



Bilan de  
l'influence de ta  
consommation sur  
ta sexualité (v. 1.1)

**MONBUZZ**.CA

Goyette, Flores-Aranda, Bertrand, Pronovost,  
Aubut, Ortiz et Saint-Jacques (2018)

---

### **Description du Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité**

Si tu es un homme adulte, cis ou trans, et que tu as eu dans la dernière année des relations sexuelles avec d'autres hommes sous l'effet de substances (alcool ou drogues), ce questionnaire s'adresse à toi. Il a été développé afin d'identifier si l'influence de ta consommation de substances sur ta sexualité comporte des risques ou est à l'origine de préoccupations. Ces éléments pourraient suggérer la nécessité d'approfondir ce thème ou de t'orienter vers des ressources pouvant t'accompagner pour le faire. Pour compléter le bilan, tu devras répondre à entre 24 et 64 questions sur 13 aspects entourant l'influence de ta consommation sur ta sexualité. Le tout devrait prendre de 10 à 15 minutes.

Afin de s'assurer que le questionnaire considère la réalité du milieu, il a été développé avec la collaboration d'experts tels que des utilisateurs potentiels (d'autres hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes qui consomment des substances) ainsi que des acteurs provenant du milieu de la recherche et de la pratique. Bien qu'il s'appuie sur un consensus d'experts et sur les connaissances actuelles du domaine, il faut bien que tu comprennes que ce bilan, ainsi que l'interprétation des résultats qui en découlent, n'ont pas encore fait l'objet d'études soutenues. Sache également que le bilan ne permet pas de déterminer si tu présentes en soit un profil de consommation de substances à risque ou d'autres difficultés ou préoccupations sur le plan de ta santé sexuelle puisqu'il porte sur le **lien** entre ta consommation et ta sexualité.

### Quelques termes avant d'amorcer le tout

Dans le bilan que tu t'apprêtes à faire sur ta consommation et ta sexualité, plusieurs termes sont utilisés. Avant d'aller plus loin, prends un temps pour les lire, ces explications t'aideront à bien répondre aux questions.

#### Qu'est-ce qu'être « buzzé » ?

« Buzzé » est utilisé ici pour décrire une *fois* où tu consommes une ou plusieurs substances psychoactives ou que tu es sous l'effet de celle-ci, **qu'il s'agisse d'alcool ou de drogues**. Cela peut aller de se sentir « feeling » ou d'être « buzzé » à se sentir « saoul » ou « gelé ».

On entend ici par substances psychoactives les substances consommées qui influencent la façon dont tu vois la réalité, tu réfléchis, tu penses et tu agis. On peut penser à l'**alcool** et aux **drogues** (par exemple, *pot*, *crystal meth* ou *speed*). Il faut également inclure certains **médicaments** que tu pourrais prendre pour « buzzer », soit dans un **but non-médical** (par exemple, *Dilaudid*, *Rivotril* ou *Ritalin*).

#### On entend par...

<b>Cannabis</b>	Le pot, le weed, la marijuana, le hash, etc.
<b>Poppers</b>	Les nitrites aussi appelés rush, etc.
<b>GHB</b>	Le G, le GH, le GBL, du jus, de l'ecstasy liquide, le liquid X, etc.
<b>Cocaïne</b>	La coke, la poudre, la neige, le crack, etc.
<b>Amphétamines</b>	Le speed, les peaches, etc.
<b>Crystal meth</b>	Le crystal, le rank, la tweak, la meth, l'ice, la Tina, la jib, etc.
<b>Cathinone</b>	La méphédrone, les sels de bain, meow meow, meph, MDPV, 4-FMC, 4-MMC, drone, M-CAT, etc
<b>Ecstasy</b>	La E, la MDMA, la MD, l'X, l'XTC, la love pill, etc.
<b>Kétamine</b>	Le Special K, K, la vitamine K, Ket, Kit Kat, etc.
<b>Autres hallucinogènes</b>	Le LSD, l'acide, les champignons magiques, le PCP, etc.
<b>Autres drogues synthétiques</b>	Le 2CB, le DMT, les BZP, le TFMPP, le N2O, etc.
<b>Opiïdes</b>	L'héroïne, la morphine, la méthadone, la buprénorphine, la codéine, l'hydromorphe, le juice, le dilaudid, l'oxycontin, l'oxycodone, les percs, etc.

