

## Usages d'alcool et de cannabis en temps de crise COVID-19: Analyse du vécu de jeunes adultes consommateurs âgés entre 18 et 30 ans

**Auteur :** Jacob, Marine

**Promoteur(s) :** Glowacz, Fabienne

**Faculté :** Faculté de Psychologie, Logopédie et Sciences de l'Éducation

**Diplôme :** Master en sciences psychologiques, à finalité spécialisée en psychologie clinique

**Année académique :** 2021-2022

**URI/URL :** <http://hdl.handle.net/2268.2/14189>

---

### Avertissement à l'attention des usagers :

Tous les documents placés en accès ouvert sur le site le site MatheO sont protégés par le droit d'auteur. Conformément aux principes énoncés par la "Budapest Open Access Initiative"(BOAI, 2002), l'utilisateur du site peut lire, télécharger, copier, transmettre, imprimer, chercher ou faire un lien vers le texte intégral de ces documents, les disséquer pour les indexer, s'en servir de données pour un logiciel, ou s'en servir à toute autre fin légale (ou prévue par la réglementation relative au droit d'auteur). Toute utilisation du document à des fins commerciales est strictement interdite.

Par ailleurs, l'utilisateur s'engage à respecter les droits moraux de l'auteur, principalement le droit à l'intégrité de l'oeuvre et le droit de paternité et ce dans toute utilisation que l'utilisateur entreprend. Ainsi, à titre d'exemple, lorsqu'il reproduira un document par extrait ou dans son intégralité, l'utilisateur citera de manière complète les sources telles que mentionnées ci-dessus. Toute utilisation non explicitement autorisée ci-avant (telle que par exemple, la modification du document ou son résumé) nécessite l'autorisation préalable et expresse des auteurs ou de leurs ayants droit.

---



LIÈGE université

# Psychologie, Logopédie & Sciences de l'Éducation

Service de Psychologie Clinique de la Délinquance, des Inadaptations Sociales et des  
Processus d'Insertion

## **Usages d'alcool et de cannabis en temps de crise COVID-19 : Analyse du vécu de jeunes adultes consommateurs âgés entre 18 et 30 ans**

Sous la direction de Madame Fabienne Glowacz

Lecteurs : Monsieur Jérôme Gherroucha  
Monsieur Théo van Ingelgom

Mémoire présenté par Marine JACOB  
en vue de l'obtention du grade de Master en Sciences Psychologiques

Année académique 2021-2022



## Remerciements

*Au terme de ce mémoire, j'aimerais tout d'abord remercier Madame Fabienne Glowacz, ma promotrice, pour m'avoir donné l'opportunité de réaliser une recherche sur une thématique qui me passionne, ainsi que pour son encadrement et ses enseignements riches dispensés au cours de ces deux années.*

*Je tiens également à remercier ses assistantes, Madame Rosa Puglia et Madame Emilie Schmits, pour leur disponibilité et leurs précieux conseils.*

*Je remercie également les lecteurs de ce travail, Monsieur Jérôme Gherroucha et Monsieur Théo van Ingelgom, pour l'intérêt porté à ce sujet et le temps consacré à sa lecture.*

*J'adresse également mes remerciements aux participants de ce mémoire, pour leur implication sincère et enthousiaste dans ce projet. Sans eux, rien n'aurait été possible.*

*J'adresse également toute ma gratitude à l'équipe du service GAPpp de Flémalle, grâce à qui j'ai pu me former et approfondir mes connaissances dans le domaine des assuétudes lors de mon stage. Je remercie à cet égard plus particulièrement Madame Solange Geldof, psychologue du service, pour sa bienveillance et son encadrement qui m'ont permis d'évoluer vers la psychologue que j'aimerais devenir.*

*Je remercie également Lydie, mon amie de toujours, pour sa précieuse relecture.*

*Je tiens également à remercier de tout cœur mes parents, qui m'ont toujours soutenue dans mon parcours et qui m'ont donné la chance de réaliser des études. Je remercie mon papa pour ses longues relectures et corrections appliquées, pour ses conseils avisés. Je remercie ma maman, pour avoir toujours cru en moi, et pour les pauses-café dans la véranda.*

*Enfin, je remercie Maxime, mon compagnon de vie, pour son Amour, son soutien, son humour au quotidien, qui m'apportent joie et légèreté.*

# **Table des matières**

<b>1. Introduction générale</b>	<b>1</b>
<b>2. Aspects théoriques</b>	<b>2</b>
<b>2.1. Catastrophes et crises sanitaires : constats antérieurs</b>	<b>2</b>
<b>2.2. Consommation de substances et COVID-19 : contexte global</b>	<b>5</b>
2.2.1. Premier confinement	5
2.2.2. Deuxième confinement	7
<b>2.3. L'impact de la crise COVID-19 sur la santé mentale et la consommation de substances</b>	<b>9</b>
2.3.1. Impact sur la population générale	9
2.3.2. Publics à risque	9
2.3.3. Impact sur les jeunes adultes	12
<b>2.4. La consommation de substances chez les jeunes adultes</b>	<b>13</b>
2.4.1. Usage d'alcool et de cannabis	13
2.4.2. L'émerging adulthood : une période charnière pour la consommation de substances	14
<b>2.5. L'usage de substances des jeunes adultes : au temps des confinements...</b>	<b>17</b>
<b>2.6. ... Et des déconfinements</b>	<b>18</b>
<b>2.7. Un contexte de crise aux implications variées en matière de consommation</b>	<b>19</b>
2.7.1. Être confiné chez soi : quels effets sur la consommation ?	19
2.7.2. Le confinement : entre isolement, solitude et émotions négatives	21
2.7.3. COVID-19, économie et monde du travail : quels changements ?	24
2.7.4. L'irruption d'un virus inconnu et d'un contexte de crise : faire face à l'incertitude	28
<b>2.8. Les effets bénéfiques de la crise chez les consommateurs</b>	<b>29</b>
<b>3. Aspects méthodologiques</b>	<b>31</b>
<b>3.1. Questions de recherche et objectifs</b>	<b>31</b>
<b>3.2. Méthodes de recrutement</b>	<b>32</b>
<b>3.3. Description de la population et critères de sélection</b>	<b>32</b>

<b>3.4. Démarche qualitative et guide d'entretien</b>	<b>34</b>
3.4.1. Questionnaire socio-démographique	34
3.4.2. Passation d'échelles d'évaluation des usages (AUDIT et DAST-20)	35
3.4.3. Création d'une ligne du temps de la trajectoire de consommation	35
3.4.4. Entretien semi-structuré sur le vécu du jeune consommateur en période Covid-19	36
<b>3.5. L'analyse thématique</b>	<b>36</b>
<b>3.6. Composante éthique</b>	<b>37</b>
<b>4. Présentation des résultats</b>	<b>38</b>
<b>4.1. Présentation des participants</b>	<b>38</b>
<b>4.2. Analyses individuelles</b>	<b>38</b>
4.2.1. Entretien n°1 : Quentin	40
4.2.2. Entretien n°5 : Lola	47
4.2.3. Entretien n°7 : Nathan	54
<b>4.3. Analyse transversale</b>	<b>60</b>
4.3.1. Implications de la crise Covid-19 en matière de consommation d'alcool et de cannabis	60
4.3.2. Vie professionnelle	65
4.3.3. Confinements	66
4.3.4. Répercussions globales de la crise	69
4.3.5. Apprentissages	70
<b>5. Discussion</b>	<b>71</b>
<b>5.1. Rappel des objectifs et de la méthodologie de la recherche</b>	<b>71</b>
<b>5.2. Présentation des principaux résultats</b>	<b>72</b>
<b>5.3. Limites</b>	<b>80</b>
<b>5.4. Implications cliniques et perspectives futures</b>	<b>81</b>
<b>6. Conclusion</b>	<b>83</b>
<b>7. Bibliographie</b>	<b>85</b>
<b>ANNEXES</b>	<b>101</b>

<b>Annexe 1 : Questions du guide d’entretien</b>	<b>102</b>
<b>Annexe 2 : Formulaire d’information au volontaire</b>	<b>103</b>
<b>Annexe 3 : Formulaire de consentement</b>	<b>108</b>
<b>Annexe 4 : Présentation de la suite des analyses individuelles</b>	<b>111</b>
<b>Entretien n° 2 : Ludovic</b>	<b>112</b>
<b>Entretien n° 3 : Clément</b>	<b>119</b>
<b>Entretien n° 4 : Rosaline</b>	<b>125</b>
<b>Entretien n° 6 : Simon</b>	<b>131</b>
<b>Entretien n° 8 : Mathieu</b>	<b>138</b>
<b>Entretien n° 9 : Jade</b>	<b>148</b>
<b>Entretien n° 10 : Dylan</b>	<b>156</b>
<b>Annexe 5 : Résultats aux questionnaires AUDIT et DAST-20</b>	<b>164</b>
<b>Annexe 6 : Trajectoires de consommation – Lignes du temps</b>	<b>165</b>
<b>Annexe 7 : Tableaux des analyses thématiques</b>	<b>176</b>
<b>Résumé</b>	<b>242</b>

## 1. Introduction générale

Le début de l'année 2020 a été marqué par l'irruption de la crise COVID-19 en Belgique. En plus de ses retombées majeures sur la santé publique, cette pandémie a profondément modifié nos modes de vie et de communication, notamment au travers des mesures de distanciation sociale et de confinement imposées à la population.

Au cours des derniers mois, la crise a également constitué un point de départ unique pour mener de nouvelles recherches. Des études récentes ont démontré qu'une catégorie de la population a particulièrement souffert de la crise : celle des jeunes adultes (Glowacz & Schmits, 2020). D'autres recherches ont quant à elles fait part de variations dans les usages de substances au fil de la pandémie, notamment pour l'alcool et le cannabis (Maurage, 2020 ; Bonar et al., 2021). Cette recherche a donc pour objectif d'approfondir les découvertes récentes et de **comprendre le vécu des jeunes adultes consommateurs d'alcool et/ou de cannabis âgés entre 18 et 30 ans durant la crise sanitaire**. Notre recherche se scindera en quatre axes : l'impact de la crise sur la consommation de substances, les expériences négatives et les difficultés rencontrées, les expériences positives et les bénéfices perçus, et enfin les apprentissages réalisés.

Dans un premier temps, nous investiguerons les aspects théoriques recouvrant ce contexte de crise. L'impact de la pandémie sur les usages de substances, en particulier sur la consommation d'alcool et de cannabis, sera abordé. Nous nous intéresserons également aux répercussions de la crise sur la santé mentale et le quotidien des jeunes adultes. La période-clé de l'emerging adulthood sera également envisagée.

Dans un deuxième temps, la méthodologie de notre recherche sera présentée. Nous justifierons notre choix pour une démarche qualitative et une description de la structure des entretiens proposés aux participants sera ensuite établie. Nous aborderons également les principes généraux de l'analyse thématique, méthode spécifique que nous avons choisie pour l'analyse de nos entretiens. Nous présenterons ensuite nos résultats au travers des analyses individuelles réalisées pour chacun de nos participants ainsi qu'au moyen de l'analyse transversale opérée par la suite. Notre travail se poursuivra par une discussion visant à lier résultats et littérature et se terminera par une conclusion générale.



## 2. Aspects théoriques

### 2.1. Catastrophes et crises sanitaires : constats antérieurs

Les catastrophes, qu'elles soient naturelles, industrielles ou encore sanitaires, ont de tout temps bouleversé les sociétés qui y étaient confrontées. De nombreuses études se sont intéressées aux conséquences que des événements désastreux majeurs pouvaient avoir sur une population. Ces événements sont connus pour avoir un effet délétère sur la santé physique et mentale des personnes qui y sont exposées.

Il a notamment été démontré qu'on retrouvait parmi les victimes de ces événements des taux plus élevés de trouble de stress post-traumatique (Galea et al., 2005). La littérature met également en avant un lien positif entre le développement d'un abus et/ou une dépendance à l'alcool et ces désastres. Ces événements différant de par leur nature, plusieurs études se sont penchées sur cette question de l'alcool en fonction du type de catastrophe rencontrée et ont mis en évidence cette relation :

- *L'éruption d'un volcan.* En 1989, une augmentation de l'abus d'alcool a été remarquée parmi les communautés touchées par l'éruption du volcan Saint Helens aux Etats-Unis (Adams & Adams, 1984).
- *Les attaques terroristes.* Plusieurs études montrent également un effet des attaques terroristes sur les modes de consommation d'alcool. Ce fut notamment le cas à New York après l'effondrement des tours du World Trade Center (Boscarino et al., 2006 ; Grieger et al., 2003). Au plus les témoins avaient été fortement exposés à la catastrophe, au plus leur consommation d'alcool était importante les années qui suivaient. Les résultats révélaient également une tendance plus accrue au binge drinking un an après les faits.
- *Les tsunamis.* Des résultats similaires se retrouvent chez les personnes ayant été victimes d'un tsunami. C'est notamment le cas de plusieurs Norvégiens qui expriment avoir augmenté leur consommation d'alcool après avoir été touchés par le tsunami de l'océan Indien en 2004 (Nordløkken et al., 2013).
- ...

Cependant, il est important de relever que toutes les études dans le domaine ne retrouvent pas cet impact sur la consommation d'alcool. En effet, des recherches s'intéressant plus

particulièrement aux tremblements de terre et aux inondations témoignent plutôt de niveaux de consommation d'alcool restés stables (North et al., 2004) voire même de déclin dans les usages (Shimizu et al., 2000). Au vu de ces résultats contradictoires, il semblerait donc qu'il soit primordial de prendre en compte la particularité des contextes dans lesquels ces catastrophes se produisent pour mieux comprendre leurs conséquences sur la consommation de substances.

Les maladies infectieuses, quant à elles, restent l'une des principales menaces pour le bien-être de l'individu. Bien que l'on ait connu des avancées ces dernières années, notamment au niveau du traitement du VIH et de la tuberculose, ces maladies restent des enjeux de santé majeurs qui préoccupent le monde scientifique (OMS, 2020). La réapparition de certains virus ou l'émergence de nouveaux peuvent être à l'origine de crises sanitaires mondiales. Ces événements peuvent constituer en eux-mêmes une véritable catastrophe.

En 2002, un virus génétiquement similaire à la COVID-19 avait fait son apparition en Chine et s'était répandu dans plusieurs pays. Il s'agissait du SARS-CoV-1, responsable d'un syndrome respiratoire aigu sévère. En termes d'infections, cette nouvelle maladie fut d'une moindre ampleur en comparaison avec celle que nous connaissons actuellement : 8096 infectés contre plus de 260 millions à ce jour<sup>1</sup> (Gautier, 2021). Néanmoins, plusieurs chercheurs se sont intéressés aux conséquences de cette maladie sur la santé mentale des populations concernées et ces éléments peuvent nous donner des pistes de réflexion quant à la situation actuelle.

A Hong Kong, une recherche a été menée auprès de survivants du SARS (Lee et al., 2007). L'analyse des résultats révèle que les individus infectés, en comparaison avec les personnes non-infectées, présentaient des niveaux de stress plus élevés pendant la pandémie. En 2004, un an après l'irruption du virus, les niveaux élevés de stress persistaient, sans signe de déclin. Les survivants présentaient également à ce moment de l'étude des signes inquiétants de dépression, d'anxiété et de stress post-traumatique. D'autres symptômes comme une qualité de sommeil amoindrie, des cauchemars ou encore une concentration plus faible étaient présents.

Ces résultats sont consistants avec ceux de précédentes recherches dans le domaine des maladies infectieuses. En effet, plusieurs études ont démontré qu'un mal-être physique et psychologique pouvait perdurer sur le long terme. Il a par exemple été démontré dans une analyse auprès de survivants à de sévères syndromes respiratoires que 23,9% d'entre eux témoignaient toujours d'un trouble de stress post-traumatique huit ans après la déclaration de

---

<sup>1</sup> En date du 09/12/2021.

la maladie (Kapfhammer et al., 2004). Une autre recherche menée à l'aide de patients atteints d'une mononucléose infectieuse a mis en avant une fatigue chronique demeurant longtemps après la phase d'infection (Buchwald et al., 2000). Ces constats soulignent le caractère persistant de l'impact psychologique et physique du virus chez les survivants du SARS ; l'effet s'étend bien au-delà du moment où la vie est en jeu. Nous savons d'ores et déjà que de nombreux patients gravement touchés par la COVID-19 ont témoigné de ces symptômes de fatigue et de traumatisme (Simani et al., 2021). Nous sommes donc en mesure de nous questionner sur l'ampleur des potentielles retombées négatives qui pourraient davantage affecter ces personnes dans le futur.

Les individus infectés par le SARS-Cov-1 ne sont pas les seuls à avoir présenté des symptômes inquiétants à la suite de cette pandémie : les professionnels de la santé présents dans les hôpitaux ont eux aussi été fortement impactés. Une recherche en Chine comprenant 549 travailleurs hospitaliers a montré que des signes d'abus ou de dépendance à l'alcool pouvaient être présents trois ans après la crise du SARS (Wu et al., 2008). Cette consommation d'alcool était positivement associée avec le fait d'avoir été mis en quarantaine ou encore avec le fait d'avoir travaillé dans des zones à haut risque<sup>2</sup>. Il faut toutefois rester prudent par rapport à ces résultats étant donné que le niveau de consommation de ces personnes avant l'épidémie n'était pas connu. Cependant, ces données évoquent celles mises en avant par une étude auprès de vétérans du Vietnam. Au plus ces derniers avaient été exposés à de longs et lourds combats, au plus l'utilisation de substances était importante (Fischer, 1991). La consommation dépend donc en partie de la durée d'exposition aux événements stressants et de l'intensité de ceux-ci. Il est à noter que l'utilisation de l'alcool comme béquille pour tenir le coup face à l'adversité rencontrée augmentait également le niveau de dépendance (Wu et al., 2008). L'exposition à la maladie et/ou mort d'un proche ayant contracté le SARS ainsi que l'exposition à la couverture médiatique de la crise n'étaient quant à elles pas associées à une future problématique avec l'alcool.

Il est intéressant de relever qu'au cœur de la crise, les professionnels de la santé touchés par le SARS avaient des niveaux de stress similaires à ceux qui n'étaient pas travailleurs de la santé. Cependant, les niveaux de stress, de dépression et d'anxiété étaient plus hauts chez ces professionnels du soin un an après (Lee et al., 2007). Encore une fois, nous constatons que les

---

<sup>2</sup> Il s'agit notamment d'avoir travaillé dans des salles exclusivement dédiées aux patients atteints du SARS.

implications psychologiques sur le long terme ne sont pas à négliger et c'est un domaine que les recherches futures pourraient investiguer.

## **2.2. Consommation de substances et COVID-19 : contexte global**

### **2.2.1. Premier confinement<sup>3</sup>**

En juin 2020, l'Observatoire Européen des Drogues et des Toxicomanies a publié un premier rapport rendant compte de l'impact de la COVID-19 sur les modes d'utilisation des drogues ainsi que sur les risques associés à cet usage (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction [EMCDDA], 2020). Les informations récoltées diffèrent de pays en pays, les restrictions liées à la crise n'étant pas les mêmes d'un endroit à l'autre. Les mesures nationales ont donc impacté à différents niveaux les mécanismes entourant l'accès, la disponibilité ainsi que l'usage des produits. Toutefois, cette analyse nous donne une première photographie du retentissement de la pandémie dans le domaine de la consommation de substances.

D'une manière générale, le rapport fait état d'une diminution globale de l'usage de drogues en Europe pendant les trois premiers mois de la pandémie. Les mesures de confinement auraient réduit les possibilités de consommation dans les environnements sociaux. Cependant, les études de marché de la drogue montrent que la production et la distribution de la plupart des drogues n'ont pas significativement été impactées pendant le confinement (EMCDDA & Europol, 2020). Le compte-rendu de l'EMCDDA fait également part d'une difficulté d'accès aux provisions en confinement, que ce soit via l'entourage proche ou les dealers de rue. Chez nous en Belgique, la majorité des consommateurs (45,6%), quant à eux, ne mentionnent pas cette entrave, que ce soit pendant ou après le premier confinement (Eurotox, 2020a). Il faut cependant rester prudent quant aux différences entre ces deux constats, l'échantillon belge de l'étude étant centré sur la consommation en milieu festif. En ce qui concerne les modes de transaction, l'EMCDDA ne constate pas de changement majeur dans la manière d'accéder aux substances durant le confinement. Chez nous, cette tendance s'est également confirmée, la plupart des utilisateurs achetant toujours leurs produits chez un dealer (Sciensano, 2020c).

Le changement le plus marquant en termes d'usage concerne la cocaïne et la MDMA. Ce sont 20% des usagers de ces deux drogues qui déclarent avoir stoppé l'une d'entre elles durant la

---

<sup>3</sup> Dans cette section, nous allons nous intéresser à la période allant du premier confinement en mars 2020 jusqu'au début de l'automne 2020.

période de confinement (EMCDDA, 2020). Comme expliqué précédemment, cette diminution n'est pas causée par une conséquence du marché : les substances étaient disponibles. Cependant, la fermeture de l'économie de la nuit (bars, boîtes de nuit, festivals) ainsi que la restriction des contacts ont majoritairement entraîné le déclin d'usage de ces substances. Ce constat a été confirmé dans plusieurs villes européennes via l'analyse des eaux usagées. Ces drogues sont particulièrement connues pour être dépendantes du contexte et souvent considérées comme « party drugs ». A New York, une étude a été menée sur des personnes adeptes de soirées de musique électronique, plus susceptibles d'utiliser des drogues dans de tels contextes. La plupart des participants ont rapporté une diminution de leur fréquence d'utilisation pendant la période de confinement : 78,6% ont réduit leur usage de cocaïne, 71,1% leur usage d'ecstasy et MDMA et 68% pour l'utilisation de LSD (Palamar et al., 2021). En Belgique, cette tendance s'est également confirmée, avec une diminution nette et significative de la quantité moyenne de substances achetées après le 13 mars (Sciensano, 2020c). Il est toutefois intéressant de relever l'émergence de raves illégales dans plusieurs pays ainsi que de « streaming parties », consistant à écouter des DJ sets de chez soi tout en consommant (EMCDDA, 2020).

En ce qui concerne le cannabis, les constats sont quelque peu différents. Les usagers occasionnels auraient diminué voire interrompu leur consommation tandis que les usagers réguliers l'auraient augmentée. Selon l'EMCDDA, les usagers fréquents étaient trois fois plus susceptibles d'utiliser de plus grosses quantités. Il est également intéressant de noter qu'une certaine proportion des fumeurs de cannabis déclarent avoir consommé plus d'alcool à la place (EMCDDA, 2020). On remarque également un intérêt plus marqué des consommateurs pour la culture du cannabis à la maison, comme en témoignent certaines analyses des recherches Google durant cette période (EMCDDA, 2020). Cette tendance s'est confirmée en Belgique six mois après le début du premier confinement (octobre 2020), la proportion de personnes déclarant cultiver elles-mêmes leur marijuana ayant fortement augmenté (Sciensano, 2021).

Une surconsommation concernant notamment l'alcool a été rapportée. Des personnes qui buvaient de manière occasionnelle ou en contextes festifs se sont mises à boire plus fréquemment. Cette augmentation est observée non seulement chez les personnes bien insérées socio-économiquement parlant mais également chez de nombreux usagers en situation précaire (Gérome & Gandilhon, 2020). Ces modifications dans les comportements des usagers sont également observées dans le rapport de l'EMCDDA. Les auteurs évoquent des changements

tels que: boire plus souvent, en plus grandes quantités et seul. En particulier, ils relèvent un accroissement de la consommation d'alcool chez les usagers de drogues à haut risque. La légalité du produit ainsi que sa facilité d'accès pourraient expliquer ce changement (Gérome & Gandilhon, 2020). Une autre étude indique que les personnes ayant augmenté leur consommation d'alcool font partie d'un public plus âgé, travaillant à la maison et plus susceptible d'avoir des enfants (Schmits & Glowacz, 2021). Les taux d'anxiété et de dépression chez ces personnes sont également plus élevés.

D'une manière similaire, nous observons une augmentation des médicaments prescrits, en particulier les sédatifs (benzodiazépines notamment) (EMCDDA, 2020). Cette tendance est non seulement observée chez les usagers consommateurs de produits psychoactifs en France (Gérome & Gandilhon, 2020) mais également chez nous en Belgique. Une étude de Sciensano révèle que la prise de sédatifs concerne 18% des participants. Dans ce groupe, 29% d'entre eux déclarent avoir augmenté leur consommation depuis les mesures (Sciensano, 2020b).

#### 2.2.2. Deuxième confinement<sup>4</sup>

Après son irruption brutale en mars 2020, l'épidémie de coronavirus a connu un rebond important lors de l'automne. Après un été où la population avait pu souffler grâce à un relâchement des mesures de restriction, un nouveau lockdown a été imposé. Les chercheurs ont poursuivi leur analyse de la situation en matière de consommation de substances et la littérature nous donne quelques indications sur le tableau qui a émergé au fil des mois.

En Israël, une étude portant sur 828 participants a comparé la consommation de drogues après le premier et le deuxième confinement (Levy et al., 2021). Il en ressort que les usages d'alcool et de cannabis sont plus élevés lors du deuxième lockdown, cet effet ne se retrouvant toutefois pas pour les substances illégales. La prolongation de la pandémie pourrait donc exposer les gens à une anxiété constante ainsi qu'à la crainte permanente de contracter le virus, ce qui impacterait l'usage de substances. Les auteurs nuancent toutefois cette hypothèse : cette élévation pourrait être associée à plus de temps libre passé à la maison et non à un stress continu.

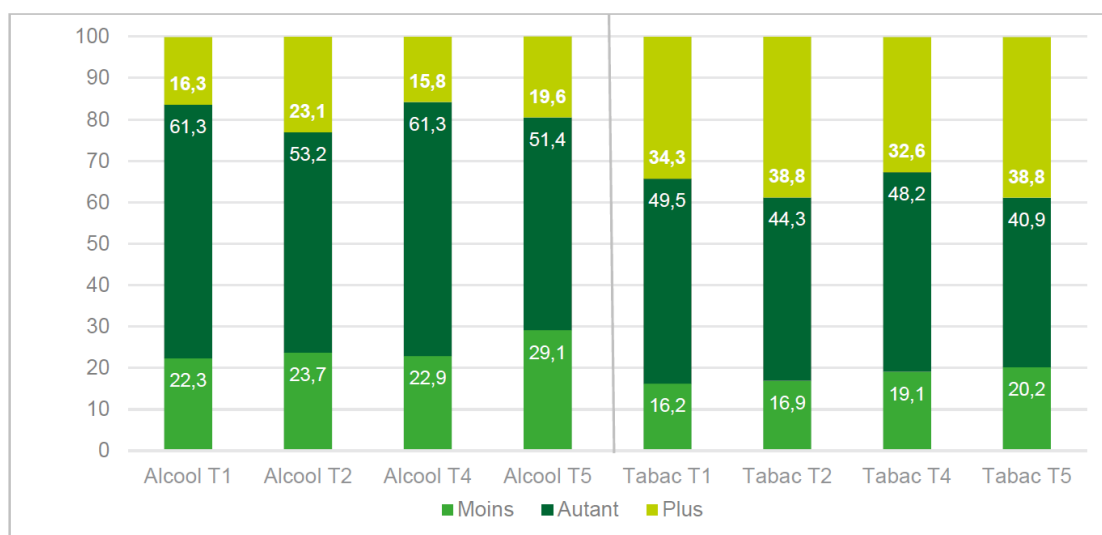
En Belgique, cette augmentation de l'usage de substances en parallèle de la prolongation de la pandémie se remarque également. Sciensano a notamment couvert quatre périodes-clés pour

---

<sup>4</sup> Dans cette section, nous allons nous intéresser à la période allant du rebond de l'épidémie (suivie du deuxième confinement) jusqu'au mois de février 2021.

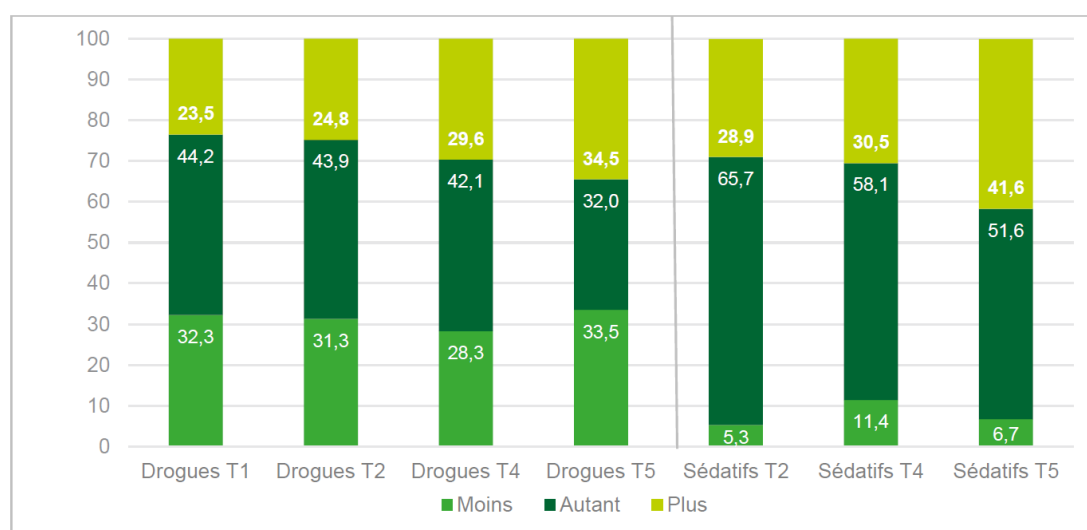
mesurer l'usage de substances au fil du temps : début avril, fin avril, septembre et décembre (Sciensano, 2020a).

**Figure 1 :** Proportion de consommateurs d'alcool et de tabac ayant déclaré avoir diminué, maintenu ou augmenté leur consommation au moment de l'enquête par rapport à la période précédant la crise sanitaire



(Sciensano, 2020a)

**Figure 2 :** Proportion de consommateurs de drogues illégales et de sédatifs (tranquillisants ou somnifères) ayant déclaré avoir diminué, maintenu ou augmenté leur consommation au moment de l'enquête par rapport à la période précédant la crise sanitaire



(Sciensano, 2020a)

Excepté pour l'alcool, nous pouvons remarquer que c'est le mois de décembre qui témoigne de l'augmentation la plus importante. Rappelons que cette période correspondait à la fin du deuxième confinement.

### **2.3. L'impact de la crise COVID-19 sur la santé mentale et la consommation de substances**

#### **2.3.1. Impact sur la population générale**

Comme nous le savons, la crise COVID-19 n'a épargné personne. Au fil de l'évolution de la pandémie, les études menées font état de taux plus élevés de dépression, d'anxiété ou encore de symptômes post-traumatiques en comparaison avec la période pré-crise (Sciensano, 2020b ; Xiong et al., 2020). Des troubles du sommeil plus importants sont également apparus. En 2013, 30% de la population les rapportaient contre 73% en décembre 2020 (Stévenot & Hogge, 2021).

Une recherche britannique a mis en évidence que les taux d'anxiété généralisée et de dépression dépassaient ceux observés lors de précédentes pandémies (Rettie & Daniels, 2020). Nous savons également que durant une pandémie, le nombre de personnes affectées par une santé mentale diminuée tend à être plus important que celui des cas d'infection. Les implications en matière de santé mentale persisteraient d'ailleurs plus longtemps que l'épidémie elle-même (Reardon, 2015).

Une telle dégradation de la santé mentale ainsi que l'exposition prolongée à ce contexte pandémique générateur d'incertitudes constituent des facteurs de risque importants pour l'apparition d'usages dangereux (Eurotox, 2021).

#### **2.3.2. Publics à risque**

*« Face à la multiplicité des facteurs en jeu, il est aisé de comprendre comment une crise totale telle que la pandémie de COVID-19, qui impacte l'ensemble des domaines composant la société et de nombreux individus à différents niveaux (social, économique, psychologique), peut jouer positivement ou négativement sur une grande partie de ces facteurs et dès lors sur la consommation de substances légales (alcool, médicaments psychotropes) et illégales pendant la crise, mais aussi après celle-ci, voire longtemps après. » (Eurotox, 2021, p.3)*



Les caractéristiques individuelles, l'histoire de vie ou encore les données socio-démographiques font que nous ne sommes pas tous égaux dans notre manière de nous engager ou non dans une trajectoire de consommation. La crise COVID-19 est susceptible d'avoir atteint des groupes de personnes très différents et spécifiques, comportant chacun leurs propres fragilités pour l'initiation ou l'aggravation d'un usage de substances. Nous allons tenter de déterminer ces groupes et facteurs de risque.

<b><u>Facteurs de risque</u></b>	<b><u>Conséquences potentielles de la crise COVID-19</u></b>
Des problématiques préexistantes de santé mentale	La consommation de substances peut devenir un moyen de faire face à la pandémie (automédication et coping) chez des individus qui présentent déjà des troubles mentaux ou qui ont été affectés par des traumatismes antérieurs (Eurotox, 2021 ; Xiong et al., 2020).
Être une femme	Les femmes sont plus susceptibles de développer des troubles mentaux lors d'une épidémie (Perrin et al., 2009 ; Sciensano, 2020b ; Xiong et al., 2020).
Avoir un niveau d'éducation faible	Les personnes moins instruites et présentant un faible niveau d'éducation sont plus susceptibles de vivre des affects négatifs durant la crise (Perrin et al., 2009 ; Sciensano, 2020b).
Vivre seul ou avec des enfants	Les enquêtes montrent que les personnes résidant seules ou uniquement avec leurs enfants sont davantage sujettes à une santé mentale affectée (Sciensano, 2020b).
Avoir des enfants âgés de moins de 18 ans	Avoir un enfant en-dessous de 18 ans a été associé à une consommation d'alcool destinée à faire face à la situation (Wardell et al., 2020). La fermeture des écoles et le fait de devoir s'occuper des enfants à temps plein à la maison a pu rajouter du stress aux parents.
Vivre dans un espace réduit sans extérieur	Des signes d'anxiété et de dépression ont davantage été observés chez des personnes confinées dans des espaces de vie plus petits, sans possibilité d'accès sur un extérieur (Schmits & Glowacz, 2020).
La perte d'emploi ou le chômage	Nous savons que le chômage est associé à un usage de drogues (Compton et al., 2014). Les hommes pourraient être plus touchés que les femmes par la crise au niveau de la consommation de substances. Plus précisément,

	<p>c'est la crise économique découlant de la pandémie et de ses retombées qui serait responsable d'une consommation plus importante. Boire pour faire face à une perte d'emploi ou à un salaire réduit semblerait effectivement plus fréquent chez les hommes que chez les femmes (De Goeij et al., 2015). Une étude souligne cette consommation plus accrue de drogues illégales chez des hommes ayant été confrontés à deux confinements successifs (Levy et al., 2021). Les auteurs suggèrent que malgré les avancées dans la perception des rôles sociaux, les hommes tendent toujours à se réaliser davantage dans des activités extérieures à la maison (Duckham et al., 2013), tandis que les femmes sont plus centrées sur la vie au sein du foyer et avec les enfants (Artazcoz et al., 2004). Les mesures de restriction imposées par la pandémie mettraient alors à mal les valeurs des hommes selon lesquelles il faut ramener de l'argent à sa famille et la soutenir (Levy et al., 2021). Nous reviendrons plus en détails sur les implications de cette crise économique.</p>
Être un professionnel de la santé	<p>Comme discuté précédemment, ces travailleurs sont particulièrement à risque pour l'usage de substances en contexte de crise (Maurage, 2020 ; Wu et al., 2008). L'énergie nécessaire pour affronter la maladie au sein des hôpitaux, la confrontation à des émotions fortes dans les situations hospitalières (deuil des familles, manque de place pour certains patients...) augmentent la probabilité d'utilisation de substances pour tenir le coup (Eurotox, 2021). Un usage plus important de médicaments psychotropes (Xanax, Valium...) aurait d'ailleurs été observé (Eurotox, 2021).</p>
Être un utilisateur excessif des médias sociaux et d'information	<p>La vague d'informations erronées qui a déferlé dans les premiers temps de la crise a été nommée « infodemic » (Alonso-Galbán &amp; Alemañy-Castilla, 2020). Plusieurs études ont démontré qu'une exposition trop fréquente aux informations des médias concernant l'épidémie de COVID-19 pouvait avoir un effet négatif sur la santé mentale des utilisateurs (Fabelo-Roche et al., 2021 ; Xiong et al., 2020).</p>

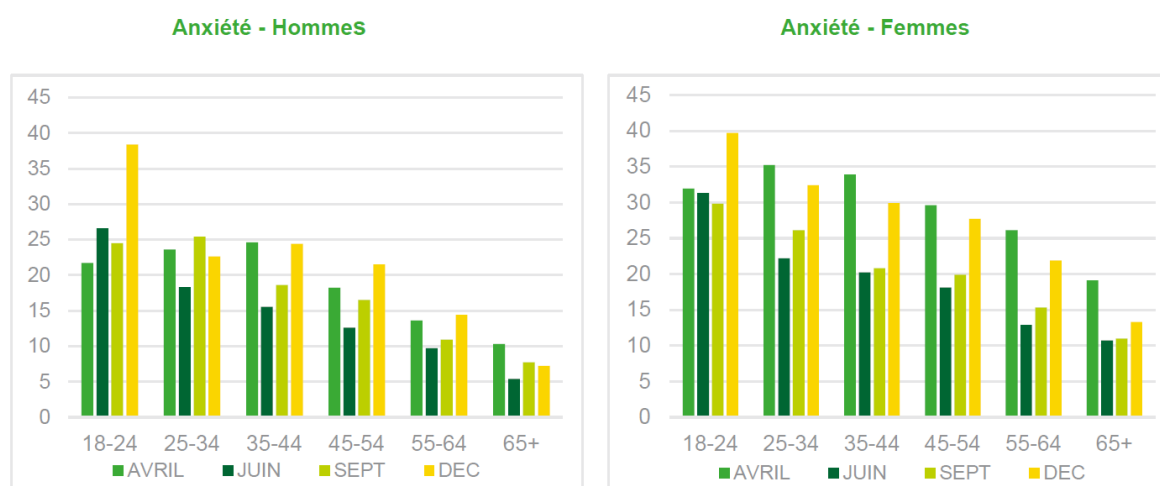
**Tableau 1 : Publics à risque et COVID-19**

### 2.3.3. Impact sur les jeunes adultes

Les jeunes adultes ont particulièrement été impactés par la crise. Des taux d'anxiété et de dépression plus élevés ont notamment été relevés durant cette période. Parmi ceux qui présentaient des taux de dépression élevés, nous retrouvions dans le même temps des niveaux plus bas en termes de qualité de cadre de vie, d'activités occupationnelles mais aussi de contacts à travers les médias digitaux (Glowacz & Schmits, 2020). Une autre étude a montré que 65,49% des jeunes Belges de 16 à 25 ans présentaient un stress mental significatif (Rens et al., 2021). En comparaison avec des données de 2018, ces chiffres ont triplé (Gisle, 2020). Il a également été démontré que pour ces jeunes, la charge de travail universitaire, la qualité de l'enseignement et la crainte d'une contamination étaient les facteurs les plus fortement associés aux symptômes dépressifs. Entretenir des relations stables et cohabiter avec d'autres faisaient alors office de facteurs de protection (De Man et al., 2021).

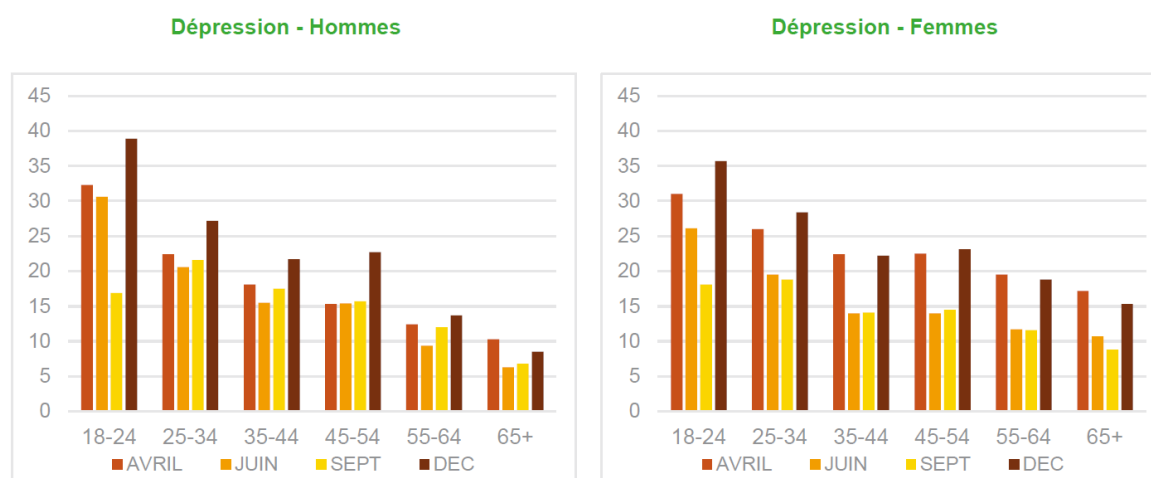
Sciensano, au travers de ses multiples enquêtes, a rendu compte des taux des troubles anxieux généralisés et dépressifs au fil des mois et par tranche d'âge (Sciensano, 2020a).

**Figure 3 :** Prévalence des troubles anxieux généralisés avant et pendant la crise sanitaire COVID-19, par genre et par classe d'âge en 2020



(Sciensano, 2020a)

**Figure 4 : Prévalence des troubles dépressifs avant et pendant la crise COVID-19, par genre et par classe d'âge en 2020**



(Sciensano, 2020a)

Nous pouvons observer une réduction des troubles dépressifs aux mois de septembre chez les 18-24 ans (probablement en raison de la perspective de la reprise des cours) (Stévenot & Hogge, 2021). Les graphiques démontrent ensuite des taux d'anxiété et de dépression plus importants chez ce même groupe au mois de décembre, à la fin du deuxième confinement.

## 2.4. La consommation de substances chez les jeunes adultes

Nous avons désormais une meilleure compréhension du tableau qui s'est dessiné au fur et à mesure de la crise en matière d'usages de substances et de santé mentale. Avant de nous intéresser aux processus propres à la période de l'âge adulte, abordons tout d'abord quelques constats établis par la littérature concernant la consommation d'alcool et de cannabis, substances sur lesquelles nous allons particulièrement nous centrer dans ce mémoire.

### 2.4.1. Usage d'alcool et de cannabis

#### Alcool

Globalement, l'usage d'alcool connaît une nette intensification durant l'adolescence, avant de se stabiliser et de légèrement décliner à la fin de la vingtaine. Les usages les plus importants apparaissent entre 19 et 21 ans (Chen & Kandel, 2000).

Même si la fin de vingtaine voit généralement un déclin de l'usage s'opérer, plusieurs facteurs de risque ont été définis comme susceptibles de mener les individus à un usage plus intense à la sortie de l'adolescence. Des auteurs ont notamment relevé l'impact d'un usage problématique parental et l'influence de la consommation des pairs comme des éléments pouvant aggraver les usages (Chassin et al., 2002). Des attentes positives par rapport aux effets de l'alcool, notamment pour gérer des situations stressantes, constituent un autre élément en ce sens (Flory et al., 2004).

### Cannabis

D'une manière générale, la fréquence et l'intensité de l'usage du cannabis s'accroissent du milieu jusqu'à la fin de l'adolescence (Coffey et al., 2000). Elles auraient ensuite tendance à diminuer à la mi-vingtaine, alors que les individus endossent le statut d'adulte : en se mariant et en devant parent, la motivation à consommer devient moins forte (Chen & Kandel, 1995).

Cependant, il faut savoir qu'une initiation ayant lieu tôt dans l'adolescence ainsi qu'un usage régulier au cours de celle-ci sont des facteurs de risque pour un futur usage problématique (Copeland & Swift, 2009). Les individus présentant ces modes d'utilisation sont plus susceptibles d'utiliser d'autres drogues, de présenter des comportements antisociaux, de réaliser de pauvres performances scolaires et de côtoyer des pairs consommateurs (Hall & Degenhardt, 2007).

#### 2.4.2. L'émerging adulthood : une période charnière pour la consommation de substances

Nous allons maintenant nous pencher sur un public particulièrement affecté par la pandémie, celui des jeunes adultes (18-25 ans). Tout d'abord, il est important de clarifier la notion d'« *Emerging adulthood* », conceptualisée par Jeffrey Jensen Arnett en l'an 2000. Ce professeur de psychologie a défini ce terme comme étant une étape à part entière de la trajectoire de vie de tout individu.

« *Emerging adulthood lasts from roughly age 18, when most young people finish secondary school, to age 25, when most people begin to move toward making the commitments that structure adult life: marriage (or a long-term partnership), parenthood, and a long-term job.* » (Arnett, 2015, p. 21).

L'auteur précise que les âges qu'il détermine ne sont pas fixes et que l'étendue de la tranche d'âge peut varier d'une personne à l'autre.

Un autre élément fondamental que nous allons maintenant considérer est le constat selon lequel cette période d'âge présente le plus haut taux de prévalence pour l'usage de drogues. Nous pouvons parler de cette prévalence non seulement en termes d'usage, mais aussi en termes d'abus et de dépendance (Arnett, 2005). Arnett met en lumière cinq concepts-clés (Arnett, 2005) qui viennent donner un sens à l'usage de substances chez ce public :

- *L'âge de l'Exploration Identitaire* : cette période de la vie est effectivement caractérisée par la recherche de son identité, et ce à plusieurs niveaux. Quel métier aimerais-je exercer plus tard ? Avec quel type de personne aimerais-je construire ma vie ? Autant de questions qui demandent à se connaître soi, ses capacités, ses intérêts, les qualités appréciées chez quelqu'un. Dans ce contexte, l'adulte émergent pourrait avoir envie de vivre un maximum d'expériences (il entre dans la recherche de sensations, explore les possibles) avant d'entrer définitivement dans la vie adulte. De même, construire une identité stable peut être difficile et déroutant ; l'usage de substances pourrait alors venir soulager cette confusion à propos de l'identité.
- *L'âge de l'Instabilité* : c'est la période la plus instable de la vie. Elle est composée de nombreux changements, que ce soit en termes de lieux de vie (ils partent de chez leurs parents), de jobs, de partenaires ou encore de type d'études. Ces interruptions qui rendent le parcours de l'individu instable peuvent amener des sentiments d'anxiété et de tristesse, qui à leur tour mènent à une sorte d'automédication via l'usage de substances. C'est lors de ces transitions spécifiques que l'usage surviendra le plus souvent.
- *L'âge Auto-centré* : à cette période de son existence, l'individu est le plus libre qu'il n'a jamais été. Il peut prendre des décisions de manière indépendante, sans demander la permission ou le consentement de l'autre. Le contrôle social est beaucoup moins présent en comparaison avec les autres périodes de la vie (changements fréquents de partenaires, de boulots). Et si les réseaux sociaux sont moins construits, les comportements allant à l'encontre des normes sont alors plus susceptibles d'apparaître, notamment l'utilisation de substances. On notera tout de même l'importance d'une partie du réseau social dans cette tranche d'âge : celui des amis. Les individus qui sont enclins à utiliser des

substances se choisissent les uns les autres ; une fois leur réseau formé, l'usage va augmenter étant donné qu'ils se procurent mutuellement le contexte social pour l'usage de substances.

- *L'âge de l'Entre-deux* : souvent, lorsqu'on leur demande, les jeunes ne se sentent pas encore complètement adultes à cette période de leur vie. Devenir adulte est progressif. Cette période charnière est alors propice à l'usage de substances : d'un côté, ils ne sont plus des adolescents et estiment donc pouvoir décider pour eux-mêmes s'ils consomment ou non, et de l'autre, ils ne se sentent pas encore adultes et profitent alors d'avoir la liberté de poser des actes qui ne seront plus considérés comme acceptables dans la suite de leur développement.
- *L'âge des Possibles* : Arnett explique que ce stade est également caractérisé par un grand optimisme et des attentes importantes face à la vie. Et c'est justement parce qu'ils sont si optimistes, que leurs attentes sont si hautes, qu'ils s'engagent dans la consommation de substances, incapables d'envisager les conséquences négatives qui pourraient en ressortir. On parle alors d'un biais d'optimisme.

D'autres études rejoignent les concepts-clés énoncés par Arnett et identifient des facteurs de risque spécifiques à ce stade de la vie : une plus grande liberté, moins de contrôle social, partir de chez ses parents, aller à l'université (Stone et al., 2012). Nous l'avons vu, l'adulte émergent est donc susceptible d'entamer une consommation de substances face à ces challenges auxquels il est confronté dans ce stade développemental.

En ce qui concerne les populations de cette tranche d'âge présentant une comorbidité psychopathologique, ce sont celles qui sont les plus susceptibles de présenter une consommation plus importante en comparaison avec un groupe témoin non-clinique (Chakroun, 2005). Ce constat est particulièrement vrai pour les consommateurs des substances les plus illicites. Dans la même optique, c'est ce groupe qui présente également le plus d'épisodes dépressifs/maniaques majeurs en comparaison avec les non-consommateurs (Chakroun, 2005).

La littérature fait souvent état d'une nette différence entre les personnes en activité et les demandeurs d'emploi : ces derniers sont plus susceptibles de consommer davantage (Compton et al., 2014). Cependant, il est intéressant de noter que cette tendance ne se retrouve pas toujours chez les 18-25 ans. Une étude a notamment montré que la proportion de consommateurs

quotidiens d'alcool et de ceux présentant des alcoolisations ponctuelles importantes était plus élevée chez les actifs occupés que chez les demandeurs d'emploi (Palle, 2015).

## **2.5. L'usage de substances des jeunes adultes : au temps des confinements...**

En ce qui concerne la consommation des jeunes adultes en particulier, plusieurs tendances se sont dessinées au fil des mois. Des études montrent une diminution importante de la consommation d'alcool pour cette population pendant le confinement : Sciensano évoque une baisse de 50,1% pour les 18-25 ans (Sciensano, 2020b), tandis que l'université de Louvain parle d'une réduction de 61% chez les étudiants en particulier (Maurage, 2020). En Australie, des témoignages différents sont rapportés : sur l'ensemble des participants, les jeunes seraient la seule catégorie qui se serait adonnée à une consommation allant jusqu'à l'intoxication (Caluzzi et al., 2021). Il s'agirait notamment du cas des jeunes vivant en colocation. Aux Etats-Unis, une étude s'est intéressée aux contacts « en face à face » que de jeunes adultes présentant une consommation dangereuse d'alcool avaient décidé d'entretenir pendant les six premières semaines de confinement, bien que ceux-ci fussent interdits (Suffoletto et al., 2020). Les auteurs ont montré que 63% des jours où des contacts en face à face avaient lieu étaient associés avec une consommation d'alcool.

Un changement intéressant au niveau des quantités de cocaïne et amphétamines s'est également opéré : elles ont baissé de manière importante lors du premier confinement mais ont réaugmenté ensuite six mois plus tard, de manière supérieure à la situation de pré-confinement (Sciensano, 2021). Cette situation est interpellante et il faut voir si elle perdurera dans le temps. Cependant, il faut être prudent quant aux données de cette étude, car elles proviennent majoritairement de participants flamands et masculins et ne représentent dès lors peut-être pas bien l'ensemble de la population belge. L'usage d'ecstasy quant à lui a fortement diminué pour cette tranche d'âge et ce taux est resté relativement bas plus tard dans l'année. Ces résultats s'alignent donc avec les constats plus généraux observés précédemment dans l'analyse du contexte global de consommation.

En ce qui concerne le cannabis, on constate également la même tendance qu'au niveau global européen. Les usagers fréquents ont évoqué une consommation en hausse tandis que les usagers moins fréquents ont fait part d'une diminution. Aux Pays-Bas, une étude menée auprès de



consommateurs réguliers<sup>5</sup> de cannabis a mis en évidence que 41,3% des répondants rapportaient consommer plus depuis les mesures de confinement (van Laar et al., 2020). Parmi cet échantillon, la proportion de « jeunes adultes » (16-34 ans) qui avait augmenté son usage était plus grande que celle du groupe des « adultes plus âgés ». Le pourcentage de consommateurs déclarant avoir augmenté leur nombre de joints consommés par jour était de 39,4%. Le constat présenté dans une autre étude française n'est toutefois pas le même pour cette tranche d'âge. En effet, cette recherche précise que c'est chez les jeunes adultes (moyenne d'âge de 25 ans) que la plus grande probabilité d'arrêt ou de diminution s'opère en comparaison avec les autres tranches d'âge (Briand Madrid et al., 2020). Les auteurs avancent que le retour de certains étudiants chez leurs parents a pu les contraindre à agir de la sorte, la consommation de cannabis n'étant peut-être pas perçue favorablement par la famille.

Un point d'attention peut être émis également à l'égard de la consommation de sédatifs. Une étude menée en Espagne auprès d'étudiants universitaires a démontré un risque moyen à élevé de 10,3% pour la consommation de cette substance (Lázaro-Pérez et al., 2020). Des taux importants ont été également observés en Belgique en ce qui concerne les sédatifs : parmi les 18-25 ans, ils sont 53,4% à déclarer consommer davantage ce type de médicament (Sciensano, 2020b).

## **2.6. ... Et des déconfinements**

A l'heure actuelle, il est difficile de prédire les effets d'un retour à une « vie normale » sur la consommation de substances.

Toutefois, nous pouvons souligner la présence inquiétante d'un rebond des intoxications à l'alcool en Italie après que les mesures de confinement aient été levées pour la première fois en mai 2020. Une augmentation de presque 10% a été relevée au niveau des admissions aux urgences en comparaison avec la même période pour l'année 2019 (Grigoletto et al., 2020). Parmi ces adolescents et jeunes adultes, 32% d'entre eux présentaient un état d'intoxication mélangeant alcool et drogues. Plus de la moitié des patients admis avaient un passé d'abus de substances ou de trouble psychiatrique. L'abus d'alcool étant directement relié à l'interaction avec les pairs, nous pouvons nous questionner quant aux tenants et aboutissants d'un retour à la vie sociale et festive.

---

<sup>5</sup> Pour la majorité d'entre eux, il s'agit d'un usage quotidien.

## 2.7. Un contexte de crise aux implications variées en matière de consommation

Ces observations nous donnent une première idée du tableau qui s'est dessiné au fur et à mesure de l'évolution de la crise en termes de consommation de produits chez les jeunes adultes. Cependant, la pandémie n'a pas touché de la même manière les différentes sphères de notre quotidien.

*« Les différentes mesures prises par les gouvernements [...] tout au long de la crise sanitaire pour contrer la propagation de la COVID-19 ont bouleversé les contacts sociaux, les revenus, les conditions de vie et de travail, les habitudes festives, l'état d'esprit, et même la santé mentale de la population. Ces bouleversements ont à leur tour eu un impact sur les pratiques et habitudes de consommation de substances psychoactives. [...] Ces différentes pratiques et la consommation de substances psychoactives, qu'elles soient légales ou illégales, peuvent en effet être l'expression et/ou un moyen de traiter un malaise, un mal-être ou un trouble mental ; elles peuvent également participer à diminuer les douleurs physiques, à se détendre, à oublier, à tromper l'ennui, à décompresser ou encore engendrer du plaisir. Dans le contexte actuel, ces usages peuvent avoir la fonction d'une stratégie de lutte contre un quotidien péniblement vécu et bouleversé par la crise sanitaire et ses conséquences (anxiété, isolement, perte de revenus, réduction des libertés, manque d'accès aux services de première nécessité, manque de perspective d'avenir, etc.). » (Stévenot & Hogge, 2021, p. 5)*

Nous allons identifier plus précisément les bouleversements engendrés par la crise sur ces différentes sphères et ainsi tenter d'en comprendre les conséquences sur la consommation de substances.

### 2.7.1. Être confiné chez soi : quels effets sur la consommation ?

Rester chez soi pendant de longues périodes comme celles connues lors de la crise n'est pas sans conséquence, non seulement pour la santé mentale mais aussi pour la consommation de drogues.

Une étude menée aux Etats-Unis s'est intéressée aux variations de consommation chez des usagers de cannabis réguliers<sup>6</sup> ayant déclaré avoir respecté de manière stricte les mesures de

---

<sup>6</sup> 18.6 jours d'utilisation en moyenne sur les 30 derniers jours.

confinement. Parmi eux, 66,1% ont déclaré que leur consommation était plus importante que d'habitude (Bonar et al., 2021). Ce constat est particulièrement alarmant lorsqu'on sait qu'une fréquence de consommation plus importante est corrélée avec un usage problématique de cannabis plus sévère (Hasin et al., 2016). A contrario, une autre étude a montré une diminution drastique de la consommation pour certains usagers en France. Le fait d'être confiné avec des personnes ne tolérant pas la consommation ou encore le lieu de confinement choisi (loin des centres urbains habituels) sont des explications possibles pour l'arrêt de ces consommations (Gérome & Gandilhon, 2020).

Une étude qualitative s'est intéressée aux changements des modes de consommation d'alcool implémentés par la crise COVID-19 (Caluzzi et al., 2021). Les résultats ont montré que boire était associé à l'environnement direct des personnes : les habitants d'une maison étaient plus susceptibles de partager un verre avec les membres de leur famille, leurs colocataires ou encore leurs voisins, tous dans la même situation. C'était l'occasion pour eux de passer du temps ensemble dans un contexte où la distanciation sociale était de mise. D'une manière similaire, être confiné à la maison entraînait une implication moindre dans des activités sportives ou sociales, qu'elles soient destinées aux enfants ou aux parents. Ne plus devoir prendre la voiture pour se rendre à ces activités a favorisé l'apparition de nouvelles opportunités de boire pour certains. Chez des consommateurs entamant leur processus de soins, le fait de rester enfermés à la maison venait affaiblir les limites qu'ils s'étaient imposées afin de maintenir leur abstinence : « *Comme je l'ai dit juste avant, rester à la maison amène de l'ennui et s'ouvrir une bière devient plus probable. Tu te dis « Oui » à toi-même plus facilement.* » (DeJong et al., 2020, p. 212). Les participants de cette étude qui étaient abstinents depuis plus longtemps présentaient moins ce type de difficulté : « *Ça fait maintenant un an et demi que j'ai arrêté. Je suis assez fort que pour ne pas rechuter.* » (DeJong et al., 2020, p. 112).

En raison de la fermeture des bars et de l'impossibilité de participer à des événements festifs, cette même étude pointe l'enchevêtrement qui s'est dessiné entre les activités quotidiennes et la consommation d'alcool au sein des foyers. Des activités telles que travailler, cuisiner ou encore manger sont devenues davantage propices à la consommation d'alcool ; boire était devenu moins planifié, plus spontané (Caluzzi et al., 2021). Comme il n'y avait plus de moment ou de contexte précis pour boire, les participants ont rapporté consommer de moins grandes quantités<sup>7</sup> mais de manière plus régulière. Une autre étude met en avant ce passage d'une

---

<sup>7</sup> Les participants rapportaient d'ailleurs rarement boire jusqu'à l'intoxication.

consommation épisodique importante prenant place à l'extérieur du foyer à une consommation plus régulière mais toutefois moins conséquente à la maison (Jackson et al., 2021). Les auteurs insistent sur la perte d'un « temps dédié » spécifiquement à la consommation durant cette pandémie, ce qui remet en question la notion « d'occasion de consommation » traditionnelle que nous connaissons (boire lors d'un repas chez des amis, dans un bar, pour un anniversaire...) (Caluzzi et al., 2021). Ces éléments nous permettent de constater que les pratiques de consommation peuvent bel et bien être influencées par des changements liés aux crises comme ceux connus lors de la crise COVID-19.

### 2.7.2. Le confinement : entre isolement, solitude et émotions négatives

#### Isolation sociale, sentiment d'isolement et émotions négatives : la porte ouverte à une consommation plus poussée

Premièrement, il faut savoir que le sentiment de solitude a une prévalence particulièrement importante chez les jeunes adultes. C'est ce que démontre une étude de la Fondation pour la Santé Mentale britannique : parmi plusieurs tranches d'âge, les 18-34 ans étaient ceux qui se sentaient le plus souvent seuls, montraient le plus d'inquiétude quant à la présence de ce sentiment et cherchaient de l'aide pour y remédier (Griffin, 2010).

Une recherche a démontré que la consommation d'alcool solitaire était associée positivement au sentiment de solitude et négativement au soutien social perçu chez les jeunes adultes (Skrzynski, et al., 2018). Au vu des nouvelles modalités de formation engendrées par la crise (cours à distance, faible fréquentation des salles de cours), il serait légitime de nous questionner sur l'impact de ces nouvelles mesures sur le sentiment de solitude et donc la consommation de substances.

En ce qui concerne les personnes présentant un problème de consommation avéré, plusieurs facettes de leur situation peuvent les amener à ressentir de la solitude :

- Isolation sociale due à la stigmatisation de la population générale pour cette problématique (Linz & Sturm, 2013) ; un sentiment de solitude peut alors émerger (Petersen et al., 2016).

- Les consommateurs en période d'arrêt d'usage sont susceptibles de se séparer des personnes qui supportaient ou partageaient leur consommation. Un sentiment de solitude peut en découler (Best et al., 2011).

Or, nous savons que lutter contre ce sentiment de solitude peut être l'une des raisons de la consommation. Ces personnes, de par leur usage de substances, sont donc plus susceptibles de se sentir seules et dans le même temps, elles consomment parce qu'elles se sentent seules. C'est un cercle vicieux.

De la même manière qu'un sentiment de solitude peut pousser à consommer, la présence d'émotions négatives peut elle aussi être déterminante dans la consommation de drogues. La littérature regorge d'exemples à ce sujet. La présence d'un niveau de stress élevé augmente le risque d'initier une consommation, de passer à un usage régulier ou excessif et de finir par présenter un trouble de l'usage de substances (Lijffijt et al., 2014). Ceci est particulièrement vrai pour les personnes préalablement fragilisées par des traumatismes ou des événements stressants répétés (Lijffijt et al., 2014). Une méta-analyse a également démontré que boire seul chez les jeunes pouvait constituer une manière de se self-médiquer pour faire face à des affects négatifs (Skrzynski & Creswell, 2020). Cette association peut être bidirectionnelle étant donné que les affects négatifs sont connus comme prédicteurs d'un usage solitaire futur (Bilevicius et al., 2018) et que d'autres recherches montrent que l'usage solitaire d'alcool augmente les affects négatifs (Lindman, 1982).

#### Isolation sociale, sentiment de solitude et émotions négatives : l'impact de la crise COVID-19 sur la consommation

Lorsqu'on demande aux consommateurs réguliers de cannabis américains quels ont été les impacts les plus négatifs de la crise, l'isolation sociale revient pour 29,4% d'entre eux (Bonar et al., 2020). Le stress et les émotions négatives, y compris l'aggravation perçue de la santé mentale, étaient quant à eux mentionnés par 25,4% des répondants. Des interviewés australiens ont confié dans une étude boire avant, pendant et après le repas ; ce comportement faisait pour eux office de substitut aux interactions sociales (Caluzzi et al., 2021).

