



Centre canadien sur
**les dépendances et
l'usage de substances**

Données. Engagement. Résultats.

www.ccdus.ca • www.ccsa.ca

Facteurs d'influence et implications de la forte consommation épisodique d'alcool chez les étudiants postsecondaires

Août 2018

Facteurs d'influence et implications de la forte consommation épisodique d'alcool chez les étudiants postsecondaires

Ce document est publié par le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS).

Citation proposée : Meister, S.R., B. Barker et M.-C. Flores-Pajot. *Facteurs d'influence et implications de la forte consommation épisodique d'alcool chez les étudiants postsecondaires*, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2018.

© Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2018.

CCDUS, 75 rue Albert, bureau 500
Ottawa (Ontario) K1P 5E7
Tél. : 613-235-4048
Courriel : info@ccsa.ca

Ce document a été produit grâce à une contribution financière de Santé Canada. Les opinions exprimées ne représentent pas nécessairement celles de Santé Canada.

Ce document peut aussi être téléchargé en format PDF au www.ccdus.ca

This document is also available in English under the title:

Heavy Episodic Drinking Among Post-secondary Students: Influencing Factors and Implications

ISBN 978-1-77178-500-6



Table des matières

Synthèse générale	1
Introduction	1
Méthode.....	2
Résultats.....	3
Discussion.....	5
Introduction	7
Facteurs influençant la FCEA chez les étudiants	8
Comportements de consommation d'alcool à risque.....	11
Objectifs et portée	14
Méthode	16
Recrutement	16
Création des guides et des questions	17
Participants	18
Modalités de l'étude	19
Analyse des données	20
Résultats	21
Perceptions et attitudes par rapport à l'alcool	21
Attentes par rapport à la FCEA	23
Raisons pour lesquelles les étudiants s'adonnent à la FCEA.....	23
Conséquences positives et négatives de la FCEA	28
Idées des étudiants pour réduire la FCEA	31
Discussion	35
Fausses perceptions et connaissances.....	35
Attentes faussées et conséquences	36
Principales raisons motivant les décisions individuelles	36
Comportements de consommation d'alcool à risque.....	37



Étude des suggestions concernant la normalisation et la transmission des messages	38
Limites	39
Conclusion.....	39
Bibliographie	41
Annexes	47
Annexe A : affiche générale utilisée pour le recrutement.....	47
Annexe B : questionnaire de dépistage	48
Annexe C : formulaire général de prise de contact avec le participant.....	50
Annexe D : guide de dépistage et de sélection	51
Annexe E : guide général concernant les groupes de discussion.....	53
Annexe F : questions posées aux groupes de discussion.....	54
Annexe G : critères de recherche dans les bases de données pour trouver des études pertinentes	56
Annexe H : formulaire générique de consentement	58
Annexe I : information sur les comportements de consommation et définition de verre standard	61
Annexe J : note finale aux participants des groupes de discussion.....	62
Annexe K : codage (NVivo) des réponses des étudiants.....	63



Remerciements

Les auteurs aimeraient remercier Darren Kruisselbrink, Ph.D., de l'Université Acadia, qui a révisé le présent rapport. Il a formulé des commentaires et des suggestions utiles qui ont contribué à améliorer l'ensemble du document.

Les auteurs tiennent aussi à remercier le Partenariat en éducation postsecondaire – Méfaits de l'alcool (PEP-MA), ainsi que tout le personnel postsecondaire qui a contribué à ce projet. Nous sommes particulièrement reconnaissants aux membres et au personnel qui ont agi à titre de personnes-ressources sur les campus, qui ont révisé les demandes d'évaluation éthique et qui ont aidé au recrutement de participants potentiels.

Conflit d'intérêts

Les auteurs n'ont aucun conflit d'intérêts à déclarer.



Synthèse générale

Introduction

La forte consommation épisodique d'alcool (FCEA) est associée à des risques potentiellement graves pour la santé et la sécurité des jeunes adultes (Sloan, Grossman et Platt, 2011). Aussi appelée « consommation d'alcool à risque », « consommation excessive d'alcool » et « consommation d'alcool dangereuse » dans le cadre de cette étude exploratoire, la FCEA se définit comme la consommation de plus de trois (femmes) ou de plus de quatre (hommes) verres standard en une même occasion (voir les [Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada \[DCAFR\]](#)). Les étudiants postsecondaires constituent une sous-population de jeunes adultes particulièrement susceptibles à la FCEA. Des études ont montré que ces étudiants boivent plus souvent et consomment de plus grandes quantités d'alcool que leurs pairs non étudiants (Carter, Brandon et Goldman, 2010; Hingson, Zha, Simons-Morton et White, 2016; Slutske, 2005). Les conséquences négatives peuvent être graves. À court terme, la FCEA a été associée à des pertes de mémoire, à la conduite avec facultés affaiblies, à des blessures et à de la violence physique et sexuelle (Butt, Beirness, Gliksman, Paradis et Stockwell, 2011; Caudwell, Mullan et Hagger, 2016; Park et Grant, 2005; White et Hingson, 2014). Les conséquences à long terme possibles sont, notamment, des changements cognitifs, structurels et fonctionnels importants dans le cerveau des jeunes adultes, ainsi que des problèmes de santé, comme une maladie ou un cancer du foie (Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2014; Ewing, Sakhardande et Blakemore, 2014; Lisdahl, Gilbert, Wright et Shollenbarger, 2013).

Facteurs influençant la FCEA chez les étudiants

Les raisons qui influencent la FCEA chez les étudiants sont complexes. Des études ont montré qu'une vaste gamme de facteurs interagissent de façon plus ou moins importante pour influencer les comportements de consommation des étudiants (Haas, Smith, Kagan et Jacob, 2012; Ham et Hope, 2003; Kuntsche, Knibbe, Gmel et Engels, 2005; LaBrie, Hummer, Kenney, Lac et Pedersen, 2011; Mallett, Lee, Neighbors, Larimer et Turrisi, 2006; Neighbors, Lee, Lewis, Fossos et Larimer, 2007). Parmi ces facteurs, les plus fréquemment étudiés sont les perceptions et les attitudes des étudiants par rapport à l'alcool, leurs attentes relativement à ce qui aura lieu s'ils consomment de l'alcool, les raisons ou les motivations qui les poussent à la consommation, les conséquences positives ou négatives auxquelles ils sont exposés après cette consommation, ainsi que d'autres facteurs comme les caractéristiques personnelles et environnementales.

Comportements de consommation d'alcool à risque

Il existe une vaste gamme de comportements de consommation, mais seulement quelques comportements principaux ont pu être examinés dans le cadre de cette étude exploratoire. En plus d'étudier des facteurs qui influencent la FCEA chez les étudiants, elle visait à obtenir de nouvelles données sur les facteurs associés à trois comportements de consommation d'alcool à risque souvent liés à la FCEA : les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, la consommation d'alcool avant une sortie (consommer de l'alcool à un endroit, dans une résidence privée par exemple, avant de se rendre à une autre activité, comme à un événement ou dans un bar) et la consommation pour oublier ses problèmes. Ces comportements ont été étudiés afin d'établir leur interrelation avec la FCEA et de mieux comprendre les conséquences positives et négatives qui leur sont associées.



Objectifs et portée

L'objectif de cette étude exploratoire était de mieux comprendre certains des facteurs principaux qui poussent les étudiants postsecondaires à la consommation excessive d'alcool afin de combler les lacunes dans les connaissances et de favoriser l'élaboration de stratégies, d'outils et de ressources pour réduire les problèmes associés à ce comportement. Autant que nous sachions, cette étude est la première au Canada à être fondée sur des groupes de discussion portant sur cet enjeu. Les études portant sur la FCEA chez les étudiants ont été réalisées sur des campus aux États-Unis; il pourrait donc y avoir des différences marquées entre les contextes canadien et états-unien, étant donné l'âge légal pour la consommation d'alcool dans chacun de ces pays ou les différences dans l'appartenance à des fraternités ou des sororités. Les quatre objectifs principaux de l'étude étaient les suivants :

1. Faire avancer les connaissances et améliorer la compréhension quant aux perceptions, aux attitudes, et aux attentes des étudiants postsecondaires ainsi qu'aux raisons et aux conséquences associées à la FCEA.
2. Recueillir les idées et les recommandations d'étudiants sur cet enjeu.
3. Étudier trois comportements de consommation d'alcool à risque : les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, la consommation d'alcool avant une sortie et la consommation pour oublier ses problèmes.
4. Comblent les lacunes de la recherche sur la FCEA chez les étudiants, particulièrement en examinant des données qualitatives, en contexte canadien.

Les conclusions de cette étude sont préliminaires et visent à aider les établissements postsecondaires à lutter contre la FCEA. Ces conclusions seront pertinentes pour toute personne travaillant avec des étudiants postsecondaires, comme le personnel qui veille à leur santé et à leur sécurité, le personnel administratif et de gestion, le corps professoral, les agents de sécurité, les entraîneurs et les animateurs, ainsi que les étudiants et leurs parents.

Méthode

Cette étude sur la FCEA chez les étudiants a été réalisée à l'aide de groupes de discussion. Comme ce type d'étude semble être une première au Canada, l'approche utilisée était exploratoire et avait pour but d'obtenir des données et des connaissances préliminaires sur l'enjeu étudié. Les participants sont des étudiants postsecondaires fréquentant l'une de cinq universités canadiennes. Les participants potentiels ont rempli un questionnaire de dépistage et ont été choisis pour les groupes de discussion s'ils étaient étudiants postsecondaires et s'ils rapportaient dépasser les Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada lors d'occasions spéciales (c.-à-d. trois verres standard pour les femmes et quatre pour les hommes). Les questions des groupes de discussion étaient fondées sur des facteurs influençant la FCEA chez les étudiants, ciblés à la suite d'une revue de la littérature sur le sujet.

Au total, 110 étudiants ont participé à l'étude, dont 27 hommes et 83 femmes âgés de 17 à 30 ans. Parmi ces participants, des groupes de 20 à 25 étudiants fréquentaient chacune des cinq universités. Comme il s'agissait d'une étude exploratoire, l'échantillon ne visait pas à être représentatif des étudiants canadiens de niveau postsecondaire, mais plutôt à fournir une base pour la compréhension de l'enjeu et pour la recherche future. Le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances a collaboré avec des membres du Partenariat en éducation postsecondaire – Méfaits de l'alcool (PEP-MA), ainsi qu'avec des professionnels des facultés universitaires et des professionnels



de la santé pour mener les groupes de discussion. Une approbation éthique a été obtenue de chacune des universités. Les discussions ont duré entre 30 et 90 minutes, selon la taille du groupe, et un enregistrement audio a été effectué. Les enregistrements ont été transcrits et toute information pouvant permettre d'identifier un participant a été retirée. Les données ont été analysées à l'aide de l'édition Pro du logiciel NVivo 11 pour Windows, selon les facteurs et les comportements relevés dans la littérature.

Résultats

Des résultats importants ont été obtenus quant aux perceptions et aux attitudes des étudiants par rapport à l'alcool, aux attentes associées à la FCEA, aux raisons motivant la FCEA, aux conséquences positives et négatives vécues après une consommation excessive d'alcool et aux idées et recommandations des étudiants pour faire diminuer la prévalence de FCEA. L'interprétation de ces résultats devrait tenir compte de la surreprésentation des femmes dans cette étude exploratoire. Les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, la consommation d'alcool avant une sortie et la consommation pour oublier ses problèmes ont été explorées pour établir des liens avec les raisons et les conséquences positives et négatives associées à la FCEA. Les paragraphes qui suivent présentent certains des résultats principaux.

Perceptions et attitudes par rapport à l'alcool

Les étudiants ont le plus souvent rapporté qu'en moyenne, un étudiant pouvait consommer au maximum cinq verres sans subir de conséquences négatives. La deuxième réponse la plus fréquente était quatre verres, puis sept; quelques étudiants ont même répondu que ce nombre pouvait s'élever à 10 verres. Les étudiants ont rapporté qu'ils évaluaient les conséquences négatives associées à la consommation d'alcool selon l'importance des réactions physiques qui surviennent (p. ex. vomissements ou pertes de mémoire), et la majorité ne semblait pas connaître les autres conséquences négatives associées (p. ex. dommages cognitifs possibles). En ce qui concerne les attitudes, la majorité des étudiants ne considéraient pas la FCEA comme un problème en contexte postsecondaire, mais plutôt comme une composante de la culture de ce niveau scolaire, à laquelle les étudiants s'attendent.

Attentes liées à la consommation d'alcool

La majorité des étudiants s'attendaient à des conséquences positives après avoir consommé de l'alcool (p. ex. avoir du plaisir ou accroître leur confiance) ou à une combinaison de conséquences positives, principalement, et de quelques conséquences négatives (p. ex. avoir la gueule de bois ou subir des blessures). La réponse la plus fréquente était qu'ils s'attendaient à avoir du plaisir ou à passer du bon temps, à relaxer et à ressentir moins de stress.

Raisons pour lesquelles les étudiants s'adonnent à la FCEA et trois comportements de consommation d'alcool à risque

Les étudiants ont rapporté un grand nombre de raisons expliquant pourquoi ils s'adonnaient à la FCEA ou buaient plus qu'ils ne l'avaient prévu. Voici certaines de ces raisons : la pression exercée par les pairs, le désir d'avoir du plaisir, de socialiser ou d'être ivre, l'ennui ou le fait de n'avoir rien d'autre à faire et le désir de compenser les périodes où ils ne pouvaient pas boire (p. ex. en période d'examens).



Selon les étudiants, les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool étaient surtout accidentelles et associées à l'inexpérience, au fait d'être étudiant de première année, aux jeux à boire, au fait de ne pas compter ses consommations et à la consommation d'alcool avant une sortie.

La consommation d'alcool avant une sortie était le comportement de consommation le plus fréquent chez les étudiants. Les raisons associées à ce comportement et poussant les étudiants à la FCEA étaient, entre autres, de vouloir être ivre ou pompette sans dépenser trop d'argent à l'événement principal, de fréquenter des amis, de réagir à la pression exercée par les pairs, de jouer à des jeux à boire et de ne pas compter ses consommations.

Les raisons associées à la consommation d'alcool pour oublier ses problèmes et poussant les étudiants à la FCEA comprenaient le stress et la pression de nature sociale et scolaire. Certains étudiants ont rapporté consommer de l'alcool pour éviter d'étudier ou de faire des travaux, pour réduire leur anxiété en faisant des travaux ou pour les aider à s'endormir. D'autres étudiants ont rapporté qu'ils buvaient pour être plus extravertis, pour accroître leur confiance et pour contrôler leur anxiété sociale.

Conséquences positives et négatives et trois comportements de consommation d'alcool à risque

Les participants ont rapporté plusieurs conséquences négatives et peu de conséquences positives associées à la FCEA. Certaines des conséquences négatives rapportées étaient d'avoir la gueule de bois ou de vomir, de souffrir d'amnésie, de devoir s'occuper d'amis en état d'ébriété et de regretter son comportement. Les conséquences positives rapportées étaient notamment d'avoir du plaisir, d'être plus extraverti ou plus confiant et de rencontrer de nouvelles personnes.

Les conséquences associées aux pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, excluant la perte de mémoire elle-même, comprenaient des expériences négatives plus graves et des risques plus grands, comme des blessures physiques, des hospitalisations et des activités sexuelles non consensuelles.

La consommation d'alcool avant une sortie était souvent associée à des conséquences négatives comme perdre la mémoire, perdre connaissance, poser des gestes que l'on regrette par la suite, être malade ou avoir la gueule de bois. La majorité des étudiants ont rapporté que les conséquences positives de ce comportement étaient d'économiser de l'argent et de fréquenter des amis.

La consommation d'alcool pour oublier ses problèmes était associée à des conséquences négatives comme le fait de devenir très émotif et pouvait nuire à d'autres aspects de la vie (p. ex. l'école). Les conséquences positives étaient notamment de réduire le stress et de se sentir plus détendu.

Idées des étudiants pour les campus et pour leurs pairs

Les deux suggestions les plus fréquentes des étudiants pour réduire la FCEA sur les campus étaient de transmettre des messages par l'entremise de pairs respectés des autres et de normaliser la consommation d'alcool. Pour ce qui est de la première suggestion, la plupart des étudiants ont mentionné que les messages, l'information et la sensibilisation sur les risques associés à la consommation d'alcool seraient mieux reçus s'ils étaient transmis par un pair respecté. En ce qui concerne la deuxième suggestion, les étudiants ont fréquemment recommandé de normaliser la consommation d'alcool, en faisant la promotion de la consommation responsable par exemple, plutôt que de la condamner ou de l'interdire. Les participants ont aussi recommandé de suggérer



aux étudiants des façons de gérer la pression exercée par les pairs et de les sensibiliser aux conséquences de la consommation d'alcool, à la taille des verres standard et aux méfaits connexes.

Discussion

Cette étude exploratoire examinait quatre facteurs influençant la FCEA chez les étudiants postsecondaires : les perceptions et les attitudes, les attentes, les raisons et les conséquences. L'étude examinait aussi trois comportements de consommation d'alcool à risque : les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, la consommation d'alcool avant une sortie et la consommation d'alcool pour oublier ses problèmes. Les résultats de cette étude sont importants pour mieux comprendre ce qui influence la FCEA chez les étudiants, particulièrement au Canada. Les paragraphes qui suivent font l'analyse de certaines des répercussions principales.

La majorité des étudiants semblaient avoir de fausses perceptions et connaissances sur la consommation d'alcool, ce qui influençait leur décision de s'adonner à la FCEA. Une des constatations principales de cette étude est que la sensibilisation quant à la consommation d'alcool et à ses conséquences semble sporadique (p. ex. courtes discussions ici et là), très ciblée (p. ex. importance accordée à la conduite avec facultés affaiblies), inexistante, trop tardive (c.-à-d. avant de fréquenter des établissements postsecondaires) ou encore qu'elle ne semble pas attrayante ou mémorable (p. ex. transmission de messages par des adultes plus âgés). À cet égard, le PEP-MA est un allié important pour les établissements postsecondaires puisqu'il offre de l'information sur les ressources existantes et les pratiques exemplaires dans le domaine. Le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances utilisera les résultats de cette étude pour travailler avec des membres du PEP-MA, pour consulter les étudiants et pour encourager les établissements à explorer des options d'outils et de ressources de sensibilisation pour combler certaines lacunes dans les processus et la sensibilisation.

Les attentes et les opinions par rapport aux conséquences de la FCEA sont plus positives que négatives chez la plupart des étudiants. Une raison expliquant ces résultats est la culture générale du niveau postsecondaire : les étudiants s'attendent à avoir du plaisir et à boire jusqu'à l'ivresse. Tout effort visant à réduire la FCEA chez les étudiants sera mis à l'épreuve par ces normes établies depuis longtemps. Une approche interinstitutionnelle devra probablement être adoptée pour changer ces normes et pourrait être mise en œuvre par certains groupes, comme le PEP-MA.

La pression exercée par les pairs est un autre facteur qui encourageait grandement les étudiants à consommer de l'alcool. Il sera pertinent d'aider les étudiants à développer des stratégies pour contrer les différents types de pression exercée par les pairs rapportés. Il pourrait aussi être avantageux d'élaborer des méthodes aidant les étudiants qui ne veulent pas boire de façon excessive à trouver d'autres étudiants comme eux, au début de leur parcours scolaire, surtout au cours de la première année.

Comme la plupart des étudiants ont l'intention de tester leurs propres limites peu importe les pratiques ou les procédures qui sont mises en place pour décourager la consommation d'alcool, il pourrait être important de concevoir des stratégies pour encourager les étudiants à faire l'expérimentation de l'alcool de façon plus sécuritaire.

La consommation d'alcool avant une sortie semble être le comportement le plus risqué chez les étudiants, puisqu'il a lieu dans un environnement non contrôlé où les décisions des étudiants reposent principalement sur leurs propres compétences (p. ex. leur capacité à contrôler la pression exercée par les pairs et à surveiller leur consommation) et connaissances (p. ex. connaître les limites sécuritaires), et ne sont pas influencées par des restrictions présentes dans d'autres environnements (p. ex. verres



calculés dans les bars). D'autres études seront nécessaires pour examiner des méthodes permettant de remédier à ce problème.

Les établissements postsecondaires devront possiblement trouver un équilibre entre la création d'un environnement qui décourage la FCEA et d'un environnement qui normalise la consommation modérée d'alcool en offrant aux étudiants des occasions lors desquelles ils pourront apprendre sur la consommation responsable et la consommation avec modération et mettre ces principes en pratique.

Il sera important de choisir des personnes respectées à la fois par les pairs et les adultes plus âgés pour transmettre les messages et faire de la sensibilisation pour réduire la FCEA et pour s'attaquer aux méfaits qui y sont associés.

Limites

L'échantillon de cette étude exploratoire était principalement composé de femmes, ce qui a présenté des défis quant à l'étude approfondie des trois comportements de consommation, comme la consommation d'alcool pour oublier ses problèmes. Toutefois, comme il s'agissait d'une étude exploratoire, l'échantillon ne visait pas à être représentatif des étudiants canadiens de niveau postsecondaire, mais plutôt à fournir une base pour la compréhension de l'enjeu et la recherche future.

Conclusion

Cette étude exploratoire a élargi la compréhension actuelle de la FCEA chez les étudiants et a fourni de nouvelles données sur le sujet. Elle a examiné les perceptions et les attitudes, les attentes, les raisons et les conséquences influençant la FCEA. L'étude a également exploré trois comportements de consommation d'alcool à risque chez les étudiants : les pertes de mémoire dues à la consommation, la consommation avant les sorties et la consommation pour oublier ses problèmes. Les résultats montrent que nous devons améliorer et élargir la sensibilisation des étudiants sur la FCEA, élaborer des stratégies pour les établissements et les étudiants afin de réduire les méfaits connexes, et étudier des méthodes plus efficaces pour nous attaquer à ce problème.

Cette étude a aussi contribué à combler les lacunes dans la recherche sur la FCEA chez les étudiants. La recherche sur cette question est limitée au Canada et, autant que nous sachions, cette étude est la première au pays pour laquelle des groupes de discussion ont été menés. Cette méthode a permis de recueillir de l'information nuancée et de fournir des précisions importantes sur de nombreux résultats obtenus lors d'études réalisées à l'aide de sondages. Ces précisions sont importantes pour les praticiens et les personnes qui travaillent avec des étudiants dans des établissements postsecondaires, comme le personnel qui veille à leur santé et à leur sécurité, le personnel administratif et de gestion, le personnel des facultés, les entraîneurs et les animateurs, ainsi que pour les étudiants eux-mêmes. Heureusement, le travail du groupe de PEP-MA vise à réduire les méfaits associés à la FCEA. Les établissements postsecondaires qui voudraient obtenir de l'information, adopter des pratiques exemplaires et contribuer à la réduction de ce problème devraient envisager de joindre ce partenariat (pepma.ca).

Les résultats de cette étude démontrent une fois de plus la gravité de la FCEA et les risques importants pour les étudiants. De nombreux facteurs influencent la décision des étudiants de boire avec excès; cette étude souligne donc le besoin de varier les approches pour s'attaquer au problème. Il n'y aura pas de solution unique permettant d'atteindre tous les étudiants; les établissements postsecondaires devront donc adapter les approches existantes et les nouvelles approches à leurs besoins.



Introduction

La forte consommation épisodique d'alcool (FCEA) est associée à des risques potentiellement graves pour la santé et la sécurité des jeunes adultes (Sloan, Grossman et Platt, 2011). Aussi appelée « consommation d'alcool à risque », « consommation excessive d'alcool » et « consommation d'alcool dangereuse » dans le cadre de cette étude exploratoire, la FCEA se définit comme la consommation de plus de trois (femmes) ou de plus de quatre (hommes) verres¹ standard en une même occasion (voir les [Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada \[DCAFR\]](#)). Les étudiants postsecondaires constituent une sous-population de jeunes adultes particulièrement susceptibles à la FCEA. Des études ont montré que ces étudiants boivent plus souvent et consomment de plus grandes quantités d'alcool que leurs pairs non étudiants (Carter, Brandon et Goldman, 2010; Hingson, Zha, Simons-Morton et White, 2016; Slutske, 2005). Les conséquences négatives peuvent être graves. À court terme, la FCEA a été associée à des pertes de mémoire, à la conduite avec facultés affaiblies, à des blessures et à de la violence physique et sexuelle (Butt, Beirness, Gliksman, Paradis et Stockwell, 2011; Caudwell, Mullan et Hagger, 2016; Park et Grant, 2005; White et Hingson, 2014). Les conséquences à long terme possibles sont, notamment, des changements cognitifs, structurels et fonctionnels importants dans le cerveau des jeunes adultes, ainsi que des problèmes de santé, comme une maladie ou un cancer du foie (Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2014; Ewing, Sakhardande et Blakemore, 2014; Lisdahl, Gilbert, Wright et Shollenbarger, 2013).