**Quelles substances je ne dois pas considérer pour faire mon bilan ?**

À moins d'indication contraire, il faut **exclure** le **tabac**, les **boissons à base de caféine ou énergisantes** et les **médicaments qui ont d'autres fonctions** comme le *Cialis*, le *Viagra* ou les **stéroïdes** pour l'entraînement.

**Qu'est-ce qu'« avoir du sexe » ?**

« Avoir du sexe » consiste ici à toute activité sexuelle **avec un ou plusieurs partenaires** qui comporte un contact physique sur soi-même ou sur l'autre, allant du baiser à la pénétration. Cela inclue le cybersexe, dans la mesure où tu es en interaction avec une autre personne. Dans le cadre du Bilan, la **simple *cruise*** ou **se masturber seul** en regardant de la pornographie **ne sont pas** considérés comme « avoir du sexe ».

**Qu'est-ce qu'une « fois » ?**

Une « fois » **représente une seule et même expérience telle que tu la vis**. Une « fois » peut durer de quelques minutes à quelques heures et peut englober la consommation de plusieurs substances ou activités sexuelles avec plusieurs partenaires.

### **Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité**

Ce bilan personnel vise à **te permettre de réfléchir à l'influence de ta consommation d'alcool et de drogues sur ta sexualité**. Il est possible que certains éléments s'appliquent moins bien à ta réalité ou touchent un aspect qui te dérange ou qui te rend inconfortable.

Pendant la dernière année, as-tu eu du sexe au moins une fois lorsque tu étais buzzé ?

- Oui
- Non (*fin du bilan*)

Si tu as répondu non à la dernière question : Étant donné que le bilan porte sur l'influence de ta consommation sur ta sexualité et que tu rapportes ne pas avoir eu du sexe alors que tu étais buzzé dans la dernière année, tu n'as pas à compléter le bilan.

### **Substances, mélanges et lieux où tu as du sexe alors que tu es buzzé**

1.1. Parmi les substances que tu as consommées dans la dernière année, quelles substances as-tu **principalement** prises dans un **contexte de sexualité** (avoir du sexe ou encore *cruiser, flirter*, regarder de la porno) ?

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Alcool              | <input type="checkbox"/> Cannabis              | <input type="checkbox"/> Poppers                     |
| <input type="checkbox"/> GHB                 | <input type="checkbox"/> Cocaïne               | <input type="checkbox"/> Amphétamines                |
| <input type="checkbox"/> <i>Crystal meth</i> | <input type="checkbox"/> Cathinone             | <input type="checkbox"/> <i>Ecstasy</i>              |
| <input type="checkbox"/> Kétamine            | <input type="checkbox"/> Autres hallucinogènes | <input type="checkbox"/> Autres drogues synthétiques |
| <input type="checkbox"/> Opoïdes             | <input type="checkbox"/> Autre :               | <input type="checkbox"/> Autre :                     |

**Plusieurs questions porteront sur les dix dernières fois où tu as eu du sexe alors que tu étais buzzé. Prends un moment pour te rappeler ces fois.**

Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité (v. 1.1)

1.2. Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe alors que tu étais buzzé, dans quels endroits est-ce que tu as eu du sexe ?