Lorsqu'on déplace le focus sur les jeunes, plusieurs d'entre eux ont révélé au moyen de diverses enquêtes avoir eu recours à la consommation de substances pour tenir le coup face au stress engendré par la crise. C'est notamment ce que révèle une enquête menée aux Etats-Unis en juin

2020 : presque trois quarts des répondants de 18-24 ans (74,9%) ont déclaré au moins un symptôme de trouble de santé mentale ou comportementale (Czeisler et al., 2020). Cette même étude précise que des symptômes anxieux et dépressifs, des initiations et augmentations de l'usage de substances pour faire face aux émotions en lien avec la pandémie ainsi que de sérieuses pensées suicidaires étaient communément rapportés dans cette même tranche d'âge. La prévalence de ces symptômes diminuait avec l'âge. Un autre groupe étudié, dont les participants étaient âgés de 18 à 35 ans, a fait état d'une augmentation de leur consommation depuis le début de la crise (44%) (Horigian et al., 2021). Le sentiment de solitude ainsi que le manque de relations sociales étaient directement associés à de l'anxiété, qui à son tour impactait le degré d'usage d'alcool et de drogues. Au Canada, un sous-groupe de jeunes faisant partie d'un échantillon clinique a démontré être plus susceptible d'utiliser des substances pour faire face à la crise (Hawke, 2020). En France, d'autres études rapportent le même procédé : dans certains cas, l'utilisation de produits actifs sert à gérer les émotions négatives générées par la réduction des relations sociales et l'isolement (Gérome & Gandilhon, 2020).

Il est également intéressant de relever que le groupe des 18-30 ans est celui qui a le plus de difficultés à adhérer aux règles imposées par le gouvernement lors de cette crise. Une étude menée sur un large échantillon de 7355 participants a démontré que ce public avait la compliance la plus faible (52,4%) en comparaison avec tous les autres groupes d'âge (tous au-dessus de 60%) (Park et al., 2020). Une étude américaine a montré que beaucoup de jeunes avec un historique de consommation n'adhéraient pas strictement aux mesures de confinement. (Suffoletto et al., 2020). Parmi ces personnes, 44% d'entre elles ont rapporté avoir eu des contacts avec des amis vivant en dehors de leur foyer (contacts lors desquels une consommation d'alcool avait lieu). Les jeunes qui présentaient une plus grande probabilité de boire et de s'adonner au binge drinking étaient plus susceptibles d'avoir des contacts en face à face que les autres.

Au vu de ces différents résultats, il semble que deux tendances différentes se dessinent et se rejoignent dans un même temps. D'une part, le sentiment de solitude provoquerait de l'anxiété, qui à son tour entraînerait une consommation d'alcool. D'autre part, des rencontres entre amis (que l'on pourrait envisager comme un moyen pour combattre la solitude) favoriseraient également une consommation d'alcool chez certaines personnes. Ce dernier constat est d'ailleurs bien connu de la littérature scientifique : la plupart des jeunes qui boivent de l'alcool le font dans des contextes sociaux (Kuntsche et al., 2005). Il semblerait donc que la pandémie

ait amené les jeunes à développer des stratégies différentes pour tenir le coup : consommer pour combattre l'anxiété, maintenir ses relations sociales malgré les restrictions. D'une manière paradoxale, ces stratégies sont néanmoins susceptibles d'amener une consommation de substances inquiétante.

### 2.7.3. COVID-19, économie et monde du travail : quels changements ?

Le contexte sanitaire nous a amenés à prendre des mesures radicales non seulement dans notre vie privée (limitation des contacts, des activités de loisirs) mais aussi dans notre vie professionnelle. De nombreuses personnes ont perdu leur travail ou se sont retrouvées au chômage, notamment dans le secteur de l'Horeca. Face à l'expansion considérable du nombre de cas, le télétravail a été recommandé à tout professionnel dont les fonctions ne nécessitaient pas une présence physique sur le lieu de travail. Tous ces changements n'ont pas été sans effet sur la consommation de substances.

#### *a) Les crises économiques et leurs implications en matière de consommation*

Les crises économiques ont de tout temps provoqué de nombreuses conséquences sur les différentes sphères de notre société. La consommation de drogues fait partie des domaines qui peuvent se retrouver impactés. L'histoire nous donne des exemples de ces tournants en matière de consommation lors de crises économiques :

- Dans les années 1990, la Suède a traversé une crise économique importante. La perte d'emploi des Suédois a été associée à un nombre accru d'hospitalisations et de décès liés à l'alcool (Eliason, 2014). Non seulement la perte d'emploi en elle-même était un facteur important pour la consommation, mais la durée de la période de chômage était elle aussi une variable déterminante pour des patterns dangereux de consommation d'alcool (Garcy & Vågerö, 2012).
- La transition économique qui a eu lieu en Russie et dans les pays européens de l'Est dans les années 90 a elle aussi coïncidé avec une consommation accrue d'alcool (Wojtyniak et al., 2005).
- Une étude regroupant 26 pays européens a montré qu'une augmentation du chômage de 3% était associée à un nombre important de morts suite à un abus d'alcool lors de l'effondrement économique (Stuckler, 2009).

A contrario, d'autres recherches ne démontrent pas un quelconque effet des crises économiques sur l'usage de substances :

- En Finlande, la crise économique des années 90 a mené à un grand taux de chômage. Cependant, une réduction de la consommation d'alcool et de la mortalité y étant liée s'est opérée (Herttua et al., 2007).
- Une réduction similaire de l'usage d'alcool s'est également dessinée au même moment en Australie, alors que les taux de chômage augmentaient (Chalmers & Ritter, 2011). Cependant, ce n'était pas le cas pour l'usage de cannabis qui lui s'élevait, en particulier chez les consommateurs plus jeunes en-dessous de 35 ans.

Ces constats contradictoires nous montrent à quel point les crises économiques sont des événements complexes qui ont des conséquences largement différentes selon les pays et les sous-groupes de personnes qu'elles vont toucher. Deux lignes directrices pour la consommation de substances se dégagent lorsqu'on envisage soit la population générale, soit des sous-groupes plus précis :

- Pour la population générale, la crise économique va avoir un effet régulateur sur l'usage de substances, notamment de tabac et d'alcool, ce qui sera bénéfique pour sa santé (Dom et al., 2016).
- Pour certains groupes plus spécifiques, la perte d'emploi, le chômage à long terme ou encore des vulnérabilités préexistantes (comme des problèmes de santé mentale) vont avoir un effet délétère sur la consommation de substances (De Goeij et al., 2015 ; Dom et al., 2016).

De Goeij parle de deux mécanismes impliqués dans ces modifications de l'usage (De Goeij et al., 2015) :

- ✓ Premièrement, la restriction des budgets entraîne une dépense plus contrôlée en matière d'alcool. Ce mécanisme a lieu dans tous les pays et dans tous les sous-groupes.
- ✓ Deuxièmement, la détresse psychologique amenée par la crise provoque chez les personnes touchées de l'anxiété, une humeur dépressive ou encore de la frustration. Les personnes consomment alors pour tenir le coup.

Lors de la pandémie de COVID-19, ce lien entre consommation de substances et chômage s'est bel et bien confirmé. Plusieurs études témoignent de cette relation. En Israël, une étude menée



auprès de 828 participants a révélé un usage plus important de cannabis et de drogues illégales chez les individus au chômage (Levy et al., 2021). Pour l'alcool, cette augmentation n'était pas observée, ce qui peut paraître assez surprenant étant donné que cette substance est plus facilement accessible et socialement acceptée que les drogues. L'augmentation de l'usage de drogues illégales chez les Israéliens au chômage peut peut-être s'expliquer par la situation particulière de ces personnes : ne plus rien avoir à perdre entraînerait une plus grande prise de risque. En France, une recherche menée sur 4019 participants a mis en évidence une augmentation de la consommation de cannabis particulièrement chez les personnes qui avaient basculé dans le chômage partiel ou technique (Briand Madrid et al., 2020).

*b) Le monde du travail bouleversé : fermeture de secteurs et restructuration des modalités de travail habituelles*

Le monde de la restauration a particulièrement été impacté par la crise. La fermeture des restaurants à plusieurs reprises et le chômage temporaire imposé ont provoqué un mal-être certain chez ces travailleurs. En Amérique, deux employés en restauration sur trois ont perdu leur travail ; au total, 8 millions de travailleurs se sont retrouvés au chômage ou licenciés (National Restaurant Association, 2020). Au niveau de la qualité de vie, il faut savoir que ce secteur est considéré comme l'un des plus difficiles. Le domaine est particulièrement connu pour présenter d'importantes problématiques de santé mentale (Mental Health America, 2017). L'Horeca est l'un des secteurs dans le trio de tête du classement selon le niveau de prévalence pour les différentes substances, qu'elles soient licites ou illicites (Bush & Lipari, 2015 ; Palle, 2015). Il est en troisième position pour la consommation d'alcool (Bush & Lipari, 2015). Les deux autres secteurs arrivant en tête du classement pour la consommation de substances sont ceux de la construction et des arts et des spectacles (Palle, 2015). Ce dernier secteur a lui aussi été particulièrement touché par la crise, les salles de spectacles, les festivals ou encore les cinémas se voyant contraints de fermer leurs portes. Nous pouvons donc nous questionner sur le potentiel impact supplémentaire que la crise engendre sur ces consommations préexistantes.

D'une manière quelque peu surprenante, une étude a montré que les employés exerçant toujours leurs fonctions dans la restauration pendant la crise du COVID-19 étaient ceux qui avaient les taux les plus élevés de détresse psychique, d'utilisation de drogues et d'alcool, en comparaison avec les groupes de travailleurs au chômage ou licenciés (Bufquin et al., 2021). Ce constat est contradictoire avec ceux d'études précédentes (Compton et al., 2014). Ces discordances pourraient être expliquées par le fait que ceux qui exercent toujours sont soumis à un contexte

de travail particulièrement stressant, étant donné leur exposition plus probable au virus et la réduction des pourboires (Center for Disease Control and Prevention, 2020). Ce constat fait écho aux recherches mentionnées préalablement et relevant un stress significativement plus élevé chez les professionnels de la santé exposés directement au virus.

Les restructurations des modalités de travail habituelles, notamment la mise en place du télétravail dans plusieurs entreprises, ont bouleversé les habitudes. La consommation de substances, une nouvelle fois, n'a pas échappé à ces changements. Une étude belge indique notamment que les modifications professionnelles engendrées par la crise sont en lien avec une hausse de la consommation d'alcool : elle est de 37% pour les individus qui télétravaillent et de 38% pour ceux qui ne travaillent plus (Maurage, 2020).

La fréquence et l'intensité de consommation d'alcool ne sont pas les seuls aspects qui semblent avoir été influencés par le télétravail ou la perte d'un emploi. Une étude australienne menée auprès de 59 participants met en lumière les changements opérés dans les modes de consommation (Caluzzi et al., 2021). Les contextes sociaux favorisant la consommation d'alcool étaient réduits et les responsabilités liées au travail se sont retrouvées diminuées (ne plus devoir rendre des comptes, ne plus devoir se rendre physiquement sur son lieu de travail...). En conséquence, certaines personnes ont modifié leurs périodes habituelles de consommation. La division traditionnelle « semaine/weekend » est devenue floue. Les restrictions personnelles que les participants s'imposaient quant à une consommation en semaine se sont atténuées : plusieurs d'entre eux ont mentionné désormais se permettre de boire pendant la journée de travail ou lors de soirées en semaine. Certains ont précisé qu'il se pouvait qu'ils entament leur journée de travail tout en présentant des signes de la consommation de la veille. Chez les interviewés qui avaient continué à aller travailler, les habitudes de consommation « pré-Covid » avaient été conservées. Ces entretiens mettent en lumière à quel point le travail et les routines sont des concepts primordiaux qui guident les consommateurs d'alcool dans leur pratique. Dans la même optique, nous pouvons nous rendre compte de l'importance du rôle de l'encadrement et du contrôle organisationnel sur la consommation de substances psychoactives. Il a notamment été montré que les travailleurs qui pressentent leurs collègues comme susceptibles de déceler leur consommation et d'y réagir diminuent leur usage de substances (Frone & Trinidad, 2012). Au vu de ces éléments, nous pouvons nous questionner sur l'efficacité de ce mécanisme lorsque le travail à distance vient probablement l'affaiblir.

Pour le cannabis, une analyse thématique du vécu des consommateurs a également montré des augmentations dans les quantités utilisées et dans le nombre de jours d'utilisation par mois en raison du télétravail (« *Puisque je travaille de la maison, j'utilise plus de cannabis que lorsque je me rendais sur mon lieu de travail.* ») (Miller et al., 2021, p. 3).

#### 2.7.4. L'irruption d'un virus inconnu et d'un contexte de crise : faire face à l'incertitude

Le caractère soudain de l'entrée du Covid-19 dans nos vies n'a pas été anodin en termes de peurs et d'inquiétudes. La diffusion d'informations douteuses voire même erronées à propos de la transmission du virus, de la période d'incubation, du nombre de cas ou encore du taux de mortalité a provoqué un sentiment d'insécurité dans la population (Ornell et al., 2020).

Au travers d'une analyse thématique du vécu des consommateurs, plusieurs ont confié avoir augmenté leur quantité et fréquence d'utilisation en réponse à ce climat déconcertant (« *J'estime une augmentation de ma consommation de 10 à 20%, due majoritairement au besoin de me calmer suite aux nouvelles dans les médias.* », « *Mon niveau de stress s'est enflammé, et le cannabis m'aide à me calmer dans un contexte où la société telle que nous l'avons toujours connue est en train de s'effondrer.* ») (Miller et al., 2021, p. 3). Chez 30,4% des participants d'une étude belge, l'inquiétude provoquée par la pandémie était mentionnée pour justifier l'augmentation de la consommation d'alcool (Schmits & Glowacz, 2020).

Cette irruption brutale dans nos vies et le peu de connaissances que nous avions à propos du virus nous ont amenés à faire face à un sentiment particulier : l'incertitude. Ce sentiment peut être difficile à supporter pour certaines personnes, particulièrement chez les populations présentant divers troubles émotionnels (Carleton et al., 2012). Dans ce cas, on parle alors d'intolérance à l'incertitude (IU). Des études réalisées sur des étudiants ont démontré que les participants faisant preuve d'une moins bonne tolérance à l'incertitude étaient plus susceptibles de consommer de l'alcool pour y faire face : ceux qui ne la supportaient pas buvaient davantage pour éviter les émotions négatives générées par des événements incertains que pour amplifier des émotions positives (Oglesby et al., 2014 ; Kraemer et al., 2015). Ce constat est particulièrement interpellant lorsqu'on sait que des motivations à boire plus négatives comme celles-ci sont associées à une consommation plus importante, maladaptative et pathologique (Kuntsche et al., 2005 ; Cooper, 1994).

## 2.8. Les effets bénéfiques de la crise chez les consommateurs

Très peu d'études s'intéressent aux effets positifs de la crise COVID-19 sur la population. Ces effets bénéfiques sont encore moins investigués du côté des usagers de substances. Pourtant, il ressort de notre expérience actuelle que certains impacts positifs découlent de la pandémie : des méthodes acquises lors de cette crise pour y faire face pourraient même perdurer ou s'intensifier en temps de post-crise (Brassard, 2020). Se pencher sur les retombées positives d'une crise peut s'avérer être une attitude favorisant plusieurs bienfaits :

« [...] Pendant cette période, percevoir les aspects positifs permet de se transformer pour créer et s'adapter à une nouvelle norme alors qu'il est reconnu dans la littérature que de chercher à s'adapter n'équivaut pas à baisser les bras devant l'obligation de se transformer, mais correspond davantage à une question de réalisme (Tubiana et al., 2010). La littérature démontre que se conscientiser à l'égard du fait qu'il peut y avoir des aspects positifs découlant d'une situation qui nous affecte peut contribuer à calmer l'anxiété et à enclencher des comportements visant à mettre en place des solutions plutôt que de demeurer en mode réaction. » (Tubiana et al., 2010, cités par Brassard, 2020, p. 27)

Des participants ayant été recrutés pour aborder ces impacts positifs de la crise ont notamment relevé une réappropriation du temps : il leur était à nouveau possible de s'impliquer dans leurs passe-temps favoris, de reprendre des activités mises de côté ou encore de partager du temps de qualité avec leurs enfants ou avec leurs proches (Brassard, 2020). Des consommateurs de cannabis mentionnent eux aussi l'entretien des relations avec leurs proches comme un aspect positif du confinement (Bonar et al., 2021). Les interviewés ont également mis en lumière des bénéfices tels qu'une reprise de contrôle sur leur temps de travail, la création de liens communautaires (solidarité) ou encore la réduction de la pollution sonore occasionnant un environnement moins stressant (Brassard, 2020). Un autre point important était l'argent : certains évoquaient une meilleure gestion financière impliquant des dépenses plus réfléchies (Brassard, 2020) tandis que d'autres avaient perçu des montants supplémentaires grâce par exemple aux allocations de chômage liées à la pandémie (Bonar et al., 2021).

D'une manière intéressante, le confinement a également été l'opportunité pour plusieurs usagers de remettre en question leur consommation. Selon une étude belge, un usager sur cinq déclarait avoir l'intention de réduire sa consommation et 8% envisageaient même de l'arrêter

(Eurotox, 2020b). Des témoignages similaires ont été relevés en France, les consommateurs évoquant le confinement comme un moment particulier pour « se tester », « saisir l'occasion » ou encore « laisser le temps à l'organisme de se reposer » (Gérome & Gandilhon, 2020). Une autre étude souligne l'envie des consommateurs de préserver leur santé un peu plus dans ce contexte (« *C'est dans mon intérêt de limiter les risques de problèmes respiratoires autant qu'il m'est possible de le faire.* ») (Miller et al., 2021, p. 3).

Il serait nécessaire d'explorer davantage les aspects positifs liés à la crise sanitaire, les études mentionnées ci-dessus ayant été réalisées à petite échelle. Un focus sur les bénéfices rencontrés chez les consommateurs de substances en particulier serait également intéressant.

### 3. Aspects méthodologiques

#### 3.1. Questions de recherche et objectifs

La pandémie de Covid-19 a affecté la consommation de substances des jeunes adultes de multiples façons. Les raisons de ces changements sont diverses et variées. D'une manière générale, la crise a pu engendrer un stress et des émotions négatives supplémentaires, parfois chez des personnes qui souffraient déjà d'anxiété ou de dépression. L'année 2020 n'a épargné personne et il est probable que plusieurs jeunes consommateurs aient été amenés à déployer leur force d'appui sur cette « béquille » que peut parfois constituer la consommation de substances. A contrario, peut-être la pandémie a-t-elle constitué pour certains, l'opportunité de réduire leur usage : pour leur santé, par crainte d'attraper le virus et d'en subir des conséquences éventuellement irréremédiables.

Les recherches reprises ci-dessus dressent un tableau global des tendances de consommation des usagers ; elles évoquent ces pratiques en termes d'augmentation, de diminution, de difficultés rencontrées. Cependant, qu'en est-il réellement du vécu des jeunes adultes consommateurs ? A quelles réalités ont-ils fait face pendant ces deux années si particulières ? Quels sont leurs ressentis ? Aujourd'hui, les études qui s'intéressent à ces vécus sont peu nombreuses. De plus, elles sont souvent délimitées dans le temps (au premier ou au deuxième confinement par exemple) et elles ne s'intéressent pas aux expériences des consommateurs sur *l'ensemble* de la crise. C'est pourquoi cette recherche tente de répondre aux questions suivantes :

- *De quelle manière la crise Covid-19 a-t-elle impacté la consommation de cannabis et d'alcool des jeunes adultes consommateurs ?*
- *Dans le cadre de leur quotidien et de leur consommation d'alcool et/ou de cannabis, quelles sont les difficultés et/ou expériences négatives rencontrées par les jeunes adultes consommateurs depuis le début de la crise Covid-19 ?*
- *Dans le cadre de leur quotidien et de leur consommation d'alcool et/ou de cannabis, quels sont les bénéfices et les expériences positives rencontrés par les jeunes adultes consommateurs depuis le début de la crise Covid-19 ?*

- *Quels sont les apprentissages que retirent les jeunes adultes consommateurs de cannabis et/ou d'alcool de la crise Covid-19 ?*

### **3.2. Méthodes de recrutement**

Le recrutement des participants s'est effectué principalement via le biais des réseaux sociaux. Des services spécialisés en assuétudes ont également été contactés. Malgré la diffusion des flyers par certains d'entre eux, aucun jeune consommateur ne s'est manifesté via ces centres.

### **3.3. Description de la population et critères de sélection**

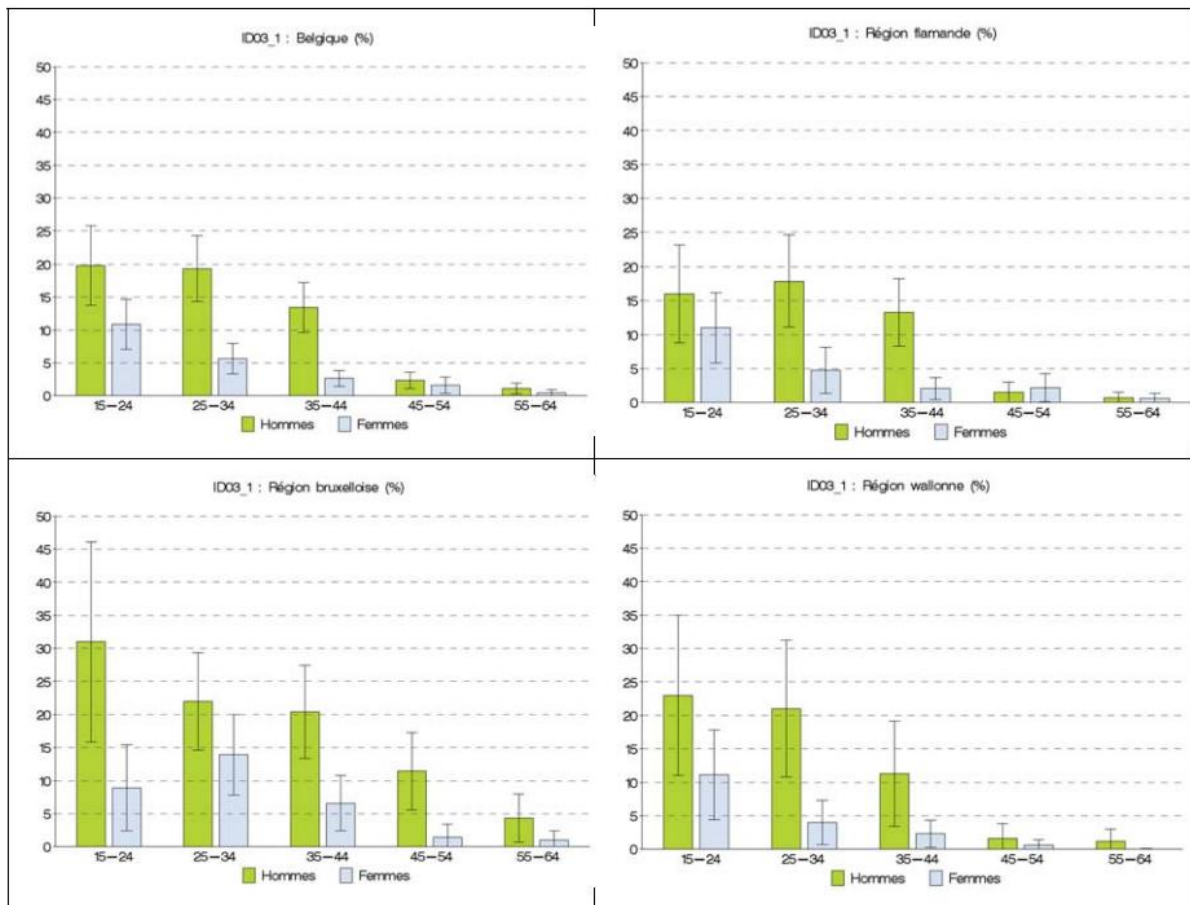
Pour cette étude, des *jeunes adultes âgés de 18 à 30 ans* qui consomment *majoritairement de l'alcool et/ou du cannabis* de manière *régulière* ont été rencontrés.

#### **✓ Jeunes adultes âgés de 18 à 30 ans**

La population plus spécifique des jeunes adultes a été ciblée. Pour ce faire, des participants âgés de 18 à 30 ans ont été sélectionnés. La traditionnelle période « 18-25 ans » a été élargie de cinq ans supplémentaires.

Une première raison justifiant le choix de cette période est l'application fréquente de cette découpe (18-30 ans) par un bon nombre de recherches à l'heure actuelle (Glowacz & Schmits, 2020 ; Hawke et al., 2020 ; Horigian et al., 2020). Des études récentes ont également reconsidéré la période initiale de l'emerging adulthood (18-25 ans) établie au départ et l'ont étendue jusqu'à 29 ans, le mariage et la parentalité étant désormais souvent décalés à la deuxième moitié de la vingtaine (Arnett et al., 2014 ; Nelson, 2021). Un autre argument motivant ce choix est l'augmentation de l'usage du cannabis pour cette tranche d'âge relevée par certaines recherches. Une étude a notamment mis en avant que l'usage régulier de cannabis avait augmenté pour les 26-34 ans (Spilka et al., 2018). En Belgique, la prévalence de la consommation de cannabis actuelle la plus élevée se trouve également dans les groupes d'âge de 15 à 34 ans (Gisle & Drieskens, 2019) :

**Figure 5 :** Pourcentage de la population de 15 à 64 ans ayant consommé du cannabis au cours des 12 derniers mois, par sexe, par âge et par région (Enquête de santé, Belgique 2018)



(Gisle & Drieskens, 2019)

### ✓ Consommation d'alcool et/ou de cannabis

La recherche se centre principalement sur ces deux substances étant donné qu'elles font partie des plus consommées par la population des jeunes adultes. En effet, le cannabis est la substance illicite la plus communément utilisée en Belgique et son usage est particulièrement important parmi les jeunes de 15 à 34 ans (EMCDDA, 2019 ; Gisle & Drieskens, 2019). En ce qui concerne l'alcool, une enquête de 2018 a révélé que les problématiques d'hyper-alcoolisation étaient particulièrement présentes dans cette même tranche d'âge. De plus, ce même groupe faisait partie de la population susceptible de présenter un usage problématique au cours de l'année écoulée (Gisle et al., 2019).



✓ **Notion de « consommation régulière »**

L'usage régulier pour le cannabis est défini par au moins 10 usages au cours du dernier mois (Spilka et al., 2018). En ce qui concerne la consommation d'alcool, des jeunes adultes dépassant le seuil de consommation hebdomadaire recommandé, à savoir 10 verres standards par semaine, ont été inclus (Conseil Supérieur de la Santé, 2018).

### **3.4. Démarche qualitative et guide d'entretien**

Pour répondre aux différentes questions de recherche, une démarche qualitative a été adoptée afin de cerner au mieux les expériences des individus ayant participé à cette étude.

Paillé définit **l'analyse qualitative** comme « *une démarche discursive de contextualisation, d'explication ou de théorisation d'expériences vécues ou de phénomènes observés* ». Il ajoute qu'elle « *ne nécessite ni comptage ni quantification pour être valide, généreuse et complète, même si elle n'exclut pas de telles pratiques* ». Il termine en disant que « *son résultat n'est, dans son essence, ni une proportion, ni une quantité, c'est une qualité, une dimension, une extension, une conceptualisation de l'objet* » (Paillé, 2009).

Dans cette optique, le vécu expérientiel des jeunes adultes consommateurs en temps de période Covid a été récolté au moyen d'entretiens. Ces interviews étaient de type semi-structuré et ont permis de baliser l'entretien selon plusieurs grands axes tout en donnant la parole aux consommateurs sur leur vécu en temps de crise. Un seul entretien par participant a été réalisé, durant en moyenne une heure à une heure trente. Les rencontres se sont majoritairement déroulées au domicile des sujets, dans des pièces propices à la confidentialité. Afin d'opérer une analyse adéquate des entretiens, l'entrevue a été enregistrée et retranscrite.

#### **3.4.1. Questionnaire socio-démographique**

Il a été proposé au participant de remplir un questionnaire socio-démographique. Au travers de celui-ci, les données suivantes ont été récoltées : âge, sexe, état civil, niveau d'instruction, milieu de résidence, type d'habitat, présence ou non d'un espace extérieur, nombre d'enfants et nombre de cohabitants.

### 3.4.2. Passation d'échelles d'évaluation des usages (AUDIT et DAST-20)

Afin de s'assurer que les participants interrogés rencontraient les critères de consommation régulière, deux échelles d'évaluation de l'usage de substances leur ont été proposées. Ces questionnaires ont permis une objectification plus précise des niveaux de consommation.

#### Alcohol Use Disorders Identification Test

Le test AUDIT, développé par l'Organisation Mondiale de la Santé, a été utilisé. Cette échelle permet d'évaluer le risque pour une personne de développer un trouble de l'usage d'alcool. Elle comprend 10 items accompagnés de cinq propositions de réponse chacun. Les questions portent sur la consommation d'alcool au cours des 12 derniers mois.

- *A quelle fréquence consommez-vous de l'alcool ? (Jamais – Une fois par mois ou moins – 2 à 4 fois par mois – 2 à 3 fois par semaine – 4 fois ou plus par semaine).*
- *Au cours de l'année écoulée, à quelle fréquence le fait d'avoir bu de l'alcool vous a-t-il empêché de faire ce qui était normalement attendu de vous ? (Jamais – Moins d'une fois par mois – Une fois par mois – Une fois par semaine – Tous les jours ou presque).*

Les propriétés psychométriques de ce test, et notamment celles de sa traduction française, sont reconnues (Gache et al., 2006).

#### Drug Abuse Screening Test in 20 questions

Le DAST-20 a également été utilisé. Cette échelle permet de repérer un éventuel trouble lié à l'usage de drogues illicites, notamment le cannabis. Il s'agit de répondre par « oui » ou « non » aux questions. Les questions concernent l'usage de drogues réalisé au cours des 12 derniers mois.

- *Pouvez-vous vous passer de drogues pendant une semaine complète ?*
- *Votre consommation de drogues ou de médicaments suscite-t-elle un sentiment de culpabilité ou de malaise de votre part ?*

Les propriétés psychométriques et diagnostiques de ce test ont été démontrées (Villalobos Gallegos et al., 2015).

### 3.4.3. Création d'une ligne du temps de la trajectoire de consommation

Lors de ces entretiens, chaque participant a réalisé une ligne du temps représentant sa trajectoire de consommation. Pour comprendre la manière dont la crise Covid-19 a affecté la consommation de substances des individus, il était nécessaire d'explorer leur passé de consommation. Il s'agissait pour le jeune consommateur d'indiquer les événements qu'il considérait comme centraux dans son histoire de consommation (initiation, augmentation(s), diminution(s), arrêt(s), types de substances, contextes de consommation, fréquence et quantités). Sur cette ligne étaient indiqués différents temps de la crise Covid : le premier confinement de mars 2020, le déconfinement de juin 2020 et le deuxième confinement d'octobre 2020. Ces points de repère ont ainsi permis d'observer la manière dont les différents temps de la crise s'inséraient dans la trajectoire de consommation du jeune adulte.

#### 3.4.4. Entretien semi-structuré sur le vécu du jeune consommateur en période Covid-19

La suite de l'entretien était constituée de questions plus précises concernant la période Covid-19. Ces questions sont reprises dans les annexes (Annexe 1).

### 3.5. L'analyse thématique

Une analyse thématique a ensuite été opérée sur les portions d'entretiens dédiées aux questions Covid. Cette technique consiste à dégager des thèmes du discours du participant dans l'objectif de faire émerger les idées significatives de son propos.

L'analyse thématique a deux grandes fonctions (Paillé & Mucchielli, 2021) :

- Une fonction de repérage : il s'agit de « *relever tous les thèmes pertinents en lien avec les objectifs de la recherche à l'intérieur du matériau d'étude* » (Paillé & Mucchielli, 2021, p. 270).
- Une fonction de documentation : il s'agit de « *la capacité de tracer des parallèles ou de documenter des oppositions, des divergences, des complémentarités, etc. entre les thèmes* » (Paillé & Mucchielli, 2021, p. 271). L'objectif final est alors de construire un arbre thématique regroupant les grandes tendances du phénomène étudié.

Les éléments saillants des vécus des jeunes adultes dégagés petit à petit par l'analyse nous aideront à répondre à nos questions de recherche.

### **3.6. Composante éthique**

Cette recherche a été présentée au Comité d'éthique de la faculté de Psychologie, Logopédie et Sciences de l'Education de l'Université de Liège. La récolte de données a été entamée après la validation du projet par le Comité.

Chaque participant a reçu préalablement une lettre d'information reprenant les principaux objectifs de l'étude (Annexe 2). Ce document contenait également des précisions sur le déroulement des rencontres (durée, exercices proposés, thématiques abordées). Un formulaire de consentement leur a également été adressé (Annexe 3).

Nous avons également signifié aux participants notre disponibilité au terme de l'entrevue. De même, dans le cas où l'échange aurait suscité des questionnements ou des émotions plus difficiles, une liste de services spécialisés en assuétudes pouvait être mise à leur disposition.

## 4. Présentation des résultats

### 4.1. Présentation des participants

L'âge moyen des participants est de 25 ans (les plus jeunes ont 22 ans et les plus âgés 30 ans). Sept garçons et trois filles ont été interviewés. Parmi les sujets, sept sont engagés dans la vie active et trois réalisent des études. Il est intéressant de relever que deux des participants travaillant actuellement étaient étudiants au début de la pandémie. Le tableau ci-dessous présente les données socio-démographiques des participants ainsi que le type de substance(s) qu'ils consomment.

	Age	Origine	Profession	Situation amoureuse	Enfant(s)	Substance(s) consommée(s)
<b>Quentin</b>	23	Belge	Etudiant	Célibataire	Non	Principalement alcool
<b>Ludovic</b>	24	Belge	Gérant technico- commercial	Célibataire	Non	Principalement cannabis
<b>Clément</b>	30	Belge	Consultant informatique	En couple	Non	Cannabis et alcool
<b>Rosaline</b>	23	Belge	Secteur Horeca	En couple	Non	Cannabis
<b>Lola</b>	22	Mexicaine	Secteur Horeca	Célibataire	Non	Cannabis
<b>Simon</b>	26	Français	Ajusteur- monteur aéronautique	Célibataire	Non	Cannabis et alcool
<b>Nathan</b>	26	Belge	Etudiant	Célibataire	Non	Cannabis et alcool
<b>Mathieu</b>	24	Belge	Kinésithérapeute	En couple	Non	Cannabis et alcool
<b>Jade</b>	22	Française	Etudiante	Célibataire	Non	Alcool
<b>Dylan</b>	30	Belge	Secteur Horeca	En couple	Oui	Cannabis

*Tableau 2 : Présentation des participants*

### 4.2. Analyses individuelles

Dans cette section, trois des dix analyses individuelles sont présentées afin de respecter le nombre de pages du présent travail. Quentin, Lola et Nathan ont vécu chacun des expériences très différentes en matière d'usage ; nous avons donc souhaité les inclure afin d'illustrer au

mieux les différents profils rencontrés lors de notre recherche. Les sept autres analyses se trouvent dans les annexes (Annexe 4).

Dans un premier temps, une description de chaque sujet est établie à partir de la présentation des données socio-démographiques recueillies et des observations réalisées lors de l'entretien. Cette première étape permettra d'élaborer un bref portrait du participant et de faire un premier pas vers son contexte de vie ainsi que sa personnalité.

Dans un second temps, les trajectoires de consommation des participants seront envisagées. Cette partie est élaborée sur base de la ligne du temps construite par le sujet lors de l'entretien. Comme expliqué précédemment, ces données permettront de mieux appréhender l'histoire de l'individu avec les substances qu'il consomme. Une présentation des résultats aux tests AUDIT et DAST-20 ainsi que les lignes du temps de chaque participant se trouvent dans les annexes (Annexe 5 et Annexe 6).

Enfin, une fois le participant présenté et son passif de consommation abordé, la place sera laissée à son vécu expérientiel de consommation en temps de crise Covid-19. Les résultats de l'analyse thématique opérée sur les sections traitant du vécu pendant la période Covid seront présentés pour chacun des participants. Ces analyses seront divisées selon les *cinq grands axes* suivants :

- **Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien**
- **Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances**
- **Axe 3 : Expériences négatives et difficultés rencontrées depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)**
- **Axe 4 : Expériences positives et bénéfices rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)**
- **Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19**

Pour chaque axe, un tableau reprenant les rubriques, les thèmes et les sous-thèmes émergeant de l'analyse sera présenté. Les différents thèmes et sous-thèmes seront ensuite expliqués et illustrés par des passages de verbatim.

Les tableaux complets des analyses thématiques réalisées pour chacun des participants, accompagnés du verbatim in extenso, se trouvent dans les annexes (Annexe 7).

#### **4.2.1. Entretien n°1 : Quentin**

##### **Données socio-démographiques**

Quentin est un étudiant âgé de 23 ans. Actuellement, il entreprend un master en Sciences de gestion après avoir effectué un bachelier en Management de la logistique. Quentin partage son quotidien entre deux espaces de vie : son logement étudiant et la maison de ses parents.

##### **Déroulement de l'entretien**

L'entretien s'est déroulé au kot du participant, dans une pièce isolée des lieux de vie communs. Au tout début de l'entretien, Quentin est calme et posé. Il ne parle pas beaucoup mais pose quelques questions pour s'assurer de répondre au questionnaire socio-démographique d'une manière adéquate. Au moment d'entamer sa trajectoire de consommation, Quentin est impliqué dans l'exercice. Il structure sa ligne du temps par année scolaire et explique pour chacune d'entre elles ses usages en matière d'alcool et de drogues. Il détaille de manière précise les fréquences et les quantités. Au fur et à mesure de l'entretien, le participant se livre de plus en plus. L'étudiant reste centré sur la question posée et s'attache à particulièrement développer ses réponses.

##### **Trajectoire de consommation**

Quentin situe l'initiation de sa consommation d'alcool à l'âge de **14 ans**. Cet usage a lieu lors de petits événements et le participant consomme uniquement de la bière à l'époque. A **16 ans**, les alcools fort et le cannabis viennent s'ajouter à son usage de substances. Il les consomme de manière occasionnelle. Dans la même période, Quentin découvre également l'existence de la MDMA et de la cocaïne via son entourage mais il n'en consomme pas car il en redoute les effets.

Au fil de sa progression dans son parcours scolaire, le jeune homme va intensifier sa consommation d'alcool. Il connaît des périodes particulièrement intensives lors de ses premières années d'études dans le supérieur. Le cannabis reste occasionnel. Il initie également une consommation d'ecstasy et de cocaïne dans des contextes festifs.

Actuellement, Quentin consomme principalement de l'alcool. Il explique boire plusieurs fois par semaine dans un contexte de groupe et en grandes quantités (dix bières ou plus par soirée).

Le cannabis reste toujours occasionnel (une fois par mois en petites quantités) et toujours en groupe. La cocaïne et l'ecstasy restent consommées en contexte festif.

### Analyse thématique

Comme expliqué précédemment, l'analyse thématique de Quentin s'est construite autour de 5 axes, repris dans les encadrés gris. Les rubriques, thèmes et sous-thèmes sont présentés dans un tableau et ensuite expliqués et illustrés par des extraits de verbatim.

#### **Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien**

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>
Ressentis à l'irruption de la crise	• Questionnement et doutes par rapport à l'origine du Covid	• Sentiment d'irréalité
	• Gravité Covid envisagée comme minime	• Amis positifs sans symptôme
	• Contraction non redoutée	
Gestion personnelle des mesures sanitaires	• Evitement des contacts avec les personnes fragiles	

**Questionnement et doutes par rapport à l'origine du Covid.** Une première thématique émergeant du discours de Quentin est sa réflexion au sujet de l'origine de la pandémie. Ce qui se passe à l'époque lui semble « *dingue* » et on retrouve dans son propos un certain sentiment d'irréalité. L'étudiant explique s'être posé beaucoup de questions sur la véritable provenance du virus, questions auxquelles il n'a pas vraiment trouvé de réponse. Quoi qu'il en soit, les informations présentées à la population lui semblaient nébuleuses et le doute était présent.

**Gravité du Covid envisagée comme minime.** Au départ, le virus n'est pas perçu comme quelque chose de grave par l'étudiant, d'autant plus que ses amis infectés ne présentent aucun symptôme particulier.

**Contraction non redoutée.** Le jeune homme ne craignait pas de contracter le virus : « *Mais entre jeunes, moi je m'en foutais complètement d'avoir le Covid.* ».

**Evitement des contacts avec les personnes fragiles.** En ce qui concerne sa gestion des mesures sanitaires, une priorité pour Quentin était de protéger les membres de sa famille d'une éventuelle transmission. L'étudiant se montrait prudent et préférait garder ses distances avec



ses parents et les personnes âgées, en particulier lorsque ces derniers n'étaient pas encore vaccinés.

## Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Variation de l'usage d'alcool	• Diminution de la consommation au premier confinement	• Apéros avec amis sans excès • Absence de soirée • Consommation occasionnelle • Privation
	• Diminution des quantités les 15 premiers jours du deuxième confinement	
	• Augmentation de la consommation au déconfinement • Augmentation de la consommation au deuxième confinement	• Besoin important de contacts sociaux • Réouverture Horeca • Enfermement moins toléré • Soirées dans des kots • Retrouvailles
Variation de l'usage de cannabis	• Arrêt au premier confinement	
Contextes de consommation	• Pas de consommation d'alcool seul	
	• Consommation d'ecstasy hors contextes habituels	
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Augmentation de la consommation chez les fumeurs réguliers de cannabis	• Ne rien faire • S'ennuyer
	• Diminution consommation alcool	• Fermeture des bars

En ce qui concerne l'usage d'alcool, plusieurs tendances se sont dessinées au fur et à mesure de l'évolution de la crise sanitaire.

**Diminution de la consommation d'alcool au premier confinement.** L'étudiant fait part d'une nette diminution de son usage d'alcool. Quentin est retourné vivre au domicile familial à cette époque et en l'absence de soirée, sa consommation d'alcool devient occasionnelle. Il partage quelques apéros entre amis du village, sans excès toutefois.

**Diminution lors des 15 premiers jours du deuxième confinement.** L'étudiant se remémore une diminution similaire lors du deuxième confinement. Cet allègement fut toutefois de courte durée et l'étudiant témoigne d'une remontée de l'usage par la suite.

### **Augmentation de la consommation lors du déconfinement et du deuxième confinement.**

Cette élévation dans les usages est très prégnante dans le discours du jeune homme. Quentin fait part de la « *reprise d'une forte consommation* » et la justifie par un « *ras-le-bol* » des mesures :

*« Mais le deuxième confinement, où là, il y a déjà eu un premier ras-le-bol on va dire, des étudiants, où au final... Ça faisait chier tout le monde d'être enfermé toute la journée, du coup le soir tout le monde allait faire des soirées dans des kots etc. Tout le monde buvait, tout le monde fumait. »*

Quentin établit un lien entre le besoin de contacts sociaux physiques et la consommation plus intensive des retrouvailles post-Covid :

*« Mais vouloir voir des gens etc., oui, ça a augmenté, donc ça implique toujours quand même la consommation d'alcool. [...] On revoyait plein de gens qu'on n'avait plus vus depuis longtemps, on buvait des verres tous ensemble, et puis finalement on buvait beaucoup plus qu'avant. »*

Pour l'étudiant, le sentiment de privation ressenti pendant la crise explique également l'intensification de l'usage : « *On s'est privé pendant tout un temps et puis... Pour reconsommer beaucoup à la réouverture, au final, je ne pense pas que ce soit bénéfique.* ».

En ce qui concerne son usage de cannabis, Quentin nous fait part du constat suivant :

**Arrêt du cannabis au premier confinement.** Quentin explique ne pas spécialement apprécier les effets de la substance et lie davantage son usage à un contexte social : « *Heu, même le cannabis, j'ai l'impression que c'est pas un effet que j'aime... Que j'apprécie. Après, c'est toujours... C'est l'effet de groupe quoi.* ».

En ce qui concerne les contextes de consommation évoqués par l'étudiant, nous retrouvons les thématiques suivantes :

**Pas de consommation d'alcool seul.** Au niveau des modalités de consommation, il n'y a pas de consommation d'alcool seul pendant le confinement pour Quentin.

**Consommation d'ecstasy hors contextes habituels.** Par contre, l'étudiant relève un changement de contexte pour sa consommation d'ecstasy et de cocaïne. Auparavant réservée uniquement à des settings de festival ou de soirées techno, la drogue est désormais consommée dans des bars ou des bals de village.

*« On prend des pilules quand on sort à (nom de l'endroit), des trucs ainsi. C'est quand même jamais arrivé avant. »*

**Augmentation de la consommation chez les fumeurs réguliers de cannabis.** Pour Quentin, ne rien faire et s'ennuyer seraient des éléments explicatifs de cette dynamique : « *J'ai des amis, moi, qui étaient défoncés... Qui étaient chez eux à rien faire toute la journée donc ils faisaient quoi ? Bah ils fumaient.* ».

**Diminution de la consommation d'alcool.** Au contraire du cannabis, l'étudiant pense qu'une diminution de la consommation d'alcool s'est opérée au vu de la fermeture des bars.

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés rencontrées

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Gestion gouvernementale de la crise	• Questionnement sur l'intérêt et l'utilité des mesures	• Mesures illogiques • Mesures sanitaires excessives par rapport à la réalité • Impact négatif entreprises et Horeca • Souffrance des jeunes
	• Vaccin et liberté	• Persistance des interdictions en dépit du vaccin
Vécu négatif du deuxième confinement	• Impression de tourner en rond	• Période Covid vécue comme interminable
	• Contrainte des mesures	• Relâchement du respect des règles sanitaires • Couvre-feu contraignant • Peur de la police • Enfermement difficile
Formation professionnelle	• Cours à distance	• Rupture des contacts sociaux • Manque de nouvelles rencontres

**Questionnement sur l'intérêt et l'utilité des mesures.** Quentin remet fortement en cause les décisions gouvernementales qu'il ne comprend pas toujours et qu'il qualifie d'illogiques, voire excessives. Elles pénalisent le monde de l'Horeca et provoquent la souffrance d'une jeunesse ignorée :

*« Je me suis dit, est-ce que c'est vraiment une raison pour mettre en faillite des entreprises, pour faire souffrir l'Horeca etc., et surtout nous faire souffrir nous, à ne voir personne en tant que jeunes et tout. »*

**Vaccin et liberté.** Au départ, Quentin ne souhaitait pas se faire vacciner. Il a adhéré à la vaccination « *pour être tranquille* ». Il regrette la persistance d'interdictions en dépit de cette

vaccination : « *J'ai fait mes trois doses puis on m'interdit encore de faire des trucs... Ça devient lourd quoi, vraiment.* ».

Dans son discours, Quentin marque une nette différence entre le premier et le deuxième confinement. Il fait part d'un vécu négatif pour ce deuxième lockdown.

**Impression de tourner en rond.** Le deuxième confinement a particulièrement constitué une difficulté pour l'étudiant. A ce moment, un ras-le-bol général a émergé : « *Et puis oui, le deuxième confinement a quand même été plus lourd à accepter... L'impression de tourner en rond, l'impression que ça allait jamais se finir.* ». La période Covid était vécue comme interminable.

**Contrainte des mesures.** Dans ce même temps, une lassitude quant aux mesures a également fait son apparition. Un relâchement du respect des règles sanitaires s'opère.

*« Et quand j'étais sur (nom de la ville), on ne respectait pas du tout le confinement [...]. Il y avait moins de respect on va dire que mars 2020. Il y a eu un ras-le-bol on va dire. Et du coup, ça s'est traduit par des sorties, un relâchement, un ras-le-bol des mesures. »*

Les interdictions mises en place deviennent de plus en plus pesantes, en particulier le couvre-feu et l'enfermement. Quentin a notamment peur de se faire arrêter par la police lorsqu'il sort pour voir ses amis ; un ressenti d'injustice émerge et l'étudiant déplore ces interdits alors « *qu'ils ne faisaient rien de mal* » et « *qu'ils étaient jeunes* ».

**Cours à distance.** Au niveau de sa vie étudiante, les cours à distance ont été synonymes de rupture des contacts sociaux pour le jeune homme. Arrivé dans sa nouvelle école en pleine période Covid, Quentin garde les mêmes amis qu'auparavant. Il regrette le manque de nouvelles rencontres.

#### Axe 4 : Expériences positives et bénéfiques

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu positif du premier confinement	• Peu d'impact au début	
	• Retour au domicile	• Bien-être mars 2020 • Tranquillité
	• Contribution de la relation de couple	
	• Temps supplémentaire	• Sport • Rédaction travail de fin d'études

		• Ne pas devoir se rendre en cours
--	--	------------------------------------

**Retour au domicile.** Lors du premier confinement, l'étudiant estime que la crise a eu peu d'impact sur son quotidien. Son retour au domicile familial a été vécu de manière positive. Il évoque à plusieurs reprises ce moment comme une « *belle période* » et insiste sur le bien-être et la tranquillité ressentis.

**Contribution positive de la relation de couple.** Quentin compare sa situation amoureuse en temps de crise avec celle d'autres amis, célibataires à l'époque. Sans la possibilité de faire de nouvelles rencontres amoureuses, ils se sentent seuls. L'étudiant identifie alors sa relation comme une véritable ressource pour affronter les confinements.

*« Enfin ce qui a joué, ce qui a contribué au fait que je me sente bien pendant les deux confinements, c'est que j'étais en couple. »*

**Temps supplémentaire.** Quentin met en exergue également le temps supplémentaire dont il a disposé au premier confinement et qui lui a permis de pratiquer davantage de sport et de rédiger son travail de fin d'études. Ne pas devoir se rendre physiquement en cours était également un avantage.

#### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Apprentissages	• Être seul face à soi-même	
	• Temps de réflexion pour l'avenir	• Prendre du temps pour soi

**Être seul face à soi-même.** Lors du premier confinement, Quentin a passé des journées entières complètement seul. Se retrouver seul de cette manière lui a permis de gagner en autonomie : « *Mes deux parents ont continué à travailler, mon ex n'était pas avec moi en mars 2020 donc... Toute la journée, j'étais tout seul en fait, à devoir travailler etc.* ».

**Temps de réflexion pour l'avenir.** La crise lui a permis de prendre du temps pour lui et lui a offert un temps de pause pour envisager le futur : « *Ça me permettait de réfléchir aussi à ce que j'allais faire l'année d'après vu qu'à ce moment-là, je savais pas encore vraiment.* ».

#### **4.2.2. Entretien n°5 : Lola**

##### **Données socio-démographiques**

Lola est âgée de 22 ans et est d'origine mexicaine. Elle est employée dans un restaurant. Elle assure le service des clients en caisse et participe à la gestion de la salle. La jeune fille habite seule dans un appartement situé en centre-ville. Le niveau d'études de Lola est de type secondaire supérieur. Il faut savoir que Lola est suivie par une psychologue et qu'un trouble dissociatif de l'identité a été évoqué. Cependant, il n'a pas été diagnostiqué officiellement.

##### **Déroulement de l'entretien**

L'entretien s'est déroulé au domicile de la participante. Personne d'autre n'était présent durant la rencontre. Lola est une personne dynamique, souriante et enjouée. La jeune fille montre un réel investissement pour répondre aux différentes questions tout au long de l'entretien. Elle structure sa ligne du temps d'une manière méthodique et utilise des couleurs et des légendes pour clarifier son propos. Les éléments qu'elle rapporte sur sa trajectoire de consommation sont nombreux et précis. Ces développements importants laissent toutefois parfois la place à des moments plus silencieux de réflexion où Lola peut sembler comme absorbée par la résurgence de son passé. Elle est également susceptible de revenir sur ses dires pour les modifier et donner une version correspondant davantage à sa réalité.

##### **Trajectoire de consommation**

Lola initie sa consommation de cannabis à son arrivée en Belgique alors qu'elle a **18 ans**. A cette époque, son compagnon consomme et deale du cannabis. Contre cet usage au départ, l'envie de tester le produit grandit et elle connaît une première expérience agréable. La jeune fille vient de traverser deux années particulièrement difficiles. A **16 ans**, elle fugue du Mexique avec son petit ami pour « *se sortir de la situation dans laquelle elle était* ». La jeune fille évoque à demi-mots des maltraitances subies dans son enfance.

Quelque temps plus tard, la relation avec son petit ami prend fin. Cette rupture est particulièrement difficile pour Lola, ce jeune homme étant alors son seul repère en Belgique. La jeune fille raconte plonger dans une consommation démesurée d'alcool pendant un mois. Pendant cette période, Lola sort tous les soirs et va jusqu'à enchaîner six petits boulots simultanément. Elle travaille principalement au noir et doit se débrouiller avec moins de 500 euros par mois. Elle finit par trouver un travail qui lui rapporte davantage et elle décide

d'entamer sa consommation personnelle de cannabis. A ses débuts, Lola consomme un gramme par semaine.

Progressivement, l'usage de cannabis de la jeune fille augmente. Elle relève une nette intensification lorsqu'elle emménage avec son nouveau compagnon, consommateur également. Pendant cette période, le couple achète 25 grammes par mois, stock qu'ils partagent à deux. Sa consommation d'alcool se poursuit également. Cependant, suite à des vacances au Mexique où son usage est particulièrement important, elle prend conscience de l'ampleur de sa consommation et la diminue.

Actuellement, Lola consomme principalement du cannabis. Elle est célibataire depuis peu et utilise environ 50 grammes par mois seule. En ce qui concerne l'alcool, elle ne boit que très rarement. Elle ne souhaite plus s'engager dans les usages excessifs connus auparavant et reste prudente.

### **Analyse thématique**

#### **Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances**

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>
Variation de l'usage de cannabis	• Augmentation aux confinements	• Être enfermée • Influence mutuelle des partenaires • Manque d'occupation
	• Augmentation du premier confinement	• Tensions dans le couple à propos du partage du stock • Achat d'une consommation personnelle supplémentaire
	• Augmentation du deuxième confinement	• Stabilité stock du couple • Augmentation de la consommation personnelle
	• Diminution du deuxième confinement	• Arrêt du compagnon
	• Nouvelle augmentation début 2022	• Envie de se faire plaisir
	• Gestion émotionnelle	
Gestion financière	• Investissement conscient de l'argent	• Choix et envie d'augmenter la consommation • Sécurité du chômage • Trois mois de vacances payés
Variation des modes de consommation	• Garder sa consommation pour soi	• Arrêt du partage en soirée
	• Consommer en continu	• Joints purs

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absence d'obligation</li> <li>• Ne croiser personne</li> <li>• Liberté</li> </ul>
Test d'une nouvelle substance	• Champignons hallucinogènes au premier confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ennui</li> <li>• Temps supplémentaire</li> <li>• Curiosité</li> </ul>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Diminution de la consommation pour les jeunes vivant avec leurs parents	
	• Augmentation de l'usage pour les consommateurs réguliers	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Devoir rester chez soi</li> </ul>

La consommation de cannabis de Lola a connu plusieurs changements au fil de la pandémie, changements liés, entre autres, à sa situation amoureuse.

**Augmentation aux confinements.** Être enfermée et manquer d'occupation sont les thèmes explicatifs de cette intensification de l'usage. La participante évoque également la dynamique de couple comme un facteur important dans cette amplification. Son compagnon étant également consommateur, une influence mutuelle s'est opérée.

*« Apparemment, encore une fois, confinement, rester seule. Enfin, j'étais pas seule, j'étais à deux donc... En plus de ça, deux personnes qui s'engendrent... Qui n'ont rien à faire et... Et ainsi de suite, ça a vraiment... Beaucoup, beaucoup, beaucoup augmenté suite à ça. »*

La jeune fille détaille ensuite plus amplement les processus à l'œuvre pour chacun des deux confinements.

**Augmentation au premier confinement.** Au premier confinement, la jeune fille décide d'acheter sa propre consommation en plus de celle qu'elle partage avec son partenaire. Le partage de cette consommation commune était un sujet de tensions. Lola consomme à cette période 22,5 grammes par mois.

*« J'étais en mode : « Ecoute, j'ai aussi besoin de ma consommation et même tu consommes trop etc. C'est juste ma consommation, ça fait longtemps. Là, tu prends sur ma consommation en fait... C'est ça que tu comprends pas. ». C'était ça les problèmes sur le moment même donc... Ça, ça a duré jusqu'à peut-être avant le confinement et c'est pendant le confinement où j'ai pris ma consommation à moi parce que je me suis dit : « Là, c'est juste plus possible. ». »*

**Augmentation au deuxième confinement.** Au deuxième confinement, la jeune fille augmente sa consommation personnelle de 10 à 25 grammes. Le stock commun de 25 grammes reste stable. Lola consomme donc à cette période 37,5 grammes par mois.



**Diminution au deuxième confinement.** A la fin de ce deuxième confinement, son compagnon décide d'arrêter son usage car il ressent des répercussions physiques. Cet arrêt donne lieu à une diminution de la consommation pour Lola puisqu'elle conserve alors uniquement son stock personnel de 25 grammes par mois.

**Nouvelle augmentation début 2022.** Depuis février 2022, la jeune fille a réaugmenté sa consommation et consomme désormais 50 grammes par mois. L'envie de se faire plaisir est la raison principale que la participante évoque à cet égard.

**Gestion émotionnelle.** Le mois dernier, Lola s'est séparée de son compagnon. Elle explique qu'elle a consommé 70 grammes sur le mois suite à cet événement. Le cannabis vient alors remplir une fonction de gestion des émotions : *« Genre le mois passé parce que vu la rupture [...] Mais encore une fois c'est... Emotionnellement que ça a pris en charge. »*.

**Investissement conscient de l'argent.** Pour Lola, l'investissement de son argent dans sa consommation est un choix délibéré et conscient. La sécurité du chômage et les trois mois de temps libre octroyés par la période Covid l'ont poussée dans ce sens.

*« Si j'avais voulu investir cet argent dans autre chose j'aurais pu le faire, et ça c'est le choix de tout être humain. Mais j'ai fait le choix de le mettre dans cette drogue-là parce que j'avais cette sécurité d'avoir... Trois mois libre en mode : « De toute façon pendant trois mois je n'ai rien à faire, je suis payée. » etc., etc., quoi donc c'était vraiment... Des petites vacances concrètement. »*

**Garder sa consommation pour soi.** Lola remarque également que la pandémie lui a offert l'opportunité de garder sa consommation uniquement pour elle. Avant, lorsqu'elle participait à des soirées, il lui arrivait de partager son stock avec d'autres.

**Consommer en continu.** La jeune fille explique qu'elle a pu davantage *« en profiter »* et note également une manière différente de consommer. Elle pouvait confectionner des joints purs ou se retrouver dans un état de *« défonce »* prolongé sans qu'il n'y ait de véritable conséquence. Ne pas devoir se lever et ne croiser personne sont des éléments qui lui ont apporté une certaine liberté. Cette liberté soudaine est d'ailleurs pointée du doigt par la participante comme le déclencheur d'une surconsommation.

*« [...] J'avais une autre manière de consommer où je savais que je n'avais pas d'obligation. Je savais que je ne devais pas me lever pour autant, que je pouvais être défoncée pendant trois jours d'affilée et il n'y avait pas forcément de problème à ça et... Que je n'allais pas croiser, voir ou d'autres soucis. [...] Mais sinon, j'avais une liberté par rapport à ça où je... Je me suis un peu laissé pousser des ailes et bon, ça a suivi avec une surconsommation sûrement. »*

**Test des champignons hallucinogènes au premier confinement.** L'inoccupation et la curiosité ont poussé la jeune fille à un premier test avec les champignons hallucinogènes.

En ce qui concerne sa perception de l'impact de la crise sur les jeunes consommateurs, Lola avance les idées suivantes :

**Diminution de la consommation pour les jeunes vivant avec leurs parents.** Lola croit que les jeunes résidant avec leurs parents peuvent avoir connu une diminution de leur consommation.

**Augmentation de la consommation pour les consommateurs réguliers.** La jeune fille pense que le manque d'occupation, le fait de ne pas pouvoir sortir et de rester longtemps chez soi sont des éléments qui ont pu augmenter leur consommation.

*« Mais une personne qui, en l'occurrence comme moi, consommait déjà de manière quotidienne et avait une liberté de consommation où elle fait ce qu'elle veut, peut-être que ça a pu augmenter par rapport à... Tu n'as rien à faire, et généralement... Tu arrêtes de fumer parce que tu as quelque chose à faire. »*

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Projets personnels	• Projet inenvisageable pendant la période Covid	• Procédures complexifiées par la crise • Retardement des démarches
	• Caractère incertain de la situation	
Aspects négatifs des confinements	• Enfermement difficile	• Fatigue émotionnelle

**Projet inenvisageable pendant la période Covid.** La participante évoque l'impact négatif que la crise a pu avoir sur son projet personnel. La jeune fille souhaite reprendre des études d'art ou de langues mais le contexte sanitaire est venu mettre en pause et retarder ses plans : *« Cette situation de Covid qui ne va pas s'arrêter d'ici peu, ça ne fait que rajouter du temps encore au temps donc... C'est... C'est effrayant. »*. Il lui était difficile d'envisager son projet de manière concrète en pleine crise.

*« [...] C'est vrai que maintenant que j'y repense, c'est que depuis 2022 que... Que je commence à me refaire à l'idée des études, et pendant tout le Covid c'était quelque chose de même inenvisageable. »*

**Caractère incertain de la situation.** L'absence de perspective engendrée par le contexte de la crise sanitaire amène un stress chez la jeune fille : « *C'est stressant parce que ben, c'est pas certain.* ».

**Enfermement difficile.** Même si comme nous le verrons plus tard, Lola relativise le poids des mesures imposées par le gouvernement, elle témoigne tout de même de la difficulté que revêt l'enfermement : il a pu provoquer chez elle une fatigue émotionnelle.

#### Axe 4 : Expériences positives et bénéfiques

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Aspects positifs des confinements	• Repos physique	• Octroi de vacances • Bienfaits pour le corps • Comparaison avec l'enfance
	• Absence d'obligation pour survivre	
	• Durée acceptable	
	• Présence du compagnon et de l'animal de compagnie	
	• Mode de vie plus sain	• Stabilité • Se poser
Aspects financiers	• Obtention du chômage	• Premier apport de l'Etat suite à la crise • Absence de droit en Belgique (CPAS, chômage)
	• Diminution prix cannabis	• Achat commun avec compagnon • Achat « en gros »

**Repos physique.** Ces différentes périodes ont été bénéfiques pour la participante au niveau physique : elles lui ont apporté du repos : « *Et c'était une période très agréable pour mon corps où j'ai pu enfin avoir du repos.* ». La jeune fille envisage ces confinements comme les vacances qu'elle n'a jamais eues. Elle établit le parallèle avec son enfance douloureuse au Mexique où elle a commencé à travailler dès ses 7 ans.

