré en boîte de nuit relève de la même logique de maîtriser des frais de la soirée. Le prix des boissons dans les espaces publics est jugé prohibitif.

Cette limitation des consommations en soirée du fait du pouvoir d'achat réduit est un élément caractéristique de notre corpus. On peut faire l'hypothèse qu'il structure à son tour le type de consommations en soirée.

4.2 Circonstances de la première prise de stimulants

Parmi les personnes rencontrées, sept ont expérimenté l'ecstasy/MDMA entre 16 et 18 ans. Chez ces noctambules, les premières prises apparaissent en début de gymnase ou un peu plus tard, en particulier dans des périodes de transition : transition de l'école obligatoire à l'apprentissage, du gymnase vers l'université ou de la filière gymnasiale vers un apprentissage dans le cas d'une réorientation par exemple. Notons aussi que tous ces noctambules ont déjà consommé du cannabis avant de tester les produits stimulants : l'une d'entre elle dit en consommer quotidiennement et les autres, de manière opportuniste en soirée^p.

La première expérience est souvent motivée par la curiosité, l'envie de découvrir quelque chose de nouveau, la musique électronique, mais surtout, elle se réalise dans un cadre collectif à prendre en compte, car il offre à la personne l'opportunité de « s'initier » à la substance. La période des premières sorties en boîte par exemple, ou la fréquentation des premiers festivals de l'été est

ⁿ Sur les 12 jeunes rencontrés, sept vivent encore chez leurs parents.

^o En effet sur les quatre personnes qui sont actuellement en emploi, une personne est employée dans une agence d'assurance, une seconde a suivi un apprentissage de commerce et vient de lancer un commerce indépendant (manucure et pédicure) et une troisième débute un travail en entreprise. Seul Yves, qui est plus âgé et qui travaille comme graphiste indépendant semble être dans une catégorie plus confortable en termes de pouvoir d'achat. Selon le suivi en population générale de Stadelmann et al.¹⁴, on sait notamment que le budget par mois pour les activités récréatives et de loisir chez les 20-24 ans est estimé environ à Fr. 1000.- pour les garçons contre Fr. 780.- pour les filles. On sait également que les dépenses d'alcool sont plus élevées chez les garçons que chez les filles dans ce même groupe d'âge : environ Fr. 150.- par mois pour les garçons contre Fr. 55.- pour les filles.

^p Cette caractéristique peut être rapportée à l'idée d'exploration des substances psychoactives par les jeunes. L'étude ESCAPAD montre à ce titre qu'il est assez commun que les amateurs de stimulants aient déjà expérimenté le cannabis^{2,40,41}.

particulièrement propice à cette initiation. Dans la plupart des cas, la personne accède à des produits stimulants par l'entremise d'un ou d'une amie qui en propose gratuitement.

La première fois c'était à [nom de festival], j'étais avec une amie, on avait bu toutes les deux et on a croisé un ami à elle qui lui a proposé de prendre. Et elle a pris genre un peu sans me prévenir, comme ça quoi... et moi j'ai dit : « Ah mais c'est quoi ce que t'as pris etc. ». Pis son ami m'a expliqué et vu qu'elle avait pris, moi j'avais pas envie d'être toute seule sans avoir pris et j'ai essayé aussi. (Claire)

J'ai commencé à- vers mes 17 ans, à peu près, dans une soirée, et en fait, le truc, c'est que moi j'ai jamais aimé boire de l'alcool. Vraiment, l'effet, sur moi, ça me rend... enfin, ça- ça me rend plus moi-même, tu vois ? Et du coup... enfin j'ai toujours été hyper curieuse pour tout et puis j'ai dit : « Bon, ben je vais essayer de prendre un peu de... » J'avais commencé avec du MDMA [...] C'est là que j'ai commencé à sortir en boîte. (Delphine)

[La première fois] c'était pour tester, j'avais déjà entendu des potes en soirée qui avaient essayé. Mais ouais, c'était genre plus pour tester qu'autre chose. Et puis après j'ai bien kiffé. (Gilles)

Pour d'autres noctambules, la curiosité est associée au désir de rejoindre un groupe de référence ou un milieu particulier. Pour un interviewé, il s'agit de l'univers des « teufs », à savoir des fêtes organisées de manière clandestines entre personnes aux goûts musicaux spécifiques (« goa », « hardcore », « frenchcore » et autres dérivés de la techno).

J'avais entendu justement à [nom de festival] dans un campement de pleins de gens, de gens qui parlaient justement de 'Goa' et de 'teuf' et moi ça m'intéressait beaucoup parce que c'est des gens qui- avec qui je m'entendais bien. [...] Et du coup après le [nom de festival] je leur ai demandé... Parce qu'en fait pour être dans ce milieu, il faut avoir des infos... (Mateo)

Dans la même logique, chez certaines jeunes filles, l'initiation coïncide avec la mise en couple et l'entrée dans un groupe de consommateurs récréatifs, des facteurs qui vont faciliter l'accès à des produits illicites.

En fait, assez vite, il y a des gens qui me donnaient [...] Et j'étais aussi avec un garçon qui prenait beaucoup pendant quelques mois du coup je prenais aussi pas mal avec lui. (Marie)

La drogue, ça m'a toujours- enfin j'ai toujours voulu comprendre pourquoi les gens... en prenaient et puis du coup eh bien c'est que j'ai décidé d'être moi-même le cobaye... Puis du coup, eh bien, je trainais déjà... je ne sais pas si vous connaissez la place de [nom] [...] c'est vrai que j'ai trainé là-bas un moment et puis tous les gens là-bas, c'est des gens un peu spéciaux c'est- et puis j'avais rencontré- ouais, j'avais rencontré mon ex-copain là-bas, qui prenait déjà un peu de la drogue et puis c'est vrai que ça m'a facilité l'entrée. (Alexia)

Chez cinq autres noctambules du corpus, la première prise de stimulants apparaît plus tard, entre 19 et 25 ans ; certains sont déjà en emploi alors que d'autres débutent leur carrière ou sont en fin d'études supérieures. En soirée, ces personnes ont l'habitude de consommer de l'alcool et du cannabis. Ben, par exemple, a un usage quotidien de cette substance alors que Batiste, Carlo et

Justine en consomme, mais seulement occasionnellement. Yves dit avoir fumé du cannabis régulièrement entre l'âge de 18-24 ans et ne plus en consommer aujourd'hui.

Parmi les raisons évoquées pour s'initier aux stimulants, on retrouve à la fois la curiosité, la désirabilité sociale et l'envie de découvrir d'autres sensations que l'ivresse procurée par l'alcool. Ainsi, c'est par la connaissance d'un ami Dj' et amateur de soirées techno que Carlo va par exemple tester sa première ecstasy lors d'une soirée d'été 2017 ; de même, c'est dans le cadre de leur vie estudiantine et des occasions qui s'y attachent que Ben et Justine réalisent leur première expérience.

Par contraste avec les initiés plus jeunes, pour qui la prise de stimulants est associée très tôt à l'idée de la « fête », l'initiation plus tardive correspond à un changement d'habitudes, ou du moins à l'apprentissage d'un nouveau champ de sensations dans des trajectoires festives déjà constituées. Yves explique ainsi qu'il fréquentait le milieu du rap dans ses premières années de sorties. Or, la consommation d'ecstasy ne se posait pas dans un tel cadre : « *c'était un milieu assez fermé à ça* », dit-il, « *et du coup on trouvait que c'était bof. On fumait des joints, j'étais pas dans un milieu qui en consommait* ». Ce n'est qu'après avoir changé de ville et de fréquentations qu'une opportunité se présente, à laquelle il répond positivement.

La première fois, j'avais un peu peur, mais en même temps j'ai fait- j'étais- je crois que j'étais à [nom d'un événement] et j'étais avec un groupe de potes qui en prenaient... Et puis voilà, je crois que j'ai essayé de- une ecstasy... et puis en fait j'ai trouvé ça cool, et surtout, j'ai été surpris par le fait que... c'était... c'était assez agréable, mais surtout c'était pas du tout autant, genre, intense que ce que j'aurais pu penser. (Yves)

Au gré de leurs parcours, les individus saisissent ainsi les opportunités qui se présentent. Les premières prises sont toujours liées à un collectif (amis, groupe) avec lequel un lien est créé.

Batiste, qui explique avoir hésité (ou plutôt résisté) à prendre de l'ecstasy jusqu'à ses vingt ans, s'est décidé à goûter sa première pilule d'ecstasy lors de retrouvailles avec des anciens amis (eux-mêmes initiés).

Mes amis en prenaient [de l'ecstasy], il y en avait deux qui prenaient souvent et du coup je me disais que c'était des blaireaux, que je vais les laisser se droguer tout seul, je buvais et je m'amusais très bien. Et une fois, il y a eu d'autres amis qui sont venus, des anciens amis qui sont venus nous visiter qui en avaient déjà pris. Alors je me suis dit : « Bon tout le monde a déjà pris au moins une fois, je vais quand même goûter pour pas mourir bête ! », c'est ce que mon père dirait ! (Batiste)

L'environnement social et les groupes qui y gravitent agissent comme des incitateurs ou créateurs d'opportunités pour les novices. Durant ses études, la collocation que Batiste fréquente apparaît ainsi comme un cadre très propice à expérimenter les drogues : il estime y rencontrer aujourd'hui plus de consommateurs initiés que de personnes non initiées ou abstinentes.

A un autre niveau, celui de la sécurité, il faut noter que lors des premières expériences décrites par les noctambules, la présence d'une personne proche ou d'un ami – qui est déjà passé par l'expérience – est souvent signalée. L'entourage ou le groupe d'amis initiés a une fonction de

réassurance par le sentiment de sécurité qu'il procure au novice. Par exemple, Justine accorde ainsi sa confiance à Claire parce qu'elle sait que cette dernière a l'habitude de consommer et qu'elle a le contrôle sur la provenance et le dosage du produit. Pour sa première fois, Claire fera ainsi office de « coach », elle accompagnera Justine et l'aidera à gérer ses éventuelles peurs ou appréhensions.

[La première fois] c'était l'année passée, l'été... Et justement c'était Claire et un autre ami qui me disaient qu'ils avaient pris ensemble et que c'était super [...] Et je me disais aussi que si ça c'était bien passé pour eux et qu'ils avaient l'air responsable... comme ils décrivaient, ils prévoyaient et ils vérifiaient tout, ben du coup je me suis dit que ça avait pas trop de danger et que je pouvais essayer [...] Pis surtout je pense- je prends toujours avec les mêmes, justement avec Claire et trois autres amis, pis justement je pense que ça, ça me rassure aussi parce que je sais qu'ils ont un peu plus l'habitude et que c'est contrôlé. (Justine)

4.3 Apprentissage des effets (ecstasy/MDMA) et mise à distance du risque

La connaissance du produit s'acquiert par l'expérience. L'initiation peut être considérée comme une étape de la carrière qui inclut ses premières expériences de stimulants, ainsi que l'apprentissage des effets et leur maîtrise. Nous utilisons ainsi la notion d'« initiation » à dessein pour bien marquer le côté expérientiel de la prise de stimulants.

Le vécu des premières expériences fait la part belle aux sensations de bien-être et de plaisir procurées par l'ecstasy ou la MDMA. Les mots évoqués sont explicites à cet égard : « *c'était agréable* », « *c'était incroyable* », « *je suis tombée amoureuse dès la première fois* », « *mais c'était trop bien* », etc., autant d'items qui témoignent d'une appréhension positive. Les expériences des premières fois sont jugées à la fois intenses et surprenantes, notamment parce qu'elles se distinguent nettement de l'ivresse due à l'alcool.

C'est surtout ça que j'ai beaucoup aimé dans les drogues, c'est qu'il y a tous les bons effets de l'alcool sans les mauvais. Donc le côté où t'es à l'aise, où t'as envie de discuter ou t'es bien, tu danses sans être gêné et sans ce oh, je vois pas bien, j'ai la tête qui tourne, ou je vais m'encoupler ou je perds un peu le sens de la gravité. (Marie)

L'expérience des effets est à la fois subjective et intersubjective : elle procure des sensations visuelles et auditives décuplées, une euphorie (les « montées »), du plaisir à danser et de l'endurance sur les musiques entendues ; par ailleurs, elle facilite l'échange, la parole et la discussion avec les autres, tout comme elle permet de se sentir libéré des contraintes ordinaires.

La première fois, c'est vraiment t'es amoureux de tout le monde, c'est trop bien et tout et ce qui est bien, aussi, c'est que, bah, ça, ça m'a fait quand même rencontrer beaucoup, beaucoup de gens et aussi m'ouvrir aux autres en dehors des soirées. (Delphine)

La première fois que j'ai essayé quand même, j'ai eu une bête de soirée où j'ai parlé à tout le monde, je me suis fait une centaine d'amis. Je me suis réveillé le jour d'après avec dix nouveaux copains sur Facebook, c'était un peu genre bon, il y a du positif. (Batiste)

T'as quand même des perceptions... enfin tu as des sens qui sont par moment accentués. Moi je trouve incroyable, justement... quand ça commence à faire son effet, et puis que tu as la vue qui devient hyper nette. (Carlo)

La connaissance des effets se fait parallèlement à l'apprentissage des dosages en soirée étant entendu qu'un dosage élevé en microgramme de MDMA provoque des effets plus forts et inversement. Nous reviendrons au chapitre suivant sur cet aspect en traitant de la consommation en soirée.

L'apprentissage inclut également la connaissance des « risques » que comporte une prise trop importante de substance (surdose, effets secondaires, etc.) ou encore de certains effets « pervers » provoqués (tics nerveux, etc.)

Avec l'ecstasy ou le MDMA, les noctambules ressentent non seulement des sensations de bien-être (effets empathogènes et entactogènes), mais ils sont aussi confrontés à des sensations physiques peu agréables, les plus courantes étant les mâchoires qui se nouent, les tics corporels nerveux ou encore les yeux qui se révulsent légèrement. Le ressenti de ces « tics » est parfois même considéré comme un signal pour comprendre qu'on est désormais « dans l'effet », c'est-à-dire « pété » ou « perché » : « *Moi je sais que je suis pétée quand je sens ma mâchoire se crispier. Tout d'un coup on se dit : 'Ah, c'est là' »*, explique Alexia avant de poursuivre ainsi :

Il y a tout le visage qui bouge. Enfin... soit qu'on a la mâchoire crispée si on essaie de la retenir ou alors elle bouge vraiment et puis on retient pas et puis voilà. Mais le truc c'est que ça nous- on se blesse, vraiment, hein. Moi je me suis retrouvée ouverte des deux côtés, de la langue, c'est ça, aussi, il faut des jours, pour s'en remettre. Enfin... du coup, c'est pour ça aussi que vous pouvez pas manger. On a tellement serré les dents que la mâchoire, le lendemain, eh bien je peux juste rien mâcher. (Alexia)

Le tic nerveux qui conduit à se mâcher l'intérieur des joues peut en effet avoir un impact important sur la capacité à se nourrir les jours d'après. La capacité à maîtriser ces tics nerveux en chiquant par exemple est un apprentissage important pour assurer son bien-être les jours suivants. Une fois acquis, il permet aux noctambules de dissimuler plus facilement leur état aux yeux des autres, mais surtout de se préserver de désagréments physiques les lendemains.

Une amie, une fois, elle n'avait quasi rien mangé pendant une semaine parce qu'elle avait tellement mal dans la bouche en fait, à cause qu'on se mord. Et du coup moi j'arrive encore assez bien à me contrôler, enfin à prendre des trucs pour par chiquer justement pendant la soirée [...] Genre enfin ouais genre un chewing-gum ou des bâtons de réglisse... mais ça c'est traître mais on arrive quand même à les mâcher et après on a des petits fils partout [...] Maintenant ce que je fais juste, c'est que j'essaie de me concentrer sur le fait que mes dents ne doivent pas se toucher pendant la soirée. Pour moi ça marche. Il y a en a qui arrivent vraiment pas à se concentrer là-dessus, ils pensent à ça deux secondes et après ils pensent à autre chose. Moi j'arrive à me dire que ma bouche, elle doit rester ouverte. Il y avait des gens qui disaient qu'il fallait chanter le rythme de la musique et faire 'tuutuu...' et pis ça empêche des trucs comme ça. (Claire)

Par ailleurs, une prise trop importante comporte des risques, d'où l'aspect « *dangereux pour les débutants* », selon Mateo, car, « *la montée vient lentement et après, ça vient d'un coup* ». Marie et Carlo en ont fait l'expérience à leurs débuts : la première dose ne leur procurant aucun effet, ils sont conduits à en reprendre. Or, cette impatience produit un effet de trop-plein, car la « montée » est d'autant plus forte que la dose est importante. Tous les deux vivent alors un état de nausée (avec vomissements pour Carlo), un « *black out* » (perte de mémoire momentanée), une impossibilité de s'endormir jusqu'au lendemain. Toutefois, ces noctambules ne sont pas dissuadés d'en reprendre ultérieurement. Au contraire, ils considèrent cette expérience comme faisant partie des « risques du métier ». Ils en minimisent les conséquences en la comparant aux situations d'excès d'alcool, jugées elles aussi délétères tout en étant légales.

A l'instar des effets « pervers » décrits plus haut, les noctambules rencontrés partent ainsi du principe que la prise de stimulants comporte des désagréments qu'il est important de gérer. Dans ce sens, leurs discours montrent une mise à distance du risque typique de la logique profane vis-à-vis des messages de santé publique⁴², qui pèse le pour et le contre entre l'effet et les coûts investis.