Au Canada, un récent sondage mené auprès d'environ 44 000 étudiants postsecondaires canadiens a révélé que 69,3 % d'entre eux avaient consommé de l'alcool dans les 30 jours précédant ce sondage (American College Health Association, 2016). De plus, 35 % de ces étudiants ont rapporté avoir consommé cinq verres ou plus à au moins une occasion, au cours des deux semaines précédant le sondage, et environ la moitié de ces répondants (17,7 %) ont rapporté avoir bu de façon excessive à deux reprises ou plus au cours de cette période. Ces données sont inquiétantes lorsqu'on les compare aux Directives de consommation d'alcool à faible risque (DCAFR), des recommandations ayant pour but de réduire les risques à long terme pour la santé². Selon les DCAFR, les femmes ne devraient pas boire plus de deux verres en une même occasion et plus de trois verres lors d'occasions spéciales (p. ex. lors d'une fête), et les hommes ne devraient pas boire plus de trois verres en une même occasion et plus de quatre verres lors d'occasions spéciales.

Les établissements postsecondaires ont fait des efforts marqués pour diminuer la FCEA chez les étudiants et les méfaits qui y sont associés. Parmi leurs initiatives, mentionnons notamment l'offre de séances de sensibilisation, la mise en place de programmes d'interventions pour les témoins d'incidents, l'offre de la formation et des ressources aux services de santé pour s'attaquer aux problèmes liés à l'alcool, et l'organisation de semaines d'orientation sans alcool. Malgré ces efforts, le problème demeure présent et complexe. De nombreux facteurs contribuent à la FCEA chez les étudiants, notamment leurs perceptions par rapport à l'alcool, les expériences positives et négatives vécues lors de la consommation d'alcool et les caractéristiques personnelles et environnementales (Ham et Hope, 2003; Kuntsche, Knibbe, Gmel et Engels, 2005; Neighbors, Lee, Lewis, Fossos et Larimer, 2007). D'autres recherches seront nécessaires pour mieux comprendre les facteurs qui

1 La définition de verre standard utilisée dans cette étude correspond à celle présentée dans les DCAFR : un verre standard de bière équivaut à 341 ml (12 oz), celui de cidre ou de cooler à 341 ml (12 oz), celui de vin à 142 ml (5 oz) et celui d'alcool distillé (p. ex. rye, gin) à 43 ml (1,5 oz). Voir l'annexe I pour une représentation visuelle.

2 Les DCAFR ont été élaborées par une équipe d'experts indépendants canadiens et internationaux au nom du Comité consultatif sur la Stratégie nationale sur l'alcool (CCSNA) et s'inspirent d'un rapport de 2011 de Peter Butt et ses collaborateurs.



influencent la FCEA chez les étudiants, ce qui permettra d'améliorer l'efficacité des efforts mis en place pour réduire les méfaits connexes.

Facteurs influençant la FCEA chez les étudiants

Les raisons qui influencent la FCEA chez les étudiants sont complexes. Des études ont montré qu'une vaste gamme de facteurs interagissent de façon plus ou moins importante pour influencer les comportements de consommation des étudiants (Haas, Smith, Kagan et Jacob, 2012; Ham et Hope, 2003; Kuntsche et coll., 2005; LaBrie, Hummer, Kenney, Lac et Pedersen, 2011; Mallett, Lee, Neighbors, Larimer et Turrise, 2006; Neighbors et coll., 2007). Parmi ces facteurs, les plus fréquemment étudiés sont les perceptions et les attitudes des étudiants par rapport à l'alcool, leurs attentes relativement à ce qui aura lieu s'ils consomment de l'alcool, les raisons ou les motivations qui les poussent à la consommation, les conséquences positives ou négatives auxquelles ils sont exposés après cette consommation, ainsi que d'autres facteurs comme les caractéristiques personnelles et environnementales.

Perceptions et attitudes par rapport à l'alcool

Les perceptions et les attitudes des étudiants par rapport à l'alcool peuvent grandement influencer leur comportement de consommation, la plupart du temps en faisant augmenter la quantité d'alcool qu'ils consommeraient normalement. Par exemple, différentes études ont démontré que les étudiants surestiment souvent la fréquence de consommation de leurs pairs et la quantité d'alcool qu'ils consomment, ce qui les amène à boire davantage (DeJong, DeRicco et Schneider, 2010; Ham et Hope, 2003; Neighbors et coll., 2007; Pedersen et LaBrie, 2008). De plus, il semble malheureusement que les étudiants qui surestiment la consommation de leurs pairs et qui ont l'impression que leurs amis approuvent la consommation d'alcool subiraient plus de méfaits connexes à cause de ces perceptions erronées (Neighbors et coll., 2007). Certains étudiants ont aussi des perceptions inexactes quant à leur propre tolérance et surestiment largement le nombre de verres qu'ils peuvent consommer avant de subir des conséquences négatives, comme la perte de mémoire ou la gueule de bois (Mallett et coll., 2006).

Les étudiants peuvent aussi avoir des perceptions erronées des expériences de consommation d'alcool elles-mêmes : certains ne perçoivent pas négativement les conséquences réellement négatives associées à la consommation d'alcool (Lee, Geisner, Patrick et Neighbors, 2010; Mallett, Bachrach et Turrise, 2008). Une étude a montré que 25 % des étudiants rapportaient la gueule de bois comme une conséquence positive et que près de la moitié des étudiants rapportaient les pertes de mémoire et l'embarras physique ou social comme une conséquence neutre ou positive (Mallett et coll., 2008). Ces perceptions pourraient s'expliquer par le fait que les étudiants considèrent certaines conséquences négatives comme inhérentes à l'expérience de la consommation d'alcool et minimisent l'importance de la composante négative associée à ces expériences.

La différence entre les raisons pour lesquelles les étudiants consomment de l'alcool (présentées plus haut) et leurs attentes à cet égard pourrait être mieux comprise en parlant des croyances et des décisions des étudiants par rapport à l'alcool (Haas, Smith et Kagan, 2013). Tout comme c'est le cas pour les perceptions, les attitudes des étudiants par rapport à l'alcool peuvent avoir une incidence sur la FCEA. En contexte postsecondaire, la culture de consommation d'alcool est établie et fait partie de l'expérience à laquelle s'attendent les étudiants; ils s'attendent aussi à boire avec excès (Boekeloo, Novik et Bush, 2011; Kenney, Hummer et LaBrie, 2010; Groupe de travail du National Advisory Council on Alcohol Abuse and Alcoholism, 2002). De surcroît, les activités où l'on consomme de l'alcool, comme la rentrée des classes, les initiations des fraternités et des sororités, les activités



des membres d'équipes sportives et les événements célébrant les équipes sportives font souvent partie de l'expérience étudiante (LaBrie et coll., 2011; O'Hara, Armeli et Tennen, 2015; Agence de la santé publique du Canada, 2015).

Attentes liées à la consommation d'alcool

La décision des étudiants de consommer de l'alcool est aussi influencée par leurs attentes par rapport à l'effet que l'alcool aura ou non sur eux. Les attentes des étudiants correspondent à leur anticipation des effets et des conséquences positives et négatives de la consommation d'alcool (Haas et coll., 2013; Kuntsche et coll., 2005; Neighbors et coll., 2007; Park et Grant, 2005). Par exemple, les attentes positives des étudiants peuvent être d'avoir plus de plaisir ou d'être moins gêné, alors que leurs attentes négatives peuvent être de s'attendre à être malades ou à avoir la gueule de bois.

Des études ont démontré que les attentes positives et négatives sont toutes deux associées à une plus grande consommation d'alcool et à davantage de problèmes liés à l'alcool chez certains étudiants (Bartholow, Sher et Strathman, 2000; Neighbors et coll., 2007; Park et Grant, 2005). Il n'est pas étonnant que les attentes positives (p. ex. l'étudiant s'attend à avoir du plaisir) contribuent à la FCEA, mais l'association avec les attentes négatives pourrait être plus nuancée. Si les attentes positives d'une personne, comme s'attendre à être moins gênée, surpassent ses attentes négatives, comme d'avoir la gueule de bois, elle continuera à boire (Neighbors et coll., 2007). Une étude a d'ailleurs montré que 38,6 % des étudiants qui avaient subi une perte de mémoire due à la consommation d'alcool avaient significativement plus d'attentes positives que les étudiants n'ayant pas vécu une telle situation (Buelow et Harbin, 1996). Par ailleurs, les attentes peuvent avoir une incidence particulièrement importante chez ces étudiants, qui perçoivent les conséquences négatives comme positives (voir les renseignements présentés plus haut); leurs attentes par rapport à l'alcool sont encore plus faussées.

Raisons justifiant la consommation excessive d'alcool

Un autre aspect important pour la compréhension des facteurs qui poussent les étudiants à la consommation excessive d'alcool sont les raisons qu'ils donnent pour le faire. Les raisons ou les motifs des étudiants laissent percevoir les processus de prise de décision qui mènent à la consommation excessive (Arbeau, Kuiken et Wild, 2011). Bon nombre d'études se sont penchées sur ce phénomène (Barry, Stollefson, Piazza-Gardner, Chaney et Dodd, 2013; Caudwell et Hagger, 2014; Cooper, 1994; Ham et Hope, 2003; Kuntsche et coll., 2005; LaBrie, Hummer, Pedersen, Lac et Chithambo, 2012; Merrill et Read, 2010; Messman-Moore et Ward, 2014; Neighbors et coll., 2007; Read, Radomski et Borsari, 2015; Wetherill et Fromme, 2016). Plusieurs études ont permis de relever une grande variété de raisons rapportées par les étudiants pour justifier une FCEA. Voici certaines des raisons mentionnées : avoir du plaisir ou célébrer, réduire l'anxiété, céder à la pression exercée par les pairs, acquérir de la confiance en contexte social, flirter, ne plus être triste ou déprimé et vouloir socialiser. D'autres facteurs s'ajoutent à la complexité des raisons pour lesquelles les étudiants s'adonnent à la FCEA (c.-à-d. les perceptions, les attentes et les conséquences); ces facteurs interagissent avec le processus de prise de décision des étudiants et l'influencent.

Le modèle à quatre facteurs élaboré par Cooper (1994)³ est l'une des approches les plus utilisées dans la recherche pour réduire la complexité de la prise de décision des étudiants et des raisons pour lesquelles ils boivent de l'alcool, et pour mieux comprendre ces phénomènes. Ce modèle

³ Les travaux de Cooper s'inspirent des recherches de W. Miles Cox et Eric Klinger.



combine les issues positives et négatives (renforcements) avec les motivations internes et externes (motivations personnelles et celles influencées par les autres) pour obtenir quatre motifs (raisons) justifiant la FCEA : se sentir bien, oublier ses problèmes, socialiser et se conformer. Le fait de vouloir se sentir bien (motivation interne) se manifeste chez les personnes qui consomment de l'alcool pour en retirer des conséquences positives, pour améliorer leur humeur ou pour ressentir un mieux-être, associé au goût de l'alcool ou au plaisir de boire. Le fait de vouloir oublier ses problèmes (motivation interne) se manifeste chez les personnes qui veulent éviter, réduire ou contrôler des émotions négatives comme l'anxiété ou le stress. Le fait de vouloir socialiser (motivation externe) se manifeste chez les personnes qui désirent obtenir un renforcement social positif, en buvant avec des amis, par exemple. Enfin, le désir de se conformer (motivation externe) se manifeste chez les personnes qui veulent éviter les conséquences sociales associées au fait de ne pas consommer d'alcool; ces personnes désirent entre autres se sentir à leur place et éviter d'être rejetées. La consommation excessive d'alcool dans le but de se sentir bien, d'oublier ses problèmes ou de se conformer est plus souvent associée à une consommation problématique (Ham et Hope, 2003). Certaines études ont également conclu que les raisons sociales influencent grandement la propension des étudiants à participer à des jeux à boire, un comportement de consommation risqué et associé à la FCEA (Barry et coll., 2013).

Conséquences positives et négatives

Les étudiants vivent à la fois des conséquences positives et négatives à la suite d'une FCEA qui influencent leur décision de boire à nouveau avec excès (Mallett et coll., 2008; Mallett et coll., 2006; Park et Grant, 2005; Read, Wardell et Bachrach, 2013). Des études ont démontré que les conséquences positives, qu'elles soient réellement positives ou perçues comme telles, influencent les motivations des étudiants à consommer de l'alcool. De plus, certaines études, quoique plus rares, indiquent que les étudiants rapportent plus souvent des conséquences positives que négatives, comme se sentir plus détendu et plus confiant, être créatif, oublier leurs problèmes scolaires et se sentir à leur place avec leurs pairs (Merrill et Read, 2010; Park et Grant, 2005). Ainsi, les conséquences positives, réelles ou perçues, renforcent la FCEA chez les étudiants.

En revanche, les conséquences négatives pourraient ne pas décourager la FCEA chez les étudiants. Comme cela a été expliqué précédemment, les étudiants peuvent percevoir des conséquences négatives (p. ex. la gueule de bois et la perte de mémoire) comme positives, ce qui les encourage à continuer à boire avec excès (Mallett et coll., 2006; Read et coll., 2013). Toutefois, même lorsque les étudiants reconnaissent qu'une expérience est négative, ils pourraient continuer à consommer de l'alcool avec excès si cette expérience entraîne aussi des conséquences positives. En effet, les étudiants peuvent considérer les conséquences négatives comme positives si, par exemple, ils ont l'impression qu'elles améliorent leur statut social ou leur habileté à s'intégrer au groupe (Mallett et coll., 2006; Park et Grant, 2005). Dans les deux cas, les étudiants chez qui l'on observe une FCEA sont plus susceptibles de subir les méfaits de l'alcool, et comme leur tolérance augmente, des tendances de consommation excessive et à risque peuvent apparaître.

Autres facteurs

D'autres facteurs peuvent influencer la FCEA chez les étudiants. Ceux-ci peuvent être amenés à boire avec excès en raison de leur appartenance à une sous-population, fondée notamment sur le genre, le groupe ethnique, l'affiliation à une fraternité ou à une sororité, ou le fait d'être membre d'une équipe sportive (Cheng et Mallinckrodt, 2015; LaBrie et coll., 2011; O'Hara et coll., 2015; O'Hara et coll., 2014; Agence de la santé publique du Canada, 2015). Par exemple, les jeunes hommes consomment généralement plus souvent et en plus grandes quantités que les jeunes femmes, ce qui est partiellement attribuable aux différences physiques (Ham et Hope, 2003).



Malgré cette constatation, les études sont partagées quant à l'existence d'un lien entre le genre et la FCEA. Les différences sexuelles semblent plutôt se rapporter à des facteurs comme les raisons pour lesquelles les hommes et les femmes consomment de l'alcool (p. ex. désir de se sentir bien ou d'oublier ses problèmes), les comportements (p. ex. jouer à des jeux à boire) et les comportements de consommation (p. ex. consommer de l'alcool avant une sortie) (Ahmed, Hustad, LaSalle et Borsari, 2014; Bachrach, Merrill, Bytschkow et Read, 2012; Buelow et Harbin, 1996; Haas et coll., 2012; Hingson et coll., 2016; Hummer, Napper, Ehret et LaBrie, 2013; Kuntsche et coll., 2005).

Une autre sous-population d'intérêt est celle des étudiants de première année. Des données indiquent que ce groupe est le plus susceptible à la FCEA et aux conséquences négatives associées, en raison des taux élevés de consommation d'alcool observés comparativement aux étudiants postsecondaires des autres années (Read et coll., 2013). Les taux plus élevés de FCEA chez les étudiants de première année sont généralement attribuables à une combinaison entre le sentiment d'indépendance associé au fait de ne plus vivre chez ses parents et l'entrée dans la culture de consommation d'alcool de l'environnement postsecondaire (Kenney et coll., 2010). Plus les étudiants progressent dans leur cheminement scolaire, plus les comportements de FCEA ont tendance à décliner. Ce changement s'explique possiblement par le fait que les étudiants acceptent davantage de responsabilités adultes et deviennent plus matures (Ham et Hope, 2003). Malgré la l'incidence accrue de FCEA durant la première année, la plupart des études montrent que les comportements de consommation d'alcool des étudiants sont établis à un plus jeune âge, avant de fréquenter des établissements postsecondaires, et que leurs comportements ne sont qu'amplifiés dans un environnement nouveau et moins contraignant (Hingson, Heeren, Winter et Wechsler, 2005; Kenney et coll., 2010; LaBrie, Earle, Hummer et Boyle, 2016). Beaucoup d'étudiants qui entament leur formation postsecondaire ont déjà subi d'autres méfaits associés à l'alcool. Bien que ces divers facteurs soient importants pour mieux comprendre la consommation d'alcool chez les étudiants, cette étude exploratoire vise à examiner des facteurs plus généraux (p. ex. raisons poussant à la consommation) et à fournir une base pour la recherche future qui étudiera des sous-populations précises comme celles fondées sur le sexe, le nombre d'années scolaires terminées ou l'appartenance à certains groupes.

Comportements de consommation d'alcool à risque

En plus d'étudier des facteurs qui influencent la FCEA chez les étudiants, la présente étude visait à obtenir de nouvelles données sur les facteurs associés à trois comportements de consommation d'alcool à risque souvent liés à la FCEA. Il existe une vaste gamme de comportements de consommation comme les jeux à boire (Fairlie, Maggs et Lanza, 2015; Tomaso et coll., 2015), la consommation d'alcool lors d'événements spéciaux (p. ex. semaine d'initiation, événements sportifs) (Hummer et coll., 2013; Wetherill et Fromme, 2009) ou l'appartenance à certains groupes à risque élevé, comme les fraternités et les sororités et les équipes sportives (Haas et coll., 2012; Martens, Pedersen, Smith, Stewart et O'Brien, 2011). Dans le cadre de cette étude exploratoire, nous ne pouvions examiner que quelques comportements risqués. Les pertes de mémoire dues à l'alcool, la consommation d'alcool avant une sortie (boire de l'alcool à un endroit, chez un ami par exemple, avant de se rendre à un autre endroit comme à un bar ou à un événement) et la consommation d'alcool pour oublier ses problèmes ont été analysées afin d'établir les raisons à l'origine de la FCEA associée à ces comportements et afin de mieux comprendre leurs conséquences positives et



négligentes⁴. Ces comportements ont été choisis pour un examen approfondi parce qu'ils ont été associés à des risques importants et qu'ils sont probablement les plus prévalents chez les étudiants.

Pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool

Considérée comme l'une des plus importantes conséquences négatives de la FCEA, la perte de mémoire due à la consommation d'alcool, ou blackout, expose les étudiants postsecondaires à de graves risques. Cette perte de mémoire est une forme d'amnésie qui peut survenir durant toute la période de consommation d'alcool (en bloc) ou à certains moments (fragmentée) (Hingson et coll., 2016; Wetherill et Fromme, 2016). Bien qu'on la confonde parfois avec la perte de connaissance, il s'agit en fait d'un état de conscience différent où une personne est capable d'interagir avec son environnement, mais ne crée pas de souvenirs à long terme de ses actions. Un des risques associés à cette perte de mémoire est d'ailleurs que la personne continue à fonctionner (son fonctionnement est toutefois altéré); elle peut par exemple tenir une conversation ou conduire un véhicule. Il est tout aussi inquiétant de savoir qu'il n'existe pas de façon de percevoir qu'une personne se trouve dans cet état. Des données ont montré que l'expérience d'une perte de mémoire due à l'alcool est un des principaux facteurs prédictifs d'autres problèmes liés à l'alcool (p. ex. absence à l'école ou au travail, surdose d'alcool) (Hingson et coll., 2016). Il existe d'autres conséquences négatives souvent associées aux pertes de mémoire, comme le risque accru d'agression ou de maltraitance sexuelles, les blessures, les relations sexuelles non protégées, la gueule de bois et l'absence aux cours (Hingson et coll., 2016; Mundt et Zakletskaia, 2012; Wetherill et Fromme, 2016).

Une perte de mémoire peut se produire avec un taux d'alcoolémie aussi bas que 0,06 g/dL, mais se produit le plus souvent lorsque le taux d'alcoolémie est d'au moins 0,20 g/dL (Wetherill et Fromme, 2016). Des études ont révélé qu'entre 20 et 55 % des étudiants postsecondaires qui consomment de l'alcool rapportent avoir subi au moins une perte de mémoire; la majorité des études ont rapporté un taux avoisinant les 50 % (Boekeloo et coll., 2011; Wetherill et Fromme, 2009). Selon un récent sondage réalisé auprès d'étudiants canadiens, 29,1 % d'entre eux ont rapporté avoir oublié où ils se trouvaient ou ce qu'ils avaient fait alors qu'ils consommaient de l'alcool, au cours des 12 mois précédant ce sondage (American College Health Association, 2016).

Certaines caractéristiques des étudiants (p. ex. avoir un faible poids, vivre dans les résidences d'un établissement postsecondaire, faire partie d'une fraternité ou d'une sororité, avoir des antécédents familiaux de forte consommation d'alcool, tenter de surmonter une expérience traumatisante, comme un abus sexuel) et certaines activités (p. ex. consommer de l'alcool avant une sortie, participer à des jeux à boire) semblent plus souvent associées à des pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool (Hingson et coll., 2016; LaBrie et coll., 2011; Ray, Stapleton, Turrisi et Mun, 2014; Wetherill et Fromme, 2016). Les études sur le genre sont partagées : certaines ont démontré que les femmes subissaient davantage de pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, d'autres ont montré que les hommes en étaient plus souvent victimes (Buelow et Harbin, 1996; Hingson et coll., 2016). Comme on l'a expliqué précédemment, des études ont montré que les perceptions et les attentes inexactes des étudiants contribuent souvent aux pertes de mémoire. En effet, certains étudiants surestiment la quantité d'alcool qu'ils peuvent consommer avant de subir une perte de mémoire (Mallett et coll., 2006), et certains étudiants qui en font l'expérience ont des attentes significativement plus positives par rapport aux pertes de mémoire (Buelow et Harbin, 1996).

⁴ Ces trois comportements ne surviennent souvent pas de façon isolée, et beaucoup d'études portent leur chevauchement (Keough, Battista, O'Connor, Sherry et Stewart, 2016; Joseph W. LaBrie et coll., 2011; O'Connor, Sherry et Stewart, 2016; LaBrie et coll., 2011).



Consommation d'alcool avant une sortie

La consommation d'alcool avant une sortie (appelée en anglais, « pre-drinking », « pre-gaming », « pre-partying », « pre-loading » ou « front loading ») est le fait de consommer de l'alcool à un endroit, chez soi ou chez un ami par exemple, avant de se rendre à un autre événement, l'événement principal, qui est généralement de plus grande envergure (p. ex. une boîte de nuit, une fête, un spectacle de musique, un événement sportif) (Burger, LaSalvia, Hendricks, Mehdipour et Neudeck, 2011; Hummer, LaBrie et Lac, 2011). La consommation d'alcool avant une sortie est particulièrement préoccupante parce que de grandes quantités d'alcool sont généralement consommées en peu de temps (p. ex. en participant à des jeux à boire), ce qui mène souvent à la poursuite de la FCEA tout au long de l'occasion de consommer (DeJong et coll., 2010; LaBrie et coll., 2012). De nombreuses études qui ont mesuré ou estimé les degrés d'intoxication ont révélé que les étudiants qui consomment de l'alcool avant une sortie atteignent des degrés d'intoxication significativement plus élevés que ceux qui ne s'adonnent pas à cette pratique. Par exemple, certaines études ont établi que le degré d'intoxication des étudiants pouvait atteindre un taux d'alcoolémie estimé de 0,08 g/dL⁵ durant la période de consommation d'alcool avant une sortie (Haas et coll., 2013) et de 0,16 g/dL à la fin de la soirée (Fairlie et coll., 2015). Les jeux à boire, qui se déroulent généralement avant une sortie, contribuaient souvent à l'atteinte de ces degrés d'intoxication élevés.