**Absence d'obligation pour survivre.** Lola utilise des termes forts en expliquant qu'elle n'a pas eu d'obligation « *pour se maintenir en vie* » pendant cette période.

**Présence du compagnon et de l'animal de compagnie.** La jeune fille envisage la durée des confinements comme acceptable et mentionne la présence de son ex-compagnon et de son animal comme des ressources importantes dans cette période.

**Un mode de vie plus sain.** En définitive, cette période aura permis à Lola de retrouver un mode de vie plus sain avec davantage de stabilité.

*« Enfin si, ça m'a donné une manière de vivre plus saine on va dire [...] par rapport à... A la stabilité et se poser et prendre du repos pour soi-même, ça m'a beaucoup... Beaucoup aidée. »*

**Obtention du chômage.** Un autre aspect extrêmement important pour Lola est l'obtention du chômage liée à la crise. C'est grâce à l'affiliation de son employeur à la CAPAC que ces revenus lui ont été octroyés. En effet, n'ayant pas de droit jusqu'alors en Belgique, c'est le premier apport financier de l'Etat que la jeune fille percevait : *« Et c'était la première fois que je touchais quelque chose de l'Etat concrètement. [...] Vu que c'était la pandémie, ils allaient pas me laisser dans la merde toute seule quoi. [...] Uniquement grâce à la pandémie. Sans la pandémie, supposons bah... Il y avait autre chose, j'aurais été dans la merde concrètement. »*

**Diminution prix cannabis.** Lola partage un dernier point positif, relatif au coût du cannabis. Suite à leur emménagement, le couple décide d'acheter « en gros ».

*« J'ai payé beaucoup moins cher. Donc pour ma consommation, j'ai eu... Un petit plus économique entre guillemets, donc c'était beaucoup plus avantageux, surtout que ces dernières années, je payais pot plein donc... »*

#### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Mise en perspective du niveau de gravité	• Comparaison avec l'enfance	• Violence et maltraitance
	• Confinement acceptable	• Liberté • Amour • Entourage sain • Mesures acceptables
	• Comparaison avec le Mexique	• Contexte économique difficile

**Comparaison avec l'enfance.** Pour cette partie de l'interview, Lola remet le niveau de gravité de la crise Covid-19 en perspective. Elle dédramatise et compare la période avec son passé douloureux. La conclusion qu'elle tire de ce chapitre « Covid » n'est en réalité pas un nouvel apprentissage, mais celui de toute une existence.

*« C'est pas uniquement de la crise sanitaire, c'est concrètement l'apprentissage de toute une vie mais... Il y a pire. Il y a clairement pire. Genre, là concrètement, mon enfance ? Si on peut la résumer avec des jolis mots, c'est « être confiné » avec de la violence et de la maltraitance. »*

Les conditions de confinement que Lola a connues en 2020 sont loin d'être comparables avec les événements difficiles de son enfance. Oui, elle a été privée de sortie par le gouvernement, mais disposait tout de même de liberté, d'amour et d'un entourage sain.

**Comparaison avec le Mexique.** Elle termine en abordant le contexte économique du Mexique, davantage complexe que celui de Belgique. Lola s'estime chanceuse en ce sens et estime qu'il faut en avoir conscience.

#### **4.2.3. Entretien n°7 : Nathan**

##### **Données socio-démographiques**

Nathan est âgé de 26 ans et réalise actuellement une formation pour devenir électricien. Le jeune homme est célibataire. Depuis peu, il est retourné vivre chez ses parents. Ils résident dans une maison en centre-ville. Son niveau d'études actuel est de type secondaire.

##### **Déroulement de l'entretien**

L'entretien s'est déroulé au domicile d'un ami de Nathan. Lors de la rencontre, plusieurs amis du jeune homme étaient présents dans la pièce de vie principale de la maison. L'interview a été réalisée dans une pièce isolée de l'étage. Nathan est quelqu'un de calme et de posé. En début d'entretien, il reste silencieux et attend les explications. Il ne pose pas de question. Lorsqu'il s'exprime, les propos de Nathan sont souvent entrecoupés d'hésitations. Le jeune homme a également besoin de relances pour développer ses réponses.

##### **Trajectoire de consommation**

Nathan découvre le cannabis lors d'un voyage scolaire. Il est alors âgé de **17 ans**. Le participant a toujours connu sa grande sœur en tant que consommatrice et il pense que cet usage a sans doute joué dans son processus personnel d'initiation.

A **19 ans**, Nathan part pendant six mois en Australie. Là-bas, il rencontre Leslie avec qui il voyage. La jeune fille consomme du cannabis quotidiennement et Nathan débute à son tour un usage journalier.

Lors de son retour d'Australie, le participant entame un premier essai d'études. Il a alors **20 ans**. Il relève une augmentation notable de sa consommation de cannabis à cette époque. Le participant explique avoir perdu le contrôle de son usage pendant cette période, notamment

parce qu'il était engagé dans la vente du produit. Il est susceptible d'utiliser jusqu'à cinq grammes par jour. Devenu adepte du mouvement « free party », il expérimente également d'autres substances (ecstasy, 2CBE, speed, cocaïne, kétamine).

Lorsque le participant aborde l'alcool, il mentionne d'emblée une période qu'il qualifie de problématique alors qu'il était âgé de **21 ans**. Nathan vient de mettre un terme à son premier essai d'études et s'est engagé dans une nouvelle filière, celle du cinéma. Pendant cette période, le participant consomme trois bières spéciales seul chaque soir. Alerté par des proches s'inquiétant de cet usage, il met un terme à cette habitude du jour au lendemain.

Actuellement, Nathan décrit son usage de cannabis comme le plus conséquent de toute sa trajectoire de consommation. Il utilise environ 1,5 gramme par jour. En ce qui concerne l'alcool, le participant décrit un usage désormais plus maîtrisé et principalement festif.

### **Analyse thématique**

#### **Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien**

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>
Lieux de vie	• Confinement chez sa sœur	• Arrêt de la formation • Sans revenu • Pouvoir poursuivre la consommation • Ne pas devoir l'annoncer à ses parents
	• Retour au domicile familial	• Dispute avec sa sœur • Annonce de sa consommation à ses parents • Acceptation des parents
Ressenti général par rapport à la crise	• Peu d'impact	• Instabilité personnelle déjà présente • Ne pas savoir vers où aller • Poids ajouté aux difficultés préexistantes
Vécu acceptable du deuxième confinement	• Impression de ne pas avoir vécu le deuxième confinement	• Nouveau travail • Remonter la pente
Formation	• Arrêt précipité formation	• Absence d'événement • Ne pas trouver de stage • Questionnement sur le métier • Prise de décision accélérée

**Confinement chez sa sœur.** Après l'arrêt de sa formation, Nathan s'est retrouvé sans revenu et a été accueilli par sa sœur. Ce déménagement lui permettait de poursuivre sa consommation de cannabis sans devoir l'annoncer à ses parents qui n'étaient alors pas au courant.

*« D'ailleurs, je suis reparti chez ma sœur pour pouvoir fumer tranquillement en soi, sans avoir besoin d'expliquer à mes parents parce qu'ils ne le savaient pas encore à ce moment-là. »*

**Retour au domicile familial.** Suite à une dispute importante avec sa sœur, le jeune homme décide de partir et demande à ses parents de l'héberger à nouveau. Il choisit alors de leur faire l'annonce de sa consommation, consommation acceptée par ces derniers.

*« Ben du coup gros clash avec ma sœur, je suis arrivé devant mes parents et je leur ai dit : « Ben voilà, je veux revivre ici, mais je fume tous les jours. ». Et... Voilà. [...] Ça a été, ouais, ouais. Ils étaient un petit peu : « Bon ben voilà, qu'est-ce que tu veux qu'on dise, t'as l'âge que t'as. ». C'est tout quoi. Ils m'ont laissé assez libre à ce niveau-là ouais. »*

**Peu d'impact.** Nathan affirme que la crise a eu peu d'impact sur lui. Il explique que la pandémie a fait irruption à un moment où lui-même était déjà en crise. Ses projets d'avenir n'étaient pas clairs et les événements liés au Covid-19 n'ont fait que rajouter un poids supplémentaire.

*« Elle m'a pas beaucoup impacté. Heu... Parce que je pense que moi aussi j'étais dans une... Dans un moment où ben... J'étais pas stable du tout. Du coup... En fait, ben ouais... Faire tomber une tour qui tombe déjà, ça change pas grand-chose quoi, tu vois ? »*

**Impression de ne pas avoir vécu le deuxième confinement.** Contrairement au premier confinement, le participant témoigne de son impression de ne pas avoir vécu le deuxième confinement. A cette période, son nouveau travail est une ressource pour lui et il a le sentiment de tout doucement reprendre pied.

*« Et tout ça a commencé à ce moment-là du coup ben... C'était plus une remontée qu'une descente quoi pendant le Covid. »*

**Arrêt précipité de la formation.** Une des implications majeures de la période Covid pour Nathan a été l'arrêt précipité de sa formation de régisseur. Le secteur de l'événementiel étant fortement touché par la pandémie, le jeune apprenti ne parvient pas à trouver de stage. Se questionnant déjà depuis quelque temps sur sa motivation à exercer dans ce domaine, ces obstacles dressés par la crise sont venus renforcer ses doutes et confirmer son choix de mettre un terme à cette formation.

« Ça, ça c'est vrai que ça a été un impact important du Covid. [...] Je crois que ça a juste accéléré la décision mais que ça l'a pas... Ça l'a pas changée quoi. »

## Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Variation de l'usage de cannabis	• Pas de changement	• Légères fluctuations
Variation de l'usage d'alcool	• Diminution	• Moins sortir • Moins d'événements • Conséquence du contexte • Hors de la volonté
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Difficultés pour se fournir	• Ne pas avoir de contact dans le milieu de la vente • Jours sans cannabis

En ce qui concerne son usage de cannabis, nous retrouvons la thématique suivante pour Nathan :

**Pas de changement.** Pendant la période Covid, il n'y a pas eu de changement dans la consommation de Nathan. Le jeune homme relève de légères fluctuations dans son usage, mais d'une manière générale, celui-ci reste constant.

« Et ouais, enfin en soi au niveau de ma consommation de cannabis, elle a pas changé. [...] Ça fait depuis deux ans ouais que... Qu'elle a pas changé. »

En ce qui concerne sa consommation d'alcool, le constat suivant est dressé par Nathan :

**Diminution.** Même si dans un premier temps le participant explique ne pas avoir connu de changement dans son usage d'alcool, il signalera tout de même par la suite une diminution causée par le contexte sanitaire. Nathan était moins enclin à sortir et les occasions de consommer étaient également moins nombreuses. Il précise que cette diminution n'était pas un choix délibéré mais plutôt une conséquence du contexte de crise.

« Mais en soi, c'est juste parce qu'il y avait moins de fêtes que je buvais moins quoi, c'est pas vraiment moi qui l'ai décidé, c'est juste la situation qui a fait que. »

Lorsque Nathan est interrogé sur sa perception de l'impact de la crise sur les jeunes consommateurs, la thématique suivante émerge :



**Difficultés pour se fournir.** Pour Nathan, les jeunes consommateurs ont dû principalement rencontrer des soucis d’approvisionnement. Il pense notamment que le fait de ne pas avoir de connaissance dans le milieu de la vente de substances a pu désavantager certains.

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu négatif du premier confinement	• Vivre avec sa sœur et son compagnon	• Manque d’espace
	• Tensions avec sa sœur	• Stress induit par l’absence du produit
	• Se fournir	• Plusieurs jours pour trouver

**Vivre avec sa sœur et son compagnon.** Cohabiter avec sa sœur et son conjoint a constitué un défi pour le jeune homme. Le manque d’espace ainsi que l’impression d’être « les uns sur les autres » en permanence ont mené frère et sœur à la rupture.

**Tensions avec sa sœur.** Au vu de cette situation délicate, des tensions sont apparues entre Nathan et sa sœur. Un sujet de discorde concernait également l’approvisionnement en cannabis. Le stress induit par l’absence du produit rendait l’atmosphère plus électrique et venait ajouter une pression supplémentaire.

*« J’ai eu des difficultés, il y a eu des tensions justement avec ma sœur aussi à cause de ça. Parce que elle, c’est pareil, si elle n’a pas une journée, ça va pas quoi. »*

**Se fournir.** Nathan témoigne lui aussi personnellement de difficultés importantes pour trouver du cannabis lors du premier confinement. Plusieurs jours d’attente étaient parfois nécessaires pour se reconstituer un stock.

*« Je l’ai quand même bien senti, entre guillemets même moi qui ai un grand réseau, j’ai eu des difficultés, alors que d’habitude... J’appelle, dans la soirée j’en ai, et je dois refuser à deux dealers limite quoi. Alors que là ouais, de temps en temps... Je mettais trois jours à trouver, chose qui ne m’arrivait jamais. »*

### Axe 4 : Expériences positives et bénéfices

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Disponibilité du produit	• Aucun jour sans cannabis	• Entourage de consommateurs

**Aucun jour sans cannabis.** Même si se fournir est envisagé comme une difficulté rencontrée lors de la période Covid, son cercle proche étant constitué majoritairement de consommateurs et de dealers, Nathan n'est jamais tombé à court pendant la crise.

*« C'était difficile de se fournir quoi et... Mais moi j'ai jamais... J'ai jamais eu un jour où j'en n'ai pas eu. [...] C'est vrai que moi je suis quand même jamais confronté à cette difficulté-là quoi. »*

#### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Apprentissages	• Ne pas prendre les choses pour acquises	• Promesses rompues suite au Covid
	• Ne pas compter sur les autres	• Difficultés supplémentaires pour tous suite au Covid • Champ des possibles restreint • Solidarité diminuée

**Ne pas prendre les choses pour acquises.** Suite au Covid, le jeune homme a fait les frais de promesses rompues, notamment dans le cadre de sa recherche de stage. Nathan témoigne d'une certaine désillusion à cet égard et dit vouloir se montrer davantage prudent à l'avenir.

**Ne pas compter sur les autres.** Pour Nathan, les pressions ajoutées sur chacun par la crise sanitaire ont réduit le champ des possibles, notamment au niveau de la solidarité. Au vu de ces difficultés, il est moins concevable de tendre la main.

*« Allez, si t'as pas la possibilité de faire ça pour la personne, mais que toi au final t'as pas de réel bénéfice, ben c'est plus facile de le faire quand t'as une plus grande marge de manœuvre tu vois ? Que le Covid ben... A réduit les choses donc du coup... On a moins le luxe de pouvoir faire ça pour la personne ou... Voilà. Que ce soit ouais, au niveau de l'emploi ou... Ou des services rendus, voilà quoi. »*

### 4.3. Analyse transversale

Au terme de la réalisation des analyses individuelles présentées ci-dessus, une analyse transversale a été proposée. En effet, les participants présentant certaines caractéristiques communes (âge, statut professionnel, types de consommation), cette analyse plus globale des vécus des jeunes adultes consommateurs a été incluse.

L'analyse transversale des résultats cherche à répondre à la question suivante :

- « *Y a-t-il des grandes régions de l'expérience racontée ou des lignes de force qui traversent l'ensemble ?* » (Paillé & Mucchielli, 2021, p. 322).

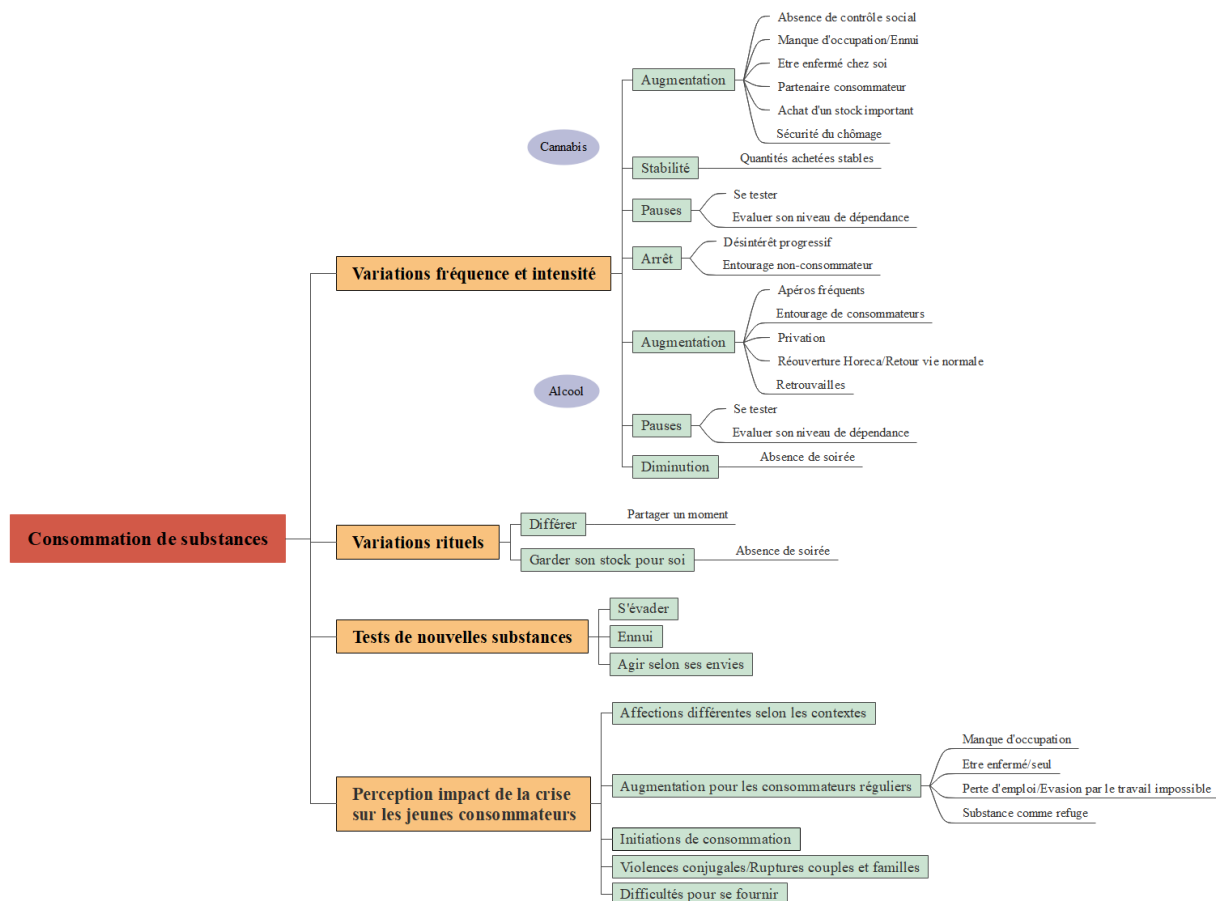
Pour répondre à cette question, Paillé et Mucchielli suggèrent l'idée selon laquelle une « *rencontre doit se construire entre l'intentionnalité de l'analyste, porté notamment par les objectifs de son enquête, et l'intentionnalité des acteurs telle qu'elle s'est incarnée dans les témoignages livrés* » (Paillé & Mucchielli, 2021, p. 322).

Quels sont, en définitive, les ensembles thématiques saillants répondant à nos questions de recherche ? Nous allons tenter de répondre à ces questions au travers d'un travail de synthèse construit à partir des analyses individuelles. Quels sont les thèmes qui s'opposent, se ressemblent, se regroupent ? Que disent-ils de l'expérience des jeunes adultes consommateurs au temps du Covid-19 ? C'est ce que nous avons essayé de comprendre.

Afin d'illustrer ces lignes de force qui constituent notre analyse transversale, nous avons construit cinq arbres thématiques. Chacun d'entre eux représente une grande région de l'expérience des participants (en rouge). Elles se scindent en grandes rubriques (en jaune), elles-mêmes partagées en thèmes (en vert), ces derniers étant divisés en sous-thèmes (en blanc).

#### 4.3.1. Implications de la crise Covid-19 en matière de consommation d'alcool et de cannabis

Au cours des différents entretiens, les participants ont fait part de leurs pratiques de consommation d'alcool et de cannabis en temps de crise. Au travers de leurs témoignages, plusieurs grandes lignes directrices se dessinent.



Arbre thématique n°1 « Consommation de substances »

### Variations de la fréquence et de l'intensité

Pour un bon nombre de participants, les temps de confinement auront donné lieu à des variations de la fréquence et de l'intensité de leur usage. Ceci est particulièrement vrai pour le premier confinement. Lors de cette période, chacun des sujets a connu une rupture brutale dans son quotidien : les travailleurs ont cessé leurs activités, et les étudiants ont quitté les salles de cours pour adopter un mode de formation à distance. Cette scission soudaine avec un mode de vie habituellement régulé par le travail ou la formation est venue ébranler les habitudes des jeunes adultes consommateurs. Les cartes du jeu du quotidien ont été redistribuées et chacun a dû s'adapter.

Pour certains, ces adaptations ont pu passer par une **intensification de leur usage de cannabis ou d'alcool**. Le contrôle social généralement opéré via le lieu de travail a disparu. Nous pouvons retrouver cette notion chez Ludovic et Lola qui témoignent tous deux de l'absence

soudaine d'obligation une fois confinés : ils n'ont plus de compte à rendre à qui que ce soit. C'est alors la porte ouverte à un usage plus libre et moins contrôlé. Le manque d'occupation ou encore l'ennui sont des éléments qui ont également poussé les jeunes consommateurs à se centrer davantage sur leur usage. Cette relation est particulièrement mise en avant par Rosaline qui lie explicitement intensité de l'usage et taux d'occupation.

Pour plusieurs des participants, cette première période de confinement a pris l'allure de véritables congés. Cette impression de vacances a également joué un rôle dans l'augmentation des usages. Cette dynamique se retrouve dans le discours de Mathieu où les apéros ont rythmé son quotidien. Ces apéros plus fréquents se retrouvent également chez Clément. Pour Lola, c'est la sécurité financière assurée par le chômage qui l'a confortée dans ce sentiment d'être en congé et d'ainsi pouvoir consacrer une partie plus importante de son budget à l'usage du cannabis.

Ces élévations des usages en temps de crise ne se sont pas uniquement manifestées au temps des confinements, mais également en dehors de ceux-ci. En effet, le « retour à la vie normale » et la réouverture du secteur de l'Horeca ont provoqué chez certains des participants une forte reprise de la consommation. C'est notamment le cas de Quentin qui met en avant une consommation accrue à cette période, résultant d'une longue privation les mois précédents. Jade connaît elle aussi la reprise de la vie estudiantine et des consommations qui l'accompagnent.

Si plusieurs sujets soulignent ces augmentations dans leur usage, d'autres participants font état d'une **constance** de la fréquence de leur consommation de cannabis tout au long de la pandémie. C'est par exemple le cas de Dylan pour qui il n'y a pas eu de changement majeur. L'invariabilité dans les quantités achetées vient justifier cette stabilité. Nathan explique lui aussi avoir maintenu un rythme de consommation constant.

**Des temps de pause** dans les consommations ont également été observés. C'est le cas de Simon et de Mathieu notamment : la volonté des jeunes hommes était de se tester et d'évaluer leur niveau de dépendance. Simon ne retire pas de changement fondamental de cette expérience, tant au niveau physique que psychologique. Pour Mathieu, quant à lui, cette pause aura permis une prise de conscience quant à un usage devenu problématique.

Des **diminutions des usages** sont également apparues au premier confinement, en particulier pour les étudiants. C'est le cas notamment de Quentin et de Nathan qui, se retrouvant loin des contextes festifs habituels, ont vu leur consommation d'alcool diminuer.

Enfin, il faut également relever que ces variations peuvent être dépendantes de l'entourage des jeunes adultes. Lola, confinée à l'époque avec un petit-ami consommateur, explique particulièrement bien cette dynamique : on retrouve chez les deux jeunes gens une influence mutuelle en termes de consommation. En conséquence, son usage a augmenté. Pour Jade, qui s'est retrouvée confinée avec un petit-ami non-consommateur, c'est la tendance inverse qui s'est opérée : elle a fini par mettre un terme à son usage de cannabis.

### ***Variation des rituels de consommation***

Au-delà des modifications en termes de fréquence et d'intensité, des changements dans les rituels de consommation ont également été observés chez les participants.

Pour Dylan, différer sa consommation dans le temps devient un moyen de partager un moment avec un ami. Privé du contact avec ses collègues, faisant face à la solitude, il explique préférer attendre une visite pour consommer.

En ce qui concerne Lola, le confinement et plus précisément la distanciation sociale imposée lui auront permis de garder sa consommation pour elle. En l'absence de soirée, la jeune fille explique ne plus avoir été obligée de partager son stock.

### ***Test de nouvelles substances***

Au-delà de la poursuite des consommations habituelles, la pandémie s'est révélée être pour plusieurs l'occasion de tester de nouvelles drogues. Clément et Lola ont pour leur part essayé pour la première fois les champignons hallucinogènes lors du premier confinement : le besoin de s'évader et l'ennui ont été cités comme les raisons de ces nouvelles expériences.

En ce qui concerne Jade, c'est le temps d'après-crise qui aura constitué un moment décisif pour mettre en place ces nouveaux essais. Les temps de confinement ont été un véritable électrochoc pour elle : elle pense que la vie est trop courte que pour s'empêcher de tester de nouvelles expériences. Elle initie donc à cette époque un usage de cocaïne et de MDMA.

### *Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs*

Lorsqu'ils sont interrogés sur la manière dont ils perçoivent l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs, les participants font preuve de nuance et différencient presque systématiquement les classes de consommateurs. Pour eux, l'évolution des usages dépend effectivement des types de consommation engagés au préalable mais aussi des contextes.

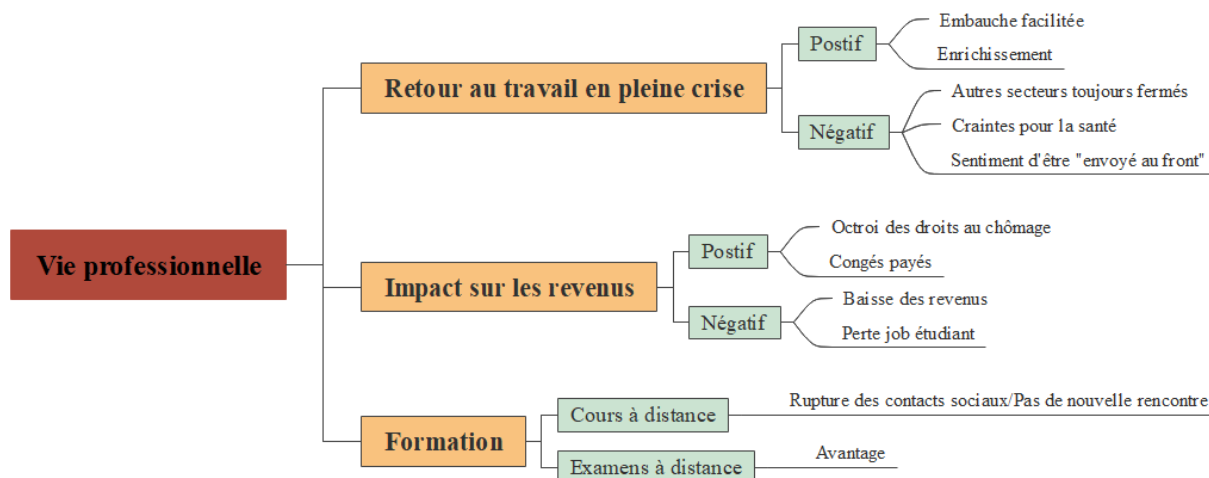
D'une manière générale, une **augmentation des consommations** est suggérée par les participants. La situation de confinement engendrée par la crise et les éventuelles pertes d'emploi ont pu pousser les consommateurs à augmenter leur usage. La substance vient alors faire office de refuge face à l'adversité dans un contexte de crise où il n'était plus possible de s'évader par le travail ou par une quelconque activité à l'extérieur. En définitive, les éléments explicatifs d'une intensification de la consommation ne sont pas tant différents dans cette section « Perception » que pour les usages des participants eux-mêmes.

Il est également intéressant de relever que cette augmentation des usages était perçue comme encore **plus importante pour la consommation d'alcool**. A cet égard, Ludovic et Rosaline pensent d'ailleurs que les violences conjugales ont été décuplées. Clément quant à lui met en avant les brisures que la crise a pu provoquer dans les couples et les familles.

Certains des participants pensent également que la crise a pu donner lieu à des **initiations de consommation**. Pour des personnes engagées dans un usage occasionnel ou récréatif, la pandémie a pu agir comme précipitant dans la mise en place d'une consommation plus régulière.

Des **difficultés d'approvisionnement** sont également évoquées, notamment par Simon et Nathan.

### 4.3.2. Vie professionnelle



Arbre thématique n°2 « Vie professionnelle »

#### *Retour au travail en pleine crise*

Pour la plupart des participants, la fin du premier confinement a été synonyme de **retour au travail**. Pour certains, cette reprise de leurs activités alors que la pandémie battait encore son plein a pu être déstabilisante. Pour Clément et Rosaline, il y avait cette impression d’être comme « envoyés au front ». Le virus étant toujours présent, revenir dans un contexte hospitalier en crise pour Clément ou dans un restaurant très fréquenté pour Rosaline, a été un défi. Cette impression est également partagée par Ludovic : il n’était pas agréable pour lui de reprendre alors que bon nombre d’autres secteurs étaient encore fermés.

Pour d’autres, travailler en temps de crise a plutôt été positif. C’est le cas de Simon qui s’est vu embauché pendant cette période. Cette expérience a également été bénéfique pour Mathieu qui a pu exercer la kinésithérapie en aile Covid ; il ressort grandi de cette expérience humaine.

#### *Impact sur les revenus*

La crise, selon la situation spécifique des participants, a eu des répercussions soit positives, soit négatives en termes de **revenus**. Pour Lola, l’affiliation de son entreprise à la CAPAC au vu de ce contexte exceptionnel a modifié son statut et lui a permis de débloquent son accès au chômage. Dylan évoque quant à lui un apport correct du chômage qui lui aura en quelque sorte offert des congés payés. Cependant, la fermeture du secteur de l’Horeca n’aura pas été bénéfique pour

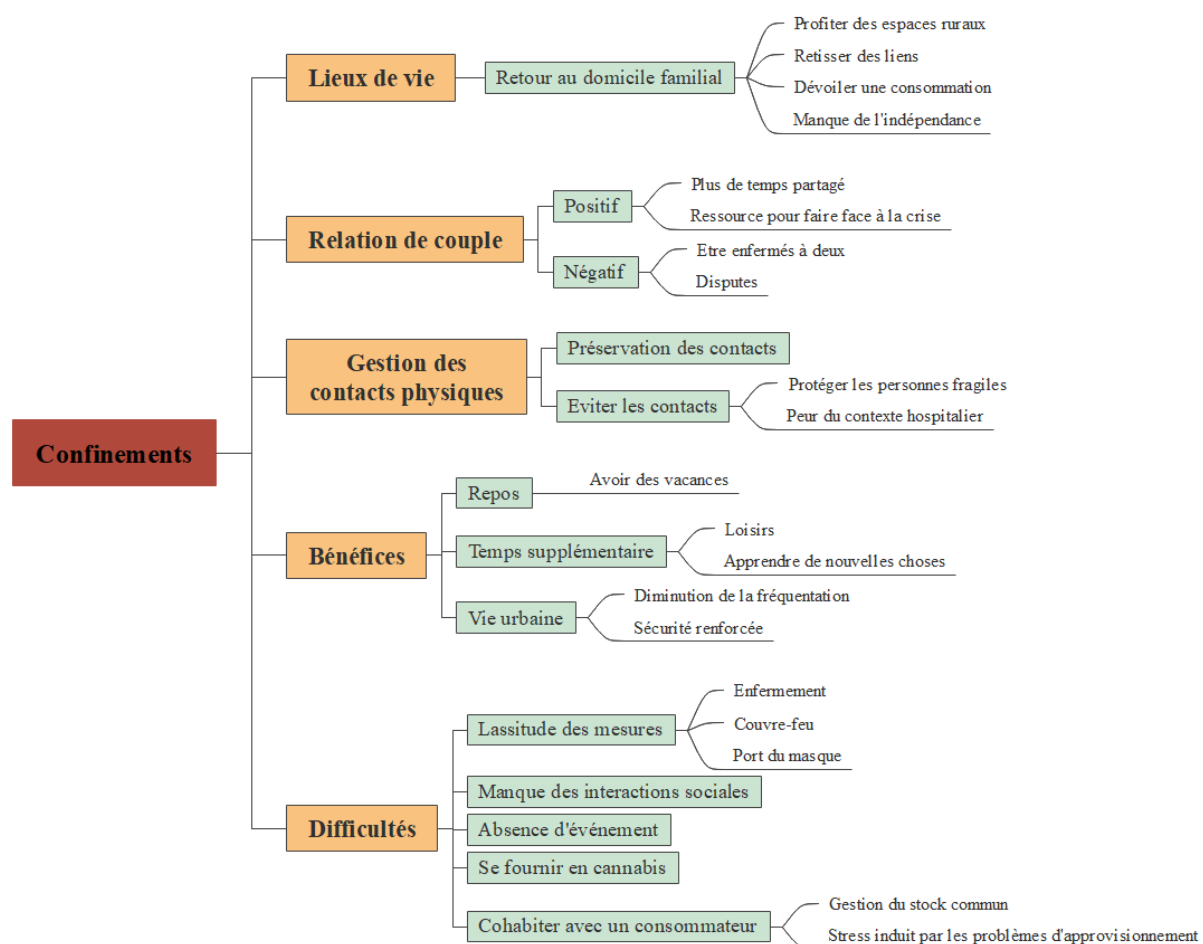


tout le monde, notamment pour Rosaline qui déplore une perte financière importante. Cette fermeture a également impacté Jade qui a perdu son job étudiant. L'autonomie acquise via ce travail et la satisfaction de pouvoir gagner son propre argent lui ont alors été enlevées.

## Formation

Enfin, la pandémie aura également touché les participants en **formation**. Quentin, Mathieu et Jade ont tous les trois connu des changements dans les modalités d'enseignement. Une formation et des examens à distance étaient alors de mise, ce qui a pu constituer un avantage pour certains. Il faut également relever que pour Nathan, les difficultés engendrées par la crise, notamment au niveau de la recherche de stage, ont joué un rôle dans l'abandon de sa formation.

### 4.3.3. Confinements



Arbre thématique n° 3 « Confinements »

Les différents confinements imposés à la population ont provoqué plusieurs bouleversements dans la vie de ces jeunes adultes. Une première sphère à avoir été touchée est celle du **lieu de vie**. En effet, au fil de la crise, plusieurs participants ont connu des déménagements. Pour Quentin, Nathan, Mathieu et Jade, c'est un retour au domicile familial qui s'est opéré. Il est intéressant de constater que ce retour a été vécu de manière très différente par chacun d'entre eux. Quentin évoque cette période de confinement chez ses parents comme celle où il se sentait le mieux. Pour Nathan, ce retour à la maison familiale l'aura contraint de faire l'annonce de son usage de cannabis à ses parents. Mathieu, quant à lui, aura pu au fil des semaines recréer des liens avec sa famille. Enfin, même si Jade a apprécié profiter davantage de sa famille, son indépendance fraîchement acquise lors de ses études lui manquait.

Une autre thématique importante évoquée par les participants est celle de la **relation de couple**. Encore une fois, cette sphère a été positivement impactée pour certains et négativement pour d'autres. Quentin nomme son couple comme une véritable ressource pour faire face à la crise. Sans cette relation, il pense qu'il aurait beaucoup moins bien appréhendé les aspects négatifs de la pandémie. Pour Dylan et Jade, partager davantage de temps avec leur partenaire était positif. Ce temps était le bienvenu dans un quotidien où le rythme est généralement soutenu. Pour Ludovic et Clément, l'enfermement à deux a constitué un défi de la pandémie. Le manque d'espace était particulièrement difficile à gérer. Cependant, même si Clément regrette les disputes provoquées par la situation, il souligne une meilleure connaissance de l'autre au travers de ces épreuves.

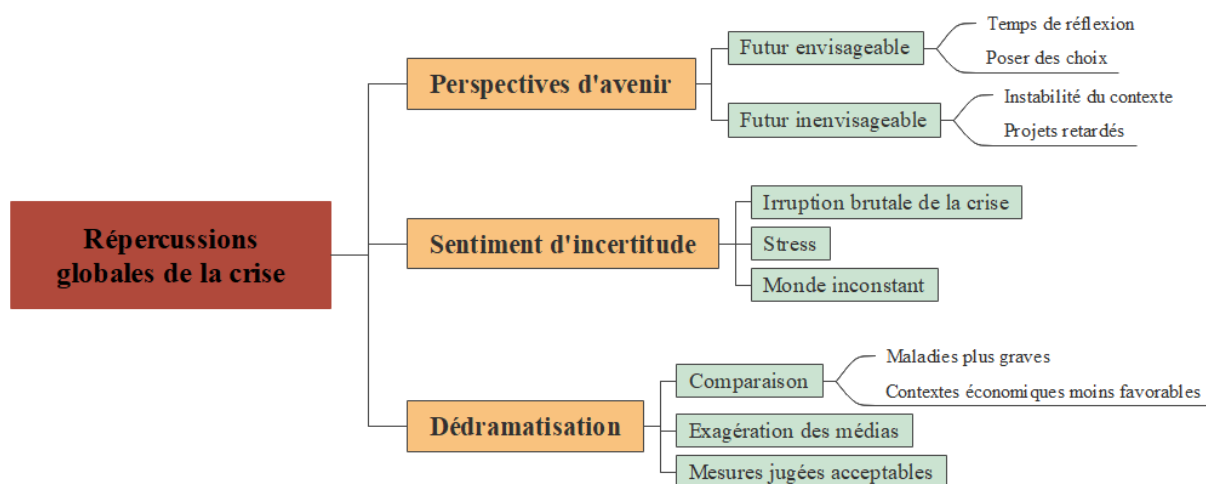
La **gestion des contacts physiques** est également une thématique qui revient dans le discours des participants. Beaucoup d'entre eux ont continué à rencontrer leurs amis proches durant la crise. Cependant, Quentin et Dylan relatent s'être montrés prudents quant aux contacts avec les personnes plus fragiles. Dylan évoque largement sa peur du contexte hospitalier en temps de crise et plus précisément la crainte de voir ses parents sacrifiés par manque de matériel.

Les **bénéfices** rencontrés par les participants sont divers et variés. Souvent, ils mettent en exergue un repos bienvenu et l'impression d'avoir des vacances. Cette thématique du repos se retrouve particulièrement chez Rosaline et Lola, pour qui les confinements ont été synonymes de véritable récupération physique. Un autre avantage systématiquement rapporté par les participants est le temps supplémentaire offert par la crise. Ce temps, chacun a pu le mettre à la disposition de ses passe-temps, de ses passions. Il a également constitué une opportunité unique

pour apprendre de nouvelles choses. Enfin, Ludovic et Simon évoquent une vie urbaine plus tranquille : la fréquentation de la ville est moindre et la sécurité est renforcée.

Enfin, ces temps de confinement auront également comporté leur lot de **difficultés**. Une première thématique omniprésente dans le discours des participants est celle des mesures sanitaires et plus précisément du sentiment de lassitude qui y est associé. Enfermement, couvre-feu ou encore port du masque sont autant d'éléments qui ont pesé sur le quotidien. Le manque des interactions sociales est également l'une des expériences les plus négatives rencontrées. Pour Quentin spécifiquement, un besoin important de contacts sociaux était présent. Dans la même lignée, l'absence d'événement est également regrettée par Quentin, Ludovic et Clément. Pour Ludovic, c'est un véritable espace d'expression de soi qui a été banni. Une autre thématique largement abordée est celle de la difficulté à se fournir en cannabis. En effet, Ludovic, Nathan et Dylan rapportent avoir dû déployer davantage leurs recherches pour se réapprovisionner. Enfin, la cohabitation entre consommateurs a également pu créer des conflits propres à ces temps de confinements. Lola fait part à cet égard de tensions avec son ex-petit ami quant à la gestion de leur stock commun de cannabis. Elle considère que leur partage n'est plus équitable et que son compagnon consomme trop : en conséquence, elle décide d'acheter sa propre consommation en supplément, ce qui augmentera son usage en définitive. En ce qui concerne Nathan, les premiers mois passés chez sa sœur ont également été synonymes de tensions. Le cannabis étant davantage difficile à obtenir au premier confinement, cette situation engendre un stress chez les deux usagers et des disputes finissent par éclater. Le retour de Nathan au domicile familial s'en suit avec comme conséquence l'annonce de sa consommation à ses parents.

#### 4.3.4. Répercussions globales de la crise



Arbre thématique n°4 « Répercussions globales de la crise »

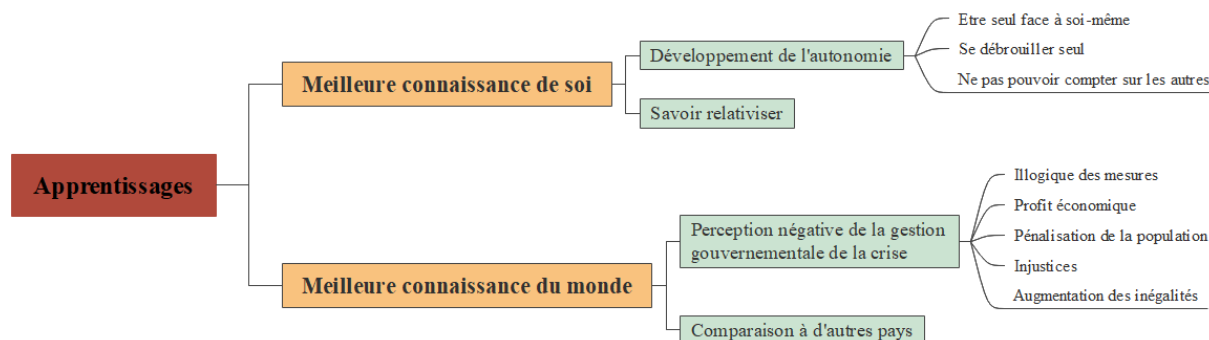
Au-delà des conséquences induites par la situation plus précise des confinements, des répercussions ayant eu cours sur l'entièreté de la crise ont également eu lieu. La pandémie a amené chacun à appréhender ses **perspectives d'avenir** d'une manière différente. Pour certains, la crise Covid-19 a permis une meilleure appréhension du futur. Pour Quentin et Dylan notamment, les temps de crise leur ont octroyé un temps de pause propice à la réflexion : ils ont pu se questionner sur ce qu'ils désiraient pour leur futur. L'effet inverse a pu être observé pour d'autres participants. En effet, l'instabilité du contexte pouvait rendre la projection plus difficile, notamment pour Lola. Son projet de reprendre des études était inenvisageable pendant la pandémie.

Plusieurs participants, au travers de points de vue différents, ont fait part d'un même sentiment : celui de **l'incertitude**. C'est le cas notamment de Clément, qui explique désormais être conscient que tout est possible et que le monde est inconstant. Le même type de réflexion se retrouve dans le discours de Jade, qui a pris conscience que tout pouvait basculer du jour au lendemain, et qui agit désormais davantage selon ses envies. Lola fait également part de cette incertitude et témoigne du stress qu'elle engendre.

Enfin, une **mise en perspective de la gravité de la crise** est également constatée. Les participants dédramatisent la pandémie au moyen de comparaisons avec des contextes plus graves. Ils pointent également l'exagération dont la crise a fait l'objet par les médias. Enfin,

une prise de recul est réalisée par rapport aux mesures imposées par le gouvernement, et ces dernières sont jugées comme acceptables en définitive.

#### 4.3.5. Apprentissages



*Arbre thématique n°5 « Apprentissages »*

Lorsque les participants sont questionnés sur les apprentissages qu'ils retirent de la crise Covid-19, deux grandes tendances sont observées. Premièrement, ils font état d'une **meilleure connaissance de soi**. Pour plusieurs, le développement de l'autonomie a constitué un apprentissage central de la crise. Être seul face à soi-même est un élément que citent Quentin et Dylan et qui leur a permis de gagner en indépendance. Il en va de même pour Ludovic qui a dû s'investir davantage dans son travail au vu de la hausse des demandes de service suite à la crise. Jade, quant à elle, exprime qu'elle parvient davantage à relativiser qu'auparavant.

Deuxièmement, les participants témoignent d'une **meilleure connaissance du monde**. Ils évoquent quasi systématiquement une meilleure connaissance du gouvernement, gouvernement qu'ils perçoivent négativement. Ils regrettent certaines décisions prises par les autorités et l'impact qu'elles ont encore à l'heure actuelle. Ils évoquent notamment la pénalisation de plusieurs tranches de la population, pénalisation qui ne fait qu'augmenter les inégalités et les injustices. Le profit économique tiré du Covid est lui aussi pointé du doigt : le vaccin, le masque ou encore les amendes données pendant la crise rapportent de l'argent à l'Etat. Enfin, une comparaison à d'autres pays est observée : des fonctionnements différents sont valorisés.

## 5. Discussion

### 5.1. Rappel des objectifs et de la méthodologie de la recherche

Comme nous l'avons vu dans la première partie de ce mémoire, la crise COVID-19 n'a pas été sans conséquence en termes de santé mentale et d'usage de substances. Les jeunes adultes ont été particulièrement touchés par la pandémie. Ce contexte unique a donné lieu à de nouvelles recherches. De multiples études quantitatives ont été menées. Cependant, très peu d'études se sont intéressées à la manière dont les jeunes consommateurs ont traversé la crise : à quels obstacles ont-ils été confrontés ? Quels défis ont-ils dû relever ? Quels bénéfices éventuels retirent-ils de la crise ?

Face à ces constats, l'objectif de ce mémoire était de **comprendre le vécu des jeunes adultes consommateurs d'alcool et/ou de cannabis âgés entre 18 et 30 ans en temps de crise** au moyen d'une démarche qualitative. Les questions suivantes ont guidé notre recherche :

- De quelle manière la crise Covid-19 a-t-elle impacté la consommation de cannabis et d'alcool des jeunes adultes consommateurs ?
- Dans le cadre de leur quotidien et de leur consommation d'alcool et/ou de cannabis, quelles sont les difficultés et/ou expériences négatives rencontrées par les jeunes adultes consommateurs depuis le début de la crise Covid-19 ?
- Dans le cadre de leur quotidien et de leur consommation d'alcool et/ou de cannabis, quels sont les bénéfices et les expériences positives rencontrés par les jeunes adultes consommateurs depuis le début de la crise Covid-19 ?
- Quels sont les apprentissages que retirent les jeunes adultes consommateurs de cannabis et/ou d'alcool de la crise Covid-19 ?

Pour ce faire, nous avons rencontré dix participants âgés entre 22 et 30 ans. Des entretiens semi-structurés ont été menés. Ils comprenaient quatre parties : le questionnaire socio-démographique, la passation de l'AUDIT et du DAST-20, l'élaboration d'une ligne du temps de trajectoire de consommation et l'interview comportant des questions spécifiques sur la crise Covid-19. Cette dernière interview a fait l'objet d'une analyse thématique nous permettant de dégager les éléments saillants du vécu des jeunes consommateurs. Les résultats des analyses individuelles ont été présentés dans un premier temps avant de laisser la place à une analyse transversale reprenant les lignes de force de l'expérience de l'ensemble des participants.

Au terme de ces analyses, plusieurs thèmes et sous-thèmes ont été dégagés. Ces thématiques viennent donner un sens à l'expérience des jeunes adultes consommateurs en temps de crise Covid-19. Plusieurs d'entre elles font écho à la littérature scientifique présentée au début de ce mémoire et quelques autres s'y opposent. D'autres thèmes sont quant à eux novateurs. L'objectif de cette partie du mémoire est donc de discuter les résultats mis en avant suite à l'analyse des entretiens en regard de cette littérature. Nous verrons également dans quelle mesure les résultats peuvent répondre à nos différentes questions de recherche.

## 5.2. Présentation des principaux résultats

### De quelle manière la crise Covid-19 a-t-elle impacté la consommation de cannabis et d'alcool des jeunes adultes consommateurs ?

#### *Variations des usages (fréquence et intensité)*

Les études font état de tendances différentes en matière de variations d'usage (augmentations ou diminutions) en fonction du type de public, de substance et de contexte. Nous retrouvons également ces mouvements dans nos résultats.

Pour les usagers de cannabis, une **distinction entre consommateurs occasionnels et consommateurs réguliers** avait notamment été relevée. Pendant les confinements, les fumeurs occasionnels auraient diminué voire stoppé leur usage et les fumeurs réguliers l'auraient augmenté (EMCDDA, 2020). Ce constat concorde avec certaines des dynamiques observées chez nos participants.

Quentin et Jade, présentant tous deux une consommation de cannabis occasionnelle et qualifiée de « sociale », ont stoppé leur usage pendant le confinement. Suite à la fermeture des salles de cours, ils sont retournés au domicile familial dans les premiers temps de crise. Des études ont ciblé le lieu de confinement choisi comme l'un des potentiels facteurs explicatifs de ces arrêts. Être loin des centres urbains habituels aurait rendu l'accès au cannabis moins aisé et retourner dans un contexte familial où la consommation n'est pas toujours tolérée ou connue aurait encouragé les jeunes adultes en ce sens (Briand Madrid et al., 2020 ; Gérome & Gandilhon, 2020). Il est intéressant de souligner que pour Nathan et Mathieu, ce retour au domicile familial n'a pas abouti à une diminution des quantités consommées. Les deux jeunes hommes présentant

un usage plus engagé, ce constat soutiendrait alors l'hypothèse selon laquelle ces arrêts et diminutions concerneraient des consommateurs occasionnels.

En ce qui concerne les participants présentant une consommation davantage installée dans le temps et individuelle, nous pouvons observer pour certains une augmentation de leur usage. C'est notamment le cas de Ludovic, Clément, Rosaline et Lola. Cette dernière est sans doute la participante ayant le plus intensifié sa consommation. Ceci est particulièrement intéressant lorsqu'on prend en compte le passif douloureux de la jeune fille (violence et maltraitance). Un niveau de stress élevé, comme celui qui a pu être induit par la pandémie, augmente le risque de passer à un usage excessif, encore plus chez des personnes préalablement fragilisées par des traumatismes (Lijffijt et al., 2014). De même, un trouble dissociatif de l'identité a été avancé en ce qui concerne la jeune fille. Bien évidemment, il faut rester prudent étant donné que ce diagnostic n'est pas officiel. Cependant, c'est un élément intéressant à prendre en compte ; la consommation de substances peut constituer un moyen de coping, particulièrement chez des individus qui présentent un trouble mental préexistant (Eurotox, 2021 ; Xiong et al., 2020).

Au-delà de cette distinction entre consommateurs occasionnels et réguliers, les analyses réalisées nous indiquent que cette période de crise a également offert à certains consommateurs l'opportunité d'intégrer des **temps de pause dans leurs usages**. C'est notamment le cas de Simon et de Mathieu. Les deux participants ont profité de la crise pour évaluer leur niveau de dépendance. Ces observations rejoignent celles d'une autre étude où les participants désignaient le confinement comme un moment particulier, une « occasion à saisir » pour se tester (Gérome & Gandilhon, 2020). Pour Mathieu, cette période d'auto-évaluation a été au-delà d'un simple test temporaire. Une véritable prise de conscience quant à sa consommation d'alcool s'est opérée au fil de la crise, avec pour conséquence la décision d'être abstinent pendant deux mois.

Les répercussions de la crise Covid-19 sur la **sphère professionnelle** ont également eu des implications en matière d'usage. Comme nous l'avons vu, plusieurs études ont démontré par le passé une relation entre le chômage et l'aggravation de l'usage de substances (De Goeij et al., 2015 ; Dom et al., 2016). Certaines recherches ont mis en avant ce lien particulièrement pour les consommateurs de cannabis âgés en-dessous de 35 ans (Chalmers & Ritter, 2011). Cette tendance se retrouve également dans nos résultats. En effet, sur l'ensemble de nos participants, cinq se sont retrouvés au chômage et parmi eux, quatre ont augmenté leur consommation de cannabis. Ce constat est similaire à ceux d'autres études menées lors de la crise Covid-19 (Briand Madrid et al., 2020 ; Levy et al., 2021).



Comme évoqué dans la première partie de ce mémoire, l'Horeca est l'un des premiers secteurs en termes d'usages de substances licites ou illicites (Bush & Lipari, 2015 ; Palle, 2015). Parmi nos participants ayant augmenté leur usage, deux font partie du secteur de l'Horeca. Il s'agit de Rosaline et de Lola. Pour Rosaline, reprendre ses fonctions en pleine crise alors que le virus circulait encore était une véritable source de stress. Ce constat n'est pas anodin lorsqu'on sait que des études ont montré des taux plus élevés de détresse psychique et d'utilisation de substances pour les employés poursuivant leurs activités dans la restauration en comparaison avec ceux au chômage (Bufqin et al., 2021). Le chômage imposé n'est donc pas le seul facteur susceptible d'aggraver les usages ; exercer en pleine pandémie et être exposé au virus donne lieu à un contexte de travail particulièrement insécurisant (Center for Disease Control and Prevention, 2020). Cette inquiétude de reprendre le travail alors que la crise battait son plein était d'ailleurs partagée par Clément et Ludovic. Notons que pour ce dernier, l'intensification de son usage était également un moyen de gérer le stress induit par le contact client rendu plus tendu suite à la crise.

Il est également important de souligner que ces constats relatifs à la sphère professionnelle ne s'appliquent pas pour tous nos participants. En effet, pour Dylan, ayant pourtant été à la fois au chômage et exposé au virus, aucun changement pour son usage de cannabis ne s'est opéré. Il en va de même pour Nathan qui, après avoir abandonné sa formation, a conservé une stabilité dans son usage tout au long de la crise. En ce qui concerne Mathieu, pourtant fortement exposé au virus lors de ces stages en aile Covid et en maison de repos, sa consommation s'est réduite à un joint par soir durant cette période. Cependant, le jeune kinésithérapeute fait état d'une consommation de THC plus importante sur *l'ensemble* de la crise ainsi que d'un usage d'alcool problématique par la suite. Les risques d'abus de substances post-crise sont bien connus chez les professionnels de la santé ayant exercé dans des zones à risque lors d'une pandémie (Wu et al., 2008). Nous sommes donc en mesure de nous questionner sur les répercussions réelles des activités de Mathieu dans le secteur de la santé en temps de crise sur sa consommation.

Enfin, une diminution de l'usage de l'alcool chez **les étudiants** était également mise en avant par la littérature (Maurage, 2020). Nous pouvons remarquer que ce fut effectivement le cas pour Quentin et Nathan qui, sans les contextes de consommation habituels (bars, festivals), ont diminué leur usage pendant les confinements. Cependant, les analyses individuelles de Quentin et de Jade nous apprennent que la réouverture du secteur de l'Horeca ainsi que la reprise de la vie estudiantine ont donné lieu à un « rebond » intense des consommations par la suite. Ce

retour à une consommation intense post-confinement n'est pas sans nous rappeler la hausse des intoxications à l'alcool en Italie dans la même période (Grigoletto et al., 2020).

### *Variations des usages (rituels)*

Nos résultats nous ont donné non seulement des indications sur les usages en termes de fréquence et d'intensité, mais également en termes de rituels.

**L'entourage direct** des participants en temps de confinement a joué un rôle primordial dans les modalités d'usage de substances. En effet, les pratiques de consommation des participants ont tendance à se greffer sur celles de leurs proches. Ce phénomène est particulièrement bien illustré par Lola qui nomme explicitement l'influence mutuelle de consommation qui s'est opérée entre elle et son partenaire. En ce qui concerne Jade, c'est par politesse qu'elle accepte l'alcool proposé lors des repas dans la famille de son ex-petit ami. L'étudiante montre à l'époque un désintérêt de plus en plus fort pour le cannabis. Confinée avec un compagnon non-consommateur, elle finit par abandonner cet usage. Nous retrouvons une tendance similaire chez Mathieu, où les apéros sont partagés en famille autour de la construction du potager. Il en va de même pour Clément qui explique avec humour avoir davantage pris l'apéro suite à l'influence de sa partenaire. Comme l'avance la littérature, consommer devient une occasion de passer du temps ensemble dans un contexte où la distanciation sociale rompt les liens avec l'extérieur (Caluzzi et al., 2021).

Au fil de la crise, des **consommations partagées avec des personnes extérieures au foyer** ont également eu lieu. Quentin a notamment pu faire part d'une véritable lassitude face au prolongement des mesures sanitaires lors du deuxième confinement. En réponse, plusieurs soirées estudiantines s'en sont suivies ; le besoin de contacts sociaux était trop fort. Ce constat rejoint ceux d'une recherche ayant détecté une faible compliance aux mesures de confinement de la part de jeunes avec un historique de consommation. Parmi ces participants, 44% d'entre eux avaient eu des contacts avec des proches vivant en dehors de leur foyer, contacts accompagnés d'une consommation d'alcool (Suffoletto et al., 2020). En ce qui concerne Dylan, nous pouvons également observer une variation dans ses rituels de consommation : pendant la pandémie, il diffère son usage de cannabis. Le jeune papa préfère attendre la visite d'un ami pour consommer, afin de partager un moment.

Enfin, **l'impact des bouleversements liés à la sphère professionnelle** sur les modes de consommation ne doivent pas être négligés. Le chômage imposé à plusieurs des participants a eu des répercussions importantes sur leurs rituels. Premièrement, les responsabilités liées au travail diminuent voire disparaissent (ne plus devoir rendre des comptes, ne plus devoir se rendre sur le lieu de travail...). Ludovic et Lola en particulier témoignent de ces aspects : confinés, ils se permettent une consommation plus importante, sur des périodes de temps habituellement réservées aux activités professionnelles. Lola parle à cet égard d'une « liberté » de consommation où elle s'est « laissé pousser des ailes ». La littérature rend également compte de cette dynamique où les restrictions personnelles habituelles des usagers fléchissent (Caluzzi et al., 2021). Lola évoque également que le fait de ne « croiser personne » l'a confortée dans un usage moins contrôlé. Le contrôle social habituellement exercé sur les consommateurs disparaît.

### ***Quand l'emerging adulthood et la crise COVID-19 s'entrechoquent***

Au travers de l'analyse du vécu des participants, nous pouvons remarquer qu'au-delà des effets de la crise sanitaire sur leur consommation, les processus propres à l'emerging adulthood en matière d'usage de substances (Arnett, 2005) viennent se mêler à l'ensemble.

**L'âge de l'Instabilité.** Comme nous l'avons vu, la vie du jeune adulte est traversée par de nombreux changements à cette période. Que ce soit en termes de lieux de vie, de choix de formation ou encore de partenaire, les transitions ne manquent pas et l'anxiété qu'elles peuvent provoquer rend l'usage de substances plus probable. La crise Covid-19, de par ses nombreuses implications dans le quotidien de nos participants, est venue s'ajouter à ces bouleversements préexistants. Les confinements ont été synonymes de retour au domicile familial pour plusieurs de nos sujets. La crise est également venue mettre en péril certains projets de formation : Nathan abandonne sa formation de régisseur suite à la crise et Lola voit les délais s'allonger pour son projet de reprise d'études. Dans cette période où l'instabilité est déjà présente, la crise est venue davantage déséquilibrer ces jeunes. Les propos de Nathan illustrent d'ailleurs très bien cette situation : « *Faire tomber une tour qui tombe déjà, ça change pas grand-chose quoi.* ».

**L'âge Auto-centré.** Même si le jeune adulte se veut indépendant à cette période, Arnett insiste sur l'importance de son réseau social, de ses amis. Ceux qui sont enclins à utiliser des drogues se choisissent entre eux : une fois leur relation formée, l'usage va augmenter étant donné qu'ils se procurent mutuellement le contexte social pour l'usage de substances. Nous pouvons

supposer que la mise en place de ce contexte a été rendue moins évidente par les confinements. Quentin et Jade, loin de leurs groupes d'amis consommateurs habituels, ont diminué leurs usages.

***L'âge de l'Entre-deux.*** Nous l'avons vu, les jeunes adultes profitent de cette période pour poser des actes qui ne seront plus considérés comme acceptables dans la suite de leur vie. L'usage de substances en fait partie. En plus des dynamiques de consommation créées par la crise, nous retrouvons également cette notion d'entre-deux chez plusieurs de nos participants. Quentin et Jade évoquent notamment leur dernière année d'études comme l'ultime occasion de profiter avant d'entrer dans la vie active, et donc de consommer. Nous observons l'effet inverse chez Simon, désormais actif professionnellement, et ciblant ses 25 ans comme « l'âge de la maturité ».

La pandémie Covid-19 ne joue donc pas seule sur le tableau des variations de consommation, les processus propres à ce stade de la vie viennent également s'imbriquer.

### Quelles sont les expériences négatives et les difficultés rencontrées ?

La réduction des interactions sociales, conséquence des mesures sanitaires, a provoqué chez plusieurs personnes un **sentiment de solitude**. L'usage de substances pouvait alors devenir pour les jeunes une manière de contrer cette émotion négative (Gérome & Gandilhon, 2020 ; Horigian et al., 2021). D'une manière générale, cette solitude n'est pas abordée en tant que telle par les participants. Il est certain que nous pouvons distinguer au fil des analyses un besoin de contacts sociaux durant la crise. Cependant, nous pouvons également constater que ce besoin a été rencontré grâce à la préservation des contacts en face à face. Cette dynamique se retrouve particulièrement chez Quentin qui outrepassa les mesures de confinement pour voir ses amis. Contrer les mesures devient un moyen d'éviter cette solitude qui probablement les menace. D'une manière plus importante encore, aucun participant n'a ciblé explicitement son usage comme une façon de gérer sa solitude. Cependant, il est intéressant de remarquer que c'est une stratégie qu'ils reconnaissent chez les autres consommateurs. Lorsqu'ils sont interrogés sur leur perception de l'impact de la crise sur les jeunes adultes, la solitude revient souvent comme facteur expliquant l'intensification des usages.

Nos résultats mettent également en avant que plusieurs des participants ont montré une **inquiétude pour leurs proches** au fil de la pandémie. Les nombreux décès liés au virus ont

fait de la mort une réalité plus tangible. Nous retrouvons cette crainte chez Dylan, anxieux que ses parents ne puissent pas être pris en charge le cas échéant dans un contexte hospitalier en crise. Jade a elle aussi pris conscience de la fragilité de la vie ; elle se montre davantage soucieuse de ses amis. Enfin, cette inquiétude s'est également matérialisée par l'évitement des contacts avec les personnes fragiles : soucieux de ne pas transmettre le virus, plusieurs participants ont limité les contacts avec leur famille. Pour Mathieu, cette restriction des contacts a donné lieu à un sentiment de culpabilité vis-à-vis de sa grand-mère, cette dernière étant coupée des liens habituels et bénéfiques pour elle.