Dans toutes les motivations qui nous ont été rapportées par les noctambules, il ressort avec force que la prise de stimulants en soirée s'insère dans des pratiques festives qui font sens en termes de relations sociales ou de découvertes de soi (« se déconnecter de la réalité », « l'euphorie », « l'expérience de *groupe* », « *voir les choses différemment* », « *l'effet d'endurance et la bonne sensation* », « *ça fait maigrir* », « *rechercher le bien-être* », « *attire pour l'ambiance et la découverte* », etc.). A cela s'ajoute la question financière, certainement déterminante aussi, puisque l'accès aux pilules d'ecstasy, à des cristaux de MDMA ou à des drogues telles que l'amphétamine ou la kétamine – réputées meilleur marché que l'ecstasy selon nos interviewés – est tout à fait abordable pour les bourses de ces jeunes noctambules. Nombre d'entre eux évoquent d'ailleurs cette piste au chapitre des motivations et lorsqu'ils produisent un discours de justification de leurs pratiques.

Un autre truc très, très, très, très important, c'est qu'aussi il y a beaucoup de gens qui prennent ça parce que ça t'a coûté beaucoup moins cher que passer une soirée à l'alcool.

Tu dis qu'ils prennent ça-

Parce qu'une soirée-

Qu'ils prennent la coke ?

Qu'ils prennent- non, non, qu'ils prennent l'ecstasy, MD, tout ça. Parce qu'une ecsta c'est 20 balles, tu tiens plus que toute la soirée et tandis que si tu bois de l'alcool, je ne sais pas, t'en as pour 100 balles la soirée, tu vois ? (Delphine)

Je me suis quand même dit : « Ah oui, ah bien tu te prends une pilule- bon, eh bien ça revient, on dira à 20 francs » alors qu'au final, sinon, tu dois te boire- si tu veux être un peu bourré, tu vas te boire cinq bières, ça va te coûter 50 francs et puis voilà. Ce n'est pas pour ça que j'ai pris mais je me suis quand même fait dans le tête la déduction entre les deux. (Carlo)

Dans le même sens, le noctambule le plus âgé du corpus évoque quant à lui la question du pouvoir d'achat et de l'aspect « pratique » des pilules comme facteurs explicatifs de la prévalence d'une telle consommation chez les jeunes.

Je pense qu'il y a des types de drogues qui sont plus consommé en fonction de ton pouvoir d'achat et que si t'es jeune et que t'as pas beaucoup de tunes, c'est beaucoup plus avantageux de s'acheter un ecstasy. Que ça dure plus longtemps, ça coûte moins cher, t'es pas obligé d'en reprendre tout le temps. Alors que la cocaïne t'as quand même un truc où- où t'en reprend-

C'est cher-

Ouais c'est plus cher et puis t'en reprends plus souvent, régulièrement, et puis c'est moins pratique.

Ouais pour prendre ?

Pour en prendre.

Tu dois aller aux toilettes.

Ouais, ou dehors ou- ou être chez des gens mais oui, si t'es en club, bah c'est pas pratique, quoi. (Yves)

Autrement dit, en termes de coût-bénéfice, l'ecstasy serait largement plus « rentable » que d'autres drogues, voire que l'alcool, car elle produit des effets agréables et recherchés, sur une durée relativement longue (trois à quatre heures selon les dosages) et à des coûts abordables (entre Fr. 10.- et 20.- pour une pilule). Nous retrouvons également cette logique à l'œuvre lorsqu'il s'agit pour les noctambules de comparer les « descentes » de drogues avec celles de l'alcool : du moment que les effets secondaires (à courts termes) ne dépassent pas un certain seuil de tolérance, la probabilité de remettre en question son rapport au produit et sa consommation reste faible.

4.4 Rapport à la consommation de stimulants jusqu'à aujourd'hui

Le tableau ci-dessous répartit les individus en fonction du type et de la fréquence des substances utilisées⁹ jusqu'à aujourd'hui.

Tableau 2 Substances consommées et fréquence de la consommation

Substances consommées	Fréquence de la consommation	
	Soirées avec stimulants (une fois tous les 4 mois ou plus)	Soirée avec stimulants (moins que tous les 4 mois)
Ecstasy/MDMA	Claire, Justine, Carlo	Amandine
Ecstasy/MDMA + cocaïne	Yves	Batiste, Ben, Gilles, (Marie)
Ecstasy/MDMA + Amphétamines + LSD	Delphine	Alexia, Mateo, Marie

⁹ Réponse à la question « combien de prises par mois ou par année » et des substances testées jusqu'à aujourd'hui.

En ce qui concerne le rapport à la consommation, nous trouvons des personnes dont la consommation est planifiée et régulée. Cela se réalise, par exemple, par une organisation préalable au niveau du choix des soirées et des produits consommés ou par l'imposition d'un délai entre chaque soirée avec prise de stimulant, délai jugé respectable par le noctambule et bien souvent aussi par le groupe de pairs avec qui il consomme. Une autre logique d'action consiste à consommer de manière plutôt spontanée, selon les opportunités de la soirée, les personnes présentes dans l'entourage, les envies du moment et les drogues à disposition de l'individu et de son groupe de pairs.

Les facteurs qui jouent pour expliquer l'orientation d'un noctambule vers une conduite plus spontanée ou planifiée de consommation sont multiples. Ils sont par exemple relatifs aux responsabilités et rôles sociaux de l'individu en dehors du *NightLife* ou aux étapes de vie ou aux événements particuliers qu'il traverse (fêter un examen, marquer une période de célibat, vivre plus intensément une période de transition scolaire ou professionnelle, événement de santé, etc.).

Par exemple là j'avais tous mes examens de Bachelor alors voilà, je ne suis pas du tout sortie les weekends, je suis restée tranquille et tout. Même que mes potes me proposaient de sortir tous les weekends, moi je me disais que non parce que c'est le moment où je dois assurer. 'Désolée, je peux pas !' [...] Ça veut dire que ma consommation elle prend pas le dessus sur ma vie, tu vois ? Ou par exemple, si j'ai un dîner de famille le dimanche à midi, je vais pas le louper. Tu vois ? Je me dis : « Je ne veux pas que la drogue, elle dirige ce que je dois faire dans ma vie ». (Delphine)

Ces facteurs contextuels déterminent ainsi la « discipline » que se donne un individu quant au nombre de sorties avec prise de stimulant et au délai à respecter entre chacune de ces soirées. Autrement dit, ils déterminent la fréquence des prises et ses variations dans le temps^f.

Bien que la logique de consommation de type spontanée semble la plus répandue dans notre corpus – nous y reviendrons – les noctambules ne sont pourtant pas fixés dans une seule manière de faire : ils agissent et évoluent en fonction des circonstances, de leurs connaissances des produits ou de l'étape du parcours dans laquelle ils se trouvent.

Comment je consomme ? Alors ça dépend des soirées. Il y a des soirées où je vais sans vraiment réfléchir à ce que je vais prendre. Mais surtout avec mon meilleur pote, quand on parlait de nos soirées, on se disait : « Ah ouais on va commencer par ça et puis après on peut prendre ça, etc. » Et puis du coup, là on planifiait vraiment. Mais normalement je planifie pas et du coup j'improvise sur le moment, je me laisse aller. Je prends quand j'ai envie de prendre. Je peux le faire sans danger parce que je connais ce que je prends. (Mateo)

Notons enfin que certains noctambules du corpus disent avoir consommé des stimulants jusqu'à plusieurs fois par mois sur une période de plusieurs années (une à trois). En général, ces personnes ont une fréquentation très régulière de l'espace festif et se caractérisent par un usage fréquent des mélanges entre produits psychoactifs (alcool, ecstasy/MDMA, amphétamines ou autres)^g. Cette

^f Rappelons que le critère « plus ou moins quatre mois » (utilisé dans le tableau 1) correspond à une limite subjective, celle que les noctambules rencontrés ont établie selon leur jugement, et en particulier selon leur perception de l'impact potentiel de la consommation de stimulants sur leur santé.

^g Ce résultat fait écho aux nombreuses études qui montrent une association entre fréquence des sorties et polyconsommation^{12, 31, 34}.

catégorie d'individu est plus sujette que les autres à vivre des effets secondaires pénibles ou à devoir, à un moment de leur carrière, s'abstenir ou mettre un terme à leur consommation.

4.5 Synthèse

Les pratiques festives analysées font apparaître deux groupes de noctambules : les amateurs de discothèques ou de concerts, qui réalisent leur soirée dans les clubs de la région (les *clubbers*), les amateurs de soirées spéciales, qui vivent leurs weekends dans la région mais aussi dans d'autres villes suisses ou à l'étranger à l'occasion de soirées spéciales ou de festivals de musique électronique (les *ravers*).

L'alcool est présent dans toutes les soirées décrites, mais plutôt consommé en début de soirée et acheté dans les grandes surfaces – ce qui s'explique notamment par un pouvoir d'achat relativement restreint. Les jeunes garçons sont plus nombreux que les jeunes filles à consommer de l'alcool. Le cannabis est ou a déjà été consommé par tous les noctambules interviewés, et deux d'entre eux en sont des consommateurs quotidiens.

L'initiation aux stimulants a démarré entre 16 et 18 ans pour certains, entre 19 et 25 ans pour d'autres. Leurs motivations sont la curiosité, l'envie de découvrir quelque chose de nouveau, l'attrait pour la musique électronique, l'envie de changer ses habitudes festives. La désirabilité sociale, à savoir le fait de vouloir rejoindre un groupe de référence, tout comme la mise en couple pour certaines jeunes filles, sont des facteurs déterminants l'initiation aux stimulants. L'accès aux premières expériences se réalise souvent par l'intermédiaire d'une personne tierce déjà initiée. Dans l'évolution des carrières, la polyconsommation apparaît commune aux *clubbers* comme aux *ravers*. Toutefois, la fréquence des sorties avec prises de stimulants et polyconsommation semble plus élevée dans le groupe des *ravers*.

5

La gestion de la consommation en soirée

5 La gestion de la consommation en soirée

L'un des enjeux essentiels pour les consommateurs récréatifs de stimulants consiste à prendre du plaisir tout en gardant une bonne maîtrise de soi, à se lâcher tout en conservant le contrôle de la situation. Gérer cet enjeu consiste à maîtriser les effets des substances psychoactives consommées. En soirée, l'ecstasy/MDMA est consommée en comprimés ou sous forme de cristaux. La première dose est prise généralement entre 23 heures et une heure du matin. Une « bonne gestion de sa consommation » passe, selon nos interlocuteurs, par la maîtrise d'au moins trois dimensions constitutives de la sécurité du jeune dans l'espace festif : la qualité du/des produit/s consommé/s, le dosage et mode de prise, l'attention aux mélanges effectués. Une mauvaise gestion de ces dimensions augmente les risques de surdose ou la probabilité de vivre des récupérations difficiles. Nous procédons dans ce chapitre à une analyse transversale de ces trois dimensions en étayant les propos par des exemples de situations et des illustrations.

5.1 S'assurer de la qualité

Le fait de s'approvisionner directement en soirée, dans les boîtes de nuits ou les discothèques, présente de nombreux risques pour nos interlocuteurs, car les indices qui permettent de juger de la qualité sont limités et les conseils distribués par les dealers peu fiables.

Y a quand même pas mal de dealers qui sont conscients de- de ce qu'ils vendent et qui te disent : « Attention, au cas-ou, fais gaffe, elle est forte, celle-ci » [...] Après, le truc, c'est que je ne sais pas si c'est vraiment un truc qu'il dit, genre, juste pour se faire de la pub... (Gilles)

Les histoires d'ecstasy trafiquées, de cocaïne coupée, de mort aux rats et autres matières improbables, etc., sont souvent rappelées durant les entretiens, pour signifier à quel point la prise de stimulants est une prise de risque du fait de l'opacité du système dont elles sont issues. Certains noctambules nous disent également avoir vécu des effets négatifs en consommant de la mauvaise qualité :

Il y a une fois, je pense qu'on avait pris une cochonnerie parce qu'on avait pas pris beaucoup et on était... mes copines avec qui on avait pris, on avait toutes eu de la fièvre, le lendemain [...] Je pense que là on avait pris un mauvais truc, coupé ou je ne sais pas. (Delphine)

J'essaie malgré tout de plutôt avoir de la drogue de qualité mais parce qu'aussi, j'ai remarqué que plus c'est de qualité, moins t'as d'effets négatifs [...] c'est surtout sur les effets secondaires, t'as beaucoup moins d'effets secondaires. Genre, tu vois, on parle de descente, c'est surtout lié à ces carences, tu vois ? Genre à ces moments où tu te sens un peu- où t'as le blues et tu te sens un peu déprimé et puis peut-être aussi suivant à quoi ils la coupent

[cocaïne [†]], *c'est pas-... t'as pas trop envie de savoir, mais genre, tu peux, je pense, avoir des maux de tête tu vois ? [...]* Et moi ça m'est déjà arrivé de pas consommer parce que, en fait, c'était horrible, c'était hyper mauvais, quoi. (Yves)

Les croyances liées aux drogues illégales trouvent dans la vente de rue leur figure repoussoir. Ce sont ainsi les vendeurs présents sur les places publiques qui collectionnent les attributs négatifs : ils sont décrits comme étant peu fiables (arnaque, tromperie sur marchandises, etc.) parce que pas connus et à la recherche de profit. D'après les noctambules qui se sont déjà prêtés à l'exercice, l'espace festif lausannois permet de trouver toute sorte de drogues en un temps record.

Je trouverais en 20 minute. (Alexia)

Statistiquement Lausanne, c'est la ville la plus facile du monde pour trouver de la drogue. (Ben)

En une demie heure tu trouves ce qu'il te faut ici. (Gilles)

Du côté des acheteurs en soirées, la tendance est la recherche de comprimés d'ecstasy/MDMA les plus forts possibles, quitte à s'engager dans un risque de surdose plutôt que l'inverse. Mais le fait de se retrouver avec des marchandises de mauvaise qualité ou trop peu dosées en MDMA est certainement aussi un cas de figure fréquent, générant chez les acheteurs la frustration de « s'être fait avoir ».

Pour parer à une telle éventualité, la stratégie consiste à créer son propre réseau en passant par des vendeurs connus. Figure inversée des « dealers » de rue, ces derniers sont considérés comme plus fiables, compétents et vendant des produits de qualité.

Pour les noctambules qui se fournissent en amont des soirées, cela implique de connaître un dealer, de prendre rendez-vous et d'acheter les produits durant la semaine. Cette manière de faire permet de négocier les prix et de s'informer sur la qualité et les effets avant de consommer^u.

Si tu l'achètes sur place [en soirée], ça fait genre 30 balles. Alors que là, le fait de les acheter en dehors ça fait moins de dix balles, et pis comme ça on a le temps de regarder sur Internet la dose et de vérifier. Moi j'estime faire confiance suffisamment à ceux à qui j'achète parce que justement c'est des potes à moi qui prennent régulièrement qui ont déjà acheté chez eux-

Et qui connaissent aussi les effets ? Non ?

Ça je demande. Souvent ceux qui nous fournissent, ils fournissent pas tout le temps les mêmes [ecstasys] donc ça va pas être exactement les mêmes [effets]. Mais si par exemple mon ami qui a pris plusieurs fois chez lui et qu'il a dit que c'était bien ben voilà [...]

Ça doit être spécial de rencontrer comme ça un fournisseur, ça se passe comment ? Vous buvez un café ?

[†] A noter que Yves est l'un des seuls à avoir consommé de la cocaïne de manière régulière durant une période de sa trajectoire (sa période de célibat d'une petite année qui s'est achevée il y a peu, et durant laquelle il s'était donné plus de liberté au niveau de ses pratiques festives). Sa consommation de cocaïne s'explique aussi par son pouvoir d'achat plus élevé que les autres membres du corpus. L'achat de cocaïne est rare chez les autres noctambules du corpus ; pour la majorité d'entre eux et particulièrement les jeunes filles, les traits de cocaïne ne s'achètent pas, mais sont offerts en fonction des situations.

^u Les sites internet d'alertes comme Nuit Blanche ou ecstasy.org sont mentionnés : <http://www.nuit-blanche.ch/wp/>; <http://ecstasy.org/>.

Non non, on se croise dans la rue, on se dit ouais on se voit ici et à tel endroit, on se voit, on s'éloigne un tout petit peu dans un coin où il n'y a pas trop de monde et pis moi j'ai mon billet, je lui file mon billet discrètement, il m'échange avec le paquet discrètement, je mets dans ma poche et pis après c'est « ciao ». (Claire)

Une stratégie similaire consiste à s'approvisionner dans son cercle d'amis proche. La fréquentation d'un milieu spécifique (scène techno) ou d'un groupe d'amis qui consomment régulièrement permet de trouver facilement ce que l'on cherche. Le vendeur peut être un ami ou un ami d'amis. La figure du « dealer ami » est de loin celle qui génère la plus grande confiance, car la relation s'inscrit dans des réseaux d'affinité et que ses produits ont pu être testés dans ce cadre, créant ainsi une connaissance partagée relative à cette consommation. On crédite alors sa marchandise d'une qualité supérieure et on l'obtient à bon prix.

Ça dépend à qui tu les prends aussi. Si c'est quelqu'un que tu connais ou un peu, eh bien tu sauras aussi à peu près ce qu'il a, en principe, donc... enfin, tu ne sais jamais ce qu'il y a dedans au final... mais ça te rassures déjà un peu. Moi, par exemple, je n'irai jamais les chercher à [nom de place].