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Sur Internet (avec un partenaire en ligne, dépasse la <i>cruise</i> ) | <input type="checkbox"/> Chez moi ou chez mon partenaire | <input type="checkbox"/> Dans une chambre louée                       |
| <input type="checkbox"/> Dans un sauna   | <input type="checkbox"/> Dans un <i>peep show</i>        | <input type="checkbox"/> Dans un bar, un club ou un <i>after hour</i> |
| <input type="checkbox"/> Dans la rue   | <input type="checkbox"/> Autre :                         | <input type="checkbox"/> Autre :                                      |

1.3. Quelles substances tu as prises (dans un but **non-médical**) ?

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Alcool              | <input type="checkbox"/> Cannabis              | <input type="checkbox"/> Poppers                     |
| <input type="checkbox"/> GHB                 | <input type="checkbox"/> Cocaïne               | <input type="checkbox"/> Amphétamines                |
| <input type="checkbox"/> <i>Crystal meth</i> | <input type="checkbox"/> Cathinone             | <input type="checkbox"/> <i>Ecstasy</i>              |
| <input type="checkbox"/> Kétamine            | <input type="checkbox"/> Autres hallucinogènes | <input type="checkbox"/> Autres drogues synthétiques |
| <input type="checkbox"/> Opoïdes             | <input type="checkbox"/> Autre :               | <input type="checkbox"/> Autre :                     |

1.4. Si tu as répondu *Crystal Meth* comme substance consommée, lors des occasions où tu as pris du *Crystal Meth*, est-ce que tu as fait du *SLAM* ? On entend ici par *SLAM* l'injection de crystal meth ou de méphédrone dans un contexte sexuel.

- Oui  
 Non

1.5. Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe alors que tu étais buzzé, combien de fois as-tu **mélangé plusieurs substances** ?

0      1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

**Influence de ta consommation sur tes capacités à mettre en place des pratiques sexuelles sécuritaires en lien au VIH / ITSS**

2. Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe alors que tu étais buzzé, combien de fois ta consommation a **influencé** ta capacité à mettre en place des pratiques sexuelles sécuritaires pour te protéger ou protéger tes partenaires du VIH et des autres ITSS ?

2.1. **Nombre de fois où cela a augmenté ta capacité ?**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2.2. **Nombre de fois où cela a diminué ta capacité ?**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'un des deux énoncés précédents, réponds aux questions suivantes. Sinon, passe à la section 3.*

2.3. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

2.4. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon passe à la section 3.*

2.5. **Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

**Influence de ta consommation sur tes capacités à mettre en place des limites afin de réduire les risques d'activités sexuelles non désirées**

3. Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe alors que tu étais buzzé, combien de fois ta consommation a **influencé** tes capacités à mettre en place des limites afin d'éviter des activités sexuelles non désirées ?

3.1. **Nombre de fois où cela a augmenté ta capacité ?**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3.2. **Nombre de fois où cela a diminué ta capacité ?**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'un des deux énoncés précédents, réponds aux questions suivantes. Sinon, passe à la section 4.*

3.3. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

3.4. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 4.*

3.5. **Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

**Influence de ta consommation sur le fait d'avoir des activités sexuelles à l'origine d'émotions désagréables**

4. Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe alors que tu étais buzzé, combien de fois ta consommation t'a amené à avoir des activités sexuelles qui t'ont fait vivre de la honte, de la culpabilité, du regret, de la détresse ou un sentiment de vide ?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon passe à la section 5.*

4.1. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

4.2. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 5.*

4.3. **Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

**Mélange de substances et de médicaments pour faciliter l'érection alors que tu as du sexe**

5. Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe alors que tu étais buzzé, combien de fois as-tu consommé des médicaments (*Viagra*, *Cialis* ou *Levitra*) pour être ou rester bandé ?