Une **perception du futur troublée** constitue une autre difficulté rencontrée par les participants. Pour plusieurs d'entre eux, leurs perspectives d'avenir se sont retrouvées ébranlées par la crise. Pour Clément, il est désormais moins concevable d'envisager des projets sur le long terme ; la pandémie lui a montré que rien n'était immuable. Nathan témoigne également de cette incertitude suite à la crise. Déçu par les personnes n'ayant pas tenu leurs promesses de lui offrir un stage, il pense désormais qu'il ne faut jamais rien prendre pour acquis. En ce qui concerne Lola, reprendre des études était devenu inconcevable pour elle durant la pandémie. De même, ses démarches pour mener à bien ce projet étaient retardées. Pour la jeune fille, ce côté incertain de la situation était une source de stress supplémentaire. Ces constats ne sont pas sans rappeler l'intolérance à l'incertitude présentée plus tôt dans ce travail, sentiment susceptible de venir aggraver les symptômes d'anxiété ou de dépression (Carleton et al., 2012). La présence de ce sentiment chez les jeunes adultes au décours de la pandémie a été discutée (Glowacz & Schmits, 2020).

Une autre difficulté que nos résultats ont pu mettre en avant est la **naissance de conflits au sein de dyades de consommateurs**. Parmi nos participants, Lola et Nathan ont été confinés un temps avec un autre consommateur. Pour Lola, il s'agissait de son compagnon du moment. Des tensions sont survenues à propos du partage du stock de cannabis notamment, ce qui aura amené la jeune fille à acheter une consommation personnelle en supplément. En ce qui concerne Nathan, c'est avec sa sœur que des disputes ont éclaté. Les difficultés d'approvisionnement en cannabis ont engendré un stress rendant à son tour l'atmosphère plus lourde. Nathan finit par retourner chez ses parents, alors contraint de leur dévoiler son usage.

Cette **difficulté d'approvisionnement** se retrouve chez plusieurs de nos participants. Ludovic, Nathan et Dylan expliquent avoir connu des délais plus importants qu'à l'accoutumée avant d'être fournis. Ces difficultés d'accès aux provisions lors des confinements ont également été

relevées par la littérature (EMCDDA & Europol, 2020). Ludovic évoque également une qualité amoindrie du produit.

Enfin, l'application des **mesures sanitaires** a été difficilement acceptée par l'ensemble des participants. L'interdiction des rassemblements, les couvre-feux, le confinement, le port du masque ou encore la distanciation sociale sont autant de mesures qui ont pesé sur les quotidiens de ces jeunes adultes. Nous pouvons constater une usure de la motivation à respecter ces mesures sur le long terme : pour Quentin et Clément, ces restrictions deviennent insupportables à partir du deuxième confinement.

### Quelles sont les expériences positives et les bénéfices rencontrés ?

Nous l'avons vu, les effets bénéfiques de la crise sur la population ont peu été investigués par la littérature. Les résultats de notre recherche nous permettent de mieux appréhender les expériences positives vécues par ces jeunes adultes consommateurs.

Premièrement, le **temps supplémentaire** offert par la crise est une notion qui revient constamment dans le discours des participants. Se retrouver confiné chez soi a permis à tout un chacun de s'investir dans ses passions mais aussi de réaliser de nouveaux apprentissages, voire même de lancer des projets. Clément notamment s'est lancé en tant qu'indépendant pendant la crise. Passer plus de temps avec leurs proches était également un avantage. Pour les étudiants, le temps libre octroyé par les confinements leur a permis de s'investir davantage dans leur formation. Cette réappropriation du temps avait été mise en avant par une étude québécoise (Brassard, 2020).

Deuxièmement, la plupart des participants témoignent du **repos** dont ils ont pu bénéficier. Une impression de vacances est évoquée par plusieurs des jeunes consommateurs : ne pas avoir d'obligation a été salvateur pour certains. Pour Rosaline et Lola, cette période a été synonyme de véritable ressourcement pour le corps.

Troisièmement, la crise a également pu constituer un avantage sur le **plan financier** pour l'une de nos participantes. Lola, ne bénéficiant jusque-là d'aucun droit en Belgique sur le plan du chômage et du CPAS, a pu se voir octroyer pour la première fois un apport de l'Etat. Cet avantage concernant l'argent avait également été relevé par une étude témoignant des montants

supplémentaires perçus par certains consommateurs de cannabis lors de la crise (Bonar et al., 2021).

Enfin, même si la **perception de leur futur** a pu être complexifiée par la crise pour certains, elle a pu s'éclaircir pour d'autres. Pour Quentin et Dylan par exemple, les confinements se sont révélés être des temps de réflexion. Ils ont pu établir un bilan de leur parcours et se questionner sur leurs envies pour la suite.

### Quels sont les apprentissages retirés de la crise Covid-19 ?

Nos résultats nous apportent également de nouvelles données quant aux apprentissages réalisés par les jeunes adultes consommateurs au fil de la crise sanitaire. Ces apprentissages peuvent se scinder selon deux axes généraux : une meilleure connaissance de soi et une meilleure connaissance du monde.

La crise Covid-19, de par ses implications multiples dans les différentes sphères de la vie, a amené une **meilleure connaissance de soi**. Pour nos participants, se retrouver seuls face à eux-mêmes les a poussés à davantage être autonomes, dans un quotidien où les contacts sociaux étaient restreints. L'entourage ne pouvait plus être un appui et ils ont dû puiser dans leurs ressources personnelles. Pour Quentin et Dylan, les longues journées passées seuls leur ont appris à être davantage indépendants dans leurs tâches respectives. Ludovic quant à lui a aussi développé son autonomie suite à la demande accrue de services dans son magasin.

Enfin, les participants font systématiquement état d'une **meilleure connaissance du monde** dans lequel ils vivent, et plus précisément d'une meilleure compréhension du gouvernement belge. Les autorités sont perçues de manière négative par les participants au terme de la crise : ils peinent à comprendre la logique des mesures sanitaires appliquées. Ils regrettent plusieurs des décisions prises au fil de la crise et leur impact négatif sur plusieurs groupes de la population.

### 5.3. Limites

Il convient au terme de cette recherche d'aborder ses limites. Nous pouvons en effet remettre en question certaines de nos procédures méthodologiques.

Premièrement, une partie importante des entretiens était dédiée à l'élaboration de la trajectoire de consommation du participant. La construction de cette ligne du temps était essentielle à la compréhension de l'histoire de nos sujets et leur permettait également de nous donner un premier aperçu de leur usage de substances en temps de Covid. Néanmoins, cette partie de l'interview a parfois pu sembler énergivore pour les participants (rappel, structuration) et elle aurait sans doute pu être réduite. Davantage de temps aurait pu être consacré aux questions spécifiquement liées à la pandémie.

Deuxièmement, les repères temporels indiqués sur les lignes du temps (premier confinement, déconfinement et deuxième confinement) sont susceptibles d'avoir centré le récit des participants autour de ces événements. Même s'ils ont été questionnés dans la suite de l'entretien sur la globalité de la crise, cette distinction préalable a peut-être occulté certains éléments se produisant en dehors de ces temporalités.

Troisièmement, même si nous constatons des répercussions et pour l'usage d'alcool, et pour l'usage de cannabis, il est vrai que ces deux substances recouvrent des dynamiques de consommation qui leur sont propres. Nous avons décidé de mêler les deux au sein de ce travail, ce qui peut parfois complexifier l'analyse.

Enfin, rappelons que cette étude portait sur dix participants. Nous ne pouvons pas généraliser nos résultats à l'ensemble des jeunes adultes consommateurs. De même, nos participants étaient composés d'étudiants et de travailleurs, des statuts distinctifs qui peuvent avoir des implications différentes en termes d'usage de substances.

#### **5.4. Implications cliniques et perspectives futures**

Les résultats émergeant du présent mémoire ont permis de mettre en lumière de manière plus précise les réalités rencontrées par les jeunes adultes consommateurs en temps de crise Covid-19. Ils nous apportent une meilleure compréhension des dynamiques à l'œuvre derrière les variations d'usage, variations rencontrées ou non par les participants. Nous l'avons vu, certains participants ont augmenté leur usage, soit au cœur des confinements, soit après lors d'un retour à la vie normale.

Notre recherche a été menée au début de l'année 2022 ; à cette période, même si davantage de liberté nous était accordée, nous subissions toujours les conséquences de la pandémie. Une fois



la crise réellement terminée, il serait intéressant d'évaluer à nouveau les usages ainsi que le vécu des consommateurs. Cette évaluation pourrait être importante, particulièrement chez des individus qui auraient initié ou augmenté leur usage pendant la crise. Auraient-ils conservé une intensité de consommation semblable à celle de la crise ? Seraient-ils revenus à un usage plus modéré ?

Il serait également particulièrement intéressant de conduire le même type de recherche sur une population clinique. Mis à part Lola, aucun de nos participants n'était engagé dans un parcours de soins. Au vu des risques supplémentaires que cette population encourt en termes de santé mentale et d'usage de substances, il serait opportun de questionner ces personnes en termes de difficultés, bénéfices et apprentissages rencontrés. La crise a également modifié le fonctionnement des services spécialisés en assuétudes. Plusieurs études témoignent de l'impact de ces bouleversements sur la qualité de la relation thérapeutique (Dejong et al., 2020 ; Enns et al., 2020). Il pourrait donc être intéressant d'analyser les vécus des bénéficiaires à cet égard.

## 6. Conclusion

L'objectif de ce mémoire était *d'obtenir une meilleure compréhension du vécu des jeunes adultes consommateurs d'alcool et/ou de cannabis âgés entre 18 et 30 ans en temps de crise Covid-19*. Pour ce faire, nous avons structuré notre recherche autour de quatre grands axes : la consommation d'alcool et/ou de cannabis, les expériences négatives et difficultés rencontrées, les expériences positives et les bénéfices perçus, et enfin, les apprentissages retirés de la crise Covid-19. Afin d'investiguer ces domaines, une démarche qualitative a été adoptée. Dix participants ont été rencontrés lors d'entretiens semi-structurés et une analyse thématique a ensuite été réalisée.

Plusieurs lignes de force se dégagent quant à l'impact de la crise sur les usages d'alcool et de cannabis. Les fluctuations observées semblent liées d'une part, aux conséquences directes de la pandémie et d'autre part, aux profils spécifiques des individus.

Au fil de la crise, plusieurs participants ont augmenté leur consommation. Du jour au lendemain, le chômage temporaire les a contraints à basculer dans un quotidien remodelé et dépourvu de ses repères habituels. La disparition des obligations professionnelles, le manque d'occupation ou encore l'impression de vacances les ont amenés à une intensification de leur usage. Ceci est particulièrement vrai pour les consommateurs réguliers.

Pour les étudiants en particulier, les confinements ont été synonyme de diminution des usages. Privés de leurs contextes de consommation traditionnels, certains abandonnent leur usage de cannabis et tempèrent leur consommation d'alcool. Toutefois, la période « post-confinement » a inversé la tendance.

Soulignons que pour deux de nos participants, une stabilité dans l'usage de cannabis a été constatée. Les quantités achetées sont restées inchangées.

Enfin, la crise Covid-19 aura permis à deux de nos participants d'évaluer leur niveau de dépendance. Une remise en question de leur pratique les a amenés à expérimenter des temps d'arrêt dans leur usage.

L'analyse de nos résultats nous a ensuite conduit vers une meilleure compréhension des expériences négatives rencontrées par ces jeunes adultes, tant dans leur quotidien que dans leurs usages.

En matière de consommation, plusieurs participants relatent des difficultés d'approvisionnement. Nous avons également pu observer l'émergence de conflits au sein de dyades de consommateurs, liés principalement à la gestion des stocks de cannabis et à la promiscuité.

Le quotidien de nos participants a également beaucoup changé. Premièrement, l'interdiction des rassemblements a modifié les relations sociales. Tirillés entre l'envie de voir leurs proches et la peur de leur transmettre le virus, les participants ont oscillé entre préservation et évitement des contacts. S'ajoute à cela une préoccupation importante pour la santé de leurs proches. Deuxièmement, la reprise d'une activité professionnelle en pleine pandémie a donné à certains le sentiment de risquer leur santé. Enfin, l'incertitude liée au contexte sanitaire a pu rendre imprécis les pourtours de leur projet d'avenir.

Au-delà des difficultés, l'analyse de nos résultats souligne aussi les expériences positives vécues lors de la crise. Une réappropriation du temps s'opère : passions, loisirs et relations peuvent être pleinement réinvestis. Les confinements offrent des espaces de repos et de ressourcement bienvenus pour le corps et l'esprit. Loin d'un quotidien au rythme effréné, certains profitent d'un temps d'introspection propice à une réflexion sur leur avenir.

Enfin, ce mémoire fait part des apprentissages issus de la crise. Les jeunes adultes consommateurs font part d'un nouveau regard sur le monde. Ils soulignent leur perception négative du gouvernement : les décisions prises par les autorités au fil de la pandémie ne font pas toujours sens à leurs yeux. Leur questionnement dénonce les injustices et les inégalités engendrées par la crise. Malgré ces désillusions, certains participants témoignent d'une meilleure connaissance de soi. Privés de contacts sociaux, ils ont été amenés à puiser dans leurs ressources et ont ainsi pu acquérir davantage d'autonomie, pour appréhender et surmonter les écueils d'une crise sans précédent.

## 7. Bibliographie

Adams, P. R., & Adams, G. R. (1984). Mount Saint Helens's ashfall: Evidence for a disaster stress reaction. *American Psychologist*, 39(3), 252–260. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.39.3.252>

Alonso-Galbán, P., & Alemañy-Castilla, C. (2020). Curbing misinformation and disinformation in the COVID-19 era: A view from Cuba. *MEDICC Review*, 22(2), 45-46. <https://doi.org/10.37757/MR2020.V22.N2.12>

Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35(2), 235-254. <https://doi.org/10.1177%2F002204260503500202>

Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.

Arnett, J. J., Zukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18-29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(14\)00080-7](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(14)00080-7)

Artazcoz, L., Benach, J., Borrell, C., & Cortès, I. (2004). Unemployment and mental health: Understanding the interactions among gender, family roles, and social class. *American Journal of Public Health*, 94(1), 82–88. <https://doi.org/10.2105/ajph.94.1.82>

Best, D., Gow, J., Taylor, A., Knox, A., & White, W. (2011). Recovery from heroin or alcohol dependence: A qualitative account of the recovery experience in Glasgow. *Journal of Drug Issues*, 41(3), 359-377. <https://doi.org/10.1177/002204261104100303>

Bilevicius, E., Single, A., Rapinda, K. K., Bristow, L. A., & Keough, M. T. (2018). Frequent solitary drinking mediates the associations between negative affect and harmful drinking in emerging adults. *Addictive Behaviors*, 87, 115-121. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.06.026>

Bonar, E. E., Chapman, L., McAfee, J., Goldstick, J. E., Bauermeister, J. A., Carter, P. M., Young, S. D., & Walton, M. A. (2021). Perceived impacts of the COVID-19 pandemic on cannabis-using emerging adults. *Translational Behavioral Medicine*, 7(11), 1299-1309. <https://doi.org/10.1093/tbm/ibab025>

Boscarino, J. A., Adams, R. E., & Galea, S. (2006). Alcohol use in New York after the terrorist attacks: A study of the effects of psychological trauma on drinking behavior. *Addictive behaviors*, 31(4), 606–621. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2005.05.035>

Brassard, N. (2020). COVID-19 et les retombées positives : L'autre côté de la médaille ! *Ad Machina*, 4(1), 25-38. <https://doi.org/10.1522/radm.no4.1241>

Briand Madrid, L., Donadille, C., Martin, V., Appel, L., Le Brun Gadelius, M., Mezaache, S., & Roux, P. (2020). Enquête CANNAVID : Modifications de la consommation de cannabis chez les usagers quotidiens en période de pandémie de Covid-19. *Psychotropes*, 26(2-3), 141-163. <https://doi.org/10.3917/psyt.262.0141>

Buchwald, D. S., Rea, T. D., Katon, W. J., Russo, J. E., & Ashley, R. L. (2000). Acute infectious mononucleosis: Characteristics of patients who report failure to recover. *The American Journal of Medicine*, 109(7), 531-537. [https://doi.org/10.1016/S0002-9343\(00\)00560-X](https://doi.org/10.1016/S0002-9343(00)00560-X)

Bufquin, D., Park, J.-Y., Back, R. M., Vieira de Souza Meira, J., & Hight, S. K. (2021). Employee work status, mental health, substance use, and career turnover intentions: An examination of restaurant employees during COVID-19. *International Journal of Hospitality Management*, 93. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102764>

Bush, D.M., & Lipari, R.N. (2015) Substance use and substance use disorder by industry. In: *The Center for Behavioral Health Statistics and Quality Report. Substance Abuse and Mental Health Services Administration*. [https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/report\\_1959/ShortReport-1959.html?mod=article\\_inline](https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/report_1959/ShortReport-1959.html?mod=article_inline)

Caluzzi, G., Pennay, A., Laslett, A.-M., Callinan, S., Room, R. & Dwyer, R. (2021). Beyond ‘drinking occasions’: Examining complex changes in drinking practices during COVID-19. *Drug and Alcohol Review*. <https://doi.org/10.1111/dar.13386>

Carleton, R. N., Mulvogue, M. K., Thibodeau, M. A., McCabe, R. E., Antony, M. M., & Asmundson, G. J. G. (2012). Increasingly certain about uncertainty: Intolerance of uncertainty across anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(3), 468-479. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.01.011>

Center for Disease Control and Prevention. (2020). *Employees: How to cope with job stress and build resilience during the COVID-19 pandemic*. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/mental-health-non-healthcare.html>

Chakroun, N., Doron, J., & Swendsen, J. (2005). Fréquences de la consommation de substances psychoactives et de la psychopathologie chez de jeunes adultes en première année d’université. *Annales Médico-psychologiques*, 165(10), 714-718. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2005.10.006>

Chalmers, J., & Ritter, A. (2011). The business cycle and drug use in Australia: Evidence from repeated cross-sections of individual level data. *International Journal of Drug Policy*, 22(5), 341-352. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2011.03.006>

Chassin, L., Pitts, S. C., & Prost, J. (2002). Binge drinking trajectories from adolescence to emerging adulthood in a high-risk sample: Predictors and substance abuse outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(1), 67-78. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.70.1.67>

Chen, K., & Kandel, D. B. (1995). The natural history of drug use from adolescence to the mid-thirties in a general population sample. *American Journal of Public Health*, 85(1), 41-47. <https://doi.org/10.2105/ajph.85.1.41>

Coffey, C., Lynskey, M., Wolfe, R., & Patton, G. C. (2000). Initiation and progression of cannabis use in a population-based Australian adolescent longitudinal study. *Addiction*, 95(11), 1679-1690. <https://doi.org/10.1046/j.1360-0443.2000.951116798.x>

Compton, W. M., Gfroerer, J., Conway, K. P., & Finger, M. S. (2014). Unemployment and substance outcomes in the United States 2002-2010. *Drug and Alcohol Dependence*, 142(1), 350-353. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2014.06.012>

Conseil Supérieur de la Santé. (2018). *Risques liés à la consommation d'alcool*. Service public Fédéral de la Santé publique, de la Sécurité de la Chaîne alimentaire et de l'Environnement. [https://www.health.belgium.be/sites/default/files/uploads/fields/fpshealth\\_theme\\_file/css\\_9438\\_avis\\_alcool.pdf](https://www.health.belgium.be/sites/default/files/uploads/fields/fpshealth_theme_file/css_9438_avis_alcool.pdf)

Cooper, M. L. (1994). Motivations for alcohol use among adolescents: Development and validation of a four-factor model. *Psychological Assessment*, 6(2), 117-128. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1040-3590.6.2.117>

Copeland, J., & Swift, W. (2009) Cannabis use disorder: Epidemiology and management. *International Review of Psychiatry*, 21(2), 96-103. <https://doi.org/10.1080/09540260902782745>

Czeisler, M., Lane, R., Petrosky, E., Wiley, J., Christensen, A., Njai, R., Weaver, M., Robbins, R., Facer-Childs, E., Barger, L., Czeisler, C., Howard, M., & Rajaratnam, S. (2020). Mental health, substance use, and suicidal ideation during the COVID-19 pandemic – United States, June 24-30, 2020. *Centers for Disease Control and Prevention*, 69(32), 1049-1057. <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm6932a1>

De Goeij, M. C., Suhrcke, M., Toffolutti, V., Van de Mheen, D., Schoenmakers, T. M., & Kunst, A.E. (2015). How economic crises affect alcohol consumption and alcohol-related health problems: A realist systematic review. *Social Science and Medicine*, 131(1), 131-46. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.02.025>

DeJong, C., DeJong Verhagen, J. G., Pols, R., Verbrugge, C., & Baldacchino, A. (2020). Psychological impact of the acute COVID-19 period on patients with substance use disorders: We are all in this together. *Basic and Clinical Neuroscience*, 11(2), 207-216. <https://doi.org/10.32598/bcn.11.covid19.2543.1>

De Man, J., Rens, E., Wouters, E., Van den Broeck, K., Buffel, V., & Lorant, V. (2021). L'effet du confinement lié au COVID-19 sur la santé mentale des jeunes. *Percentile*, 26(1), 19-21.

[https://dial.uclouvain.be/pr/boreal/object/boreal%3A244500/datastream/PDF\\_01/view](https://dial.uclouvain.be/pr/boreal/object/boreal%3A244500/datastream/PDF_01/view)

Dom, G., Samochowiec, J., Evans-Lacko, S., Wahlbeck, K., Van Hal, G., & McDaid, D. (2016). The impact of the 2008 economic crisis on substance use patterns in the countries of the European Union. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(1), 122. <https://doi.org/10.3390/ijerph13010122>

Duckham, R. L., Procter-Gray, E., Hannan, M. T., Leveille, S. G., Lipsitz, L. A., & Li, W. (2013). Sex differences in circumstances and consequences of outdoor and indoor falls in older adults in the MOBILIZE Boston cohort study. *BMC Geriatrics*, 13, 133. <https://doi.org/10.1186/1471-2318-13-133>

Eliason, M. (2014). Alcohol-related morbidity and mortality following involuntary job loss: Evidence from Swedish register data. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 75(1), 35-46. <https://doi.org/10.15288/jsad.2014.75.35>

Enns, A., Pinto, A., Venugopal, J., Grywacheski, V., Gheorghe, M., Kakkar, T., Farmanara, N., Deb, B., Noon, A., & Orpana, H. (2020). Substance use and related harms in the context of COVID-19: A conceptual model. *Health promotion and chronic disease prevention in Canada: research, policy and practice*, 40(11-12), 342–349. <https://doi.org/10.24095/hpcdp.40.11/12.03>

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. (2019). *Belgium: Belgium country drug report 2019*. [https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/11345/belgium-cdr-2019\\_0.pdf](https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/11345/belgium-cdr-2019_0.pdf)

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. (2020). *Impact of COVID-19 on patterns of drug use and drug-related harms in Europe*. [https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/13130/EMCDDA-Trendspotter-Covid-19-Wave-2\\_1.pdf](https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/13130/EMCDDA-Trendspotter-Covid-19-Wave-2_1.pdf)



European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction & Europol. (2020). *EU drug markets: Impact of COVID-19*. Publications Office of the European Union. [https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/13097/EU-Drug-Markets\\_Covid19-impact\\_final.pdf](https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/13097/EU-Drug-Markets_Covid19-impact_final.pdf)

Eurotox. (2020a). *Enquête COVID-19 et drogues – Phase 2*. <https://eurotox.org/2021/03/03/3661/>

Eurotox. (2020b). *Enquête européenne COVID-19 & Drogues – Belgique*. [https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/Trans-european-COVID-19-survey\\_Belgique.pdf](https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/Trans-european-COVID-19-survey_Belgique.pdf)

Eurotox. (2021). « Prévenir plutôt que guérir » : Les effets des crises sanitaires et économiques sur l'usage de drogues. [https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/Crises-et-usage-de-drogues\\_2021.pdf](https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/Crises-et-usage-de-drogues_2021.pdf)

Fabelo-Roche, J. R., Iglesias-Moré, S., & Gómez-García, A. M. (2021). Persons with substance abuse disorders and other addictions: Coping with the COVID-19 pandemic. *MEDICC Review*, 23(2), 55–63. <https://doi.org/10.37757/MR2021.V23.N2.2>

Fischer, V. J. (1991). Combat exposure and the etiology of postdischarge substance abuse problems among Vietnam veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 4(2), 251–277. <https://doi.org/10.1002/jts.2490040208>

Flory, K., Lynam, D., Milich, R., Leukefeld, C., & Clayton, R. (2004). Early adolescent through young adult alcohol and marijuana use trajectories: Early predictors, young adult outcomes, and predictive utility. *Development and Psychopathology*, 16(1), 193–213. <https://doi.org/10.1017/S0954579404044475>

Frone, M. R., & Trinidad, J. R. (2012). Relation of supervisor social control to employee substance use: Considering the dimensionality of social control, temporal context of substance use, and substance legacy. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 73(2), 303–310. <https://psycnet.apa.org/doi/10.15288/jsad.2012.73.303>

Gache, P., Michaud, P., Landry, U., Accietto, C., Arfaoui, S., Wenger, O., & Daeppen, J.-B. (2006). The Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT) as a screening tool for excessive drinking in primary care : Reliability and validity of a French version. *Alcoholism : Clinical and Experimental Research*, 29(11), 2001-2007. <https://doi.org/10.1097/01.alc.0000187034.58955.64>

Galea, S., Nandi, A., & Vlahov, D. (2005). The epidemiology of post-traumatic stress disorder after disasters. *Epidemiologic Reviews*, 27(1), 78–91. <https://doi.org/10.1093/epirev/mxi003>

Garcy, A. M., & Vågerö, D. (2012). The length of unemployment predicts mortality, differently in men and women, and by cause of death: A six year mortality follow-up of the Swedish 1992-1996 recession. *Social Science & Medicine*, 74(12), 1911-1920. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2012.01.034>

Gautier, M. (2021, 29 novembre). *Nombre d'infections dues au coronavirus par pays du monde 28 novembre 2021*. Statista. <https://fr.statista.com/statistiques/1091585/morts-infections-coronavirus-monde/>

Gérome, C., & Gandilhon, M. (2020). *Usages, offre de drogues et pratiques professionnelles au temps du COVID-19 : Les observations croisées du dispositif TREND (N°2)*. <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/Bulletin-TREND-COVID-2.pdf>

Gisle, L. (2020). *Geestelijke gezondheid - gezondheidsenquête 2018*. Scienscano. [https://his.wiv-isp.be/nl/Gedeelde%20%20documenten/MH\\_NL\\_2018.pdf](https://his.wiv-isp.be/nl/Gedeelde%20%20documenten/MH_NL_2018.pdf)

Gisle, L., Demarest, S., & Drieskens, S. (2019). *Enquête de santé 2018 : Consommation d'alcool*. [https://www.sciensano.be/sites/default/files/al\\_report\\_2018\\_fr\\_v4.pdf](https://www.sciensano.be/sites/default/files/al_report_2018_fr_v4.pdf)

Gisle, L., & Drieskens, S. (2019). *Enquête de santé 2018: Usage des drogues*. [https://www.sciensano.be/sites/default/files/id\\_report\\_2018\\_fr\\_v3.pdf](https://www.sciensano.be/sites/default/files/id_report_2018_fr_v3.pdf)

Glowacz, F., & Schmits, E. (2020). Psychological distress during the COVID-19 lockdown: The young adults most at risk. *Psychiatric Research*, 293, 113486. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113486>

Grieger, T. A., Fullerton, C. S., & Ursano, R. J. (2003). Posttraumatic stress disorder, alcohol use, and perceived safety after the terrorist attack on the pentagon. *Psychiatric Services*, 54(10), 1380-1382. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.54.10.1380>

Griffin, J. (2010). *The lonely society?* Mental Health Foundation.

Grigoletto, V., Cognigni, M., Occhipinti, A. A., Abbracciavento, G., Carrozzi, M., Barbi, E., & Cozzi, G. (2020). Rebound of severe alcoholic intoxications in adolescents and young adults after COVID-19 lockdown. *Journal of Adolescent Health*, 67(5), 727-729. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.08.017>

Hall, W.D., & Degenhardt, L. (2007). Prevalence and correlates of cannabis use in developed and developing countries. *Current Opinion in Psychiatry*, 20(4), 393–397. doi: 10.1097/YCO.0b013e32812144cc

Hasin, D. S., Kerridge, B. T., Saha, T. D., Huang, B., Pickering, R., Smith, S. M., Jung, J., Zhang, H., & Grant, B. F. (2016). Prevalence and correlates of DSM-5 cannabis use disorder, 2012-2013: Findings from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions-III. *The American Journal of Psychiatry*, 173(6), 588-599. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2015.15070907>

Hawke, L. D., Barbic S. P., Voineskos, A., Szatmari, P., Cleverley, K., Hayes, E., Relihan, J., Daley, M., Courtney, D., Cheung, A., Darnay, K., & Henderson, J. L. (2020). Impacts of COVID-19 on youth mental health, substance use, and well-being: A rapid survey of clinical and community samples. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 65(10), 701-709. <https://doi.org/10.1177/0706743720940562>

Herttua, K., Mäkelä, P., & Martikainen, P. (2007). Differential trends in alcohol-related mortality: A register-based follow-up study in Finland in 1987–2003. *Alcohol and Alcoholism*, 42(5), 456-464. <https://doi.org/10.1093/alcalc/agl099>

Horigian, V. E., Schmidt, R. D., & Feaster, D. J. (2020). Loneliness, mental health, and substance use among US young adults during COVID-19. *Journal of Psychoactive Drugs*, 53(1), 1-9. <https://doi.org/10.1080/02791072.2020.1836435>

Jackson, K. M., Merrill, J. E., Stevens, A. K., Hayes, K. L., & White, H. R. (2021). Changes in alcohol use and drinking context due to the COVID-19 pandemic: A multimethod study of college student drinkers. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 45(4), 752-764. <https://doi.org/10.1111/acer.14574>

Kapfhammer, H. P., Rothenhäusler, H. B., Krauseneck, T., Stoll, C., & Schelling, G. (2004). Posttraumatic stress disorder and health-related quality of life in long-term survivors of acute respiratory distress syndrome. *The American Journal of Psychiatry*, 161(1), 45-52. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.161.1.45>

Kraemer, K. M., McLeish, A. C., & O'Bryan, E. M. (2015). The role of intolerance of uncertainty in terms of alcohol use motives among college students. *Addictive Behaviors*, 42, 162-166. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.11.033>

Kuntsche, E., Knibbe, R., Gmel, G., & Engels, R. (2005). Why do young people drink? A review of drinking motives. *Clinical Psychology Review*, 25(7), 841-861. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.06.002>

Lázaro-Pérez, C., Martínez-López, J. A., & Gómez-Galán, J. (2020). Addictions in Spanish college students in confinement times: Preventive and social perspective. *Social Sciences*, 9(11), 1-21. <https://doi.org/10.3390/socsci9110195>

Lee, A. M., Wong, J. G., McAlonan, G. M., Cheung, V., Cheung, C., Sham, P. C., Chu, C. M., Wong, P. C., Tsang, K. W., & Chua, S. E. (2007). Stress and psychological distress among

SARS survivors 1 year after the outbreak. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 52(4), 233-40. <https://doi.org/10.1177%2F070674370705200405>

Levy, I., Cohen-Louck, K., & Bonny-Noach, H. (2021). Gender, employment, and continuous pandemic as predictors of alcohol and drug consumption during the COVID-19. *Drug and Alcohol Dependence*, 228, 109029. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2021.109029>

Lijffijt, M., Hu, K., & Swann, A. C. (2014). Stress modulates illness-course of substance use disorders: A translational review. *Frontiers in Psychiatry*, 5, 83. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2014.00083>

Lindman, R. (1982). Social and solitary drinking: Effects on consumption and mood in male social drinkers. *Physiology & Behavior*, 28(6), 1093-1095. [https://doi.org/10.1016/0031-9384\(82\)90181-0](https://doi.org/10.1016/0031-9384(82)90181-0)

Linz, S. J., & Sturm, B. A. (2013). The phenomenon of social isolation in the severely mentally ill. *Perspectives in Psychiatric Care*, 49(4), 243-254. <https://doi.org/10.1111/ppc.12010>

Maurage, P. (2020). *Synthèse des premiers résultats de l'enquête « Consommation d'alcool et confinement » réalisée auprès de la population belge francophone*. UCLouvain. [https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/EnqueteAlcool\\_UCL\\_Rapport.pdf](https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/EnqueteAlcool_UCL_Rapport.pdf)

Mental Health America. (2017). *Mind the workplace*. <https://www.mhanational.org/sites/default/files/Mind%20the%20Workplace%20-%20MHA%20Workplace%20Health%20Survey%202017%20FINAL.pdf>

Miller, K., Laha-Walsh, K., Albright, D. L., & McDaniel, J. (2021). Cannabis use during the COVID-19 pandemic: Results from a longitudinal study of cannabis users. *Journal of Substance Use*, 27(1), 38-42. <https://doi.org/10.1080/14659891.2021.1885517>

National Restaurant Association. (2020). *The restaurant industry impact survey*. <https://restaurant.org/manage-my-restaurant/business-operations/covid19/research/industry-research>

Nelson, L. J. (2021). The theory of emerging adulthood 20 years later: A look at where it has taken us, what we know now, and where we need to go. *Emerging Adulthood*, 9(3), 179-188. <https://doi.org/10.1177/2167696820950884>

Nordløykken, A., Pape, H., Wentzel-Larsen, T., & Heir, T. (2013). Changes in alcohol consumption after a natural disaster: A study of Norwegian survivors after the 2004 Southeast Asia tsunami. *BMC Public Health*, 13(1), 58. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-58>

North, C. S., Kawasaki, A., Spitznagel, E. L., & Hong, B. A. (2004). The course of PTSD, major depression, substance abuse, and somatization after a natural disaster. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 192(12), 823-829. DOI: 10.1097/01.nmd.0000146911.52616.22

Obradovic, I. (2013). *Guide pratique des principaux outils de repérage de l'usage problématique de cannabis chez les adolescents*. Observatoire Français des Drogues et des Toxicomanies – Fédération Addiction. [https://www.grea.ch/sites/default/files/guide-pratique-des-outils-de-reperage\\_def.pdf](https://www.grea.ch/sites/default/files/guide-pratique-des-outils-de-reperage_def.pdf)

Oglesby, M. E., Albanese, B. J., Chavarria, J., & Schmidt, N. B. (2014). Intolerance of uncertainty in relation to motives for alcohol use. *Cognitive Therapy and Research*, 39, 356-365. <https://doi.org/10.1007/s10608-014-9665-1>

Organisation Mondiale de la Santé. (2020, 9 décembre). *L'OMS lève le voile sur les principales causes de mortalité et d'incapacités dans le monde : 2000-2019*. <https://www.who.int/fr/news/item/09-12-2020-who-reveals-leading-causes-of-death-and-disability-worldwide-2000-2019>

Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). “Pandemic fear” and COVID-19: Mental health burden and strategies. *Brazilian Psychiatric Association*, 42(3), 232-235. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>

Paillé, P. (2009). Qualitative (analyse). Dans Muchchielli, A. (dir.), *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines et sociales* (3<sup>e</sup> éd., p. 202-205). Armand Colin.

Paillé, P., & Mucchielli, A. (2021). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales* (5<sup>e</sup> éd.). Armand Colin.

Palamar, J., Le, A., & Acosta, P. (2021). Shifts in drug use behaviour among electronic dance music partygoers in New York during COVID-19 social distancing. *Substance Use & Misuse*, 56(2), 238-244. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2021.108580>

Palle, C. (2015). *Synthèse de la revue de littérature sur les consommations de substances psychoactives en milieu professionnel*. Observatoire Français des Drogues et des Toxicomanies. <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eisxcpva.pdf>

Park, C. L., Russell, B. S., Fendrich, M., Finkelstein-Fox, L., Hutchison, M., & Becker, J. (2020). Americans' COVID-19 stress, coping, and adherence to CDC Guidelines. *Journal of General Internal Medicine*, 35(8), 2296-2303. <https://doi.org/10.1007/s11606-020-05898-9>

Perrin, P. C., McCabe, O. L., Everly, G. S., & Links, J. M. (2009). Preparing for an influenza pandemic: Mental health considerations. *Prehospital and Disaster Medicine*, 24(3), 223-230. <https://doi.org/10.1017/S1049023X00006853>

Petersen, J., Kaye, J., Jacobs, P. G., Quinones, A., Dodge, H., Arnold, A., & Thielke, S. (2016). Longitudinal relationship between loneliness and social isolation in older adults: Results from the cardiovascular health study. *Journal of Aging and Health*, 28(5), 775-795. <https://doi.org/10.1177/0898264315611664>

Reardon, S. (2015). Ebola's mental-health wounds linger in Africa. *Nature*, 519, 13-14. [doi:10.1038/519013a](https://doi.org/10.1038/519013a)

Rens E., Smith P., Nicaise P., Lorant V., & Van den Broeck, K. (2021). Mental distress and its contributing factors among young people during the first wave of COVID-19: A Belgian survey study. *Front Psychiatry*, 12, 575553. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.575553>

Rettie, H., & Daniels, J. (2020). Coping and tolerance of uncertainty: Predictors and mediators of mental health during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 76(3), 427-437. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/amp0000710>

Schmits, E., & Glowacz, F. (2021). Changes in alcohol during the COVID-19 pandemic: Impact of the lockdown conditions and mental health factors. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00432-8>

Sciensano. (2020a). *Cinquième enquête de santé COVID-19 : Résultats préliminaires*. [https://www.sciensano.be/sites/default/files/report5\\_covid-19his\\_fr.pdf](https://www.sciensano.be/sites/default/files/report5_covid-19his_fr.pdf)

Sciensano. (2020b). *Deuxième enquête de santé COVID-19 : Résultats préliminaires*. [https://www.sciensano.be/sites/default/files/report2\\_covid-19his\\_fr.pdf](https://www.sciensano.be/sites/default/files/report2_covid-19his_fr.pdf)

Sciensano. (2020c). *Résultats préliminaires sur l'usage et l'offre de substances illégales pendant la crise du coronavirus*. [https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/WebSurveyDrugs\\_W1\\_FR.pdf](https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/WebSurveyDrugs_W1_FR.pdf)

Sciensano. (2021). *Rapport thématique : L'usage et l'offre de drogues durant la pandémie de COVID-19 en Belgique – Résultats de l'enquête en ligne Drogues & COVID-19 en 2020*. [https://covid-19.sciensano.be/sites/default/files/Covid19/COVID-19\\_THEMATIC%20REPORT\\_USAGE%20ET%20OFFRE%20DE%20DROGUES%20DURANT%20LA%20PAND%20C3%89MIE%20DE%20COVID-19\\_FR.pdf](https://covid-19.sciensano.be/sites/default/files/Covid19/COVID-19_THEMATIC%20REPORT_USAGE%20ET%20OFFRE%20DE%20DROGUES%20DURANT%20LA%20PAND%20C3%89MIE%20DE%20COVID-19_FR.pdf)

Shimizu, S., Aso, K., Noda, T., Ryukei, S., Kochi, Y., & Yamamoto, N. (2000). Natural disasters and alcohol consumption in a cultural context: The Great Hanshin Earthquake in Japan. *Addiction*, 95(4), 529–536. <https://doi.org/10.1046/j.1360-0443.2000.9545295.x>

Simani, L., Ramezani, M., Darazam, I. A., Sagharichi, M., Aalipour, M. A., Ghorbani, F. & Pakdaman, H. (2021) Prevalence and correlates of chronic fatigue syndrome and post-traumatic stress disorder after the outbreak of the COVID-19. *Journal of NeuroVirology*, 27(1), 154–159. <https://doi.org/10.1007/s13365-021-00949-1>



Skrzynski, C. J., & Creswell, K. G. (2020). Associations between solitary drinking and increased alcohol consumption, alcohol problems, and drinking to cope motives in adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *Addiction*, 115(11), 1989-2007. <https://doi.org/10.1111/add.15055>

Skrzynski, C., Creswell, K. G., Bachrach, R. L., & Chung, T. (2018). Social discomfort moderates the relationship between drinking in response to negative affect and solitary drinking in underage drinkers. *Addictive Behaviors*, 78, 124-130. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.11.009>

Société Française d'Alcoologie. (2015). *Mésusage de l'alcool : Dépistage, diagnostic et traitement. Recommandation de bonne pratique*. <http://www.sfalcoologie.asso.fr/download/RBP2014-SFA-Mesusage-AA.pdf>

Spilka, S., Richard, J.-B., Le Nézet, O., Janssen, E., Brissot, A., Philippon, A., Shah, J., Chyderiotis, S., Andler, R., & Cordogan, C. (2018). *Les niveaux d'usage des drogues illicites en France en 2017*. Observatoire Français des Drogues et des Toxicomanies. <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/eftxssyb.pdf>

Stévenot, C., & Hogge, M. (2021). *Tableau de bord de l'usage de drogues et ses conséquences socio-sanitaires en Wallonie*. Eurotox. [https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/Eurotox-TB-2020-Wallonie\\_3tma.pdf](https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/Eurotox-TB-2020-Wallonie_3tma.pdf)

Stone, A. L., Becker, L. G., Huber, A. M., & Catalano, R. F. (2012). Review of risk and protective factors of substance use and problem use in emerging adulthood. *Addictive Behaviors*, 37(7), 747-775. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2012.02.014>

Stuckler, D., Basu, S., Suhrcke, M., Coutts, A., & McKee, M. (2009). The public health effect of economic crises and alternative policy responses in Europe: An empirical analysis. *The Lancet*, 374(9686), 315-323. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(09\)61124-7](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(09)61124-7)

Suffoletto, B., Ram, N., & Chung, T. (2020). In-person contacts and their relationship with alcohol consumption among young adults with hazardous drinking during a pandemic. *The Journal of Adolescent Health*, 67(5), 671-676. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.08.007>

Tubiana, L., Gemenne, F., & Magnan, A. (2010). *Anticiper pour s'adapter : Le nouvel enjeu du changement climatique*. Pearson Education.

van Laar, M. W., Oomen, P. E., van Miltenburg, C., Vercoulen, E., Freeman, T. P., & Hall, W. D. (2020). Cannabis and COVID-19: Reasons for Concern. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 601653. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.601653>

Villalobos Gallegos, L., Pérez López, A., Mendoza Hassey, R., Graue Moreno, J., & Marín Navarrete, R. (2015). Psychometric and diagnostic properties of the Drug Abuse Screening Test (DAST): Comparing the DAST-20 vs. the DAST-10. *Salud Mental*, 38(2), 89-94. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.012>

Wardell, J. D., Kempe, T., Rapinda, K. K., Single, A., Bilevicius, E., Frohlich, J. R., Hendershot, C. S., & Keough, M. T. (2020). Drinking to cope during COVID-19 pandemic: The role of external and internal factors in coping motive pathways to alcohol use, solitary drinking, and alcohol problems. *Alcoholism Clinical & Experimental Research*, 44(10), 2073-2083. <https://doi.org/10.1111/acer.14425>

Wojtyniak, B., Moskalewicz, J., Stokwiszewski, J. & Rabczenko, D. (2005). Gender-specific mortality associated with alcohol consumption in Poland in transition. *Addiction*, 100(12), 1779-1789. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2005.01247.x>

Wu, P., Liu, X., Fang, Y., Fan, B., Fuller, C. J., Guan, Z., Yao, Z., Kong, J., Lu, J., & Litvak, I. J. (2008). Alcohol abuse/dependence symptoms among hospital employees exposed to a SARS outbreak. *Alcohol and alcoholism (Oxford, Oxfordshire)*, 43(6), 706–712. <https://doi.org/10.1093/alcalc/agn073>

Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M. W., Gill, H., Phan, L., Chen-Li, D., Iacobucci, M., Ho, R., Majeed, A., & McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health

in the general population: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 277, 55-64.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001>

# **ANNEXES**

## **Annexe 1 : Questions du guide d'entretien**

1. *La crise Covid-19 a affecté chacun d'entre nous. Comment t'a-t-elle affecté toi ?*
2. *De quelle manière la crise Covid-19 a-t-elle affecté ta consommation d'alcool et/ou de cannabis ? Par « crise Covid-19 », nous entendons les éléments suivants : les différents confinements et déconfinements, les mesures imposées par le gouvernement, le contexte global incertain...*
3. *Que ce soit dans ton quotidien ou en lien avec ta consommation, quelles sont les difficultés et/ou les expériences négatives que tu as rencontrées depuis le début de la crise sanitaire ?*
4. *Que ce soit dans ton quotidien ou en lien avec ta consommation, quels sont les bénéfices et/ou effets positifs que tu as rencontrés depuis le début de la crise sanitaire ?*
5. *Quels sont les apprentissages que tu retires de la crise Covid-19 ?*
6. *Tu m'as beaucoup parlé de la manière dont la pandémie de Covid-19 t'avait affecté toi ainsi que ta consommation de substances. Mais à ton avis, de quelle manière la crise Covid-19 a-t-elle influencé les jeunes adultes consommateurs ?*

## **Annexe 2 : Formulaire d'information au volontaire**



Faculté de Psychologie, Logopédie et des Sciences de l'Education

Comité d'éthique

PRESIDENTE : Fabienne COLLETTE

SECRETAIRE : Annick COMBLAIN

### **Formulaire d'information au volontaire**

#### **TITRE DE LA RECHERCHE**

Consommation de substances chez les jeunes adultes (18-30 ans) pendant et après la crise COVID-19

#### **CHERCHEUR / ETUDIANT RESPONSABLE**

Marine Jacob, étudiante de Master (Faculté de Sciences Psychologiques, Logopédiques et Sciences de l'Education), marine.jacob@student.uliege.be

#### **PROMOTEUR**

Fabienne Glowacz

Université de Liège

Service Psychologie de la délinquance, des inadaptations sociales et des processus d'insertion

Bât. B33

Quartier Agora

Place des Orateurs, 1

4000, Liège

## DESCRIPTION DE L'ETUDE

Depuis maintenant deux ans, nous avons été touchés de plein fouet par la crise COVID-19. Au fil des mois, chacun d'entre nous a dû s'adapter à ce contexte inédit. Dans le cadre de ma dernière année d'étude en psychologie, j'ai décidé d'inscrire mon mémoire dans ce contexte tout particulier. En effet, j'ai choisi de m'intéresser aux jeunes adultes consommateurs réguliers d'alcool et/ou de cannabis. Si vous lisez ces premières lignes, c'est sans doute que vous vous êtes reconnus dans ce descriptif. Comment avez-vous vécu la crise et les différents confinements ? Quels sont les moments qui ont été les plus difficiles ? Est-ce que de nouvelles opportunités se sont éventuellement offertes à vous ? Que pouvez-vous dire de votre consommation dans ce contexte ? Non seulement nous nous intéresserons à votre vécu *pendant* la crise, mais également à la manière dont vous avez traversé « *l'après* ». C'est en vue de répondre à ces questions que nous avons tout particulièrement besoin de vous.

Pour ce faire, nous vous rencontrerons dans le cadre d'une interview d'une heure trente. Pendant celle-ci, plusieurs exercices vous seront proposés :

- La **réalisation d'une ligne du temps** (ligne concernant votre parcours de consommation et les éléments centraux qui s'y rapportent) ;
- La **passation d'un test évaluant le niveau de dépendance** (à l'alcool et au cannabis).

Pour la suite de l'entretien, il s'agira de répondre à **quelques questions relatives aux thèmes de la crise sanitaire et de la consommation de substances**. Dans cette optique, nous attendons de vous que vous témoigniez de votre vécu, de votre manière de voir les choses, de vos ressentis et impressions qui ont émergé tout au long de la pandémie. Il n'y aura pas de bonnes ou de mauvaises réponses : ce qui nous intéresse, c'est votre expérience *à vous* !

En ce qui concerne le lieu de l'interview, deux options sont envisageables. Il est possible de la réaliser à l'Université de Liège, au sein de la faculté Psychologie, Logopédie et Sciences de l'Education (Sart Tilman). Un bureau sera réservé à cet effet et l'adresse exacte vous sera communiquée. S'il n'est pas possible pour vous de vous y rendre, nous vous proposons de vous rencontrer à votre domicile, dans un endroit calme et propice à la confidentialité.

Vos données personnelles (c'est-à-dire les données qui permettent de vous identifier comme votre nom ou vos coordonnées) seront conservées durant la réalisation de l'étude dans un endroit sûr pour un maximum de 2 années, après quoi elles seront détruites.

Votre participation est importante car elle va nous permettre d'obtenir une meilleure compréhension des enjeux liés à la crise COVID-19, en particulier chez des jeunes adultes consommateurs. Votre témoignage pourrait dès lors servir aux recherches futures s'inscrivant dans le cadre tout particulier de *crises* sanitaires.

### Enregistrement audio

Afin d'assurer un traitement précis des données de recherche, votre participation implique que vous soyez enregistré. Cet enregistrement pourra être utilisé à des fins cliniques, de recherche, d'enseignement, de communication scientifique ou figurer sur le site de l'Unité du promoteur, accessible par identifiant et mot de passe.

Ces enregistrements seront conservés durant 2 années sur un dispositif sécurisé et validé par l'ULiège, par exemple un serveur de la faculté nécessitant un accès par mot de passe.

Les personnes qui y auront accès seront Fabienne Glowacz (promotrice), ses collaborateurs/trices, assistant(e)s et Marine Jacob (mémorante).

### **Avant de participer à l'étude, nous attirons votre attention sur un certain nombre de points.**

Votre participation est conditionnée à une série de droits pour lesquels vous êtes couverts en cas de préjudices. Vos droits sont explicités ci-dessous.

- Votre participation est libre. Vous pouvez l'interrompre sans justification.
- Aucune divulgation de vos informations personnelles n'est possible même de façon non intentionnelle. En cas d'accord pour un enregistrement (audio/vidéo), vos données seront d'autant plus sécurisées. Seules les données codées pourront être transmises à la communauté des chercheurs. Ces données codées ne permettent plus de vous identifier et il sera impossible de les mettre en lien avec votre participation.
- Le temps de conservation de vos données personnelles est réduit à son minimum. Par contre, les données codées peuvent être conservées *ad vitam aeternam*.
- Les résultats issus de cette étude seront toujours communiqués dans une perspective scientifique et/ou d'enseignement.
- En cas de préjudice, sachez qu'une assurance vous couvre.
- Si vous souhaitez formuler une plainte concernant le traitement de vos données ou votre participation à l'étude, contactez le responsable de l'étude et/ou le DPO et/ou le Comité d'éthique (cf. adresses à la fin du document).

**Tous ces points sont détaillés aux pages suivantes.** Pour toute autre question, veuillez vous adresser au chercheur ou au responsable de l'étude. Si ces informations sont claires et que vous souhaitez participer à l'étude, nous vous invitons à signer le formulaire de consentement. Conservez bien une copie de chaque document transmis afin de pouvoir nous recontacter si nécessaire.

### **INFORMATIONS DETAILLEES**

Toutes les informations récoltées au cours de cette étude seront utilisées dans la plus stricte confidentialité et seuls les expérimentateurs, responsables de l'étude, auront accès aux données récoltées. Vos informations seront codées. Seul le responsable de l'étude ainsi que la personne en charge de votre suivi auront accès au fichier crypté permettant d'associer le code du participant à son nom et prénom, ses coordonnées de contact et aux données de recherche. Ces personnes seront tenues de ne JAMAIS divulguer ces informations.

Les données codées issues de votre participation peuvent être transmises dans le cadre d'une autre recherche en lien avec cette étude-ci. Elles pourront être compilées dans des bases de données accessibles uniquement à la communauté scientifique. Seules les informations codées seront partagées. En l'état actuel des choses, aucune identification ne sera possible. Si un rapport ou un article est publié à l'issue de cette étude, rien ne permettra votre identification.



Vos données à caractère personnel conservées dans la base de données sécurisée sont soumises aux droits suivants : droits d'accès, de rectification et d'effacement de cette base de données, ainsi que du droit de limiter ou de s'opposer au traitement des données. Pour exercer ces droits, vous devez vous adresser au chercheur responsable de l'étude ou, à défaut, au délégué à la protection des données de l'Université de Liège, dont les coordonnées se trouvent au bas du formulaire d'information. Le temps de conservation de vos données à caractère personnel sera le plus court possible, avec une durée de maximum deux ans. Les données issues de votre participation à cette recherche (données codées) seront quant à elles conservées pour une durée maximale de 15 ans/tant qu'elles seront utiles à la recherche dans le domaine.

Si vous changez d'avis et décidez de ne plus participer à cette étude, nous ne recueillerons plus de données supplémentaires vous concernant et vos données d'identification seront détruites. Seules les données rendues anonymes pourront être conservées et traitées.

Les modalités pratiques de gestion, traitement, conservation et destruction de vos données respectent le Règlement Général sur la Protection des Données (UE 2016/679), les droits du patient (loi du 22 août 2002) ainsi que la loi du 7 mai 2004 relative aux études sur la personne humaine. Toutes les procédures sont réalisées en accord avec les dernières recommandations européennes en matière de collecte et de partage de données. Le responsable du traitement de vos données à caractère personnel est l'Université de Liège (Place du XX-Août, 7 à 4000 Liège), représentée par son Recteur. Ces traitements de données à caractère personnel seront réalisés dans le cadre de la mission d'intérêt public en matière de recherche reconnue à l'Université de Liège par le Décret définissant le paysage de l'enseignement supérieur et l'organisation académique des études du 7 novembre 2013, art.2. Vous disposez également du droit d'introduire une réclamation auprès de l'Autorité de protection des données (<https://www.autoriteprotectiondonnees.be>, [contact@apd-gba.be](mailto:contact@apd-gba.be)).

Une assurance a été souscrite au cas où vous subiriez un dommage lié à votre participation à cette recherche. Le promoteur assume, même sans faute, la responsabilité du dommage causé au participant (ou à ses ayants droit) et lié de manière directe ou indirecte à la participation à cette étude. Dans cette optique, le promoteur a souscrit un contrat d'assurance auprès d'Ethias, conformément à l'article 29 de la loi belge relative aux expérimentations sur la personne humaine (7 mai 2004).

Vous signerez un consentement éclairé avant de prendre part à l'expérience. Vous conserverez une copie de ce consentement ainsi que les feuilles d'informations relatives à l'étude.

Cette étude a reçu un avis favorable de la part du comité d'éthique de la faculté de psychologie, logopédie et des sciences de l'éducation de l'Université de Liège. En aucun cas, vous ne devez considérer cet avis favorable comme une incitation à participer à cette étude.

### **Personnes à contacter**

Vous avez le droit de poser toutes les questions que vous souhaitez sur cette recherche et d'en recevoir les réponses.

Si vous avez des questions ou en cas de complication liée à l'étude, vous pouvez contacter les personnes suivantes :

Fabienne Glowacz (promotrice)

Université de Liège : Service Psychologie de la délinquance, des inadaptations sociales et des processus d'insertion (Secrétariat : 04/366.22.71)

Bât. B33

Quartier Agora

Place des Orateurs, 1

4000, Liège

Ou l'investigateur principal du projet :

Marine Jacob

Téléphone : 0493/77.53.43

Adresse mail : [marine.jacob@student.uliege.be](mailto:marine.jacob@student.uliege.be)

Pour toute question, demande d'exercice des droits ou plainte relative à la gestion de vos données à caractère personnel, vous pouvez vous adresser au délégué à la protection des données par e-mail ([dpo@uliege](mailto:dpo@uliege)) ou par courrier signé et daté adressé comme suit :

Monsieur le Délégué à la protection des données

Bât. B9 Cellule "GDPR",

Quartier Village 3,

Boulevard de Colonster 2,

4000 Liège, Belgique.

**Vous disposez également du droit d'introduire une réclamation auprès de l'Autorité de protection des données (<https://www.autoriteprotectiondonnees.be>, [contact@apd-gba.be](mailto:contact@apd-gba.be)).**

### Annexe 3 : Formulaire de consentement



Faculté de Psychologie, Logopédie et des Sciences de l'Education

Comité d'éthique

PRESIDENTE : Fabienne COLLETTE

## **CONSENTEMENT ECLAIRE**

### **POUR DES RECHERCHES IMPLIQUANT DES PARTICIPANTS HUMAINS**

Titre de la recherche	Consommation de substances chez les jeunes adultes (18-30 ans) pendant et après la crise COVID-19
Chercheur responsable	Marine Jacob
Promoteur	Fabienne Glowacz
Service et numéro de téléphone de contact	Service Psychologie de la délinquance, des inadaptations sociales et des processus d'insertion Tél. : 04/366.22.71

- Je, soussigné(e)  
.....  
..... déclare :
- avoir reçu, lu et compris une présentation écrite de la recherche dont le titre et le chercheur responsable figurent ci-dessus ;
- avoir pu poser des questions sur cette recherche et reçu toutes les informations que je souhaitais.
- avoir reçu une copie de l'information au participant et du consentement éclairé.

J'ai compris que :

- je peux à tout moment mettre un terme à ma participation à cette recherche sans devoir motiver ma décision ni subir aucun préjudice que ce soit. Les données codées acquises resteront disponibles pour traitements statistiques.
- je peux demander à recevoir les résultats globaux de la recherche mais je n'aurai aucun retour concernant mes performances personnelles.

- je peux contacter le chercheur pour toute question ou insatisfaction relative à ma participation à la recherche.
- des données me concernant seront récoltées pendant ma participation à cette étude et que le chercheur/mémorant responsable et le promoteur de l'étude se portent garants de la confidentialité de ces données. Je conserve le droit de regard et de rectification sur mes données personnelles (données démographiques). Je dispose d'une série de droits (accès, rectification, suppression, opposition) concernant mes données personnelles, droits que je peux exercer en prenant contact avec le Délégué à la protection des données de l'institution dont les coordonnées se trouvent sur la feuille d'information qui m'a été remise. Je peux également lui adresser toute doléance concernant le traitement de mes données à caractère personnel. **Je dispose également du droit d'introduire une réclamation auprès de l'Autorité de protection des données (<https://www.autoriteprotectiondonnees.be>, [contact@apd-gba.be](mailto:contact@apd-gba.be)).**
- les données à caractère personnel ne seront conservées que le temps utile à la réalisation de l'étude visée, c'est-à-dire pour un maximum de 2 ans.

Je consens à ce que :

- les données anonymes recueillies dans le cadre de cette étude soient également utilisées dans le cadre d'autres études futures similaires, y compris éventuellement dans d'autres pays que la Belgique.
- les données anonymes recueillies soient, le cas échéant, transmises à des collègues d'autres institutions pour des analyses similaires à celles du présent projet ou qu'elles soient mises en dépôt sur des répertoires scientifiques accessibles à la communauté scientifique uniquement.
- mes données personnelles soient traitées selon les modalités décrites dans la rubrique traitant de garanties de confidentialité du formulaire d'information.

J'autorise le chercheur responsable à m'enregistrer à des fins de recherche : OUI – NON

Je consens à ce que cet enregistrement soit également utilisé à des fins :

- d'enseignement (par exemple, présentation dans le cadre de cours) : OUI-NON
- de formation (y compris sur le site intranet de l'Université de Liège, uniquement accessible par un identifiant et un mot de passe) : OUI-NON
- cliniques : OUI-NON
- de communication scientifique aux professionnels (par exemple, de conférences) : OUI-NON

**En conséquence, je donne mon consentement libre et éclairé pour être participant à cette recherche.**

Lu et approuvé,

Date et signature

### **Chercheur responsable**

- Je soussigné, Marine Jacob, chercheur responsable, confirme avoir fourni oralement les informations nécessaires sur l'étude et avoir fourni un exemplaire du document d'information et de consentement au participant.
- Je confirme qu'aucune pression n'a été exercée pour que la personne accepte de participer à l'étude et que je suis prêt à répondre à toutes les questions supplémentaires, le cas échéant.
- Je confirme travailler en accord avec les principes éthiques énoncés dans la dernière version de la « Déclaration d'Helsinki », des « Bonnes pratiques Cliniques » et de la loi belge du 7 mai 2004, relative aux expérimentations sur la personne humaine, ainsi que dans le respect des pratiques éthiques et déontologiques de ma profession.

Nom, prénom du chercheur responsable

Date et signature

16/02/2022

JACOB Marine



## **Annexe 4 : Présentation de la suite des analyses individuelles**

## Entretien n°2 : Ludovic

### Données socio-démographiques

Ludovic est âgé de 24 ans et est gérant technico-commercial dans un magasin d'informatique. Il vit seul dans un appartement en centre-ville. Il a un niveau d'études secondaire de cycle inférieur.

### Déroulement de l'entretien

L'entretien s'est déroulé au domicile du participant. Aucune autre personne n'était présente pendant l'entrevue. Même si Ludovic semble quelque peu sur la réserve au départ, il est très avenant et discute aisément. Il est calme et parle d'un ton posé. Au moment de remplir le questionnaire socio-démographique, Ludovic montre un inconfort par rapport à l'écriture. Cette difficulté persiste lors de l'élaboration de sa ligne du temps et il lui est alors proposé de poursuivre oralement. Le participant ne se contente pas de répondre à la question posée mais donne également des informations complémentaires afin d'explicitier sa réponse. Il n'est pas toujours facile de suivre la logique discursive du participant durant l'entretien : Ludovic est effectivement susceptible de passer rapidement d'une idée à une autre ou de faire des apartés importants sur des questions sans lien direct avec les thématiques de l'entretien.

### Trajectoire de consommation

En ce qui concerne le cannabis, Ludovic initie sa consommation vers **14 ans** alors qu'il fréquente une école où l'usage est fortement répandu. Sa consommation évolue rapidement : après six mois, son usage est devenu quotidien. Par la suite, l'adolescent se retrouve déscolarisé et passe ses journées dans le garage de son meilleur ami.

Deux événements importants ont précédé l'initiation de la consommation de cannabis de Ludovic. D'une part, il relate la séparation de ses parents alors qu'il avait **13 ans**. D'autre part, le jeune homme évoque le décès de son grand frère dans la même période.

Quelque temps plus tard, plusieurs déménagements ont lieu. Ludovic est amené à arrêter sa consommation car le produit est introuvable dans sa nouvelle ville. Plus tard, sa mère finit par partir dans une autre province et Ludovic emménage dans l'arrière du magasin où il est apprenti à l'époque. Là-bas, il retrouve du cannabis et reprend sa consommation. Il a alors **16 ans**.

A **20 ans**, le jeune homme s'engage dans la vente de cannabis. C'est à ce moment qu'il remarque une forte augmentation dans son usage : il utilise entre 10 et 15 grammes par jour à certaines périodes. Quelque temps plus tard, la police perquisitionne Ludovic et il se retrouve en libération conditionnelle. Une des conditions est qu'il stoppe sa consommation. Il connaît alors une pause de trois mois.

En ce qui concerne l'alcool, le jeune homme rapporte une consommation principalement sociale et festive. Il cible néanmoins une période de consommation plus intensive avec son ex-petite amie alors qu'il était âgé de **21 ans**.

Actuellement, Ludovic consomme principalement du cannabis. Il explique que les quantités qu'il peut consommer sont très variables : elles peuvent aller d'un simple joint à deux grammes par jour. Certains jours, il n'y a pas de limite dans la quantité consommée. Son usage dépend également de son budget et des activités qui l'occupent.