Et vous vous êtes fournis comment, là, au [nom de festival] ?

Eh bien là on avait un pote qu'on connaît. J'ai un pote que je connais et puis qui... qui en a quelques-unes. Et puis qu'en général, lui, justement, il me fait un prix coutant [cinq francs la pilule], parce qu'on est pote [...] il les vend prix coûtant juste pour être dans ses frais. Et puis voilà, quoi. Après, en général c'est plutôt 20 francs, 25 francs [...] mais tu vois, moi ça ne me dérangerait même pas de la lui payer 20 francs parce qu'au moins je sais ce qu'il me donne. [...] Je pense que si tu prends déjà à des gens de confiance, tu diminues déjà un peu ton risque. Après, lui aussi il peut très bien tomber une fois sur des mauvaises pilules, donc... ça n'enlève pas le risque entièrement mais tu as quand même un peu plus de sécurité. (Carlo)

C'est pas que j'ai pris des contacts pour acheter, c'est que je me suis fait beaucoup d'amis dans ce milieu qui après vendaient ou connaissaient des gens qui vendent. (Mateo)

En ce moment, oui, il y en a un qui vend, enfin, un ami de ma meilleure pote, là. Et du coup en général maintenant c'est à lui que j'achète. Parce que je sais que c'est de la qualité, je sais que c'est super bien et puis... après, à force d'être un fidèle client on a des prix aussi, donc... voilà.

Et puis là, c'est quoi les prix, par exemple ?

Ça dépend pour quoi. Mais souvent, si vous voulez avoir, genre, trois bombes de MD, ça ferait 60 balles, on peut les avoir pour 50 balles, par exemple. C'est 20 balles la bombe, en général et puis en général, pour dix balles on y arrive, on en achète trois et puis on achète souvent. (Alexia).

5.2 Agir sur les dosages et le mode de prise

Le MDMA sous forme de comprimés ou de cristaux est le stimulant le plus consommé dans les soirées décrites, nous analysons dans ce point principalement les discours relatifs à cette substance, les amphétamines sont abordés plus loin.

Dans l'ensemble, nos interlocuteurs disent ingérer de 1 quart à une ecstasy par soirée et par individu ; dans de très rares cas, il arrive que des personnes prennent une et demie voire deux ecstasy dans une même soirée. La majorité de nos interlocuteurs se situe donc en-dessous de la moyenne évaluée à 1.8 ecstasy dans le rapport *Safer NightLife 2017*^{15v}.

La prise d'ecstasy par demi ou par quart est mentionnée par tous nos interlocuteurs. Même si ce geste ne dit rien sur la qualité et le taux de pureté de la substance, le message de réduction des risques diffusé depuis quelques années par les acteurs de terrain semble néanmoins intégré.

La dose, ça c'est le plus important. Parce qu'alors j'ai vu des gens qui se disent : « Ouais, ouais... » Enfin, tu vois, par exemple, une de mes amies là, ça fait pas longtemps que c'est la première fois qu'elle prenait, elle me dit : « Allez, Delphine, je prends avec ou sans toi ? » J'ai dit : « Bon, alors tu prendras avec moi », et elle me fait : « ah, je la prends en entier ? ». J'étais là : « mais t'es malade, toi ? Si tu la prends en entier, tu vas te retrouver à te bouffer les lèvres, te baver dessus et tout. » Du coup, ben, vraiment, ça c'est le plus important, c'est la dose. C'est ça qui fait tout. Si t'en prends trop, ben tu peux mourir quoi. Enfin, c'est ce que je dis à mes amis un peu novices. (Delphine)

Il y en a des plus ou moins fortes, tu vois, donc tout d'un coup, si tu réalises que ça fait pas beaucoup d'effets, ben t'en reprends un quart. En général moi c'est comme ça que je fonctionne, c'est que genre, tu fais par palier pour être sûr de ne pas te prendre une secouée. (Yves)

Comme le relèvent nos interlocuteurs, le fractionnement des prises remplit différentes fonctions : il permet de juger de la qualité du produit s'il est acheté à des vendeurs inconnus, de réduire les risques de mauvaises surprises (surdoses), de réguler l'intensité et la durée des effets dans le temps. La gestion du fractionnement fait donc partie d'un apprentissage qui vise à adapter l'usage de la substance aux effets souhaités et de rendre la prise plus sécurisée.

Quand la sensation est trop forte, ça peut donner la nausée, puis du coup c'était des apprentissages comme ça [...] s'il y avait un truc qui s'était pas trop bien passé dans ma soirée, la soirée suivante je vais me dire : « Là on devrait mieux prendre un quart puis ensuite un deuxième quart ». (Claire)

C'est cool que ça s'arrête au bout d'un moment parce que, justement, là, t'as atteint la bonne quantité d'énergie en plus. Mais si ça continue à trop monter justement, là ça peut devenir désagréable parce que ça fait trop et puis, genre, quand c'est trop, c'est désagréable [...] Dès que t'arrives plus à gérer c'est aussi ça je pense, qui provoque les overdoses. (Gilles)

Moi en soirée, sur le moment, je vais pas prévoir, mais sais le degré à quel point je peux être loin avec ce que je prends. (Mateo)

L'effet de l'ecstasy oscillant entre des moments de « montées » et de « descentes », sur une période de quelques heures (trois à quatre heures), le fait de renouveler (ou non) la prise lors des « redescentes » permet de réactiver les sensations. Alexia note ainsi « *qu'en soirée, on prend l'ecsta*

^v Nous ne pouvons toutefois pas exclure un biais de désirabilité sociale lors des entretiens, qui aurait conduit les personnes à minimiser plutôt qu'à exagérer ces quantités.

et puis quand ça redescend, on en reprend et puis quand ça redescend, on reprend et puis quand on en a marre, on arrête. Et puis c'est un peu un cercle infini ».

Plus concrètement, dans les cas où l'ecstasy est achetée à un revendeur inconnu, la prise par petites doses est un moyen de sécuriser l'expérience, car elle permet au noctambule de juger de la qualité du produit, c'est-à-dire de sa « force ». En soirée, c'est en effet sur ce critère (fort/faible) que les membres d'un groupe d'amis discuteront par exemple de leurs ressentis et sensations après ingestion du premier quart ou demi ecstasy. Ce « test » permet d'identifier si la pilule est très forte (surdose), faible (trop peu dosée) ou idéalement dosée. Le résultat de cette évaluation in situ déterminera si l'on désire en reprendre et se « relancer » ou s'il est préférable d'en rester là.

Comment vous savez s'il est forte ou pas forte ?

En prenant une demie. Et puis on verra si... Après, eh bien, on n'est pas les seuls à en prendre, du coup on sait : « Ah ! celle-là, elle est géniale, tu verras, mais fais gaffe, elle est très forte ! », ou bien : « Ah, eh bien c'est un peu plan-plan, tu peux la prendre en entier ». Les gens, ils nous disent, aussi. Donc c'est vrai que très forte, eh bien, moi je prends des demies. (Alexia)

Si la connaissance de la concentration en MDMA est connue en amont des soirées, la sécurité est d'emblée plus élevée, tout comme l'anticipation des dosages. Poussée à l'extrême, cette logique donne lieu à des calculs parfois étonnants, comme ceux effectués par Claire et son groupe d'amis consommateurs récréatifs de stimulants. Leur consommation est préparée comme un pharmacien établit sa posologie et s'accompagne de « règles de conduite » qui ritualisent les prises : le groupe ne prend qu'une seule substance par soirée ; la substance est achetée et fractionnée au préalable par Claire (contrôle de la source du produit, achat et relation au fournisseur, recherche d'information sur Internet, etc.) ; pendant la soirée, le groupe de noctambule planifie l'heure des prises et l'heure à laquelle il s'agit de s'arrêter, etc. La concentration en MDMA étant connue, le mode de prise est ainsi contrôlé en fonction des noctambules et de leurs préférences ; en l'occurrence ici, la prise s'établit par petites doses de sorte à jouer sur la durée des effets jusqu'à trois ou quatre heures du matin.

Vous calculez l'heure que vous prenez pour savoir l'effet à quelle heure ça va faire effet ?

- (Claire) *Pour le mettre avec le concert qu'on veut.*

- (Justine) *Ouais exactement !*

D'accord. (Rire)

- (Claire) *Je crois qu'on est vraiment tordu en fait ! (Rire)*

- (Justine) *On n'est pas comme la plupart des gens qui prennent ça.*

Enfin t'as entendu d'autre ?

- (Justine) *Les gens que je connais, c'est un peu YOLO^w, ils vont pas prévoir à l'avance-*

- (Claire) *Calculer, mesurer-*

- (Justine) *Nous on se dit ok, on prend à 23h, à minuit on sera vraiment bien, le concert il commence à ce moment-là, ensuite il y a deuxième concert qui commence à ce moment-là, on sera encore un petit bien et pis après ça sera la fin.*

^w Signifie « You Only Live Once ».

Ok. Et toi dans ce moment où vous avez repris un quart, c'était après combien de temps ?

Tu te rappelles ?

- (Claire) *Ah ça devait être... Je pense qu'on a pris à 23h, ça devait être à 1h-2h ?*

- (Justine) *Plus.*

- (Claire) *Plus... 3h ?*

- (Justine) *Ah 1-2h du matin ?*

- (Claire) *Oui.*

- (Justine) *Ah oui oui alors.*

- (Claire) *L'effet il descendait un peu et pis du coup on s'est dit qu'il fallait pas que ça se termine...*

- (Justine) *C'est Vincent, il veut toujours faire ça.*

Et pis les effets, ils durent une heure ou deux... enfin ça dépend la dose ?

- (Claire) *Plutôt trois quatre heures ?*

- (Justine) *Ouais trois heures.*

Une telle planification est rare dans notre corpus ; la plupart des noctambules interrogés, comme le dit Claire, se fournissent en effet en soirée et se laissent porter par l'esprit festif (« *c'est un peu YOLO...* »). Malgré tout, même lorsque le vécu de la fête se déroule de manière plus spontanée et impulsive, la vigilance sur les quantités ingérées n'est jamais totalement absente des esprits ; sauf exception, elle se retrouve à des degrés divers chez nos interviewés.

Avec le temps, Delphine nous explique par exemple privilégier un mode de prise quasi « homéopathique » en soirée : une seule prise lui suffit pour savourer la fête, d'autant plus que cette modalité de prise lui permet de dissimuler son état aux yeux des autres. Quant à Carlo, après quelques expériences houleuses à ses débuts, il affirme procéder désormais en favorisant des prises par paliers, avec des dosages en demi-ecstasy, un type d'usage que l'on retrouve également chez plusieurs interviewés.

D'autres noctambules sont plutôt adeptes d'un dosage d'emblée plus élevé de sorte à entrer dans l'expérience de manière plus rapide et franche. Marie qui tente aujourd'hui de mieux contrôler son rapport à l'ecstasy, explique ainsi avoir le plus souvent avalé les comprimés en entier, sans réelle conscience des « risques » qu'elle prenait : « *une ecsta, on sait pas exactement combien il y a dedans mais moi je la prenais entière, j'étais folle hein !* ». Pour sa part, et sur la base de ses années d'expériences, Gilles pense être relativement « résistant » à ce produit, c'est donc sur ce constat qu'il légitime sa préférence pour un comprimé entier par prise : « *Moi- moi je ne suis pas super sensible, de manière générale, du coup, genre, j'en prends une direct... et après... ça me fait l'effet... ça me dure quatre heures et puis après on n'en parle plus* ». Le même raisonnement est observable chez Alexia, à cette différence qu'elle a plus de peine à s'arrêter que Gilles. De ce point de vue, elle apparaît comme la figure inversée de Claire et de Justine en termes de consommation.

J'ai tendance à beaucoup abuser, et je suis tellement pétée que... eh bien en général- Souvent, je dois même sortir, me poser, pour essayer de me calmer, parce que j'ai trop pris de drogues. C'est un peu ça mon problème. C'est ça. Je gère pas vraiment bien. Je gère pas vraiment bien les quantités. Je me laisse un peu emporter, en fait. (Alexia)

Plusieurs noctambules ont également expérimenté la substance dans la forme de cristaux, pris en « parachutes » (ou « bombes »), sniffés ou dilués dans un verre. Ils jugent ces deux derniers modes de consommation comme les plus dangereux en soirée, car contrairement à du MDMA pris en comprimés fractionnables, le dosage est difficile à maîtriser^x.

Les ecsta c'est plus facile de savoir [le dosage] vu que c'est des pilules, tu sais t'en as pris une ou deux, tu le sais mais dans le verre de MD, tu sais déjà pas ce qu'il y a dedans et pis quand tu bois, tu sais pas vraiment combien t'as pris du coup c'est un peu plus difficile (Marie)

Lorsqu'il faut le doser du MD soi-même, alors ça c'est très aléatoire. Et puis quand on est pété en plus, on voit pas vraiment ce qu'on fait. Donc qu'est-ce qui vous dit que vous avez mis 0.20 ou 0.40 ? On sait pas, au final. Du coup, c'est un peu au petit bonheur la chance et puis (rires) advienne que pourra, quoi. (Alexia)

Le MDMA sous forme de comprimé est apprécié par les noctambules pour son côté « pratique », facile à dissimuler, à avaler et à manipuler en toute discrétion, autant d'avantages qui comptent dans le vécu des soirées.

Outre l'adaptation à sa sensibilité et à ses attentes, des variables plus circonstancielles influencent la gestion des dosages. Il s'agit des obligations du lendemain et du temps à disposition du noctambule avant de réintégrer ses rôles sociaux ordinaires (non festifs). On peut citer ici le cas de Claire, qui nous explique n'avoir jamais eu l'occasion de fréquenter une *rave party* malgré sa curiosité, parce que les modalités de tels événements ne sont pas compatibles avec ses études en médecine. Dans d'autres cas, c'est en raison de son travail que la personne va diminuer ou au contraire augmenter la fréquence de ses soirées avec stimulants. La variable professionnelle ou l'assiduité dans ses études sont donc des éléments qui imposent un cadre à la fête en orientant les conduites vers plus ou moins de licence ou de modération.

De ce point de vue, la notion de « *cercle infini* » évoquée au début de ce point par Alexia est peu corroborée par les expériences. Elle-même l'avoue plus loin dans l'entretien lorsqu'elle affirme détester les afters et avoir systématiquement contraint son petit ami de l'époque à rentrer lorsque l'aube approchait. Il semble donc plus heuristique de remplacer l'image de cercle par celle d'une ligne qui s'arrête au bout d'un certain temps, ne serait-ce que sous la pression de la fatigue corporelle, de la limitation des ressources (financières, substances, etc.) ou, comme nous l'avons vu, des règles de vigilance et de sécurité que se donnent les individus.

^x Les quantités mentionnées varient entre 0.1 mg ou 0.2 mg, mais certains de nos interlocuteurs disent en effet ne pas toujours avoir été au courant de la dose avant d'ingérer le produit sous forme de « parachutes » ou de « bombes ».

« J'étais bloqué » : une expérience de surdose où le noctambule apprend le principe de fractionnement à ses dépens

(Ben) J'avais une résistance sur la weed [cannabis], sur l'alcool et j'ai pas du tout vu venir l'ecstasy. Pour moi, j'en avais pris avec cette fille c'était bon et pis pour moi c'était comme un verre, les gens ils prennent un verre et d'autres une pilule quoi et je disais même un quelqu'un non prend un demi non un quart et du coup-

Les gens t'avaient dit ça ?

(Ben) Non personne m'avait dit ça, jamais. Non vraiment pour moi, j'étais sûr que ça allait me faire peut-être comme quatre ou cinq bières tu vois enfin un peu de perdre la tête-

Mais comment tu as eu cette pilule ? T'étais avec des potes ?

(Ben) Ouais ouais j'étais avec un pote, un ami de [nom de l'école ou Ben a étudié] qui m'avait proposé et pis je lui avais donné et il m'avait donné ça. Et pis du coup j'étais arrivé au [nom de festival] et j'avais, je fumais beaucoup à l'époque et mon paquet de cigarette était rempli avec sept ou huit joints je pense donc j'étais arrivé en mode je vais partager, ça va être une soirée de ouf et je me suis posé à un endroit où on entend un peu deux musiques différentes et je me suis mis un peu entre les deux et là, je pouvais plus bouger, mon cerveau était un peu bloqué, j'étais sur un gros pouf. J'entends la grande scène, c'était un concert, musique électronique à côté, j'appréciais les deux et j'arrivais pas à arrêter d'apprécier les deux, je pouvais pas bouger, j'étais vraiment bloqué et je fumais mes pets, je fume mes huit pets quasiment tout seul sur un pouf.

(Batiste) Toi tu tiens beaucoup mieux aux pets quand tu te drogues en fait, tu peux en fumer dix d'affilée, c'est comme si tu fumais des cigarettes au final.

(Ben) C'est ça.

C'est parce que t'avais pris de l'ecstasy que t'as tenu comme ça avec ?

(Ben) Ouais ouais parce que sinon au bout de cinq minutes je me serai fait chier. Mais là j'étais vraiment en train de- ecstasy et weed ça se marie peut-être un peu trop bien et du coup, le [nom de festival] se finit et là j'ai perdu tous mes potes, je me retrouve tout seul, je prends la mauvaise sortie et là j'ai un peu la tête qui tourne, je me retrouve à quatre pattes et bim d'un coup, j'ai l'impression que tout le monde entend ce que je pense. Genre je suis sûr à 100% que tout le monde autour de moi entend mes pensées, j'allume la radio, la radio elle me parle mais directement, c'est Shakira qui s'adresse à moi directement, je la sens, Shakira j'étais vraiment sur chaque-... chaque personne qui parlait, chaque regard, c'était pour moi. Tout le monde pouvait entendre ce que je pensais.