0      1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon passe à la section 6.*

5.1. Quelles substances as-tu prises ces fois-là :

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Alcool              | <input type="checkbox"/> Cannabis              | <input type="checkbox"/> Poppers                     |
| <input type="checkbox"/> GHB                 | <input type="checkbox"/> Cocaine               | <input type="checkbox"/> Amphétamines                |
| <input type="checkbox"/> <i>Crystal Meth</i> | <input type="checkbox"/> Cathinone             | <input type="checkbox"/> <i>Ecstasy</i>              |
| <input type="checkbox"/> Kétamine            | <input type="checkbox"/> Autres hallucinogènes | <input type="checkbox"/> Autres drogues synthétiques |
| <input type="checkbox"/> Opoïdes             | <input type="checkbox"/> Autre :               | <input type="checkbox"/> Autre :                     |

5.2. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

5.3. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement            1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 6.*

5.4. **Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

## **Influence de ta consommation sur ta capacité à prendre ton traitement préventif ou curatif contre le VIH**

6. Prends-tu ou as-tu déjà pris des traitements contre le VIH (par exemple, Truvada) ?

- Oui, un traitement pour le VIH, car je suis une personne séropositive
- Oui, la prophylaxie préexposition (PrEP) comme moyen de prévention du VIH
- Oui, la prophylaxie post-exposition (PPE) comme moyen de prévention du VIH
- Non

*Si tu as répondu oui à un des trois énoncés, réponds aux questions suivantes. Sinon, passe à la section 7.*

Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe alors que tu étais buzzé, combien de fois ta consommation, ou l'anticipation du fait que tu allais avoir du sexe en étant buzzé, a **influencé** ta capacité à prendre ton traitement contre le VIH (qu'il s'agisse de PrEP ou de PPE) ?

6.1. **Nombre de fois où cela a augmenté ta capacité ?**

0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

6.2. **Nombre de fois où cela a diminué ta capacité ?**

0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon, passe à la section 7.*

6.3. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité (v. 1.1)

**6.4. Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 7.*

**6.5. Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

**Les questions suivantes portent maintenant sur les dix dernières fois où tu étais buzzé OU les dix dernières fois où tu as eu du sexe.**

**Besoins d'avoir du sexe lorsque tu es buzzé**

7. Lors des dix dernières fois où tu étais buzzé, combien de fois as-tu **ressenti un besoin important ou difficilement contrôlable** d'avoir du sexe ou de regarder de la pornographie ?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon passe à la section 8.*

**7.1. Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

**7.2. Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité (v. 1.1)

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 8.*

**7.3. Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

**Besoin d'être buzzé pour rencontrer des partenaires**

8. Combien de fois as-tu **ressenti un besoin important** d'être buzzé pour faire cette activité lors des dix dernières fois où tu as tenté de *cruiser* ou de *flirter* en personne ou en ligne ?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon passe à la section 9.*

**8.1. Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

**8.2. Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 9.*

**8.3. Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

## Besoin d'être buzzé pour avoir du sexe avec des partenaires

9. Combien de fois as-tu **ressenti le besoin important** d'être buzzé pour avoir du sexe lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe ?

0      1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon passe à la section 10.*

9.1. Ton besoin d'être buzzé était associé à quels éléments de ta sexualité :

T'exciter assez pour avoir du sexe	Oui	Non
Être ou rester bandé	Oui	Non
Être capable de jouir	Oui	Non
Te sentir connecté avec ton partenaire (intimité)	Oui	Non
Diminuer la douleur associée avec certaines activités sexuelles	Oui	Non
Diminuer les émotions désagréables associées avec certaines activités sexuelles	Oui	Non
Te détacher de tes préoccupations quotidiennes afin de vivre le moment présent	Oui	Non
Mieux te sentir concernant ton identité de genre	Oui	Non
Mieux te sentir concernant ton orientation sexuelle	Oui	Non
Accepter ton corps ou ton image corporelle	Oui	Non
Composer avec le fait d'avoir vécu des expériences sexuelles non désirées dans le passé (agression sexuelle, attouchements sexuels, coercition, etc.)	Oui	Non
D'autres besoins :	Oui	Non

Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité (v. 1.1)