### **Analyse thématique**

#### **Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien**

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>
Modalités de travail	• Poursuite du travail habituel	
	• Préservation des contacts sociaux	
Gestion personnelle des mesures sanitaires	• Préservation des contacts avec les proches	• Invitation d'amis à la maison au premier confinement

**Poursuite du travail habituel.** Même s'il a connu un arrêt de trois mois au début de la crise, Ludovic a pu reprendre le travail assez rapidement à la fin du premier confinement. D'une manière générale, il explique avoir pu poursuivre ses activités de manière similaire à la période pré-Covid.

**Préservation des contacts sociaux.** Une thématique importante pour le jeune homme dans cette section est la préservation des contacts sociaux dont il a bénéficié via ce retour au travail.

*« [...] Moi je continuais à travailler, je voyais des gens et... Je pouvais parler à tout le monde toute la journée, j'étais quand même bien, j'avais quand même toujours mes appels, je faisais quand même souvent mes petits trucs et... Franchement ça allait quoi. »*



**Préservation des contacts avec les proches.** Au-delà de la continuité des contacts dans sa vie professionnelle, Ludovic évoque également la préservation des contacts avec son cercle proche malgré le confinement imposé : « *On invitait quand même... En fait, on avait un petit cercle, et on voyait quand même des gens.* ».

## Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Variation de l'usage de cannabis	• Augmentation au premier confinement	• Achat important de stock • Absence de contrainte • N'avoir rien à faire
	• Augmentation après le confinement	• Enervement induit par le contact client plus difficile • Nouvelle habitude
	• Arrêt de quatre mois	• Evaluer l'évolution de la psychomotricité • Prise de poids • Reprise en avril 2021
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Consommation importante pour les fumeurs confinés	• Stocks importants
	• Initiation de la consommation d'alcool ou de cannabis	• Manque d'occupation
	• Violences conjugales sous influence	
	• Diminution des ressources pour les personnes SDF	• Diminution de la fréquentation du centre-ville

**Augmentation au premier confinement.** Ludovic s'est constitué un stock plus important qu'à l'accoutumée durant cette période, ce qui a contribué à une consommation plus accrue : « *Parce que souvent à ce moment-là, ben je prenais 50 grammes, peut-être 100 grammes sur le mois et... On le fumait.* ». L'arrêt de l'activité professionnelle a induit une consommation sans contrainte et le manque d'occupation a également été un élément important :

*« C'était bien, on fumait comme on voulait, et c'est vrai que oui forcément, on n'a rien d'autre à faire de la journée donc on s'en fumait tout le temps. »*

**Augmentation après le confinement.** Une des raisons de cette intensification est notamment l'enervement engendré par le contact client plus difficile suite aux nombreuses demandes de service : « *A partir du moment où les gens cassent les couilles, tu fumes plus.* ». Ludovic témoigne également d'une nouvelle habitude suite au stress du travail : *Franchement là en vrai,*

*maintenant j'ai pris une habitude, c'est juste je rentre chez moi, je me pose et je roule un bédo. ».*

**Arrêt de quatre mois.** En janvier 2021, le jeune homme a connu une pause de quatre mois dans son usage. L'objectif était de voir si le cannabis avait un impact sur sa psychomotricité. Au bout de quelque temps, Ludovic s'est rendu compte qu'il avait pris du poids et il a repris sa consommation.

Lorsqu'il est interrogé sur l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes consommateurs, Ludovic avance les éléments suivants :

**Consommation importante pour les fumeurs confinés.** Pour le jeune homme, les stocks importants constitués à l'annonce de la crise ont joué un rôle dans cette dynamique. Il se calque sur son propre vécu pour expliquer cette tendance : « *Ceux qui sont restés confinés, d'office ils ont acheté plein de beuh comme moi, et ils ont fumé des clopes.* »

**Initiation d'une consommation d'alcool ou de cannabis.** Il pense également que le manque d'occupation a pu pousser certaines personnes à l'initiation d'une consommation d'alcool ou de cannabis.

**Violences conjugales sous influence.** Le participant évoque également les violences conjugales qui ont pu découler de ces usages.

**Diminution des ressources pour les personnes SDF.** Enfin, il observe une diminution des ressources pour les personnes SDF, la fréquentation du centre-ville ayant fortement diminué.

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Modalités de travail	• Augmentation de la charge de travail et de la charge mentale	• Augmentation de la demande de service suite à la crise
	• Autonomie plus importante	• Restructuration du personnel et diminution des effectifs • Clients plus exigeants et stressés • Investissement plus important
	• Retour au travail en pleine crise	
	• Contact client	
Disponibilité et qualité du produit	• Difficultés pour se fournir	
	• Qualité amoindrie	

Vécu négatif du confinement	• Rester enfermés à deux	
Vie festive	• Absence de soirée	• Espace d'expression et de libération manquant • Se renfermer dans sa bulle • Perception plus importante du négatif
	• Restrictions d'accès	

**Augmentation de la charge de travail et de la charge mentale.** Au moment d'évoquer les difficultés rencontrées lors de la crise, Ludovic aborde largement plusieurs des modifications rencontrées sur son lieu de travail. Une thématique importante est l'augmentation de la charge de travail et de la charge mentale y étant associée. La demande de service au magasin de Ludovic a considérablement augmenté. En effet, avec les mesures de télétravail imposées aux entreprises, les services informatiques ont particulièrement été sollicités.

**Autonomie plus importante.** Des restructurations du personnel ont eu lieu dans l'équipe dont fait partie Ludovic, avec comme conséquence une diminution des effectifs. Il a alors fallu s'investir davantage dans les différentes tâches, ce qui a pu être déboussolant au départ.

*« Le Covid a fait qu'il y a eu beaucoup de restructurations du personnel, du coup maintenant ça fait qu'on est plus qu'une poignée on va dire. Et parfois, c'est un peu chaud. (...) T'es beaucoup plus indépendant on va dire. Mais tu dois beaucoup plus contribuer, et ça c'est un peu chiant. »*

**Retour au travail en pleine crise.** La reprise des activités alors que la crise se poursuivait a également été mal vécue par Ludovic. Reprendre « *comme si de rien n'était* » alors que d'autres secteurs étaient encore fermés était déstabilisant.

*« Après les trois mois, on a tous réouvert, on a tous continué à travailler comme si de rien n'était. Même si tout le reste était encore confiné, c'était un peu lourd en vrai. »*

**Contact client.** Une autre expérience négative vécue par Ludovic dans le cadre de la pandémie est le contact client plus difficile suite à la crise. Le jeune homme remarque un changement d'attitude de la part de la clientèle : « *Les gens sont beaucoup plus chiants. Vraiment... Ils sont plus exigeants, ils sont plus stressés, ils sont plus... Ils te le font ressentir en vrai.* ». Comme nous l'avons vu précédemment, ces tensions dans les échanges sont susceptibles de provoquer l'augmentation de l'usage de Ludovic.

**Difficultés pour se fournir.** Le participant témoigne également des difficultés rencontrées pour trouver du cannabis. Il a également remarqué une **qualité amoindrie** de la substance : « *En*

*vrai, c'était beaucoup plus dur à trouver de la beuh. [...] Les gens vendaient que de la merde, c'était infumable. ».*

**Rester enfermés à deux.** Ici, ce n'est pas tant la difficulté de l'enfermement que le jeune homme semble mettre en avant, mais plutôt celle de partager un même lieu de vie avec quelqu'un pendant une longue période de temps : « *C'est vrai que de devoir tout le temps rester au même endroit, c'est chiant hein. Moi en tant que gamer, ça va, mais quand t'as quelqu'un en plus avec, c'est beaucoup moins cool.* ».

**Absence de soirée.** Enfin, une dernière difficulté évoquée par le consommateur est l'absence de soirée festive pendant les premiers temps de la pandémie. Pour Ludovic, ces soirées sont de véritables espaces d'expression, des moments où il se sent libre et qui lui permettent de ne pas se renfermer dans sa bulle. Il regrette également **les restrictions d'accès** à ces événements en vigueur au moment de l'entretien (Covid Safe Ticket et test PCR).

#### Axe 4 : Expériences positives et bénéfices

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu positif du premier confinement	• Temps de repos	• Ne rien faire
	• Tranquillité de la ville	• Diminution de la fréquentation
Vie professionnelle	• Fonctionnement du service à plein régime	• Augmentation de la demande de service suite à la crise

**Temps de repos.** Ludovic exprime à quel point le premier confinement a constitué un temps de repos pour lui : « *En soi, franchement, les trois premiers mois, pouvoir me reposer, ça m'a quand même fait du bien.* ». Pouvoir ne rien faire a particulièrement été agréable pour lui.

**Tranquillité de la ville.** A plusieurs moments de l'entretien, il rapporte également le calme du centre-ville et sa faible fréquentation qui lui permettaient de « *naviguer dans les rues* ».

**Fonctionnement à plein régime du service.** L'augmentation de la demande de service, même si elle augmente la charge de travail de Ludovic, est également perçue de manière positive par le jeune homme.

#### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
-----------	--------	-------------

Malléabilité de la population	• Manipulation de la communication	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation du contact avec les clients</li> <li>• Expérimentation intensive de la communication</li> <li>• Utilisation du Covid comme argument</li> </ul>
	• Population manipulable	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informations à la télé</li> <li>• Utilisation sensibilité du sujet Covid</li> </ul>
Meilleure connaissance du fonctionnement belge	• Gestion gouvernementale scandaleuse	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pénalisation de la population</li> <li>• Amendes liées à la crise</li> <li>• Profits financiers du Covid</li> <li>• Décisions illogiques</li> </ul>
	• Comparaison avec d'autres pays	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meilleure gestion des pays nordiques</li> </ul>

**Manipulation de la communication.** Au moment d'aborder les apprentissages retirés de la crise Covid-19, le jeune homme s'attarde longuement sur la thématique de la malléabilité des personnes. Il a pu l'observer à plusieurs niveaux, notamment dans ses contacts avec les clients en temps de pandémie. La fréquentation du magasin étant importante, il dit avoir pu expérimenter ce type de communication de manière intensive. Au travers de ces nombreux échanges, il s'est rendu compte qu'il était assez aisé de tourner la communication à son avantage, particulièrement en utilisant l'argument Covid.

*« Les gens sont très malléables. [...] Je m'amusais à utiliser l'argument Covid dans plusieurs circonstances et voir vraiment jusqu'à quel point ça pouvait impacter la décision des gens quoi. »*

**Population manipulable.** D'une manière similaire, Ludovic observe une population manipulable elle aussi. Ses réactions face à ce qui est communiqué dans les médias le montrent.

*« Et justement, quand tu vois toutes les conneries à la télé aussi... On voit bien hein, les gens directement ils sont tout paniqués, puis ils font, ils font pas... [...] Ils suivent juste tout ce qu'on leur demande. »*

**Gestion gouvernementale scandaleuse.** Pour le participant, la crise Covid a été également l'opportunité d'affiner sa connaissance du fonctionnement du monde dans lequel nous vivons. Il dénonce notamment une gestion gouvernementale « scandaleuse » et regrette la pénalisation de la population (amendes liées à la crise) et les profits financiers réalisés sur le dos de la pandémie.

*« Les façons de pénaliser les gens [...], toutes les amendes qu'ils ont mises aussi au moment du Covid-19. Enfin, tout le profit en fait qu'il y a derrière tout ça genre. [...] On a tous appris un peu... [...] Vraiment dans quel genre d'infrastructure on est. »*

Il dit également ne pas toujours voir une logique dans la prise de décision et établit une **comparaison avec d'autres pays** ayant mieux géré la crise, notamment les pays nordiques.

### **Entretien n° 3 : Clément**

#### **Données socio-démographiques**

Clément est âgé de 30 ans et est consultant informatique dans un hôpital. Il est en couple depuis 8 ans. Récemment, sa compagne et lui ont acheté une maison en centre-ville. Clément a un niveau d'études secondaire de cycle supérieur. Il n'a pas d'enfant et n'est pas marié.

#### **Déroulement de l'entretien**

L'entretien s'est déroulé au domicile du participant. Personne d'autre n'était présent dans la maison durant l'entretien. Clément est calme et semble quelque peu sur la réserve. Il écoute les consignes et ne pose pas de question supplémentaire. Lors de la passation du DAST-20 et de l'AUDIT, il répond spontanément aux questions, sans ajouter de détail supplémentaire. Au moment de construire sa ligne du temps, le participant s'en tient uniquement à l'écriture des éléments de repère essentiels à la compréhension de sa trajectoire de consommation (âge, type de substance, quelques éléments contextuels). Il est parfois nécessaire de questionner davantage le participant pour qu'il développe ses réponses. Tout au long de l'entretien, le jeune homme gardera cette retenue, retenue qui ne l'empêchera toutefois pas de nous livrer son histoire de vie et ses ressentis sur la période Covid-19.

#### **Trajectoire de consommation**

Clément situe l'initiation de sa consommation de cannabis à l'âge de **15 ans**. A cette époque, il consomme uniquement avec des amis, à mesure d'un joint par semaine pour quatre personnes. A **16 ans**, sa consommation évolue et il débute un usage solitaire également.

A ses **18 ans**, l'argent qu'il gagne en tant qu'étudiant lui permet de se procurer plus facilement du cannabis. Dans cette même période, Clément triple sa troisième secondaire. Il se rappelle une consommation importante de cannabis à cette période ainsi que l'amorce de nouvelles consommations dans des contextes festifs (cocaïne, speed, ecstasy).

A **25 ans**, Clément commence à travailler et c'est à ce moment qu'il stoppe ses consommations, à l'exception du cannabis. Il diminue la fréquence de ses sorties ; c'est le moment pour lui de construire sa vie.

En ce qui concerne l'alcool, Clément témoigne d'une consommation intensive alors qu'il travaillait comme étudiant dans l'Horeca. Mis à part cette période, il fait état d'une consommation classique jusqu'à aujourd'hui.

Actuellement, Clément consomme deux joints par jour. Lorsqu'il est en congé, il se peut qu'il consomme davantage. Le jeune homme consomme de l'alcool de temps en temps. Il apprécie boire une bière en rentrant du travail ou prendre l'apéro le vendredi avec ses collègues ou sa compagne.

### **Analyse thématique**

#### **Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances**

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>
Variation de l'usage de cannabis	• Arrêt de deux semaines au premier confinement	• Double punition • Disputes avec sa compagne
	• Augmentation au premier confinement	• Deux joints supplémentaires • Manque d'occupation
	• Augmentation lors des arrêts et congés	• Stabilité en période de travail
Variation de l'usage d'alcool	• Légère augmentation des apéros	• Influence de la compagne
Test d'une nouvelle substance	• Test des champignons hallucinogènes au premier confinement	• LSD indisponible • Achat Internet • Besoin d'évasion
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Rupture dans les couples et les familles	
	• Dégradation de la situation des consommateurs	• Baisse de la qualité des produits • Surcharge des professionnels de la santé mentale
	• Prise de conscience d'un usage problématique	

**Augmentation au premier confinement.** Cette élévation est de deux joints par jour lors des temps d'arrêt de travail. Clément nomme l'ennui et le manque d'occupation comme les raisons principales de ce changement. Il est intéressant de relever que Clément pense que s'il n'avait

pas été fumeur, il aurait certainement bu davantage à la place : *« C'est sûr que, enfin, je pense pas que si j'avais... Que si je ne fumais pas, je crois que j'aurais peut-être plus bu, tu vois ? »*.

**Arrêt de deux semaines au premier confinement.** Clément témoigne ensuite également d'une pause de deux semaines au premier confinement suite à des disputes avec sa compagne. Cette période a particulièrement été difficile pour lui : le jeune homme avait alors l'impression de subir et les conséquences de la pandémie, et celles de son arrêt.

*« Et ouais, c'était dur quoi. J'avais l'impression que c'était la double punition tu vois : et confiné, et ne pas fumer. »*

**Augmentation lors des arrêts et congés.** Pour Clément, on retrouve une variation d'usage de cannabis fortement liée à sa situation professionnelle tout au long de la crise Covid-19. Il explique de manière claire cette dynamique. D'une manière générale, il met en avant une augmentation lors des arrêts de travail et une stabilité lorsqu'il exerce.

*« Oui, ça l'a affectée, surtout au moment où je n'avais pas de travail, où j'étais en congé, à la maison etc. Mais ça ne l'a pas affectée d'une manière flagrante quand, pendant la pandémie, j'étais au travail. Elle est restée stable quand j'allais au travail et elle a augmenté quand j'y allais pas. »*

**Légère augmentation des apéros.** En ce qui concerne l'alcool, Clément note une légère augmentation des apéros partagés avec sa compagne, souvent à l'initiative de cette dernière : *« C'est vrai qu'on prenait un petit peu plus l'apéro avec ma copine, mais sinon non. C'est vrai qu'à la limite, c'est plus elle qui me poussait à la consommation (rires). »*

**Test des champignons hallucinogènes au premier confinement.** Le participant explique avoir testé les champignons lors du premier confinement. Clément explique avoir eu besoin de s'évader à cette période. Le participant souhaitait initialement acheter du LSD, mais le produit n'était pas disponible en raison de la crise.

Lorsqu'il est questionné sur l'impact de la crise sur les jeunes consommateurs, Clément énonce les idées suivantes :

**Les ruptures dans les couples ou les familles** est l'un des premiers éléments que Clément met en avant lorsqu'il évoque l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes.

**Dégradation de la situation des consommateurs.** Selon Clément, la baisse de la qualité des produits mais aussi de la surcharge de travail à laquelle font face les professionnels de la santé mentale pourrait être préjudiciable à la situation des usagers.



**Prise de conscience d'un usage problématique.** Clément dit aussi espérer que la crise ait pu faire émerger une remise en question chez les usagers.

*« Mais aussi, il y en a peut-être certainement qui ont pris conscience que... J'espère, que leur consommation était trop importante. »*

### Axe 3 : Difficultés et expériences négatives

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Perception du monde	• Monde morose, triste et froid	• Se sentir moins bien
	• Être chacun chez soi	• Vivre via Internet (cours, repas, achats) • Ne plus se déplacer
	• Augmentation des inégalités économiques et sociales	
	• Mauvaises nouvelles	
Relations interpersonnelles	• Ne voir personne	• Interdiction des rassemblements
	• S'inquiéter pour ses proches	
	• Manque des proches	
Relation de couple	• Disputes	• Être enfermé avec l'autre • Manque d'espace • Manque de liberté et de sorties • Devoir constamment supporter l'autre
Vécu négatif du deuxième confinement	• Ras-le-bol	• Crise interminable
	• Retour au travail difficile	• Poursuite de la crise • Contexte difficile des hôpitaux • Impression d'être envoyé au front

Au moment d'aborder la question des expériences négatives rencontrées pendant la pandémie, Clément montre des difficultés à parler des obstacles qu'il a rencontrés lui personnellement. En effet, il commence tout d'abord par une description globale du monde et des conséquences de la crise sur celui-ci.

**Monde morose, triste et froid.** Il aborde notamment la thématique d'un monde moins joyeux et moins coloré, qui fait qu'on se sent moins bien.

**Être chacun chez soi.** Rester chez soi devient la norme et toutes les activités du quotidien passent par l'utilisation d'Internet (cours, repas, achats) : la population ne se déplace plus.

*« Bah que ça a rendu le monde plus triste. Je trouve que tout s'est refroidi. Ouais, c'est vraiment ça, que le monde est devenu plus triste, moins coloré, moins de joie, tout le monde chez soi, tout le monde sur Internet, tout le monde sur les écrans... »*

Le participant souligne également **l'augmentation des inégalités économiques et sociales** et l'omniprésence des **mauvaises nouvelles**.

**Ne voir personne.** Au fur et à mesure, Clément se livre et des difficultés plus personnelles émergent. Le fait de ne voir personne et l'interdiction des rassemblements sont également des contraintes qui ont pesé sur le jeune homme.

**S'inquiéter pour les proches, manque des proches.** Le participant confie qu'en définitive, ce qui l'a le plus affecté est l'inquiétude portée pour ses proches ainsi que le manque de leur présence.

**Disputes.** Les conflits avec sa partenaire ont constitué pour Clément une autre difficulté centrale de son expérience en temps de Covid. Être enfermés à deux sans autre échappatoire possible a particulièrement été compliqué.

*« Quand t'es dans un petit appart, h24 pendant des mois, forcément, tu peux aimer l'autre aussi fort que tu veux mais là, c'était plus possible quoi. »*

La crise a provoqué un manque d'espace et de liberté, et devoir supporter l'autre en permanence est devenu inconfortable pour le jeune homme.

**Ras-le-bol.** Clément témoigne d'une lassitude lors du deuxième confinement. La crise paraît interminable : *« Autant le premier confinement, ça a quand même été tu vois, mais le deuxième... (sourir) Ouais, le deuxième, il nous a achevés. »*.

**Retour au travail difficile.** La reprise du travail en pleine crise est également un thème sur lequel Clément s'attarde. Reprendre ses fonctions lors de ce deuxième lockdown n'a pas été facile pour le jeune homme. Il témoigne notamment du contexte incertain du milieu hospitalier ainsi que du sentiment d'être « comme envoyé au front ». La crise était loin d'être réglée et le sentiment d'avoir « servi de cobaye » se perçoit chez Clément.

*« Parce qu'en plus, deuxième confinement, ce qui change complètement, c'est que tu retournes au travail. En sachant tout le merdier que c'était autour et... D'ailleurs, t'avais un peu l'impression d'être envoyé comme de la chair à canon là tu vois ? Surtout dans les hôpitaux. »*

#### Axe 4 : Expériences positives et bénéfices

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu acceptable du premier confinement	• Temps supplémentaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profiter de son chez soi</li> <li>• Cuisiner</li> <li>• Jeux vidéo en ligne entre amis</li> <li>• Apprendre de nouvelles choses</li> <li>• Lecture</li> <li>• Prendre le temps</li> </ul>
	• Retour à des choses simples	
	• Lancement d'un projet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prise de risque</li> <li>• Succès</li> </ul>
Relations interpersonnelles	• Retrouvailles avec les proches	

Clément cite plusieurs aspects positifs expérimentés lors du premier confinement. En dépit du contexte global qu'il percevait comme morose, cette période a été agréable à plusieurs égards.

**Temps supplémentaire.** Profiter de son chez soi à l'aide du temps supplémentaire délivré par la crise a notamment été un avantage : pour cuisiner, jouer aux jeux vidéo avec des amis, lire ou encore apprendre de nouvelles choses. Rester chez lui n'a pas été aussi pénible qu'il aurait pu le penser :

*« Mais à côté de ça, j'y ai trouvé mon compte d'une certaine manière en se disant qu'on est bien d'être chez soi, on est bien de pouvoir faire de la cuisine, des choses qu'on n'aurait pas faites avant parce que pas de temps, boulot, boulot, boulot... »*

**Retour à des choses simples.** Un retour à des choses simples a également été souligné : *« C'était assez positif quoi, de retrouver le goût des choses simples de la vie. Prendre le temps, prendre le temps de tout. ».*

**Lancement d'un projet.** La crise s'est également révélée être la période choisie par Clément pour le lancement de son projet (une boutique en ligne dans l'informatique). Pour lui, c'était une véritable prise de risque de l'entamer dans ce contexte. Cependant, son travail a rencontré un réel succès.

**Les retrouvailles avec ses proches** ont constitué pour Clément un dernier élément très positif de la crise.

## Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Apprentissages	• Se débrouiller seul	
	• Absence de protection du gouvernement	
	• Cuisine	
	• Informatique	
	• Sentiment que « Tout est possible »	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Changement perpétuel du monde</li> <li>• Projection difficile dans l'avenir</li> </ul>

**Se débrouiller seul.** Il s'agit là du premier apprentissage mis en avant par Clément. Il enchaîne ensuite en constatant **l'absence de protection du gouvernement**. Il continue en citant également ses apprentissages en **cuisine** et en **informatique**.

« **Tout est possible.** ». Enfin, le participant termine en expliquant qu'il a désormais le sentiment « Que tout peut arriver. ». La crise lui a fait prendre conscience que le monde était en perpétuel changement et qu'il était difficile de se projeter dans le futur dans ces conditions.

*« Un nouvel apprentissage, je dirais que... Que tout est possible, qu'on ne sait plus se projeter dans le temps je trouve maintenant. C'est difficile d'émettre un projet à trois, six, un an, parce qu'on a l'impression que c'est pas perpétuel. ».*

### Entretien n°4 : Rosaline

#### Données socio-démographiques

Rosaline est âgée de 23 ans et est employée dans un restaurant. Elle habite en centre-ville dans un appartement. Elle est en couple depuis deux ans. Même si son compagnon ne réside pas officiellement chez elle, il vient souvent lui rendre visite et loge régulièrement chez elle. Rosaline a un niveau d'études primaire.

#### Déroulement de l'entretien

L'entretien s'est déroulé au domicile de la participante. Personne d'autre n'était présent lors de la rencontre. Rosaline est une personne très vive et enjouée. Elle parle fort, s'exprime volontiers sur les différents sujets abordés. Elle se caractérise par un franc-parler et une spontanéité

particulièrement importants. Elle donne énormément de détails personnels et a également tendance à répéter plusieurs fois la même chose.

### **Trajectoire de consommation**

Le cannabis est une substance qui a été omniprésente dans l'environnement de Rosaline depuis qu'elle est enfant, sa mère et son oncle étant tous deux consommateurs.

A **14 ans**, Rosaline fréquente un garçon plus âgé qui tente à plusieurs reprises de l'initier au cannabis. Bien que la jeune fille ait souvent décliné ses propositions, elle se rappelle un événement particulièrement marquant où cette fois, elle avait cédé. Elle garde un souvenir désagréable de cette première expérience. A **16 ans**, l'adolescente quitte son petit ami. Quelque temps plus tard, et malgré ses débuts fâcheux, elle débute sa propre consommation de cannabis. Progressivement, elle se met à fumer tous les jours. Depuis, elle n'a pas connu de période d'arrêt.

**Actuellement**, Rosaline consomme du cannabis et du tabac. Les quantités consommées vont dépendre de son état de fatigue et de son taux d'occupation. Même s'il est difficile pour la jeune fille de donner une estimation, elle pense consommer plus ou moins un gramme par jour. En ce qui concerne l'alcool, la jeune fille n'en consomme jamais. La perte de contrôle qu'il peut provoquer la dérange.

### **Analyse thématique**

#### **Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien**

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>
Activités lors du premier confinement	• Chercher des occupations	• Faire le ménage • Réorganiser des armoires • S'occuper des chiens

**Chercher des occupations.** Rosaline évoque plus précisément les activités réalisées lors du premier confinement. Le fait de chercher comment s'occuper est notamment un aspect qu'elle a mis en avant. Faire le ménage, réorganiser des armoires ou encore s'occuper des chiens sont des activités dans lesquelles elle s'est investie durant ces premiers mois de crise. D'une manière générale, nous pouvons d'ailleurs remarquer que la notion « d'occupation » est centrale pour Rosaline. Nous verrons dans la section suivante à quel point le fait d'être active ou non est un

facteur déterminant dans son quotidien, et notamment en regard de sa consommation de cannabis.

## Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Variation de l'usage de cannabis	• Consommation dépendante du taux d'occupation	
	• Augmentation au premier confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne pas travailler</li> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Être enfermé chez soi</li> <li>• Regarder la télé</li> </ul>
	• Consommation normale au deuxième confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plus d'occupation</li> <li>• Moins de temps pour fumer</li> </ul>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Augmentation de l'usage pour les consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perte d'emploi</li> <li>• Être enfermé chez soi</li> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Substance comme refuge face à l'adversité</li> </ul>
	• Augmentation plus importante pour les personnes alcooliques	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impact négatif du confinement</li> <li>• Augmentation des violences conjugales</li> <li>• Décès de femmes</li> </ul>

**Consommation dépendante du taux d'occupation.** Comme évoqué précédemment, la variation de l'usage de cannabis de la jeune fille est principalement liée à son taux d'occupation.

**Augmentation au premier confinement.** Ne pas aller travailler, ne rien avoir à faire et être renfermé chez soi sont des raisons expliquant ce changement.

*« Ouais, forcément, j'allais pas travailler donc bah... Vraiment, bah je fumais plus. En plus, t'es renfermé chez toi bah forcément, oui tu vas fumer un peu plus quoi. ».*

Rester à la maison et regarder la télé sont également des actions qui ont causé un usage plus important : *« Voilà, maintenant, si je suis en train de caler, caler sur la télé ou quoi que ce soit ben, ouais je vais un peu plus fumer parce que ben, je suis pas occupée, je suis juste en train de regarder un truc tu vois. ».*

**Consommation normale au deuxième confinement.** La participante relève une dynamique différente pour le deuxième confinement : *« J'ai pas vécu les deux confinements pareillement tu vois, c'est... Un où je me suis fait chier, l'autre où j'ai joué. ».* Sa consommation est revenue

à son niveau initial. A nouveau, le niveau d'occupation a eu une répercussion sur sa consommation.

*« [...] Premier confinement ben forcément, j'ai fumé plus par manque d'occupation quoi et vu que j'avais pas travaillé etc., mais sinon après bah... J'ai eu mon PC, j'ai eu une occupation, donc c'est redevenu normal quoi. ».*

Lorsque Rosaline s'exprime sur l'impact de la crise sur les jeunes consommateurs, les éléments suivants sont mis en avant :

**Augmentation de l'usage pour les consommateurs.** La jeune fille est certaine qu'une augmentation de l'usage a dû avoir lieu pour les consommateurs aguerris. La perte d'un emploi, l'enfermement et l'inactivité ont certainement pesé dans la balance. La participante pense que la substance est alors venue faire office de refuge face à l'adversité pour ces individus.

*« Je sais qu'il y a certaines personnes qui ben quand il leur arrive un mauvais truc, par exemple on va dire ben il a perdu son boulot, ben il va se réfugier dans la drogue et l'alcool donc... »*

**Augmentation plus importante pour les personnes alcooliques.** Rosaline croit que cette intensification est encore plus importante pour l'alcool et que des difficultés relationnelles supplémentaires sont apparues, notamment dans les couples. Elle pense que ces potentiels effets, ajoutés à la situation de confinement, auront sans doute provoqué davantage de violences conjugales, violences conduisant au décès de plusieurs femmes.

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu négatif du premier confinement	• Ennui	
Impact négatif du chômage	• Diminution des revenus	• Difficile d'arriver à nouer les deux bouts • Baisse de +/- 400 euros
Sentiment d'injustice	• Comparaison avec CPAS	• Meilleurs revenus au CPAS
	• Arrêt de travail forcé	• Envie de continuer à travailler
	• Impact négatif sur l'Horeca et le monde de la nuit	• Comparaison avec le secteur des commerces alimentaires • Poursuite du travail habituel
	• Retour au travail dans un contexte insécure	• Prime Covid au CPAS • Absence de prime Covid dans l'Horeca • Multiples contacts • Absence de vaccin au début

		• Risque pour la santé
	• Système illogique	

**L'ennui.** Comme nous l'avons vu précédemment, la notion d'ennui revient régulièrement dans les propos de la jeune fille. Cependant, ce n'est pas la difficulté majeure rencontrée par la participante comme nous allons le voir dans l'analyse des thèmes suivants.

**Diminution des revenus.** Une expérience particulièrement négative pour Rosaline durant ces temps de pandémie a été celle du chômage. Plus précisément, c'est la diminution de ses revenus qui a particulièrement été difficile à accepter pour la jeune fille. Son salaire a connu une baisse de plus ou moins 400 euros. A ce moment, elle n'était pas dans une position où elle parvenait à joindre facilement les deux bouts : « *Ben à part le chômage où j'ai touché moins d'argent, c'était plus galère pour... Ben, vivre, tout simplement.* ». De cette situation découle une nouvelle rubrique, centrale pour la jeune fille, celle de l'injustice.

**Arrêt de travail forcé.** Avoir dû arrêter de travailler et fermer le restaurant malgré son envie de rester active ont particulièrement pesé sur le moral de Rosaline. Il y a chez elle un profond sentiment d'injustice par rapport à ces décisions imposées.

*« T'as rien demandé, on t'oblige à fermer ton magasin où tu travailles, en plus t'as le chômage pour te bouffer 30% de ton salaire, alors que vraiment toi ce que tu veux, c'est juste aller travailler tranquille tu vois. C'est pas juste, c'est pas juste ! »*

**Comparaison avec le CPAS.** A plusieurs reprises, elle établit le parallèle avec la situation des personnes bénéficiant des revenus du CPAS. Les mesures qui lui ont été appliquées sont perçues comme injustes et totalement inégalitaires ;

*« [...] T'es en mode : « Ah ! Donc quelqu'un qui ne travaille pas qui est au CPAS a plus d'argent que moi alors que moi je travaille et que j'ai rien demandé ? Et qu'on me force à aller au chômage (tape du poing sur la table), qu'on nous force à fermer, et c'est moins que quelqu'un qui travaille pas et qui n'a pas envie de travailler ? Et c'est normal ?! »*

**Retour au travail dans un contexte insécure.** Pour Rosaline, reprendre le travail dans un contexte de crise n'était pas rassurant. En l'absence de vaccin, Rosaline montrait des inquiétudes pour sa santé.

*« Nous, on retourne travailler en plein Covid parce qu'on nous dit : « Vous pouvez rouvrir hein, vous risquez de choper le Covid et de crever, mais vous pouvez rouvrir hein, pas de problème ! ». Il n'y a toujours pas de vaccin, il n'y a rien. [...] Bah, on met notre vie entre guillemets en jeu tous les jours, à fréquenter 15 millions de clients que*



*tu connais ni d'Adam ni d'Eve, que tu ne sais pas s'ils ont le Covid ou pas ou quoi...  
Mais nous, on n'a pas de prime. »*

La participante déplore l'absence de prime Covid pour le secteur de l'Horeca. Pour elle, c'est une injustice supplémentaire si on considère le retour au travail qu'elle a connu alors même que la situation sanitaire était encore insécure.

**Impact négatif sur l'Horeca et le monde de la nuit.** Rosaline compare également la situation du secteur de l'Horeca avec celui des commerces alimentaires qui ont pu poursuivre leurs activités.

*« Voilà, Horeca et trucs de la nuit machin, c'est tous ces secteurs-là qui ont été les plus touchés quoi. Parce que ben, c'est absolument pas contre eux, mais regarde tous les Colruyt machin, tous ceux qui travaillaient là, ben ils ont pu continuer à travailler tranquille tu vois. »*

**Système illogique.** D'une manière similaire aux comparaisons établies précédemment, la jeune fille dénonce un système fonctionnant selon une logique incompréhensible

#### Axe 4 : Expériences positives et bénéfices

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Aspects positifs des confinements	• Octroi de vacances	• Dormir plus • Diminution de la fatigue • Récupérer
	• Jouer plus	
Vécu du deuxième confinement acceptable	• Achat PC portable	• Jeux en ligne
Relations interpersonnelles	• Garder ses distances	• Ne plus devoir faire la bise

**Octroi de vacances.** Rosaline souligne particulièrement le repos dont elle a pu bénéficier lors du premier confinement. Sa fatigue a diminué et elle a pu récupérer de l'énergie. En quelque sorte, cette période avait l'allure de vacances : *« J'ai pu récupérer mes heures de sommeil perdues. Je crois que c'est le seul point positif en fait. »*.

**Jouer plus.** Lors du deuxième confinement, elle a fait l'acquisition d'un PC portable et a pu jouer davantage aux jeux vidéo.

**Garder ses distances.** Pour Rosaline, pouvoir garder ses distances avec les personnes qu'elle apprécie moins a été appréciable : ne plus devoir faire la bise était un avantage à cet égard.

« [...] C'est pas mal des fois quand t'as des gens que t'aimes pas tu vois. T'étais obligé de leur dire bonjour, t'es en mode : « Oui, bonjour de loin hein, Covid ! »

### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Apprentissages	• Augmentation des injustices	• Impact négatif du chômage
	• Jouer à un nouveau jeu	
	• Perception négative de la Belgique	• Comparaison avec la France • Meilleures conditions de chômage en France

**Augmentation des injustices.** Au moment d'aborder les apprentissages qu'elle retire de la crise, Rosaline cite en premier l'augmentation des injustices et fait toujours référence dans ce cadre à l'impact négatif du chômage en particulier.

**Jouer à un nouveau jeu.** Le temps d'apprendre à jouer à un nouveau jeu lui a également été offert via la crise.

**Perception négative de la Belgique et comparaison avec la France.** Enfin, elle mentionne sa vision encore plus négative du pays et établit une comparaison avec la France où les conditions du chômage semblent meilleures.

### Entretien n°6 : Simon

#### Données socio-démographiques

Simon est âgé de 26 ans et est français. Il est venu en Belgique pour réaliser ses études supérieures. Il travaille comme ajusteur-monteur aéronautique. Il est célibataire et vit en collocation avec un ami dans une maison en périphérie du centre-ville. Son niveau d'études est de type supérieur. Depuis septembre 2021, le participant a repris des études d'ingénieur en cours du soir.

#### Déroulement de l'entretien

L'entretien s'est déroulé au domicile du participant. Personne d'autre n'était présent lors de la rencontre. Simon est quelqu'un de calme et de posé. Il parle très peu au tout début de l'entretien et pose quelques questions sur la recherche. Il répond de manière brève mais précise au questionnaire socio-démographique et aux échelles d'évaluation des usages. Au moment

d'aborder sa trajectoire de consommation, Simon se dévoile un peu plus et se livre sur son passé. Le jeune homme est précis et concis dans ses explications. Il ne s'égare pas outre mesure dans des explications détaillées mais parvient néanmoins à dresser un tableau assez complet des réalités qui constituent son expérience de vie.

### **Trajectoire de consommation**

Simon désigne l'âge de ses **15 ans** comme le point de départ de son histoire avec l'alcool. A cette époque, il pratique le rugby à un haut niveau et il consomme de l'alcool de manière épisodique au sein de son club de sport. A **18 ans**, Simon se blesse au genou. Allergique aux anesthésiants, Simon ne peut pas être soigné et ne pourra pas rejoindre l'équipe des espoirs français. Pendant six mois, le participant tombe en dépression et est suivi psychologiquement.

A ses **19 ans**, le jeune homme entre en faculté de médecine. Il se décrit comme « *fêlard* » lors de cette période et les quantités d'alcool sont importantes : il peut consommer jusqu'à dix bouteilles de Whisky par semaine. Cependant, il ne boit jamais seul. Le participant se réoriente par la suite dans une nouvelle filière et conserve cette intensité de consommation, mais remplace les alcools forts par de la bière.

Simon est diplômé en septembre 2019 à **24 ans** et trouve un travail le mois qui suit. A partir de ce moment, il décrit son usage d'alcool comme « *exemplaire* » ; il consomme environ une fois par semaine avec des amis.

En ce qui concerne le cannabis, Simon essaie la substance pour la première fois à l'âge de **17 ans**. Cette consommation suit en réalité une trajectoire similaire à celle de l'alcool et démarre réellement lors de ses années d'études supérieures. Lors de ses premières années à l'internat, Simon consomme environ 15 grammes par semaine. Cette quantité diminuera progressivement au fil des années.

Actuellement, Simon utilise environ dix grammes par mois. Le jeune homme ne fume jamais seul : son usage est un moment convivial qu'il aime partager. En ce qui concerne l'alcool, le participant témoigne d'une consommation qui n'est pas excessive (un verre de temps en temps entre amis).

## Analyse thématique

### Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Ressenti général par rapport à la crise	• Impression de ne pas avoir vécu la crise	• Pas d'impact sur le secteur • Maintien de l'activité professionnelle • Attestation du travail autorisant les déplacements
	• Absence d'émotion particulière	• Absence de coup de blues
Anticipation des confinements	• Choix d'un logement avec extérieur	• Appréhension d'être enfermé • Préférence pour les grands espaces • Besoin d'être à l'extérieur
Gestion personnelle des mesures sanitaires	• Maintien du contact physique	• Pratique de la bise

**Impression de ne pas avoir vécu le Covid.** Lorsqu'il s'exprime quant à son ressenti général face à la crise Covid-19, le participant fait part d'un sentiment assez neutre : la crise ne l'a pas particulièrement affecté. Le peu d'impact connu par son secteur, le maintien de son activité et les déplacements à l'extérieur autorisés par sa firme ont contribué à cette impression.

**Absence d'émotion particulière.** Dans la même optique, Simon explique ne pas avoir ressenti d'émotion particulière : « *J'vais dire moi honnêtement, j'ai rien ressenti donc... Même le confinement, pour moi, j'ai pas eu de moment de blues ou... Du tout.* ».

**Choix d'un logement avec un extérieur.** Bien que Simon ait peu été touché émotionnellement par la crise, le contexte sanitaire l'aura cependant poussé à choisir un logement doté d'un extérieur en périphérie de la ville. Pour le participant et son colocataire, il était primordial de choisir un endroit où ils pourraient profiter d'un espace extérieur en prévision de nouveaux lockdowns. Ayant toujours vécu dans de grands espaces étant jeune, le participant aurait en effet mal supporté l'enfermement.

*« Ça aurait été compliqué parce que j'ai toujours vécu dans des grands espaces. [...] Et donc vivre à l'intérieur pendant plus d'un an, je pense que j'aurais pas tenu. Même quelques mois, j'aurais pas tenu je pense. »*

**Maintien du contact physique.** Enfin, Simon explique avoir maintenu le contact physique avec ses proches, notamment la pratique de la bise. Pour lui, garder ce contact physique était important. Il regrette que la pandémie ait provoqué cette rupture du lien entre les personnes.

*« Tous les gens que j’apprécie énormément et avec qui ça m’aurait fait quelque chose de couper ce lien, on l’a pas coupé donc... J’ai continué à faire la bise à mes parents, j’ai continué à faire la bise à mon coloc, à mes potes... »*

## Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Variation de l’usage d’alcool et de cannabis	• Stabilité	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas de changement dans les habitudes</li> <li>• Rituels de consommation communs</li> <li>• Jamais seul</li> <li>• Perte d’intérêt pour les gros événements</li> <li>• Préférence pour les soirées entre amis</li> <li>• Maintien des soirées pendant le confinement</li> </ul>
	• Temps d’arrêt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temps à disposition</li> <li>• Se tester</li> <li>• Evaluer son niveau de dépendance</li> <li>• Inquiétudes par rapport à l’usage d’un ami</li> <li>• Défi</li> <li>• Pouvoir montrer qu’on en est capable</li> </ul>
	• Aucune différence suite à l’arrêt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absence du besoin d’acheter la consommation</li> <li>• Absence de manque</li> <li>• Pas d’effet négatif ni positif sur le corps</li> <li>• Bonne qualité de sommeil</li> <li>• Stabilité du système respiratoire</li> </ul>
Perception de l’impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Jeunesse en détresse	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficultés d’approvisionnement</li> </ul>

**Stabilité.** Au moment d'aborder la thématique de la consommation de substances, le participant fait part d'une constance dans ses usages. Dans la même logique que pour son ressenti global face à la crise, Simon explique qu'il n'a pas l'impression d'avoir vécu le Covid. Les soirées entre amis qu'il apprécie se sont maintenues et les habitudes de consommation qu'il partage avec son colocataire ou ses proches sont restées les mêmes : *« Même pendant le confinement ou quoi, on a réussi à faire des barbec' entre nous donc... Donc il n'y a pas eu de problème. C'est pour ça, il n'y a pas eu de changement... ».*

**Temps d'arrêt.** Pourtant, bien que Simon insiste sur le fait qu'il n'y ait pas eu de changement et que sa consommation soit restée constante, il finit par témoigner de temps d'arrêt dans ses usages. Lors du confinement, une volonté de se tester a émergé chez Simon et son colocataire et les deux jeunes hommes se sont lancé le défi de mettre en pause leurs consommations sur des périodes de temps pouvant aller d'une semaine à un mois. Leur but était de se tester et d'évaluer leur niveau de dépendance.

*« Du jour au lendemain, ça nous est arrivé que... Avec (prénom du colocataire) on fasse des pauses parce que... Pour voir si on était vraiment... On s'est fait des petits tests hein, on avait un peu de temps donc... On s'est fait des petits tests, savoir si on était vraiment accros ou pas. Et on a fait des bails d'une semaine, deux semaines, un mois... »*

Quelque temps auparavant, les deux colocataires s'étaient montrés inquiets pour l'un de leur proche qui présentait une consommation importante. Ils avaient à cœur de lui montrer qu'ils étaient capables de mettre un terme à cet usage s'ils le souhaitaient.

*« Et de temps en temps, on discute avec un ami que nous on trouve qu'il consomme beaucoup et on s'est dit bah... On lui a dit d'essayer d'arrêter, mais pourquoi nous on le ferait pas tu vois ? Donc on s'est nous-mêmes lancé le défi que pour... Que pour pouvoir dire : « Ben ouais, maintenant on peut vraiment se permettre de le dire, parce qu'on a vécu l'expérience quoi. ». »*

**Aucune différence suite à l'arrêt.** Au terme de cette expérience, le participant déclare n'avoir observé aucune différence. Il n'y a eu pour lui ni effet négatif, ni effet positif sur son corps (bonne qualité de sommeil, stabilité du système respiratoire). Le jeune homme explique également ne pas avoir ressenti de manque particulier : *« J'ai pas senti le besoin de... De devoir acheter que pour pouvoir consommer, que ce soit de la drogue ou de l'alcool et... J'avais pas ces manques. »*

**Jeunesse en détresse.** Pour le jeune homme, il est probable que les jeunes adultes consommateurs aient rencontré des difficultés à se fournir. Ces soucis d'approvisionnement

sont susceptibles d'avoir provoqué un mal-être chez les jeunes particulièrement dépendants à la drogue.

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Mesures sanitaires	• Aller faire les courses	
	• Mesures excessives	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Règles d'hygiène basiques</li> <li>• Problème d'hygiène à l'origine du Covid</li> <li>• Manque d'éducation</li> </ul>
	• Port du masque au travail	• Respiration difficile

Pour Simon, la gestion des mesures sanitaires a constitué la difficulté principale rencontrée lors de cette période de crise.

**Aller faire les courses.** Aller faire les courses tout en respectant ces règles lui était particulièrement pénible.

**Mesures excessives.** D'un côté, le jeune homme trouvait les mesures sanitaires excessives et de l'autre, il accentuait le fait qu'il s'agissait en réalité de règles d'hygiène de base. Pour Simon, l'origine du Covid est due à un manque d'hygiène de la part des Européens. Il pointe du doigt le manque d'éducation des occidentaux à cet égard.

**Port du masque au travail.** Le port du masque était également une contrainte pour le participant. Amené à porter des charges lourdes dans son travail, le manque d'oxygène était particulièrement pénible pour lui.

### Axe 4 : Expériences positives et bénéfices

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Modalités de travail	• Horaires décalés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Horaires matinaux</li> <li>• Températures fraîches au travail</li> <li>• Temps libre l'après-midi</li> <li>• Profiter du beau temps</li> <li>• Se reposer</li> </ul>
Vie urbaine	• Trafic routier diminué	• Moins de bouchons
	• Ville sécurisée et agréable	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Présence policière renforcée</li> <li>• Diminution de la présence des dealers</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Image plus positive de la ville</li> <li>• Plus agréable de se promener</li> <li>• Diminution criminalité</li> </ul>
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Horaires décalés.** Lorsque le contexte sanitaire était particulièrement incertain, la firme de Simon a modifié les horaires habituels des travailleurs afin d’éviter au maximum les contacts. Le jeune homme travaillait alors la matinée, ce qui lui permettait d’avoir du temps libre l’après-midi et de profiter des beaux jours qui arrivaient. Le repos était de mise.

*« Le premier confinement en mars et les beaux jours commençaient à arriver, au moins on a vécu tout l’été à la fraîche le matin et après on était tranquilles l’après-midi. Moi, à 14h, 14h30, je rentrais ici. Je me mettais ici sur la terrasse en train de bronzer, je dormais là toute l’après-midi. »*

**Diminution du trafic routier.** D’autres bénéfices relevés par le participant ont attiré à la vie urbaine. Simon note notamment l’atténuation du trafic routier et l’absence de bouchon.

**Ville sécurisée et agréable.** Un autre point également important pour lui est la diminution de la criminalité en ville suite à l’augmentation de la présence policière. Le participant évoque un contexte urbain plus sécurisé où il était redevenu agréable de se promener. L’image de la ville était plus positive.

*« Ouais parce que la police tournait beaucoup, donc les dealers tournaient beaucoup moins et... Et en soit, c’était pas plus mal quoi. Moi je trouvais ça un peu... Enfin, pas plus mal. Je trouvais que ça avait rendu un petit peu un côté charmant à (nom de la ville) quoi. [...] Je trouvais que (nom de la ville) redorait son blason. »*

### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Mesures sanitaires	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inutilité de la distanciation et du masque</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Circulation libre du virus dans l’air</li> <li>• Coupure du lien social et physique</li> <li>• Discours contradictoires</li> </ul>
Complot économique	• Profit économique du masque et du pass sanitaire	
	• Augmentation des inégalités	
Dramatisation des médias	• Comparaison à d’autres maladies	



**Inutilité de la distanciation et du masque.** Au moment d'établir les apprentissages retirés de la crise Covid-19, Simon commence par citer l'inutilité des mesures sanitaires, en particulier de la distanciation et du port du masque. Pour lui, ces mesures sont « *ridicules* » et n'empêchent pas le virus de circuler. Le participant déplore que le toucher, un sens faisant partie intégrante du lien social, ait été interdit au nom d'un raisonnement qui lui semble irrationnel.

*« Moi je trouve que... On a coupé ce lien social où les gens ils avaient encore un toucher, en mettant de la distance entre les gens qui est ridicule parce que... Que j'éternue ici ou à un mètre cinquante ou là-bas à quatre mètres, si j'ai éternué, c'est dans l'air et c'est tout quoi. »*

**Profit économique.** Il pointe également du doigt le profit économique derrière ces mesures, profit qui ne fait qu'**augmenter les inégalités** en réalité : « *Ça fait gagner de l'argent à des gens très très riches qui étaient déjà très très riches à la base et ça crée encore des fossés économiques entre les riches et les pauvres.* ».

**Comparaison à d'autres maladies.** Enfin, le participant compare le Covid à d'autres maladies bien plus graves : pour lui, la crise a amplement été gonflée dans les médias.

### **Entretien n°8 : Mathieu**

#### **Données socio-démographiques**

Mathieu est âgé de 24 ans et est kinésithérapeute. Il vit dans une maison en périphérie du centre-ville en colocation avec deux autres personnes. Il est actuellement en couple. Son niveau d'études est de type supérieur.

#### **Déroulement de l'entretien**

L'entretien s'est déroulé au domicile du participant. Lors de la rencontre, des amis de Mathieu étaient présents dans la pièce de vie principale de la maison. L'interview s'est déroulée dans une pièce isolée de l'étage. Mathieu est quelqu'un de calme et de curieux. Il s'intéresse d'emblée aux tenants et aux aboutissants de l'étude et n'hésite pas à poser des questions. Il se montre enthousiaste quant aux différentes parties de l'entretien proposées et dit vouloir s'appliquer un maximum. L'élaboration de la ligne du temps de sa trajectoire de consommation est développée ; année par année, le jeune homme détaille les variations de sa consommation d'alcool et de cannabis avec précision. Il arrive cependant que le participant revienne à plusieurs reprises sur un même événement, comme pour rassembler ses idées avant de pouvoir envisager

la suite. Ces retours en arrière fréquents rendent parfois la compréhension de son discours moins aisée.

### **Trajectoire de consommation**

Mathieu entame son usage de cannabis suite à une rupture amoureuse alors qu'il est âgé de **16 ans**. A **17 ans**, l'usage de l'adolescent devient hebdomadaire. A cette époque, les relations avec sa famille sont conflictuelles et il ressent le besoin de s'éloigner et de gagner en autonomie. Pensant que sa consommation est peut-être à l'origine de cette mésentente, il connaît une pause de trois mois.

A **18 ans**, un deuxième temps d'arrêt dans son usage a lieu en vue des examens de rhéto. Ces arrêts lors de périodes d'étude se retrouvent d'ailleurs à plusieurs reprises dans le parcours de Mathieu. Le jeune homme réussit son année et note « *une flambée* » de sa consommation lors des vacances suivantes : il consomme à l'époque environ huit joints par jour et son usage d'alcool varie d'un à dix verres par jour.

Par la suite, Mathieu entame ses études supérieures en kinésithérapie. Sa première année est marquée par son baptême : l'étudiant boit de l'alcool quotidiennement et consomme entre quatre et cinq joints par jour. Le participant connaît ensuite de nouveaux temps de pause liés à différents événements, notamment de nouvelles tensions familiales et une arrestation par la police lors d'un festival. Il présente des difficultés pour réussir dans ses études et double sa première et deuxième année.

A **21 ans**, Mathieu connaît un moment décisif dans son parcours. S'il ne réussit pas sa deuxième année, il devra mettre un terme à sa formation. Il choisit alors d'alterner sa consommation de cannabis avec une consommation de CBD. Le participant explique que c'est à partir de ce moment qu'il a pu maintenir le cap dans ses études et enfin réussir ses examens.

Actuellement, Mathieu consomme un ou deux joints de CBD par jour et deux joints de THC par semaine. En ce qui concerne l'alcool, le participant explique boire un verre tous les deux jours pendant la semaine et une bouteille d'alcool le weekend.

### **Analyse thématique**

#### **Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien**

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>
------------------	---------------	--------------------

Lieux de vie	• Retour au domicile familial	• Fermeture de l'internat
Formation	• Changement dans les modalités de cours	• Cours à distance • Cours pratiques transformés/reportés
	• Stages en hôpital/maison de repos	• Section Covid • Rythme soutenu • Bon vécu • Enrichissement sur le plan humain
Ressenti général par rapport à la crise	• Bon vécu de la période Covid	• Moral au beau fixe • Peu d'affection du Covid • Pas de décès • Diminution vie sociale tolérée
Port du masque	• Levée de l'obligation du port du masque	• Sensation bizarre • Découvrir les personnes • Impression de se cacher • Avoir du mal à l'enlever • Perception des autres impactée

**Retour au domicile familial.** Ce retour au domicile familial suite à la fermeture de son internat vient à point nommé pour le jeune homme et lui permet de vivre plusieurs expériences positives que nous détaillerons dans la section concernée (Axe 4).

Lorsque la crise Covid fait irruption, Mathieu est en troisième année de kinésithérapie. La pandémie va avoir deux répercussions principales dans son parcours de formation :

**Changements dans les modalités de cours.** L'étudiant suit ses cours à distance au premier confinement et plusieurs sessions pratiques sont transformées en cours théoriques ou bien reportées au mois d'août.

**Stages en hôpital et en maison de repos.** Ses stages vont plonger le futur kinésithérapeute au cœur de la pandémie. Au deuxième confinement, il exerce en aile Covid où le rythme de travail est soutenu. Cette période s'est révélée être formatrice pour lui.

*« Donc j'avais 25 patients à faire sur ma journée. Je devais être là-bas à 7h du mat', je rentrais, il était 18h. C'était... C'était intense, j'ai pas vraiment mal vécu, moi je trouve que c'est super enrichissant d'un point de vue humain. »*

**Bon vécu de la période Covid.** D'une manière générale, le participant dit avoir été peu affecté par la crise et se remémore un moral au beau fixe à cette période. Mathieu tend également à relativiser les aspects les plus négatifs de la crise : il n'a pas connu de décès et il a plutôt bien toléré l'impact que la crise a pu avoir sur sa vie sociale. Nous verrons d'ailleurs par la suite que cette rupture des contacts a été bénéfique pour Mathieu (Axe 4).

*« Personnellement, ça m'a pas trop affecté, j'ai... Ben j'ai pas eu de décès dans ma famille ni rien. J'ai pas vu mes potes mais... Après, d'un côté, je les... Je suis pas le genre de pote qui voyage souvent. »*

**Levée de l'obligation du port du masque.** Cette levée a provoqué chez Mathieu des sensations étranges quant à sa manière de percevoir les autres. Le participant explique avoir l'impression de réellement découvrir les personnes qui l'entourent maintenant qu'elles n'ont plus leur masque. Cette tombée des masques provoque cependant un sentiment de déception chez le jeune homme : les visages dévoilés ne sont pas si beaux que dans son imaginaire.

*« Ouais d'office, si j'ai connu une personne avec son masque, quand elle l'enlève, elle sera jamais aussi belle que ce que je m'imaginais moi. »*

A un niveau plus personnel, Mathieu confie ressentir un inconfort au moment d'enlever son masque à lui. Le porter revient désormais à se cacher.

*« Et j'ai l'impression aussi que, de l'inverse, maintenant que j'ai un masque, je me cache derrière mon masque et que j'ai peut-être plus de mal à l'enlever maintenant. »*

## **Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances**

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>
Variations de l'usage de cannabis	• CBD comme consommation principale lors du premier confinement et du déconfinement	• Période d'examens
	• Augmentation du THC pendant la crise	• Impression de vacances
Variation de l'usage d'alcool	• Augmentation importante au premier confinement	• Consommation quotidienne • Apéros au matin et en soirée • Impression de vacances
	• Diminution après le premier confinement	• Rythme classique
	• Maintien d'une consommation quotidienne	
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Augmentation de la consommation	• Stress de la perte d'emploi • Peur de se retrouver en famille • Evasion par le travail impossible • Manque d'occupation
	• Augmentation particulière pour l'alcool	• Pénuries

La trajectoire de consommation établie préalablement nous apprend que Mathieu a connu plusieurs variations dans son usage de cannabis. Nous pouvons nous apercevoir que les changements dans sa consommation sont liés à de nombreux aspects de sa vie : les tensions avec sa famille, les examens, ses états d'esprit ou encore l'arrestation policière dont il a fait les frais lors d'un festival. Au travers de son témoignage, nous observons que ces dynamiques se poursuivent au fil de la crise sanitaire : le jeune homme ne semble pas connaître de linéarité dans sa consommation mais plutôt une variation fréquente de ses usages en fonction du contexte. Ceci donne d'ailleurs lieu à l'émergence de thèmes contradictoires.

### **CBD comme consommation principale lors du premier confinement et du déconfinement.**

Lors des premiers confinement et déconfinement en 2020, Mathieu cible le CBD comme consommation principale et explique consommer du THC de temps en temps. Cet usage de CBD lui permet de mieux se concentrer sur son étude.

*« Je fumais beaucoup de CBD pour mes examens essentiellement, quand j'étais en période de blocus je fumais du CBD. Puis c'était souvent, très souvent du CBD et de temps en temps du THC. »*

**Augmentation du THC pendant la crise.** Même si le participant insiste sur cette consommation importante de CBD, il montre toutefois une ambivalence dans sa réflexion. Dans d'autres séquences de l'entretien, il témoigne d'une augmentation du THC pendant la crise, constat contredisant les précédentes formulations. L'impression de vacances offertes par la crise a notamment joué un rôle dans cette intensification.

*« J'ai fumé un peu plus de THC pendant la... Suite à la pandémie. Parce que comme je te disais, j'étais en vacances en fait. [...] Mais après, pendant le Covid, il y a eu plus de THC qu'avant quoi. »*

En ce qui concerne la consommation d'alcool de Mathieu, les thèmes émergents sont les suivants :

**Augmentation importante au premier confinement.** A nouveau, l'impression de vacances offertes par la crise a été déterminante dans cette dynamique. Le jeune homme boit de manière quotidienne et évoque des apéros en soirée et parfois en matinée en compagnie de ses parents.

*« Niveau alcool, j'ai vraiment eu une grosse augmentation de l'alcool. Hmm, hmm, oui. Une grosse augmentation de l'alcool. Heu... Parce que j'étais en vacances en fait. Parce que j'étais en vacances pendant trois mois. [...] Là, je pouvais me boire le matin, enfin même me lever le matin, et avec mon père boire une petite Leffe... (rires) »*

**Diminution après le premier confinement.** Comme pour son usage de cannabis, on retrouve une certaine ambivalence chez Mathieu quant aux variations de sa consommation d'alcool. Dans un premier temps, il relèvera une diminution après le premier confinement, précisant avoir repris un rythme classique. Cependant, il revient par la suite sur ses propos et évoque plutôt le **maintien d'une consommation quotidienne**.

*« C'est vrai que... A partir de ce moment-là, c'est vrai que j'ai peut-être bu de... Pfff, en fait non je dis ça mais, avant je buvais déjà tous les jours, donc... J'ai vraiment maintenu mon cap quoi, de boire tous les jours. »*

Lorsque Mathieu s'exprime sur sa perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs, les thèmes suivants émergent :

**Augmentation de la consommation.** Pour Mathieu, il ne fait pas de doute que les jeunes adultes ont connu une augmentation de leur consommation, **en particulier pour l'alcool**. Le stress lié à la perte d'un emploi, la peur de se retrouver seul avec sa famille ou encore le manque d'occupation sont des facteurs qu'il nomme comme les possibles raisons de cette intensification.

*« S'ils avaient déjà plus de travail, c'est possible que ce soit lié au stress... A la peur de ne plus avoir d'emploi, à la peur de se retrouver seul chez soi avec toute sa famille parce qu'au final beaucoup de personnes s'évadent par le travail. »*

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Remise en question	• Questionnement sur une éventuelle dépendance à l'alcool	• Augmentation de l'usage • Mal-être physique
	• Se tester	• Impression de tomber dans la dépendance
	• Cure	• Avec son père • Diminution suite à la cure • Mieux-être
	• Meilleure gestion de la consommation d'alcool	
Mesures de distanciation sociale	• Rupture des contacts avec sa grand-mère	• Isolée • Peur d'être responsable de son décès • Impression de l'exclure • Impact négatif sur son bien-être

**Questionnement sur une éventuelle dépendance.** Au moment d'aborder les expériences négatives rencontrées depuis le début de la crise, Mathieu évoque un épisode charnière de son histoire de consommateur datant d'il y a quelques mois. Le jeune homme ressent un mal-être et un questionnement sur une éventuelle dépendance à l'alcool émerge. En effet, le participant prend conscience de l'intensification de son usage et s'inquiète également des conséquences physiques qui commencent à apparaître : *« J'ai vraiment remarqué que là en fait, j'étais vraiment pas bien. Même d'un point de vue physique, plus de mal de ventre... »*.

**Se tester.** Mathieu décide de se tester et ressort de cette expérimentation avec l'impression de devenir dépendant.

**Cure.** Il décide alors de réaliser deux mois d'abstinence avec son père, ce qu'il dénomme comme une cure. Suite à cette période, Mathieu se sent mieux et diminue sa consommation.

*« Ça s'est super bien passé, et là quand j'ai eu fini ma cure, là j'étais... Un homme nouveau. Enfin, un homme nouveau, au fond de moi, je me sentais mieux quoi. Donc du coup maintenant j'ai vraiment... Depuis que j'ai fait cette cure-là, j'ai vraiment diminué mon... Ma consommation d'alcool. »*

**Meilleure gestion de la consommation d'alcool.** Le jeune homme conclut en expliquant avoir désormais une meilleure gestion de sa consommation. La période Covid aura donné lieu à un véritable déclic pour le participant : Mathieu pense qu'il était temps pour lui de se reprendre en main.