(Batiste) T'étais fucked up.

(Ben) Et ça m'a duré trois jours.

(Batiste) C'est chaud.

(Ben) Et j'ai dû aller dans un hôpital à (nom de ville), j'ai demandé à mes parents de m'emmener voir un psy, qu'il me dise que je délire pas, j'avais besoin de voir un professionnel pour qu'il me dise-

-Carrément.

(Ben) Ouais je croyais personne, j'étais bloqué !

(Batiste) Et ça t'a pas fait arrêter ? (Rire général)

(Ben) Bah maintenant, je croque dans un quart et pis ça me fait quasiment le même effet, je sais que je suis ultra sensible... Ouais... moi ça me fait quatre soirs si je prends une pilule.

5.3 Gérer les mélanges

Les mélanges décrits par nos interlocuteurs font intervenir l'alcool, le cannabis, l'ecstasy/MDMA ainsi que la cocaïne, l'amphétamine, la kétamine ou le poppers^y. Selon les habitudes de chacun, la consommation en soirée peut ainsi varier entre :

- l'utilisation d'un seul produit (p. ex. ecstasy),
- le mélange entre deux produits (alcool et ecstasy, ecstasy/MDMA et cannabis) et
- un mélange de trois produits et plus (alcool, ecstasy/MDMA et cannabis ; alcool, ecstasy/MDMA et cocaïne ou amphétamine).

L'attention aux mélanges protège l'individu d'une *perte de contrôle des effets en soirée*, qui se manifeste par des problèmes allant de la perte de mémoire momentanée à l'overdose, en passant par des accidents, des nausées, vomissements ou une perte de connaissance. Cette perte de contrôle s'exprime dans des notions comme « prendre trop » relative aux quantités, « trop souvent » relative à la fréquence, et « pleins de trucs » relatives au nombre de substances. L'adverbe « trop » signalant bien l'idée d'exagération et de consommation excessive.

Il y a d'autres personnes, peut-être qu'ils... je ne sais pas si c'est parce qu'ils gèrent mal leur truc, qu'ils en prennent trop ou ils en prennent trop souvent ou ils pensent que- peut-être ils prennent et puis ils attendent que- ils n'attendent pas assez avant que ça fasse effet... mais du coup ils en reprennent après et puis ça fait trop d'effet. J'ai connu des personnes qui voulaient impressionner d'autres gens en prenant pleins de trucs et puis après, genre, eh bien ça ne se passe pas très, très bien parce qu'ils ne contrôlent pas trop les effets... enfin, oui, il y a un peu de tout comme- comme dans la boisson, je pense. (Gilles)

Le Tableau 3 ci-dessous montre le/s produit/s consommé/s par les personnes, avec mention de l'alcool et du cannabis, et les regroupe en fonction de la catégorie des *clubbers* ou des *ravers*, car elle est pertinente pour analyser la situation des polyconsommateurs.

^y Les personnes mentionnant la prise d'hallucinogènes (LSD et mescaline de synthèse notamment) ne les associent pas forcément aux soirées festives en public, mais plutôt à un cadre plus intimiste, des soirées entre quelques amis et chez soi par exemple. Cet axe sortant des questions du rapport (ciblée sur l'expérience dans l'espace festif collectif), nous le laissons donc de côté.

Tableau 3 Substances consommées par les personnes interviewées

Type de produits mentionnés	CLUBBERS						RAVERS					
	Claire	Justine	Amandine	Yves	Batiste	Ben	Marie	Gilles	Delphine	Carlo	Alexia	Mateo
Ecstasy/MDMA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Cocaïne (opportuniste*)				X	X*	X*	X*		X*			
Amphétamines			X						X		X	X
Kétamine (exceptionnel*)						X*						X*
Poppers											X	
LSD, mescaline									X		X	X
Alcool	Non	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Non	Oui	Non	Oui
Cannabis (opportuniste*)	Oui*	Oui*	Oui*	Non	Oui	Oui	Oui*	Oui*	Oui	Oui	Oui*	Oui*

*Opportuniste : consommation par le biais de personnes tierces, non anticipée

5.3.1 Alcool et ecstasy/MDMA

Comme déjà évoqué, l'alcool est très présent dans les before pour « lancer les soirées », pour reprendre les mots de Batiste. Pour des raisons notamment économiques et de pouvoir d'achat^z, sa consommation tend à diminuer une fois entré en club. Les noctambules substituent alors l'alcool par la prise de stimulant de type ecstasy/MDMA. Le changement d'activité entre la before (centrée sur la discussion entre amis) et la soirée (plutôt centrée sur la danse, la musique, les rencontres, etc.) correspond donc à un changement de consommation chez la plupart des noctambules interviewés.

Il faut bien boire avant pour éviter de dépenser de l'argent dedans (la boîte de nuit). Et puis essayer de trouver un petit truc [ecstasy] qui puisse faire durer la soirée jusqu'à cinq heures parce que si tu prends juste une cuite, on va dire, standard, eh bien tes jambes elles lâchent au bout moment, quand même. Tu commences à être flagada... J'ai envie de dire une bonne chance à celui qui tient jusqu'à cinq heures du mat. (Gilles)

Chez certains noctambules, la consommation légère d'alcool (un verre ou deux), la modération de sa consommation ou la non-consommation est chose aisée « je bois jamais d'alcool si j'ai pris de la drogue » ; « avec l'ecstasy, je vais pas du tout chercher à boire » ; « une bière pour me rincer la gorge ok mais je vais plus chercher à boire de l'eau », « à partir du moment où je prends, je vais pas boire », etc.). La variable du sexe joue vraisemblablement pour discriminer les pratiques, car plus de filles que de garçon disent ne pas boire du tout dans leurs soirées en général, et à fortiori dans celles où elles consomment des stimulants. Toutefois, cette variable n'explique pas pourquoi certaines jeunes filles disent avoir de la peine à se modérer^{aa}. Bien qu'elle affirme boire moins que dans une soirée sans stimulants, Justine raconte ainsi que lorsqu'elle est « perchée », ses

^z Notre groupe d'interviewés se caractérise en effet par un pouvoir d'achat relativement faible.

^{aa} L'analyse de ces différences dépasse le mandat de cette recherche, elle nécessiterait une focalisation sur les parcours festifs et sur les socialisations secondaires de ces jeunes filles, que nous ne réalisons pas ici.

perceptions changent et son envie de boire demeure présente : « *les choses sont plus douces et puis quand je bois les bières, c'est bizarre, mais vraiment une bière que j'aurai pu boire 4h avant (et) qui était moyenne, elle est extraordinaire (...) du coup moi le problème c'est que j'ai plutôt tendance à avoir envie de boire, mais ça s'arrête, je ne sais pas... à trois ou quatre bières* ».

Chez les jeunes garçons du corpus, l'idée qu'une bonne soirée avec stimulant passe par une modération de sa consommation d'alcool semble acceptée, mais ce précepte s'applique avec plus ou moins de facilité. La socialisation festive de certains noctambules avec l'alcool, en particulier ceux entrés plus tard dans une carrière avec prises de stimulants, rend les choses plus compliquées.

Carlo raconte par exemple continuer à boire modérément tout au long des soirées avec stimulants parce qu'avec l'alcool « *ça fait encore plus d'effets* ». Batiste, mais surtout Ben qui se dit « *dégoûté de l'alcool* » depuis quelque temps, expliquent que dans l'ambiance des soirées, la vigilance et la mesure avec l'alcool n'est pas une mince affaire :

*(Ben) moi je le vois pas venir l'alcool c'est ça. J'ai tendance à aller boire dans les verres de tout le monde, le mec enfin il s'en fout. L'alcool tu le vois pas venir. Du coup la plupart des soirées que j'ai fait sous drogue, c'est l'alcool qui au final qui te laisse juste trop torché. Les autres drogues, elles ont fait un petit effet en début de soirée ou quand tu les as prises mais...
Et toi ce serait différent, tu aurais moins l'alcool et t'arrives plus à gérer ?*

(Batiste) Moi c'est un peu la même chose. Je prends (une ecstasy) et après je bois avec. Le truc qui peut me rendre mal, c'est plus l'alcool justement parce que dès que t'arrives à un point ou t'es trop bourré, tu te sens un peu mal, tu as la tête qui tourne. La drogue ça aide un peu à équilibrer la chose.

Contrairement aux jeunes filles du corpus, qui semblent très vigilantes face à l'état d'ivresse, les risques du mélange alcool-stimulants sont plutôt minimisés chez les jeunes garçons (« *une petite bière ça va pas te faire de mal* »). L'idée de s'abstenir totalement d'alcool en cas de prise de stimulant semble donc peu mise en pratique ; c'est plutôt la modération qui prime.

5.3.2 Stimulants et cannabis

Le cannabis est souvent mentionné comme partenaire de la fête. Il est présent dans les befores comme en soirée et revêt des usages multiples. Son effet est décrit comme pernicieux lorsqu'il est associé à l'alcool en début de soirée, d'où les précautions de certains noctambules pour éviter d'en consommer : « *Alors si tu- si tu fumes avant de boire, eh bien je serai stone et j'aurai plus de peine à être bourré alors que si tu fais l'inverse, enfin si tu bois d'abord et que tu fumes après, ça part un petit peu en couille, entre guillemets* », « *en début de soirée, t'as l'impression d'être comme une brique de coca que tu as secouée, ce n'est pas jamais une bonne très bonne chose, enfin moi, j'ai l'impression, ça déculpe les effets de l'alcool* », « *en début de soirée j'évite de fumer beaucoup (...) beuh et alcool, ça a la fâcheuse tendance de te péter rapidement* », « *Se fumer des pets en soirée, ça tourne un peu ta soirée* ».

Les noctambules qui l'associent à des prises de stimulants disent que dans une telle configuration l'effet du cannabis est moins susceptible de créer l'effet « cocktail » tel que décrit en association à l'alcool. De fait, le cannabis semble se marier plutôt bien avec la prise de stimulants en soirée si l'on

veut maintenir un certain niveau d'effet, accélérer sa survenue, le relancer ou encore alléger les « descentes » d'ecstasy de fin de soirée.

Je déteste le cannabis mais si je suis pété, je fume du cannabis parce que ça- ça augmente les effets ou ça permet de remonter les effets [...] Ou alors, si on veut que ça monte plus vite, eh bien on fume un joint et puis, eh bien ça va monter plus vite. (Alexia)

Je commence l'alcool un peu pour me lancer un peu, pour être un peu réveillé voilà ça. Après, si je veux me droguer ce soir-là, je vais prendre mon petit quart et pis après vers minuit ou une heure, je vais commencer à fumer mon premier petit pétard dès je sens l'effet, pour accompagner. (Batiste)

Je fumerai plus un bed en fin de soirée pour calmer un peu le truc. (Gilles)

5.3.3 Mélanges entre stimulants

Les mélanges entre les stimulants mentionnés par nos interlocuteurs concernent principalement l'association entre ecstasy/MDMA et cocaïne d'une part, et amphétamine d'autre part. Ces deux mélanges semblent renvoyer à des contextes différenciés^{bb}, à savoir l'univers des boîtes de nuits d'un côté, celui des raves de l'autre.

La prise de cocaïne chez les *clubbers* de notre corpus se réalise la plupart du temps dans une logique opportuniste : tous les noctambules qui disent en prendre le font très occasionnellement, ne l'achètent pas eux-mêmes mais y accèdent par l'intermédiaire d'une tierce personne, ami ou rencontre du moment, qui leur « offre un trait ». Les noctambules qui font ce type de mélange expliquent qu'il permet de redonner une certaine lucidité en soirée, la cocaïne neutralisant les effets d'ivresse produits par l'alcool.

En revanche, le recours à l'amphétamine, caractéristique des *ravers*, appartient à des modalités festives bien particulières, associées à des soirées qui se prolongent en général dans des afters du lendemain et dont on sait qu'elles attirent davantage de consommateurs de drogues^{1, 43, 41}.

Dans de telles soirées, le mélange entre l'amphétamine (dit aussi *speed* par les noctambules) et l'ecstasy/MDMA est souvent mentionné. L'amphétamine est recherchée pour sa capacité à diminuer les sensations de fatigue et ainsi augmenter l'endurance du *raver*. Selon nos interviewés, elle est financièrement avantageuse, car elle s'achète entre Fr. 20.- et 40.- le gramme. Un gramme d'amphétamine suffit pour « durer », que ce soit avec ou sans mélanges avec d'autres stimulants, de l'alcool ou du cannabis.

Par exemple quand on est à [nom de ville européenne], les soirées durent du vendredi au dimanche, non-stop, tu vois ? Il y a- sans pause, sans rien. Du coup, là j'aime bien prendre des amphétamines, parce que c'est pas trop fort et puis que- enfin, ça te booste un peu et ça donne juste envie de continuer à faire la fête. (Delphine)

En effet, le noctambule qui se rend à des soirées non autorisées en forêt ou encore dans des festivals musicaux reliés au courant techno assiste à des soirées dans lesquelles la musique est

^{bb} Cette tendance nécessiterait d'être explorée plus loin, le nombre de cas étant ici trop réduit pour nous permettre de l'étayer.

présente en continu et sur une longue durée ; il a donc une latitude d'expérimentation temporelle plus grande que dans le cadre d'un club (horaires à respecter, sécurité, etc.). D'où une logique de gestion et de consommation qui s'adapte à ce critère. Avec une tendance, dans cette population de *ravers*, à consommer plus de produits stimulants que la moyenne^{cc}, et en particulier lors des *afters* du lendemain. Dans ce sous-groupe, on voit aussi des individus qui ont la volonté d'expérimenter différentes drogues (LSD, kétamine, champignons hallucinogènes sont mentionnés) dans un esprit moins festif que de découverte de nouveaux effets.

Au début, j'ai beaucoup commencé en prenant amphétamine, donc du speed et de la MD/ecstasy... ouais, au début j'ai pris un peu que ça.

Alcool ?

Ouais aussi tout le temps, de base avec ça [...] Mais ouais... Si j'ai un gramme [de speed] et je le consomme rapidement et qu'au milieu de la nuit j'en ai plus, le matin je vais quand même redescendre et j'aurai plus rien pour me réveiller. Donc faire des soirées jusqu'au soir d'après, ça implique de consommer pendant le lendemain en fait ou en tout cas pendant le matin. Mais souvent je finis ce que j'ai le matin et pis après

Tu redescends gentiment

*Ouais on est lancé et puis après, ça permet aussi de faire des *afters* où on est juste posé tranquillement. On va pas forcément s'endormir vu que jusqu'à dix heures du matin, on a pris mais-*

-mais tu ressens pas la fatigue?

Non non je suis pas fatigué du tout... Quand le speed redescend, je sens la fatigue mais avant ça, il n'y a pas de fatigue, pas de sensation de faim, pas de fatigue physique et pis du coup c'est comme si on avait pris un bonus et qu'on pouvait faire la fête sans s'arrêter. (Mateo)

Le cadre des *raves* offre également un espace libéré de certaines contraintes (notamment sécuritaires) plus visibles en discothèque : en général, la consommation de drogues y est normalisée, les normes de sécurité relativement lâches, l'organisation souvent autogérée, l'environnement éloigné des centres urbains (forêt ou campagne, usines désaffectées, etc.), etc. Le noctambule qui les fréquente entre ainsi dans ce que Gilles nomme une « *bulle spatio-temporelle* », à la fois intimiste et dans laquelle les jugements moraux ordinaires sont relevés : « *il n'y a pas de Sécurité, il n'y a pas de police, chacun fait un peu ce qu'il veut* », nous dit Gilles. Cette idée est corroborée par Matéo, qui explique que « *c'est un peu une ambiance où on a l'impression d'être... pas marginal, mais c'est un peu d'être à l'écart et libre de tout ce que tu fais parce que de toute façon tu t'en fous, vu que personne va te juger* ».

Dans un tel contexte, le risque est plus élevé de faire un malaise si le noctambule oublie de s'hydrater par exemple, ou si son inexpérience l'amène à perdre sa vigilance sur les mélanges simultanés ou trop rapprochés qu'il réalise.

On voit des gens en teufs qui se gèrent mal et qui sont pire pétés et qui comprennent plus rien. Vu qu'ils connaissent pas bien la substance ou les substances qu'ils prennent, ils font des mélanges qui sont- Parce qu'il y a des mélanges qui amplifient beaucoup les effets et du

^{cc} Nos données corroborent en ce sens les résultats d'études suisses, françaises et européennes sur le sujet^{1, 39, 44}.

coup, si on n'est pas conscient de ça, on peut... ouais, complètement perdre le contrôle.
(Mateo)

D'après son expérience, Mateo est d'avis que l'amphétamine est moins dangereuse et plus facile à gérer que le MDMA : prise par voie nasale, l'effet est selon lui moins intense (« *pas très très fort* ») et plus rapide à se manifester que la MDMA. La perte de contrôle adviendrait alors souvent dans la combinaison de ces deux substances, lorsque le noctambule impatient n'est pas « *conscient de où en est l'effet* » et sera conduit à en reprendre. De tels polyconsommateurs existent dans notre corpus avec les exemples de Ben, d'Alexia ou de Marie qui disent être dans un rapport plus compulsif aux produits que ne l'est Mateo – qui déclare par exemple ne pas « *avoir d'attentes particulières lorsqu'il prend de la drogue* », mais rechercher plutôt à « *vivre pleinement les effets* ». Ces éléments illustrent deux manières de pratiquer la polyconsommation entre substance^{dd}, et, plus globalement, ils témoignent de rapports différenciés à la consommation récréative.