9.2. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

9.3. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 10.*

9.4. **Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

### **Besoin d'être buzzé pour améliorer ton expérience ou ta performance sexuelle**

10. Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe, combien de fois **as-tu ressenti le besoin important** d'être buzzé pour **améliorer ton expérience** ou **ta performance sexuelle** ?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon passe à la section 11.*

## Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité (v. 1.1)

10.1. Ton besoin d'être buzzé était associé à quels éléments de ta sexualité ?

Améliorer ton expérience ou ta satisfaction sexuelle	Oui	Non
Diversifier tes activités sexuelles	Oui	Non
Augmenter le nombre d'activités sexuelles dans un temps limité (par exemple, « une nuit au sauna » ou « un weekend de party »)	Oui	Non
Te sentir plus beau, sexy ou désirable	Oui	Non
Connecter entièrement avec ton partenaire (intimité)	Oui	Non
Te sentir plus performant sur le plan sexuel	Oui	Non
D'autres éléments :	Oui	Non

10.2. Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

10.3. Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 11.*

10.4. Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

### **Échange de sexe pour être buzzé**

11. Lors des dix dernières fois où tu as eu du sexe (en étant buzzé ou non), combien de fois as-tu eu du sexe afin d'avoir accès à ou d'obtenir ce qu'il te faut pour être buzzé ?

0      1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon passe à la section 12.*

11.1. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

11.2. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

*Si tu as répondu 2 ou plus au dernier énoncé, réponds à la question suivante. Sinon, passe à la section 12.*

11.3. **Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

## **Influence de ta consommation régulière sur ta sexualité**

**La prochaine question va porter sur ta consommation régulière d'alcool ou de drogues. La consommation régulière de certaines substances, c'est-à-dire plusieurs fois par semaine ou par jour sur une période de temps prolongée, peut avoir une influence sur différentes facettes de ta vie sexuelle ou amoureuse.**

12. Combien de fois dans les trois derniers mois, ta consommation **régulière** d'alcool, de tabac, de drogues ou d'autres médicaments a eu une influence sur ta capacité à avoir du sexe, à développer ou maintenir une relation avec un partenaire amoureux ?

12.1. **Nombre de fois où cela a augmenté ta capacité ?**

0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

12.2. **Nombre de fois où cela a diminué ta capacité ?**

0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'un des deux énoncés précédents, réponds aux questions suivantes. Sinon, passe à la section 13.*

12.3. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a amélioré ta sexualité ?**

Aucunement    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

12.4. **Dans quelle mesure considères-tu que cela a nui à ta sexualité ?**

Aucunement    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Extrêmement

*Si tu as répondu 1 ou plus à l'énoncé précédent, réponds aux questions suivantes. Sinon passe à la section 13.*

12.5. **Dans quelle mesure est-ce que ça te préoccupe ?**

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement

**Ta motivation pour améliorer un aspect entourant l'influence de ta consommation sur ta sexualité**

13.1. Sur une échelle de 1 à 10 (1 étant « aucunement préoccupé » et 10 « extrêmement préoccupé »), dis-moi dans quelle mesure te sens-tu préoccupé **en ce moment** par l'influence de ta consommation sur ta sexualité ?

Aucunement 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Extrêmement  
Modérément  
préoccupé

13.2. Sur une échelle de 1 à 10 (1 étant « pas du tout prêt » et 10 « tout à fait prêt »), dis-moi dans quelle mesure te sens-tu prêt **en ce moment** à changer ou à améliorer un élément entourant l'influence de ta consommation sur ta sexualité ?

Pas du tout prêt 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Tout à fait prêt  
Incertain

13.3. Sur une échelle de 1 à 10 (1 étant « pas du tout important » et 10 « la chose la plus importante dans ma vie »), dis-moi dans quelle mesure est-ce important **en ce moment** pour toi de changer ou d'améliorer un élément entourant l'influence de ta consommation sur ta sexualité ?