*« Donc je pourrais dire depuis 2020 en vrai, ce que j'ai pu avoir, ce que j'ai pu remarquer, c'est que... Je tombais peut-être... Je commençais peut-être à devenir addict à l'alcool et que j'ai su m'en sortir. J'arrive à gérer. »*

**Rupture des contacts avec sa grand-mère.** Le jeune homme montre un inconfort quant à la situation d'isolement subie par sa grand-mère en raison des mesures de distanciation sociale. Un sentiment de culpabilité transparait dans son discours ; ne pas lui avoir rendu visite lui donne l'impression de l'avoir exclue. Il pense que ces mesures, bien que visant la protection de sa santé, ont impacté négativement son moral.

*« C'est triste, je pense que... Parce qu'au final, tout le monde lui a imposé de pas, de pas... Enfin, pas d'accolade, ne plus venir la voir pour son bien. Et j'suis sûr qu'au final, tout ce qu'on a fait c'est... C'est que du mal quoi. »*

#### Axe 4 : Expériences positives et bénéfiques

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu positif du premier confinement	• Temps supplémentaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opportunité pour apprendre de nouvelles choses</li> <li>• Profiter des acquis</li> <li>• Mettre en place des apprentissages préexistants</li> <li>• Se recentrer sur soi-même</li> <li>• Faire la part des choses</li> <li>• Apprendre à mieux se connaître</li> </ul>
	• Retisser de meilleurs liens avec ses parents	
	• Rester seul	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Besoin de respirer</li> <li>• Ne voir personne</li> </ul>
	• S'éloigner des étudiants de l'internat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avoir son propre rythme</li> <li>• Absence de distraction</li> <li>• Difficulté à supporter les avis univoques</li> <li>• Manque de nuance dans les opinions</li> </ul>
	• Examens à distance	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triche possible</li> <li>• Augmentation de la moyenne</li> </ul>
Remise en question	• Opportunité de la cure	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prise de conscience par rapport à l'usage d'alcool</li> </ul>

La période de crise est envisagée par Mathieu d'une manière globalement très positive. Comme évoqué précédemment, la pandémie est survenue au bon moment pour le participant : « *Moi, cette pandémie, elle est tombée à pic.* ».

**Temps supplémentaire.** Pour le jeune kinésithérapeute, le temps supplémentaire offert par le contexte du Covid a été bénéfique à plusieurs niveaux. Le premier confinement a notamment constitué une opportunité pour apprendre de nouvelles choses mais aussi pour mettre en place des apprentissages préexistants.

*« Il m'a juste offert le temps pour... Pour mettre en place ce que j'avais mis en place depuis quelques mois. »*

Ce temps lui a également permis de se recentrer sur lui-même, de faire la part des choses et d'apprendre à mieux se connaître. Mathieu se décrit comme quelqu'un « *d'éparpillé* » et cette période a constitué un nouveau cadre au sein duquel il a pu développer ces compétences.



**Rester seul.** La solitude est envisagée de manière positive par Mathieu et est récurrente dans son discours. Au fil de l'entretien, nous comprenons que ce retrait de la vie sociale était en réalité un besoin important du jeune homme à ce moment de son parcours. Il traversait effectivement une période où la rupture des contacts sociaux était devenue nécessaire.

*« Et moi ça m'a fait un bien fou quoi, je suis resté trois semaines tout seul chez moi... Enfin, j'ai vu personne personne personne, j'voulais pas de toute façon. [...] Oui, j'avais vraiment besoin de respirer. »*

**S'éloigner des étudiants de l'internat.** Peu de temps avant la crise, Mathieu avait montré des difficultés croissantes quant à la vie communautaire de son internat. Il supportait mal les avis univoques et tranchés de ses camarades ainsi que le manque de nuance présent dans certains discours. Le premier confinement est alors venu lui donner la possibilité de s'éloigner des étudiants de l'internat et de prendre du recul.

*« J'en avais un peu ras-le-bol de tout le monde. [...] Parce que le confinement, j'étais seul en fait. Enfin... En vivant à (nom de l'internat), tous les jours on côtoie des dizaines de personnes, avec toutes des manières de penser différentes et... Certaines affirment... En vrai, ce que je n'aime pas, c'est affirmer une idée. »*

Retourner chez ses parents lui a également permis d'évoluer selon son propre rythme en l'absence de distraction quelconque.

**Retisser de meilleurs liens avec ses parents.** Mathieu ayant connu plusieurs épisodes de tensions avec ses parents, ce retour a également été l'occasion de retisser de meilleurs liens avec eux. Ils se sont notamment retrouvés autour d'un projet commun : celui de la mise en place d'un potager.

**Examens à distance.** Mathieu mentionne également que le contexte sanitaire de l'époque a été l'opportunité de réaliser ses examens à distance. Le jeune homme confie que cette situation a rendu la triche possible avec comme conséquence une augmentation de sa moyenne.

**Opportunité de la cure.** Dans les premiers temps de l'entretien, Mathieu évoque son questionnement par rapport à l'alcool comme un passage difficile de ces deux dernières années. Cependant, le jeune homme envisage cette prise de conscience également de manière positive. C'est son usage intensif du premier confinement qui l'aura mené à ce constat. Sans cette prise de recul, Mathieu ne se serait sans doute pas engagé dans une cure.

*« C'était plus après le confinement, le truc de positif, c'est que je me suis rendu compte que je buvais quand même pas de trop, enfin que je buvais trop et donc du coup ben...*

*C'est grâce à ça que j'ai pu me permettre... Enfin, que j'ai pu faire ma cure et me... Me calmer. »*

### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Meilleure connaissance du gouvernement	• Perception négative	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Injustice</li> <li>• Gouvernement égoïste</li> <li>• Salaires des ministres inchangés</li> <li>• Souffrance des restaurateurs et indépendants</li> </ul>
Formation	• Trouver des astuces pour réussir	• Arrêter momentanément le cannabis

**Perception négative du gouvernement.** Mathieu explique qu'il a beaucoup appris des dirigeants belges tout au long de la pandémie. Il fait état d'un sentiment d'injustice : pour lui, le gouvernement a agi égoïstement en mettant en péril la situation des restaurateurs et indépendants alors même que le salaire des ministres, lui, restait inchangé.

*« J'ai appris beaucoup du gouvernement on va dire. Et qu'au final, c'est vraiment un peu égoïste parce qu'ils ont foutu tellement de personnes dans la merde suite au Covid, genre les restaurateurs, les indépendants et tout. Ben c'est pas pour autant que le salaire des ministres et tout il diminue. Du moins, même s'il diminuait, il était pas du tout en cons... Enfin, c'était pas du tout proportionnel à ce que le peuple subissait quoi. »*

**Trouver des astuces pour réussir.** Enfin, le participant explique qu'il a pu mettre en place « des subterfuges » tout au long de la pandémie pour apprendre à étudier de manière efficace et ainsi réussir. Mathieu parle notamment de laisser le cannabis de côté, consommation qui semblait le freiner dans ses processus d'apprentissage.

*« Parce qu'au final, je crois que ma solution... Enfin, au début, je fumais, j'étudiais, je fais : « Oh bah, ça va coller. ». Quedalle. Moi je fume... Enfin, si je fume, déjà je suis pas actif. »*

## **Entretien n°9 : Jade**

### **Données socio-démographiques**

Jade est âgée de 22 ans et est d'origine française. Elle est étudiante en logopédie. Elle est actuellement célibataire et vit seule dans un appartement en centre-ville.

### **Déroulement de l'entretien**

L'entretien s'est déroulé au domicile de la participante. Personne d'autre n'était présent lors de la rencontre. Jade est une personne avenante et souriante. Dans les premiers temps de l'entretien, elle s'en tient principalement aux questions posées et ne détaille pas plus ses réponses. L'élaboration de sa trajectoire de consommation est courte et concise. Elle explique de manière brève les contextes associés à ses différentes consommations. La période Covid vient ensuite rapidement prendre une place importante dans sa réflexion à ce niveau.

### **Trajectoire de consommation**

A **14 ans**, Jade consomme pour la première fois du cannabis avec un camarade de classe après l'école. Suite à ce premier essai, il lui arrive de fumer de manière occasionnelle dans des contextes festifs, tous les quatre mois environ.

A **18 ans**, Jade déménage en Belgique pour ses études de logopédie. Elle rencontre de nouvelles personnes et se crée un cercle d'amis dont certains sont consommateurs. L'étudiante décrit son usage de l'époque comme « *social* » et consomme alors environ un joint par semaine. La participante décrit ensuite une évolution progressive de son usage, directement liée à la fréquence des rencontres avec ses amis consommateurs. A **21 ans**, l'étudiante consomme six joints par soir à raison de quatre à cinq fois par semaine.

En ce qui concerne l'alcool, Jade évoque une consommation légère et festive lors de ses années d'études secondaires. Elle boit de l'alcool environ une fois par mois. A **20 ans**, elle sort environ deux fois par semaine pour boire un verre en terrasse.

Actuellement, Jade ne consomme plus de cannabis. Comme nous le verrons lors de l'analyse thématique, cet usage a été stoppé durant le confinement. Par contre, l'étudiante consomme régulièrement de l'alcool : à raison de cinq fois par semaine. Elle a également entamé un usage de MDMA (une fois par mois) et de cocaïne (une fois par semaine).

## Analyse thématique

### Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Ressenti général par rapport à la crise	• Effet fédérateur du Covid	• Rapprochement • Prise de conscience de la fragilité de la vie • Possibilité de perdre brutalement ses proches • Se soucier de ses proches

**Effet fédérateur du Covid.** Une thématique fortement présente dans le discours de Jade est le rapprochement qu'elle a pu connaître avec les personnes qui lui sont chères pendant la période Covid : « *Ben du coup, comme ça a frappé beaucoup de personnes, il y a eu des gens qui sont décédés etc., ça a rapproché tout monde je trouve.* ». L'irruption brutale de la crise et le caractère soudain des événements l'ont amenée à prendre conscience de la fragilité de la vie : tout peut changer du jour au lendemain. La possibilité de perdre des personnes chères à ses yeux devenait une réalité de plus en plus tangible et l'a poussée à davantage se soucier d'elles.

*« Tu te dis que tu sais pas quand est-ce que tu peux perdre tes proches heu... Tes potes etc., ben tu... Tu veux prendre de leurs nouvelles, tu vas être proche d'eux, tu vas être avec eux etc. »*

### Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Variation de l'usage de cannabis	• Arrêt suite aux confinements	• Confinement avec ex-copain • Pas de consommation en couple • Plaisir diminué • Sentiment de paranoïa • Désintérêt progressif • Consommation nocive • Pas d'envie • Crainte d'être inactive
Variation de l'usage d'alcool	• Augmentation lors des confinements	• Deux à trois verres de vin par jour • Pas de plaisir
	• Diminution suite aux confinements	• Dégoût temporaire
	• Reprise de la consommation	• Retour à la vie normale

		• Soirées étudiantes
	• Nouvelle augmentation	• Rupture amoureuse • Réelle découverte de la vie étudiante • Commencer à sortir • Profiter • Dernière année d'études
Test de nouvelles substances	• Prise de conscience suite aux confinements	• N'avoir qu'une vie • Eviter de trop réfléchir • Agir selon ses envies
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Aggravation possible des consommations	
	• Peu d'impact sur les consommateurs sociaux	
	• Initiation possible d'une consommation individuelle	
	• Augmentation pour les consommateurs réguliers	• Fumer toute la journée • Ne rien faire
	• Diminution de la cocaïne possible pour les consommateurs de l'Horeca	• Rythme ralenti
	• Diminution MDMA	• Absence de contextes festifs

**Arrêt suite aux confinements.** Une implication centrale de la pandémie dans la consommation de substances de Jade est son arrêt du cannabis suite aux confinements. En cohabitation avec son compagnon de l'époque en France pendant les lockdowns, l'usage de cannabis ne constitue pas un intérêt commun du couple : « *A tous les confinements genre « 0 ». Parce que du coup j'étais avec mon ex à (nom de la ville), on n'était pas du genre à trop trop fumer.* ». Ces temps de confinement marquent une prise de conscience de la jeune fille par rapport à cette consommation : elle montre un désintérêt progressif pour la substance. Il lui arrive d'expérimenter de temps à autre un sentiment de paranoïa à la suite de son usage et la jeune fille éprouve de moins en moins de plaisir à consommer.

*« Mais du coup j'aimais moins. Mais je vais quand même mettre, genre aussi ça me rendait parano. Genre j'aimais pas, parce que ça me rendait trop tarée. »*

En plus de l'expérimentation de ces effets désagréables, Jade explique également qu'elle souhaitait éviter que le cannabis ne la rende davantage inactive. Le dynamisme du quotidien étant déjà ralenti par la situation de confinement, elle craignait que fumer vienne aggraver cet état.

*« J'avais pas du tout envie de fumer... Parce qu'en fait, on faisait tellement rien, que vraiment j'avais pas envie d'être encore plus un légume... Parce que moi, ça me faisait ça. »*

A la sortie du confinement, c'est une consommation qu'elle laissera complètement tomber, la jugeant trop nocive pour elle.

L'usage d'alcool de Jade a connu de nombreuses variations au cours de la crise sanitaire.

**Augmentation lors des confinements.** Confinée chez les parents de son ex-petit ami, la jeune fille évoque une consommation traditionnelle française quotidienne à laquelle elle a pris part par la force des choses.

*« Ils buvaient tout le temps du vin, c'était... Vraiment genre deux bouteilles de vin par jour eux. Et donc... Par politesse entre guillemets, débile, j'acceptais et donc du coup je buvais style deux, trois verres avec eux par jour. »*

**Diminution suite aux confinements.** Après cette période de consommation inhabituelle, Jade explique avoir ressenti un dégoût pour l'alcool, ce qui a entraîné une diminution de sa consommation.

**Reprise de la consommation.** Néanmoins, cet écœurement pour l'alcool fut de courte durée et une fois le retour à la vie normale engagé, une reprise de la consommation a suivi.

**Nouvelle augmentation de la consommation.** Une autre thématique centrale dans l'entretien de Jade est sa rupture amoureuse. La fin de cette relation marque un tournant dans la vie de la jeune fille à plusieurs niveaux, et notamment dans sa consommation. Jade évoque un sentiment de liberté retrouvée ainsi que l'impression de découvrir réellement ce qu'est la vie estudiantine. La participante commence à sortir davantage et une augmentation de sa consommation d'alcool s'opère.

*« Puis après, le vrai déclic, je pense que ça a été genre la rupture avec mon ex. [...] Et donc après la rupture, pareil l'alcool bah... Oui, clairement beaucoup. [...] Mais c'était vraiment juste en mode : « Soirées » quoi, « Vie étudiante »... C'était pas du tout : « Je me noie dans l'alcool. », ça pas du tout. »*

**Prise de conscience suite aux confinements.** D'une manière similaire au déclic ressenti lors de sa rupture amoureuse, Jade raconte qu'elle a également eu une prise de conscience suite aux confinements. A nouveau, le caractère brutal de la crise lui fait comprendre que tout peut arriver à n'importe quel moment. En conséquence, l'étudiante décide d'agir davantage selon ses envies en évitant de trop réfléchir : *« Et le truc aussi, je pense peut-être aussi que le confinement m'a*

*fait un peu me dire aussi : « One life. Genre meuf, t'as qu'une vie, te prends pas la tête. ». Dans cette optique, Jade initie une consommation de MDMA et de cocaïne, consommation qu'elle conserve à l'heure actuelle.*

*« Tant que tu as envie de tenter, tente. Et au pire, c'est la merde, mais c'est pas grave. Genre si tu veux tester la C, tente, si tu veux tester la D, tente, LSD, tente... Enfin, on s'en fout. »*

En ce qui concerne sa perception de l'impact de la crise sur les jeunes adultes consommateurs, l'étudiante retire les constats suivants :

**Aggravation des consommations.** L'étudiante pense que la crise Covid-19 a probablement provoqué une aggravation des consommations.

**Peu d'impact sur les consommateurs sociaux.** Jade établit le parallèle avec sa situation personnelle : ceux qui utilisaient des drogues principalement en groupe et qui n'achetaient pas leur propre consommation n'ont probablement pas connu de changement majeur dans leur usage.

**Initiations de consommations individuelles possibles.** Cependant, elle nuance son propos et précise qu'il est possible qu'une petite partie des consommateurs aient été tentés d'initier une consommation individuelle.

**Augmentation pour les consommateurs réguliers.** L'étudiante pense par contre que la crise a causé une augmentation pour les consommateurs aguerris et l'illustre en faisant part des dynamiques observées dans son entourage.

*« Mais après les grands consommateurs, genre j'ai des amis qui fument beaucoup plus... Bah eux, pour moi ça a été genre vraiment... Creuser leur tombe où genre là c'était genre... Onze joints par jour... »*

La jeune fille se questionne également sur une éventuelle **diminution de la cocaïne pour les consommateurs de l'Horeca**, le rythme de ce secteur ayant fortement été ralenti. Elle suppose également une **diminution de la MDMA**, les contextes festifs ayant également été impactés.

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vie professionnelle	• Perte du job étudiant	• Ne plus être active • Ne plus gagner son propre argent

Lieux de vie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retour au domicile familial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manque de l'indépendance</li> <li>• Gestion différente du quotidien</li> <li>• Présence des frères et sœurs</li> <li>• Besoin d'être seule</li> </ul>
--------------	---------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Perte du job étudiant.** Ne plus pouvoir ni être active, ni gagner son propre argent sont des contraintes qui ont particulièrement pesé sur la jeune fille : « *Relou parce que du coup j'avais... J'étais pas du tout assez active, pour moi ça me manquait blindé de travailler, d'avoir mes propres sous.* ».

**Retour au domicile familial.** Une autre thématique importante abordée par la participante dans cette section est le retour chez ses parents lors des confinements. Désormais habituée à vivre selon ses propres règles, il a été difficile pour Jade de se réadapter à une gestion différente du quotidien. L'indépendance acquise au fil de ses années d'études lui manquait particulièrement.

*« Je trouve que quand t'as connu l'indépendance, au moment où tu es tout seul, tu te... Tu as ta vie, tes habitudes, et là que le... « Oublie pas de débarrasser la table. », c'est un truc je peux pas entendre. »*

A plusieurs reprises, l'étudiante évoque également le besoin de se retrouver seule pendant cette période. La présence de ses frères et sœurs était parfois compliquée à gérer et il arrivait à la jeune fille de s'éloigner et de manger seule lors des repas.

#### Axe 4 : Expériences positives et bénéfiques

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu positif de la crise	• Profiter de sa famille	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rentrer en France</li> <li>• Revoir son grand-père</li> </ul>
	• Passer plus de temps avec son ex-copain	
	• Profiter de la campagne	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bien-être</li> <li>• Respirer</li> <li>• Avoir de l'espace</li> </ul>
	• Examens à distance	• A plusieurs
	• Prendre soin de soi/de sa santé mentale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vie sur pause</li> <li>• Aller bien à tout prix</li> <li>• Préoccupation importante de la population pour la santé mentale</li> <li>• Adoption soudaine d'un mode de vie sain</li> </ul>



**Profiter de sa famille.** Les expériences positives et bénéfiques rencontrés par Jade lors de la crise sont nombreux. Une thématique particulièrement prégnante dans son discours à ce niveau est notamment son retour en France et le fait d'avoir pu profiter de sa famille. La participante cible plus particulièrement l'opportunité de revoir son grand-père comme un élément très positif de la crise.

*« Surtout voir mon grand-père, parce que du coup ça j'avais pas trop eu l'occasion, enfin à aucun moment j'allais faire (nom de la ville des études)-(nom de la ville d'origine)-(nom de la ville du grand-père). A chaque fois pour un weekend, c'était pas possible, donc là j'ai vraiment bien pu profiter avec mon grand-père donc ça c'est le point le plus positif. »*

**Profiter de la campagne.** Faire le plein d'un mode de vie rural lors du séjour chez son grand-père a également été ressourçant pour la participante. Résidant habituellement dans l'hypercentre d'une grande ville, le fait d'avoir de l'espace, de ne pas être enfermée et de respirer lui ont procuré un bien-être important : *« Je suis allée voir mon papy en Bretagne, j'ai pu kiffer à la campagne et tout, ça m'a fait trop plaisir, ça m'a fait trop du bien. »*.

**Passer plus de temps avec son ex-copain.** Bénéficier de temps supplémentaire pour son couple était également un avantage de la période pour Jade, alors engagée dans une relation à distance.

**Examens à distance.** Un autre avantage abordé avec humour par la participante est celui des examens à distance. Ce dispositif lui a notamment permis de réaliser certaines épreuves à plusieurs.

**Prendre soin de soi/de sa santé mentale.** Enfin, la participante se remémore la pandémie comme une occasion unique de prendre soin de soi et de sa santé mentale. Les différents temps de confinement lui ont donné l'impression d'une « *vie sur pause* » qui a alors amené chacun à se concentrer sur soi.

*« J'sais pas, du coup t'avais pas ce truc de : « Tu sors, tu penses à d'autres choses, t'es à mille à l'heure etc. ». Là t'es vraiment dans une pièce enfermée en confinement pendant un mois, ben t'as pas le choix que de te focus sur toi et de te concentrer sur comment tu vas prendre soin de toi, de ta santé mentale. »*

Même si Jade dit avoir apprécié cette dynamique, nous pouvons ressentir dans son discours une certaine ambivalence par rapport à cette préoccupation importante de la population pour la santé mentale. L'intérêt soudain de la population pour un mode de vie plus sain a pu paraître déroutant et pouvait revêtir une forme d'injonction « d'aller bien à tout prix ».

« Genre je sais pas pourquoi tout le monde s'est réveillé en mars et dès que c'est parti en couille et que le monde a commencé à clamser, on s'est dit : « Putain ! Je vais faire du sport, je vais manger sain. J'vais... ». Moi j'étais en mode : « Mais what the fuck ? OK ! Mais ouais, c'est bizarre que vous avez ça. ». »

### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
« N'avoir qu'une vie »	• Profiter de ses proches	• Irruption soudaine de la crise
	• Ne pas se prendre la tête	• Caractère imprévisible de la vie
	• Savoir relativiser	• Moins de stress • Manière différente d'appréhender les choses

L'apprentissage central que retire Jade de la crise Covid-19 pourrait se résumer au mantra « On n'a qu'une vie ».

**Profiter de ses proches.** A nouveau, le caractère soudain de la crise a amené Jade à profiter davantage de ses proches :

« En fait, ça a été tellement soudain je trouve que genre... Enfin, vraiment du jour au lendemain on n'aurait jamais pu prévoir ce qui allait se passer que... Ben j'arrête pas de me dire : « Si ça doit arriver, ça arrivera, te prends pas la tête. ».

**Ne pas se prendre la tête.** La jeune fille explique qu'elle ne s'inquiète plus autant qu'auparavant pour de petites choses. Le caractère imprévisible de la crise Covid-19 l'a fortement marquée et elle pense désormais que si quelque chose doit arriver, alors ça arrivera ; elle récupère ainsi une certaine sérénité.

**Savoir relativiser.** Savoir relativiser est l'enseignement principal apporté par la pandémie. La participante explique désormais appréhender les choses d'une tout autre manière, ce qui a pour effet de diminuer son stress.

« Genre j'appréhende les choses pas du tout de la même façon, je les aborde pas du tout de la même façon et donc du coup ça me stresse beaucoup moins pour tout : les examens, vraiment les relations avec les gens, tout ça. »

## **Entretien n°10 : Dylan**

### **Données socio-démographiques**

Dylan est âgé de 30 ans et est employé dans un restaurant. Il est en couple depuis plusieurs années. Sa compagne et lui ont récemment déménagé dans une maison en périphérie du centre-ville. Il y a quelques mois, ils sont devenus parents d'une petite fille. Le niveau d'études de Dylan est de type secondaire.

### **Déroulement de l'entretien**

L'entretien s'est déroulé au domicile du participant. Personne d'autre n'était présent lors de la rencontre. Dylan est quelqu'un de vif et dynamique. Au cours de l'entretien, le participant s'exprime largement sur toutes les thématiques proposées et en aborde de nouvelles par lui-même. Il arrive que le jeune homme anticipe les questions et réponde avant la fin des énoncés. Il est parfois difficile de le contenir dans ses développements. Nous pouvons toutefois ressentir que ces approfondissements semblent liés à un besoin de faire entendre sa voix sur le sujet de la consommation de cannabis et des dynamiques personnelles et/ou légales que celle-ci implique.

### **Trajectoire de consommation**

Dylan se rappelle avoir essayé le cannabis lors d'une soirée entre amis alors qu'il avait **19 ans**. C'est la première fois qu'il consomme une substance quelconque. A partir de ce moment, le jeune homme retente l'expérience plusieurs fois, toujours dans des contextes festifs. A cette époque, le participant consomme environ 1,5 grammes de cannabis par semaine.

Dylan note un changement dans sa dynamique de consommation à partir du moment où il a été capable de rouler un joint seul. Le jeune homme ne fume plus uniquement dans des contextes sociaux mais s'engage également dans un usage individuel. Les quantités utilisées augmentent et il passe à une consommation de 5 grammes par semaine. Il est alors âgé de **21 ans**. Il augmentera à nouveau légèrement son usage quelques années plus tard suite à une consommation plus intensive lors de vacances en Espagne entre amis.

En ce qui concerne l'alcool, le jeune papa explique qu'il n'en a jamais été un grand fan. Il boit de manière exceptionnelle lors de sorties entre amis, mais ces dernières se font rares. Sa

compagne et lui ne disposent pas d'alcool à la maison et n'en consomment pas lorsqu'ils sortent manger au restaurant.

Actuellement, Dylan consomme environ 25 grammes de cannabis par mois. Il consomme en général deux joints pendant la soirée. Le participant explique avoir conservé une consommation constante depuis 2015.

### Analyse thématique

#### Axe 1 : Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu acceptable du Covid	• Période de temps libre imprévue	• Fermeture du restaurant
	• Confinement supportable	• Caractère casanier • Être payé sans travailler • Rester à la maison • Temps libre
Gestion personnelle des mesures sanitaires	• Préservation des contacts avec les amis	

**Période de temps libre imprévue.** Lorsque Dylan aborde la manière dont il a été affecté par la crise, il évoque tout d'abord la fermeture du restaurant où il exerce. Cet arrêt de travail forcé a donné lieu à une longue période de temps libre qui n'était pas prévue.

**Confinement supportable.** Si avoir autant de temps libre a pu être déstabilisant au départ pour le participant, il relativise et explique que son caractère casanier lui a permis de s'accommoder de la situation.

*« Maintenant, moi j'ai toujours été quelqu'un de casanier de base. Du coup le confinement, je l'ai pas ressenti comme un... Comme une punition un peu tu vois. »*

Même si cette période ne fait pas partie de ses meilleurs souvenirs, cette situation exceptionnelle n'était pas insurmontable en définitive : être payé sans travailler, pouvoir rester à la maison et avoir du temps libre étaient des conséquences agréables de la période.

**Préservation des contacts avec les amis.** Dylan explique ne pas avoir tout à fait respecté les mesures de confinement ; il a opté pour la préservation des contacts avec ses amis.

## Axe 2 : Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Variation de l'usage de cannabis	• Pas de changement important	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Joint occasionnel pendant la journée</li> <li>• N'avoir rien à faire</li> <li>• Stabilité dans les quantités achetées</li> </ul>
	• Différer la consommation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne voir personne</li> <li>• Attendre un ami</li> <li>• Partager un moment</li> </ul>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	• Augmentation rapide pour les fumeurs occasionnels	• Se retrouver seul
	• Covid comme excuse pour conserver une dynamique négative	

**Pas de changement important.** En ce qui concerne sa consommation de cannabis en temps de Covid, le participant explique qu'il n'y a eu ni changement important ni augmentation majeure dans son usage. Il pouvait arriver que Dylan fume un joint supplémentaire la journée, mais cet ajout était rare.

*« Donc du coup moi ma consommation, elle n'a pas changé drastiquement pendant le... Pendant le Coronavirus tu vois. C'est peut-être arrivé des fois que... Ben là, j'en fume un la journée, parce que du coup j'avais rien à foutre à la maison. Mais sinon, ça n'a pas augmenté... Exponentiellement genre parce que je suis à la maison j'ai rien à faire tu vois. »*

**Stabilité dans les quantités achetées.** Dans cette optique, Dylan témoigne également d'une stabilité dans les quantités achetées : *« Ben au bout de deux semaines, j'avais peut-être plus 12,5 mais... Le mois après, j'en avais de trop parce que j'avais moins fumé sur la semaine. Donc ouais non, ma consommation n'a jamais augmenté. »*

**Différer sa consommation.** Si le jeune papa ne fait pas état de variations flagrantes dans les quantités consommées, il relève toutefois une manière différente de consommer. En effet, lors des confinements, le jeune homme tend parfois à reculer sa consommation dans le temps. L'absence de contacts sociaux a poussé Dylan dans cette dynamique. La visite d'un ami était alors attendue pour consommer et partager un moment.

*« Je préférerais limite attendre qu'un pote vienne, moins fumer sur ma journée et alors fumer avec lui ce que j'aurais dû... A la limite tu vois. Mais pour partager un truc. »*

En ce qui concerne sa perception de l'impact de la crise sur les jeunes consommateurs, les thèmes suivants émergent de son discours :

**Augmentation rapide pour les fumeurs occasionnels.** Dylan a été témoin de changements radicaux en termes de dynamiques de consommation de cannabis. En effet, il a pu observer dans son entourage proche une augmentation rapide pour les fumeurs occasionnels notamment.

*« Dans mes connaissances, qui étaient fumeurs occasionnels, genre ils fumaient une fois le weekend ou une fois de temps en temps qu'en sorties. Dû au confinement et à se retrouver seuls sans famille, sans amis ou quoi, ils ont commencé à augmenter mais genre... Ils arrivaient à ma consommation à moi en même pas un an. »*

Encore une fois, c'est le sentiment de solitude possiblement éprouvé par les jeunes adultes qui est désigné comme à l'origine de ces changements.

**Covid comme excuse pour conserver une dynamique négative.** D'une manière générale, le participant pense qu'une vie plus douloureuse ne peut pas être l'argument explicatif d'une consommation ; il n'apprécie pas cette analogie lorsqu'on évoque l'usage de substances. Le participant pense observer le même type de dynamique chez certains jeunes à l'heure actuelle : la crise sert à justifier une aggravation des usages ou un état mental difficile : *« Je pense qu'il y a beaucoup de jeunes qui se sont servis de ça pour se mettre en dépression, pour faire un peu les victimes tu vois aussi. »*

### Axe 3 : Expériences négatives et difficultés

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Avoir peur pour ses proches	• Inquiétude importante pour ses parents	• Éviter leurs sorties • Faire leurs courses • Éviter de leur rendre visite • Éviter de transmettre le virus
	• Peur de perdre son père	• Temps à rattraper
L'hôpital en temps de crise	• Peur qu'on sacrifie ses parents	• Choix tragiques des hôpitaux • Crainte d'une forme grave • Ages avancés • Fumeurs
	• Ne pas les prendre en charge	• Manque de matériel • Manque de personnel
Disponibilité du produit	• Se fournir	• Fermeture des frontières • Augmentation des contrôles
	• Acheter plus d'un coup	• Ne pas tomber à court
Vécu négatif du confinement	• Enfermement	• Répétition du quotidien • Impression d'être en prison

	• Mesures sanitaires	• Ne pas pouvoir aller au restaurant • Ne pas pouvoir faire les magasins à deux
	• Manque des interactions sociales	• Manque des collègues

**Inquiétude importante pour ses parents.** Ses parents étant assez âgés, la peur de les voir contracter le virus était fortement présente chez lui. Bien plus qu'une simple peur, une véritable angoisse semble transparaître dans son discours. En conséquence, le participant et sa compagne mettaient tout en œuvre pour éviter leurs sorties et faisaient par exemple leurs courses à leur place. Ils portaient également une attention toute particulière à ne pas leur transmettre le virus et évitaient de leur rendre visite.

**Peur de perdre son père.** Ce n'est que depuis quelques années que Dylan a pu renouer des liens avec son père, leur histoire étant marquée par une longue séparation. Le participant redoutait que le virus ne l'emporte, alors même qu'il estimait avoir encore du temps à rattrapper avec lui.

*« Et... Je me dis : « Putain, ça fait même pas 10 ans qu'on se revoit, s'il claque du Covid maintenant. ». Pff... Ça m'aurait foutu la haine de fou quoi tu vois. Le truc qui arrive de nulle part, qui change ta vie, qui prend ton père et s'en va quoi. Ça je t'avoue que j'aurais... C'est ça qui me faisait le plus flipper ouais. »*

Le contexte de crise que les hôpitaux connaissent durant la pandémie est un élément qui a également préoccupé Dylan.

**Peur qu'on sacrifie ses parents.** Au fil de l'entretien, nous pouvons comprendre que ce qui semble tant angoisser Dylan est la peur qu'on sacrifie ses parents lors d'un éventuel séjour à l'hôpital. Les parents du jeune homme étant tous les deux fumeurs et d'un âge avancé, il craignait qu'un manque éventuel de respirateurs donne lieu à une décision fatale.

*« Parce que, plus de 68 ans, c'est des fumeurs aussi, heu du coup... [...] C'est des fumeurs aussi, je me dis que si eux rentrent en soins intensifs, ils ressortaient pas tu vois. [...] Ils ont pas assez de respirateurs pour tout le monde et il faut faire des choix en fait. »*

Que ses parents ne soient pas pris en charge au vu de la situation complexe du moment était également redouté par Dylan. Les manques possibles de matériel et de personnel l'inquiétaient : *« C'est même pas qu'on... Qu'on les soigne pas en fait tu vois, parce qu'on n'a pas les lits, on n'a pas le personnel nécessaire et puis les burnouts partout tu vois. »*

**Se fournir.** Le jeune homme pense que la fermeture des frontières ainsi que l'augmentation des contrôles ont rendu la vente de cannabis moins aisée.

**Acheter plus d'un coup.** En conséquence, le participant explique acheter plus de cannabis d'un coup à cette période afin de ne pas tomber à court : « *Du coup, moi ce qui aurait pu changer à la limite dans ma consommation, c'est à la place d'acheter en quantité genre 12,5, ben j'achetais par 25 d'un coup pour être sûr.* ».

**Enfermement.** Même si Dylan revendique son caractère casanier, il nuance son propos et explique que l'enfermement est devenu difficile à supporter au bout d'un moment. Pendant ce temps de confinement, peu de possibilités d'échapper à la routine étaient présentes (restaurants fermés, magasins interdits...). Il évoque notamment l'impression d'avoir été comme en prison, condamné à revivre encore et encore un quotidien se répétant.

*« D'être dans ton quotidien non-stop tu vois. C'est un peu comme si t'étais en prison, t'es chez toi mais t'es un peu en prison tu vois. »*

**Manque des interactions sociales.** Une dernière difficulté relatée par le participant est le manque des interactions sociales, notamment avec ses collègues.

*« Même au travail, du coup, tu sais t'as quand même tes collègues des fois tu vois, tu discutes un peu : « Ça a été le weekend ? » machin et tout... Là, t'as personne pendant six mois, ça faisait quand même long. »*

#### Axe 4 : Expériences positives et bénéfiques

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Vécu positif de la crise	• Prendre du temps pour soi	• Se remettre à jour dans les films et les séries
	• Octroi de vacances	• Congés payés
	• Plus de moments à deux	
	• Avancer sur le projet de maison	• Plus de temps pour les visites
	• Être seul avec soi-même	• Faire le bilan de sa vie • Envisager le futur • Remise en question • Ecouter ses voix intérieures

**Prendre du temps pour soi.** Les aspects positifs de la crise mis en avant par le participant sont nombreux. Pouvoir prendre du temps pour soi est l'un des premiers aspects abordés. Amateur



de films et de séries, le jeune homme a profité du confinement pour se mettre à jour dans ce domaine.

**Plus de moments à deux.** Dans un quotidien au rythme soutenu, il n'était pas rare que Dylan et sa compagne ne se croisent pas de la journée. Cette pause aura permis au couple de se retrouver.

**Avancer sur le projet de maison.** Ce temps passé ensemble aura également permis au couple d'avancer plus rapidement sur la recherche de leur maison. Bénéficiant d'une marge de manœuvre supplémentaire pour les visites, le couple a connu une meilleure gestion de ce projet.

*« Rien que d'aller faire les visites des fois... Après le travail : « Oui, il faut aller là. », machin. T'arrives, la femme, elle dit : « Oui mais désolée, j'ai que 15 minutes parce qu'après j'ai un autre rendez-vous. ». [...] Donc ça nous a permis de prendre un peu plus le temps. »*

**Être seul avec soi-même.** D'ordinaire pris dans le tumulte du quotidien, Dylan explique que cette période lui a permis de réfléchir et de prendre le temps d'écouter ses voix intérieures.

*« Mais je pense que tout le monde quand il se retrouve seul... Ben t'écoutes les voix dans ta tête tu vois. Quand t'as des trucs à faire toute la journée ou toute la semaine, tu les mets dans une petite boîte de côté. Là, quand t'es seul avec toi-même, tu les entends plus fort j'ai envie de dire donc... »*

La période Covid-19 aura ainsi offert à Dylan un temps pour se remettre en question, dresser le bilan de sa vie et envisager le futur.

#### Axe 5 : Apprentissages retirés de la crise Covid-19

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes
Perception négative de la gestion de la crise	• Vite tomber dans la panique	
	• Manque de cohésion entre les pays	• Mauvaise circulation de l'information • Désinformation • Avis non pertinents • Marrées d'infos
	• Conséquences négatives des décisions	• Crise économique
	• Donner raison à la théorie du complot	• Contradictions
	• Illogisme des mesures	
Dédramatisation	• Mesures acceptables	• Comparaison avec des contextes plus graves

**Vite tomber dans la panique.** L'un des premiers éléments mis en exergue par le participant dans cette partie est le rapide vent de panique qui a touché le monde.

**Manque de cohésion entre les pays.** Le jeune homme relève également un manque de cohésion entre les pays et précise qu'aucun pays n'a su trouver une gestion idéale de la crise. Il nomme la désinformation comme l'un des facteurs ayant contribué à cette confusion générale. Il fait état d'une circulation de l'information inadaptée où une quantité trop importante d'informations et d'avis contradictoires était diffusée.

*« Je trouvais qu'au niveau des informations, c'était... Hyper le bordel. [...] Ça aussi, pendant la crise, je trouve qu'on a trop invité de personnes à la TV dont c'est pas le métier pour venir en parler tu vois. [...] Du coup, je trouve que ça a noyé beaucoup de gens dans... Dans trop d'infos, et trop d'infos inutiles tu vois, des trucs qui ont... On n'avait pas besoin, vraiment on n'avait pas besoin. »*

**Conséquences négatives des décisions.** Dylan déplore également les conséquences négatives des décisions dont nous faisons les frais actuellement comme la crise économique.

**Donner raison à la théorie du complot.** Il insiste une nouvelle fois sur les contradictions présentes dans les décisions, contradictions qui donnent raison à la théorie du complot.

**Illogisme des mesures.** De la même manière, le participant regrette une gestion gouvernementale où l'incohérence était omniprésente : *« Les mesures aussi, genre... Les personnes qui sont debout ne peuvent pas consommer, les personnes qui sont assises peuvent consommer. Enfin tu vois des... Des mesures qui n'ont ni queue ni tête genre... ».*

**Mesures acceptables.** Le participant termine et met en perspective la période vécue en établissant une comparaison avec des contextes plus graves. Au final, ce sont des mesures acceptables qui ont été imposées à la population. Pour Dylan, la pandémie de Covid-19 a été trop médiatisée et il ne pense pas qu'une telle accentuation était nécessaire.

### Annexe 5 : Résultats aux questionnaires AUDIT et DAST-20

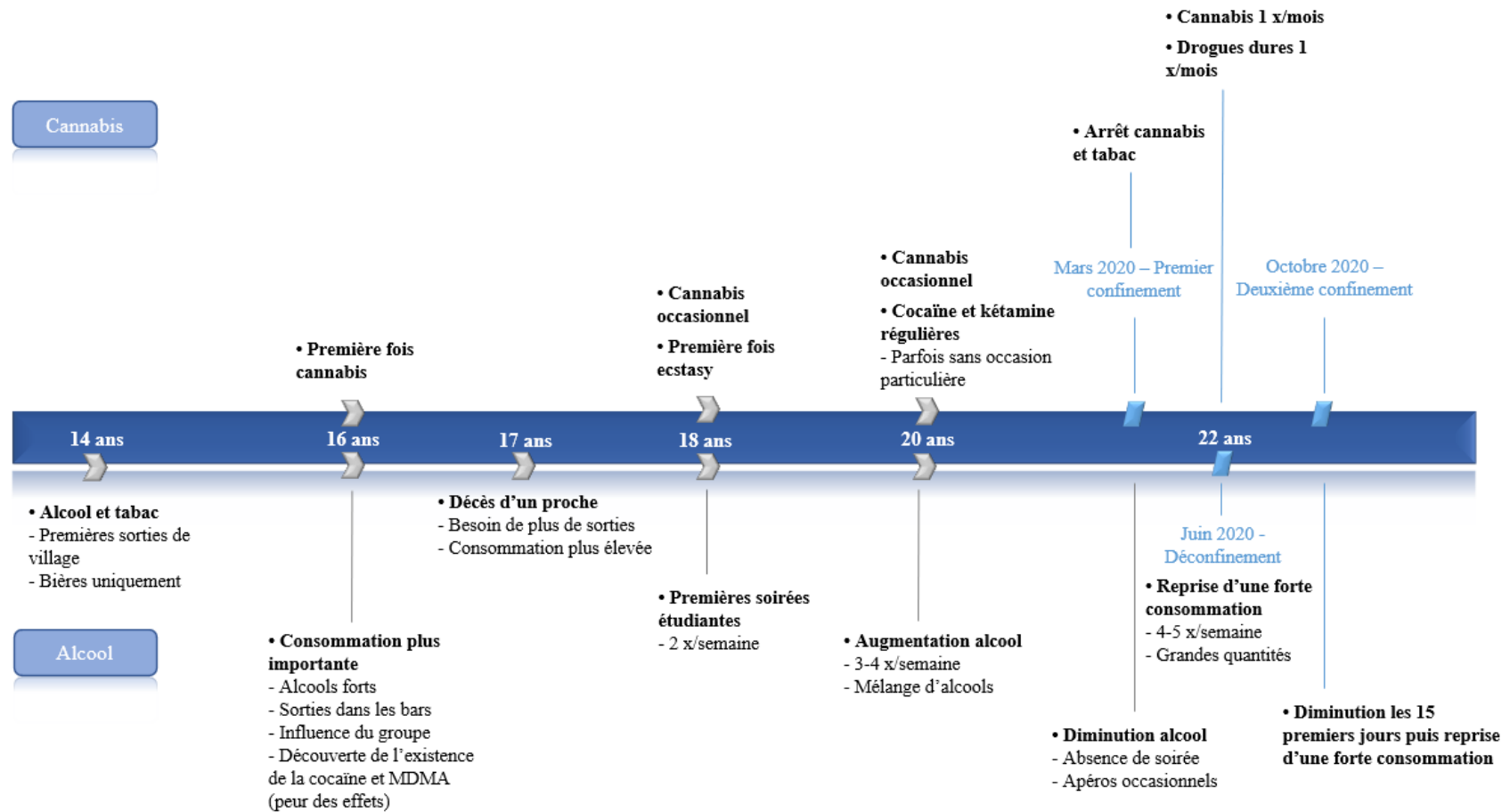
	Score de l'AUDIT	Interprétation <sup>8</sup>	Score du DAST-20	Interprétation <sup>9</sup>
<b>Quentin</b>	27	En faveur d'une dépendance	3	Risque faible
<b>Ludovic</b>	7	Evocateur d'un mésusage actuel	8	Risque possible
<b>Clément</b>	7	Evocateur d'un mésusage actuel	11	Risque substantiel
<b>Rosaline</b>	0	Risque faible pour un mésusage	2	Risque faible
<b>Lola</b>	6	Evocateur d'un mésusage actuel	7	Risque possible
<b>Simon</b>	9	Evocateur d'un mésusage actuel	2	Risque faible
<b>Nathan</b>	8	Evocateur d'un mésusage actuel	10	Risque possible
<b>Mathieu</b>	17	En faveur d'une dépendance	6	Risque possible
<b>Jade</b>	20	En faveur d'une dépendance	4	Risque faible
<b>Dylan</b>	4	Risque faible d'un mésusage	6	Risque possible

<sup>8</sup> Pour l'AUDIT, un score supérieur ou égal à 7 chez l'homme et à 6 chez la femme est évocateur d'un mésusage actuel d'alcool. Un score supérieur à 12 chez l'homme et chez la femme serait en faveur d'une dépendance à l'alcool (Société Française d'Alcoologie, 2015).

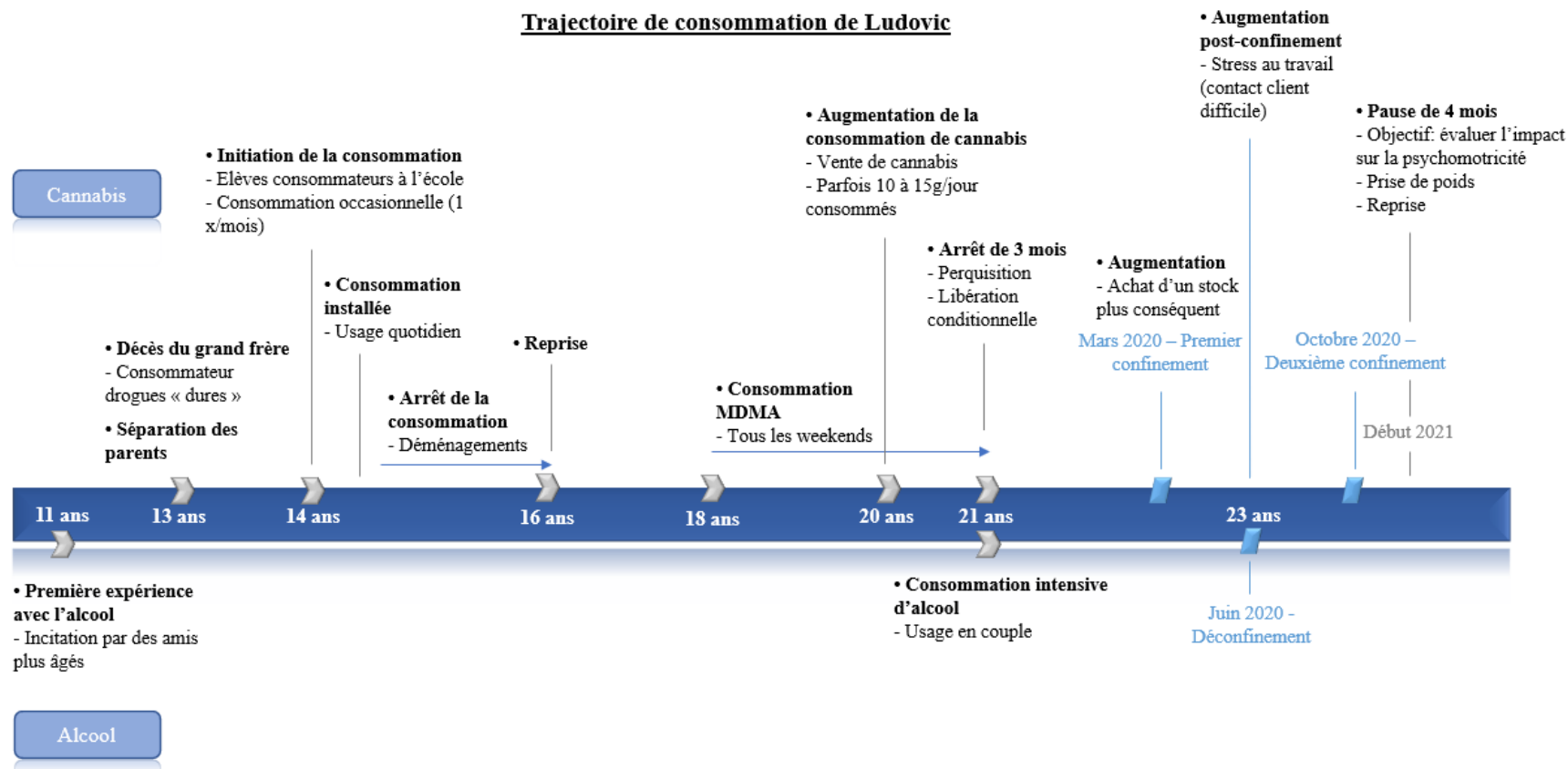
<sup>9</sup> Pour le DAST-20, un score de 1 à 5 témoigne d'un risque faible quant à l'éventualité d'un usage problématique de drogue. Un score de 6 à 10 évoque un risque possible. Un score de 11 à 15 est l'indice d'un risque substantiel. Enfin, un score de 16 à 20 témoigne d'un risque sévère (Obradovic, 2013).

## **Annexe 6 : Trajectoires de consommation – Lignes du temps**

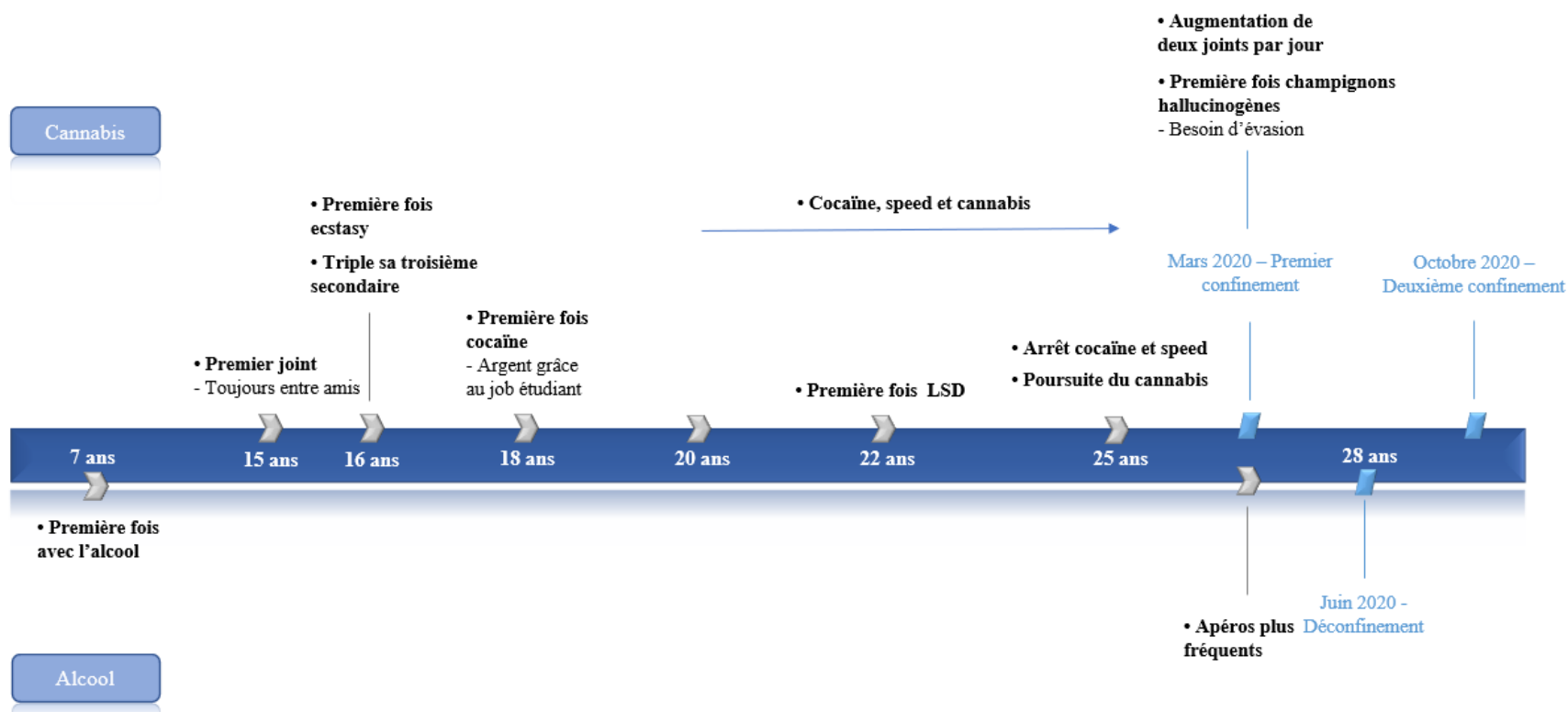
## Trajectoire de consommation de Quentin



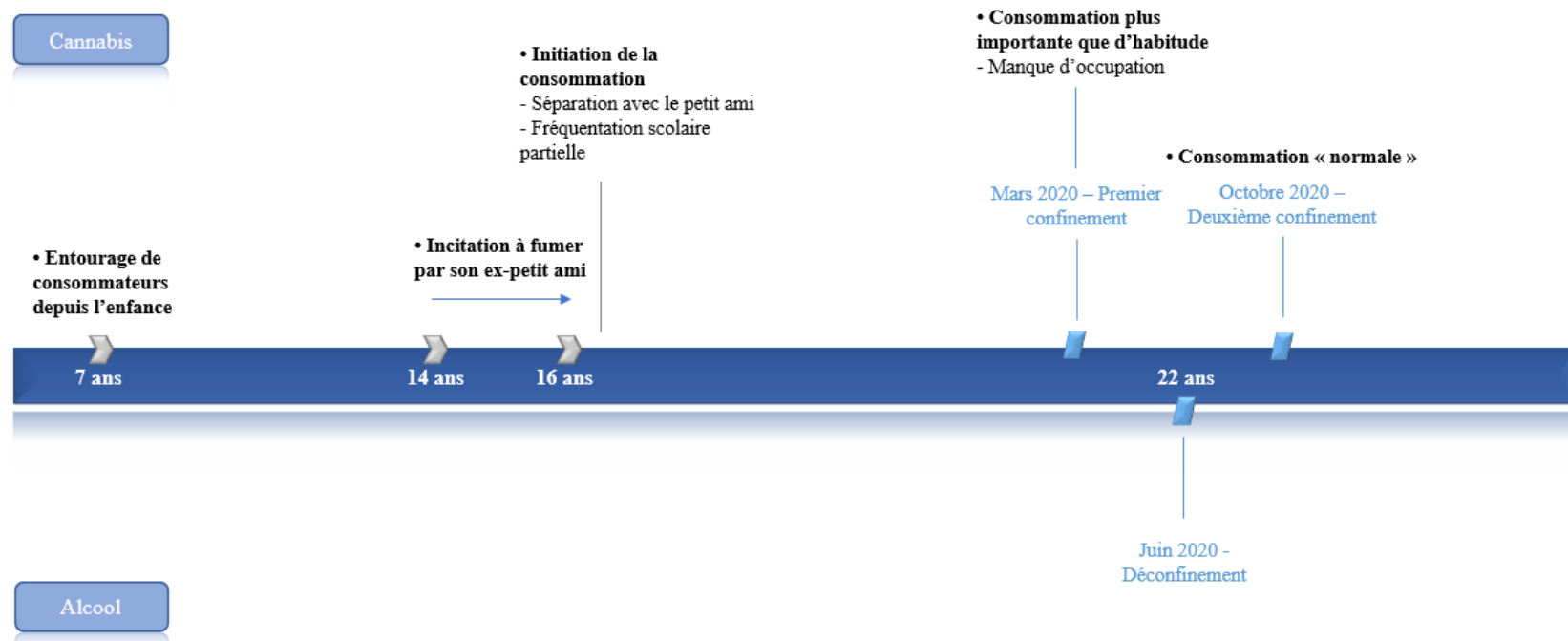
## Trajectoire de consommation de Ludovic