Les conséquences négatives semblent être plus fréquentes chez les étudiants qui consomment de l'alcool avant leurs sorties (Haas et coll., 2012; Hummer et coll., 2011; Hummer et coll., 2013; LaBrie et coll., 2016). Une étude qui comparait les étudiants qui consomment avant de sortir et ceux qui ne le font pas a montré que les premiers ont plus de deux fois plus de problèmes liés à l'alcool que leurs pairs, y compris des conséquences psychologiques, juridiques et sociales, et des relations sexuelles non désirées (Haas et coll., 2012). De nouvelles publications indiquent aussi que cette pratique pourrait constituer un facteur prédictif pour les problèmes de consommation futurs et les risques associés (Haas et coll., 2013; Kenney et coll., 2010; LaBrie et coll., 2016). Par exemple, selon une étude longitudinale d'un an, les étudiants qui consommaient de l'alcool avant leurs sorties au début de l'étude ont accru la fréquence à laquelle ils s'adonnaient à cette pratique au cours de l'année; leur perception positive de la forte consommation d'alcool a aussi augmenté durant cette période (LaBrie et coll., 2016).

Les différentes attentes et conséquences positives rapportées par les étudiants alimentent les raisons pour lesquelles ils s'adonnent à la FCEA associée à la consommation d'alcool avant une sortie. Ces raisons incluaient souvent le désir d'économiser de l'argent (en évitant d'acheter de l'alcool à prix élevé dans les établissements), d'être ivre avant de sortir, d'être plus sociable, d'avoir du plaisir, d'éviter l'ennui et de boire sans avoir l'âge légal (Bachrach et coll., 2012; Barry et coll., 2013; Caudwell et Hagger, 2014; Hummer et coll., 2011; Park et Grant, 2005). Certaines études ont montré que les étudiants qui consomment de l'alcool avant de sortir rapportent davantage de conséquences positives et de conséquences négatives que les autres, et que ces étudiants rapportent largement plus de conséquences positives que de conséquences négatives (Barnett, Orchowski, Read et Kahler, 2013; Park et Grant, 2005). En revanche, d'autres études ont rapporté davantage de conséquences négatives (Usdan et coll., 2008). Indifféremment de la proportion de conséquences positives qui était rapportée, vivre des conséquences positives associées à la consommation

⁵ Le taux d'alcool dans l'organisme peut être mesuré à l'aide de différentes techniques. Le taux d'alcoolémie est la mesure de la concentration d'alcool dans le sang. Il est souvent mesuré à l'aide d'un alcootest, mais il peut également être mesuré à partir d'un échantillon sanguin. La mesure de la concentration d'alcool dans l'haleine à l'aide d'un alcootest est proportionnelle à la concentration d'alcool dans le sang. Un taux d'alcoolémie estimé est calculé à l'aide d'une formule mathématique et de différentes mesures (p. ex. poids, métabolisme, nombre de verres standard), sans mesurer la concentration d'alcool dans le sang.



d'alcool avant une sortie semble indiquer que la réduction de la FCEA liée à ce comportement comportera certains défis.

Consommation d'alcool pour oublier ses problèmes

La consommation pour oublier ses problèmes est le fait de consommer de l'alcool pour éviter, réduire ou contrôler des émotions ou des expériences négatives (Cooper, 1994; Ham et Hope, 2003). Les émotions négatives peuvent comprendre la dépression ou la nervosité, alors que les expériences négatives peuvent être des expériences physiques, cognitives, sociales, traumatisantes ou contextuelles (Buckner et Shah, 2015; Cooper, 1994; Foster et coll., 2014; Gilmore et Bountress, 2016; Ham et Hope, 2003; Norberg, Norton, Olivier et Zvolensky, 2010; Read et coll., 2015; Terlecki et Buckner, 2015; Woolman, Becker et Klanecky, 2015). Les raisons qui poussent les étudiants à consommer de l'alcool pour oublier leurs problèmes sont nombreuses et incluent, entre autres, l'anxiété sociale, la dépression, les agressions sexuelles, l'anxiété généralisée, les responsabilités à l'école et au travail et la consommation d'alcool des parents. Les personnes qui boivent pour oublier leurs problèmes n'ont pas acquis de mécanismes d'adaptation ou de stratégies mieux adaptés pour gérer leurs émotions négatives, ou perçoivent qu'ils ne les ont pas acquis (Cooper, 1994; Ham et Hope, 2003; Messman-Moore et Ward, 2014; Read et coll., 2015). Des données démontrent que les étudiants qui consomment de l'alcool pour oublier leurs problèmes vivent souvent plus de méfaits et de conséquences négatives associés à l'alcool, comme de faibles résultats scolaires et la participation à des comportements risqués, et ce, peu importe le niveau de consommation de l'étudiant (Clerkin et Barnett, 2012; Kuntsche et coll., 2005; Merrill et Read, 2010; Messman-Moore et Ward, 2014; Young, DiBello, Traylor, Zvolensky et Neighbors, 2015).

L'anxiété sociale est l'une des raisons les plus étudiées à l'origine de ce comportement de consommation d'alcool chez les étudiants (Brook et Willoughby, 2016; Buckner, Eggleston et Schmidt, 2006; Buckner et Shah, 2015; Clerkin et Barnett, 2012; Ham, Zamboanga, Olthuis, Casner et Bui, 2010; Norberg et coll., 2010; Terlecki et Buckner, 2015). Malgré le fait que l'anxiété sociale ait été fréquemment étudiée, les conclusions quant à la quantité d'alcool consommée sont partagées. Certaines études ont démontré que les personnes qui boivent pour réduire leur anxiété sociale consomment de plus grandes quantités d'alcool que leurs pairs qui n'ont pas ce problème (Ham et coll., 2010; Terlecki et Buckner, 2015), alors que d'autres études ont démontré le contraire (Clerkin et Barnett, 2012). Des données indiquent tout de même que les personnes qui consomment de l'alcool en raison d'une anxiété sociale semblent subir plus de conséquences négatives que leurs pairs, quelle que soit la quantité d'alcool consommée (Clerkin et Barnett, 2012; Ham et coll., 2010; Schry et White, 2013).

Objectifs et portée

Bien qu'un vaste éventail d'études aient été menées sur la FCEA chez les étudiants, la recherche comporte également d'importantes lacunes. L'une de ces lacunes est la faible présence de méthodes d'investigation autres que les sondages pour étudier la consommation d'alcool chez les étudiants⁶. Les groupes de discussion et les entrevues sont beaucoup plus rares, mais ils sont importants pour recueillir de l'information nuancée et pour préciser les données obtenues auprès de participants à des sondages (Sandelowski, 2000). Le petit nombre d'études réalisées en contexte

6 D'ailleurs, Kuntsche et coll. (2005) ont recensé plus de 50 études qui ont créé, révisé ou utilisé des sondages pour mieux comprendre les motivations des étudiants, dont le Drinking Motive Questionnaire – Revised (DMQ-R) [Questionnaire sur les motivations derrière la consommation d'alcool - Révisé], l'Inventory of Drinking Situations – Short Form [Inventaire des situations de consommation d'alcool – Questionnaire abrégé], le Reasons for Drinking Questionnaire (RFDQ) [Questionnaire sur les raisons pour consommer de l'alcool] et la Reasons for Drinking Scale (RDS) [Échelle des raisons pour consommer de l'alcool].



canadien constitue également une lacune majeure. Les études qui ont examiné la FCEA chez les étudiants ont été réalisées sur des campus aux États-Unis, mais il pourrait y avoir des différences marquées entre les contextes canadien et états-unien étant donné l'âge légal pour consommer de l'alcool dans chacun de ces pays ou les différences quant à l'appartenance à des fraternités ou des sororités⁷.

L'objectif de cette étude exploratoire était de mieux comprendre certains des facteurs qui poussent les étudiants postsecondaires à la consommation excessive d'alcool afin de combler les lacunes dans les connaissances et de favoriser l'élaboration de stratégies, d'outils et de ressources pour réduire les problèmes associés à ce comportement. Autant que nous sachions, cette étude est la première au Canada à être fondée sur des groupes de discussion portant sur cet enjeu. Les quatre objectifs principaux de l'étude étaient les suivants :

1. Faire avancer les connaissances et améliorer la compréhension quant aux perceptions, aux attitudes, et aux attentes des étudiants postsecondaires ainsi qu'aux raisons et aux conséquences associées à la FCEA.
2. Recueillir les idées et les recommandations d'étudiants sur cet enjeu.
3. Étudier trois comportements de consommation d'alcool à risque : les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, la consommation d'alcool avant une sortie et la consommation pour oublier ses problèmes.
4. Combler les lacunes de la recherche sur la FCEA chez les étudiants, particulièrement en examinant des données qualitatives, en contexte canadien

Les conclusions de cette étude sont préliminaires et visent à aider les établissements postsecondaires à lutter contre la FCEA. Ces conclusions seront pertinentes pour toute personne travaillant avec des étudiants postsecondaires, comme le personnel qui veille à leur santé et à leur sécurité, le personnel administratif et de gestion, le corps professoral, les agents de sécurité, les entraîneurs et les animateurs, ainsi que les étudiants et leurs parents.

⁷ Quelques études canadiennes : Arbeau et coll. (2011), O'Neil, Lafreniere et Jackson (2016), Wells et coll. (2015) et Keough et coll. (2016).



Méthode

L'étude a examiné la FCEA chez les étudiants à l'aide d'une approche qualitative consistant à recueillir des données dans des groupes de discussion et à les analyser. Les groupes de discussion permettent de recueillir des données formulées dans les mots des participants, de poser des questions pour clarifier des réponses et de colliger de l'information détaillée et des réflexions du public cible (Race, Hotch et Packer, 1994; Sandelowski, 2000). Les données issues de groupes de discussion peuvent enrichir la recherche fondée sur des sondages en offrant davantage de contexte et d'explications aux données quantitatives obtenues. Comme ce type d'étude semble être une première au Canada, l'approche utilisée était exploratoire et avait pour but d'obtenir des données et des connaissances préliminaires sur l'enjeu étudié.

Recrutement

Les participants ont été recrutés parmi les étudiants postsecondaires de cinq universités : un campus situé dans les Prairies, un au Québec, un dans le Canada atlantique et deux en Ontario⁸. Le processus de recrutement a été amorcé par des représentants partenaires travaillant sur les campus (personnel des facultés ou personnel œuvrant en santé) et a été poursuivi par des chercheurs du Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS) aux endroits où le nombre de participants était faible. Différentes méthodes de recrutement ont été employées, y compris des affiches (annexe A), des courriels aux étudiants, aux groupes d'étudiants, au corps professoral ou aux départements, des kiosques de recrutement dans les endroits passants, des messages sur les babillards étudiants ou sur certains babillards électroniques et de la publicité sur les médias sociaux. Les méthodes de recrutement variaient légèrement d'une université à l'autre, selon leurs exigences en matière d'éthique de la recherche (p. ex. certaines universités ne permettaient pas l'envoi direct de courriels aux étudiants). Une carte-cadeau de 25 \$ a été offerte comme incitatif aux étudiants qui ont pris part aux groupes de discussion.

Dans le but de réduire la stigmatisation potentielle associée à des termes comme « FCEA », « consommation excessive d'alcool » ou « consommation problématique d'alcool », et parce que la plupart des étudiants ne jugent pas qu'ils ont tendance à s'adonner à la FCEA (Clinkinbeard et Johnson, 2013), le terme « forte consommation d'alcool » a été utilisé dans la publicité et dans les formulaires de consentement.

Comme il s'agissait d'une étude exploratoire, le recrutement s'est limité aux campus avec lesquels le CCDUS a pu établir une collaboration; les collègues et les autres établissements postsecondaires n'ont donc pas participé à l'étude. Le CCDUS a collaboré avec le Partenariat en éducation postsecondaire – Méfaits de l'alcool (PEP-MA). Ce groupe est formé de membres provenant d'établissements postsecondaires canadiens et a pour objectif de réduire les méfaits associés à la consommation d'alcool sur les campus⁹. La majorité des représentants sur les campus ayant contribué aux demandes d'évaluation éthique et au recrutement dans chacune des universités étaient membres du Partenariat en éducation postsecondaire – Méfaits de l'alcool.

⁸ Compte tenu de la petite taille de l'échantillon, il nous est impossible d'identifier les établissements postsecondaires ayant participé à cette étude.

⁹ Pour en savoir plus, voir le pepma.ca.



Création des guides et des questions

Questionnaire de dépistage et guide de sélection

Les participants potentiels aux groupes de discussion devaient remplir un questionnaire de dépistage afin de déterminer s'ils répondaient aux critères de FCEA (annexe B). Deux des cinq universités ont exigé que les participants potentiels signent un formulaire de consentement avant de remplir le questionnaire de dépistage (le formulaire de consentement est décrit plus bas). Les items du questionnaire étaient liés aux données démographiques et à la consommation d'alcool des étudiants. Le personnel du CCDUS et celui des départements d'éthique des universités ont révisé le questionnaire, qui a aussi été mis à l'essai grâce à un projet pilote (renseignements présentés plus bas); des changements ont été apportés au besoin. Les participants étaient choisis pour les groupes de discussion s'ils étaient des étudiants postsecondaires et qu'ils rapportaient dépasser les DCAFR lors d'occasions spéciales. Plus précisément, deux questions d'admissibilité ont été utilisées (les items neuf et dix du questionnaire) :

9. Depuis [septembre 2016 ou 2017]¹⁰, combien de verres standard avez-vous habituellement pris les jours où vous avez bu (avant de sortir, pendant votre sortie et après)?
10. Depuis [septembre 2016 ou 2017], à quelle fréquence avez-vous pris 4 verres standard ou plus (pour les femmes) ou 5 verres standard ou plus (pour les hommes) en une même occasion (avant de sortir, pendant votre sortie et après)? (Plusieurs choix étaient proposés aux étudiants; voir l'annexe B.)

Pour la question 9, les femmes et les hommes remplissaient le critère d'inclusion s'ils rapportaient consommer respectivement quatre verres ou plus, ou cinq verres ou plus. Pour la question 10, les étudiants étaient invités à participer à un groupe de discussion s'ils rapportaient une fréquence d'une fois par mois ou plus. Afin d'assurer une uniformité dans les réponses des étudiants relativement à la quantité d'alcool contenue dans un verre, une image présentant la taille des verres standard a été ajoutée au questionnaire.

En plus du questionnaire de dépistage, les participants potentiels ont rempli un formulaire de prise de contact (annexe C), où ils ont indiqué leur nom et leurs coordonnées. Par souci de confidentialité, un code alphanumérique (p. ex. A123) était attribué au questionnaire et au formulaire de prise de contact de chaque étudiant, et ces documents étaient conservés séparément dans des classeurs verrouillés par les représentants des campus; ils étaient éventuellement conservés de la même façon au bureau du CCDUS. Une fois un étudiant choisi, le représentant de son campus le contactait pour l'assigner à un groupe de discussion. Les questions démographiques ont été utilisées pour diversifier le recrutement des étudiants (p. ex. hommes et femmes, différents groupes ethniques, différents programmes d'étude et différents nombres d'années d'étude terminées). Le CCDUS a fourni un guide de dépistage et de sélection (annexe D) aux représentants des campus pour les aider à mener à bien ces processus.

Guide et questions pour les groupes de discussion

L'élaboration du guide (annexe E) et des questions (annexe F) pour les groupes de discussion a commencé par une analyse de la littérature publiée sur la FCEA chez les étudiants, sur les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, sur la consommation d'alcool avant une sortie et sur la

¹⁰ Les groupes de discussion se sont déroulés au cours de deux années scolaires différentes; les questionnaires représentaient donc le mois de septembre de l'année 2016 ou 2017.



consommation d'alcool pour oublier ses problèmes. La majorité des publications (en anglais et en français) ont été trouvées grâce à des recherches dans les bases de données PubMed et PsycNET, et d'autres recherches ont été effectuées à l'aide des moteurs de recherche Google Scholar et Google. Des mots-clés associés aux trois comportements de consommation d'alcool et aux universités/collèges, en plus de tout autre synonyme ou orthographe (p. ex. pre-gaming [terme anglais utilisé pour la consommation d'alcool avant une sortie], front loading [idem], substance use disorder [trouble lié à l'usage de substances], post-secondary institution [établissement postsecondaire]; voir l'annexe G) ont été employés comme critères de recherche.

Deux chercheurs du CCDUS ont examiné 422 articles portant sur les trois comportements de consommation d'alcool, ainsi qu'environ 50 articles qui étaient cités dans d'autres études ou qui portaient sur la FCEA. Les publications ont été passées en revue pour repérer des facteurs influençant la FCEA, des méthodes de recherches et des questions potentielles pour les groupes de discussion. Quatre facteurs ayant une forte incidence sur les comportements de consommation des étudiants étaient systématiquement rapportés dans la littérature, et plusieurs questionnaires sur la consommation d'alcool étaient fondés sur ces facteurs¹¹ : les perceptions et attitudes, les attentes, les raisons et les conséquences. Ils ont donc servi de base pour la planification des sujets de discussion des groupes. Le CCDUS a élaboré des questions portant particulièrement sur les raisons motivant les comportements des étudiants et les conséquences vécues pour chacun des trois comportements de consommation. Le guide contenait des questions portant sur les recommandations des étudiants pour s'attaquer à la FCEA chez leurs pairs. Au total, 28 questions ouvertes ont été rédigées, dont quatre questions préliminaires (p. ex. Dans quel programme d'études êtes-vous inscrit?) et six questions diverses ou neutres (p. ex. Quel est selon vous l'alcool préféré des étudiants?). Les questions préliminaires étaient utilisées pour briser la glace avec les participants et stimuler la discussion, alors que les questions neutres servaient à détendre les situations délicates si elles se présentaient. Le guide a été mis à l'essai grâce à un projet pilote (renseignements présentés plus bas); des changements ont été apportés au besoin.

Participants

Au total, 110 étudiants ont pris part à l'étude, dont 27 hommes et 83 femmes,¹² soit de 20 à 25 étudiants de chacune des cinq universités. Les participants, âgés de 17 à 30 ans, étaient des étudiants de premier cycle ou des cycles supérieurs de différents programmes; la majorité d'entre eux étaient des étudiants de premier cycle âgés de 18 à 22 ans. Un échantillonnage ciblé a été utilisé pour recruter des participants : les étudiants étaient seulement invités à participer à l'étude s'ils dépassaient les DCAFR. Ce type d'échantillonnage est préférable à l'échantillonnage de commodité, puisqu'il permet de repérer et de recruter des participants qui ont une connaissance ou des expériences directement liées au sujet d'intérêt (Palinkas et coll., 2015). Même si l'obtention d'un échantillon représentatif du public cible a été tentée de plusieurs façons, l'étude était exploratoire et son but premier était d'établir une compréhension initiale de la consommation d'alcool chez les étudiants en contexte canadien, et ce, en adoptant une approche différente des études menées surtout aux États-Unis à l'aide de sondages.

En ce qui concerne les participants mineurs, une université a exigé une autorisation parentale, une autre a interdit aux mineurs de participer, et les autres universités leur ont permis de participer

¹¹ Par exemple, Kuntsche et coll., 2005.

¹² Le questionnaire de dépistage permettait aux étudiants d'indiquer le genre ou l'orientation sexuelle auquel ils s'identifient. Toutefois, comme les groupes de discussion étaient anonymes, le genre des participants rapporté dans cette étude est fondé sur l'apparence, ou sur la façon dont les participants se décrivaient durant les discussions, le cas échéant.



puisqu'elles considèrent tous leurs étudiants comme des adultes. Malgré que beaucoup d'hommes aient été recrutés, certains n'étaient pas intéressés à participer et plusieurs de ceux qui avaient été sélectionnés pour les groupes ne se sont pas présentés aux discussions. Ainsi, un plus grand nombre de femmes que d'hommes a décidé de participer à l'étude par rapport à ce à quoi l'on s'attend habituellement d'un échantillonnage ciblé. Bien qu'il sera important pour les futures études d'augmenter la participation masculine pour veiller à ce que leur point de vue soit adéquatement représenté, cette étude était exploratoire et visait à fournir des observations et un contexte de base quant aux comportements de consommation d'alcool des étudiants; malgré une proportion plus élevée de participantes, l'étude répond à ces objectifs.

Les groupes de discussion étaient formés d'un à dix participants, mais la majorité des groupes comprenaient entre quatre et six étudiants. Les groupes étaient composés d'hommes et de femmes, ou de femmes seulement. Un groupe de taille optimale devrait être formé de cinq à huit participants pour la conduite de groupes de discussion sur un sujet pointu et complexe, comme c'est le cas pour cette étude, puisqu'on peut ainsi s'assurer que tous les participants ont l'occasion de prendre part à la discussion (Babbie et Benaquisto, 2010; Porath-Waller, Brown, Frigon et Clark, 2013). Bien que 12 % des « groupes » aient été composés d'une personne uniquement, cela n'a pas été jugé problématique, puisque ce pourcentage est faible comparativement au nombre de groupes total, et parce que les réponses des participants correspondaient relativement bien aux réponses des autres. Ces réponses ont donc pu être ajoutées aux données de l'étude.

Modalités de l'étude

Pour mener cette étude, le CCDUS a obtenu une approbation éthique de chacune des cinq universités et de l'université ayant participé au projet pilote. En effet, une université a servi de pilote pour valider les processus et les questions de recrutement, de dépistage et de formation des groupes de discussion. Deux groupes pilotes ont été formés; quatorze personnes, six hommes et huit femmes, ont participé. Le CCDUS s'est servi de ce projet pilote pour tester et améliorer les procédures de recrutement et de dépistage, ainsi que les questions et les procédures des groupes de discussion. Voici les principaux changements effectués : modification de certaines questions pour améliorer leur clarté, réorganisation de certaines questions pour améliorer les réponses des participants et ajout de deux questions pour obtenir davantage d'information. Cette étude ne tient pas compte des résultats obtenus lors du projet pilote.

Deux chercheurs du CCDUS ont animé les discussions des groupes. Un de ces chercheurs a mené les discussions et était présent à chacune d'entre elles, et trois autres chercheurs du CCDUS ont joué le rôle de second animateur à tour de rôle. Au début des groupes de discussion, on demandait aux participants de lire et de signer le formulaire de consentement (annexe H), s'ils donnaient leur accord pour participer à l'étude. Le formulaire de consentement expliquait le projet, en quoi consistaient la participation des étudiants et la façon dont les renseignements personnels des participants allaient être protégés; il précisait aussi qu'un enregistrement audio des discussions allait être effectué et que les étudiants pouvaient quitter la discussion à tout moment sans conséquence. Enfin, le nom de la personne à contacter si les participants désiraient se retirer de l'étude y était indiqué. Les chercheurs du CCDUS ont aussi expliqué verbalement l'étude et le processus de consentement aux participants, qui ont reçu une copie signée du formulaire. Les participants ont également été avertis des limites de la confidentialité des discussions étant donné la nature des groupes, et on leur a demandé de préserver la confidentialité des conversations.

Les discussions ont duré entre 30 et 90 minutes, selon la taille du groupe, et un enregistrement audio a été effectué. Les enregistrements ont été transcrits, et toute information pouvant



potentiellement permettre d'identifier un participant (p. ex. noms, lieux) a été retirée durant la transcription. Les groupes de discussion se sont déroulés en anglais, durant les mois de février et d'octobre 2017.

Afin de veiller à ce que tous les participants fournissent des réponses pouvant être comparées, un document présentant la taille des verres standard (annexe I) a été remis aux participants durant la discussion. Ce document proposait également de courtes définitions des trois comportements de consommation d'alcool.

À la fin de la discussion, les participants ont été débriefés (annexe J). On a répondu à leurs questions, on leur a expliqué les prochaines étapes, on leur a fourni une liste de ressources locales offrant de l'aide en matière de consommation d'alcool (p. ex. services de santé de l'université, applications permettant de surveiller la consommation d'alcool) et on leur a remis une carte-cadeau de 25 \$ pour leur participation.

Analyse des données

Les réponses transcrites des participants ont été téléchargées dans l'édition Pro du logiciel NVivo 11 pour Windows aux fins d'analyse. Pour optimiser l'analyse, les réponses ont été codées de deux façons. D'abord selon les questions, chacune se rapportant à un facteur précis, puis selon des facteurs communs (p. ex. toutes les questions se rapportant à la consommation d'alcool avant une sortie). Les réponses ont été ensuite passées en revue individuellement et codées selon les facteurs précis recensés dans la revue (voir l'annexe K). Par exemple, toutes les réponses ont été examinées selon les conséquences positives et négatives de la FCEA et codées en fonction de facteurs précis comme la pression exercée par les pairs, le fait d'avoir eu du plaisir, le regret d'avoir dit ou fait quelque chose, ou le fait de s'être blessé ou d'avoir blessé une autre personne. Ces facteurs ont ensuite été comparés (par analyse croisée), et ceux qui présentaient des caractéristiques communes (p. ex. expériences de première année, buveurs inexpérimentés) ont été regroupés. Ce codage détaillé a été effectué pour les perceptions et les attitudes des étudiants par rapport à la FCEA, les raisons pour lesquelles ils s'adonnent à la FCEA, les conséquences positives et négatives associées et les idées des étudiants pour réduire ce problème (19 facteurs). En examinant en profondeur des facteurs précis, il a été possible de déterminer lesquels étaient le plus souvent rapportés par les étudiants. Un chercheur du CCDUS a effectué le codage et un autre membre de l'équipe du CCDUS possédant de l'expérience en collecte de données qualitatives a révisé le codage au début et à la fin du processus. Le chercheur chargé du codage a précisé et ajusté son travail selon les commentaires reçus.