5.3.4 Pertes de contrôle en soirée

Dans le Tableau 4 nous identifions les personnes qui déclarent des épisodes de perte de contrôle, que nous classons en fonction de leur nature.

Tableau 4 **Episodes de pertes de contrôle en soirée chez les personnes interviewées**

Pertes de contrôle de la situation	CLUBBERS						RAVERS					
	Claire	Justine	Amandine	Yves	Batiste	Ben	Marie	Gilles	Delphine	Carlo	Alexia	Mateo
Pertes de mémoire, nausées, vomissements		X		X		X	X		X	X	X	X
Accidents, agressivité en soirée							X				X	
Pertes de connaissance, psychose						X	X				X	
« overdose »						X					X	
Urgences ou appel à des professionnels de santé						X	X				X	

Les épisodes de perte de mémoire sont relativement communs à tous les noctambules rencontrés alors que les accidents, les pertes de connaissance et les « overdoses » sont plus spécifiques aux *ravers*.

^{dd} A propos des différents modes de polyconsommation et leurs risques sur la santé, voir notamment l'étude de Baggio et al.⁴⁵

Nous décrivons ci-après deux épisodes de pertes de contrôle qui conduisent leurs protagonistes vers des professionnels de santé. La première situation est vécue par Marie. Ainsi explique-t-elle :

J'étais à [nom de ville] avec une copine, on était deux copines, et pis je suis tombée dans les pommes en fin de soirée... Mais en fin de soirée... il était 13 heures... En 'after' quoi. Voilà oui. Je suis tombée dans les pommes. Ça m'a énormément choquée et ça a aussi énormément choqué les copines qui étaient avec moi. Du coup, ouais, là j'ai décidé vraiment que- même si c'était qu'une chute de pression, au final, vu que je me suis rendue compte de ce qu'il se passait sur le moment, ça m'a énormément choquée et pis j'ai vu quand j'ai repris mes esprits, il y avait une copine devant moi en pleurs qui a pas réussi à dormir de la nuit à cause de ça. Et les deux m'ont vraiment fait une grosse morale où elles disaient : « Marie, t'es juste en train de te détruire. Il va falloir que tu prennes les choses en main ». Du coup ben là j'ai décidé d'aller revoir un psy... (Marie)

La perte de connaissance est provoquée ici par un cumul de fatigue et de mélanges non maîtrisés de substances psychoactives. Comme Marie l'affirme, cette situation agira comme un déclencheur dans sa carrière (« *là j'ai décidé vraiment que...* »).

Dans le cas suivant, c'est l'impulsivité et la non conscience des risques face aux quantités de produits ingérés qui provoqueront la perte de contrôle. La protagoniste, Alexia, associe cet épisode à une « overdose », à savoir une épreuve très éprouvante pour elle, avec un état d'inconscience et un niveau de tachycardie élevés durant plusieurs heures. « C'est vraiment la pire soirée de ma vie », dit-elle avant de continuer son récit dont voici un extrait :

J'ai fait un peu une overdose, donc... c'est vraiment la pire soirée de ma vie, je pense. Du coup, eh bien je sais pas, on avait commencé, vers, je sais pas, six, sept heures... ouais, ou peut-être l'aprem's ou fin d'aprem's mais on a commencé à tirer des traits et tout, machin. Après, à cette soirée, eh bien on a- j'ai pris, je pense, trois trucs en trois heures- enfin, en trois heures, qui n'étaient jamais montés donc aucun des trois n'est monté. Alors est-ce que c'est à cause des amphets avant ? C'est peut-être les amphets. Sauf qu'après j'ai repris un quatrième truc et puis en fait j'ai... les quatre qui sont montés en même temps. Et là j'ai dû sortir de la soirée définitivement, bien avant tout le monde, enfin... on peut mesurer le pouls sur le natel. J'étais 244 pulsations minute. Je m'en souviendrai toute ma vie de ce chiffre, ça m'a pas vraiment pas aidé à me calmer, en fait, au final. C'était horrible, j'étais vraiment à deux doigts de plus être là, quoi. Et puis là, j'ai vraiment dû trouver quelqu'un qui avait l'habitude des gens qui étaient à la limite de l'overdose, ils m'ont sortie et puis ça- je sais pas... Sur le moment, je me souviens pas de grand-chose. Je me souviens avoir demandé de l'aide parce que, genre, j'étais vraiment pas bien. Il y avait deux ou trois salles, j'ai été me mettre dans une salle qui n'avait pas de musique pour essayer de calmer et puis au final ils ont dû me sortir et puis je me souviens de rien jusqu'à un moment dans le retour... Je pense que le dernier truc que j'ai pris, c'était peut-être à trois heures du matin et puis à deux heures de l'après-midi j'étais encore complètement perchée alors que j'avais rien repris- Et après ça j'ai fini quand même à l'hôpital... je me sentais tellement mal que du coup, ben j'ai été à l'hôpital, j'ai dit : « Ben voilà, il m'est arrivée ça, faites un contrôle, enfin, ECG et tout ça, par exemple », histoire d'être sûre que mon cœur allait pas me lâcher dans le jour qui suivait parce qu'il avait vraiment, ben, mal supporté... Au final, il est toujours là, il va bien.

5.4 Synthèse

Selon nos interlocuteurs, la sécurité en soirée passe par la gestion de la qualité, des dosages et des mélanges. Le fait de disposer de revendeurs connus et d'un réseau d'amis consommateurs, mais aussi de fractionner les ecstasys en demi ou en quart ou encore de modérer sa prise d'alcool sont autant de stratégies de gestion efficaces mentionnées et mises en œuvre.

L'analyse montre également une grande diversité dans le rapport de chacun aux produits consommés. Certains entrent dans une logique très planifiée et contrôlée, d'autres sont dans un rapport plus spontané et jouent avec les opportunités du moment, d'autres enfin, entrent dans un registre de consommation plus effréné. La sensibilité du noctambule, son sexe et son parcours, le rapport à son travail et à ses études sont des facteurs qui expliquent la licence et/ou la modération que chaque noctambule manifeste dans sa soirée.

Les jeunes hommes mélangent plus souvent l'alcool et les stimulants que les jeunes filles. Par ailleurs, une petite minorité d'individus sont habitués des mélanges avec trois substances et plus. On retrouve ici la tendance révélée par certaines études^{12,31,34}, d'une association significative entre fréquence des sorties et polyconsommation : les amateurs d'after et de *rave parties* sont plus susceptibles d'être polyconsommateurs. Les substances prises durant leurs soirées sont l'ecstasy/MDMA, les amphétamines en plus de l'alcool, du cannabis, et très souvent, du tabac.

6

L'après-soirée, la perception des risques et le rapport à la prévention

6 L'après-soirée, la perception des risques et le rapport à la prévention

Dans ce chapitre, nous rendons compte des discours sur les difficultés vécues et les risques perçus en abordant, dans un premier temps, le thème des « descentes », les effets secondaires vécus (nausées et vomissements, palpitations, tristesse, etc.), et dans un second temps, celui des risques perçus par les individus (santé, dépendance, etc.). Cette analyse permettra de faire ressortir les logiques de consommations qui sous-tendent les conduites des noctambules rencontrés. Le dernier point portera sur les actions de prévention proposées notamment via les stands en soirée.

6.1 Difficultés ressenties et leur gestion

La « descente » traduit le processus de disparition de l'effet des stimulants et le retour à l'état normal. Elle représente l'image inverse de l'individu en « montée » ou « perché » lorsqu'il vit l'effet de l'ecstasy (termes utilisés). Comme nous allons le voir, malgré certains contrecoups inévitables tels que perte de moral, perte d'appétit ou douleurs physiques, ce processus est, dans la plupart des cas, bien géré par les noctambules. Dans deux cas toutefois, la gestion des lendemains et plus globalement le rapport à la consommation de stimulants deviennent plus compliqués, avec des effets néfastes qui troublent le quotidien. Logiquement, ces dérives s'observent chez les noctambules qui consomment à des fréquences élevées et qui font peu attention aux quantités et aux mélanges réalisés.

Dans ce que les consommateurs récréatifs de stimulants appellent communément la « descente », nous distinguons, le vécu et la gestion de la disparition des effets en fin de soirée ; le vécu et la gestion des effets secondaires de la fête les lendemains et les jours suivants, et enfin, les effets néfastes ressentis, par certains seulement, à plus long terme.

6.1.1 Les effets immédiats (« (re)descentes »)

Par contraste avec les « mini-descentes » que les noctambules compensent, en soirée, par la prise d'une dose supplémentaire d'ecstasy, la « vraie redescente » n'est pas compensée par des stimulants. Le fait d'en reprendre à la fin des soirées est au contraire, perçu comme un risque par les noctambules interviewés, celui de basculer dans l'excès et la perte de contrôle.

(Claire) Moi j'appelle toujours ça la descente.

(Justine) Ouais ouais c'est ça. Mais le pire, c'est le moment où l'effet s'arrête dans la soirée.

(Claire) Ouais la vraie redescente.

(Justine) Mais des fois, ça dépend des pilules, on est hyper mal ! Je me souviens des fois vraiment on grimaçait mais en fait on n'arrivait pas à se retenir de grimacer, c'était vraiment spontanément que ça venait sur le visage on n'était pas vraiment pas bien comme ça, comme si t'as envie pleurer.

(Claire) Voilà. On a envie de pleurer.

La « vraie descente » induit un sentiment d'autant moins évident à gérer que les émotions ont été exacerbées durant plusieurs heures par les stimulants. D'où la difficulté, sur le moment, de « *se dire non, maintenant c'est fini !* » pour reprendre encore les mots de Justine. Avec la descente, c'est donc la perspective d'un sortir de la fête qui se profile. Face à ce constat, les deux stratégies les plus fréquentes chez les noctambules interviewés – notamment chez les *clubbers*, dont les horaires de rentrées se fixent généralement sur ceux des fermetures officielles de discothèques – consistent à :

- 1) rentrer chez soi,
- 2) se retrouver chez un hôte pour une after.

Lorsque les soirées avec stimulants sont planifiées à l'avance, la rentrée est également anticipée : appeler d'un taxi, rentrer chez soi ou dormir ensemble chez l'un ou l'autre, veiller à ce que chacun soit à l'aise, éventuellement fumer un dernier joint pour alléger la « descente », etc. Il faut toutefois compter avec le fait que la nuit sera plus courte et éventuellement plus difficile à gérer. Toutefois, si les ecstasys sont prises par dosage fractionné et de manière modérée (pas de nouvelle prise après une ou deux heures du matin), et sachant que la fatigue corporelle s'installe progressivement, la descente s'ajuste assez bien selon Gilles, avec la rentrée chez soi : « *Tu dors juste mal parce que, genre, ton cœur bat toujours un peu trop vite [...] mais vu que t'es claqué, tu dors quand même, mais tu te réveilles toutes les demies heures, enfin... tu ne passes pas la meilleure nuit de ta vie, faut avouer* ».

D'autres noctambules expliquent que leurs soirées se terminent le plus souvent par l'accueil d'amis dans leur appartement. S'y retrouver en fin de soirée correspond à un moment spécifique de la fête : celui de l'après-soirée, période de battement où l'on se relâche avant le retour aux activités de la vie ordinaire. L'atmosphère y est beaucoup plus détendue et amicale qu'en discothèque :

Pour vite fait retourner sur l'histoire de dormir à quatre heures ou dix heures, c'est juste que quand tu te drogues avec tout ce qui est ecsta ou MD, quand tu rentres de soirée avec des amis, c'est un peu l'atmosphère after et tu parles, tu parles de tout et de rien pendant des heures. Tu fumes de pet pour essayer de te coucher un peu, de te calmer et pis ça peut durer entre deux à quatre heures. T'es posé, tu parles de tout et de rien, tu regardes le soleil se lever ; c'est assez un bon feeling. Après c'est un bon bizarre aussi, je dirais que c'est pas très naturel comme feeling. Mais c'est mon moment de la soirée que je préfère parce que c'est le moment où tu te retrouves avec tous tes amis, tout le monde sur le canapé, tu fais des petits câlins, etc. (Batiste)

Plusieurs interviewés insistent également sur l'importance de cette étape de la fête et sur le fait de se retrouver entre amis pour vivre la descente ensemble, en consommant éventuellement du cannabis. Implicitement, cette transition leur permet d'envisager la fin de la soirée et de gérer le passage au lendemain.

Dans le cas des jeunes femmes du corpus qui sont ou étaient en couple, elles disent le plus souvent rentrer ensemble avec leurs petits amis et prendre le rôle d'incitatrices pour marquer la fin de soirée. Dans deux cas, le fait de dormir chez son copain est également conditionné par le fait que ces jeunes femmes ne résident pas elles-mêmes en ville de Lausanne.

Notons enfin que les *ravers* entrent dans des configurations festives différentes en termes de temporalités. Ils vont par exemple relancer les effets par des prises très tardives, pour diminuer les sensations de fatigue et passer le « cap » du matin. Chez ces individus, la journée du lendemain est donc souvent destinée à un prolongement de la fête, durant laquelle ils vont terminer les substances achetées la veille (amphétamine le plus souvent) et où ils se relanceront dans une phase plus détendue, jusqu'au moment qu'ils jugent opportun pour rentrer. De même, certains vont pouvoir dormir un moment avant de retourner dans l'ambiance festive du lendemain.

6.1.2 Les effets secondaires du lendemain

La principale difficulté qui attend le noctambule adepte de stimulants apparaît, selon nos interlocuteurs, les lendemains et les jours suivants sous forme de désagréments à surmonter. L'enjeu principal ici concerne la remise en forme corporelle et psychique, autrement dit le rétablissement des fonctions mises à l'épreuve lors de l'expérience festive, et dont la fatigue corporelle est l'élément le plus commun.

Plus précisément, des désagréments sont mentionnés à la fois sur le plan

- 1) physique avec des pertes d'appétit, une difficulté à aller à selle, des douleurs au niveau de la mâchoire, des blessures à l'intérieur de la bouche ou sur la langue, des chutes de pression, et
- 2) psychique avec une perte de moral (tristesse, « petites » ou « grosses déprimés ») ou encore une humeur très sensible (nerfs à fleur de peau).

La plupart des noctambules rencontrés affirment réussir à modérer leur prise de drogues en soirée, de sorte que les effets secondaires ressentis ont peu d'impact sur leur vie quotidienne : ils se limitent le plus souvent à une fatigue et à une baisse de moral durant quelques jours.

L'un d'entre eux explique ainsi que les descentes ne sont pas pires qu'une mauvaise cuite à l'alcool, à la différence que « *ça peut durer trois ou quatre jours quand même* ». Une telle comparaison revient également dans d'autres discours, mais de manière inversée, pour exprimer le fait que si le noctambule ne consomme pas d'alcool lorsqu'il consomme des drogues illicites, la récupération est encore plus rapide et aisée.

Cette récupération passe par le sommeil, l'hydratation et le recours à des vitamines et des fruits ou encore le fait d'être « actif ». Pour les noctambules plus sensibles à la baisse de régime du lendemain, il s'agira d'éviter de rester seul : sortir ou se téléphoner, faire des loisirs (ballades, cinéma, etc.), voir sa famille ou encore prévoir un repas où les amis de la veille se retrouvent pour débriefer des expériences de chacun plutôt que de rester seul chez soi, etc., en bref toutes les activités de nature « sociales » sont valorisées par les noctambules, car elles vont empêcher le fêtard de s'enfoncer dans une solitude déprimante : « *si tu restes tout seul dans ton lit à broyer du noir ça va pas être très bien* », rappelle ainsi Delphine ; « *éviter le jour d'après d'être tout seul parce que ça c'est difficile* », nous disent Justine et Claire. Notons ici que l'activité physique est peu mentionnée, ce qui peut s'expliquer notamment par l'activité intense de la nuit, qui est déjà considérée en soi par certains comme une forme de sport : « *un mini sport* », nous dit Delphine, qui affirme avoir bénéficié des soirées où elle « *danse toute la nuit* » pour maigrir de quelques kilos.

Yves le seul du corpus à pratiquer un sport régulièrement, affirme s'adonner à l'activité physique, mais de préférence en début de semaine et lorsque son corps est moins fatigué, de sorte à « éliminer les toxines ».

L'idée exprimée par certaines personnes en entretien, selon laquelle les « descentes » seraient plus faciles à gérer en début de « carrière » et qu'elles deviendraient plus intenses et pénibles avec le temps, ne se vérifie pas dans les données de nos entretiens. On trouve aussi bien des personnes qui expérimentent des lendemains difficiles dans leurs premières initiations « *la première fois c'était fort, j'étais vraiment pas bien. Je me couchais tous les soirs à 20 heures et j'étais triste, un peu déprimée* » (Justine), que des noctambules qui se disent peu touchés par les effets secondaires néfastes alors qu'ils consomment depuis plus longtemps « *Moi ça me fait rien du tout* », explique ainsi Gilles. S'il est probable qu'avec le temps, un adepte de stimulants s'autorise à l'occasion à augmenter les dosages ou à tester de nouvelles combinaisons entre substances, la logique qui guide sa conduite en soirée semble donc relativement constante et indépendante de l'étape du parcours.