### Trajectoire de consommation de Clément

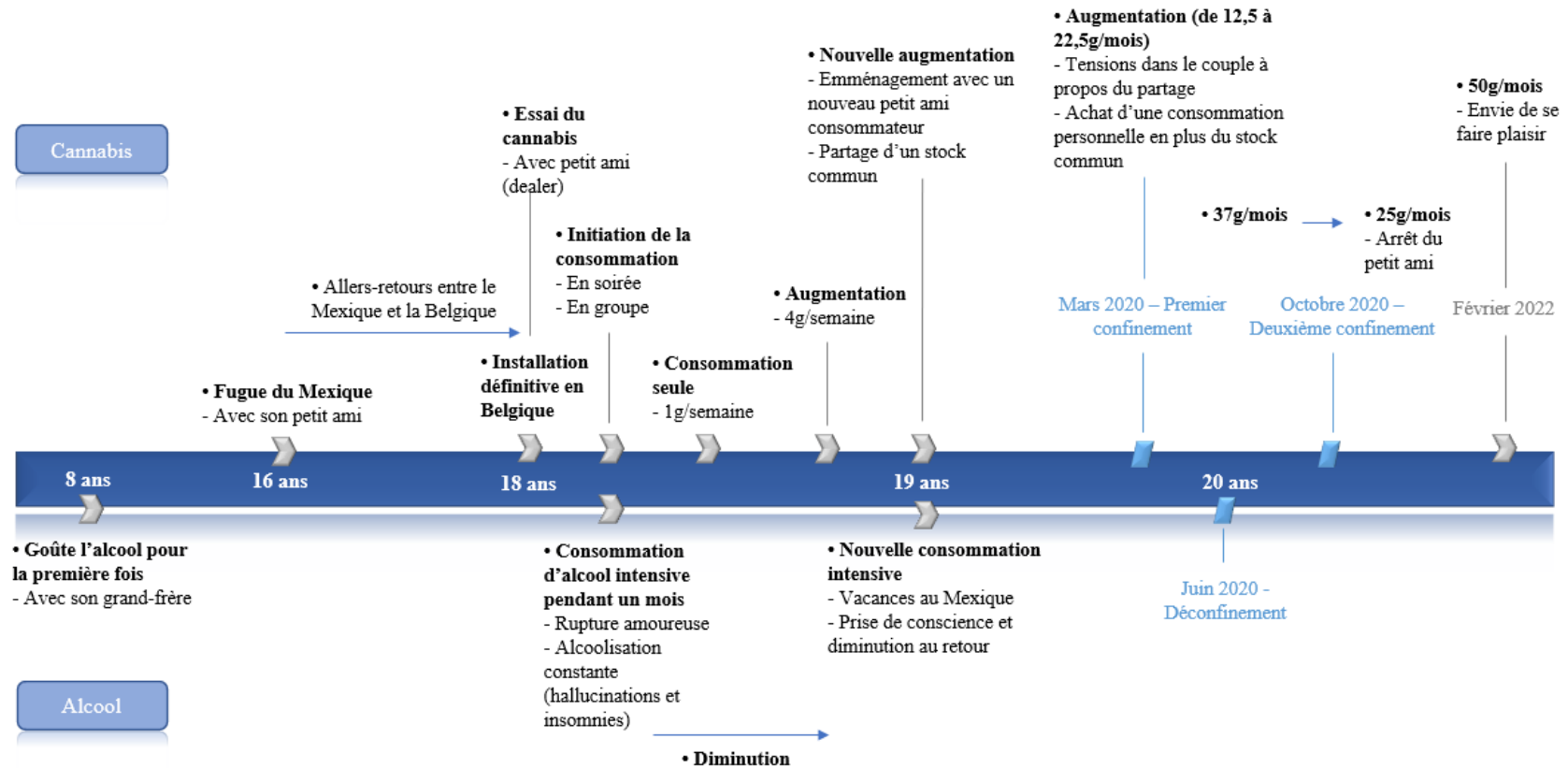


### Trajectoire de consommation de Rosaline

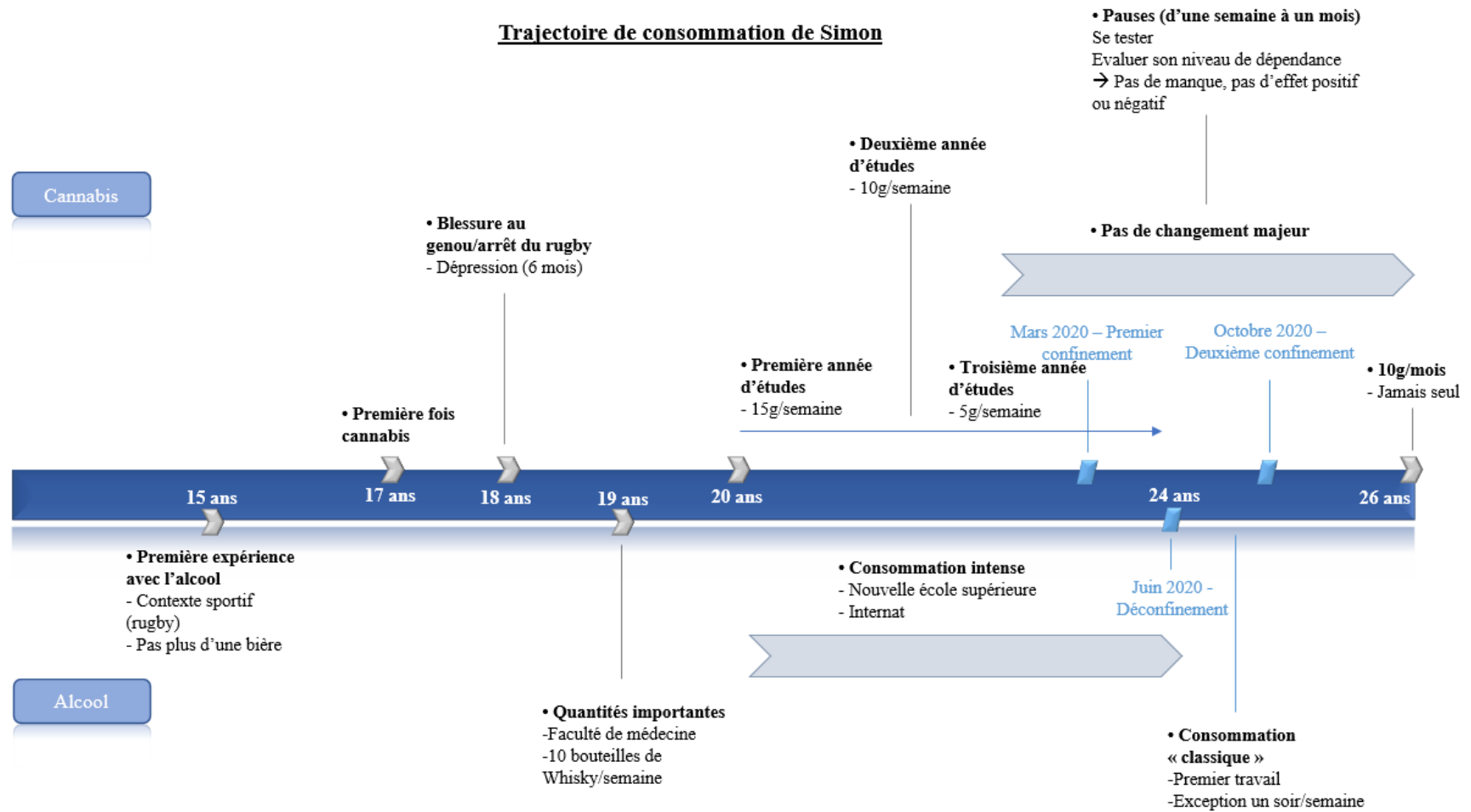




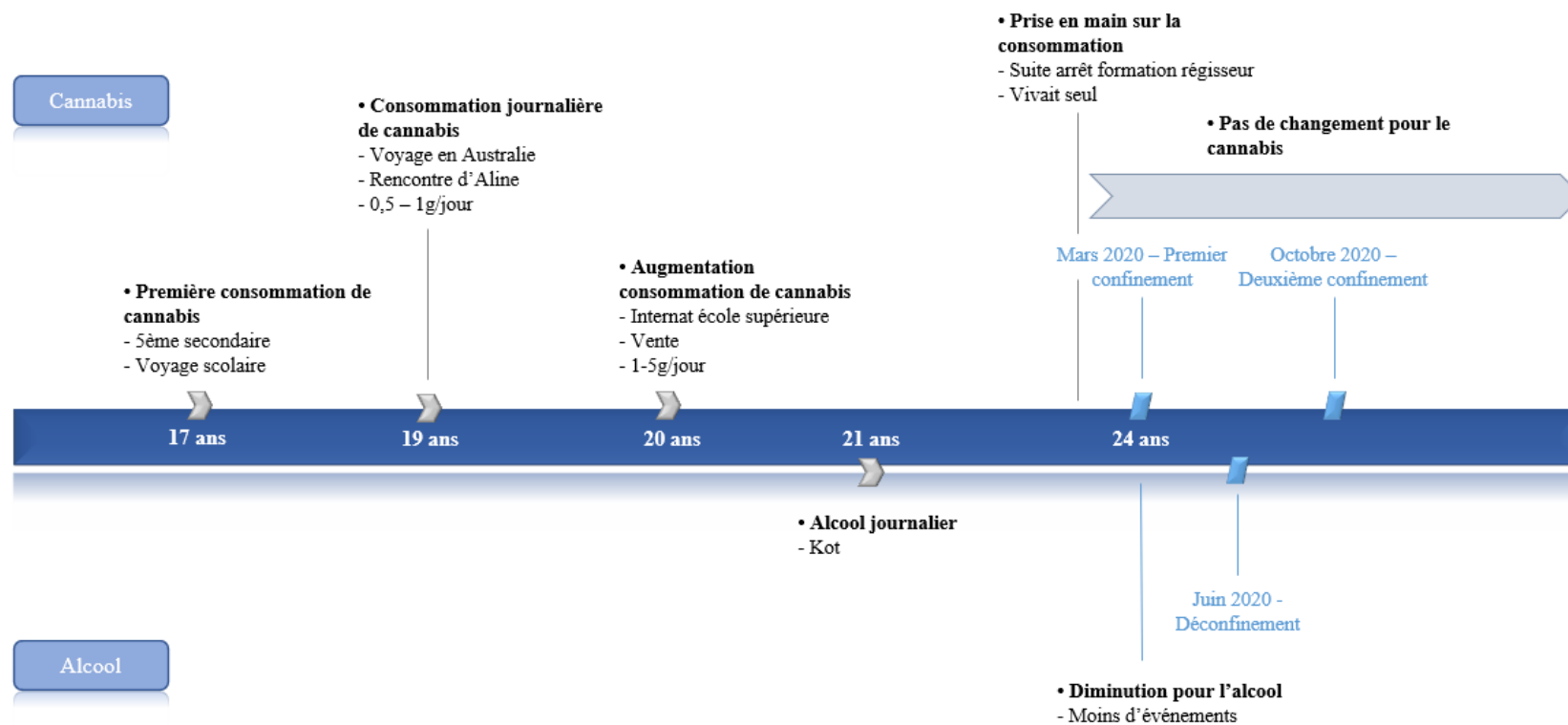
## Trajectoire de consommation de Lola



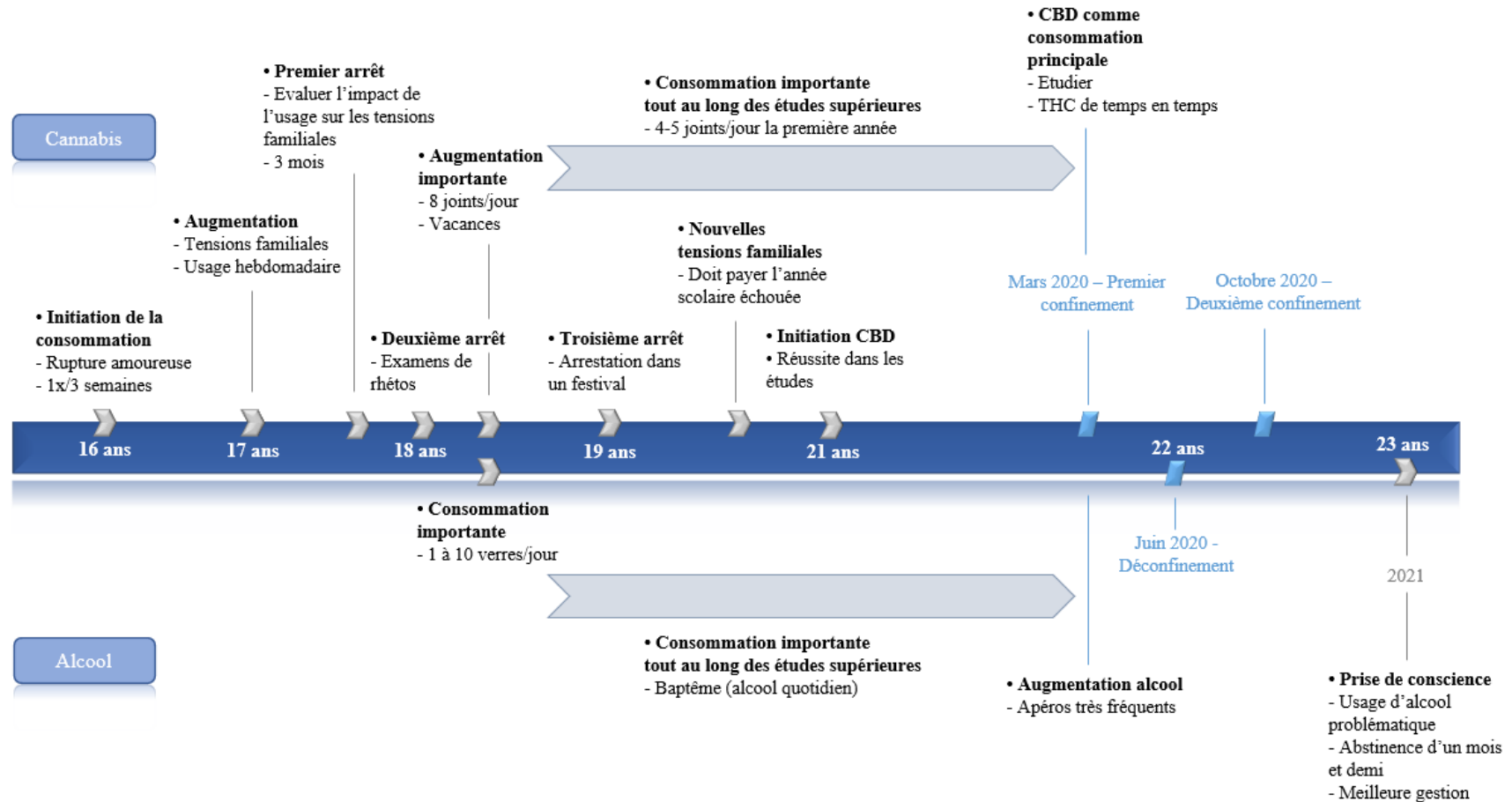
## Trajectoire de consommation de Simon



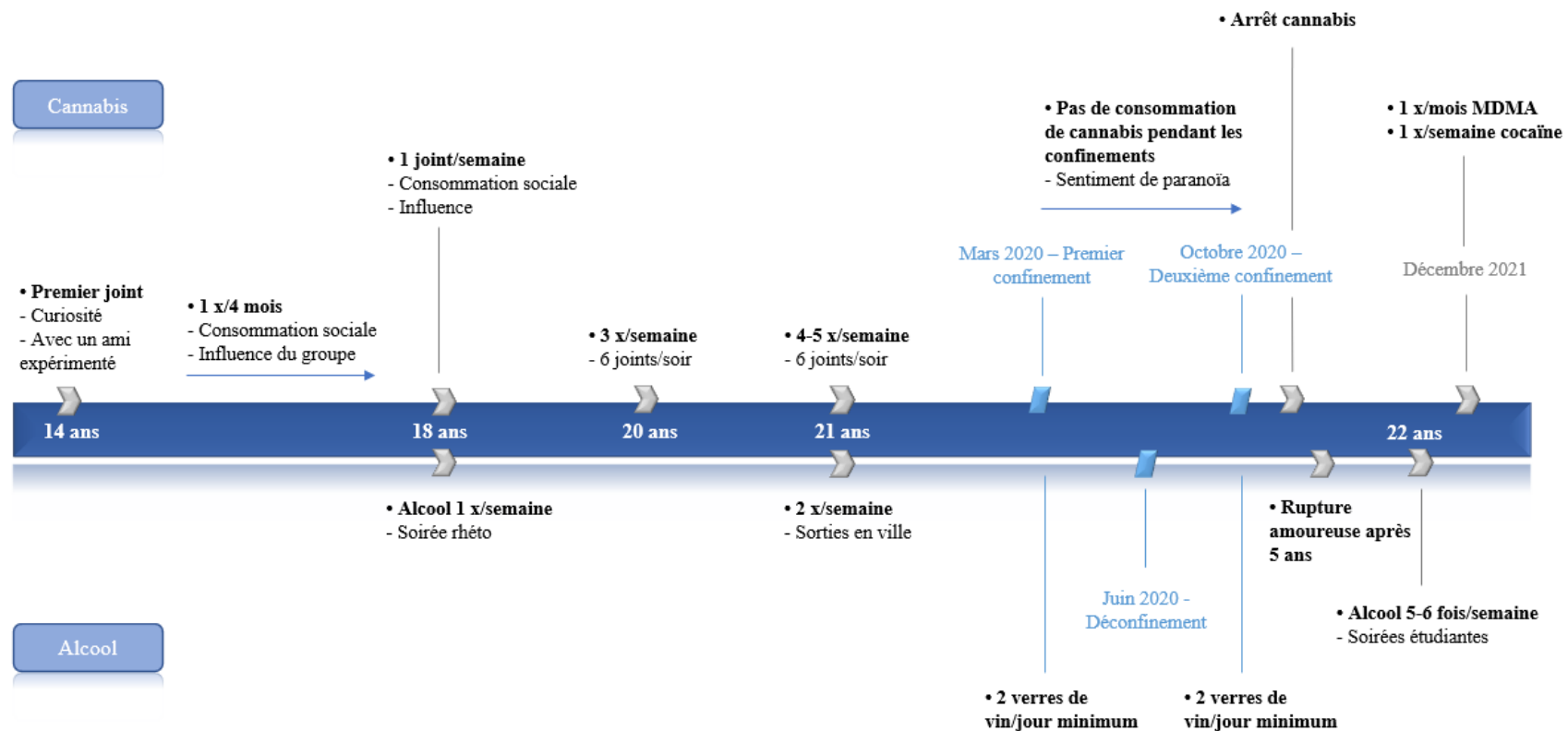
### Trajectoire de consommation de Nathan



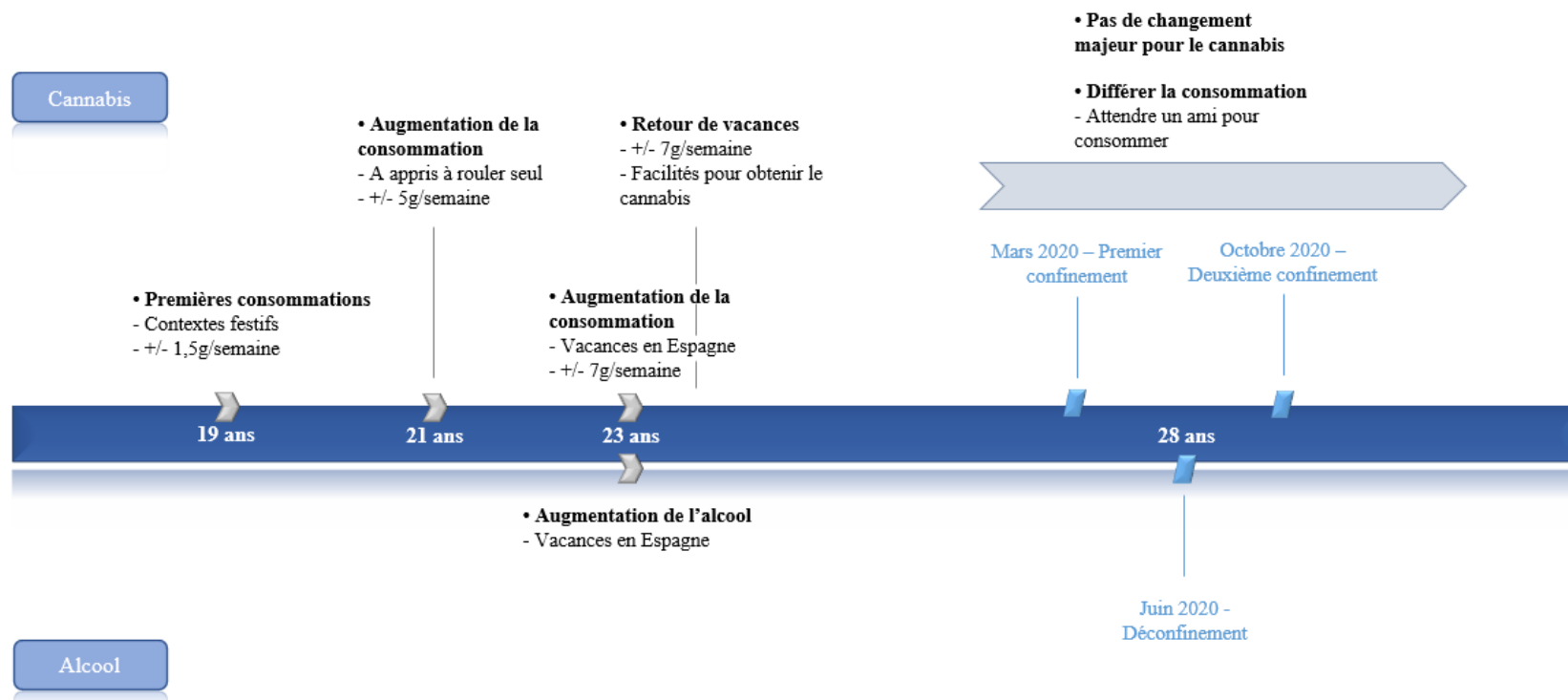
### Trajectoire de consommation de Mathieu



## Trajectoire de consommation de Jade



## Trajectoire de consommation de Dylan



## **Annexe 7 : Tableaux des analyses thématiques**

## Analyse thématique de l'entretien n°1 : Quentin

### • Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Ressentis à l'irruption de la crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Questionnement et doutes par rapport à l'origine du Covid</li> <li>• Gravité Covid envisagée comme minime</li> <li>• Contraction non redoutée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentiment d'irréalité</li> <li>• Amis positifs sans symptôme</li> </ul>	<p>« Je trouvais ça quand même assez dingue ce qui arrivait. Je me suis quand même posé beaucoup de questions sur ce qui se passait réellement, d'où venait le Covid. [...] Pour moi, il y avait quand même au début quelque chose de louche. [...] Pour moi, ce n'était pas quelque chose de grave, surtout quand j'ai commencé à avoir des amis qui étaient positifs etc., et qui n'avaient rien du tout, aucun symptôme. »</p> <p>« Mais entre jeunes, moi je m'en foutais complètement d'avoir le Covid. »</p>
Gestion personnelle des mesures sanitaires	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evitement des contacts avec les personnes fragiles</li> </ul>		<p>« Voilà, après moi j'ai toujours fait pour éviter les contacts etc. avec mes parents, du moins tant qu'ils n'étaient pas vaccinés etc., et avec les personnes âgées. »</p>

### • Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Variation de l'usage d'alcool	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminution de la consommation au 1<sup>er</sup> confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apéros avec amis sans excès</li> <li>• Absence de soirée</li> <li>• Consommation occasionnelle</li> <li>• Privation</li> </ul>	<p>« C'était vraiment les petits apéros posés au soleil chez les potes du village du coup. Pas du tout dans l'excès. (...) Je vais mettre « Diminution d'alcool car plus de soirée. », tout simplement. »</p> <p>« On s'est privé pendant tout un temps et puis... Pour reconsumer beaucoup à la</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminution des quantités d'alcool les 15 premiers jours du deuxième confinement</li> <li>• Augmentation de la consommation au déconfinement</li> <li>• Augmentation de la consommation au 2<sup>ème</sup> confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Besoin important de contacts sociaux</li> <li>• Réouverture Horeca</li> <li>• Soirées dans des kots</li> <li>• Retrouvailles</li> </ul>	<p><i>réouverture, au final, je ne pense pas que ce soit bénéfique. »</i></p> <p><i>« Je vais mettre que les 15 premiers jours, on va dire qu'il y a eu une diminution des quantités, mais après c'est... »</i></p> <p><i>« Et après, ça a fait l'effet inverse, ça a augmenté quand tout réouvrait. Comme je disais, les gens étaient déchaînés. [...] Mais le deuxième confinement, où là, il y a déjà eu un premier ras-le-bol on va dire, des étudiants, où au final... Ça faisait chier tout le monde d'être enfermé toute la journée, du coup le soir tout le monde allait faire des soirées dans des kots etc. Tout le monde buvait, tout le monde fumait. [...] Mais vouloir voir des gens etc., oui, ça a augmenté, donc ça implique toujours quand même la consommation d'alcool. »</i></p> <p><i>« On revoyait plein de gens qu'on n'avait plus vus depuis longtemps, on buvait des verres tous ensemble, et puis finalement on buvait beaucoup plus qu'avant. »</i></p>
Variation de l'usage de cannabis	• Arrêt au 1 <sup>er</sup> confinement		<i>« Cannabis, plus rien. »</i>
Contextes de consommation	• Pas de consommation d'alcool seul		<i>« J'ai jamais bu tout seul en étant confiné par exemple. »</i>

	• Consommation d'ecstasy hors contextes habituels		« On prend des pilules quand on sort à (nom de l'endroit), des trucs ainsi. C'est quand même jamais arrivé avant. »
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation de la consommation chez les fumeurs réguliers de cannabis</li> <li>• Diminution consommation alcool</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne rien faire</li> <li>• S'ennuyer</li> <li>• Fermeture des bars</li> </ul>	<p>« Enfin, aux fumeurs réguliers, je pense que ça a augmenté. J'ai des amis, moi, qui étaient défoncés... Qui étaient chez eux à rien faire toute la journée donc ils faisaient quoi ? Bah ils fumaient. »</p> <p>« Mais je pense que le cannabis en tout cas... Le confinement a augmenté la consommation, contrairement à l'alcool qui a un peu diminué avec la fermeture des bars. »</p>

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Gestion gouvernementale de la crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Questionnement sur l'intérêt et l'utilité des mesures</li> <li>• Vaccin et liberté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mesures illogiques</li> <li>• Mesures sanitaires excessives par rapport à la réalité</li> <li>• Impact négatif entreprises et Horeca</li> <li>• Souffrance des jeunes</li> <li>• Jeunesse mise de côté</li> <li>• Persistance des interdictions en dépit du vaccin</li> </ul>	<p>« Je ne comprenais pas trop comment les mesures étaient prises et ça m'énervait un peu. [...] Même si voilà, je suppose qu'il y a une... Un intérêt, mais moi j'ai quand même du mal à le voir quoi. »</p> <p>« Je me suis dit, est-ce que c'est vraiment une raison pour mettre en faillite des entreprises, pour faire souffrir l'Horeca etc., et surtout nous faire souffrir nous, à ne voir personne en tant que jeunes et tout. »</p> <p>« Mais voilà, j'ai fait mes trois doses puis on m'interdit encore de faire des trucs... »</p>

Vécu négatif du 2 <sup>ème</sup> confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impression de tourner en rond</li> <li>• Contrainte des mesures</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Période Covid vécue comme interminable</li> <li>• Relâchement du respect des règles</li> <li>• Couvre-feu contraignant</li> <li>• Peur de la police</li> <li>• Enfermement difficile</li> </ul>	<p>« Octobre 2020, j'ai commencé à en avoir marre. [...] Et puis oui, le deuxième confinement a quand même été plus lourd à accepter... L'impression de tourner en rond, l'impression que ça allait jamais se finir. »</p> <p>« Et quand j'étais sur (nom de la ville), on ne respectait pas du tout le confinement [...]. Il y avait moins de respect on va dire que mars 2020. Il y a eu un ras-le-bol on va dire. Et du coup, ça s'est traduit par des sorties, un relâchement, un ras-le-bol des mesures. »</p> <p>« J'en avais marre de chaque fois devoir s'assurer de devoir rentrer à 22h pendant le couvre-feu [...]. Peur limite de voir ses amis de peur que la police nous chope alors qu'on ne faisait rien de mal et que... On était quand même jeunes donc... »</p> <p>« Ça faisait chier tout le monde d'être enfermé toute la journée. »</p>
Formation professionnelle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cours à distance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rupture des contacts sociaux</li> <li>• Manque de nouvelles rencontres</li> </ul>	<p>« Enfin, j'ai eu tous mes cours à distance, je voyais plus personne. »</p> <p>« Mais avec le peu de cours en présentiel, on restait ensemble, donc on n'a pas vraiment eu le temps d'aller en auditoire, de parler avec les gens à côté de qui t'étais... Donc voilà, ça me soule un peu de ne pas avoir fait énormément de rencontres à (nom de l'école supérieure). »</p>

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Vécu positif du 1 <sup>er</sup> confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peu d'impact au début</li> <li>• Retour au domicile</li> <li>• Contribution positive de la relation de couple</li> <li>• Temps supplémentaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bien-être mars 2020</li> <li>• Tranquillité</li> <li>• Sport</li> <li>• Rédaction travail de fin d'études</li> <li>• Ne pas devoir se rendre en cours</li> </ul>	<p>« Ben au début, honnêtement ça m'a pas vraiment affecté. »</p> <p>« Mais moi je l'ai super bien vécu le premier confinement, chez moi à la campagne [...] Et c'était vraiment une belle période. [...] J'étais tranquille. »</p> <p>« La meilleure période, vraiment c'était mars 2020, moi j'aimais bien. J'étais vraiment super bien. [...] Enfin ce qui a joué, ce qui a contribué au fait que je me sente bien pendant les deux confinements, c'est que j'étais en couple. »</p> <p>« Ça m'a permis de faire des choses, enfin de prendre le temps de faire certaines choses, de faire plus de sport etc. [...] Ça m'a permis de prendre bien le temps qu'il fallait pour faire mon TFE etc. [...] Au niveau du TFE etc., honnêtement ça m'a bien aidé, de pas devoir continuer à aller en salle faire des horaires complets tous les jours. »</p>

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Apprentissages	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être seul face à soi-même</li> </ul>		<p>« Le fait de se retrouver seul face à soi-même on va dire. (...) Enfin moi, mes deux parents ont continué à travailler, et ma copine à ce moment-là, enfin mon ex n'était pas avec moi en mars 2020. Mais donc...</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temps de réflexion pour l'avenir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre du temps pour soi</li> </ul>	<p><i>Toute la journée, j'étais tout seul en fait, à devoir travailler etc. »</i></p> <p><i>« Ça me permettait de réfléchir aussi à ce que j'allais faire l'année d'après vu qu'à ce moment-là, je savais pas encore vraiment. (...) Enfin voilà, réfléchir vraiment vers quoi on veut aller, prendre du temps pour soi. »</i></p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Analyse thématique de l'entretien n°2 : Ludovic

### • Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Modalités de travail	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poursuite du travail habituel</li> <li>• Préservation des contacts sociaux</li> </ul>		« [...] Moi je continuais à travailler, je voyais des gens et... Je pouvais parler à tout le monde toute la journée, j'étais quand même bien, j'avais quand même toujours mes appels, je faisais quand même souvent mes petits trucs et... Franchement ça allait quoi. »
Gestion personnelle des mesures sanitaires	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Préservation des contacts avec les proches</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Invitation d'amis à la maison au 1<sup>er</sup> confinement</li> </ul>	« On invitait quand même... En fait, on avait un petit cercle, et on voyait quand même des gens. »

### • Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Variation de l'usage de cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation au 1<sup>er</sup> confinement</li> <li>• Augmentation après le confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Achat important de stock</li> <li>• Absence de contrainte</li> <li>• N'avoir rien à faire</li> <li>• Énervement induit par le contact client plus difficile</li> <li>• Nouvelle habitude</li> </ul>	<p>« Parce que souvent à ce moment-là, ben je prenais 50 g, peut-être 100g sur le mois et... On le fumait. »</p> <p>« C'était bien, on fumait comme on voulait, et c'est vrai que oui forcément, on n'a rien d'autre à faire de la journée donc on s'en fumait tout le temps. »</p> <p>« Et la consommation en général, elle a un peu augmenté on va dire. A partir du moment où les gens cassent les couilles, tu fumes plus. »</p> <p>« Ben tu rentres chez toi, t'es juste bien content. Franchement là en vrai, maintenant j'ai pris une</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arrêt de quatre mois</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluer l'évolution de la psychomotricité</li> <li>• Prise de poids</li> <li>• Reprise en avril 2021</li> </ul>	<p><i>habitude, c'est juste je rentre chez moi, je me pose et je roule un bédo. »</i></p> <p><i>« Enfin, en fait j'avais fait des tests de psychomotricité, je me trouvais un peu à chier, du coup je voulais arrêter avant et voir si ça améliorerait ou non. Mais après quatre mois, j'ai remarqué que j'avais pris 15 kilos, du coup je me suis dit : « Non, j'ai pas envie de faire de sport ». »</i></p>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consommation importante pour les fumeurs confinés</li> <li>• Initiation de la consommation d'alcool ou de cannabis</li> <li>• Violences conjugales sous influence</li> <li>• Diminution des ressources pour les personnes SDF</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stocks importants</li> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Diminution de la fréquentation du centre-ville</li> </ul>	<p><i>« Ceux qui sont restés confinés, d'office ils ont acheté plein de beuh comme moi, et ils ont fumé des clopes, vraiment ils ont fumé comme des gros porcs. »</i></p> <p><i>« Ça dépend, mais je pense qu'il y en a quand même certains qui... Qui se sont mis à fumer ou à boire justement parce qu'ils n'avaient rien d'autre à faire. »</i></p> <p><i>« Genre moi, j'avais vu des titres, en mode des violences justement entre conjoints... Sous alcool ou sous quoi que ce soit. »</i></p> <p><i>« Les SDF, ils étaient là, et pendant le confinement, il y a quand même beaucoup moins de gens et ils peuvent moins gratter. »</i></p>

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Modalités de travail	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation de la charge de travail et de la charge mentale</li> <li>• Autonomie plus importante</li> <li>• Retour au travail en pleine crise</li> <li>• Contact client</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation de la demande de services suite à la crise</li> <li>• Restructuration du personnel et diminution des effectifs</li> <li>• Clients plus exigeants et stressés</li> <li>• Investissement plus important</li> </ul>	<p>« [...] mais de l'autre côté, t'as une charge de travail en plus, t'as une charge mentale en plus derrière et... (soupir) »</p> <p>« Le Covid a fait qu'il y a eu beaucoup de restructuration du personnel, du coup maintenant ça fait qu'on n'est plus qu'une poignée on va dire. Et parfois, c'est un peu chaud. [...] T'es beaucoup plus indépendant on va dire. Mais, tu dois beaucoup plus contribuer, et ça c'est un peu chiant. ».</p> <p>« Après les trois mois, on a tous réouvert, on a tous continué à travailler comme si de rien n'était. Même si tout le reste était encore confiné, c'était un peu lourd en vrai. »</p> <p>« Les gens sont beaucoup plus chiants. Vraiment... Ils sont plus exigeants, ils sont plus stressés, ils sont plus... Ils te le font ressentir en vrai. [...] Ouais, les gens ils sont vraiment pire depuis le Covid, ça c'est clair. »</p>
Disponibilité et qualité du produit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficultés pour se fournir</li> </ul>		<p>« En vrai, c'était beaucoup plus dur à trouver de la beuh. Vraiment, au début, ça allait parce qu'il y avait encore les stocks mais dès qu'il y a plus eu de stock, ça a quand même été la merde à trouver. »</p>



	• Qualité amoindrie		« Les gens vendaient que de la merde, c'était infumable. »
Vécu négatif du confinement	• Rester enfermés à deux		« C'est vrai que de devoir tout le temps rester au même endroit, c'est chiant hein. Moi en tant que gamer, ça va, mais quand t'as quelqu'un en plus avec, c'est beaucoup moins cool. »
Vie festive	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absence de soirée</li> <li>• Restrictions d'accès</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espace d'expression et de libération manquant</li> <li>• Se renfermer dans sa bulle</li> <li>• Perception plus importante du négatif</li> </ul>	<p>« Mais gros point négatif, c'est l'absence de soirée, ça, franchement, ça met quand même un gros coup. [...] Tu pouvais t'exprimer et te libérer on va dire [...]. Ça j'avoue, c'est un gros point négatif quand même, parce qu'au final, ça te renferme dans ta petite bulle et tout, puis tu vois tout le négatif, c'est pas cool. »</p> <p>« Quand même un peu les restrictions par rapport aux événements parce qu'il faut le Covid Safe Ticket ou aller faire un test, ça c'est chiant. »</p>

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Vécu positif du 1 <sup>er</sup> confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temps de repos</li> <li>• Tranquillité de la ville</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne rien faire</li> <li>• Diminution de la fréquentation</li> </ul>	<p>« En soi, franchement, les trois premiers mois, pouvoir me reposer, ça m'a quand même fait du bien. » Vraiment, juste, chiller, ne rien faire ou quoi que ce soit, ça m'a vraiment fait du bien. »</p> <p>« C'était plus tranquille justement, je pouvais naviguer dans les rues, il y avait beaucoup moins de monde. »</p>

Vie professionnelle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fonctionnement du service à plein régime</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation de la demande de services suite à la crise</li> </ul>	« [...] d'un côté c'est bien parce que ça tourne [...] »
---------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Malléabilité de la population	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manipulation de la communication</li> <li>• Population manipulable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation du contact avec les clients</li> <li>• Expérimentation intensive de la communication</li> <li>• Utilisation du Covid comme argument</li> <li>• Informations à la télé</li> <li>• Utilisation sensibilité du sujet Covid</li> </ul>	<p>« Les gens sont très malléables. [...] Que ce soit au téléphone, que ce soit en caisse ou quoi que ce soit, j'ai quand même pu beaucoup expérimenter. Et le fait que ce soit le Covid, on va dire c'est... C'était principalement l'argument Covid en soi. [...] Je m'amusais à utiliser l'argument Covid dans plusieurs circonstances et voir vraiment jusqu'à quel point ça pouvait impacter la décision des gens quoi. »</p> <p>« Et justement, quand tu vois toutes les conneries à la télé aussi... On voit bien hein, les gens directement ils sont tout paniqués, puis ils font, ils font pas... [...] Ils suivent juste tout ce qu'on leur demande. »</p>
Meilleure connaissance du fonctionnement belge	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestion gouvernementale scandaleuse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pénalisation de la population</li> <li>• Amendes liées à la crise</li> <li>• Profits financiers du Covid</li> </ul>	« [...] c'est vrai que c'est scandaleux. [...] La façon déjà dont l'Etat je vais dire a géré tout ça. [...] Les façons de pénaliser les gens [...], toutes les amendes qu'ils ont mises aussi au moment du Covid-19. Enfin, tout le profit en fait qu'il y a derrière tout ça genre. [...] On a tous appris un peu... [...] Vraiment dans quel genre d'infrastructure on est. »

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comparaison avec d'autres pays</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Décision illogiques</li> <li>• Meilleure gestion des pays nordiques</li> </ul>	<p><i>« J'ai l'impression que parfois les décisions, elles sont prises un peu n'importe comment. »</i></p> <p><i>« Juste voir comment c'est et comment dans certains pays... Comment ils s'en sortent maintenant. Je crois que c'est la Norvège, la Suède ou ce genre de trucs, il n'y a plus rien, il n'y a presque plus de Covid-19 quoi. »</i></p>
--	------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Analyse thématique de l'entretien n°3 : Clément

#### • Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Variation de l'usage de cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation au 1<sup>er</sup> confinement</li> <li>• Arrêt de deux semaines au 1<sup>er</sup> confinement</li> <li>• Augmentation lors des arrêts et congés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deux joints supplémentaires par jour</li> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Double punition</li> <li>• Disputes avec sa compagne</li> <li>• Stabilité en période de travail</li> </ul>	<p>« Moi perso, je fumais plus parce que tu t'emmerdes, t'as rien à faire, [...] Quatre joints par jour. »</p> <p>« Ben oui, j'ai arrêté pendant... Je sais pas moi, deux semaines pendant le confinement. Et ouais, c'était dur quoi. J'avais l'impression que c'était la double punition tu vois : et confiné, et ne pas fumer. [...] Parce qu'on se disputait trop avec ma copine. »</p> <p>« Oui, ça l'a affectée, surtout au moment où je n'avais pas de travail, où j'étais en congé, à la maison etc. Mais ça ne l'a pas affectée d'une manière flagrante quand, pendant la pandémie, j'étais au travail. Elle est restée stable quand j'allais au travail et elle a augmenté quand j'y allais pas. »</p>
Variation de l'usage d'alcool	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Légère augmentation des apéros</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Influence de la compagne</li> </ul>	<p>« C'est vrai qu'on prenait un petit peu plus l'apéro avec ma copine, mais sinon non. C'est vrai qu'à la limite, c'est plus elle qui me poussait à la consommation (rires), « Allez on va chercher du vin. ». »</p>
Test d'une nouvelle substance	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test des champignons hallucinogènes au 1<sup>er</sup> confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LSD indisponible</li> <li>• Achat Internet</li> <li>• Besoin d'évasion</li> </ul>	<p>« [...] c'était pour s'évader d'une certaine manière tu vois. Au début, je voulais trouver du LSD, mais c'était impossible à trouver forcément en temps de Covid. »</p>

Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruptures dans les couples et les familles</li> <li>• Dégradation de la situation des consommateurs</li> <li>• Prises de conscience d'un usage problématique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baisse de la qualité des produits</li> <li>• Surcharge des professionnels de la santé mentale</li> </ul>	<p>« Elle (la crise) a certainement dû casser beaucoup de couples, casser des foyers ou... Oui. »</p> <p>« Et je pense que la situation des consommateurs a certainement empiré dans le sens où les produits à mon avis ont certainement baissé en qualité et les centres d'aide doivent être débordés. [...] Quand je dis « centres d'aide », ça peut même être un psychologue ou un psychiatre. »</p> <p>« Mais aussi, il y en a peut-être certainement qui ont pris conscience que... J'espère, que leur consommation était trop importante. »</p>
----------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Perception du monde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Monde morose, triste et froid</li> <li>• Être chacun chez soi</li> <li>• Augmentation des inégalités économiques et sociales</li> <li>• Mauvaises nouvelles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se sentir moins bien</li> <li>• Vivre via Internet (cours, repas, achats)</li> <li>• Ne plus se déplacer</li> </ul>	<p>« Bah que ça a rendu le monde plus triste. Je trouve que tout s'est refroidi. Ouais, c'est vraiment ça, que le monde est devenu plus triste, moins coloré, moins de joie, tout le monde chez soi, tout le monde sur Internet, tout le monde sur les écrans... Ouais. Faire ses cours sur Internet, on achète ça sur Internet, on ne bouge plus pour rien tu vois, on commande de la bouffe. [...] Et je trouve que les inégalités se sont beaucoup plus creusées encore, que ce soit économiques, sociales ou peu importe mais... [...] On se sent moins bien parce que le monde est plus morose donc... Les nouvelles ne sont pas bonnes [...]. »</p>

Relations interpersonnelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne voir personne</li> <li>• S'inquiéter pour ses proches</li> <li>• Manque des proches</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interdiction des rassemblements</li> </ul>	<p>« [...] on ne voit personne, on ne peut pas se rassembler... Ouais tout ça, c'est ça qui m'affecte mais... »</p> <p>« Le fait d'avoir peur aussi pour ses proches. [...] Le manque de ne pas les voir, c'est ça qui affecte, enfin qui m'a affecté le plus. »</p>
Relation de couple	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disputes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être enfermé avec l'autre</li> <li>• Manque d'espace</li> <li>• Manque de liberté et de sorties</li> <li>• Devoir constamment supporter l'autre</li> </ul>	<p>« Ben, les disputes. Quand t'es dans un petit appart, h24 pendant des mois, forcément, tu peux aimer l'autre aussi fort que tu veux mais là, c'était plus possible quoi. Donc ça, les disputes, le manque d'espace et... Le manque de liberté de pouvoir sortir et... Oui, ça c'était la plus grosse difficulté. Surtout de devoir tout le temps supporter l'autre. »</p>
Vécu négatif du 2 <sup>ème</sup> confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ras-le-bol</li> <li>• Retour au travail difficile</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crise interminable</li> <li>• Poursuite de la crise</li> <li>• Contexte difficile des hôpitaux</li> <li>• Impression d'être envoyé au front</li> </ul>	<p>« Autant le premier confinement, ça a quand même été tu vois, mais le deuxième... (soupir) Ouais, le deuxième, il nous a achevés. [...] Ben parce qu'on en avait marre, c'était long quoi. »</p> <p>« Parce qu'en plus, deuxième confinement, ce qui change complètement, c'est que tu retournes au travail. En sachant tout le merdier que c'était autour et... D'ailleurs, t'avais un peu l'impression d'être envoyé comme de la chair à canon là tu vois ? Surtout dans les hôpitaux. »</p>

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Vécu acceptable du 1 <sup>er</sup> confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temps supplémentaire</li> <li>• Retour à des choses simples</li> <li>• Lancement d'un projet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profiter de son chez soi</li> <li>• Cuisiner</li> <li>• Jeux vidéo en ligne entre amis</li> <li>• Apprendre de nouvelles choses</li> <li>• Lecture</li> <li>• Prendre le temps</li> <li>• Prise de risque</li> <li>• Succès</li> </ul>	<p>« Mais à côté de ça, j'y ai trouvé mon compte d'une certaine manière en se disant qu'on est bien d'être chez soi, on est bien de pouvoir faire de la cuisine, des choses qu'on n'aurait pas faites avant parce que pas de temps, boulot, boulot, boulot, et puis... [...] J'ai pu... Voilà, apprendre plein de nouvelles choses, je déteste m'emmerder donc je... Voilà, j'ai lu des trucs, j'ai cuisiné, j'ai... »</p> <p>« C'était assez positif quoi de retrouver le goût des choses simples de la vie. »</p> <p>« Heu oui, j'ai lancé mon activité en plein pendant la crise, et ça a bien marché. Et voilà, j'étais assez surpris du succès entre guillemets. Ça roule alors que... Je me suis dit : « Houla, j'suis un peu con de me lancer en pleine crise. » et tout (rires). Mais au final non, ça a bien marché, donc ça c'est très positif. »</p>
Relations interpersonnelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retrouvailles avec les proches</li> </ul>		<p>« Puis le fait de pouvoir revoir ses proches à un moment donné, ça a été top. »</p>

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Apprentissages	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se débrouiller seul</li> <li>• Absence de protection du gouvernement</li> </ul>		<p>« Apprendre à se débrouiller seul je dirais. »</p> <p>« Que le gouvernement ne nous protège pas. Enfin, n'est plus en mesure de nous protéger réellement. »</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuisine</li> <li>• Informatique</li> </ul> <p>• Sentiment que « Tout est possible »</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Changement perpétuel du monde</li> <li>• Projection difficile dans l'avenir</li> </ul>	<p><i>« J'ai des nouveaux apprentissages en cuisine, des nouveaux apprentissages en informatique [...] »</i></p> <p><i>« Un nouvel apprentissage je dirais que... Que tout est possible, qu'on ne sait plus se projeter dans le temps je trouve maintenant. C'est difficile d'émettre un projet à trois, six, un an, parce qu'on a l'impression que c'est pas perpétuel. »</i></p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



### Analyse thématique de l'entretien n°4 : Rosaline

#### • Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Activités lors du 1 <sup>er</sup> confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chercher des occupations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire le ménage</li> <li>Réorganiser des armoires</li> <li>S'occuper des chiens</li> </ul>	« Après, à part faire le ménage, refaire des armoires ou changer toutes les armoires d'un coup parce que je me faisais chier tu vois... C'est... Tu trouves des occupations hein ! »

#### • Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Variation de l'usage de cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>Consommation dépendante du taux d'occupation</li> <li>Augmentation au 1<sup>er</sup> confinement</li> <li>Consommation normale au 2<sup>ème</sup> confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ne pas travailler</li> <li>Manque d'occupation</li> <li>Être renfermé chez soi</li> <li>Regarder la télé</li> <li>Plus d'occupation</li> <li>Moins de temps pour fumer</li> </ul>	<p>« Ça dépend vraiment du taux d'occupation en fait. »</p> <p>« Forcément, j'ai fumé plus vu que bah... J'allais pas travailler ni rien donc forcément bah... Je me levais, j'avais pas grand-chose à faire, en mode : « Bon, on peut pas sortir, on peut rien faire. », machin, bon bah tant pis ! On va rester à la maison et on va regarder la télé hein ! [...] Voilà, maintenant si je suis en train de caler, caler sur la télé ou quoi que ce soit ben, ouais je vais fumer un peu plus fumer parce que ben, je suis pas occupée. »</p> <p>« [...] à part ouais premier confinement, ben forcément, j'ai fumé plus par manque d'occupation quoi et vu que j'avais pas travaillé etc., mais sinon après bah... J'ai eu mon PC, j'ai eu une occupation, donc c'est redevenu normal quoi. [...] Je suis</p>

			<i>occupée, j'ai les mains prises, je suis occupée, j'ai pas le temps de fumer tu vois. »</i>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation de l'usage pour les consommateurs</li> <li>• Augmentation plus importante pour les personnes alcooliques</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perte d'emploi</li> <li>• Être enfermé chez soi</li> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Substance comme refuge face à l'adversité</li> <li>• Impact négatif du confinement</li> <li>• Augmentation des violences conjugales</li> <li>• Décès de femmes</li> </ul>	<p><i>« Ça a dû grimper en flèche ! Mais à un point ! Parce que du coup ben, tous ceux qui étaient déjà consommateurs, qui ont soit perdu réellement leur travail ou ont été virés, ou qu'ils se sont retrouvés renfermés chez eux... Ben forcément, ça a grimpé. [...] Et en même temps, il n'ont rien d'autre à faire. Et puis, il y en a ben... Je sais qu'il y a certaines personnes qui ben quand il leur arrive un mauvais truc, par exemple on va dire ben il a perdu son boulot, ben il va se réfugier dans la drogue et l'alcool donc... »</i></p> <p><i>« Mais, les alcooliques, ça doit être encore pire en plus donc... [...] Parce que t'entends hein que toutes les violences conjugales machin ont augmenté en flèche à cause des confinements etc. Il y a plein de femmes qui sont mortes à cause des coups de leur mec parce qu'elles étaient confinées avec etc. »</i></p>

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Vécu négatif du 1 <sup>er</sup> confinement	• Ennui		<i>« Ben ouais, pendant le premier confinement, on s'est fait assez chier. »</i>
Impact négatif du chômage	• Diminution des revenus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficile d'arriver à nouer les deux bouts</li> <li>• Baisse de +/- 400 euros</li> </ul>	<i>« Ben à part le chômage où j'ai touché moins d'argent, c'était plus galère pour... Ben vivre, tout simplement. Ça, ça a vraiment fait chier. Parce que, passer de entre 1200 à 1400 à 900 euros... »</i>

Sentiment d'injustice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comparaison avec CPAS</li> <li>• Arrêt de travail forcé</li> <li>• Impact négatif sur l'Horeca et le monde de la nuit</li> <li>• Retour au travail dans un contexte insécure</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meilleurs revenus au CPAS</li> <li>• Envie de continuer à travailler</li> <li>• Comparaison avec le secteur des commerces alimentaires</li> <li>• Poursuite du travail habituel</li> <li>• Prime Covid au CPAS</li> <li>• Absence de prime Covid dans l'Horeca</li> <li>• Multiples contacts</li> <li>• Absence de vaccin au début</li> <li>• Risque pour la santé</li> </ul>	<p><i>« [...] t'es en mode : « Ah ! Donc quelqu'un qui ne travaille pas qui est au CPAS a plus d'argent que moi alors que moi je travaille et que j'ai rien demandé ? Et qu'on me force à aller au chômage, qu'on nous force à fermer, et c'est moins que quelqu'un qui travaille pas et qui n'a pas envie de travailler ? Et c'est normal ? »</i></p> <p><i>« T'as rien demandé, on t'oblige à fermer ton magasin où tu travailles, en plus t'as le chômage pour te bouffer 30% de ton salaire, alors que vraiment toi ce que tu veux, c'est juste aller travailler tranquillo tu vois. C'est pas juste, c'est pas juste ! C'est pas normal. »</i></p> <p><i>« Voilà, l'Horeca, et trucs de la nuit machin, c'est tous ces secteurs-là qui ont été les plus touchés quoi. Parce que ben, c'est absolument pas contre eux, mais regarde tous les Colruyt machin, tous ceux qui travaillaient là, ben ils ont pu continuer à travailler tranquillo tu vois. Tous les autres boulots, ils ont pu travailler tranquille ou faire du télétravail quoi. »</i></p> <p><i>« Surtout que le CPAS a une prime Covid. Nous, que dalle. Nous, on retourne travailler en plein Covid parce qu'on nous dit : « Vous pouvez rouvrir hein, vous risquez de choper le Covid et de crever, mais vous pouvez rouvrir hein, pas de problème hein ! ». Il n'y a toujours pas de vaccin, il n'y a rien. Donc nous, qui mettons, on va dire entre guillemets, [...] »</i></p>
-----------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Système illogique</li> </ul>		<p><i>notre vie entre guillemets en jeu tous les jours, à fréquenter 15 millions de clients que tu connais ni d'Adam ni d'Eve, que tu ne sais pas s'ils ont le Covid ou pas ou quoi... Mais nous, on n'a pas de prime. »</i></p> <p><i>« Alors qu'eux, ils ont rien perdu, ça a rien changé à leur vie, et ils ont une prime en plus ! Et pourquoi nous pas ? Ben non, ben non. C'est pas logique. »</i></p>
--	-----------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Aspects positifs des confinements	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Octroi de vacances</li> <li>• Jouer plus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dormir plus</li> <li>• Diminution de la fatigue</li> <li>• Récupérer</li> </ul>	<p><i>« J'ai eu des vacances. Je pouvais dormir, j'étais moins fatiguée. J'ai pu récupérer mes heures de sommeil perdues. Je crois que c'est le seul point positif en fait. »</i></p> <p><i>« Voilà ouais, pouvoir dormir, et jouer un peu plus que d'habitude. »</i></p>
Vécu du 2 <sup>ème</sup> confinement acceptable	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Achat PC portable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeux en ligne</li> </ul>	<p><i>« Mais au deuxième confinement par contre, c'est pas pareil parce que j'ai eu mon PC portable tu vois. [...] J'y ai pas mal joué pendant quasi tout le deuxième confinement, et j'étais pas mal scotchée. »</i></p>
Relations interpersonnelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Garder ses distances</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne plus devoir faire la bise</li> </ul>	<p><i>« A part qu'il faut plus faire la bise aux gens, c'est pas mal des fois quand t'as des gens que t'aimes pas tu vois. T'étais obligé de leur dire bonjour, t'es en mode : « Oui, bonjour de loin hein, Covid ! »</i></p>

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Apprentissages	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation des injustices</li> <li>• Jouer à un nouveau jeu</li> <li>• Perception négative de la Belgique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impact négatif du chômage</li> <li>• Comparaison avec la France</li> <li>• Meilleures conditions de chômage en France</li> </ul>	<p>« <i>Qu'il y a encore plus d'injustices dans ce putain de pays de merde ! (...) Ça ne devrait pas arriver, tu devrais avoir le même salaire. »</i></p> <p>« <i>Je sais pas, j'ai pu apprendre à jouer à WoW. »</i></p> <p>« <i>Que ce pays est un pays de merde. (...) Je joue avec quelques français des fois et... (...) Et du coup, ça fait le : « Ah oui tiens, j'ai commencé une formation dans ça nanana. », « Ah oui et du coup, ça se passe comment chez vous ? ». Parce que ben, on n'habite pas le même pays tu vois donc... Tu te renseignes un peu tu vois donc... T'es en mode : « Ah ouais, vous avez ça, ça, ça, ça. Ah ouais ! Et mais putain, tu gagnes limite mieux que moi alors que tu travailles pas quoi, t'es un enculé. »</i></p>

## Analyse thématique de l'entretien n°5 : Lola

### • Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Variation de l'usage de cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation aux confinements</li> <li>• Augmentation du 1<sup>er</sup> confinement</li> <li>• Augmentation du 2<sup>ème</sup> confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être enfermé</li> <li>• Influence mutuelle des partenaires</li> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Tensions dans le couple à propos du partage du stock</li> <li>• Achat d'une consommation personnelle supplémentaire (25g en couple + 10g seule)</li> <li>• Stabilité stock du couple (25g)</li> <li>• Augmentation de la consommation personnelle (10 à 25g seule)</li> </ul>	<p>« Apparemment, encore une fois, confinement, rester seule. Enfin, j'étais pas seule, j'étais à deux donc... En plus de ça, deux personnes qui s'engendrent... Qui n'ont rien à faire et... Et ainsi de suite, ça a vraiment... Beaucoup, beaucoup, beaucoup augmenté suite à ça. »</p> <p>« J'étais en mode : « Ecoute, j'ai aussi besoin de ma consommation et même tu consommes trop etc. C'est juste ma consommation, ça fait longtemps. Là, tu prends sur ma consommation en fait... C'est ça que tu comprends pas. ». C'était ça les problèmes sur le moment même donc... Ça, ça a duré jusqu'à peut-être avant le confinement et c'est pendant le confinement où j'ai pris ma consommation à moi parce que je me suis dit : « Là, c'est juste plus possible. » [...] Pendant le premier confinement, on a fumé à deux et moi j'ai dû en prendre on va dire 10 seule. »</p> <p>« Pendant le deuxième confinement, j'étais déjà à 25 à moi toute seule. [...] donc ça fait 37,5 par mois environ pour moi toute seule. »</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminution du 2<sup>ème</sup> confinement</li> <li>• Nouvelle augmentation début 2022</li> <li>• Gestion émotionnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arrêt du compagnon</li> <li>• Envie de se faire plaisir</li> </ul>	<p>« [...] donc il a préféré arrêter à ce moment-là, et d'ailleurs il s'y est tenu. Il a plus recommencé. Moi, j'ai continué et j'ai gardé ma consommation donc... A 25. Et donc là, c'est 25 seule. C'est pour ça qu'il y a une diminution. »</p> <p>« Mais par contre, pour le mois de février, j'ai consommé 25g, heu... J'ai consommé 50g, donc on peut déjà dire que ça a commencé... Ici, en février. »</p> <p>« Genre le mois passé parce que vu la rupture [...] Mais encore une fois c'est... Emotionnellement que ça a pris en charge. »</p>
Gestion financière	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Investissement conscient de l'argent</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Choix et envie d'augmenter la consommation</li> <li>• Sécurité du chômage</li> <li>• Trois mois de vacances payées</li> </ul>	<p>« Si j'avais voulu investir cet argent dans autre chose j'aurais pu le faire, et ça c'est le choix de tout être humain. Mais j'ai fait le choix de le mettre dans cette drogue-là parce que j'avais cette sécurité d'avoir... Trois mois libre en mode : « De toute façon pendant trois mois je n'ai rien à faire, je suis payée. » etc., etc., quoi donc c'était vraiment... Des petites vacances concrètement. ».</p>
Variation des modes de consommation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Garder sa consommation pour soi</li> <li>• Consommer en continu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arrêt du partage en soirée</li> <li>• Joints purs</li> <li>• Absence d'obligation</li> <li>• Ne croiser personne</li> </ul>	<p>« Alors, elle m'a permis de garder ma beuh pour moi, et de ne pas la partager. [...] Quand il y avait des soirées, ben je continuais quand même à garder ces 25g personnels mais dans ces 25g personnels, il y avait quand même des soirées donc... Je suis pas une radine hein, je partage ou quoi que ce soit. »</p> <p>« [...] J'avais une autre manière de consommer où je savais que je n'avais pas d'obligation. Je savais que je ne devais pas me lever pour autant, que je</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liberté</li> </ul>	<p><i>pouvais être défoncée pendant trois jours d'affilée et il n'y avait pas forcément de problème à ça et... Que je n'allais pas croiser, voir ou d'autres soucis. [...] Mais sinon, j'avais une liberté par rapport à ça où je... Je me suis un peu laissé pousser des ailes et bon, ça a suivi avec une surconsommation sûrement. »</i></p>
Test d'une nouvelle substance	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test des champignons hallucinogènes au 1<sup>er</sup> confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ennui</li> <li>• Temps supplémentaire</li> <li>• Curiosité</li> </ul>	<p><i>« [...] J'ai fait la démarche de, et je sais que c'est par rapport au confinement, je sais que c'est par rapport à ça. Je m'emmerdais ! (rires) [...] « Et par ennui et envie de savoir ». Heu... Principalement, parce que concrètement, on avait du temps et il n'y avait rien à faire etc... C'était cool. »</i></p>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Affections différentes selon les contextes</li> <li>• Diminution de la consommation pour les jeunes vivant avec leurs parents</li> <li>• Augmentation de l'usage pour les consommateurs réguliers</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Multitude des contextes</li> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Devoir rester chez soi</li> </ul>	<p><i>« Tout dépend encore une fois du contexte, et je pense qu'il y a tellement de contextes où ça peut être tellement variable. Encore une fois, seul, accompagné... »</i></p> <p><i>« Je pense qu'une personne vivant chez ses parents aura peut-être diminué sa consommation vu qu'elle aura peut-être pas l'occasion de... De consommer de la manière dont elle le faisait avant. »</i></p> <p><i>« Concrètement, ça paraît logique que ça ait augmenté parce que tu es chez toi, tu n'as pas le droit de sortir de chez toi et tu dois rester chez toi pendant très très longtemps. [...] Mais une personne qui, en l'occurrence comme moi, consommait déjà de manière quotidienne et avait une liberté de consommation où elle fait ce qu'elle veut, peut-être que ça a pu augmenter par rapport à... Tu n'as rien</i></p>



			à faire, et généralement... Tu arrêtes de fumer parce que tu as quelque chose à faire. »
--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Projets personnels	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Projet inenvisageable pendant le Covid</li> <li>• Caractère incertain de la situation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Procédures complexifiées par la crise</li> <li>• Retardement des démarches</li> </ul>	<p>« Cette situation de Covid qui ne va pas s'arrêter d'ici peu, ça ne fait que rajouter du temps encore au temps donc... C'est... C'est effrayant. [...] C'est d'autant plus compliqué parce que... En sachant que je ne peux pas être licenciée parce qu'il y a beaucoup plus de... De frais et ainsi de suite, c'est... C'est pas une période économiquement parlant simple. [...] Peut-être que ces deux dernières années, j'aurais pu déjà commencer à faire ces démarches pour... Pour les études, encore une fois, ça met du temps. Ça met un petit standby sur ce point-là, c'est vrai que maintenant que j'y repense, c'est que depuis 2022 que... Que je commence à me refaire à l'idée des études, et pendant tout le Covid c'était quelque chose de même inenvisageable. »</p> <p>« C'est stressant parce que ben, c'est pas certain. »</p>
Aspects négatifs des confinements	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfermement difficile</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fatigue émotionnelle</li> </ul>	<p>« Mais après, émotionnellement parlant, c'était pas forcément très agréable de rester enfermé. »</p>

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Aspects positifs des confinements	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Repos physique</li> <li>• Absence d'obligation pour survivre</li> <li>• Durée acceptable</li> <li>• Présence du compagnon et de l'animal de compagnie</li> <li>• Mode de vie plus sain</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Octroi de vacances</li> <li>• Bienfaits pour le corps</li> <li>• Comparaison avec l'enfance</li> <li>• Stabilité</li> <li>• Se poser</li> </ul>	<p>« Moi ça m'a fait du bien ! Après c'est... Niveau contexte de vie que j'ai pu avoir... Je travaillais depuis l'âge de mes 7 ans. Et... Je n'ai jamais eu de vacances (...) et ça m'a... Ça m'a permis d'avoir des vacances... Pas forcément émotionnelles, mais en tout cas physiques, beaucoup. Et c'était une période très agréable pour mon corps où j'ai pu enfin avoir du repos. »</p> <p>« Et me poser, ne pas avoir d'obligation encore une fois... Pour me maintenir en vie. »</p> <p>« Ça a duré que trois mois, c'est pas comme si ça avait duré un an. »</p> <p>« Après, je n'étais pas seule encore une fois, peut-être que si j'avais été seule, ça aurait été différent [...] Après, j'ai une présence animale, c'est déjà beaucoup. »</p> <p>« Enfin si, ça m'a donné une manière de vivre plus saine on va dire [...] par rapport à... A la stabilité et se poser et prendre du repos pour soi-même, ça m'a beaucoup... Beaucoup aidée. »</p>
Aspects financiers	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obtention du chômage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Premier apport de l'Etat suite à la crise</li> <li>• Absence de droit en Belgique (CPAS, chômage)</li> </ul>	<p>« Et c'était la première fois que je touchais quelque chose de l'Etat concrètement. Parce qu'en fait, je n'ai pas de droit moi ici en Belgique et bah... Vu que c'était la pandémie mondiale, ils allaient pas me laisser dans la merde toute seule quoi. [...] Sinon de</p>

			<i>base, je n'avais pas de droits, j'avais pas de CPAS, j'avais pas de chômage... Et là en l'occurrence, c'est la CAPAC qui m'a... Qui m'a donné. Je n'étais pas affiliée à eux et ils se sont affiliés grâce à (nom de l'entreprise), donc c'est le travail qui s'est directement affilié, ce n'est pas moi qui ai fait la démarche. »</i>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminution prix cannabis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Achat commun avec compagnon</li> <li>• Achat « en gros »</li> </ul>	<i>« Heu bah... Consommation, vu que c'est au moment où on a habité ensemble et... Au moment où ça s'est confiné qu'on a commencé à prendre en gros, ben... J'ai payé beaucoup moins cher. Donc pour ma consommation, j'ai eu... Un petit plus économique entre guillemets, donc c'était beaucoup plus avantageux, surtout que ces dernières années, je payais pot plein donc... »</i>

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Mise en perspective du niveau de gravité	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comparaison avec l'enfance</li> <li>• Confinement acceptable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Violence et maltraitance</li> <li>• Liberté</li> <li>• Amour</li> <li>• Entourage sain</li> <li>• Mesures acceptables</li> </ul>	<p><i>« Ah, alors. C'est pas uniquement de la crise sanitaire, c'est concrètement l'apprentissage de toute une vie mais... Il y a pire. (rires) Il y a clairement pire. Genre là, concrètement, mon enfance ? Si on peut la résumer avec des jolis mots, c'est « être confinée », avec de la violence et de la maltraitance. »</i></p> <p><i>« A l'heure actuelle, l'année 2020, j'ai été confinée deux fois avec de la liberté... Avec des substances illicites ! Et... En l'occurrence, avec de l'amour et avec d'autres personnes qui étaient... Bien sur le</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comparaison avec le Mexique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contexte économique difficile</li> </ul>	<p><i>moment pour moi. (silence) Et sans... Contrainte encore une fois au niveau éthique de la personne. Evidemment, on ne pouvait pas sortir, on ne pouvait pas faire n'importe quoi, il fallait porter des masques etc., c'est des règles d'hygiène et des règles pour l'humanité, mais ça restait quand même des choses très softs comparé à ce que j'avais pu vivre auparavant donc... »</i></p> <p><i>« Rien que chez moi au Mexique, c'était dix mille fois plus la merde si j'avais été coincée... Non, j'aurais eu quand même ma famille donc c'était quand même bien, mais ça aurait été plus compliqué niveau économique. Alors qu'ici, j'ai eu le chômage ! Hé ! C'est bon, pourquoi on se plaint ? Tu vois, c'est ce genre de choses donc vraiment... Il y a pire. »</i></p>
--	---------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Analyse thématique de l'entretien n°6 : Simon

### • Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Ressenti général par rapport à la crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impression de ne pas avoir vécu la crise</li> <li>• Absence d'émotion particulière</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas d'impact sur le secteur</li> <li>• Maintien de l'activité professionnelle</li> <li>• Attestation du travail autorisant les déplacements</li> <li>• Absence de coup de blues</li> </ul>	<p>« Oui. Rien n'a changé. En fait moi, le... J'ai la chance c'est que dans mon domaine, dans l'aéro, [...], il n'y a pas de Covid. Il n'y a pas de Covid, il n'y a pas de jour férié, il n'y a pas de Noël, il n'y a pas de... Il n'y a pas de guerre en Ukraine, il n'y a rien. Nous, ça tourne et c'est comme ça tu vois. [...] Comme j'ai pu un peu te dire avant, ça m'a pas trop affecté parce que grâce à mon travail, je pouvais me balader un peu comme je voulais et... J'ai travaillé tout le temps, j'ai pas eu de télétravail parce que bah... Je travaille de mes mains donc c'est un peu compliqué de faire des... Avions à distance. »</p> <p>« J'vais dire moi honnêtement, j'ai rien ressenti donc... Même le confinement, pour moi, j'ai pas eu de moment de blues ou... Du tout. »</p>
Anticipation des confinements	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Choix d'un logement avec extérieur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Appréhension d'être enfermé</li> <li>• Préférence pour les grands espaces</li> <li>• Besoin d'être à l'extérieur</li> </ul>	<p>« C'est pour ça qu'on avait pris un... C'est pour ça qu'on a choisi ici à (nom de la ville), c'est parce qu'on voulait absolument un espace extérieur, en pensant, en anticipant tous ces confinements à la con etc. [...] On s'était dit avec (prénom du colocataire) qu'il nous fallait un truc avec un espace extérieur parce que si demain vraiment on fermait toutes les usines etc., et que les gens devaient rester chez eux, ben je me voyais mal vivre dans quatre murs... Toute la journée etc. quoi. Ça aurait été compliqué parce que j'ai toujours vécu dans des grands espaces. [...]</p>

			<i>Et donc vivre à l'intérieur pendant plus d'un an, je pense que j'aurais pas tenu. Même quelques mois, j'aurais pas tenu je pense. »</i>
Gestion personnelle des mesures sanitaires	• Maintien du contact physique	• Pratique de la bise	<i>« Tous les gens que j'apprécie énormément et avec qui ça m'aurait fait quelque chose de couper ce lien, on l'a pas coupé donc... J'ai continué à faire la bise à mes parents, j'ai continué à faire la bise à mon coloc, à mes potes... »</i>