Résultats

Cette section présente les données recueillies sur les perceptions et les attitudes des étudiants par rapport à l'alcool, leurs attentes quant à la FCEA, les raisons pour lesquelles ils s'adonnent à la FCEA, les conséquences positives et négatives vécues après une forte consommation d'alcool, ainsi que les idées et les recommandations des étudiants pour réduire la prévalence de la FCEA. L'interprétation des résultats devrait tenir compte de la surreprésentation des femmes dans cette étude exploratoire. Les trois comportements de consommation, soit les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, la consommation d'alcool avant une sortie et la consommation d'alcool pour oublier ses problèmes, ont été explorés de façon approfondie en ce qui a trait aux raisons derrière la FCEA et aux conséquences positives et négatives qui y sont associées. (Voir l'annexe K pour le codage des résultats).

Perceptions et attitudes par rapport à l'alcool

Environ la moitié des réponses des participants concernant le nombre de jours par mois durant lesquels l'étudiant moyen consomme de l'alcool étaient distribuées presque uniformément entre quatre, six et huit fois par mois. Par ailleurs, un nombre important de participants ont estimé que l'étudiant moyen consommait de l'alcool 10 fois ou plus par mois. Les participants ont souvent mentionné le fait que la fréquence dépend du mois dont il est question (p. ex. un mois d'examens) et de la progression scolaire (p. ex. première année d'études comparativement aux années subséquentes). Beaucoup de participants ont mentionné que les étudiants consommaient de l'alcool d'une à trois fois par semaine, généralement durant la fin de semaine. Plusieurs étudiants étaient aussi d'avis que leurs pairs buvaient plus souvent qu'eux.

Lorsqu'on a demandé aux participants le nombre maximal de consommations qu'un étudiant pouvait consommer, en moyenne, sans vivre de conséquences négatives associées, les réponses variaient entre aucun et 10 verres. La réponse la plus fréquente était cinq verres; les deuxième et troisième réponses les plus populaires étaient respectivement quatre et sept verres. Les participants ne fournissaient pas toujours de nombre précis, mais donnaient parfois une fourchette, de cinq à sept verres par exemple. La valeur médiane a été utilisée pour l'analyse. Une fois de plus, beaucoup d'étudiants ont indiqué que les conséquences dépendaient de différents facteurs (p. ex. le genre, le poids, ou le fait d'avoir bu de l'eau ou d'avoir mangé). Par ailleurs, ce terme n'a pas été défini afin de laisser les étudiants expliquer ce qu'ils considéraient comme une conséquence négative. Parmi les étudiants qui l'ont défini, plusieurs ont mentionné des expériences physiques importantes, notamment les pertes de mémoire, les vomissements ou la gueule de bois, comme critères d'une conséquence négative. Un nombre légèrement inférieur de participants ont nommé d'autres facteurs qu'ils jugeaient négatifs, dont les comportements regrettables. Plusieurs participants ont aussi mentionné que les étudiants pouvaient consommer de grandes quantités d'alcool sans connaître de conséquences négatives s'ils buvaient sur une période de plusieurs heures :

Durant une soirée, je pense que tous les étudiants sont capables de boire 10 [verres] sans conséquence négatives; si tu bois par exemple de 19 h à 12 h 30 ou 1 h.

Les discussions ont révélé d'autres perceptions erronées des étudiants par rapport à la consommation d'alcool. Certains étudiants semblaient avoir des connaissances inexactes sur l'alcool et ses effets sur le corps; un participant a par exemple mentionné : « l'alcool se métabolise assez rapidement, donc je ne suis pas saoul très longtemps ». Un autre participant a rapporté :



Je pense que c'est [l'alcool] qui a [...] le moins d'inconvénients [...] par rapport à d'autres sortes [...] de substances, alors tu peux en prendre et quand même faire tes travaux durant l'année scolaire si tu veux; et c'est pas trop cher, ça ne [...] dérange pas trop ton corps ou ta tête.

Même si certains étudiants reconnaissent qu'ils ne pourraient pas boire beaucoup d'alcool sans devenir ivres (en expliquant souvent qu'ils sont des « poids plume »), il y en avait aussi un certain nombre qui croyaient avoir une tolérance à l'alcool supérieure à la plupart des gens :

Je sais que les [conséquences négatives] varient énormément [d'une personne à l'autre] parce que ma blonde, par exemple, elle prend un verre standard et elle a un mal de tête [...], mais moi, après un bout, comme je disais, j'essaie de ne pas boire jusqu'à avoir une perte de mémoire, alors j'essaie de m'arrêter [...] à huit [verres] [...]. J'essaie de ne pas dépasser huit ou dix, parce que là, j'ai l'impression que des choses moins bonnes pourraient arriver.

Aucune question sur d'autres substances n'a été explicitement posée durant les discussions, mais beaucoup d'étudiants ont parlé de leur usage d'autres substances en même temps que leur consommation d'alcool. Certains étudiants percevaient l'usage de cannabis comme une solution de remplacement à l'alcool sûre et qui n'affaiblit pas les facultés. Certains étudiants ont aussi rapporté consommer ces deux substances en une même occasion :

Quand il y a du pot [...] parce que c'est vraiment dur de prendre de mauvaises décisions quand tu es vraiment défoncé. C'est pas pareil. Tu ne deviens pas fou et tu ne prends pas toutes ces mauvaises décisions [comme sous l'influence de l'alcool]. Donc moi, s'il y a du pot et que quelqu'un me demande « Veux-tu un autre verre? », je réponds « En fait, non, je vais juste fumer ». [...] C'est comme plus sécuritaire. [...] C'est comme une excuse pour arrêter de boire.

Une autre perception erronée rapportée par certains étudiants est l'hypothèse que la consommation de boissons énergétiques aide à dégriser :

[Mon amie va] me faire boire une bouteille de Gatorade, ou une demi-bouteille de Gatorade, et elle va me dire « OK, continue » [...] parce que je dégrise pendant que je finis de boire ça, et après, je ne suis plus saoule.

Malgré tout, beaucoup d'étudiants connaissaient aussi des techniques utiles qui peuvent parfois aider à réduire certains effets de l'alcool. Par exemple, des étudiants ont rapporté que de manger avant de consommer de l'alcool et de boire de l'eau pendant qu'ils consomment peuvent aider à diminuer les effets de l'intoxication et l'intensité de la gueule de bois. Par contre, même si beaucoup d'étudiants connaissaient ce genre de techniques, quelques-uns ont rapporté ne pas les mettre en pratique (p. ex. oublier de manger, ne pas avoir accès à de la nourriture).

Pour ce qui est des attitudes par rapport à la FCEA chez les étudiants, la majorité des participants considéraient qu'il ne s'agissait pas d'un problème, à moins qu'elle n'entraîne des conséquences graves comme une agression physique ou sexuelle ou une perte de mémoire, ou qu'elle se solde par une intervention médicale. Ils ne désiraient généralement pas que des mesures soient prises par rapport à la consommation d'alcool chez les étudiants. Les étudiants ont souvent expliqué que la FCEA faisait partie de la culture des études postsecondaires. Non seulement les étudiants s'attendaient à ce qu'elle se produise, mais plusieurs croyaient même qu'il serait difficile de changer cette culture.



C'est difficile d'échapper à la culture de l'alcool quand tu vis avec [...] 250 autres personnes qui s'encouragent entre elles, même si la moitié n'aurait probablement pas bu cette soirée-là.

Quelques étudiants ont tout de même exprimé des inquiétudes quant à ce problème. Ces étudiants voulaient surtout que la FCEA diminue chez les étudiants de première année, puisque c'est la population qui leur semblait adopter les comportements de consommation les plus risqués.

Attentes par rapport à la FCEA

On a demandé aux participants ce qui leur arriverait s'ils consommaient plus de trois ou quatre verres standard en une même occasion. De façon générale, la majorité des étudiants s'attendaient à des conséquences positives, ou à une combinaison de conséquences positives, principalement, et de quelques conséquences négatives. La réponse la plus fréquente était qu'ils s'attendaient à avoir du plaisir ou à passer du bon temps, à relaxer et à ressentir moins de stress. « Tu t'attends à passer du bon temps; tu t'attends à peut-être oublier des choses qui se seraient passées avant ou tu t'attends à être différent de quand tu n'as pas bu. » Beaucoup de participants ne s'attendaient pas à être complètement intoxiqués, mais plutôt à se sentir légèrement ivres, ou pompettes. Plusieurs de ces étudiants s'attendaient aussi à ce que leur jugement ne soit que légèrement altéré et à prendre, possiblement, de mauvaises décisions :

À ce stade, je serais [...] c'est là, je pense que je commencerais à me sentir [...] assez différent, mais pas nécessairement saoul encore [...]. Je me sentirais encore, je pense, en contrôle si on veut, mais différent quand même [...]. Côté prise de décision, ce serait probablement un peu diminué.

Certains étudiants ont également mentionné qu'ils s'attendaient à être plus confiants et sociables, à sortir tard, à avoir la gueule de bois ou à être malades et à être plus émotifs. Les deux premières réponses étaient généralement décrites de façon positive, alors que les deux autres étaient plus souvent neutres ou négatives.

Lorsque cette question a été posée aux étudiants, ils ont semblé avoir de la difficulté à faire la différence entre le fait de nommer des attentes et de raconter des expériences vécues. En effet, à quelques reprises, au lieu de nommer une attente, les étudiants racontaient une anecdote; les chercheurs du CCDUS devaient donc répéter la question et souligner que l'on voulait plutôt savoir ce à quoi ils s'attendaient. Les participants comprenaient généralement bien la question après la répétition et proposaient des attentes.

Raisons pour lesquelles les étudiants s'adonnent à la FCEA

Les participants ont été invités à discuter des raisons pour lesquelles ils s'adonnent à la FCEA, boivent plus d'alcool que prévu lors de certaines occasions et adoptent, le cas échéant, des comportements tels que la consommation entraînant des pertes de mémoire, la consommation d'alcool avant une sortie et la consommation pour oublier ses problèmes.

En général, les étudiants ont mentionné un grand nombre de raisons et de facteurs précis les poussant à la FCEA ou à boire plus que prévu. Quelques raisons étaient toutefois dominantes. La plupart des étudiants ont indiqué qu'ils voulaient avoir du plaisir ou célébrer, accroître leur confiance et socialiser avec des amis. En ce qui a trait au fait d'avoir du plaisir, les étudiants ont indiqué consommer davantage d'alcool lorsqu'ils passent un bon moment dans le but de rester en état d'ébriété et de continuer à avoir du plaisir. « Je me saoule juste parce que j'aime ça; je ris et je danse beaucoup. »



Dans un même ordre d'idée, quelques étudiants ont indiqué vouloir s'enivrer. Pour certains d'entre eux, c'était parce qu'ils s'ennuyaient (voir ci-dessous), alors que pour d'autres, la sensation était leur seul et unique motif. Les horaires d'études ont également été mentionnés comme raison poussant à la consommation excessive d'alcool. En effet, en raison des échéances à respecter pour leurs travaux et leurs examens, certains étudiants consomment de façon excessive pour « reprendre » le temps passé le nez dans les livres. « Je ne bois pas [...] souvent, alors quand ça arrive, je me dis "c'est tout ou rien" [...] "c'est maintenant ou jamais", ou encore "c'est maintenant ou le mois prochain, peut-être". »

De plus, les participants ont fréquemment mentionné que la consommation d'alcool était une activité sociale qu'ils pratiquaient parce qu'ils s'ennuyaient. Bon nombre d'entre eux ont indiqué ne pas avoir grand-chose à faire le soir et la fin de semaine à part consommer de l'alcool, surtout étant donné que la majorité des endroits pour socialiser ferment tôt (p. ex. gym) ou n'existent pas (p. ex. restaurants). « La plupart des gens que je connais sortent dans les bars le vendredi et le samedi soir parce qu'il n'y a rien d'autre à faire », ou « Tout ferme vers 22 h ou 23 h, quand personne n'est encore prêt à aller se coucher. Qu'est-ce qu'on fait quand on veut rester entre amis? On sort et on boit. » La majorité de ces participants consomment de l'alcool pour socialiser avec leurs amis.

La plupart des participants ont indiqué ressentir une pression exercée par les pairs les poussant à boire de l'alcool. Cette pression semblait prendre deux formes. La première se manifestait sous forme de défis, soit un type de pression manifeste : les pairs des participants se sont moqués d'eux ou les ont mis au défi de boire une grande quantité d'alcool, de boire rapidement ou de boire plus qu'ils ne le souhaitaient.

Je bois mon troisième verre [...] j'ai un bon rythme, mais [mes amis] sont rendus à leur sixième, et ils me disent « C'est juste ton troisième? Faut que tu nous rattrapes. Faut que tu boives plus. » Je leur dis « Non, c'est beau », mais en même temps, quand on te dit ça, tu te dis « OK, je peux peut-être boire un peu plus », même si tu sais que tu ne devrais pas.

L'autre forme de pression était de nature sociale. Elle était plus subtile, et généralement exercée par des amis proches des étudiants qui leur offraient ou leur payaient des verres par amitié. Dans ces cas, la plupart des étudiants se sentaient obligés non seulement de boire la consommation, mais aussi de retourner la pareille en payant la tournée suivante : « Des fois quelqu'un t'en paie un [verre], et c'était censé être ton dernier de la soirée, mais après, tu te sens obligé de payer la prochaine tournée, et ça [continue]. » Peu importe la forme de pression exercée par les pairs, la plupart des participants ont indiqué qu'ils ne savaient pas comment résister aux défis ni comment décliner les offres amicales. Résultat : ils finissaient toujours par boire plus que prévu ou de façon excessive.

Les participants ont aussi été nombreux à signaler qu'ils s'adonnaient à la FCEA pour être plus extravertis, pour faire de nouvelles rencontres et pour accroître leur confiance en eux dans des contextes sociaux :

Je pense qu'en première année, on boit pour rencontrer de nouvelles personnes; c'est comme ça qu'on rencontre les gens, aux résidences [...] parfois dans des partys, et je n'ai pas le courage de leur parler quand je suis sobre, alors je bois de plus en plus [...] jusqu'à ce que je finisse par perdre le contrôle.

Parmi les autres raisons de s'adonner à la FCEA chez les étudiants, notons l'appartenance à une équipe de sport ou l'affiliation à une fraternité ou à une sororité, ou à certaines facultés ou clubs universitaires – la consommation d'alcool y fait partie intégrante des célébrations et des rencontres de ces différents groupes.



Raisons associées aux pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool

Les étudiants ont proposé plusieurs raisons expliquant cette situation. Si quelques participants ont indiqué boire dans le but de perdre la mémoire, la majorité des étudiants ont affirmé que leurs pertes de mémoire étaient accidentelles et non intentionnelles. Durant les discussions, certains étudiants ont été choqués d'apprendre que des gens buvaient autant de façon intentionnelle. Les étudiants ont fait état de conséquences négatives similaires, que leurs pertes de mémoire aient été intentionnelles ou non. Ils ont entre autres mentionné qu'après avoir franchi une certaine limite, ils n'avaient plus les idées claires et n'étaient plus en mesure de prendre la décision d'arrêter de boire. Certains ont dit qu'à partir de ce moment, ils ne se souciaient plus des conséquences et qu'ils continuaient à boire :

Rendu au point où je pourrais perdre la mémoire, je m'en fous totalement, c'est comme si mon cerveau n'enregistre plus rien, le risque, la sécurité, les conséquences... Je suis tellement dedans que ça ne me dérangerait même pas de perdre la mémoire.

La majorité des participants ayant déjà vécu des pertes de mémoire ont principalement attribué ces dernières à leur inexpérience. La plupart des épisodes sont survenus durant leur première année d'études. Les étudiants ont précisé qu'ils ne connaissaient pas leurs limites et ne savaient pas quelle quantité d'alcool ils pouvaient consommer. Parmi les autres raisons associées à l'inexpérience, notons le fait de ne pas savoir comment contrôler son rythme de consommation, de ne pas avoir mangé avant, de ne pas alterner entre l'alcool et l'eau, de ne pas connaître l'effet des mélanges d'alcool et de ne pas savoir que le degré d'intoxication varie avec la taille et le sexe d'une personne.

La plupart de ces étudiants ont expliqué qu'ils n'avaient pas vécu d'autres pertes de mémoire après leur première année parce qu'ils avaient appris à reconnaître leurs limites. Certains ne ressentaient plus la pression de boire avec leur groupe d'amis (plusieurs étudiants ont d'ailleurs indiqué s'être fait des amis partageant les mêmes intérêts qu'eux dans les années suivantes), et certains ont dit s'être concentrés davantage sur leurs études : « Au milieu de ma deuxième année environ, je me suis fait de très bons amis [...]. Je sors avec des gens que je connais. [...] Et je connais mes limites maintenant. [...] Je sais quand m'arrêter. »

Le fait de ne pas compter ses consommations, surtout durant des jeux à boire ou des activités (p. ex. jeux à boire durant un film ou un jeu vidéo), est une autre raison ayant souvent été associée aux pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool. Les étudiants ont dit jouer à ce type de jeux pour se faire des amis, pour participer à la compétition ou tout simplement pour avoir du plaisir. Étant donné que les règles des différents jeux à boire varient, un étudiant va boire plus d'alcool parce qu'il consomme plus rapidement (concours de shooters), parce qu'il a perdu la partie (les perdants doivent boire des shooters), parce qu'il a gagné la partie (les gagnants ont bu le plus) ou parce que les autres joueurs se sont regroupés et l'ont ciblé pour qu'il boive plus :

Je jouais au bière-pong avec mon ami [...] et on était compétitifs, on voulait gagner et montrer qu'on était bons. Mais quand on gagne au bière-pong, on continue à jouer, et à boire. [...] Je pense que [j'ai perdu la mémoire] parce que j'avais du plaisir et que je me suis laissé emporter par la compétition.

Qui plus est, les jeux à boire nécessitent souvent de mélanger différents alcools. Certains étudiants ont attribué leurs pertes de mémoire à ce type de mélange. Parmi les autres raisons associées au fait de ne pas compter ses consommations, notons le fait de se faire offrir des consommations par



des pairs (pression exercée par les pairs susmentionnée) et de se préparer des consommations sans mesurer la quantité d'alcool (voir ci-dessous).

Raisons associées à la consommation d'alcool avant une sortie

Parmi les différents comportements étudiés, la consommation d'alcool avant une sortie semblait être le comportement le plus répandu parmi les étudiants et le plus fréquemment associé à la FCEA¹³. Presque tous les participants à l'étude ont indiqué s'adonner à cette pratique, et bon nombre d'entre eux ont dit préférer boire dans cet environnement plutôt que dans d'autres (p. ex. bars, boîtes de nuit, événements principaux). Les étudiants adoptant ce comportement semblaient avoir deux grandes motivations, soit être ivre ou devenir pompette intentionnellement sans dépenser beaucoup d'argent et socialiser avec leurs amis. Dans le premier cas, l'aspect monétaire est très important : en effet, les étudiants consomment de l'alcool avant une sortie afin d'« atteindre un bon niveau d'ébriété » pour ne pas avoir à dépenser pour de l'alcool ou pour payer moins de consommations une fois rendus à l'événement principal. La majorité des étudiants ont également précisé qu'ils ne voulaient pas être les seuls à être sobres avant de sortir ou durant l'événement principal. « Je ne veux jamais être la personne la plus sobre ». « C'est vraiment moins le fun d'aller dans un bar quand on est sobre. » Dans le deuxième cas, les étudiants ont indiqué que le fait de consommer avant une sortie leur permettait de passer du temps avec leurs amis et de discuter avec eux.

D'autres raisons ont été mentionnées par les étudiants pour expliquer leur consommation excessive avant une sortie, dont certaines ont également été associées à la FCEA en général et aux pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool. Par exemple, les participants ont été nombreux à mentionner qu'ils subissaient de la pression de la part de leurs pairs pour consommer avant une sortie. Par ailleurs, les jeunes ayant signalé des pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool ont été nombreux à attribuer ou du moins à associer ces dernières au fait de boire de l'alcool avant une sortie. Plusieurs phénomènes ont été associés à cet environnement de consommation, comme la prise d'alcool par des personnes sans expérience, en particulier par des mineurs, les jeux à boire et le fait de ne pas compter ses consommations.

Certaines raisons expliquant la FCEA en lien avec la consommation d'alcool avant une sortie avaient rapport avec la mesure de la quantité d'alcool. Plusieurs participants ont indiqué qu'ils ne mesureraient pas la quantité d'alcool au moment de préparer ou de verser des verres, préférant plutôt y aller « à l'œil ». Durant les discussions, certains étudiants ont consulté le document *Information sur les comportements de consommation et définition de verre standard* (annexe I) et ont indiqué que leurs verres dépassaient généralement la taille standard. Comme l'a mentionné un étudiant, « plus la soirée avance, et moins on fait attention aux mesures; tu penses que tu es en train de verser une consommation, mais dans le fond [...], c'est 50 % de vodka. » Dans le même ordre d'idée, les étudiants ont aussi indiqué qu'ils remplissaient leurs verres avant de les avoir terminés, ce qui les empêche d'évaluer la quantité d'alcool consommée.

Parmi les autres raisons associées à la FCEA et à la consommation d'alcool avant une sortie, notons l'heure d'arrivée. Les étudiants qui arrivent en retard pour consommer avant une sortie ont souvent tendance à essayer de « rattraper » les autres et de boire la même quantité d'alcool que leurs amis, mais sur une période de temps beaucoup plus courte. De même, les étudiants ont indiqué qu'ils se dépêchaient pour consommer tout leur alcool avant de se rendre à l'événement principal, soit pour

13 La plupart des étudiants ont utilisé les termes « pre-drinking » et « pre-ing » pour décrire le fait de boire de l'alcool avant un événement, et certains ont utilisé le terme « pre-gaming ».



ne pas le gaspiller, soit pour être suffisamment ivres pendant tout l'événement. Ils semblaient surtout utiliser cette technique à l'approche de leur moyen de transport (taxi, covoiturage, bus) :

Quand on boit avant de sortir, c'est super relax au début, et tout à coup tout le monde capote parce que le bus passe dans huit minutes et qu'il faut se dépêcher, on cale des gros verres et on s'aide entre nous. Y'a toujours une personne qui propose de faire des shooters avant de partir, et une autre qui traîne une bouteille jusqu'au bus et qui essaie de boire l'alcool de tout le monde. Je sais pas pourquoi, mais on dirait que tout le monde panique et qu'il faut boire le plus possible avant de partir.

La consommation avant une sortie et la consommation durant l'événement principal sont vues comme deux concepts distincts, et c'est d'ailleurs l'une des raisons fournies par les étudiants pour expliquer leur consommation excessive. En effet, certains d'entre eux oubliaient d'ajouter les verres bus avant de sortir au nombre de verres bus durant l'événement principal :

Je réalise que [...] les fois où j'ai perdu la mémoire, je ne me souvenais pas du nombre total de verres que j'avais bus, parce que [...] c'est arrivé quelques fois qu'on sorte [...] par exemple dans un bar et que j'oublie le nombre [de verres] bus avant de sortir.

Raisons associées au fait de consommer pour oublier ses problèmes

La majorité des étudiants ont indiqué qu'ils ne buvaient pas pour oublier des situations négatives ou stressantes. Il se peut toutefois que certains participants aient été mal à l'aise de répondre à cette question dans le contexte des groupes de discussion. Cela dit, à d'autres moments durant les discussions, en particulier lorsqu'ils ont été invités à expliquer les raisons de leur consommation outre les célébrations, certains d'entre eux ont dépeint des situations où ils buvaient pour gérer leur stress. Les facteurs de stress vécus par les participants s'inscrivaient généralement dans deux catégories : ceux de nature scolaire et ceux reliés à des interactions personnelles et sociales¹⁴. En ce qui concerne l'école, certains étudiants ont indiqué qu'ils buvaient pour éviter d'étudier ou de faire des travaux, pour diminuer leur anxiété au moment de rédiger un travail ou pour s'endormir plus facilement. « Quand je suis stressé parce que j'ai trop de travaux à faire, je vais boire. Pendant ce temps-là, je n'avance pas, alors je suis encore plus stressé le lendemain. » À l'instar de cet étudiant, d'autres ont admis ne pas avoir ou ne pas connaître d'autres trucs pour gérer les facteurs de stress associés à leurs études postsecondaires.