Avec le temps, on observe plutôt une capacité, chez certains noctambules, à mieux gérer leur consommation de sorte qu'ils maîtrisent leurs « descentes ».

Alors moi... ça, j'ai réussi à apprivoiser, la descente (rire). En gros, je sais que si- bon, déjà, quand je prends pas beaucoup, je la ressens vraiment très, très peu, tu vois ? Mais je sais que si j'ai vraiment beaucoup pris, que les deux jours d'après, ça va être un peu bizarre, tu vois ? Du coup je me- je me dis déjà : « si t'es plus sensible, s'il y a un truc qui t'énerve et tout, ben c'est à cause de ça ». (Delphine)

Autrement dit, la gestion des descentes s'apprend, notamment par le fait d'identifier la cause des « déprimés » du lendemain à la prise de drogue – ce qui permet de relativiser sa situation. Plus généralement, il semble que la plupart des noctambules sont conscients des effets secondaires possibles et que ce risque oriente sa conduite en soirée. Dans l'exemple de Delphine, le micro-dosage qu'elle s'impose aujourd'hui découle clairement d'un effet d'apprentissage des substances sur le long terme.

6.1.3 Les effets néfastes à plus long terme

Deux personnes du corpus ressentent une fragilité ou un mal-être qu'elles attribuent à leur fréquentation « trop intense » du *Nightlife* et aux effets à long terme des drogues stimulantes. Les personnes concernées disent avoir ressenti des descentes qui allaient « *de pire en pire* », avec une humeur dépressive plus ou moins constantes en semaine ainsi qu'une perte d'appétit et une perte de poids à plus long terme.

Des soirées comme ça [où elle a beaucoup consommé], il faut s'en remettre parce que, eh bien il y a tout un effet physique mais il y a tout un effet psychologique aussi [...] on est complètement des zombies, hein, vraiment... personnellement.

Plus envie de manger ?

Non.

Ça coupe la faim ?

Complètement. J'ai perdu 20 kilos, comme ça, que j'ai repris maintenant mais...

Donc ça vous a fait maigrir quoi-

-ah ouais, mais vraiment. Eh bien, en même temps, si vous prenez de la drogue pratiquement tous les weekends et que vous mangez pas pendant trois jours sur sept, il en reste pas beaucoup. (Alexia)

Le manque d'appétit est dû à l'effet coupe-faim de certains stimulants, comme les amphétamines par exemple, selon Delphine, mais aussi aux douleurs de la mâchoire et à l'intérieur des joues, comme certains noctambules en font l'expérience^{ee}. Chez Marie et Alexia, l'association entre fréquence et quantités élevées de consommation de stimulants, à laquelle s'ajoute pour Marie une consommation d'alcool et de tabac importante, explique en grande partie pourquoi la récupération physique et mentale est malaisée. Alors que la perte de poids consécutive à l'activité en soirée est perçue de manière positive par certaines jeunes filles^{ff}, elle est plutôt associée, chez les personnes qui perçoivent leur consommation comme problématique, à un processus de déclin, une dépendance. De même, les deux jeunes filles expliquent aujourd'hui avoir par moment des épisodes d'absence ainsi que des difficultés à se concentrer lors de discussions ordinaires ; elles imputent ces problèmes à leur consommation excessive de drogue.

Les désagréments physiques censés être passagers deviennent une constante qui forceront ces jeunes filles à réagir. Malgré ses weekends intenses Alexia réussit ses examens d'apprentissage. Le changement s'opère après trois ans (en 2015), dès la fin de son apprentissage, par un éloignement du « milieu », une rupture avec son ex-petit ami consommateur régulier de stimulants et une modération très forte de sa consommation : « là, je pense que je suis un peu un train de me ranger du côté des gens sages », dit-elle lors de l'entretien.

Quant à Marie, les tentatives d'arrêts successives à partir de sa vingtième année sont un échec. Contrairement à Alexia, elle reste dans le même environnement, un environnement relativement souple en termes d'horaires (études universitaires). De fait, suite à une rupture amoureuse, elle vit progressivement ses soirées comme une forme d'échappatoire, avec pour effet l'entraînement vers une forme de consommation plus problématique.

C'est allé de pire en pire parce qu'au début, c'était un trait de cocaïne. Ensuite c'était des traits de speed, ensuite c'était les ecstasys, j'en prenais et ensuite deux, et ensuite j'ai aussi essayé le MD où je prenais qu'une drogue par soirée normalement, ensuite c'était de la cocaïne, ensuite du MD, ensuite re de la cocaïne.

Ensuite, tu veux dire la même soirée ?

Dans la même soirée [...] Et pis beaucoup d'alcool avec ça. Beaucoup d'alcool et de cigarettes. (Marie)

Ses lendemains sont imprégnés d'un fort sentiment de regret et de désillusion : regrets de n'avoir pas réussi à dire « non » malgré ses bonnes intentions, regrets d'avoir eu des rapports sexuels non

^{ee} Alors que Marie dit avoir une parfaite maîtrise à ce niveau en soirée, Alexia avoue ne jamais avoir réussi à éviter les tics nerveux lorsqu'elle est très « pétée » : « Le truc c'est que ça nous blesse, vraiment. Moi je me suis retrouvée ouverte des deux côtés de la langue. Et ça aussi, il faut des jours pour s'en remettre... on a tellement serré les dents que la mâchoire, le lendemain, eh bien je peux juste plus rien mâcher ».

^{ff} Notons à ce propos que la question de la perte d'appétit et de la perte de poids sont des éléments qui reviennent quasi systématiquement chez les jeunes filles, et jamais chez les jeunes hommes du corpus. Ce constat peut être interprété par le fait que le souci du corps, de l'alimentation et de la présentation de soi en public est très plus fort dans la socialisation féminine que masculine, et notamment à l'adolescence⁴⁶.

souhaités⁹⁹, désillusion et évitement des personnes rencontrées en soirées, etc. « *J'ai passé des jours entiers à pleurer comme un bébé parce que j'arrivais plus à me ravoir* ». De même, elle consomme parfois en semaine, ce qui la plonge dans ce qu'elle appelle une « *redescente un peu continue* ». Ainsi, dit-elle :

J'étais une larve, je faisais rien, j'avais rien envie de faire, je fumais des joints en plus encore à l'époque donc je restais chez moi, j'avais pas forcément envie de voir du monde. [...] J'ai un peu perdu mon intérêt pour tout le reste des choses en fait et je m'intéressais plus qu'aux soirées. (Marie)

L'épisode de perte de connaissance que Marie a vécue et l'alerte donnée par ses amies^{hh} agiront comme déclencheurs dans sa détermination de recourir à un psychologue pour gérer ce qu'elle considère comme un problème de dépendance : « *je suis devenue accro à l'ecstasy* », affirme-t-elle.ⁱⁱ

En synthèse de ce point, nous pouvons constater que dans les cas où les personnes en viennent à considérer leur consommation comme un problème, la prise de substances psychoactives est à la fois fréquente (trois à quatre soirées par mois avec prise de stimulants), compulsive et orientée vers l'excès, c'est-à-dire peu contrôlée et réfléchie. Enfin, l'usage s'opère de manière combinée (polyconsommation).

6.2 Perception des risques encourus

La plupart des noctambules ont, dans l'entretien, développé des arguments concernant les risques associés à la prise de stimulants. La plupart d'entre eux est consciente de l'aspect « dangerosité » et affirme qu'elle n'est pas dans un déni face à certaines dérives possibles de la prise de drogue en soirée. Les discours identifient trois types de dangers plus ou moins liés : ceux qui concernent l'environnement, la santé et la dépendance induite par la prise de drogues. En toile de fond de ces discours, une représentation sociale implicite émerge, qui associe les stimulants à « la drogue » en général, et en particulier aux dangers que représente le fait d'en abuser – l'usage excessif étant caractérisé par une fréquence et des quantités trop élevées.

6.2.1 Les risques associés à l'environnement

L'environnement techno associé aux prises de stimulants (la discothèque, la *rave party* essentiellement) est considéré en général, notamment par les jeunes filles du corpus, comme un milieu plutôt sécurisé. En dehors de certaines tentatives de drague relativement usuelles dans le cadre de la fête, ces dernières affirment en effet ne pas se sentir en danger dans un tel cadre.

⁹⁹ De telles prises de risques sont associées à des consommations problématiques^{3, 20}.

^{hh} Voir point 5.3.4.

ⁱⁱ Lors de l'entretien, cette posture est exacerbée avec un récit structuré autour d'un AVANT (verbes utilisés à l'imparfait pour décrire toutes les expériences « négatives » avec la drogue) et un MAINTENANT (verbes au présent, qui porte toujours sur les ambitions d'un futur sans drogues).

C'est pour ça qu'on dit toujours techno amour, c'est le chemin, le chemin c'est la techno parce que tout le monde est un peu en symbiose. Tout le monde s'aime, tout le monde est gentil avec tout le monde. (Justine)

Vu que tout le monde est un peu dans son monde, les garçons vont beaucoup moins être derrière toi, à vouloir venir à danser, à commencer à te toucher et tout ça donc non, j'ai jamais été dans des situations inconfortables où je me sentais dans l'insécurité. (Marie)

Ca m'est arrivé, justement, la fois où j'étais bourrée, que n'importe- n'importe quel gars qui me disait : « Viens ! on prend un trait de coke ». J'étais là « Ouais ! Vas-y ! » puis, ben, du coup-là, des fois, ils ont essayé un peu de m'embrasser trop- même si je disais « Non ! arrête ! » Et puis c'était bon, tu vois ? Enfin... enfin, disons- mais c'est juste qu'ils étaient vraiment pétés et que... ils avaient envie de m'embrasser, mais après j'ai dit non et puis c'était bon, tu vois ? Enfin moi, je ne suis pas trop fragile, je ne suis pas trop sensible pour ça. (Delphine)

Toutefois, il faut noter deux situations où les noctambules expliquent avoir été forcées de réagir face à des personnes qui voulaient les faire consommer sans leur consentement. C'est grâce à la vigilance du groupe d'amis que les protagonistes ont été capables de s'extraire de telles situations. Ces expériences soulignent la fonction protectrice et sécuritaire que peut remplir le groupe de pairs en milieu *Nightlife*.

Avoir un œil les uns envers les autres dans les discothèques : l'aspect protecteur du groupe d'amis

Ben là, il y avait une de mes potes qui était complètement saoule, complètement... elle avait pris un petit peu d'ecsta, ouais, et puis elle me dis-... parce que souvent, en fait, en boîte on va faire des tours de notre côté, tu vois ? Juste comme ça, et tout d'un coup, je la vois danser avec un gars dégueu de 60 ans. Alors j'ai été intervenir, tu vois ? Je lui ai dit : « Désolé mais elle a un copain, elle ne sait pas ce qu'elle fait ». Mais le gars-là il nous a collé toute la soirée alors que je lui disais « casse-toi », tu vois ? Et je me suis retournée une demi seconde, je l'ai vu qu'il lui donnait un truc dans la main, tu vois ? J'ai vraiment vu qu'il a essayé de lui donner quelque chose. Alors là, par contre, je l'ai insulté [...] Vraiment je l'ai insulté et il est enfin parti. Vraiment... Ouais heureusement, parce qu'en fait, je me suis tournée une demie seconde et il a essayé de la droguer, et j'ai réussi à éviter ça. Du coup, ma pote elle était là : « Oh ! Merci tu m'as sauvée ! » (Delphine)

En ce qui concerne l'environnement lors de la prise de drogue, nos interlocuteurs insistent aussi sur le fait que la qualité des produits ingérés n'est jamais à cent pour cent fiable : « Tomber sur une mauvaise pilule » (Carlo), être « victime d'une substance qui a été mal confectionnée dans les laboratoires » (Gilles) ou subir les désagréments dus à des « produits de mauvaise qualité » (Yves) sont des issues possibles, avec lesquelles les noctambules doivent compter. D'où l'intérêt de s'informer et de s'approvisionner auprès de personnes de confiance ou des dealers connus.

Notons enfin que la mention de bagarre ou d'altercations physiques est pratiquement absente des discours. Selon nos interlocuteurs, la scène « techno » avec prise de stimulant est plutôt non

violente en comparaison aux soirées Hip-hop, R&B ou Reggaetown jugées globalement plus agressives. Les jeunes garçons interviewés insistent d'ailleurs sur le fait qu'ils ne consomment pas de stimulants dans de telles soirées.

6.2.2 Les risques sur la santé

Chez les noctambules qui vivent des descentes plus ou moins aisées à surmonter et qui réussissent à gérer leurs dosages – autrement dit la plupart des individus de notre corpus –, les risques sont perçus comme minimes car les conséquences « négatives » sont trop peu visibles pour les motiver à mettre un terme à leur consommation. La citation suivante illustre le raisonnement à l'œuvre, qui procède par comparaison avec d'autres risques jugés équivalents ou plus nocifs, de sorte à mettre à distance le risque engendré par la prise de drogues.

(Claire) C'est vrai que nous avec ce qu'on consomme là [une soirée chaque trois à quatre mois], c'est bizarre mais je verrai aucune raison d'arrêter.

(Justine) Ouais.

(Claire) Alors qu'au final on sait que c'est pas bien. Mais du chocolat tous les jours, ou fumer tous les jours. Trois ou quatre fois par année, une pilule une soirée, je ne trouverais pas de raisons à me dire : « Ah mais là il faut vraiment que t'arrêtes ! ».

Ces noctambules admettent volontiers que des incertitudes subsistent quant aux risques à plus long terme sur la santé (le cerveau, la mémoire sont mentionnés). Cette incertitude les questionne, et renforce leur conscience d'un risque, ainsi que leur vigilance. Toutefois, elle va moins justifier l'abstinence que la mise en place d'un principe de précaution auquel tous adhèrent implicitement. On peut d'ailleurs voir un lien plus ou moins fort entre cette conscience du risque et les stratégies de gestion énumérées dans les chapitres précédents^{jj} : limiter le nombre de prises, ne pas exagérer sur les quantités, modérer la fréquence de sa consommation, se donner des limites à ne pas franchir ou seulement de manière très occasionnelle (une prise chaque trois mois par exemple), etc. Ces tactiques renvoient bien à une forme de réduction des risques profane, que les noctambules mettent en œuvre à leur manière, dans la volonté de se prémunir de risques potentiels.

Quelques noctambules font toutefois ressortir l'aspect de « dépendance sociale » dans le sens où l'on sera tenté d'en reprendre si des amis en consomment en soirée. Cette tentation bien compréhensible fait ressortir l'importance, pour un noctambule adepte occasionnel de stimulants, de maintenir des liens avec des groupes de non-consommateurs afin de diversifier ses pratiques festives et générer des périodes sans prises de stimulants.

Pour les noctambules de notre corpus qui considèrent leur consommation comme problématique, l'évaluation des risques encourus en soirées est sensiblement différente. Ces personnes mettent en avant l'idée que leurs conduites « peu réfléchies » les ont entraînées vers des prises de risques inconsidérées, qu'elles disent aujourd'hui regretter.

^{jj} Une nuance est à apporter sur une telle affirmation qui pourrait laisser penser que les conduites des acteurs sont toujours fonction de la conscience qu'ils ont des risques et que cette conscience organise à son tour les pratiques. C'est faire l'impasse sur un paradoxe que la santé publique connaît bien, à savoir le fait que les pratiques ne s'organisent pas uniquement sur un raisonnement rationnel (logico-déductif), mais aussi sur des logiques affectives, sociales, psychologiques et opportunistes⁴⁷.

A la recherche de sensations fortes, Alexia peine à donner une explication rationnelle de sa période de consommation intense qui a duré trois années. Elle ne s'explique pas non plus pourquoi elle a recommencé à consommer après son épisode d'overdose.

Donc oui, bien sûr moi j'ai quand même peur- ben comme j'ai dit, j'ai peur de mourir.

Vous avez eu cette peur-là, notamment, en Italie [référence à son overdose] ?

Ouais, oh ben alors là je crois que j'ai jamais eu autant peur de ma vie. Mais... ouais, ça m'a pas empêché de recommencer. C'est très paradoxal, au final.

C'est ça.

Et puis... enfin. Une fois qu'on est déjà pété, on n'y pense plus. Mais avant, ouais, j'ai quand même les boules et puis je me dis « Ah ! cette fois, je gère et tout ». Et puis en fait jamais... (Alexia)^{kk}

Outre certains aspects relatifs à sa psychologie personnelle (impulsivité, curiosité pour les drogues, etc.), on peut faire valoir les éléments suivants pour expliquer la situation d'Alexia : un groupe d'amis orientés vers un même but (faire la fête), une étape d'apprentissage donnant un pouvoir d'achat relativement élevé par rapport à la période précédente ou encore l'accès à une relative liberté face à une autorité parentale éloignée de telles préoccupations.