• *Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Variation de l'usage d'alcool et de cannabis	• Stabilité	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas de changement dans les habitudes</li> <li>• Rituels de consommation communs</li> <li>• Jamais seul</li> <li>• Perte d'intérêts pour les gros événements</li> <li>• Préférence pour les soirées entre amis</li> <li>• Maintien des soirées pendant le confinement</li> </ul>	<p><i>« Et jusqu'à présent, bah non. J'ai pas changé nos habitudes. Parce que c'est un peu « nos » habitudes, parce que comme je te dis, je fume jamais tout seul ou je consomme jamais d'alcool tout seul. C'est toujours avec... Souvent mon coloc, ou ma famille, mais sinon... »</i></p> <p><i>« Ben moi, c'est souvent la même chose, c'est pour ça que ça a pas trop changé pour moi, c'est que... Je suis plus le genre de mec à refaire des festivals et tout le bordel. Ce que j'aime bien faire, c'est soirée tranquille chez les potes. Même pendant le confinement ou quoi, on a réussi à faire des barbec entre nous donc... Donc il n'y a pas eu de problème. C'est pour ça, il n'y a pas eu de changement... »</i></p>
	• Temps d'arrêt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temps à disposition</li> <li>• Se tester</li> </ul>	<i>« Du jour au lendemain, ça nous est arrivé que... Avec (prénom du colocataire) on fasse des pauses parce que... Pour voir si on était vraiment... On</i>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aucune différence suite à l'arrêt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluer son niveau de dépendance</li> <li>• Inquiétudes par rapport à l'usage d'un ami</li> <li>• Défi</li> <li>• Pouvoir montrer qu'on en est capable</li> <li>• Absence du besoin d'acheter la consommation</li> <li>• Absence de manque</li> <li>• Pas d'effet négatif ni positif sur le corps</li> <li>• Bonne qualité de sommeil</li> <li>• Stabilité du système respiratoire</li> </ul>	<p><i>s'est fait des petits tests hein, on avait un peu de temps donc... On s'est fait des petits tests, savoir si on était vraiment accros ou pas. Et on a fait des bails d'une semaine, deux semaines, un mois... »</i></p> <p><i>« Ben en fait, l'idée nous est venue comment, c'est parce que dans notre entourage, on connaît quand même des consommateurs, on a beaucoup d'amis qui consomment etc. Et de temps en temps, on discute avec un ami que nous on trouve qu'il consomme beaucoup et on s'est dit bah... On lui a dit d'essayer d'arrêter, mais pourquoi nous on le ferait pas tu vois ? Donc on s'est nous-mêmes lancés le défi que pour... Que pour pouvoir dire : « Ben ouais, maintenant on peut vraiment se permettre de le dire, parce qu'on a vécu l'expérience quoi. ». »</i></p> <p><i>« Et on n'a pas vu la différence quoi. [...] J'ai pas senti le besoin de... De devoir acheter que pour pouvoir consommer, que ce soit de la drogue ou de l'alcool et... J'avais pas ces manques. Ça m'a pas empêché de bien dormir, je suis resté lucide. J'ai pas vu plus d'effets néfastes ou de bénéfices sur mon corps quoi. [...] Et même dans la période où j'ai pas fumé de beuh, bah ça m'a pas dérangé, au point respiratoire. [...] J'ai l'impression que de fumer ou de ne pas fumer, ça ne fait pas d'effet. »</i></p>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeunesse en détresse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficultés d'approvisionnement</li> </ul>	<p><i>« J'ai pas mal d'amis, je t'ai dit, je suis consommateur donc je connais beaucoup de consommateurs, dont des consommateurs vraiment... Dépendants à la drogue, qui ont galéré</i></p>

adultes consommateurs			à trouver de la drogue en rue etc. quoi. Donc j'ai... A mon avis, il y a eu... Il y a dû avoir beaucoup de personnes en détresse, notamment des jeunes. »
--------------------------	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Mesures sanitaires	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aller faire les courses</li> <li>• Mesures excessives</li> <li>• Port du masque au travail</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Règles d'hygiène basiques</li> <li>• Problème d'hygiène à l'origine du Covid</li> <li>• Manque d'éducation</li> <li>• Respiration difficile</li> </ul>	<p>« Ben le seul truc qui a été chiant pendant le Covid réellement, c'était par rapport à l'alcool, c'était d'aller faire les courses. Ça, c'était une tanasse. Déjà de base, j'ai horreur de rentrer dans un magasin, mais là... C'était encore pire de pire. »</p> <p>« Ben parce que toutes les... Tout ce qui était mis en place pour... Les un mètre cinquante, enfin... Je sais plus comment ça s'appelle, merde, les choses à faire.... Codes pandémie. Je trouvais ça trop en fait. [...] Un problème pandémique, c'est comme tout problème pandémique qu'il y a eu dans l'histoire, c'est lié à un problème d'hygiène. [...] Et le problème, c'est que le Covid il s'est passé parce qu'on est des gens sales. [...] Et je fais partie de ces gens-là, je suis moi-même européen, mais je pense que c'est une mauvaise éducation qu'on a en termes d'hygiène, c'est tout. »</p> <p>« Porter le masque etc., même là au boulot actuellement on doit toujours le porter, mais c'est une tanasse quoi d'avoir 8 heures de travail où... C'est assez physique quand même mon métier, il y a des choses que je fais où je dois soulever des choses</p>



			<i>assez lourdes etc., mais je peux pas respirer comme je veux parce que là j'ai vraiment un truc qui m'empêche de respirer. »</i>
--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Modalités de travail	• Horaires décalés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Horaires matinaux</li> <li>• Températures fraîches au travail</li> <li>• Temps libre l'après-midi</li> <li>• Profiter du beau temps</li> <li>• Se reposer</li> </ul>	<i>« Ben moi, à l'époque ça m'arrangeait parce que... Nous, dans le hangar deux, on faisait l'horaire 6h-14h, donc qui me convenait mieux parce que j'adore travailler le matin. Et au moins, en plus de ça... Comme là on était... Le premier confinement en mars et les beaux jours commençaient à arriver, au moins on a vécu tout l'été à la fraîche le matin et après on était tranquilles l'après-midi. Moi, à 14h, 14h30, je rentrais ici. Je me mettais ici sur la terrasse en train de bronzer, je dormais là toute l'aprèm. Donc c'était le fuego pour moi quoi. En plus à l'époque, j'avais pas encore les cours donc... Enfin vraiment, je rentrais, je chillais quoi à mort. A mort. »</i>
Vie urbaine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trafic routier diminué</li> <li>• Ville sécurisée et agréable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Moins de bouchons</li> <li>• Présence policière renforcée</li> <li>• Diminution de la présence des dealers</li> <li>• Image plus positive de la ville</li> <li>• Plus agréable de se promener</li> <li>• Diminution criminalité</li> </ul>	<p><i>« Bah, bénéfiques c'est que... Il y avait moins de monde sur la route donc... Si t'étais à un feu, pas de bouchon. »</i></p> <p><i>« Ouais parce que la police tournait beaucoup, donc les dealers tournaient beaucoup moins et... Et en soit, c'était pas plus mal quoi. Moi je trouvais ça un peu... Enfin, pas plus mal. Je trouvais que ça avait rendu un petit peu un côté charmant à (nom de la ville) quoi. [...] Je trouvais que (nom de la ville)</i></p>

			<i>redorait son blason. [...] Donc le fait d'avoir une présence policière massive, ça a permis un peu de nettoyer ces rues... Et pas de redonner de la sécurité, c'est juste récupérer la sécurité qui était là à la base tu vois. »</i>
--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Mesures sanitaires	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inutilité de la distanciation et du masque</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Circulation libre du virus dans l'air</li> <li>• Coupure du lien social et physique</li> <li>• Discours contradictoires</li> </ul>	<p><i>« Moi je trouve que... On a coupé ce lien social où les gens ils avaient encore un toucher, en mettant de la distance entre les gens qui est ridicule parce que... Que j'éternue ici ou à un mètre cinquante ou là-bas à quatre mètres, si j'ai éternué, c'est dans l'air et c'est tout quoi. »</i></p> <p><i>« Le masque : inutile. Parce qu'encore une fois, on a vu différents types de masques, on nous a dit tout et n'importe quoi sur le masque... »</i></p>
Complot économique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profit économique du masque et du pass sanitaire</li> <li>• Augmentation des inégalités</li> </ul>		<p><i>« Enfin, c'est là que tu comprends que le masque, c'est juste une affaire économique, encore une fois, et qu'on devient très butés d'un... D'un virus, à cause d'un truc économique. Comme là aujourd'hui, le pass sanitaire c'est... Pour moi, c'est un complot économique encore une fois. »</i></p> <p><i>« Ça fait gagner de l'argent à des gens très très riches qui étaient déjà très très riches à la base et ça crée encore des fossés économiques entre les riches et les pauvres. »</i></p>

Dramatisation des médias	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comparaison à d'autres maladies</li> </ul>		<i>« Non, non du tout, on a beaucoup... Empirisé le Covid au final. Je dis pas que ça n'a tué personne mais il y a d'autres maladies aussi graves actuellement sur Terre qui font d'autant plus de morts et qu'on médiatise pas quoi. »</i>
--------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Analyse thématique de l'entretien n°7 : Nathan

### • Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Lieux de vie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Confinement chez sa sœur</li> <li>• Retour au domicile familial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arrêt de la formation</li> <li>• Sans revenu</li> <li>• Pouvoir poursuivre la consommation</li> <li>• Ne pas devoir l'annoncer à ses parents</li> <li>• Dispute avec sa sœur</li> <li>• Annonce de sa consommation à ses parents</li> <li>• Acceptation des parents</li> </ul>	<p>« Parce que du coup ouais ça, je suis parti de (nom de la ville) vu que j'avais pas de revenu, j'avais rien, je suis reparti chez ma sœur. »</p> <p>« D'ailleurs, je suis reparti chez ma sœur pour pouvoir fumer tranquillement en soi, sans avoir besoin d'expliquer à mes parents parce qu'ils ne le savaient pas encore à ce moment-là. »</p> <p>« Ben du coup gros clash avec ma sœur, je suis arrivé devant mes parents et je leur ait dit : « Ben voilà, je veux revivre ici, mais je fume tous les jours. ». Et... Voilà. [...] Ça a été, ouais ouais. Ils étaient un petit peu : « Bon ben voilà, qu'est-ce que tu veux qu'on dise, t'as l'âge que t'as. ». C'est tout quoi. Ils m'ont laissé assez libre à ce niveau-là ouais. »</p>
Ressenti général par rapport à la crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peu d'impact</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Instabilité personnelle déjà présente</li> <li>• Ne pas savoir vers où aller</li> <li>• Poids ajouté aux difficultés préexistantes</li> </ul>	<p>« Bah... Je t'avoue que concrètement, je pense que ça a pas changé grand-chose. [...] Elle m'a pas beaucoup impacté. Heu... Parce que je pense que moi aussi j'étais dans une... Dans un moment où ben... J'étais pas stable du tout. Du coup... En fait, ben ouais... Faire tomber une tour qui tombe déjà, ça change pas grand-chose quoi, tu vois ? [...] Ben je vivais chez ma sœur, j'avais plus vraiment d'idée où je voulais aller, et c'est sûr que ce truc-là en</p>

			<i>plus... Ça te donne pas vraiment un boost pour partir plus vite quoi. »</i>
Vécu acceptable du 2 <sup>ème</sup> confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impression de ne pas avoir vécu le deuxième confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nouveau travail</li> <li>• Remonter la pente</li> </ul>	<i>« Un peu par le premier confinement, mais en tout cas le deuxième je l'ai même pas eu comme je t'ai dit puisque je travaillais tous jours, puis c'est le moment où... Enfin, j'ai bossé pendant 20 ans, 20 mois pardon, dans la même boîte avec un très bon ami. Et tout ça a commencé à ce moment-là du coup ben... C'était plus une remontée qu'une descente quoi pendant le Covid. »</i>
Formation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arrêt précipité formation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absence d'événement</li> <li>• Ne pas trouver de stage</li> <li>• Questionnement sur le métier</li> <li>• Prise de décision accélérée</li> </ul>	<i>« A part le fait quand même que... Ça m'a poussé à arrêter ma première formation, vu que ouais... J'étais dans l'événementiel et que ben je trouvais pas de stage, c'était ouais... Déjà un peu me poser des questions sur le boulot et... Ben vu qu'impossibilité de trouver un stage car plus d'événement, ma deuxième année était ratée, du coup ben j'ai décidé d'arrêter quoi. Ça, ça c'est vrai que ça a été un impact important du Covid. Mais est-ce qu'au final ça n'a pas juste accéléré la décision que voilà ? Je crois que ça a juste accéléré la décision, mais que ça l'a pas... Ça l'a pas changée quoi. »</i>

• *Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Variation de l'usage de cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas de changement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Légères fluctuations</li> </ul>	<i>« Et ouais, enfin en soi au niveau de ma consommation de cannabis, elle a pas changé. [...] Ça fait depuis deux ans ouais que... Qu'elle a pas</i>

			<i>changé. [...] Ouais. Elle fluctue bien sûr un petit peu mais... »</i>
Variation de l'usage d'alcool	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminution</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Moins sortir</li> <li>• Moins d'événements</li> <li>• Conséquence du contexte</li> <li>• Pas intentionnel</li> </ul>	<i>« Il y en avait moins au final pendant le Covid parce que ben je sortais moins, il y avait moins de... Moins d'événements, moins de trucs mais... Mais en soi, c'est juste parce qu'il y avait moins de fêtes que je buvais moins quoi, c'est pas vraiment moi qui l'ai décidé, c'est juste la situation qui a fait que. »</i>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficultés pour se fournir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne pas avoir de contact dans le milieu de la vente</li> <li>• Jours sans cannabis</li> </ul>	<i>« Parce que par exemple je vois des potes à moi qui sont pas là-dedans, eux ils ont eu de grosses difficultés pour trouver et... Et je pense que ça a dû ouais... Enfin, il y a des jours où à mon avis ils avaient pas. »</i>

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Vécu négatif du 1 <sup>er</sup> confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivre avec sa sœur et son compagnon</li> <li>• Tensions avec sa sœur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manque d'espace</li> <li>• Stress induit par l'absence du produit</li> </ul>	<p><i>« Ça s'est mal passé avec ma sœur. [...] Ça s'est mal passé parce que ben... Elle était en couple avec un mec et c'est un appartement pas très grand, je dormais dans le salon... Enfin, voilà... Ça s'est mal passé, mais plus parce que juste... A cause du confinement et qu'on était les uns sur les autres et que ben... [...] Ça a fait que ça a pété. »</i></p> <p><i>« J'ai eu des difficultés, il y a eu des tensions justement avec ma sœur aussi à cause de ça. Parce que elle, c'est pareil, si elle n'a pas une journée, ça va pas quoi. »</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se fournir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plusieurs jours pour trouver</li> </ul>	<i>« Je l'ai quand même bien senti, entre guillemets même moi qui ait un grand réseau, j'ai eu des difficultés, alors que d'habitude... J'appelle, dans la soirée j'en ai, et je dois refuser à deux dealers limite quoi. Alors que là ouais, de temps en temps... Je mettais trois jours à trouver, chose qui ne m'arrivait jamais. »</i>
--	----------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Disponibilité du produit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aucun jour sans cannabis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entourage de consommateurs</li> </ul>	<i>« C'était difficile de se fournir quoi et... Mais moi j'ai jamais... J'ai jamais eu un jour où j'en n'ai pas eu. [...] C'est vrai que moi je suis quand même jamais confronté à cette difficulté-là quoi. Parce que j'ai entre guillemets la chance de connaître beaucoup de monde et d'être dans un milieu où... Ben malheureusement en vrai, il y a beaucoup de drogues quoi, du coup... »</i>

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne pas prendre les choses pour acquises</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promesses rompues suite au Covid</li> </ul>	<i>« Ben qu'il faut... Jamais... Prendre les choses pour acquises. Ça ouais, ça peut-être ouais. Parce que... Ben par exemple, il y a eu des... Des promesses de stage qui suite au Covid ne sont pas arrivées... Et... Enfin ouais, c'est plus ça. Des opportunités qui ont... Ben ouais, on m'avait dit : « Ouais pas de problème, pas de problème. ». Mais en fait suite au</i>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne pas compter sur les autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficultés supplémentaires pour tous suite au Covid</li> <li>• Champ des possibles restreint</li> <li>• Solidarité diminuée</li> </ul>	<p><i>Covid, elles n'ont pas pu avoir lieu et... Ne pas vendre la peau de l'ours avant de l'avoir tué. »</i></p> <p><i>« Allez, ça a justement augmenté cet effet-là, mais il existait de toute façon quoi. [...] De... De pas compter... De pas trop compter sur les autres. [...] Ouais, ça le Covid a un petit peu changé, j'ai l'impression. Enfin, ça a exacerbé quoi, ça a ouais... »</i></p> <p><i>E : « Et qu'est-ce qui fait que ça l'a exacerbé tu penses ? Sur cet aspect-là ? »</i></p> <p><i>« Des plus grandes difficultés pour tout le monde en fait. Tout le monde avait moins de marge de manœuvre, du coup ben si... Allez, si t'as pas la possibilité de faire ça pour la personne, mais que toi au final t'as pas de réel bénéfice, ben c'est plus facile de le faire quand t'as une plus grande marge de manœuvre tu vois ? Que le Covid ben... A réduit les choses donc du coup... On a moins le luxe de pouvoir faire ça pour la personne ou... Voilà. Que ce soit ouais, au niveau de l'emploi ou... Ou des services rendus, voilà quoi. »</i></p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## Analyse thématique de l'entretien n°8 : Mathieu

### • Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Lieux de vie	• Retour au domicile familial	• Fermeture de l'internat	« Par exemple moi pendant le Covid, la première vague, au début j'étais d'abord à l'internat donc à (nom de l'école supérieure). Après, pendant la période où il y a eu le confinement, la (nom de l'école supérieure) a fermé donc je suis allé chez moi, chez mes parents. »
Formation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Changement dans les modalités de cours</li> <li>• Stages en hôpital/maison de repos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cours à distance</li> <li>• Cours pratiques transformés/reportés</li> <li>• Section Covid</li> <li>• Rythme soutenu</li> <li>• Bon vécu</li> <li>• Enrichissement sur le plan humain</li> </ul>	<p>« Oui, à distance. A distance, j'avais certains cours c'était des pratiques. Donc là ben du coup... A la première vague hein surtout. Ils ont été annulés, et ils ont été soit transformés en cours théoriques à distance ou alors ils ont été reportés en août, comme ça on a quand même su les avoir. »</p> <p>« Alors octobre 2020, deuxième confinement, c'est facile j'étais... On avait le Covid à (nom de l'endroit) à l'hôpital. J'ai travaillé en Covid. [...] Donc j'avais 25 patients à faire sur ma journée. Je devais être là-bas à 7h du mat', je rentrais, il était 18h. C'était... C'était intense, j'ai pas vraiment mal vécu, moi je trouve que c'est super enrichissant d'un point de vue humain. Mais... Le rythme... »</p>
Ressenti général par rapport à la crise	• Bon vécu de la période Covid	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Moral au beau fixe</li> <li>• Peu d'affection du Covid</li> <li>• Pas de décès</li> <li>• Diminution vie sociale tolérée</li> </ul>	« Non, franchement j'ai assez bien vécu le Covid, même très très bien. [...] Mon moral était super bien. Personnellement, ça m'a pas trop affecté, j'ai... Ben j'ai pas eu de décès dans ma famille ni rien. J'ai pas vu mes potes mais... Après, d'un côté,

			<i>je les... Je suis pas le genre de pote qui voyage souvent. »</i>
Port du masque	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Levée de l'obligation du port du masque</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensation bizarre</li> <li>• Découvrir les personnes</li> <li>• Impression de se cacher</li> <li>• Avoir du mal à l'enlever</li> <li>• Perception des autres impactée</li> </ul>	<p><i>« Le seul truc que je trouve maintenant vraiment bizarre, c'est que je ne suis plus habitué à voir des personnes sans masque. Donc en fait, quand je vois une personne sans masque, j'ai l'impression de la découvrir un petit peu. »</i></p> <p><i>« Et j'ai l'impression aussi que, de l'inverse, maintenant que j'ai un masque, je me cache derrière mon masque et que j'ai peut-être plus de mal à l'enlever maintenant. »</i></p> <p><i>« Et un truc que je trouve hyper choquant, c'est que... [...] Je trouvais qu'il y avait de plus en plus de personnes qui étaient jolies suite au masque, que maintenant quand on l'enlève, je trouve que tout le monde est moche. [...] Ouais d'office, si j'ai connu une personne avec son masque, quand elle l'enlève, elle sera jamais aussi belle que ce que je m'imaginais moi. Donc je trouve que ça pourrait avoir un impact aussi sur... La perception qu'on peut avoir des autres personnes. »</i></p>

• *Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Variation de l'usage de cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CBD comme consommation principale lors du premier confinement et du déconfinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Période d'examens</li> </ul>	<i>« Et là du coup, confinement heu... [...] J'ai quand même, j'ai blindé étudié, j'ai fumé surtout du CBD tous les jours avec... [...] C'est première vague jusque juin, on va dire même... Tac, jusqu'août :</i>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation du THC pendant la crise</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impression de vacances</li> </ul>	<p>« Alcool + weed + CBD tous les jours ». [...] CBD, je vais mettre aussi « de temps en temps THC ». [...] Je fumais beaucoup de CBD pour mes examens essentiellement, quand j'étais en période de blocus je fumais du CBD. Puis c'était souvent, très souvent du CBD et de temps en temps du THC. »</p> <p>« J'ai fumé un peu plus de THC pendant la... Suite à la pandémie. Parce que comme je te disais, j'étais en vacances en fait. [...] Mais après, pendant le Covid, il y a eu plus de THC qu'avant quoi. »</p>
Variation de l'usage d'alcool	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation importante au premier confinement</li> <li>• Diminution après le premier confinement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consommation quotidienne</li> <li>• Apéros au matin et en soirée</li> <li>• Impression de vacances</li> <li>• Rythme classique</li> </ul>	<p>« Alcool tous les jours pendant cette période-là. [...] Ben tous les soirs j'dirais. Avec mon père, avec ma maman. Parce qu'une fois qu'il faisait super beau, on a commencé à faire un potager, on a... On prenait tous les jours l'apéro ensemble. [...] Niveau alcool, j'ai vraiment eu une grosse augmentation de l'alcool. Hmm, hmm, oui. Une grosse augmentation de l'alcool. Heu... Parce que j'étais en vacances en fait. Parce que j'étais en vacances pendant trois mois. J'étudiais mais... Enfin voilà, j'étudiais une heure ou deux. J'étais vraiment en vacances, je faisais ma petite popote. Là, je pouvais me boire le matin, enfin même me lever le matin, et avec mon père boire une petite Leffe... (rires) Ça fait bizarre, enfin je dis « me lever », je me lève, je fais ma popote puis à 11h on boit une Leffe quoi. »</p> <p>« Après cette première vague, ça a été un peu diminué et j'ai su me caler un rythme plus ou moins normal. »</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maintien d'une consommation quotidienne</li> </ul>		<p>« Même si après ça, je pense que j'ai quand même maintenu un... Une consommation d'alcool assez régulière. C'est vrai que... A partir de ce moment-là, c'est vrai que j'ai peut-être bu de... Pfff, en fait non je dis ça mais, avant je buvais déjà tous les jours, donc... J'ai vraiment maintenu mon cap quoi, de boire tous les jours. »</p>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation de la consommation</li> <li>• Augmentation particulière pour l'alcool</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress de la perte d'emploi</li> <li>• Peur de se retrouver en famille</li> <li>• Evasion par le travail impossible</li> <li>• Manque d'occupation</li> <li>• Pénuries</li> </ul>	<p>« J'aurais tendance à dire qu'ils ont eu une augmentation de leur consommation. S'ils avaient déjà plus de travail, c'est possible que ce soit lié au stress... A la peur de ne plus avoir d'emploi, à la peur de se retrouver seul chez soi avec toute sa famille parce qu'au final beaucoup de personnes s'évadent par le travail. Ou alors tout simplement parce qu'ils n'avaient rien à faire donc du coup ils ont fait que fumer ou boire toute la journée. »</p> <p>« Même au niveau, ben surtout au niveau alcool et tout... J'me souviens que pendant la première vague, il y avait des pénuries de bières ou de certains vins. »</p>

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Remise en question	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Questionnement sur une éventuelle dépendance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation de l'usage d'alcool</li> <li>• Mal-être physique</li> </ul>	<p>« Ben du coup, depuis la crise sanitaire, donc on va dire depuis 2020, ce qui s'est passé c'est que... Il y a une période il y a quelques mois, enfin je dirais 6-7 mois, je trouvais que je commençais quand même à boire pas mal et que... Je me demandais même si là je devenais pas dépendant tu vois de l'alcool. [...]</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se tester</li> <li>• Cure</li> <li>• Meilleure gestion de la consommation d'alcool</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impression de tomber dans la dépendance</li> <li>• Avec son père</li> <li>• Diminution suite à la cure</li> <li>• Mieux-être</li> </ul>	<p><i>J'ai vraiment remarqué que là en fait, j'étais vraiment pas bien. Même d'un point de vue physique, plus de mal de ventre... »</i></p> <p><i>« Donc du coup, j'ai fait des petits tests, et je me suis dit : « Ouais, j'ai l'impression que je commence à être dépendant. »</i></p> <p><i>« Donc là j'ai commencé à faire ma cure. J'ai fait une cure d'un mois et demi avec mon père. Ça s'est super bien passé, et là quand j'ai eu fini ma cure, là j'étais... Un homme nouveau. Enfin, un homme nouveau, au fond de moi, je me sentais mieux quoi. Donc du coup maintenant j'ai vraiment... Depuis que j'ai fait cette cure-là, j'ai vraiment diminué mon... Ma consommation d'alcool. »</i></p> <p><i>« Donc je pourrais dire depuis 2020 en vrai, ce que j'ai pu avoir, ce que j'ai pu remarquer, c'est que... Je tombais peut-être... Je commençais peut-être à devenir addict à l'alcool et que j'ai su m'en sortir. J'arrive à gérer. »</i></p>
Mesures de distanciation sociale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rupture des contacts avec sa grand-mère</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Isolée</li> <li>• Peur d'être responsable de son décès</li> <li>• Impression de l'exclure</li> <li>• Impact négatif sur son bien-être</li> </ul>	<p><i>« Je pouvais moins voir ma grand-mère, ça c'était un peu plus chiant évidemment, enfin... Vu que j'suis fort attaché à elle. [...] Ben je savais qu'elle était seule, c'est surtout ça hein. Tu sais qu'elle est seule, tu peux pas y aller et si t'y vas ben... Faut maintenir les distances parce que... T'as pas envie de te sentir coupable de sa mort si jamais... Au final, en faisant ça, t'as juste l'impression de l'avoir exclue quoi. [...] C'est triste, je pense que... Parce qu'au final,</i></p>

			<i>tout le monde lui a imposé de pas, de pas... Enfin, pas d'accolade, ne plus venir la voir pour son bien. Et j'suis sûr qu'au final, tout ce qu'on a fait c'est... C'est que du mal quoi. Donc voilà, c'est peut-être plus ça l'aspect négatif. »</i>
--	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

<b>Rubriques</b>	<b>Thèmes</b>	<b>Sous-thèmes</b>	<b>Verbatim</b>
Vécu positif du premier confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temps supplémentaire</li> <li>• Retisser de meilleurs liens avec ses parents</li> <li>• Rester seul</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opportunité pour apprendre de nouvelles choses</li> <li>• Profiter des acquis</li> <li>• Mettre en place des apprentissages préexistants</li> <li>• Se recentrer sur soi-même</li> <li>• Faire la part des choses</li> <li>• Apprendre à mieux se connaître</li> <li>• Besoin de respirer</li> <li>• Ne voir personne</li> </ul>	<p>« Mais au final, non, je me suis dit : « Bon, ben c'est fini. ». Enfin : « C'est le moment pour apprendre de nouvelles choses et s'enrichir de ce qu'on a. ». »</p> <p>« Il m'a juste offert le temps pour... Pour mettre en place ce que j'avais mis en place depuis quelques mois. »</p> <p>« Du temps pour moi, j'ai vraiment pu me ressourcer sur moi-même, faire la part des choses et apprendre à mieux me connaître aussi. Tu vois, j'étais assez éparpillé comme personne donc... »</p> <p>« Et là, le fait d'être confiné chez moi avec mes parents, ben je me suis retrouvé avec mes parents et là on a vraiment retissé de meilleurs liens. »</p> <p>« Et moi ça m'a fait un bien fou quoi, je suis resté trois semaines tout seul chez moi... Enfin, j'ai vu personne personne personne, j'voulais pas de toute façon. [...] Oui, j'avais vraiment besoin de respirer. »</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'éloigner des étudiants de l'internat</li> <li>• Examens à distance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difficulté à supporter les avis univoques</li> <li>• Manque de nuance dans les opinions</li> <li>• Avoir son propre rythme</li> <li>• Absence de distraction</li> <li>• Triche possible</li> <li>• Augmentation de la moyenne</li> </ul>	<p>« J'en avais un peu ras-le-bol de tout le monde. [...] Parce que le confinement, j'étais seul en fait. Enfin... En vivant à (nom de l'internat), tous les jours on côtoie des dizaines de personnes, avec toutes des manières de penser différentes et... Certaines affirment... En vrai, ce que je n'aime pas, c'est affirmer une idée. Tu peux dire ton point de vue, mais pas dire que le point de vue des autres est mauvais. Et il y avait des personnes comme ça, et ça avait tendance à me saouler. »</p> <p>« Après, je suis arrivé en période de Covid où j'étais seul où là j'ai imposé mon rythme sans être distrait. »</p> <p>« Le deuxième point très important, c'est que ça m'a permis de... Enfin, ça nous a permis de faire des examens à distance. Donc du coup, j'ai torché mes examens, je les avais quand même torchés mais bon voilà, là, grâce à ça on a pu tricher un peu plus pour augmenter notre moyenne. »</p>
Remise en question	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opportunité de la cure</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prise de conscience par rapport à l'usage d'alcool</li> </ul>	<p>« C'était plus après le confinement, le truc de positif, c'est que je me suis rendu compte que je buvais quand même pas de trop, enfin que je buvais trop et donc du coup ben... C'est grâce à ça que j'ai pu me permettre... Enfin, que j'ai pu faire ma cure et me... Me calmer. »</p>

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Meilleure connaissance du gouvernement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perception négative</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Injustice</li> <li>• Gouvernement égoïste</li> <li>• Salaires des ministres inchangés</li> <li>• Souffrance des restaurateurs et indépendants</li> </ul>	<p>« Ben qu'on est gouvernés par des cons. (rires) Ça on l'a bien appris. [...] Parce qu'au final, enfin c'est vraiment une mascarade. [...] On va dire que j'ai souvent pu remarquer... J'ai appris beaucoup du gouvernement on va dire. Et qu'au final, c'est vraiment un peu égoïste parce qu'ils ont foutu tellement de personnes dans la merde suite au Covid, genre les restaurateurs, les indépendants et tout. Ben c'est pas pour autant que le salaire des ministres et tout il diminue. Du moins, même s'il diminuait, il était pas du tout en cons... Enfin, c'était pas du tout proportionnel à ce que le peuple subissait quoi. [...] Donc du coup voilà, j'ai appris d'eux, comme quoi... C'était des égoïstes. »</p>
Formation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trouver des astuces pour réussir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arrêter momentanément le cannabis</li> </ul>	<p>« Ça m'a appris à être moins fermé peut-être, à être plus ouvert et essayer de trouver des subterfuges pour mieux... Pour mieux réussir. Parce qu'au final, je crois que ma solution... Enfin, au début, je fumais, j'étudiais, je fais : « Oh bah, ça va coller. ». Quedalle. Moi je fume... Enfin, si je fume, déjà je suis pas actif. (rires) Alors si je fume, je suis une vraie plante quoi. »</p>



## Analyse thématique de l'entretien n°9 : Jade

### • Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Ressenti général par rapport à la crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Effet fédérateur du Covid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rapprochement</li> <li>• Prise de conscience de la fragilité de la vie</li> <li>• Possibilité de perdre brutalement ses proches</li> <li>• Se soucier de ses proches</li> </ul>	<p>« Ben du coup, comme ça a frappé beaucoup de personnes, il y a eu des gens qui sont décédés etc., ça a rapproché tout monde je trouve. Genre c'est là que tu te rendais compte que ben en fait, c'est vraiment du jour au lendemain que tu peux te dire : « Oh, tout va bien. Ah ben putain, il y a une pandémie." et... Et que ta famille est en danger, tes proches sont en danger donc... [...] Tu te dis que tu sais pas quand est-ce que tu peux perdre tes proches heu... Tes potes etc., ben tu... Tu veux prendre de leurs nouvelles, tu vas être proche d'eux, tu vas être avec eux etc. »</p>

### • Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Variation de l'usage de cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arrêt suite aux confinements</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Confinement avec ex-copain</li> <li>• Pas de consommation en couple</li> <li>• Plaisir diminué</li> <li>• Sentiment de paranoïa</li> <li>• Désintérêt progressif</li> <li>• Consommation nocive</li> </ul>	<p>« Franchement, quasi... Enfin ouais non, pendant le confinement, genre rien en fait. Confinement vraiment... A tous les confinements genre « 0 ». Parce que du coup j'étais avec mon ex à (nom de la ville), on n'était pas du genre à trop trop fumer et... »</p> <p>« Mais du coup j'aimais moins. Mais je vais quand même mettre, genre aussi ça me rendait parano. Genre j'aimais pas, parce que ça me rendait trop tarée. [...] Mais là ça commençait vraiment à plus</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas d'envie</li> <li>• Crainte d'être inactive</li> </ul>	<p><i>me plaire du tout parce que vraiment je me rendais compte que... Ça, ça... Enfin, ça me faisait pas du bien de fumer, je voyais pas l'intérêt, c'est... C'était nocif plus qu'autre chose. »</i></p> <p><i>« J'avais pas du tout envie de fumer... Parce qu'en fait, on faisait tellement rien, que vraiment j'avais pas envie d'être encore plus un légume... Parce que moi, ça me faisait ça. »</i></p>
Variation de l'usage d'alcool	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation lors des confinements</li> <li>• Diminution suite aux confinements</li> <li>• Reprise de la consommation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deux à trois verres de vin par jour</li> <li>• Pas de plaisir</li> <li>• Dégoût temporaire</li> <li>• Retour à la vie normale</li> <li>• Soirées étudiantes</li> </ul>	<p><i>« Heu, alcool, par contre pendant le confinement, parce que j'étais chez mon ex pendant le confinement. J'ai bu blindé. Parce que « français ++ ». Du coup, ici, il y a eu beaucoup d'alcool. [...] Ils buvaient tout le temps du vin, c'était... Vraiment genre deux bouteilles de vin par jour eux. Et donc... Par politesse entre guillemets, débile, j'acceptais et donc du coup je buvais style deux, trois verres avec eux par jour. [...] Sauf que du coup, je prenais avec eux le midi, ça me cassait, il faisait chaud et tout, j'étais là genre : « Pff, c'est chiant. »</i></p> <p><i>« Et alcool, ben ça m'a dégoûtée parce que du coup j'étais avec la famille de mon ex, et vraiment... Français, vin sur vin, et du coup j'en pouvais plus. Et du coup, ça m'a dégoûtée de l'alcool et donc... Ça l'a diminuée. [...] Même si c'est passé. (rires) [...] Oui, ça m'a dégoûtée sur le moment. »</i></p> <p><i>« Et puis après bon ben... Dès que la vie elle est revenue à la normale, j'étais en mode : « Whouhou, étudiante, soirées. », tout ça. »</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nouvelle augmentation de la consommation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rupture amoureuse</li> <li>• Réelle découverte de la vie étudiante</li> <li>• Commencer à sortir</li> <li>• Profiter</li> <li>• Dernière année d'études</li> </ul>	<p>« Puis après, le vrai déclic, je pense que ça a été genre la rupture avec mon ex. [...] Et donc après la rupture, pareil l'alcool bah... Oui, clairement beaucoup. [...] Mais c'était vraiment juste en mode : « Soirées » quoi, « Vie étudiante »... C'était pas du tout : « Je me noie dans l'alcool. », ça pas du tout. [...] C'est parce qu'en fait, comme j'étais avec mon ex, j'étais trop... Enfin, c'était une relation toxique, j'étais focus sur lui à fond, sur nous... Et vraiment j'étais là en mode... Quand j'étais à (nom de la ville), j'étais vraiment genre en train de compter les jours pour revenir à (nom de la ville) pour le voir etc. Et donc du coup, c'est l'été où je l'ai quitté, et c'est vraiment... Bah, j'ai commencé à kiffer en août ma vie étudiante et à être en mode : « Oh putain, c'est ça la vie étudiante, trop bien ! ». [...] Et donc je continuais ma vie, et puis en fait quand je l'ai quitté, j'étais en mode full vie étudiante... Mes potes, peut-être aussi la dernière année de Master. [...] Tu vois la vie étudiante quand même là c'est en train de se rapprocher la fin, pas envie. (rires) Donc je pense que c'est plus ça. »</p>
Test de nouvelles substances	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prise de conscience suite aux confinements</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• N'avoir qu'une vie</li> <li>• Eviter de trop réfléchir</li> <li>• Agir selon ses envies</li> </ul>	<p>« Et le truc aussi, je pense peut-être aussi que le confinement m'a fait un peu me dire aussi : « One life. Genre meuf, t'as qu'une vie, te prends pas la tête, il y a vraiment des trucs tu peux pas les prévoir, enfin arrête de te... Arrête de trop overthink ou j'sais pas quoi, tu t'en bats les couilles genre... Tant que tu as envie de tenter, tente. Et au pire, c'est la merde, mais c'est pas grave. Genre si tu veux tester la C,</p>

			<i>tente, si tu veux tester la D, tente, LSD, tente... Enfin, on s'en fout. ». »</i>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aggravation possible des consommations</li> <li>• Peu d'impact sur les consommateurs sociaux</li> <li>• Initiation possible d'une consommation individuelle</li> <li>• Augmentation pour les consommateurs réguliers</li> <li>• Diminution de la cocaïne possible pour les consommateurs de l'Horeca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fumer toute la journée</li> <li>• Ne rien faire</li> <li>• Rythme ralenti</li> </ul>	<p><i>« Ben moi j'aurais tendance à dire que ça a peut-être empiré ? Alors vraiment c'est une supposition hein, j'en sais rien. »</i></p> <p><i>« Je pense que les gens comme moi qui n'achetaient pas, ne fumaient pas seuls, tout ça, je pense que bah... Voilà. »</i></p> <p><i>« Mais quoique, je pense qu'il doit y avoir un petit pourcentage quand même qui s'est dit : « Bah allez, why not, je fume un joint seul. » ou quoi, mais j'sais pas. »</i></p> <p><i>« Mais après les grands consommateurs, genre j'ai des amis qui fument beaucoup plus... Bah eux, pour moi ça a été genre vraiment... Creuser leur tombe où genre là c'était genre... Onze joints par jour... Genre dès le matin, fumer comme ça devant une série, rien faire de toute la journée... Et ça a blindé augmenté leur conso et... Voilà. »</i></p> <p><i>« Après par contre, je me demande par contre pour les gens de l'Horeca qui prenaient de la C genre blindé et tout, j'sais pas. J'me dis que du coup comme c'était hyper ralenti ben... Est-ce qu'ils n'ont pas diminué ? »</i></p>

	• Diminution MDMA	• Absence de contextes festifs	« Mais après, MD etc., c'est souvent dans des soirées, festivals, ben il n'y avait plus donc je me dis que ça a dû diminuer. »
--	-------------------	--------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Vie professionnelle	• Perte du job étudiant	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne plus être active</li> <li>• Ne plus gagner son propre argent</li> </ul>	« Heu ben ça c'était plus du coup la perte de mon taf pendant le confinement... [...] Relou parce que du coup j'avais... J'étais pas du tout assez active, pour moi ça me manquait blindé de travailler, d'avoir mes propres sous. »
Lieux de vie	• Retour au domicile familial	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manque de l'indépendance</li> <li>• Gestion différente du quotidien</li> <li>• Présence des frères et sœurs</li> <li>• Besoin d'être seule</li> </ul>	<p>« Je trouve que quand t'as connu l'indépendance, au moment où tu es tout seul, tu te... Tu as ta vie, tes habitudes, et là que le... « Oublie pas de débarrasser la table. », c'est un truc je peux pas entendre. Genre oui c'est bon, je le sais, enfin c'est débile mais... »</p> <p>« Ou même, juste t'as envie d'être tout seul ben tu vas avoir ton frère ou ta sœur qui va venir te faire chier. Et je comprends, je les aime de tout mon cœur, il n'y a pas de problème mais... Il y a juste des moments où t'as envie d'être tout seul dans le silence et t'as genre ton frère qui joue au piano, ta sœur qui est en train de chanter, t'as envie de les, de les... De les tarter tu vois. (rires) »</p>

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Vécu positif de la crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profiter de sa famille</li> <li>• Passer plus de temps avec son ex-copain</li> <li>• Profiter de la campagne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rentrer en France</li> <li>• Revoir son grand-père</li> <li>• Bien-être</li> <li>• Respirer</li> <li>• Avoir de l'espace</li> </ul>	<p>« Ben positivement, parce que du coup j'ai pu... Voir ma famille, rentrer en France... Heu... Ouais franchement, je l'ai pas mal vécu. »</p> <p>« Surtout voir mon grand-père, parce que du coup ça j'avais pas trop eu l'occasion, enfin à aucun moment j'allais faire (nom de la ville des études)-(nom de la ville d'origine)-(nom de la ville du grand-père). A chaque fois pour un weekend, c'était pas possible, donc là j'ai vraiment bien pu profiter avec mon grand-père donc ça c'est le point le plus positif. »</p> <p>« Puis surtout, c'était vraiment pour mon ex que j'étais contente je pense parce que du coup ça me permettait de passer blindé de temps avec. Parce que mine de rien, relation à distance pendant 5 ans et demi, c'est chiant. »</p> <p>« Je suis allée voir mon papy en Bretagne, j'ai pu kiffer à la campagne et tout, ça m'a fait trop plaisir, ça m'a fait trop du bien. [...] De base, je suis de (nom de la ville d'origine) alors... C'est vraiment pas campagne du tout, genre les klaxons, les fumées, enfin les trucs comme ça, les voitures et tout, j'en... Pff, ma claque. Puis à (nom de la ville des études) c'est pas forcément mieux. Donc là de respirer vraiment, d'avoir de l'espace, de pas être enfermé dans un endroit clos... [...] Donc de profiter ouais</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Examens à distance</li> <li>• Prendre soin de soi/de sa santé mentale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A plusieurs</li> <li>• Vie sur pause</li> <li>• Aller bien à tout prix</li> <li>• Préoccupation importante de la population pour la santé mentale</li> <li>• Adoption soudaine d'un mode de vie sain</li> </ul>	<p><i>de la mer, de l'air pur, de balades à vélo, de juste ouais laisser respirer tes poumons du bon air... »</i></p> <p><i>« Pour les exams aussi, je trouve que ça a été chouette de... Beh c'était quand même plus pratique de faire un examen à cinq que toute seule. (rires) »</i></p> <p><i>« Et du coup, la vie sur pause, on a vraiment... Je trouve que chacun a pu un peu plus... Enfin, en tout cas dans mon entourage, mes amis et moi, se focus sur soi-même, sur sa famille et tout. [...] J'sais pas, du coup t'avais pas ce truc de : « Tu sors, tu penses à d'autres choses, t'es à mille à l'heure etc. ». Là t'es vraiment dans une pièce enfermée en confinement pendant un mois, ben t'as pas le choix que de te focus sur toi et de te concentrer sur comment tu vas prendre soin de toi, de ta santé mentale. [...] Et du coup, ouais en fait, t'avais pas le choix que d'aller bien je trouve. Enfin, de trouver un moyen pour que t'aïlles bien. Enfin je sais pas hein, c'était la vibe. »</i></p> <p><i>« C'était un mood où tout le monde était en mode : « Faut aller bien mentalement, du coup on va prendre soin de soi. ». [...] Genre je sais pas pourquoi tout le monde s'est réveillé en mars et dès que c'est parti en couille et que le monde a commencé à clamser, on s'est dit : « Putain ! Je vais faire du sport, je vais manger sain. J'vais... ». Moi j'étais en mode : « Mais what the fuck ? OK ! Mais ouais, c'est bizarre que vous avez ça. ». [...] Mais moi j'ai bien aimé. »</i></p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
« N'avoir qu'une vie »	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profiter de ses proches</li> <li>• Ne pas se prendre la tête</li> <li>• Savoir relativiser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Irruption soudaine de la crise</li> <li>• Caractère imprévisible de la vie</li> <li>• Moins de stress</li> <li>• Manière différente d'appréhender les choses</li> </ul>	<p>« <i>Vraiment, le plus gros apprentissage que j'en retire, hmm... C'est en mode : « On n'a qu'une vie. » quoi. [...] Ouais de... Déjà, de profiter de mes proches. Hmm forcément... »</i></p> <p>« <i>Et ouais, de pas me prendre la tête. En fait, ça a été tellement soudain je trouve que genre... Enfin, vraiment du jour au lendemain on n'aurait jamais pu prévoir ce qui allait se passer que... Ben j'arrête pas de me dire : « Si ça doit arriver, ça arrivera, te prends pas la tête. ».</i></p> <p>« <i>Mais du coup, positif parce que j'ai beaucoup moins de stress qu'avant aussi. Genre j'appréhende les choses pas du tout de la même façon, je les aborde pas du tout de la même façon et donc du coup ça me stresse beaucoup moins pour tout : les examens, vraiment les relations avec les gens, tout ça. Juste c'est... C'est vraiment en mode : « Laisse-toi wouuuuh ! Couler ! ». Je laisse le vent me porter et je vois où le vent me mène quoi. Je me prends plus la tête donc ça... C'est la crise sanitaire sur ça quoi. [...] A relativiser quoi. »</i></p>



## Analyse thématique de l'entretien n°10 : Dylan

### • Implications de la période Covid-19 dans le quotidien

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Vécu acceptable du Covid	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Période de temps libre imprévue</li> <li>• Confinement supportable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fermeture du restaurant</li> <li>• Caractère casanier</li> <li>• Être payé sans travailler</li> <li>• Rester à la maison</li> <li>• Temps libre</li> </ul>	<p>« Ouais, à la limite le seul gros point noir que j'ai eu pendant le Covid, ben c'est le travail. Heu... Le fait de devoir fermer six mois au magasin, du coup tu te retrouves six mois chez toi, t'avais pas prévu d'avoir autant de temps libre entre guillemets. » «</p> <p>« Maintenant, moi j'ai toujours été quelqu'un de casanier de base. Du coup le confinement, je l'ai pas ressenti comme un... Comme une punition un peu tu vois. [...] Moi vraiment le Covid, je l'ai pas ressenti comme une punition, à la limite... Ouais, j'ai pas vécu ma meilleure life tu vois mais... Ben tu travailles pas, t'es quand même payé par l'Etat et tu peux rester à la maison à faire tes trucs temps libre donc... »</p>
Gestion personnelle des mesures sanitaires	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Préservation des contacts avec les amis</li> </ul>		<p>« Et les seuls amis que j'ai, ils habitent tout près de chez moi et on a un peu triché effectivement pendant le confinement, on s'est vu et tout mais... »</p>

### • Implications de la période Covid-19 dans la consommation de substances

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Variation de l'usage de cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas de changement important</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Joint occasionnel pendant la journée</li> <li>• N'avoir rien à faire</li> </ul>	<p>« J'suis pas un gros sorteur, et même à la limite, c'est des potes qui viennent à la maison. Donc du coup moi ma consommation, elle n'a pas changé drastiquement pendant le... Pendant le Coronavirus tu vois. C'est peut-être arrivé des fois que... Ben là,</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Différer la consommation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stabilité dans les quantités achetées</li> <li>• Ne voir personne</li> <li>• Attendre un ami</li> <li>• Partager un moment</li> </ul>	<p><i>j'en fume un la journée, parce que du coup j'avais rien à foutre à la maison. Mais sinon, ça n'a pas augmenté... Exponentiellement genre parce que je suis à la maison j'ai rien à faire tu vois. »</i></p> <p><i>« Non, c'était toujours la même chose. Maintenant oui, comme je te dis, il y a peut-être des fois où j'en avais... Ben au bout de deux semaines, j'avais peut-être plus 12,5 mais... Le mois après, j'en avais de trop parce que j'avais moins fumé sur la semaine. Donc ouais non, ma consommation n'a jamais augmenté. »</i></p> <p><i>« Maintenant, peut-être ma façon de consommer était différente tu vois. Genre je préférais à la limite, vu que là t'es tout seul ou juste avec ta compagne, tu vois personne tu vois. Je préférais limite attendre qu'un pote vienne, moins fumer sur ma journée et alors fumer avec lui ce que j'aurais dû... A la limite tu vois. Mais pour partager un truc. »</i></p>
Perception de l'impact de la crise Covid-19 sur les jeunes adultes consommateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation rapide pour les fumeurs occasionnels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se retrouver seul</li> </ul>	<p><i>« Maintenant, je sais qu'il y a des gens qui... Dans mes connaissances, qui étaient fumeurs occasionnels, genre ils fumaient une fois le weekend ou une fois de temps en temps qu'en sorties. Dû au confinement et à se retrouver seuls sans famille, sans amis ou quoi, ils ont commencé à augmenter mais genre... Ils arrivaient à ma consommation à moi en même pas un an. »</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Covid comme excuse pour conserver une dynamique négative</li> </ul>		<p>« Et je pense que pendant la crise Covid, c'est ça aussi. Il y a des gens qui se sont dit : « Oui, mais j'suis chez moi tout seul. »... [...] Je pense qu'il y a beaucoup de jeunes qui se sont servis de ça pour se mettre en dépression, pour faire un peu les victimes tu vois aussi. »</p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Expériences négatives, défis et difficultés rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Avoir peur pour ses proches	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inquiétude importante pour ses parents</li> <li>• Peur de perdre son père</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eviter leurs sorties</li> <li>• Faire leurs courses</li> <li>• Eviter de leur rendre visite</li> <li>• Eviter de transmettre le virus</li> <li>• Temps à rattraper</li> </ul>	<p>« Maintenant, le seul truc moi que j'ai mal vécu pendant le confinement, c'est... Parce que comme j'ai deux parents qui sont âgés, ils ont plus de 60 ans tous les deux, j'avais plus peur pour eux tu vois. [...] Du coup ben c'est moi et ma compagne qui s'occupaient de leurs courses parce que je voulais vraiment qu'ils... Qu'ils sortent le moins possible. [...] La famille aussi du coup, parce que... Vu que moi je voyais quand même un peu mes potes et que je le disais pas forcément à mes parents, ben j'allais un peu moins voir mes parents pour éviter de leur transmettre. »</p> <p>« Moi mon papa et ma maman, ils se sont séparés quand j'avais genre un an et ils sont restés séparés jusqu'à mes 20 ans tu vois. [...] Et du coup... J'avais du temps à rattraper avec mon père tu vois. Et... Je me dis : « Putain, ça fait même pas 10 ans qu'on se revoit, s'il claque du Covid maintenant. » pff... Ça m'aurait foutu la haine de fou quoi tu vois. Le truc qui arrive de nulle part, qui change ta vie, qui prend</p>

			<i>ton père et s'en va quoi. Ça je t'avoue que j'aurais... C'est ça qui me faisait le plus flipper ouais. »</i>
L'hôpital en temps de crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peur qu'on sacrifie ses parents</li> <li>• Ne pas les prendre en charge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Choix tragiques des hôpitaux</li> <li>• Crainte d'une forme grave</li> <li>• Ages avancés</li> <li>• Fumeurs</li> <li>• Manque de matériel</li> <li>• Manque de personnel</li> </ul>	<p><i>« Ben du coup comme ils sont âgés tous les deux, je me dis que s'ils le chopaient et qu'ils faisaient une frome grave, qu'ils se retrouvaient à l'hôpital pendant la grosse... Pendant tu vois le gros pic, ben je savais bien que... S'il n'y avait pas assez de... De... De trucs respirateurs, ben... Mes parents, on allait les... Enfin tu vois, c'est une donnée qu'on pouvait sacrifier entre guillemets. Parce que, plus de 68 ans, c'est des fumeurs aussi, heu du coup... [...] C'est des fumeurs aussi, je me dis que si eux rentrent en soins intensifs, ils ressortaient pas tu vois. [...] Ils ont pas assez de respirateurs pour tout le monde et il faut faire des choix en fait. »</i></p> <p><i>« Et ça moi du coup, c'est un truc qui me faisait vraiment flipper, que mes parents arrivent à l'hôpital et que... C'est même pas qu'on... Qu'on les soigne pas en fait tu vois, parce qu'on n'a pas assez de lits, on n'a pas le personnel nécessaire et puis les burnouts partout tu vois. »</i></p>
Disponibilité du produit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se fournir</li> <li>• Acheter plus d'un coup</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fermeture des frontières</li> <li>• Augmentation des contrôles</li> <li>• Ne pas tomber à court</li> </ul>	<p><i>« Ben c'était un peu plus chiant pour trouver. (rires) Mais... Pour se fournir, parce que du coup... Ben vu que les frontières étaient fermées, nanani, qu'ils faisaient plus de contrôles à droite à gauche, ben c'était plus compliqué pour en trouver. »</i></p> <p><i>« Du coup, moi ce qui aurait pu changer à la limite dans ma consommation, c'est à la place d'acheter</i></p>

			<i>en quantité genre 12,5, ben j'achetais par 25 d'un coup pour être sûr que si... A la prochaine fois que je demandais ben... »</i>
Vécu négatif du confinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfermement</li> <li>• Mesures sanitaires</li> <li>• Manque des interactions sociales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Répétition du quotidien</li> <li>• Impression d'être en prison</li> <li>• Ne pas pouvoir aller au restaurant</li> <li>• Ne pas pouvoir faire les magasins à deux</li> <li>• Manque des collègues</li> </ul>	<p><i>« Ben je pense qu'au bout d'un moment quand même l'enfermement entre guillemets, heu... Parce que même si je suis casanier, faut quand même un peu sortir de chez soi de temps en temps tu vois. [...] Ben au bout de cinq, six mois ben c'est déjà de... D'être dans ton quotidien non-stop tu vois. C'est un peu comme si t'étais en prison, t'es chez toi mais t'es un peu en prison tu vois. »</i></p> <p><i>« Parce que tu peux pas aller au resto, tu peux pas aller faire les magasins, alors il faut aller au magasin, faire la file, y aller qu'avec une personne mais... Quand tu vas faire les courses ou... Ou tu vas faire les boutiques, moi j'aime bien avoir l'avis de ma... De ma femme tu vois, donc aller acheter des vêtements tout seul... Voilà, donc... Ouais, ça c'était un peu lourd. »</i></p> <p><i>« T'es tout seul en fait tu vois, ouais c'est ça parce que... Ben tu sais, les magasins étaient fermés... Enfin, tout en fait, donc on n'avait plus d'interaction sociale. Même au travail, du coup, tu sais t'as quand même tes collègues des fois tu vois, tu discutes un peu : « Ça a été le weekend ? » machin et tout... Là, t'as personne pendant six mois, ça faisait quand même long. »</i></p>

• *Expériences positives et bénéfiques rencontrés depuis le début de la crise sanitaire (quotidien et consommation)*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Vécu positif de la crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre du temps pour soi</li> <li>• Plus de moments à deux</li> <li>• Avancer sur le projet de maison</li> <li>• Être seul avec soi-même</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se remettre à jour dans les films et séries</li> <li>• Plus de temps pour les visites</li> <li>• Faire le bilan de sa vie</li> <li>• Envisager le futur</li> </ul>	<p>« Ben du coup, du coup... J'ai pu prendre un peu du temps pour moi. [...] Genre ben des séries ou des trucs comme ça tu vois, j'aime beaucoup regarder des films et des séries. Et j'avais pas mal de trucs en retard, du coup ça m'a permis de me remettre... A jour sur tout. »</p> <p>« Le fait aussi... Ben comme on travaille tous les deux avec ma compagne tu vois, et qu'on a des horaires différents, il y a des jours où on ne se croise pas. [...] Donc là le fait d'être... Elle, elle travaille toujours par contre ma compagne. Elle est... Comme elle était aide-soignante, pendant la crise du Covid, elle était quand même sur le terrain. Mais du coup ben, dès qu'elle rentrait, j'étais quand même à la maison donc... On a pu avoir plus de moments à deux quoi. »</p> <p>« Ben si aussi, ça nous a permis d'avancer plus vite sur la recherche d'une maison parce qu'on avait plus de temps libre tu vois. Rien que d'aller faire les visites des fois... Après le travail : « Oui, il faut aller là. », machin. T'arrives, la femme, elle dit : « Oui mais désolée, j'ai que 15 minutes parce qu'après j'ai un autre rendez-vous. ». [...] Donc ça nous a permis de prendre un peu plus le temps. »</p> <p>« Puis d'être un peu seul avec toi-même des fois tu vois. Il y a des journées où tu es tout seul tout seul... »</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remise en question</li> <li>• Ecouter ses voix intérieures</li> </ul>	<p><i>[...] Ben tu te poses des questions, sur ta vie, sur ce que t'as accompli, sur ce que t'aimerais bien faire... Tu te remets en question. Mais je pense que tout le monde quand il se retrouve seul... Ben t'écoutes les voix dans ta tête tu vois. Quand t'as des trucs à faire toute la journée ou toute la semaine, tu les mets dans une petite boîte de côté. Là, quand t'es seul avec toi-même, tu les entends plus fort j'ai envie de dire donc... »</i></p>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

• *Apprentissages retirés de la crise Covid-19*

Rubriques	Thèmes	Sous-thèmes	Verbatim
Perception négative de la gestion de la crise	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vite tomber dans la panique.</li> <li>• Manque de cohésion entre les pays</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mauvaise circulation de l'information</li> <li>• Désinformation</li> <li>• Avis non pertinents</li> <li>• Marrée d'infos</li> </ul>	<p><i>« Alors, que le monde part très très vite en panique. Le monde entier. [...] Notre erreur, c'est qu'on est trop vite entrés dans un vent de panique. »</i></p> <p><i>« Qu'il y a une très très mauvaise cohésion entre les pays en règle générale tu vois, alors qu'on est au monde de l'Internet, au monde du téléphone, où l'information devrait circuler fluide et hyper rapidement. Pendant la crise Covid, ça a été tout le contraire. Parce que t'as eu... Tout et le contraire de tout chaque jour. [...] Je trouvais qu'au niveau des informations, c'était... Hyper le bordel. [...] Ça aussi, pendant la crise, je trouve qu'on a trop invité de personnes à la TV dont c'est pas le métier pour venir en parler tu vois. [...] Du coup, je trouve que ça a noyé beaucoup de gens dans... Dans trop d'infos, et trop d'infos inutiles tu vois, des trucs qui</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conséquences négatives des décisions</li> <li>• Donner raison à la théorie du complot</li> <li>• Illogique des mesures</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crise économique</li> <li>• Contradictions</li> </ul>	<p><i>ont... On n'avait pas besoin, vraiment on n'avait pas besoin. »</i></p> <p><i>« Parce que du coup, il y a plein de décisions qu'on a faites, qui aujourd'hui on les paie. [...] Comme la crise... Ben... Genre... On perd je ne sais pas combien d'entreprises chaque jour. »</i></p> <p><i>« Moi je dis qu'ils ont donné le bâton pour se faire battre tu vois. Parce que je suis pas complotiste, loin de là, mais le problème, c'est qu'il y a eu tellement de choses qui ont été contredites et machin qu'au final ben... Ça donne raison à ceux qui pensent qu'il y a un complot tu vois. »</i></p> <p><i>« Les mesures aussi, genre... Les personnes qui sont debout ne peuvent pas consommer, les personnes qui sont assises peuvent consommer. Enfin tu vois des... Des mesures qui n'ont ni queue ni tête genre... »</i></p>
Déramatisation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mesures acceptables</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comparaison avec des contextes plus graves</li> </ul>	<p><i>« Mais au final, tout ce qu'on nous a demandé de faire pendant six mois, c'est de rester à la maison tu vois et de porter un masque dehors. Je trouve que quand même dans notre histoire, on a des trucs beaucoup plus graves ou beaucoup plus pénibles qui ont été faits. Au final, on est quand même une génération de chanceux tu vois parce que... Regarde en Belgique, oui on m'a demandé de rester six mois chez moi, mais j'ai quand même été payé tu vois. J'aurais été en Italie ou j'aurais été en Afrique ou j'aurais été... Au Maroc, j'aurais peut-être pas eu de salaire du tout tu vois. »</i></p>



## Résumé

La pandémie de COVID-19 a fait irruption dans nos vies au début de l'année 2020 et a amené un contexte particulier, jamais rencontré auparavant. Nos quotidiens se sont retrouvés bouleversés, particulièrement au travers des mesures de distanciation sociale et de confinement imposées à la population.

Les jeunes adultes (18-30 ans) ont particulièrement souffert de la crise (Glowacz & Schmits, 2020). La consommation de substances s'en est également retrouvée impactée. En Belgique, nous avons observé une augmentation de la fréquence d'usage de cannabis chez les consommateurs réguliers (Sciensano, 2021). A contrario, la consommation d'alcool pour les jeunes adultes a nettement diminué (Maurage, 2020).

Afin de mieux comprendre les enjeux liés à ce contexte inédit, nous avons mené une recherche qualitative visant à *comprendre le vécu des jeunes adultes consommateurs en temps de crise*. Quatre grands axes ont été définis pour guider notre étude : les implications de la crise en matière de consommation, les expériences négatives et les difficultés rencontrées, les expériences positives et les bénéfices perçus, et enfin, les apprentissages retirés de la pandémie. Nous avons rencontré dix participants consommateurs d'alcool et/ou de cannabis âgés entre 18 et 30 ans. Des entretiens semi-directifs ont été menés et une analyse thématique a ensuite été réalisée.

Nos résultats mettent en avant différentes dynamiques en matière de consommation de substances. Augmentation, diminution ou constance des usages s'entremêlent, conséquence des différents impacts de la crise ou du profil plus spécifique des individus. Les difficultés abordées par les sujets comprennent la gestion des relations interpersonnelles, le poids des mesures sanitaires, les bouleversements vécus dans la sphère professionnelle ou encore la projection dans un avenir devenu incertain. Néanmoins, de nombreux aspects positifs émergent également des analyses. La réappropriation du temps, le repos ou encore l'introspection et la remise en question sont évoqués par les participants. Enfin, même si leurs apprentissages témoignent d'une désillusion face à la gestion gouvernementale de la crise et qu'ils tendent à dédramatiser la pandémie, ils mettent en lumière une meilleure connaissance d'eux-mêmes.