En ce qui a trait aux interactions sociales, la majorité des étudiants ont affirmé qu'ils consommaient généralement de l'alcool pour être plus extravertis et accroître leur confiance en eux. Certains d'entre eux ont toutefois admis ressentir un degré élevé d'anxiété dans des situations sociales. Parmi ces situations, notons l'anxiété sociale en général, des interactions avec des étrangers, le fait de se trouver dans une foule ou des problèmes relationnels. La consommation d'alcool « fait disparaître mon anxiété sociale. [...] C'est plus facile de parler aux gens, et parfois je me dis "wow, je suis en train de me faire des amis et on s'entend super bien", et je ne regrette pas d'avoir bu. »

D'autres étudiants ont toutefois précisé qu'ils ne pourraient jamais avoir recours à l'alcool pour gérer leur stress ou leur anxiété, indiquant que l'alcool avait plutôt un effet anxiogène sur eux. Quand ces participants savaient qu'ils devaient absolument faire quelque chose le lendemain, comme terminer un travail ou étudier pour un examen, ils évitaient intentionnellement de consommer de l'alcool. Une étudiante a par exemple inscrit toutes les dates de ses examens et de la

¹⁴ Certains étudiants ont aussi mentionné des facteurs de stress reliés au travail ou à la maison et à la vie familiale.



remise de ses travaux sur un calendrier et y a ensuite indiqué les jours où elle pouvait ou ne pouvait pas boire de manière à ce que l'alcool ne nuise pas à ses études.

Conséquences positives et négatives de la FCEA

On a demandé aux participants de parler des conséquences positives et négatives vécues après avoir bu plus de trois ou quatre verres standard en une même occasion ainsi que d'expériences précises associées au fait de perdre la mémoire, de consommer avant une sortie ou de consommer pour oublier ses problèmes. Ils ont fait état d'une vaste gamme de conséquences négatives et de seulement quelques conséquences positives. Parmi les conséquences négatives, notons avoir la gueule de bois, des vomissements ou de l'amnésie, devoir s'occuper d'amis en état d'ébriété, regretter son comportement, être émotif, chercher la confrontation, dépenser plus que prévu, avoir besoin d'aide et nuire à ses études ou à son travail. En comparaison, les conséquences positives signalées étaient notamment d'avoir du plaisir, d'être de meilleure humeur, d'être plus extraverti ou plus confiant et de rencontrer de nouvelles personnes.

Bon nombre de participants ne voyaient pas la gueule de bois et les vomissements comme des conséquences trop négatives ou très graves, ni comme des facteurs de dissuasion. D'autres ne semblaient pas du tout considérer ces conséquences comme négatives. Par ailleurs, même si la majorité des étudiants ont indiqué que le fait de poser des gestes regrettables était une conséquence négative, d'autres étaient d'avis que la consommation d'alcool était une excuse que les étudiants utilisaient pour justifier certains comportements inappropriés, comme téléphoner ou envoyer un texto à un ancien partenaire. Malgré tout, parmi les comportements regrettables les plus souvent mentionnés par les étudiants, notons vomir devant d'autres personnes, tenir des propos embarrassants ou blessants et tenter de communiquer avec une personne à qui ils ne parlaient plus (p. ex. ancien partenaire ou ami).

Certaines conséquences ne semblaient toucher que les femmes. Même si la présente étude n'a pas pu se pencher uniquement sur la sous-population féminine, de nombreuses participantes ont indiqué avoir déjà reçu de l'attention négative de la part d'hommes, entre autres sous la forme d'attouchements ou d'agressions sexuelles. Ces situations se sont produites quand l'homme ou la femme, ou encore les deux, s'étaient adonnés à une FCEA. Voici la description fournie par une participante : « J'ai eu des interactions plaisantes avec des partenaires potentiels, mais je trouve toujours ça un peu étrange que dans les bars, on accepte des comportements qui sont à un cheveu de devenir une agression. » Il semble donc que la FCEA chez les hommes entraîne des conséquences négatives chez les femmes. D'autres différences ont été observées entre les hommes et les femmes, mais celles-ci n'ont toutefois pas pu être étudiées plus en détail pour l'instant en raison du faible nombre de participants masculins.

Le fait de devoir prendre soin d'amis en état d'ébriété compte parmi les expériences négatives les plus souvent mentionnées. Cette conséquence a été signalée par les deux sexes, mais les femmes ont été plus nombreuses à la mentionner. De nombreux participants ont fait référence à cette situation en disant qu'ils prenaient soin de leurs amis, qu'ils « gardaient » ou qu'ils « jouaient à la mère ». Ces situations consistent surtout à prendre soin de leurs amis pendant qu'ils vomissent, à nettoyer derrière eux, à les aider à rentrer chez eux en toute sécurité, à empêcher des amies en état d'ébriété de se retrouver dans des situations potentiellement dangereuses, à essayer d'empêcher ou de prévenir des bagarres ou des disputes, ou encore à prendre soin d'amis très émotifs. La majorité des participants sentaient qu'ils n'avaient pas le choix d'agir ainsi, surtout avec leurs amis, mais bon nombre d'entre eux ont indiqué que ce type de situations gâchait leur plaisir et leur expérience de consommation d'alcool. De plus, certains participants ont indiqué avoir peur pour



leurs amis et ne pas savoir quoi faire en cas d'urgence, par exemple quand quelqu'un est très intoxiqué.

Des fois, quand [...] tu vois quelqu'un boire trop d'alcool, c'est vraiment épeurant, parce que t'as peur pour sa sécurité, mais quand toi aussi t'as bu, tu sais pas trop quoi faire, et si la personne perd connaissance [...] tu veux pas qu'elle meure. Ça fait peur.

Malgré toutes ces conséquences négatives, la majorité des participants ont pu associer quelques conséquences positives à la consommation d'alcool. Ces dernières correspondaient assez fidèlement aux attentes des étudiants et à leurs raisons de boire de l'alcool, c'est-à-dire avoir du plaisir, passer du temps entre amis, faire de nouvelles rencontres et accroître leur confiance en eux :

[Boire], ça fait partie de la culture [universitaire], et ça a été une partie intégrante de mon expérience à l'université, des bons moments que j'ai vécus et des rencontres avec mes amis et de connaissances [...] entre autres [...] quand on passait des soirées à boire ensemble, ou avant de sortir, ou durant des fêtes.

Au cours des discussions, les étudiants ont généralement accordé beaucoup plus d'importance aux quelques conséquences positives de la FCEA qu'aux nombreuses conséquences négatives décrites.

Conséquences associées aux pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool

Même si les conséquences positives prenaient généralement plus d'importance que les conséquences négatives, les pertes de mémoire sont une exception que beaucoup d'étudiants ont mentionnée. La majorité d'entre eux ont décrit cette expérience comme l'une des conséquences négatives de la FCEA les plus graves et les plus effrayantes. Plusieurs participantes ont admis que leur première perte de mémoire les a effrayées au point de ne jamais boire autant. Cette réaction n'était toutefois pas généralisée parmi tous les étudiants ayant indiqué avoir eu peur : certains d'entre eux ont continué malgré tout à boire de façon excessive et à connaître des pertes de mémoire.

En plus des pertes de mémoire, les étudiants ont mentionné plusieurs conséquences négatives semblables à celles susmentionnées (p. ex. comportements regrettables, gueule de bois). Toutefois, les conséquences les plus graves semblaient être mentionnées le plus souvent de concert avec les pertes de mémoire. Certains participants ont indiqué s'être déjà réveillés à un endroit différent du dernier endroit où ils se souvenaient être allés, et parfois dans des vêtements différents. D'autres ont signalé des blessures physiques de provenance inconnue et des risques pour la santé parfois graves attribuables à des pertes de mémoire. Par exemple, un participant a raconté s'être souvent retrouvé à l'urgence, car il avait des problèmes de santé mentale et s'adonnait à la FCEA. Une autre étudiante a raconté l'incident suivant :

J'étais à une fête où j'ai bu plus que jamais dans ma vie, et il y a des bouts de la soirée dont je ne me souviens pas. Je me suis réveillée avec [...] des bleus sur le corps et j'ai dû [...] passer des tests en cas de viol [...] parce que je ne pouvais pas me souvenir si quelqu'un m'avait touchée ou quelque chose du genre.

Plusieurs étudiants ont indiqué avoir déjà entendu des histoires d'agressions sexuelles sur d'autres personnes ayant eu des pertes de mémoire. Les cas d'activités sexuelles non consensuelles vécus par d'autres étudiants n'ont pas pu être vérifiés. Une participante a toutefois fait part de sa propre expérience :

J'étais en couple, et j'ai eu une relation sexuelle avec mon copain, mais je ne m'en souviens pas. Je me rappelle qu'après, j'étais vraiment dans tous mes états, parce



que [même si] c'était évidemment avec mon copain [...], je n'ai jamais vraiment donné mon consentement.

Tel que mentionné précédemment, malgré les conséquences plus graves associées aux pertes de mémoire, la quasi-totalité des participants ont attribué leurs pertes de mémoire au fait qu'ils n'étaient qu'en première année d'université.

Conséquences associées à la consommation avant une sortie

Dans l'ensemble, la consommation d'alcool avant une sortie était une expérience très positive pour les étudiants. La conséquence positive mentionnée le plus souvent par les étudiants était le fait qu'ils avaient l'impression d'économiser de l'argent en consommant de l'alcool avant de sortir plutôt qu'à l'événement principal. Les étudiants considéraient également le fait de consommer avant une sortie comme une occasion de socialiser et de discuter avec leurs amis proches. Ces conséquences positives s'inscrivaient aussi dans les raisons associées à la consommation d'alcool avant une sortie.

Malgré l'opinion généralement positive des étudiants à l'égard de la consommation d'alcool avant une sortie, certains d'entre eux ont tout de même signalé quelques conséquences négatives. Ces étudiants ont été nombreux à indiquer que le fait de boire beaucoup d'alcool en peu de temps avant de sortir pouvait engendrer des problèmes comme perdre la mémoire, perdre connaissance, dire ou faire des choses regrettables, se disputer ou se battre, être malade, avoir la gueule de bois, se blesser, voler ou encore endommager des biens. De nombreux participants ont également signalé des cas où leurs amis ou encore eux-mêmes avaient trop bu avant une sortie et n'avaient pas pu se rendre à l'événement principal : « C'est déjà arrivé que certaines personnes boivent au point de perdre connaissance et de ne pas pouvoir aller au bar [...] le groupe est parti sans elles et d'autres personnes ont dû rester pour les surveiller. »

À la lumière des discussions, la consommation avant une sortie semblerait être plus souvent associée à des conséquences négatives vécues plus tard par les étudiants, durant l'événement principal. Même si une corrélation n'a pas pu être établie seulement à partir des discussions, les étudiants ont souvent mentionné des conséquences négatives durant des événements principaux alors qu'ils avaient consommé de l'alcool avant de sortir :

En général, la période pendant laquelle on boit avant de sortir est beaucoup plus calme que la soirée qui suit.

Si l'on boit avant de sortir, c'est garanti qu'il y a des gens dans mon groupe d'amis qui vont se battre à un moment ou à un autre de la soirée.

Il y a plus de risques d'être malade une fois sur place [...], de se battre ou quelque chose du genre.

De plus, certains participants ont indiqué consommer d'autres substances à cette étape de la soirée, comme du cannabis ou d'autres drogues. En lien avec l'alcool, certains étudiants ont précisé qu'ils consommaient ce type de substances pour ralentir ou diminuer leur consommation d'alcool : « moi, je fume [du cannabis] entre mes verres pour boire moins. »

Conséquences associées à la consommation pour oublier ses problèmes

En général, les étudiants ayant mentionné qu'ils buvaient pour oublier leurs problèmes ou ayant décrit des situations reflétant ce comportement ont mentionné avoir vécu l'une ou l'autre ou l'une et l'autre de deux conséquences négatives. La première conséquence était de devenir très émotif.



Parmi les participants ayant indiqué qu'ils buvaient pour gérer leurs émotions, généralement de la tristesse ou de l'anxiété, bon nombre ont précisé que l'alcool venait amplifier leurs émotions et aggraver la situation :

J'ai remarqué que quand je bois pour me sentir mieux, je finis toujours par empirer les choses.

Quand je suis stressé par rapport à un examen ou à quelque chose de négatif qui se passe dans ma vie, [boire de] l'alcool empire vraiment mon humeur : je suis plus irritable, plus triste, et c'est évident que ça ne m'aide pas.

La deuxième conséquence négative décrite par certains étudiants était que cette habitude semblait nuire à plusieurs aspects de leur vie. Parmi ceux ayant mentionné qu'il leur arrivait de boire avant un événement stressant, comme un examen ou la remise d'un travail, certains ont indiqué qu'ils avaient mal réussi l'examen, rédigé un travail de mauvaise qualité ou manqué de temps pour faire leur travail, ou encore que leur gueule de bois les avait empêchés d'effectuer leurs travaux scolaires le lendemain. Voici l'exemple d'un étudiant :

À l'école, si j'ai un examen qui s'en vient et que je ne me sens pas du tout prêt, et que j'ai une occasion de boire de l'alcool, je me dis « À quoi ça sert, je sais déjà que je vais couler. Aussi bien [...] couler pour de vrai. » Et je vais boire peu importe ce qui m'attend.

Même si ces phénomènes ont été décrits comme des conséquences négatives par certains étudiants, il est important de noter que très peu d'entre eux étaient d'accord pour dire que la FCEA avait une influence négative sur leurs études ou sur leur vie en général. Certains étudiants ne semblent pas être conscients que la FCEA pouvait nuire à d'autres aspects de leur vie.

D'un autre côté, certains étudiants ont associé le fait de consommer de l'alcool pour réduire leur stress ou leur anxiété à des conséquences positives. Certains avaient par exemple l'impression que le fait de boire un verre venait atténuer leur anxiété et leur permettait d'être plus créatifs lors de la rédaction de travaux ainsi que de socialiser avec d'autres personnes. Étant donné que la présente étude visait à examiner uniquement les facteurs associés à des comportements de consommation d'alcool précis, aucune technique supplémentaire n'a été utilisée pour approfondir les différences entre les étudiants ayant signalé des conséquences négatives et ceux ayant signalé des conséquences positives en lien avec la consommation d'alcool pour oublier ses problèmes.

Idées des étudiants pour réduire la FCEA

Idées des étudiants pour les campus

Même si la plupart des participants n'étaient pas d'avis que la FCEA était un problème sur lequel il fallait se pencher, ils ont tout de même formulé des idées et des recommandations visant à atténuer le phénomène. Les deux suggestions les plus fréquentes étaient de transmettre des messages par l'entremise de pairs respectés des autres et de normaliser la consommation d'alcool. Pour ce qui est de la première suggestion, la plupart des étudiants ont mentionné que les messages, l'information et la sensibilisation sur les risques associés à la consommation d'alcool seraient mieux reçus s'ils étaient transmis par un pair respecté (p. ex. étudiants d'années supérieures, assistants ou conseillers en résidence). À l'inverse, la transmission de messages par des adultes plus âgés, comme des membres du corps professoral ou d'anciens étudiants de l'institution postsecondaire, n'a pas été chaudement accueillie par les participants; certains ont même indiqué qu'ils avaient l'impression de se faire faire la morale par les adultes plus âgés. D'autres étudiants étaient néanmoins d'avis qu'il



pourrait être pertinent de recevoir de l'information provenant d'adultes plus âgés et respectés en plus de celle des pairs. Des étudiants ont suggéré de présenter cette information sous la forme d'un cours unique au début de l'année scolaire ou d'une séance d'information obligatoire, comme c'est déjà le cas avec la sensibilisation à la violence sexuelle dans certains établissements.

Les étudiants ont également fréquemment recommandé de normaliser la consommation d'alcool plutôt que de la condamner ou de l'interdire. En effet, ils ont affirmé que ce sont les tabous entourant l'alcool qui les poussaient à se rebeller et à consommer davantage. Ils ont indiqué que, durant les semaines d'orientation ou les événements sans alcool, ils consommaient de l'alcool à d'autres endroits, comme à l'extérieur du campus ou chez des gens. Certains s'inquiétaient à propos des étudiants qui boivent en cachette, car leurs comportements ne sont pas toujours sécuritaires :

[Les semaines d'orientation sans alcool] encouragent [les étudiants] à boire une grande quantité d'alcool rapidement et à se faire valoir devant leurs amis derrière des portes closes [...], alors que si nous avions le droit de boire de l'alcool durant la semaine d'orientation, les conseillers en résidence pourraient aider concrètement les étudiants qui en ont besoin au lieu de les laisser se cacher.

La plupart des étudiants ont suggéré d'avoir recours à la sensibilisation pour normaliser la consommation d'alcool. Les formes de sensibilisation proposées étaient toutefois variées. Certains ont indiqué qu'ils aimeraient connaître les risques pour la santé et la sécurité, tandis que d'autres sont montrés réticents à cette idée. Des étudiants voulaient entendre les expériences d'autres élèves avec la FCEA et les leçons retenues, mais ce type de sensibilisation ne faisait pas l'unanimité. Cela dit, dans l'ensemble, les étudiants voulaient être sensibilisés aux notions de consommation responsable et de consommation modérée dans des situations sociales où des enseignants ou des employeurs sont présents, et ne privilégiaient pas du tout les tactiques alarmistes et la condamnation.

Une autre recommandation fréquemment suggérée consistait à sensibiliser les étudiants et à normaliser la consommation d'alcool avant leur transition vers les études postsecondaires. Cette recommandation a été formulée par des étudiants qui avaient déjà bu de l'alcool ou non avant d'entreprendre leurs études universitaires. Bon nombre étaient d'avis qu'il est trop tard pour sensibiliser les étudiants durant la semaine d'orientation, car ils ont déjà hâte de participer aux activités, d'être loin de leurs parents et de découvrir eux-mêmes leurs limites.

Quelques étudiants ont aussi soulevé le fait que la plupart des événements et des clubs sur le campus mettaient l'alcool au premier plan. Ils ont plutôt suggéré que l'accent soit mis sur un autre aspect et que l'alcool soit relayé au second plan, de manière à ce que l'attention soit détournée. Voici les explications d'un étudiant :

Ça ne me tentait pas trop d'aller à une fête où je ne connaissais personne; ça a été beaucoup plus facile pour moi d'aller à une activité de bénévolat et d'avoir des discussions normales avec les gens, du genre « salut, on a des cours ensemble ».

D'un autre côté, plusieurs étudiants ont indiqué qu'il pourrait être difficile de donner une nouvelle orientation aux événements, surtout si l'objectif consiste à récolter des fonds ou à rassembler les gens. Dans les établissements postsecondaires, on utilise parfois l'alcool pour attirer les étudiants, par exemple en incluant une consommation gratuite dans le prix d'entrée. Sans cet incitatif, certains étudiants n'étaient pas certains que les événements seraient aussi populaires.

Dans la même veine, bon nombre d'étudiants ont mentionné qu'il était difficile de boire ou de socialiser avec des amis sans que l'accent soit mis uniquement sur l'alcool. Bon nombre d'étudiants ont indiqué qu'ils consommaient de l'alcool parce qu'ils s'ennuyaient et qu'ils ne trouvaient rien d'autre à faire pour socialiser. Dans certains cas, il n'y avait aucune option de remplacement sur le



campus; dans d'autres, les options existantes (p. ex. endroits où manger) fermaient tôt les vendredis soirs et la fin de semaine. Parmi les exceptions, notons les bars et les événements souvent associés à la consommation d'alcool (p. ex. événements sportifs, fêtes). Même dans les universités proposant d'autres types d'activités, certains participants ont indiqué que celles-ci n'étaient généralement pas intéressantes, et donc peu populaires. Lorsque questionnés au sujet de solutions de rechange pour boire et socialiser avec leurs amis, les étudiants n'avaient pas de suggestions dans l'immédiat, mais étaient d'avis que quelque chose pouvait être fait.

Idées des étudiants pour leurs pairs

Au sujet des facteurs qui auraient pu les aider à éviter de boire plus d'alcool que souhaité, les étudiants ont été nombreux à mentionner le fait de connaître ses limites et de savoir gérer la pression exercée par les pairs. La plupart ont indiqué que lorsqu'ils ont commencé à consommer de l'alcool, ils ne connaissaient pas leurs limites ou ne savaient pas pourquoi leurs limites pouvaient être différentes des autres (p. ex. taille et poids). Selon eux, il faudrait sensibiliser les étudiants à l'ensemble des facteurs pouvant influencer sur l'intoxication (p. ex. poids, genre, rythme de consommation, fait d'avoir mangé ou de boire de l'eau). Même si la majorité des participants étaient d'avis que les étudiants préfèrent découvrir eux-mêmes leurs propres limites, certains ont avancé qu'il serait utile de les sensibiliser à la consommation modérée et à la consommation excessive. Selon certains, étant donné que les étudiants sont susceptibles d'expérimenter pour découvrir leurs propres limites, il pourrait être pertinent de leur fournir des environnements ou des approches sécuritaires pour y arriver, par exemple consommer avec d'autres personnes qui peuvent les surveiller.

Les étudiants ont souvent mentionné que la pression exercée par les pairs était difficile à gérer, qu'elle provienne d'amis proches ou de pairs leur lançant des défis. Parmi les suggestions des participants, notons le fait de montrer aux étudiants comment refuser un verre, en particulier s'il est payé par quelqu'un d'autre ou si la personne cherche à s'intégrer. « Je pense qu'il faut juste trouver une façon [de refuser un verre], comme ça, même si quelqu'un t'en paye un et le met devant toi [...] t'es pas obligé de le boire. » Les participants n'avaient pas beaucoup d'idées pour gérer la pression exercée par les pairs. Quelques-uns d'entre eux ont toutefois mentionné qu'ils avaient déjà avisé leurs amis proches de leur décision de limiter leur consommation d'alcool durant un événement donné, de manière à ce qu'ils ne les poussent pas à consommer ou qu'ils les aident à surveiller leur consommation d'alcool.

Dans le cadre de cette étude, on s'attendait à ce que les étudiants ne connaissent pas la taille standard de différentes boissons alcoolisées; c'est pourquoi les verres standard ont été définis au début de la séance. Durant les discussions, les participants ont confirmé que leurs perceptions étaient erronées : en effet, ils se sont souvent montrés consternés quant à la taille des verres standard, précisant qu'ils croyaient qu'elle était beaucoup plus grande. Ce constat a incité bon nombre de participants à affirmer qu'il faudrait sensibiliser les étudiants à la taille des différents verres standard ainsi qu'au nombre de verres contenus dans une bouteille de vin ou un pichet de bière, puisque ces formats sont souvent prisés par les jeunes :

Les sensibiliser sur la taille [standard] d'un verre, parce qu'en première année, je pensais qu'un gobelet moitié rhum-moitié Coke, ça comptait quand même juste comme une consommation [...]. J'avais aucune idée de ce qu'était un verre standard, et je sais que je ne suis pas le seul. Et je ne savais pas non plus que la taille n'est pas la même pour différents types d'alcool.

Voici d'autres suggestions formulées par les étudiants pour diminuer la FCEA :



- Agir comme si on était déjà en état d'ébriété; personne ne remarquera (pour contrer la pression exercée par les pairs).
- Faire le décompte de ses consommations, par exemple en faisant une marque sur son bras pour chaque verre standard.
- Apporter un montant d'argent fixe pour la soirée et laisser les cartes de débit et de crédit à la maison pour éviter de dépenser ou de boire plus que prévu.
- Réduire la quantité d'alcool consommée durant les jeux à boire en utilisant des boissons non alcoolisées à certains moments durant les jeux.
- Accepter le fait que les étudiants ne sont pas obligés de consommer ni de consommer beaucoup.
- Faire part de sa limite à ses amis proches. Ils peuvent nous empêcher de continuer à consommer ou arrêter de nous offrir des consommations une fois la limite atteinte.