Dans les raisons qui ont conduit Marie à perdre le contrôle sur sa consommation, on peut faire valoir les éléments suivants. La vigilance caractéristique des noctambules « modérés » lui a manqué à ses débuts parce qu'elle n'aurait pas été suffisamment conscientisée sur les risques encourus. « *J'ai toujours su que la drogue c'est mal, mais on m'a pas vraiment mise en garde* », dit-elle avant d'ajouter qu'elle n'a « jamais » reçu d'informations claires sur les effets sur son corps : « *encore maintenant, je me rends pas vraiment compte de l'effet que ça a sur mon corps* », ni de messages préventifs ou prohibitifs de la part de figures d'autorité telles que ses parents par exemple. Par ailleurs, des personnes de l'entourage proche et elles-mêmes consommatrices de stimulants sont mentionnées par Marie comme un élément incitateur pour se lancer dans l'expérience de manière « *dédramatisée et peu réfléchie* »^{ll}. Pour autant, même lors de sa période de sortie très régulière (pendant deux ans), Marie explique avoir « *quand même réussi à gérer (sa) vie* » en passant son permis de conduire ou en réussissant ses examens universitaires avec de « *super bonnes notes* ». En revanche, elle estime que sa capacité de concentration était fortement réduite notamment lors de sa dernière année de gymnase : « *c'était impossible pour moi de tenir une période entière en suivant un cours* », affirme-t-elle.

6.2.3 Le risque de dépendance

Une figure repoussoir qui ressort implicitement des discours est celle de la personne toxicodépendante, à savoir une personne plutôt passive, qui est « *tombée dedans* », « *qui traîne*

^{kk} Notons qu'Alexia vivra encore d'autres épisodes difficiles durant ses trois ans de consommatrice régulière de stimulant, comme des surdoses ou des accidents (elle se casse un pied en soirée). Malgré cela, son goût pour les drogues sera toujours un motif pour la relancer dans l'expérience. Aujourd'hui elle dit prendre beaucoup moins de stimulants (MDMA) au profit du poppers, dont les effets sont plus directs et durent moins longtemps. Elle juge cette drogue plus « compatible » avec sa nouvelle vie : en effet elle est devenue indépendante, a quitté le « milieu » et vit avec un nouveau petit-ami qu'elle décrit par ailleurs comme très réfractaire à tout ce qui concerne les drogues.

^{ll} A noter que la présence de comportements de consommation dans la famille est, selon Calafat et al.²⁰, un facteur de risque d'entrée dans une consommation fréquente du *NightLife*.

dans le milieu de la drogue », « qui a perdu son sens des responsabilités », « qui consomme dans l'excès », etc. Dans leurs stratégies rhétoriques, les noctambules interviewés tiennent cette image à distance, comme pour convaincre leur interlocuteur et se convaincre eux-mêmes, que leur conduite ne s'apparente d'aucune manière à cette représentation négative de la drogue.

C'est une drogue. C'est une drogue. Il y a des risques, bien sûr : il y a des risques que tu restes dans ton weekend, à mon avis. Eh bien comme des fois avec l'alcool, hein. Quand tu as fait un gros weekend, un super weekend, eh bien tu n'attends plus que le prochain pour refaire la fête. (Carlo)

(Justine) Je pense que c'est pour ça que c'est dangereux : les gens ils ont vite tendance à prendre ça tous les weekends.

(Claire) C'est ça. Après nous, enfin je sais pas, on arrive bien à contrôler en tout cas moi je me suis toujours bien contrôlée.

Il y a des gens qui savent pas consommer. Enfin c'est parce que tout d'un coup, il y a un moment où je pense qu'ils s'emballent et puis... et puis... tu- tu... ils surconsomment [...] typiquement, quand tu entends qu'il y a des gens qui ont été malades, qu'ils sont tombés dans les pommes ou pire, ben c'est parce qu'ils ont-... enfin c'est un excès, quoi. (Yves)

Le problème c'est qu'il y a beaucoup de gens qui arrivent pas à se contrôler et pour eux, c'est pas bien, tu vois ? [...] Ils ont l'habitude d'abuser, aussi pas mal sur l'alcool, alors ils pensent que la drogue c'est la même chose, et là ils partent en couille. (Delphine)

Ces paroles montrent que les noctambules interviewés entendent se démarquer d'une catégorie de consommateurs « excessifs » et implicitement soumise aux affres de la dépendance. Le mot « discipline » employé par Yves pour parler de son rapport à la consommation est tout à fait représentatif du positionnement global revendiqué par nos interlocuteurs. Ces derniers s'identifient en effet à la figure d'un individu acteur, vigilant et capable de gérer sa conduite en soirée malgré la transgression qu'elle suppose face aux normes sociales.

Il y a des gens qui sont malades qui te disent « ouais si tu me passes une petite ligne de coke, ouais c'est bon, c'est reparti ». Et moi je suis un peu là : « Ouais OK, je sais pas si c'est la meilleure idée ! » (Batiste).

Il faut vraiment réfléchir à ce qu'on fait et pas juste prendre par envie ou prendre pour prendre. Parce que ça peut être trop. (Mateo)

Moi je suis très conscient aussi que c'est une drogue, que tu peux vite en devenir dépendant, donc qu'il faut faire gaffe. (Gilles)

La « toxicodépendance » est perçue comme un danger réel par tous les noctambules interviewés, y compris par ceux dont la consommation est perçue comme problématique. Chez ces derniers, c'est en effet aussi contre cette figure repoussoir qu'ils ancrent leur motivation pour évoluer vers une conduite plus modérée.

6.3 Rapport à la prévention

Dans l'ensemble, les jeunes et jeunes adultes rencontrés sont globalement acquis à l'idée selon laquelle la prévention et en particulier les stands de réduction des risques dans l'enceinte des soirées est un dispositif à développer. Ils sont donc acquis à l'idée d'agir pour limiter au maximum les dangers encourus, comme le relève cet interviewé :

Ma foi, quand on prend quelque chose, on ne sait pas très bien ce qu'il y a dedans, donc c'est aussi prendre un risque d'une certaine manière. Mais si tu peux éviter tous les autres risques qui sont liés pas juste aux produits mais aussi à la consommation c'est pas bête non plus... (Gilles)

La plupart de nos interlocuteurs est demandeuse d'une meilleure information sur la composition des produits stimulants et leurs effets sur le corps. Ils recherchent de l'information en recourant à Internet, première source mentionnée, tout en mettant en avant son manque de fiabilité et la difficulté de s'y retrouver parfois. Dans ce sens, ils apprécient les dépliants mis à disposition sur les stands de prévention, qui présentent de manière objective les effets de l'ecstasy/MDMA et des autres drogues. Le besoin d'information claire et facilement accessible notamment sur les effets à long terme est également relevé comme important et à développer.

Je trouve qu'on est pas assez renseigné et puis même en allant voir sur internet, c'est pas super non plus. C'est pas évident à trouver des réponses ou bien comprendre. Et puis aussi savoir vraiment de ce qui a de réellement mauvais, qu'est-ce que ça fait comme effets si mauvais sur ton corps ? Parce qu'au final, on le ressent pas vraiment. (Marie)

Dans de plus rares cas, la lecture de livres a été conseillée au noctambule par une personne de l'entourage familial par exemple (parents), contribuant à le rendre attentif aux risques associés à la prise de drogue. Notons à ce propos que la communication entre les noctambules et leurs parents sur un tel sujet est souvent taboue. Plus généralement, il semble que la prise de drogues stimulantes en soirée chez les jeunes ne soit pas un sujet très facile à aborder en public. Claire explique n'en parler qu'avec ses amies initiées et redouter fortement le regard désapprobateur des non-initiés sur le sujet. Marie, pour sa part, insiste sur l'importance d'en parler très tôt dans les écoles^{mm}, pour informer les jeunes des risques potentiels. Carlo va dans le même sens en affirmant que le silence sur une telle réalité limite la possibilité de réduire les risques associés à cette consommation chez les jeunes.

Je trouve que c'est important d'en parler, justement, pour ne pas être enfermé dans cette... dans une sorte de bulle [...] Moi je suis très conscient de ça donc c'est n'est vraiment pas quelque chose que j'ai envie de garder pour moi, pour que si un jour, justement, je commence à avoir un problème avec ça, que je puisse en parler aux gens. (Carlo)

^{mm} D'après les expériences rapportées, les jeunes de 15 à 17 ans seraient très nombreux à s'initier aux drogues illicites lors de *rave parties*, univers moins sécurisé que les clubs et par conséquent plus facile d'accès. Notre corpus nous permet également de relever, chez les gymnasiens, que la dernière année semble particulièrement propice aux initiations qui ont souvent lieu lors des festivals d'été.

Dans ce sens, la présence de stands en soirée est plutôt appréciée. Mais ce n'est pas à cette occasion que le noctambule va être le plus ouvert à la discussion. Au contraire, les attentes vis-à-vis de ces dispositifs correspondent parfaitement aux objectifs que les institutions de prévention du *NightLife* se donnent, à savoir réduire les risques de problèmes ou difficultés lors des soirées. De ce point de vue, les noctambules voient d'un œil très positif tout ce qui touche :

- au matériel fourni gratuitement tel que l'eau, le kit *roule ta paille*,
- au lieu qui permet de s'extraire un moment de la fête pour reprendre ses esprits dans un cadre convivial et bien organisé
- aux applications virtuelles qui permettent d'avoir des informations en temps réel sur les produits consommés ou son état d'ébriété par exemple (pour l'alcool).

Claire mentionne avoir découvert par hasard le stand *Nuit Blanche* il y a plusieurs années lors d'une soirée à Genève. Ce soir-là, l'amie avec qui elle passait la soirée a vécu une « montée » d'ecstasy difficile, raison pour laquelle les deux comparses se sont rendues sur le stand. Les travailleurs sociaux les ont accompagnées et installées de sorte à leur permettre de retrouver leurs esprits : « *vraiment bien ces stands* », explique ainsi Claire. Depuis lors, le site Internet de l'association est devenu son site de référence ; elle y va très régulièrement pour s'informer sur les pilules d'ecstasy (composition) qu'elle achète.

Les stands de réduction des risques sont très appréciés pour leurs apports concrets aux noctambules (soutien, eau, matériel, présence) plutôt que dans la diffusion de messages généraux. Certains noctambules critiquent d'ailleurs les travailleurs sociaux qui adoptent un « *discours moralisant* » (Gilles).

Les stands de *Drug checking* qui valorisent le côté pragmatique et concret dans l'accompagnement des noctambules sont également appréciés. Tout en regrettant certains facteurs limitatifs comme le fait de devoir se « débarrasser » d'une pilule qui a été payée et dont le montant n'est pas anodin pour des jeunes au pouvoir d'achat réduit – ou que l'on ironise sur l'effet incitatif possible de cette structure, nos interlocuteurs qui ont pu observer ce dispositif en soirée (surtout des *ravers*) apprécieraient d'en voir plus souvent, notamment lors de festivals. L'un des festivals de la région est mentionné en guise d'exemple, « *parce que je sais que c'est un endroit où il y a énormément de gens qui prennent des drogues et du coup ce serait idéal* », explique ainsi une interviewée. Ce dispositif n'a cependant été réellement utilisé que par une seule personne du corpus, lors d'une soirée en Suisse alémanique. Cette dernière avait ainsi pu réduire l'incertitude sur une pilule qu'elle avait achetée à cette occasion :

On avait eu justement un doute sur quelque chose qu'on nous avait vendu et là on avait été l'amener. Enfin, il nous en restait, du coup... on l'a amené. Et puis c'est cool parce que vraiment, eh bien on n'est pas emmerdé, en fait. Après, ils n'appellent pas la police ou quoi que ce soit, hein ! Donc ça, c'est vraiment bien, je pense, d'avoir une chose comme ça. (Alexia).

6.4 Synthèse

La gestion de l'après-soirée correspond à la capacité du consommateur récréatif de stimulants à gérer les « descentes » du lendemain et des jours suivants. Chaque prise de stimulant induit en effet des désagréments, même mineurs avec lesquels il faut compter. En prendre conscience est déjà une manière de l'affronter.

Les carrières analysées montrent que la plupart de nos interlocuteurs évoluent vers un contrôle approprié des produits stimulants et de leurs effets secondaires. Comme l'ont montré certaines études, il semble donc qu'une gestion du rapport au produit soit possible sur le long terme, gestion qui se manifeste par le sentiment subjectif de contrôle sur les risques encourus, une certaine mise à distance des risques socio-sanitaires et le fait qu'aucun de ces noctambules ne ressent l'envie, à ce stade de son parcours, de mettre un terme à sa consommation de stimulants^{48, 49}.

Un indicateur pertinent de la perte de contrôle sur sa consommation est la présence, dans le parcours, d'une étape d'abstinence. Logiquement, la volonté de mettre un terme à sa consommation se manifeste lorsque la personne ressent un déséquilibre ou un problème dans ses activités ordinaires²². Les interlocuteurs qui disent avoir évolué vers un rapport problématique au produit se démarquent par une fréquence élevée du *NightLife*, un rapport impulsif et peu modéré aux produits, une polyconsommation en soirée, des soirées marquées par des pertes de contrôle de la situation, des effets secondaires à long terme, des carrières marquées d'étapes d'abstinence plus ou moins contraintes ou définitives.

Enfin, dans l'ensemble, nos interlocuteurs semblent globalement acquis à l'idée selon laquelle les stands de réduction des risques dans l'enceinte des soirées sont un dispositif à développer. Ce constat corrobore les résultats de Chinet et al.¹² il y a quelques annéesⁿⁿ. Dans la perspective d'un développement des actions de réduction des risques en soirées tel que voulu au niveau européen et suisse^{11, 15, 50}, le capital culturel globalement élevé des noctambules rencontrés est de nature à faciliter leur compréhension des messages de santé publique. Le geste de fractionnement de l'ecstasy en petites parts en est une bonne illustration.

ⁿⁿ En revanche, contrairement à ce que leur étude révèle, aucun de nos interlocuteurs ne signale des problèmes de perte auditive consécutive à des soirées, concerts ou autres.

7

Conclusion

7 Conclusion

La gestion des pratiques festives analysées se déroule pour la plupart des personnes rencontrées selon une logique de consommation de type hédoniste. L'idée de faire la fête est synonyme de plaisir partagé avec des amis, dans une ambiance décontractée et ce moment convoque à la fois de la musique et des lieux dans lesquels les personnes consomment.

Les caractéristiques de cette logique hédoniste sous-tendent la consommation récréative typique du *NightLife*. Cette dernière consiste à prendre du plaisir, à se lâcher en relative insouciance tout en cadrant sa conduite. La prise de stimulants dans ce contexte est effectuée avec vigilance car on se représente le produit comme risqué, comme une drogue qui n'est pas « anodine ». La capacité à maîtriser sa consommation passe par le fractionnement des doses, l'appréciation des effets et des mélanges peu nombreux, tout comme la capacité à espacer la fréquence de consommation entre soirée, voire à planifier en amont les soirées qui seront dévolues à de telles expériences. Même si des pertes de contrôles peuvent apparaître dans ces carrières et que les effets néfastes sont ressentis (durant trois à cinq jours tout au plus), l'équilibre entre les risques encourus et les effets bénéfiques perçus (plaisir, sociabilité, intensité des expériences, etc.) reste acceptable à leurs yeux.

Dans une minorité de cas, le fait de sortir est associé à une prise excessive de drogues illicites et au besoin de sortir *pour* consommer^{oo}. Cette logique de type échappatoire renvoie à un recours plus compulsif et effréné aux substances psychoactives, avec une difficulté à gérer les dosages et une tendance à la polyconsommation en soirée. Elle se remarque a posteriori par des descentes plus difficiles à gérer et des effets secondaires plus désagréables (humeur dépressive, angoisses, pertes d'appétit, etc.) que dans les cas où la consommation est maîtrisée. De même, la fréquence des soirées avec stimulants tend à s'élever, rendant compliquée la récupération physique et psychique. Le contrôle personnel sur sa consommation est dans ce cas plus aléatoire et incertain ; les carrières sont marquées par des prises de conscience et des changements plus ou moins radicaux (périodes d'abstinence, arrêts définitifs) qui signalent un déséquilibre entre risques encourus et effets bénéfiques perçus.

Les expériences et témoignages analysés démontrent deux points qu'il nous paraît important de faire ressortir dans cette conclusion.

Premièrement, la prise de substances stimulantes ne se fait pas de manière isolée. Elle n'est pas le fait d'individus isolés, mais d'un groupe de personnes aux affinités similaires, qui vivent une expérience ensemble dans des lieux particuliers. A ce titre, l'aspect interpersonnel est un facteur essentiel à prendre en compte dans la gestion des soirées. D'un côté, le groupe joue un rôle protecteur pour l'individu : les membres exercent une solidarité entre eux, leur vigilance réciproque est un filet de sécurité pour prendre en charge d'éventuelles pertes de contrôles, dérives ou accidents en soirée. D'un autre côté le groupe a un rôle incitateur dans la prise de risque puisque c'est souvent à travers lui que les drogues illicites circulent : dès lors qu'il y a affinité autour d'une

^{oo} La motivation de sortir pour consommer est un facteur prédictif de consommation à risque²⁰.

substance, le cercle créé légitime la prise de drogues, ce qui a certainement un effet d'entraînement dans le renouvellement des prises. Le même schéma peut d'ailleurs s'appliquer dans le cas de jeunes femmes qui entrent dans une consommation de stimulants par l'intermédiaire de leur petit-ami^{PP}. La maîtrise de sa consommation chez un individu peut être rendue difficile si ce dernier restreint ses sorties à un seul cercle d'affinités, et ce d'autant plus si ce cercle est consommateur de drogues. Une démarche simple pour éviter cet écueil consiste à maintenir son affiliation avec plusieurs cercles, mais aussi à diversifier ses soirées et pratiques festives.