Discussion

Plusieurs facteurs influent sur la décision des étudiants de consommer de façon excessive et sur les comportements de consommation qui en découlent. Cette étude examinait quatre facteurs : les perceptions et les attitudes, les attentes, les raisons et les conséquences. L'étude examinait aussi trois comportements de consommation d'alcool à risque : les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool, la consommation d'alcool avant une sortie et la consommation d'alcool pour oublier ses problèmes. Les résultats de cette étude sont importants pour mieux comprendre ce qui influence la FCEA chez les étudiants. Le recours à des groupes de discussion dans le cadre de cette étude a permis de recueillir de l'information nuancée et des commentaires éclairants qui ont aidé à expliquer ou à approfondir les travaux de recherche fondés sur des questionnaires. Il s'agit d'ailleurs de la première étude au Canada à être fondée sur des groupes de discussion portant sur cet enjeu. Les conclusions de l'étude sont pertinentes pour toutes les personnes qui cherchent à réduire l'incidence de FCEA chez les jeunes, en particulier pour celles qui interagissent ou qui travaillent avec des étudiants postsecondaires, ainsi que pour les étudiants eux-mêmes.

Fausses perceptions et connaissances

La majorité des étudiants semblaient avoir de fausses perceptions et connaissances sur la consommation d'alcool, ce qui influençait leur décision de s'adonner à la FCEA. Conformément aux conclusions d'autres travaux (Clinkinbeard et Johnson, 2013; Mallett et coll., 2006), la majorité des étudiants ayant participé à la présente étude ne savaient pas en quoi consistait la FCAE et ne connaissaient pas les méfaits concrets associés à ce comportement. Leur évaluation d'une consommation responsable et des conséquences négatives reposait surtout sur des réactions physiques (p. ex. vomissements, pertes de mémoire), tandis que leurs connaissances à propos d'autres conséquences (p. ex. dommages cognitifs, maladies) étaient inexistantes. Qui plus est, leurs connaissances sur l'utilisation d'autres substances étaient fausses, en particulier à l'égard du cannabis : les jeunes croyaient à tort que le cannabis est sans danger, qu'il n'affaiblit pas les facultés et qu'il peut être consommé en combinaison avec l'alcool sans entraîner de méfaits. Une récente étude axée sur la consommation de cannabis et d'autres substances chez les jeunes a tiré des conclusions semblables (McKiernan et Fleming, 2017). Fait encourageant : de nombreux étudiants connaissaient des techniques pour réduire les effets de la consommation d'alcool (p. ex. boire de l'eau et manger); cela dit, ils ne les utilisaient pas toujours, et certains ne connaissaient pas ces techniques lorsqu'ils ont commencé à consommer de l'alcool.

Une des constatations principales de cette étude est que la sensibilisation quant à la consommation d'alcool et à ses conséquences semble sporadique (p. ex. courtes discussions ici et là), très ciblée (p. ex. importance accordée à la conduite avec facultés affaiblies), inexistante, trop tardive (c.-à-d. avant de fréquenter des établissements postsecondaires) ou encore qu'elle ne semble pas attrayante ou mémorable (p. ex. transmission de messages par des adultes plus âgés). Les établissements postsecondaires devront se pencher sur l'élaboration de diverses techniques pour sensibiliser les étudiants à la consommation d'alcool (p. ex. récits personnels, information exacte sur les méfaits et la taille des verres standard) ainsi que de plusieurs modes de transmission de l'information (p. ex. pairs respectés, adultes respectés, médias sociaux). Toutefois, au moment d'élaborer ces techniques, il faudra mettre à l'essai diverses méthodes novatrices pour en assurer l'efficacité puisque, à la lumière des discussions, il ne fait aucun doute que lorsqu'on fait appel aux méthodes traditionnelles, les étudiants ne reçoivent pas l'information existante, ne s'en souviennent pas ou n'en tiennent pas compte. Le recours à la recherche fondée sur des données probantes et la participation des étudiants seront nécessaires pour assurer l'efficacité des techniques visant à réduire les méfaits



associés à la FCEA. Le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances utilisera les résultats de cette étude pour travailler avec des membres du PEP-MA, pour consulter les étudiants et pour encourager les établissements à explorer des options d'outils et de ressources de sensibilisation pour combler certaines lacunes dans les processus et la sensibilisation.

Attentes faussées et conséquences

Les attentes et les conséquences associées à la FCEA sont plus positives que négatives chez la plupart des étudiants. De plus, la FCEA continuait d'obtenir la faveur des étudiants, même s'ils étaient nombreux à relater plus d'expériences négatives que positives. Une autre étude a tiré une conclusion légèrement différente : en effet, les étudiants y ont signalé un grand nombre de conséquences positives et négatives (Park et Grant, 2005). Il s'agissait toutefois d'une étude quantitative et fondée sur l'utilisation de questionnaires dans lesquels figuraient des conséquences prédéterminées. La présente étude, quant à elle, était qualitative et fondée sur les conséquences décrites par les étudiants; leurs souvenirs et leurs descriptions pouvaient donc varier. Néanmoins, la conclusion voulant que les étudiants semblent surtout porter attention aux attentes positives et accorder une plus grande importance aux conséquences positives que négatives va dans le même sens que la recherche existante (Buelow et Harbin, 1996; Cooper, 1994; Mallett et coll., 2008; Neighbors et coll., 2007).

Une raison expliquant en partie cette constatation est la culture générale du niveau postsecondaire : les étudiants s'attendent à avoir du plaisir et à boire jusqu'à l'ivresse, selon cette étude et d'autres (Boekeloo et coll., 2011; O'Hara et coll., 2015). Une modification de ces normes est possible (p. ex. tabagisme dans les endroits publics, conduite avec facultés affaiblies), mais nécessite une importante transition à grande échelle, qui s'opère généralement lentement à l'échelle individuelle (Tankard et Paluck, 2016). Pour faciliter les changements culturels, les établissements postsecondaires devront s'inspirer des efforts déployés et des pratiques exemplaires utilisées pour modifier d'autres normes sociétales dangereuses (p. ex. ne pas porter de ceinture de sécurité, conduire avec les facultés affaiblies). Les personnes qui travaillent avec des étudiants devront aussi envisager d'élaborer des programmes éducatifs ou des techniques de connaissance de soi, ou encore d'utiliser les ressources existantes afin d'aider ces jeunes à bien reconnaître et à évaluer adéquatement l'influence réelle des conséquences négatives de leur consommation d'alcool. Ajoutons qu'une approche interinstitutionnelle devra probablement être adoptée pour changer ces normes et pourrait être mise en œuvre par certains groupes, comme le PEP-MA. Ce dernier pourrait aussi épauler les établissements postsecondaires et les aider à découvrir les ressources existantes et à discuter des pratiques exemplaires dans ce domaine. Le CCDUS collaborera avec les membres du PEP-MA pour trouver des moyens pour sensibiliser davantage les étudiants aux méfaits associés à l'alcool et promouvoir une modification des normes institutionnelles à plus grande échelle.

Principales raisons motivant les décisions individuelles

À l'échelle individuelle, la pression exercée par les pairs est un autre facteur qui encourageait grandement les étudiants à consommer de l'alcool. Selon les conclusions de l'étude, la pression semble s'exercer de deux façons, soit sous la forme de défis (agressivité) ou de gestes sociaux (offres amicales). De nombreuses études portant sur l'influence de la pression exercée par des pairs sur la consommation d'alcool chez les étudiants (Cooper, 1994; Schry et White, 2013; Young et coll., 2015) ne semblent pas s'être penchées sur les différences entre ces types de pression; or, celles-ci pourraient avoir une incidence majeure. Par exemple, il sera pertinent d'aider les étudiants à développer des stratégies pour contrer les différents types de pression exercée par les pairs rapportés. Fait encourageant, plusieurs étudiants ont indiqué qu'ils avaient réduit leur consommation



d'alcool et qu'ils avaient ressenti moins de pression après avoir noué des liens avec des gens partageant les mêmes intérêts. Malheureusement, ce changement ne semble s'opérer que durant la deuxième année d'études. D'autres études ont également observé une situation semblable, parfois associée au fait de devenir plus mature (Ham et Hope, 2003). Cette constatation semble indiquer qu'il pourrait aussi être avantageux d'élaborer des méthodes aidant les étudiants qui ne veulent pas boire de façon excessive à trouver d'autres étudiants comme eux, au début de leur parcours scolaire, surtout au cours de la première année. Par ailleurs, certains étudiants pourraient aimer ou vouloir boire de façon excessive, et le fait de se joindre à des groupes sociaux n'encourageant pas cette pratique pourrait être bénéfique.

La présente étude a également relevé que certains étudiants buvaient avec l'objectif de s'enivrer, une conclusion importante peu répandue dans la littérature (voir entre autres Boekeloo et coll., 2011). Bon nombre d'étudiants ont indiqué qu'ils voulaient découvrir eux-mêmes leurs limites. Pour eux, la FCEA était en quelque sorte un moyen d'expérimenter et de déterminer ce qu'ils peuvent gérer ou non ainsi que les conséquences pertinentes pour eux. Cet intérêt pour l'expérimentation est toutefois très risqué et peut entraîner des conséquences dangereuses. Comme la plupart des étudiants ont l'intention de tester leurs propres limites peu importe les pratiques ou les procédures qui sont mises en place pour décourager la consommation d'alcool, il pourrait être important de concevoir des stratégies pour encourager les étudiants à faire l'expérimentation de l'alcool de façon plus sécuritaire. Des études se sont penchées sur diverses méthodes d'intervention efficaces pour réduire la FCEA (Messman-Moore et Ward, 2014; Neighbors et coll., 2007; Read et coll., 2015), comme les brèves interventions motivationnelles. Des études sont toutefois nécessaires afin de cibler des interventions visant à doter les étudiants de stratégies sécuritaires pour qu'ils découvrent eux-mêmes leurs limites.

Comportements de consommation d'alcool à risque

Même si les trois comportements de consommation d'alcool ont seulement été étudiés de façon générale, les conclusions à leur sujet reflètent largement ce que l'on trouve dans la littérature existante (Borsari, Merrill, Yurasek, Miller et Carey, 2016; Clerkin et Barnett, 2012; Hingson et coll., 2016; LaBrie et coll., 2011; Messman-Moore et Ward, 2014; Wetherill et Fromme, 2016; Young et coll., 2015). Dans la présente étude, les pertes de mémoire dues à la consommation d'alcool semblaient surtout attribuables à l'inexpérience et aux jeux à boire, en particulier dans le contexte de consommation d'alcool avant une sortie. Pour réduire la prévalence de ce comportement, il pourrait être nécessaire d'appliquer d'autres suggestions présentées dans cette discussion, par exemple sensibiliser les étudiants à la pression exercée par des pairs et leur donner des méthodes pour la gérer. En ce qui a trait à la consommation d'alcool pour oublier ses problèmes, il faudra absolument veiller à surmonter les obstacles institutionnels (p. ex. des étudiants ont indiqué que la prise d'un rendez-vous en temps de crise avait pris trop de temps) et individuels (p. ex. des étudiants ne connaissaient pas d'autres stratégies ou n'étaient pas conscients qu'il en existait d'autres). Bien que le manque de ressources (p. ex. financement) puisse parfois nuire à l'élimination de ces obstacles, d'autres options existent, comme des programmes de soutien par les pairs, mis en place sur certains campus à titre de ressources intermédiaires.

La consommation d'alcool avant une sortie semble être le comportement le plus risqué, puisqu'il a lieu dans un environnement non contrôlé où les décisions des étudiants reposent principalement sur leurs propres compétences (p. ex. leur capacité à contrôler la pression exercée par les pairs et à surveiller leur consommation) et connaissances (p. ex. connaître les limites sécuritaires), et ne sont pas influencées par des restrictions présentes dans d'autres environnements (p. ex. verres calculés dans les bars). Malheureusement, même si le fait de sensibiliser les étudiants aux normes à l'égard



de ce comportement s'est révélé somme toute efficace chez certains (Burger et coll., 2011), il semble n'exister actuellement aucune étude ayant réussi à réduire efficacement ce comportement (Ahmed et coll., 2014; Borsari et coll., 2016). Compte tenu des grands risques associés à la consommation d'alcool avant une sortie, d'autres études seront nécessaires pour examiner des méthodes permettant de remédier à ce problème.

Étude des suggestions concernant la normalisation et la transmission des messages

Il sera important d'étudier les recommandations des étudiants concernant la sensibilisation et la transmission des messages par des pairs respectés à propos de la consommation d'alcool et des conséquences négatives en découlant. Cela dit, la participation des pairs devrait s'inscrire dans la stratégie de transmission, sans toutefois constituer la stratégie en soi. Les pairs respectés, comme les conseillers en résidence et les étudiants d'années supérieures, pourraient transmettre efficacement les messages, puisque les jeunes adultes ont tendance à écouter leurs pairs (p. ex. pression exercée par les pairs, normes sociales) (Borsari et coll., 2007; Neighbors et coll., 2007). Or, selon les conclusions de la présente étude, ces pairs modèles devraient faire l'objet d'une approbation préalable : en effet, il a été déterminé que certains pairs respectés sensibilisant les étudiants en matière de consommation responsable s'adonnaient eux aussi à la FCEA. D'autres participants considérés comme des pairs respectés (p. ex. conseillers en résidence) n'avaient pas l'impression de posséder les connaissances nécessaires pour sensibiliser adéquatement les étudiants. Il faudra déterminer quels renseignements devraient être transmis par ces pairs. Ces conclusions donnent également à penser que l'information transmise par les pairs devrait être renforcée par des renseignements exacts et fournis régulièrement par des adultes plus âgés tout au long de l'année scolaire.

Les suggestions des étudiants quant à la normalisation de la consommation d'alcool semblaient surtout reposer sur leurs perceptions de la société en général : en effet, ils étaient nombreux à associer la consommation d'alcool au fait de socialiser et de réseauter, aux activités professionnelles et à d'autres événements sociaux. Pourtant, il y a une différence majeure entre la société en général et le contexte postsecondaire : les étudiants ont indiqué que les activités postsecondaires étaient souvent principalement axées sur la consommation d'alcool, alors que ce n'est généralement pas le cas des activités sociétales. Les événements sociaux ou se déroulant en milieu de travail sont parfois sans alcool, ou l'alcool n'est parfois qu'un volet de ces événements. De plus, même si l'alcool est la substance dont la consommation est la plus répandue au Canada, la majorité des consommateurs privilégient la modération (Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2017). Compte tenu des différentes perceptions erronées des étudiants à l'égard de la consommation d'alcool, il se peut que leurs perceptions en matière de consommation normalisée soient également faussées. Pour donner suite aux suggestions des étudiants tout en réduisant les méfaits liés à l'alcool, les établissements postsecondaires pourraient envisager de mettre en place un environnement dans lequel la FCEA est découragée et la consommation d'alcool, normalisée, et dans lequel les étudiants ont l'occasion d'être sensibilisés et de s'adonner à une consommation modérée et responsable. Les activités de ce genre pourraient viser une modification des normes culturelles. De plus amples études dans ce domaine seront nécessaires pour mieux définir ces activités et évaluer leur efficacité potentielle pour réduire la FCEA. Étant donné que, selon la plupart des participants et diverses études (Kenney et coll., 2010; Zamboanga et coll., 2013), la normalisation d'une consommation modérée d'alcool doit se faire bien avant le début des études postsecondaires, les personnes souhaitant réduire la FCEA chez les étudiants devront se pencher sur une sensibilisation et des interventions plus précoces. Les établissements postsecondaires



pourraient entre autres mobiliser les écoles secondaires et leurs étudiants afin de cerner des façons de sensibiliser ces derniers plus efficacement et plus rapidement. Le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances se fondera sur les conclusions du présent rapport pour collaborer avec les membres de Partenariat en éducation postsecondaire – Méfaits de l'alcool, consulter les étudiants et mobiliser les établissements postsecondaires afin d'orienter la sensibilisation à une consommation modérée ainsi que la transmission de messages.

Limites

Certaines limites aux conclusions de la présente étude doivent être prises en considération. Le recours à un échantillonnage ciblé pour cerner des groupes de participants précis pourrait avoir entraîné un certain biais d'autosélection. Les étudiants admissibles à l'étude étaient libres de participer ou non. Des efforts ont été déployés pour atténuer les biais, par exemple par la sélection d'étudiants affichant des caractéristiques différentes (p. ex. année d'étude, âge, genre). Le biais d'autosélection a également eu une incidence sur le rapport du nombre d'hommes au nombre de femmes ayant participé à l'étude : en effet, l'étude comptait un nombre considérablement plus élevé de femmes que d'hommes. Les futures études devraient déployer des efforts supplémentaires pour assurer une plus grande participation masculine. Bien que certains participants dans les groupes de discussion étaient francophones, d'autres études devraient se pencher sur les établissements postsecondaires de langue française au Québec pour assurer une meilleure représentation de ce groupe. La présente étude exploratoire n'avait pas pour but d'être représentative de l'ensemble des étudiants postsecondaires canadiens, mais plutôt de fournir des observations initiales ainsi que des fondements pour la recherche future.

Certains étudiants n'étaient peut-être pas à l'aise de divulguer les raisons et les conséquences associées à leur consommation d'alcool en public. Il se peut aussi que les étudiants qui boivent pour oublier leurs problèmes se censurent durant les groupes de discussion et qu'ils aient été difficiles à distinguer des autres. Cette autocensure a été partiellement atténuée en ne posant pas une question avec l'expression « boire pour oublier ses problèmes », mais en leur demandant plutôt les raisons de leur consommation autres que célébrer. D'autres travaux devraient étudier davantage le recours à l'alcool pour oublier ses problèmes en se penchant uniquement sur ce comportement, en n'interrogeant que des étudiants qui répondent aux critères de ce type de consommation et en ayant recours à la fois à des groupes de discussion et à des entrevues individuelles pour obtenir des données détaillées.

Conclusion

Cette étude exploratoire a élargi la compréhension actuelle de la FCEA chez les étudiants et a fourni de nouvelles données sur le sujet. Elle a examiné les perceptions et les attitudes, les attentes, les raisons et les conséquences influençant la FCEA. L'étude a également exploré trois comportements de consommation d'alcool à risque chez les étudiants : les pertes de mémoire dues à la consommation, la consommation avant les sorties et la consommation pour oublier ses problèmes. Les résultats montrent que nous devons améliorer et élargir la sensibilisation des étudiants sur la FCEA, élaborer des stratégies pour les établissements et les étudiants afin de réduire les méfaits connexes, et étudier des méthodes plus efficaces pour nous attaquer à ce problème.

Cette étude a aussi contribué à combler les lacunes dans la recherche sur la FCEA chez les étudiants. La recherche sur cette question est limitée au Canada et, autant que nous sachions, cette étude est la première au pays pour laquelle des groupes de discussion ont été menés. Cette méthode a permis de recueillir de l'information nuancée et de fournir des précisions importantes sur de nombreux



résultats obtenus lors d'études réalisées à l'aide de sondages. Ces précisions sont importantes pour les praticiens et les personnes qui travaillent avec des étudiants dans des établissements postsecondaires, comme le personnel qui veille à leur santé et à leur sécurité, le personnel administratif et de gestion, le personnel des facultés, les entraîneurs et les animateurs, ainsi que pour les étudiants eux-mêmes. Heureusement, le travail du groupe de PEP-MA vise à réduire les méfaits associés à la FCEA. Les établissements postsecondaires qui voudraient obtenir de l'information, adopter des pratiques exemplaires et contribuer à la réduction de ce problème devraient envisager de joindre ce partenariat (pepma.ca).

Les résultats de cette étude démontrent une fois de plus la gravité de la FCEA et les risques importants pour les étudiants. De nombreux facteurs influencent la décision des étudiants de boire avec excès; cette étude souligne donc le besoin de varier les approches pour s'attaquer au problème. Il n'y aura pas de solution unique permettant d'atteindre tous les étudiants; les établissements postsecondaires devront donc adapter les approches existantes et les nouvelles approches à leurs besoins.



Bibliographie

- Agence de la santé publique du Canada. *Rapport de l'administrateur en chef de la santé publique sur l'état de la santé publique au Canada, 2015 : La consommation d'alcool au Canada*, Ottawa (Ont.), chez l'auteur, 2015.
- Ahmed, R., J.T.P. Hustad, L. LaSalle et B. Borsari. « Hospitalizations for students with an alcohol-related sanction: gender and pre-gaming as risk factors », *Journal of American College Health*, vol. 62, n° 5 (2014), p. 293–300.
- American College Health Association. *American College Health Association-National College Health Assessment II: Canadian Reference Group Data Report Spring 2016*, Hanover (Md), chez l'auteur, 2016.
- Arbeau, K.J., D. Kuiken et T.C. Wild. « Drinking to enhance and to cope: a daily process study of motive specificity », *Addictive Behaviors*, vol. 36, n° 12 (2011), p. 1174–1183.
- Babbie, R. et L. Benaquisto. *Fundamentals of social research*, Toronto (Ont.), Nelson Education Limited, 2010.
- Bachrach, R.L., J.E. Merrill, K.M. Bytschkow et J.P. Read. « Development and initial validation of a measure of motives for pre-gaming in college students », *Addictive Behaviors*, vol. 37, n° 9 (2012), p. 1038–1045.
- Barnett, N.P., L.M. Orchowski, J.P. Read et C.W. Kahler. « Predictors and Consequences of Pre-gaming Using Day- and Week-Level Measurements », *Psychology of Addictive Behaviors*, vol. 27, n° 4 (2013), p. 921–933.
- Barry, A.E., M.L. Stellefson, A.K. Piazza-Gardner, B.H. Chaney et V. Dodd. « The impact of pre-gaming on subsequent blood alcohol concentrations: an event-level analysis », *Addictive Behaviors*, vol. 38, n° 8 (2013), p. 2374–2377.
- Bartholow, B.D., K.J. Sher et A. Strathman. « Moderation of the expectancy-alcohol use relation by private self-consciousness: data from a longitudinal study », *Personality and Social Psychology Bulletin*, vol. 26, n° 11 (2000), p. 1409–1420.
- Boekeloo, B.O., M.G. Novik et E. Bush. « Drinking to get drunk among incoming freshmen college students », *American Journal of Health Education*, vol. 42, n° 2 (2011), p. 88–95.
- Borsari, B., K.E. Boyle, J.T.P. Hustad, N.P. Barnett, T.O.L. Tevyaw et C.W. Kahler. « Drinking before drinking: pre-gaming and drinking games in mandated students », *Addictive Behaviors*, vol. 32, n° 11 (2007), p. 2694–2705.
- Borsari, B., J.E. Merrill, A. Yurasek, M.B. Miller et K.B. Carey. « Does a brief motivational intervention reduce frequency of pre-gaming in mandated students? », *Substance Use & Misuse*, vol. 51, n° 8 (2016), p. 1056–1066.
- Brook, C.A. et T. Willoughby. « Social anxiety and alcohol use across the university years: adaptive and maladaptive groups », *Developmental Psychology*, vol. 52, n° 5 (2016), p. 835–845.
- Buckner, J.D., A.M. Eggleston et N.B. Schmidt. « Social anxiety and problematic alcohol consumption: the mediating role of drinking motives and situations », *Behavior Therapy*, vol. 37, n° 4 (2006), p. 381–391.



- Buckner, J.D. et S.M. Shah. « Fitting in and feeling fine: conformity and coping motives differentially mediate the relationship between social anxiety and drinking problems for men and women », *Addiction Research & Theory*, vol. 23, n° 3 (2015), p. 231–237.
- Buelow, G. et J. Harbin. « The influence of blackouts on alcohol use expectancies », *Journal of Alcohol and Drug Education*, vol. 42, n° 1 (1996), p. 25–34.
- Burger, J.M., C.T. LaSalvia, L.A. Hendricks, T. Mehdipour et E.M. Neudeck. « Partying before the party gets started: the effects of descriptive norms on pregame behavior », *Basic and Applied Social Psychology*, vol. 33, n° 3 (2011), p. 220–227.
- Butt, P., D. Beirness, L. Gliksman, C. Paradis et T. Stockwell. *L'alcool et la santé au Canada : résumé des données probantes et directives de consommation à faible risque*, Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les toxicomanies, 2011.
- Carter, A.C., K.O. Brandon et M.S. Goldman. « The college and noncollege experience: a review of the factors that influence drinking behavior in young adulthood », *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, vol. 71, n° 5 (2010), p. 742–750.
- Caudwell, K.M. et M.S. Hagger. « Pre-drinking and alcohol-related harm in undergraduates: the influence of explicit motives and implicit alcohol identity », *Journal of Behavioral Medicine*, vol. 37, n° 6 (2014), p. 1252–1262.
- Caudwell, K.M., B.A. Mullan et M.S. Hagger. « Combining motivational and volitional approaches to reducing excessive alcohol consumption in pre-drinkers: a theory-based intervention protocol », *BMC Public Health*, vol. 16, n° 45 (2016).
- Centre canadien de lutte contre les toxicomanies. *Les jeunes et l'alcool*, Ottawa (Ont.), chez l'auteur, 2014.
- Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances. *Alcool (Sommaire canadien sur la drogue)*, Ottawa (Ont.), chez l'auteur, 2017.
- Cheng, H.L. et B. Mallinckrodt. « Racial/ethnic discrimination, posttraumatic stress symptoms, and alcohol problems in a longitudinal study of Hispanic/Latino college students », *Journal of Counseling Psychology*, vol. 62, n° 1 (2015), p. 38–49.
- Clerkin, E.M. et N. Barnett. « The separate and interactive effects of drinking motives and social anxiety symptoms in predicting drinking outcomes », *Addictive Behavior*, vol. 37, n° 5 (2012), p. 674–677.
- Clinkinbeard, S.S. et M.A. Johnson. « Perceptions and practices of student binge drinking: an observational study of residential college students », *Journal of Drug Education*, vol. 43, n° 4 (2013), p. 301–319.
- Cooper, M.L. « Motivations for alcohol use among adolescents: development and validation of a four-factor model », *Psychological Assessment*, vol. 6, n° 2 (1994), p. 117–128.
- DeJong, W., B. DeRicco et S.K. Schneider. « Pregaming: an exploratory study of strategic drinking by college students in Pennsylvania », *Journal of American College Health*, vol. 58, n° 4 (2010), p. 307–316.
- Ewing, S.W., A. Sakhardande et S.J. Blakemore. « The effect of alcohol consumption on the adolescent brain: a systematic review of MRI and fMRI studies of alcohol-using youth », *Neuroimage: Clinical*, vol. 5 (2014), p. 420–437.



- Fairlie, A.M., J.L. Maggs et S.T. Lanza. « Prepartying, drinking games, and extreme drinking among college students: a daily-level investigation », *Addictive Behaviors*, vol. 42 (2015), p. 91–95.
- Foster, D.W., C.M. Young, M.-L. Steers, M.C. Quist, J.L. Bryan et C. Neighbors. « Tears in your beer: gender differences in coping drinking motives, depressive symptoms and drinking », *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 12, n° 6 (2014), p. 730–746.
- Gilmore, A.K. et K.E. Bountress. « Reducing drinking to cope among heavy episodic drinking college women: secondary outcomes of a web-based combined alcohol use and sexual assault risk reduction intervention », *Addictive Behaviors*, vol. 61 (2016), p. 104–111.
- Haas, A.L., S.K. Smith et K. Kagan. « Getting “game”: pregameing changes during the first weeks of college », *Journal of American College Health*, vol. 61, n° 2 (2013), p. 95–105.
- Haas, A.L., S.K. Smith, K. Kagan et T. Jacob. « Pre-college pregameing: practices, risk factors, and relationship to other indices of problematic drinking during the transition from high school to college », *Psychology of Addictive Behaviors*, vol. 26, n° 4 (2012), p. 931–938.
- Ham, L.S. et D.A. Hope. « College students and problematic drinking: a review of the literature », *Clinical Psychology Review*, vol. 23, n° 5 (2003), p. 719–759.
- Ham, L.S., B.L. Zamboanga, J.V. Olthuis, H.G. Casner et N. Bui. « No fear, just relax and play: social anxiety, alcohol expectancies, and drinking games among college students », *Journal of American College Health*, vol. 58, n° 5 (2010), p. 473–479.
- Hingson, R., T. Heeren, M. Winter et H. Wechsler. « Magnitude of alcohol-related mortality and morbidity among U.S. college students ages 18–24: changes from 1998 to 2001 », *Annual Review of Public Health*, vol. 26 (2005), p. 259–279.
- Hingson, R., W. Zha, B. Simons-Morton et A. White. « Alcohol-induced blackouts as predictors of other drinking related harms among emerging young adults », *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, vol. 40, n° 4 (2016), p. 776–784.
- Hummer, J.F., J.W. LaBrie et A. Lac. « Warming up and staying loose: the prevalence, style, and influence of prepartying behavior and drinking games among intercollegiate athletes », *Athletic Insight*, vol. 3 (2011), p. 135–152.
- Hummer, J.F., L.E. Napper, P.E. Ehret et J.W. LaBrie. « Event-specific risk and ecological factors associated with prepartying among heavier drinking college students », *Addictive Behaviors*, vol. 38, n° 3 (2013), p. 1620–1628.
- Kenney, S.R., J.F. Hummer et J.W. LaBrie. « An examination of prepartying and drinking game playing during high school and their impact on alcohol-related risk upon entrance into college », *Journal of Youth and Adolescence*, vol. 39, n° 9 (2010), p. 999–1011.
- Keough, M.T., S.R. Battista, R.M. O'Connor, S.B. Sherry et S.H. Stewart. « Getting the party started — alone: solitary predrinking mediates the effect of social anxiety on alcohol-related problems », *Addictive Behaviors*, vol. 55 (2016), p. 19–24.
- Kuntsche, E., R. Knibbe, G. Gmel et R. Engels. « Why do young people drink? A review of drinking motives », *Clinical Psychology Review*, vol. 25, n° 7 (2005), p. 841–861.
- LaBrie, J.W., A.M. Earle, J.F. Hummer et S.C. Boyle. « Is prepartying a cause of heavy drinking and consequences rather than just a correlate? A longitudinal look at the relationship between prepartying, alcohol approval, and subsequent drinking and consequences », *Substance Use & Misuse*, vol. 51, n° 8 (2016), p. 1013–1023.



- LaBrie, J.W., J. Hummer, S. Kenney, A. Lac et E. Pedersen. « Identifying factors that increase the likelihood for alcohol-induced blackouts in the prepartying context », *Substance Use & Misuse*, vol. 46, n° 8 (2011), p. 992–1002.
- LaBrie, J.W., J.F. Hummer, E.R. Pedersen, A. Lac et T. Chithambo. « Measuring college students' motives behind prepartying drinking: development and validation of the prepartying motivations inventory », *Addictive Behaviors*, vol. 37, n° 8 (2012), p. 962–969.
- Lee, C.M., I.M. Geisner, M.E. Patrick et C. Neighbors. « The social norms of alcohol-related negative consequences », *Psychology of Addictive Behaviors*, vol. 24, n° 2 (2010), p. 342–348.
- Lisdahl, K.M., E.R. Gilbert, N.E. Wright et S. Shollenbarger. « Dare to delay? The impacts of adolescent alcohol and marijuana use onset on cognition, brain structure, and function », *Frontiers in Psychiatry*, vol. 4 (2013), p. 53.
- Mallett, K.A., R.L. Bachrach et R. Turrisi. « Are all negative consequences truly negative? Assessing variations among college students' perceptions of alcohol related consequences », *Addictive Behaviors*, vol. 33, n° 10 (2008), p. 1375–1381.
- Mallett, K.A., C.M. Lee, C. Neighbors, M.E. Larimer et R. Turrisi. « Do we learn from our mistakes? An examination of the impact of negative alcohol-related consequences on college students' drinking patterns and perceptions », *Journal of Studies on Alcohol*, vol. 67, n° 2 (2006), p. 269–276.
- Martens, M.P., E.R. Pedersen, A.E. Smith, S.H. Stewart et K. O'Brien. « Predictors of alcohol-related outcomes in college athletes: the roles of trait urgency and drinking motives », *Addictive Behaviors*, vol. 36, n° 5 (2011), p. 456–464.
- McKiernan, A. et K. Fleming. *Les perceptions des jeunes Canadiens sur le cannabis*, Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2017.
- Merrill, J.E. et J.P. Read. « Motivational pathways to unique types of alcohol consequences », *Psychology of Addictive Behaviors*, vol. 24, n° 4 (2010), p. 705–711.
- Messman-Moore, T.L. et R.M. Ward. « Emotion dysregulation and coping drinking motives in college women », *American Journal of Health Behavior*, vol. 38, n° 4 (2014), p. 553–559.
- Mundt, M.P. et L.I. Zakletskaia. « Prevention for college students who suffer alcohol-induced blackouts could deter high-cost emergency department visits », *Health Affairs*, vol. 31, n° 4 (2012), p. 863–870.
- Neighbors, C., C.M. Lee, M.A. Lewis, N. Fossos et M.E. Larimer. « Are Social Norms The Best Predictor Of Outcomes Among Heavy-Drinking College Students? », *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, vol. 68, n° 4 (2007), p. 556–565.
- Norberg, M.M., A.R. Norton, J. Olivier et M.J. Zvolensky. « Social anxiety, reasons for drinking, and college students », *Behavior Therapy*, vol. 41, n° 4 (2010), p. 555–566.
- O'Hara, R.E., S. Armeli et H. Tennen. « College students' drinking motives and social-contextual factors: comparing associations across levels of analysis », *Psychology of Addictive Behaviors*, vol. 29, n° 2 (2015), p. 420–429.
- O'Hara, R.E., M.H. Boynton, D.M. Scott, S. Armeli, H. Tennen, C. Williams et J. Covault. « Drinking to cope among African American college students: an assessment of episode-specific motives », *Psychology of Addictive Behaviors*, vol. 28, n° 3 (2014), p. 671–681.



- O'Neil, A.I., K.D. Lafreniere et D.L. Jackson. « Pre-drinking motives in Canadian undergraduate students: Confirmatory factor analysis of the prepartying motivations inventory and examination of new themes », *Addictive Behaviors*, vol. 60 (2016), p. 42–47.
- Palinkas, L.A., S.M. Horwitz, C.A. Green, J.P. Wisdom, N. Duan et K. Hoagwood. « Purposeful sampling for qualitative data collection and analysis in mixed method implementation research », *Administration and Policy in Mental Health*, vol. 42, n° 5 (2015), p. 533–544.
- Park, C.L. et C. Grant. « Determinants of positive and negative consequences of alcohol consumption in college students: alcohol use, gender, and psychological characteristics », *Addictive Behaviors*, vol. 30, n° 4 (2005), p. 755–765.
- Pedersen, E.R. et J.W. LaBrie. « Normative misperceptions of drinking among college students: a look at the specific contexts of prepartying and drinking games », *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, vol. 69, n° 3 (2008), p. 406–411.
- Porath-Waller, A.J., J.E. Brown, A. Frigon et H. Clark. *Ce que la jeunesse canadienne pense du cannabis*, Ottawa (Ont.), Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2013.
- Race, K.E., D.F. Hotch et T. Packer. « Rehabilitation program evaluation use of focus groups to empower clients », *Evaluation Review*, vol. 18, n° 6 (1994), p. 730–740.
- Ray, A.E., J.L. Stapleton, R. Turrisi et E.Y. Mun. « Drinking game play among first-year college student drinkers: an event-specific analysis of the risk for alcohol use and problems », *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, vol. 40, n° 5 (2014), p. 353–358.
- Read, J.P., S. Radomski et B. Borsari. « Associations among trauma, posttraumatic stress, and hazardous drinking in college students: considerations for intervention », *Current Addiction Reports*, vol. 2, n° 1 (2015), p. 58–67.
- Read, J.P., J.D. Wardell et R.L. Bachrach. « Drinking consequence types in the first college semester differentially predict drinking the following year », *Addictive Behaviors*, vol. 38, n° 1 (2013), p. 1464–1471.
- Sandelowski, M. « Whatever happened to qualitative description? », *Research in Nursing & Health*, vol. 23, n° 4 (2000), p. 334–340.
- Schry, A.R. et S.W. White. « Understanding the relationship between social anxiety and alcohol use in college students: a meta-analysis », *Addictive Behavior*, vol. 38, n° 11 (2013), p. 2690–2706.
- Sloan, F., D. Grossman et A. Platt. « Heavy episodic drinking in early adulthood and outcomes in midlife », *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, vol. 72, n° 3 (2011), p. 459–470.
- Slutske, W.S. « Alcohol use disorders among US college students and their non-college-attending peers », *Archives of General Psychiatry*, vol. 62, n° 3 (2005), p. 321–327.
- Tankard, M.E. et E.L. Paluck. « Norm perception as a vehicle for social change », *Social Issues and Policy Review*, vol. 10, n° 1 (2016), p. 181–211.
- Task Force of the National Advisory Council on Alcohol Abuse and Alcoholism. *A call to action: changing the culture of drinking at U.S. colleges*, Rockville (Md.), National Advisory Council on Alcohol Abuse and Alcoholism, 2002.
- Terlecki, M.A. et J.D. Buckner. « Social anxiety and heavy situational drinking: coping and conformity motives as multiple mediators », *Addictive Behavior*, vol. 40 (2015), p. 77–83.



- Tomaso, C.C., B.L. Zamboanga, A.L. Haas, J.V. Olthuis, S.R. Kenney et L.S. Ham. « All it takes is one: drinking games, prepartying, and negative drinking consequences among high school students », *Journal of Substance Use*, vol. 20, n° 2 (2015), p. 77–84.
- Usdan, S., R. Martin, D. Mays, J. Cremeens, J.A. Weitzel et J. Bernhardt. « Self-reported consequences of intoxication among college students: implications for harm reduction approaches to high-risk drinking », *Journal of Drug Education*, vol. 38, n° 4 (2008), p. 377–387.
- Wells, S., T.M. Dumas, S. Bernards, E. Kuntsche, F. Labhart et K. Graham. « Predrinking, alcohol use, and breath alcohol concentration: a study of young adult bargoers », *Psychology of Addictive Behaviors*, vol. 29, n° 3 (2015), p. 683–689.
- Wetherill, R.R. et K. Fromme. « Subjective responses to alcohol prime event-specific alcohol consumption and predict blackouts and hangover », *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, vol. 70, n° 4 (2009), p. 593–600.
- Wetherill, R.R. et K. Fromme. « Alcohol-induced blackouts: a review of recent clinical research with practical implications and recommendations for future studies », *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, vol. 40, n° 5 (2016), p. 922–935.
- White, A. et R. Hingson. « The burden of alcohol use: excessive alcohol consumption and related consequences among college students », *Alcohol Research: Current Reviews*, vol. 35, n° 2 (2014), p. 201–218.
- Woolman, E.O., M.M. Becker et A.K. Klanecky. « PTSD symptoms mediate academic stress and drinking to cope in college students », *Journal of Drug Education*, vol. 45, n° 2 (2015), p. 96–112.
- Young, C.M., A.M. DiBello, Z.K. Traylor, M.J. Zvolensky et C. Neighbors. « A longitudinal examination of the associations between shyness, drinking motives, alcohol use, and alcohol-related problems », *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, vol. 39, n° 9 (2015), p. 1749–1755.
- Zamboanga, B.L., H.G. Casner, J.V. Olthuis, B. Borsari, L.S. Ham, S.J. Schwartz, ... et E.R. Pedersen. « Knowing where they're going: destination-specific pregameing behaviors in a multiethnic sample of college students », *Journal of Clinical Psychology*, vol. 69, n° 4 (2013), p. 383–396.



Annexes

Annexe A : affiche générale utilisée pour le recrutement

L'affiche ci-dessous a été adaptée pour chaque université afin d'inclure le logo de l'établissement, les coordonnées de la personne-ressource et le numéro d'approbation éthique.

Vous avez une opinion sur la forte consommation d'alcool?
Obtenez une

carte-cadeau de 25 \$!

**Étudiez-vous au postsecondaire?
Participez à une recherche sur la consommation d'alcool!**

Nous voulons savoir ce que vous pensez de la forte consommation d'alcool...

- À l'école, à quelle occasion croyez-vous que la plupart des étudiants préfèrent boire?
- Qu'est-ce qui incite les étudiants à boire avant de sortir?
- Pourquoi certains étudiants boivent-ils beaucoup?

Si vous participez à ce groupe de discussion, vous recevrez une **carte-cadeau de 25 \$.**

Quand :
[Dates à venir]

Où : sur le campus | **Durée :** [Heure à venir]

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec [représentant du campus] au [courriel/téléphone/bureau]
ou vous pouvez communiquer avec Shawna au 613-235-4048, poste 236, au CCDUS.



Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances



Annexe B : questionnaire de dépistage

Questionnaire pour le groupe de discussion

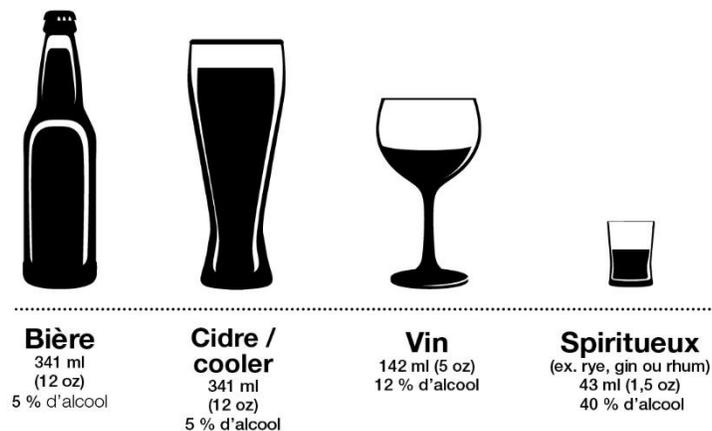
Code : _____

1. Quel âge avez-vous? _____
2. À quel genre vous identifiez-vous le plus?
 - a. Femme
 - b. Homme
 - c. Femme transgenre
 - d. Homme transgenre
 - e. Genre fluide
 - f. Préfère ne pas répondre
3. En quelle année d'études êtes-vous?
 - a. 1^{re} année
 - b. 2^e année
 - c. 3^e année
 - d. 4^e année
 - e. 5^e année
 - f. Aux études supérieures
4. Dans quel département êtes-vous inscrit? (p. ex. sciences politiques, génie, psychologie, journalisme) _____
5. Quelle est votre origine ethnique?
 - a. Caucasien ou blanc
 - b. Noir
 - c. Asiatique de l'Est (p. ex. Chine, Japon, Corée)
 - d. Asiatique du Sud (p. ex. Inde, Pakistan)
 - e. Autochtone (p. ex. métis, inuit, Premières Nations signataires de traités ou non)
 - f. Autre (précisez) : _____
6. Où habitez-vous pendant l'année scolaire?
 - a. Sur le campus
 - b. À l'extérieur du campus, avec des colocataires
 - c. À l'extérieur du campus, avec des membres de votre famille ou à la maison
 - d. Autre : _____
7. Depuis [septembre 2016 ou 2017], avez-vous bu de l'alcool?
 - a. Oui
 - b. Non



8. Depuis [septembre 2016 ou 2017], à quelle fréquence avez-vous consommé des boissons alcoolisées?
- a. Tous les jours ou presque
 - b. 4 à 5 fois par semaine
 - c. 2 à 3 fois par semaine
 - d. Une fois par semaine
 - e. 2 à 3 fois par mois
 - f. Une fois par mois
 - g. Moins d'une fois par mois
 - h. Ne sais pas ou préfère ne pas répondre
9. Depuis [septembre 2016 ou 2017], combien de verres standard avez-vous habituellement pris les jours où vous avez bu (avant de sortir, pendant votre sortie et après)?
- _____

Un verre standard correspond à :



10. Depuis [septembre 2016 ou 2017], à quelle fréquence avez-vous pris 4 verres standard ou plus (pour les femmes) ou 5 verres standard ou plus (pour les hommes) en une même occasion (avant de sortir, pendant votre sortie et après)?
- a. Tous les jours ou presque
 - b. 4 à 5 fois par semaine
 - c. 2 à 3 fois par semaine
 - d. Une fois par semaine
 - e. 2 à 3 fois par mois
 - f. Une fois par mois
 - g. Moins d'une fois par mois
 - h. Ne sais pas ou préfère ne pas répondre

Cette étude a reçu l'approbation du comité d'éthique de la recherche de l'université (n° d'approbation).



Annexe C : formulaire général de prise de contact avec le participant

Code : _____

Vous aimeriez participer?

Merci d'avoir répondu à ce court questionnaire. Pour la prochaine étape de l'étude, les étudiants s'étant portés volontaires seront invités à participer à des discussions en petits groupes au sujet de leurs opinions, de leurs attitudes et de leurs motifs en lien avec la forte consommation d'alcool sur les campus. Les discussions seront animées, et les commentaires formulés resteront confidentiels et anonymes. Les participants aux groupes de discussion recevront une carte-cadeau de 25 \$. Voici les dates et les heures offertes :

[Dates et heures]

Vous portez-vous volontaire pour participer? Oui Non

** Les places sont limitées. Nous ne communiquerons qu'avec quelques participants selon le principe du premier arrivé, premier servi.

** Vos coordonnées ne serviront qu'à communiquer avec vous si vous êtes intéressé. Vos renseignements personnels seront protégés et ne seront pas associés aux autres données recueillies. Vous pourrez vous retirer de l'étude en tout temps.

Prénom : _____ Nom de famille : _____

Numéro de téléphone : indicatif régional (_____) _____ - _____

Adresse courriel : _____

Si vous souhaitez participer à l'étude, veuillez remplir le questionnaire et le formulaire de contact et les remettre à :

[Représentant du campus]

Cette étude est menée par [représentant du campus] en collaboration avec le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS), situé au 75, rue Albert, bureau 500, Ottawa (Ontario) K1P 5E7 (613-235-4048). Pour toute question sur l'étude, communiquez avec [représentant du campus] ou [représentant du CCDUS].



Annexe D : guide de dépistage et de sélection

L'objectif consiste à recueillir les données d'au moins 20 participants (étudiants) répondant aux critères de l'étude et formant un échantillon représentatif. Dix autres participants seront sélectionnés en cas de désistement.

Processus général

1. Promouvoir l'étude sur le campus.
2. Demander aux étudiants de remplir le questionnaire et le formulaire de prise de contact, et de **signer le formulaire de consentement**.
3. Ranger les documents séparément dans des classeurs verrouillés, dans un bureau sous clé.
4. Passer les documents en revue et sélectionner 30 participants admissibles. Discuter avec le personnel du CCDUS.
5. Communiquer avec 20 participants pour les aviser qu'ils ont été retenus. Leur demander à quel groupe de discussion ils souhaitent participer et leur indiquer le lieu.
6. Garder les coordonnées de 10 autres participants admissibles au cas où il y aurait des désistements. Communiquer avec eux pour les aviser qu'ils sont sur la liste d'attente.
7. La veille des groupes de discussion, communiquer avec les participants pour leur rappeler l'événement. Si une personne se désiste, communiquer avec quelqu'un sur la liste d'attente.
8. Le personnel du CCDUS recueillera **tous** les questionnaires remplis par les étudiants, qu'ils prennent part ou non aux groupes de discussion.

Informez régulièrement le personnel du CCDUS du nombre de participants inscrits. Si le nombre est trop faible, nous ferons appel au représentant du campus pour tenter de remédier à la situation.

Sélection des participants

1. S'assurer que le questionnaire est dûment rempli.
2. Critères de l'étude : pour participer, les étudiants doivent avoir répondu « oui » à la question 7 et répondre à **au moins un** critère parmi les suivants :
 - a. Question 9 : les étudiantes doivent avoir répondu 4 et +, et les étudiants, 5 et +.
 - b. Question 10 : la réponse doit se situer entre a et f (c.-à-d. à partir d'une fois par mois).
3. Si un étudiant ne répond pas aux critères susmentionnés, ne pas l'inclure dans le groupe de discussion, mais conserver ses formulaires sous clé et les transmettre au personnel du CCDUS aux fins de destruction.



4. Critère démographique : sélectionner les participants répondant aux critères et former un échantillon représentatif de 25 personnes réparties comme suit :
 - a. Ratio hommes/femmes de 50/50
 - b. Représentation des autres catégories (c.-à-d. questions 1 à 6)

Il se peut qu'il soit difficile d'atteindre un bon équilibre dans toutes les catégories. Essayez de le faire dans la mesure du possible. Les catégories du genre et de l'âge doivent être prioritaires. Communiquez avec le personnel du CCDUS si vous avez de la difficulté à respecter ces deux critères.

Sécurité et confidentialité

Tous les documents contenant des renseignements sur les étudiants ou sur l'étude doivent être conservés sous clé, dans un classeur et un bureau verrouillés, et ne peuvent être consultés que par le représentant du campus et le personnel du CCDUS.



Annexe E : guide général concernant les groupes de discussion

Présentation des animateurs du CCDUS; brève description du CCDUS et de la logistique de la salle

Objectif

L'objectif de cette étude, menée dans divers campus à l'échelle du Canada, est de mieux comprendre les attitudes, les opinions et les motifs associés à la forte consommation d'alcool sur les campus. Elle est financée par Santé Canada.