Deuxièmement, rappelons que pour plus de la moitié des personnes interviewées, l'initiation à la prise de stimulants apparaît dans des périodes de transitions de leur parcours de vie, vers l'âge de 17-19 ans : qu'il s'agisse de la transition entre gymnase et université, entre école obligatoire et apprentissage, etc., ces périodes se caractérisent par des changements de cadres sociaux, de responsabilités et de rythme, mais aussi, par la construction de nouvelles relations sociales, et pour certains, par l'accession à une liberté nouvelle et un éloignement du cadre familial. Cette étape représente donc typiquement une période d'expérimentation constitutive de la jeunesse^{40, 41}, dans laquelle l'usage de substances licites et illicites sont l'une des voies possibles. Dans ce contexte, le fait que l'ecstasy/MDMA soit une substance peu onéreuse et que ses effets durent longtemps en comparaison à ceux de l'alcool facilite certainement sa consommation et la motivation à en prendre⁹⁹.

^{PP} Le cas de figure inverse est certainement possible mais n'est pas apparu dans cette étude.

⁹⁹ Il serait à ce titre intéressant de comparer les témoignages et discours analysés dans cette étude avec ceux de jeunes non consommateurs de stimulants.

8

Références

8 Références

- 1 Samitca S, Arnaud S, Zobel F, Dubois-Arber F. Usage de drogues de synthèse et de cocaïne en milieu festif : état des lieux dans le canton de Vaud. Lausanne: IUMSP (Institut universitaire de médecine sociale et préventive), 2005. (Raisons de santé 108).
- 2 Beck F, editor. Jeunes et addictions. Saint-Denis: OFDT; 2016.
- 3 Bellis MA, Hughes K, Calafat A, Juan M, Ramon A, Rodriguez JA, et al. Sexual uses of alcohol and drugs and the associated health risks: a cross sectional study of young people in nine European cities. *BMC Public Health*. 2008;8:155.
- 4 Hughes K, Anderson Z, Morleo M, Bellis MA. Alcohol, nightlife and violence: the relative contributions of drinking before and during nights out to negative health and criminal justice outcomes. *Addiction*. 2008;103(1):60-5.
- 5 EMCDDA. Responding to drug and alcohol use and related problems in nightlife settings. Nederland: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, 2017
- 6 EMCDDA. Rapport européen sur les drogues. Tendances et évolutions. Lisbonne: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction; 2018.
- 7 Rehm J, Shield KD, Joharchi N, Shuper PA. Alcohol consumption and the intention to engage in unprotected sex: systematic review and meta-analysis of experimental studies. *Addiction*. 2012;107(1):51-9.
- 8 Room R. Preventing Youthful Substance Use and Harm – Between Effectiveness and Political Wishfulness. *Substance Use & Misuse*. 2012;47(8-9):936-43.
- 9 Bolier L, Voorham L, Monshouwer K, van Hasselt N, Bellis M. Alcohol and drug prevention in nightlife settings: a review of experimental studies. *Substance use & misuse*. 2011;46(13):1569-91.
- 10 EMCDDA. Responding to drug use and related problems in recreational settings. Lisbon: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction; 2012.
- 11 EMCDDA. Healthy Nightlife Toolbox. Responding to drug and alcohol use and related problems in nightlife settings. The Netherlands: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction; 2017.
- 12 Chinet L, Stéphan P, Zobel F, Halfon O. Party drug use in techno nights: A field survey among French-speaking Swiss attendees. *Pharmacol Biochem Behav*. 2007;86(2):284-9.
- 13 Carrasco K, Lucia S, Gervasoni J-P, Dubois-Arber F, Rel'ier R. NightLife Vaud: projet-pilote sur la prévention et la réduction des risques en milieu festif nocturne. Lausanne: Fondation Le Relais - Rel'ier; 2014.
- 14 Stadelmann S, Amiguet M, Lucia S, Dubois-Arber F. Consommation des jeunes et des jeunes adultes les fins de semaines. Evolution entre 2011, 2013 et 2015 Lausanne: IUMSP (Institut universitaire de médecine sociale et préventive); 2016.
- 15 Bachmann A, Schori D. Rapport d'activités Safer Nightlife Suisse. Berne: INFODROG; 2017.
- 16 Hills M. Recherche en sciences humaines dans la santé publique : contribution et évaluation d'une approche qualitative. *Revue Canadienne de Santé Publique*. 2000;91(6).

- 17 Charmaz K, Belgrave LL. Qualitative interviewing and grounded theory analysis. In: Gubrium JF, Holstein JA, Marvasti AB, editors. *The Sage Handbook of Interview Research The Complexity of the Craft*. London: Sage; 2012. p. 347-65.
- 18 Hughes EC. *Le regard sociologique*. Paris: Editions de l'EHESS; 1996.
- 19 Zolesio E. Anonymiser les enquêtés. *Interrogations, revue pluridisciplinaire de sciences humaines et sociales*. 2011;12:1-6.
- 20 Calafat A, Fernández C, Juan M, Becoña E. Recreational nightlife: Risk and protective factors for drug misuse among young Europeans in recreational environments. *Drugs: Education, Prevention and Policy*. 2008;15(2):189-200.
- 21 Calafat A, Juan M, Duch MA. Preventive interventions in nightlife: a review. *Adicciones*. 2009;21(4):387-413.
- 22 EMCDDA. *Monitoring drug use in recreational settings across Europe: conceptual challenges and methodological innovations*. Luxembourg: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction; 2018.
- 23 Peretti-Watel P. *Du stigmaté au déni. Les deux morales des usages récréatifs de drogues illicites*. Paris: L'Harmattan; 2005.
- 24 ESPAD. *ESPAD Report 2015: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2016
- 25 Gmel G, Kuendig H, Notari L, Gmel C. *Monitorage suisse des addictions: consommation d'alcool, tabac et drogues illégales en Suisse en 2016*. Lausanne: Addiction Suisse; 2017.
- 26 EMCDDA. *New Psychoactive Substances in Europe. An update from the EU Early Warning System (March 2015)*. Luxembourg: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, 2015
- 27 EMCDDA. *Rapport européen sur les drogues: tendances et développements*. Lisbonne: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction; 2015.
- 28 Fletcher A, Calafat A, Pirona A, Olszewski D. Young people, recreational drug use and harm reduction. In: Rhodes T, Hedrich D, editors. *Harm Reduction: Evidence, Impacts and Challenges*. Luxembourg: Publications Office of the European Union; 2010. p. 357-78.
- 29 Maier LJ, Bücheli A, Bachmann A, Menzi P, Mikolasek M, Schaub MP. *Dépistage et intervention précoces de la consommation problématique de substances dans le milieu festif nocturne suisse: rapport synthétique des résultats de la récolte de données entre 2011 et 2013*. Berne: INFODROG; 2014.
- 30 Lucia S, Gervasoni J-P, Dubois-Arber F. *Consommation des jeunes et des jeunes adultes les fins de semaine : évolution entre 2011 et 2013 et synthèse des études sentinelles 2010-2013: Monitorage suisse des addictions ; Rapport Module 4; 2014*.
- 31 Lucia S, Gervasoni J-P, Jeannin A, Dubois-Arber F. *Consommation des jeunes et des jeunes adultes les fins de semaine, Monitorage suisse des addictions/Rapport annuel - 2011*. Lausanne: Institut universitaire de médecine sociale et préventive, 2012. (Raisons de santé 197).
- 32 Akbar T, Baldacchino A, Cecil J, Riglietta M, Sommer B, Humphris G. Poly-substance use and related harms: A systematic review of harm reduction strategies implemented in recreational settings. *Neurosci Biobehav Rev*. 2011;35(5):1186-202.
- 33 Brunt T. *Drug checking as a harm reduction tool for recreational drug users: opportunities and challenges*. The Netherlands: EMCDDA; 2017.

- 34 Calafat A, Duch M, Juan M, Leckenby N. Health and safety European standards for nightlife venues. *Adicciones*. 2012;24(4):355-64.
- 35 Lucia S, Gervasoni J-P, Dubois-Arber F. *Monitoring suisse des addictions - Rapport module 4. Consommation des jeunes et des jeunes adultes les fins de semaine : Etude Sentinelle dans 4 cantons – 2ème vague*. Lausanne Institut universitaire de médecine sociale et préventive, 2012
- 36 Beck F, Legleye S, Spilka S. Polyconsommation de substances psychoactives (alcool, tabac et cannabis) dans la population française en 2005. *Presse Med*. 2008;37(2):207-15.
- 37 Reynaud-Maurupt C, Chaker S, Claverie O, Monzel M, Moreau C, Evrard I. *Les pratiques et les opinions liées aux usages des substances psychoactives dans l'espace festif «Musiques Electroniques»*. Saint-Denis: OFDT; 2007.
- 38 Calafat A. *Risk and control in the recreational drug culture Sonar Project*. Palma de Mallorca: IREFREA Espana; 2004.
- 39 Ingold R. *Ecsta, Trip, Coke, et Speed...* Paris: Observatoire Français des Drogues et des Toxicomanies (OFDT), 1999
- 40 Hautefeuille M, Jeammet P, Beck F, Legleye S, Guilbert P, Peretti-Watel P, et al. Les conduites de consommation à l'adolescence. *PSYCHOTROPES*. 2005;11(3-4):5-120.
- 41 Beck F, Legleye S, Peretti-Watel P. *Regards sur la fin de l'adolescence: consommations de produits psychoactifs dans l'enquête ESCAPAD 2000*. Paris: Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT); 2000.
- 42 Peretti-Watel P, Moatti J-P. *Le principe de prévention. Le culte de la santé et ses dérives*. Paris: Seuil; 2009.
- 43 Tossman P, Boldt S, Tensil MD. The use of drugs within the techno party scene in European metropolitan cities. *Eur Addict Res*. 2001;7(1):2-23.
- 44 Reynaud-Maurupt C, Cadet-Tairou A. *Substances psychoactives chez les amateurs de l'espace festif Electro*. *TENDANCES*. 2007(56):4p.
- 45 Baggio S, Studer J, Mohler-Kuo M, Daepfen J-B, Gmel G. Concurrent and simultaneous polydrug use among young Swiss males: use patterns and associations of number of substances used with health issues. *Adolesc Med Health*. 2014;26(2):217-24.
- 46 Liotard P, Jamain-Samson S. La « Lolita » et la « sex bomb », figures de socialisation des jeunes filles. *L'hypersexualisation en question*. *Sociol Soc*. 2011;43(1):45-71.
- 47 Massé R. *Culture et santé publique. Les contributions de l'anthropologie à la prévention et à la promotion de la santé*. Paris: Gaëtan Morin; 1995.
- 48 Calafat A, editor. *Risk and control in the recreational drug culture Sonar Project*. Palma de Mallorca: IREFREA ESPANA; 2004.
- 49 Parker H, Williams L. Intoxicated weekends: young adults' work hard–play hard lifestyles, public health and public disorder. *Drugs: Education, Prevention and Policy*. 2003;10(4):345-67.
- 50 Monnier B, Terreaux A. *Les actions de prévention et de réduction des risques en milieux festifs romands: questions autour d'une mise en œuvre plurielle*. Lausanne: Ecole d'Etude Sociale et Pédagogique (Travail de Bachelor non publié); 2018.

9

Annexes

9 Annexes

9.1 Canevas d'entretiens

Thèmes abordés (avec focus sur 2 et 3) :

- 1) Pratiques festives : soirée en général et types de sortie
- 2) Produits consommés : type, fréquences, rapport aux produits, raisons et motivations
- 3) Expériences avant/pendant et après soirées : effets, gestion des effets, stratégies de gestion, afters, lendemains...
- 4) Perception des risques et rapport à la prévention

Questions et relances

*Pourrais-tu me raconter comment se déroulent tes soirées en général ? Ce serait quoi pour toi une soirée « type » ? Fréquence des sorties ? Déroulement des soirées ?

Pendant les soirées, quels sont les produits que tu consommes en général (licites et illicites) ? Les produits que tu ne prends jamais ? Quels sont les produits que tu vas le plus souvent mélanger ? Les mélanges que tu préfères ne pas faire ?

Quel est ton but dans les soirées, qu'est-ce que tu recherches et que tu apprécies particulièrement ? raisons et motivations...

*Concernant les produits stimulants, est-ce que tu peux me raconter comment ça s'est passé la première fois ? (Circonstances, avec qui, qui fournit, quels effets)

Aujourd'hui, à quelle fréquence tu prends ? Occasions spéciales ? Avec des amis en particulier ? Tous les amis ? Tout seul ?

Si tu regardes en arrière, comment est-ce que ta consommation a évolué depuis ?

Est-ce que tu dirais qu'il y a un apprentissage qui s'est fait dans la manière de consommer/ta manière de gérer ta conso ? Est-ce que tu dirais que tu as « appris à gérer » mieux les prises/effets/mauvais effets avec le temps ? Qu'est-ce qui a changé ?

Est-ce que tu fais attention à certaines choses quand tu consommes des ecsta/MD/coke, etc. ? Quels dosages ? Quels mélanges entre quels produits ? Expliciter

Quels effets dans la soirée : Bons effets et mauvais effets avec l'ecstasy ou avec d'autres produits ? Expériences...

Buts et objectifs recherchés dans ces soirées (motivations, raisons)

Comment se gère la soirée sur la durée avec ecstasy/MD... ?

Fourniture en produits : comment ça se passe ? C'est facile à trouver en soirée ? Comment ça se passe (pote ? rue ? inconnu) ? Est-ce que vous connaissez ceux qui vous fournissent ces produits ? Comment tu te fournis ?

Est-ce que tu pourrais me parler du « coûts » de tes consommations ? Coûts importants ? Cadeaux ? Echanges ?

Est-ce que l'aspect de la « qualité » du produit c'est important pour toi ? Si oui, comment tu gère ici ?

Est-ce qu'il y a des conseils qui se « distribuent » en soirée entre vous pour faire attention, limiter les dangers en soirée ?

*Peux-tu m'expliquer comment se passent les rentrées de soirées ?

Planifiées ? Spontanées ? Présence aux afters ? Différences d'avec soirées uniquement à l'alcool ?

Sentiment d'insécurité parfois ? si oui, expliciter

Peux-tu m'expliquer comment se passent les lendemains ?

Est-ce que tu fais des choses en particulier pour récupérer ? Gueules de bois ? Conseils ?

Conclusion

En soirée, comment qualifierais-tu ta prise de « risque » engendrée par tes différentes consommations : échelle petite-moyenne-élevée ?

Est-ce que tu as déjà remarqué les stands de prévention lors de soirées à Lausanne ou ailleurs ? Quel est ton avis sur ces stands prévention ?

As-tu déjà entendu parler des stands de drug checking ? Qu'est-ce que tu en penses ?

Informations sociodémographiques

Année de naissance, formation et diplômes, emploi et statut professionnel, profession des parents et evt. frères et sœurs (professions), lieu d'habitation (villes/villages/déménagements), en couple/célibataire/marié

9.2 Présentation de l'étude et questionnaire filtre

Projet Nightlife 2018 : étude qualitative sur la consommation en soirée chez les jeunes et jeunes adultes du canton de Vaud

La recherche en bref

Le mandat NightLife 2018 est financé par le Service de la Santé publique du canton de Vaud et réalisé par l'Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive à Lausanne (<https://www.iumsp.ch/>). Il se base sur une approche par entretiens qualitatifs avec des usagères et usagers de soirées festives dans le canton de Vaud afin de mieux comprendre cette réalité.

La question de recherche que nous souhaitons explorer est la suivante : « Quelles sont les expériences, perceptions et manières de consommer différentes substances (alcool, cannabis, produits stimulants, hallucinogènes) chez les jeunes et jeunes adultes lors de soirées festives ? ».

Par cette question, il s'agit de nous intéresser à l'avant, au pendant et à l'après soirée. Quelles sont les attentes des jeunes et jeunes adultes face à leur consommation de différents produits ? Quelles sont leurs manières de consommer ? Comment gèrent-ils leurs fins et après-soirées ? Quelles sont leurs expériences ? Comment se positionnent-ils face aux risques induits par certaines substances ? Voici quelques thématiques que nous voudrions approfondir avec les candidat-e-s à cette recherche.

Les résultats de cette recherche permettront de mieux saisir les trajectoires de consommation « récréative ». Ils contribueront à une amélioration, d'une part, des messages de prévention en santé publique adressés à cette catégorie de la population, et d'autre part, des dispositifs de réduction des risques en milieu festif tels que le NightLife Vaud (<http://www.nightlifestvaud.ch/>).

Si vous êtes un-e usager-ère de soirées festives, nous serions enchantés de pouvoir réaliser un entretien de recherche avec vous (durée : 1h30 environ ; enregistré). En échange, nous vous garantissons un anonymat complet (les données sont anonymisées) et votre participation sera défrayée sous la forme d'un BON Manor d'une valeur de Fr. 25.-.

Stéphanie Locicero (Responsable de recherche) et Jérôme Debons (Collaborateur de recherche)

Questionnaire filtre (à passer en soirée)

Durant vos soirées, est-ce que vous consommez l'une des substances ci-dessous :

	Oui	Non	C. occas.	C. régul.
MDMA - ecstasy				
Cocaïne				
Amphétamine – Kétamine				
Alcool				
Cannabis				

Sur la base des informations reçues dans le cadre de l'étude NightLife 2018, seriez-vous ouvert-e à participer à un entretien de recherche avec l'un de nos collaborateurs (participation anonyme) ?

	Oui	Non
Entretien de recherche		

Merci de nous donner vos coordonnées pour que nous puissions vous rappeler :

Prénom	Année de naissance
No de téléphone	
Adresse email	

Votre participation est anonyme et défrayée sous la forme d'un BON Manor d'une valeur de Fr. 25.