Renseignements confidentiels

Tous les renseignements que nous recueillons seront traités en toute confidentialité; seul le personnel du CCDUS pourra y accéder. Étant donné qu'il est difficile de prendre en note tout ce qui est dit durant les discussions, un enregistreur audio sera utilisé. L'enregistrement sera transcrit par la suite. À cette étape, tous les noms et les endroits mentionnés durant les discussions seront effacés. Ainsi, personne ne pourra être identifié à partir de ses réponses. Une fois transcrits, les enregistrements seront détruits. Seuls les chercheurs travaillant directement sur ce projet pourront accéder aux transcriptions. Le personnel de l'université n'y aura pas accès.

Étant donné que les discussions se font en groupe, vos réponses seront connues des autres participants. Nous ne pouvons donc pas vous garantir une confidentialité totale. Nous tenons à veiller à ce que tout le monde respecte les opinions et les réponses des autres. C'est pourquoi nous vous demandons de ne pas discuter des réponses des autres participants à l'extérieur du groupe.

Participation

La discussion en groupe devrait durer entre une heure et une heure et demie. Nous allons poser des questions et recueillir les réponses de tout le monde. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Nous voulons savoir ce que vous pensez. Nous veillerons à ce que tout le monde puisse s'exprimer. Cela dit, vous n'avez pas à répondre absolument aux questions qui vous mettent mal à l'aise. Vous pouvez également vous retirer de la discussion à tout moment sans pénalité.

Il se peut que vous posiez des questions durant la discussion auxquelles nous ne pourrions pas répondre immédiatement, car cela pourrait avoir une incidence sur vos réponses. Nous y répondrons toutefois à la fin de la séance, ainsi qu'à toute autre question. Nous vous aviserons ensuite des prochaines étapes du projet et vous remettrons une carte-cadeau de 25 \$ pour vous remercier de votre participation.

Avez-vous des questions avant de commencer?



15. [Consommation avant une sortie] : Durant l'année scolaire, quelles raisons vous ont poussé à consommer avant une sortie, le cas échéant?
16. [Perturbations de mémoire] : Durant l'année scolaire, quelles raisons vous ont poussé à consommer au point de perdre la mémoire, le cas échéant?
17. [Consommation pour oublier ses problèmes/autres] : Durant l'année scolaire, quelles raisons vous ont poussé à boire beaucoup ou à boire souvent autre que pour célébrer (p. ex. fête, événement sportif ou sortie entre amis)?

Attitudes et opinions

18. Quel est, selon vous, le nombre maximal moyen de verres standard qu'un étudiant peut consommer sans faire l'expérience de conséquences négatives?
19. Aimerez-vous qu'il y ait une diminution de la forte consommation sur les campus?
20. Dans les cas où vous avez bu plus que vous ne le souhaitiez, qu'est-ce qui aurait pu vous aider à boire moins?
21. Y a-t-il des mesures qui, selon vous, pourraient être utiles ou pourraient être prises afin de réduire la forte consommation d'alcool durant les études?
 - o Indice : Les mesures pourraient être prises par l'université, par les étudiants, par la collectivité ou par d'autres personnes.
22. Dans les cas où vous avez bu plus que vous ne le souhaitiez, qu'est-ce qui aurait pu vous aider à ne pas dépasser ce que vous aviez prévu?

QUESTIONS DE RECHANGE/AUTRES QUESTIONS POTENTIELLES

Questions neutres/de désamorçage

23. Quel est selon vous l'alcool préféré des étudiants?
24. Selon vous, dans quels événements les étudiants consomment-ils beaucoup d'alcool?
25. Selon vous, quels sont les endroits où les étudiants peuvent consommer facilement beaucoup d'alcool?

Jeux à boire

26. À quelles occasions jouez-vous habituellement à des jeux à boire?
27. Quelle est la raison principale pour laquelle vous jouez à des jeux à boire?
28. Combien de verres standard consommez-vous habituellement lorsque vous jouez à des jeux à boire?



Annexe G : critères de recherche dans les bases de données pour trouver des études pertinentes

Consommation jusqu'à la perte de mémoire

PubMed

(((((("blacking out"[Title/Abstract]) OR blackout[Title/Abstract]) OR blackouts[Title/Abstract]) OR black-out[Title/Abstract]) OR black-outs[Title/Abstract])) OR (((("Alcohol Drinking"[Mesh]) OR "Alcohol-Related Disorders"[Mesh])) AND "Unconsciousness"[Mesh]) : 1146 résultats, 91 retenus

PsycNet

Title: "blacking out" OR Abstract: "blacking out" OR Title: blackout OR Abstract: blackout OR Title: blackouts OR Abstract: blackouts OR Title: black-out OR Abstract: black-out OR Title: black-outs OR Abstract: black-outs AND Peer-Reviewed Journals only : 424 résultats, 94 retenus
Résultat total : 185; 63 duplicatas éliminés; 122 retenus

Consommation d'alcool avant une sortie

PubMed

(((((pre-drinking[Title/Abstract]) OR prepartying[Title/Abstract]) OR "drinking before"[Title/Abstract]) OR "before drinking"[Title/Abstract]) OR pre-gaming[Title/Abstract]) OR pregaming[Title/Abstract]) OR predrinking[Title/Abstract] : 263 résultats, 74 retenus

((((((((((pre-gamer*[Title/Abstract]) OR preparty[Title/Abstract]) OR pre-drinkers[Title/Abstract]) OR pre-loading[Title/Abstract]) OR preloading[Title/Abstract]) OR front-loading[Title/Abstract]) OR frontloading[Title/Abstract]) OR pregame[Title/Abstract]) OR pre-gamed[Title/Abstract]) OR pregamed[Title/Abstract]) OR predrinkers[Title/Abstract]) OR pre-game[Title/Abstract]) OR pre-gamer*[Title/Abstract]) OR pre-party[Title/Abstract] : 1588 résultats, 24 duplicatas, 4 retenus

Total : 78

PsycNET

Title: pre-drinking OR Abstract: pre-drinking OR Title: prepartying OR Abstract: prepartying OR Title: pre-gaming OR Abstract: pre-gaming OR Title: pregaming OR Abstract: pregaming OR Title: predrinking OR Abstract: predrinking OR Title: pre-gamer OR Abstract: pre-gamer OR Title: pregamers OR Abstract: pregamers OR Title: preparty OR Abstract: preparty OR Title: pre-drinkers OR Abstract: pre-drinkers OR Title: predrinkers OR Abstract: predrinkers OR Title: pre-loading OR Abstract: pre-loading OR Title: preloading OR Abstract: preloading OR Title: front-loading OR Abstract: front-loading OR Title: frontloading OR Abstract: frontloading OR Title: pregame OR Abstract: pregame OR Title: pregamed OR Abstract: pregamed OR Title: pre-gamer OR Abstract: pre-gamer OR Title: pre-gamers OR Abstract: pre-gamers OR Title: pregamed OR Abstract: pregamed : 321 résultats, 74 retenus
Résultat total : 2172; 24 duplicatas; 89 retenus



Consommation pour oublier ses problèmes

PubMed

(((((college[Title/Abstract]) OR colleges[Title/Abstract]) OR university[Title/Abstract]) OR universities[Title/Abstract]) OR post-secondary[Title/Abstract]) OR "Universities"[Mesh]) AND (((cope[Title/Abstract]) OR coping[Title/Abstract]) OR ("Adaptation, Psychological"[Mesh]) OR "Self Medication"[Mesh]) AND (((alcohol[Title/Abstract]) OR drinking[Title/Abstract]) OR ("Alcohol Drinking"[Mesh]) OR "Alcohol Drinking in College"[Mesh]) OR "Substance-Related Disorders"[Mesh]))
Filters: Publication date from 2010/01/01 to 2016/10/03: 345 résultats, 135 retenus

PsycNET

Title:(drinking) OR Abstract:(drinking) OR Title:(alcohol) OR Abstract:(alcohol) OR Title:(alcoholism) OR Abstract:(alcoholism) OR Title:(addiction) OR Abstract:(addiction) OR Index Term:(Addiction) OR Index Term:(Alcohol Drinking Patterns) OR Index Term:(Alcoholism) OR Index Term:(Substance Use Disorder)))) AND Title:(cope) OR Abstract:(cope) OR Title:(coping) OR Abstract:(coping) OR Index Term:(Coping Behavior)))) AND Title:(college) OR Abstract:(college) OR (Title:(colleges) OR Abstract:(colleges) OR (Title:(university) OR Abstract:(university) OR (Title:(universities) OR Abstract:(universities) OR (Title:(post-secondary) OR Abstract:(post-secondary) OR (Title:(post secondary) OR Abstract:(post secondary)))) AND Year: 2010 To 2016 AND Peer-Reviewed Journals only: 226 résultats, 164 retenus

Résultat total : 571; 88 duplicatas éliminés; 211 retenus

Nombre total de publications retenues pour « pre-drinking, drinking to black out and drinking to cope : 422



Annexe H : formulaire générique de consentement

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT POUR PARTICIPER À UN PROJET DE RECHERCHE (adapté pour chaque université)

TITRE DU PROJET DE RECHERCHE

Réflexions des étudiants à propos de la forte consommation d'alcool sur les campus canadiens

PRÉAMBULE

Veillez lire les renseignements suivants concernant l'étude et signer le formulaire si vous acceptez de participer.

OBJECTIF DE L'ÉTUDE

[Des chercheurs du CCDUS] du Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS) mènent actuellement une étude financée par Santé Canada dont l'objectif est de recenser les opinions, les attitudes et les motifs des étudiants à l'égard de la forte consommation d'alcool sur les campus. L'étude se déroulera dans divers établissements postsecondaires à l'échelle du Canada. Les résultats serviront à améliorer les connaissances sur la forte consommation d'alcool et à élaborer des outils et ressources visant à accroître la sécurité et réduire les méfaits de l'alcool pour les étudiants dans les campus et les communautés.

PROCÉDURES

Les personnes qui acceptent de participer à cette étude devront remplir un court questionnaire servant à déterminer si elles répondent aux critères de l'étude. Les renseignements recueillis dans ce questionnaire seront considérés comme des données et seront traités en toute confidentialité. Les personnes dont les réponses semblent indiquer une forte consommation d'alcool seront approchées pour prendre part à un groupe de discussion.

Les personnes qui accepteront de prendre part au groupe de discussion devront se présenter à une rencontre et discuter de leurs opinions, de leurs attitudes et de leurs motifs à l'égard de la forte consommation d'alcool sur les campus canadiens. Certaines questions pourraient être de nature personnelle ou délicate, mais les participants pourront refuser de répondre s'ils le souhaitent. Avant de commencer, les participants devront signer un formulaire de consentement. La discussion durera entre 60 et 90 minutes, et les participants au groupe de discussion recevront tous une carte-cadeau de 25 \$. Deux chercheurs du CCDUS animeront la discussion. À l'étape de la transcription, tous les renseignements qui pourraient permettre d'identifier une personne (p. ex. noms) seront retirés.

PARTICIPATION VOLONTAIRE ET DROIT DE RETRAIT

La participation à l'étude est entièrement volontaire. Les participants n'ont pas à répondre à des questions ou à se soumettre à des procédures les rendant mal à l'aise. Ils ont le droit de se retirer de l'étude à n'importe quel moment sans conséquence, et peuvent demander à ce que toutes les données permettant de les identifier soient détruites. Les participants souhaitant se retirer de l'étude peuvent communiquer avec les chercheurs, qui s'occuperont de détruire leurs renseignements personnels (en les déchiquetant ou en les supprimant).

CONFIDENTIALITÉ

Les données recueillies dans les questionnaires ne pourront être consultées que par les chercheurs du CCDUS (noms) et le représentant de l'université (nom). Toutes les données seront conservées dans un classeur verrouillé dans le bureau du représentant de l'université ainsi que dans le bureau des chercheurs une fois qu'elles auront été transférées au CCDUS.

Seuls les chercheurs du CCDUS auront accès aux données du groupe de discussion. Les données dans les questionnaires remplis par les personnes retenues pour l'étude et les données des groupes de discussion seront conservées dans un classeur verrouillé ou dans un dossier sur un ordinateur protégé par un mot de passe dans le bureau du chercheur (c.-à-d. dans les bureaux du CCDUS). Les données seront conservées



pendant cinq ans une fois le projet terminé (c.-à-d. mars 2018). Ensuite, elles seront éliminées de façon sécuritaire (déchiquetées ou supprimées électroniquement). Toutes les données recueillies seront confidentielles et appartiendront au CCDUS; elles seront uniquement utilisées dans le cadre de l'étude susmentionnée. Les enregistrements audio seront transcrits (convertis en documents écrits électroniques) par un transcripteur qui signera une entente de confidentialité. À cette étape, le transcripteur retirera toute l'information qui pourrait permettre d'identifier un participant ou une personne mentionnée durant la discussion. Étant donné que les données seront recueillies de façon anonyme, les participants n'auront pas accès à leurs données et ne pourront pas modifier leurs citations avant la publication.

Étant donné qu'il s'agit d'un groupe de discussion, la confidentialité ne peut pas être garantie, puisque les participants vont entendre les propos des autres. Les chercheurs demandent aux participants de préserver la confidentialité des discussions et de ne pas les aborder avec personne d'autre.

Les renseignements recueillis durant cette étude pourraient faire l'objet d'une publication dans une revue scientifique ou spécialisée ou être transmis à d'autres personnes dans le cadre de discussions ou de présentations scientifiques. Les rapports découlant de la présente étude refléteront les résultats du groupe, et non ceux de participants précis. L'identité des participants ne sera pas connue, puisque toutes les données identifiables seront éliminées lors de la transcription. Les participants pourront toutefois transmettre leur adresse et leur numéro de téléphone aux chercheurs pour être mis au courant d'éventuelles publications.

RISQUES POTENTIELS

Les risques potentiels auxquels s'exposent les participants à la présente étude sont considérés comme minimes et ne dépassent pas les risques encourus dans la vie de tous les jours. La participation à cette étude pourrait susciter chez certaines personnes une réflexion à l'égard de leurs propres comportements de consommation ou encore des réactions émotionnelles par rapport à certains sujets.

AVANTAGES POTENTIELS

Les avantages potentiels directs auxquels les participants peuvent s'attendre incluent une meilleure compréhension de leurs propres comportements de consommation et de ceux des autres, ce qui pourrait atténuer toute perception erronée à propos de la forte consommation et réduire les méfaits potentiels qu'ils ont vécus ou qu'ils pourraient vivre en lien avec la consommation d'alcool. Les participants pourront aussi découvrir les ressources et les services de soutien disponibles associés à la consommation d'alcool. Les résultats de cette étude pourraient faire progresser les connaissances en matière de réduction des méfaits associés aux comportements de consommation sur les campus et améliorer les ressources et les services de soutien destinés aux problèmes reliés à l'alcool.

COORDONNÉES

Le CCDUS est situé au 75, rue Albert, bureau 500, Ottawa (Ontario), K1P 5E7 (613-235-4048). Voici les coordonnées des chercheurs :

[Noms des chercheurs et coordonnées]

Le comité d'éthique de la recherche de l'université a approuvé ce projet le [date] (n° du comité). Si les participants ont des préoccupations à l'égard du projet, ils peuvent communiquer avec le comité à [adresse courriel] ou au [numéro de téléphone].

CONSENTEMENT À PARTICIPER AU GROUPE DE DISCUSSION

Nom du participant

Date

Signature du participant



Signature du chercheur

Date

N. B. Deux copies du formulaire de consentement doivent être signées : l'une doit être conservée par le participant, et l'autre, par le chercheur principal.



Annexe I : information sur les comportements de consommation et définition de verre standard

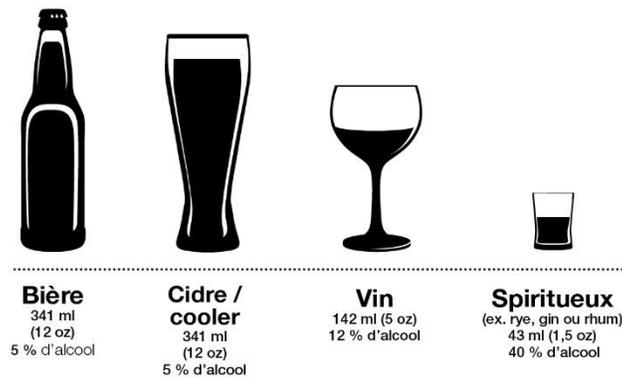
DÉFINITIONS

Consommation d'alcool avant une sortie : consommer de l'alcool à un endroit (p. ex. chez un ami) avant de se rendre à un lieu (p. ex. dans un bar).

Consommation jusqu'à la perte de mémoire : incapacité à se souvenir des événements après avoir bu de l'alcool.

Consommation pour oublier ses problèmes : consommer pour éviter ou atténuer quelque chose de négatif (p. ex. stress, émotions, expériences).

Un verre standard correspond à :





Annexe J : note finale aux participants des groupes de discussion

Merci de votre participation!

Le groupe de discussion auquel vous venez de participer avait pour but de fournir aux chercheurs de l'information sur les attitudes et les opinions des étudiants sur la forte consommation d'alcool et ce qui les motivent à adopter ce comportement. L'étude sera menée dans divers établissements postsecondaires du pays. Les résultats serviront à améliorer les connaissances sur la forte consommation d'alcool et à élaborer des outils et ressources visant à accroître la sécurité et réduire les méfaits de l'alcool pour les étudiants dans les campus et les communautés. Plus important encore, l'information fournie permettra d'assurer la pertinence de ces programmes pour les étudiants et le personnel des campus.

Nous tenons à vous rappeler que les renseignements recueillis pendant les échanges d'aujourd'hui demeureront confidentiels et que vos réponses ne permettront pas de vous identifier. Pour protéger davantage l'identité des autres participants à l'étude, il est important que chacun garde pour soi ce qu'ont dit les autres participants pendant la discussion en groupe.

Si vous avez d'autres questions concernant l'étude, veuillez communiquer avec [chercheur] du Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances au 613-235-4048. Pour toute question d'ordre général sur vos droits en tant que participant à cette étude, communiquez avec le comité d'éthique de la recherche à [coordonnées] (n° de référence x).

Pour en savoir plus sur les effets de l'alcool ou sur les services d'aide disponibles, voici quelques ressources utiles :

- (Centre de la santé et du mieux-être de l'université)
- Renseignements et brochures pour les enfants et les jeunes, Centre de toxicomanie et de santé mentale (<https://www.camh.ca/fr/info-sante/guides-et-publications>)
- Application Saying When sur iTunes (<https://itunes.apple.com/ca/app/saying-when-how-to-quit-drinking/id881678936?mt=8>)
- Application Thought Spot pour iOS et Android (<http://www.camheducation.ca/2015/10/08/thought-spot-the-app/>)
- Allo J'Écoute (1-866-925-5454, 2-1-1, <https://allojecoute.ca/>)



Annexe K : codage (NVivo) des réponses des étudiants

Les tableaux ci-dessous dressent une liste des codes utilisés dans NVivo pour les différents facteurs de consommation étudiés. Plusieurs analyses croisées ont été menées entre les questions codées (voir l'annexe F) et l'inventaire des éléments découlant des réponses (voir ci-dessous). Par exemple, les réponses codées pour la consommation d'alcool avant une sortie ont été analysées en fonction des motifs pour lesquels elles avaient également été codées, ou encore les éléments codés pour les perceptions et les attitudes ont fait l'objet d'analyses croisées en fonction des conséquences pour lesquelles elles avaient été codées. En raison d'un manque d'espace, les analyses ne sont pas toutes présentées dans le présent rapport.

Perceptions et attitudes
Autres perceptions ou fausses perceptions
Forte consommation – un enjeu ou non
Fréquence de consommation des autres étudiants
Perception sur le fait de boire de l'eau ou de manger et de consommer
Perceptions sur d'autres substances et la consommation
Perceptions sur le fait de ralentir sa consommation
Perceptions sur les méfaits associés à l'alcool
Quantité que la personne croit pouvoir boire sans vivre des conséquences négatives
Quantité que la personne croit que les autres étudiants boivent

Motifs : raisons propres à la forte consommation
Alcool gratuit, bas prix, bons rabais, prix d'entrée seulement
Appartenance à une équipe, à un programme, à une fraternité ou sororité, etc. (boire avec d'autres membres)
Après la remise d'un travail, après un examen, à la fin d'une session
Aucune responsabilité le lendemain (p. ex. ne conduit pas, pas d'examen, pas de travaux)
Avoir du plaisir
Bars ou événements où il y a trop de bruits, trop de monde, trop d'inconnus, froid à l'extérieur
Boire pour être plus extraverti, faire de nouvelles rencontres, accroître sa confiance
Culture des études postsecondaires, on s'attend à consommer
Dépenser moins, économiser
Ennui, pas de raison, routine
Être avec des amis, socialiser, visiter des amis pas vus depuis longtemps
Être ivre intentionnellement, en tant qu'objectif
Flirt ou relation d'un soir
Inexpérience, mauvaise connaissance de ses limites, mauvaises décisions
Jeux, activités, tâches, compétitions où l'objectif est de boire
Manque de préparation – n'a pas mangé, n'a pas bu d'eau, etc.
Ne pas compter ses consommations (p. ex. versage « à l'œil », grands verres, versage continu)
Occasions précises, célébrations, fêtes, événements sportifs
Première année ou n'ayant pas atteint l'âge de la majorité
Pression exercée par les pairs, sentiment d'obligation
Rattraper les autres, garder le rythme, ne pas être sobre pendant que les autres sont saouls
Restrictions en matière de consommation (p. ex. interdiction de boire, alcool limité)
S'enivrer ou demeurer ivre, ne pas payer ses consommations au bar



Se dépêcher pour boire (p. ex. départ d'un endroit, covoiturage ou taxi qui attend, pas de gaspillage d'alcool)
Sentiment d'être dans une situation ou un contexte sécuritaire
Stress, anxiété, relaxation – atténuer ou éviter

Conséquences positives ou négatives
A blessé quelqu'un d'autre
Modification des plans – expérience qui finit plus tard ou plus tôt
A dépensé plus d'argent que prévu
A été séparé de ses amis
A eu du plaisir, est de meilleure humeur, se sent relax
A eu la gueule de bois, a été malade
A fait des dommages
A eu besoin d'aide, a reçu l'aide d'autres étudiants
A parlé ou a envoyé un texto à quelqu'un alors qu'il n'aurait pas dû
A regretté quelque chose qu'il a dit ou fait, s'est senti embarrassé
A rencontré de nouvelles personnes ou un partenaire
A volé ou a perdu quelque chose
Activité sexuelle non consensuelle, attention non désirée ou inappropriée
Autres conséquences
Confrontation, bataille, dispute
Connaissait ses limites ou a bien planifié, donc conséquences positives
Consommation d'autres substances
Consommation nuisant aux études, au travail
Émotions, drames
Environnement permettant de discuter et de socialiser avec des amis
Expérience mauvaise ou désagréable en général, aucune raison fournie
Ne pas acheter de consommation au bar ou à l'événement
Perte de mémoire, oubli, perte de connaissance – intermittents
Plus extraverti, confiant, actif
S'est blessé
S'est mis en danger, a pris plus de risques
S'est senti en danger ou menacé par d'autres, harcelé
S'occuper d'amis saouls (p. ex. « jouer à la mère », aider les autres)

Idées/recommandations pour réduire la forte consommation et choses à ne pas faire
Accès à de l'aide, à des méthodes de gestion du stress, à des systèmes de soutien
Connaître les méthodes et les méfaits à un plus jeune âge
Connaître ses limites – méthodes, idées
Ce qui ne fonctionne pas, obstacles
Comment aider ou surveiller des amis, d'autres personnes
Comment gérer la pression exercée par les pairs
Culture de consommation
Disponibilité des transports
Événements où la consommation est modérée (au lieu de forte), sensibilisation (alcool pas au premier plan)



Événements sans alcool
Idées pour contrer les effets et les enjeux liés à la consommation, etc. (faits ou mythes)
Lien avec les établissements et les collectivités
Mesures disciplinaires, embarras
Méthodes pour éviter ou prévenir une plus forte consommation
Normalisation, consommation responsable, pas de tabous, pas d'interdictions
Pairs éducateurs
Première année, inexpérience – lacunes dans les connaissances
Sensibilisation à l'alcool (p. ex. effets, méfaits, conséquences)
Solutions pour remplacer la consommation, autres activités