Pas du tout important 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 La chose la plus importante de ma vie  
Modérément important



## Scoring et rétroaction proposés aux cliniciens

### Parlons de l'influence de ta consommation sur ta sexualité

Le bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité que je te propose est basé sur tes réponses aux questions que tu as répondues. La façon dont tu souhaites combiner plaisir et santé sexuelle t'appartient. Il n'y a généralement pas de normes précises pour te dire comment vivre ta sexualité. La sexualité implique plusieurs dimensions et les choix de chacun sont personnels. Tes préférences et besoins personnels ainsi que tes préoccupations pourront guider ta réflexion.

**Avis 1. Q1.4. = oui**

### Tu as mentionné que tu as fait du *SLAM*.

Quand tu as l'intention de faire du *SLAM*, assure-toi d'avoir sur toi assez de matériel d'injection stérile. Tu peux t'en procurer à plusieurs endroits, mais ceux-ci ne sont pas nécessairement accessibles à tout moment; être prévoyant peut donc être très utile. Avant d'être buzzé, tu peux aussi réfléchir à ce que tu souhaites pour te protéger durant les relations sexuelles. Planifier comment tu veux t'y prendre à l'avance (endroit sécuritaire, condoms, lub, seringues, sélection des partenaires, etc.) peut t'aider dans le feu de l'action à mettre en place ce que tu souhaites.

**Avis 2. Q2.2. ≥ 1**

### Tu as mentionné que ta consommation limite ta capacité à mettre en place des pratiques sexuelles sécuritaires pour te protéger toi ou tes partenaires du VIH et des autres infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS).

Souvent, il peut arriver qu'une fois buzzé, les objectifs de protection que nous voulons appliquer dans notre sexualité deviennent plus difficiles à mettre en place. Il existe tout de même [quelques stratégies](#) si jamais il t'arrivait d'avoir du sexe à risque. Tu peux toujours

## Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité (v. 1.1)

te rendre à l'urgence d'un hôpital dans les 72 heures suivant ta prise de risque pour prendre la PPE (prophylaxie post-exposition).

Si tu as des relations sexuelles régulièrement sans condom, il pourrait être avantageux pour toi de te renseigner sur la PrEP (prophylaxie préexposition). La PrEP est un médicament pris de manière préventive qui diminue très efficacement les risques de contracter le VIH. Toutefois, la PrEP ne te permet pas de te protéger des autres ITSS.

Finalement, peu importe ton niveau de protection, il est toujours recommandé de faire un dépistage régulièrement. Plusieurs ITSS comme la syphilis se transmettent par un simple contact peau à peau, et parfois, ne présentent aucun symptôme. Comme il est difficile de s'en protéger, seul un dépistage permet de diminuer les conséquences d'une telle infection. À titre indicatif, il est recommandé d'avoir un dépistage toutes les années. Si tu as plusieurs partenaires, il est recommandé de faire le dépistage plus fréquemment, aux 3 ou 6 mois. À toi de voir ce qui te convient.

### Avis 3. Q3.2. ≥ 1

**Tu as mentionné que ta consommation diminue tes capacités à mettre en place des limites afin de réduire les risques d'activités sexuelles non désirées.**

Une relation sexuelle non désirée, même si tu as consommé, n'est jamais acceptable. C'est ton droit de te faire respecter. C'est aussi ton droit de ne pas te sentir forcé à avoir une relation sexuelle à laquelle tu n'as pas consenti. Sache que toute personne qui fait ce geste envers toi a commis un crime et qu'un intervenant ou la police peut t'accompagner si tu désirais faire des démarches pour recevoir de l'aide. Tu n'as pas à porter la responsabilité des gestes non désirés que tu as vécus. Toutefois, il est possible de diminuer les risques d'en subir. Par exemple, lorsque tu sais que tu vas consommer dans une soirée, tu peux demander à un ami de t'accompagner et t'assurer que vous partiez ensemble tous les deux de la soirée. Tu peux tenter de diminuer les mélanges, réduire ou ralentir ta consommation pour t'assurer de pouvoir consentir à avoir une relation sexuelle ou mieux repérer les risques et t'en protéger.

## Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité (v. 1.1)

Il arrive aussi que l'on commette des gestes qui nous ressemblent peu lorsqu'on consomme. Sache que si tu fais pression pour avoir du sexe ou si tu n'as pas obtenu un consentement, tu restes légalement responsable de tes actions. Le fait d'être très intoxiqué ne t'enlève pas ta responsabilité légale.

### Avis 4. Q5. ≥ 1

**Tu as mentionné que tu as mélangé des médicaments à de l'alcool ou des drogues pour être bandé ou le rester (par exemple, *Viagra*, *Cialis* ou *Levitra*).**

Il peut arriver que certaines drogues t'empêchent d'être ou de rester bandé et tu prends des médicaments pour régler cette situation. Il est également possible que tu combines ce mélange afin d'avoir plusieurs relations sexuelles lors d'une même soirée. Sache toutefois que certains mélanges comportent des risques pour ta santé. En effet, mélanger des médicaments, principalement le *Viagra*, avec des poppers ou de l'ecstasy (MDMA) peut avoir des conséquences très dangereuses. Ces deux substances agissent comme des vasodilatateurs ce qui fait en sorte que ta circulation sanguine est augmentée. Ton cœur travaille alors beaucoup plus pour faire circuler ton sang et tu risques un arrêt cardiaque. Il est préférable que tu évites de mélanger toute substance aux médicaments.

### Avis 5. Q6.2. ≥ 1

**Tu as mentionné que ta consommation limite ta capacité à prendre un traitement contre le VIH ou visant à prévenir le VIH.**

Que tu sois VIH + (séropositif) sous traitement ou que tu prennes un traitement préventif contre le VIH (PrEP, PPE), ces stratégies sont très efficaces pour te protéger toi ou les autres à condition qu'elles soient prises tel que prescrit.

Il peut t'arriver d'oublier une dose parce que tu étais buzzé ou que tu pensais l'être. Si jamais cette situation t'arrivait, le mieux serait de prendre ton traitement le plus rapidement possible (sans toutefois en prendre une double dose) et de consulter ton médecin ou ton pharmacien pour s'assurer que ton oubli n'ait pas d'impact sur ta santé.

## Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité (v. 1.1)

Pour prévenir ces oublis, tu pourrais tenter de trouver des stratégies qui t'aideraient, par exemple, te mettre un rappel sur ton téléphone ou même mettre tes médicaments avec ton stock de consommation.

### Avis 6. Q11. $\geq 1$

**Tu as mentionné que tu as eu du sexe afin d'avoir accès, te faire payer ou te payer de quoi être buzzé.**

Que tu vois des hommes pour consommer ou que tu fasses du travail du sexe, cela affecte parfois l'estime de soi et la perception que tu as de ta sexualité. Il est important que les choix que tu fais par rapport à ta sexualité correspondent à tes valeurs. Ces situations sont rarement discutées avec des professionnels ou avec l'entourage et sont souvent empreintes de jugement. Si cette situation te préoccupe, n'hésite pas à en parler avec un intervenant.

**Tu as également mentionné être préoccupé par le fait que...**

- Si Q4.3.  $\geq 2$**  Ta consommation t'amène à avoir des activités sexuelles qui te font vivre de la honte, de la culpabilité, du regret, de la détresse ou un sentiment de vide.
- Si Q7.3.  $\geq 2$**  Ta consommation t'amène à ressentir un besoin important ou difficilement contrôlable d'avoir du sexe ou de regarder de la pornographie.
- Si Q8.3.  $\geq 2$**  Tu ressens le besoin d'être buzzé pour cruiser ou pour flirter en personne ou en ligne.
- Si Q9.4.  $\geq 2$**  Tu ressens le besoin d'être buzzé pour avoir du sexe.
- Si Q10.4.  $\geq 2$**  Tu ressens le besoin important d'être buzzé pour améliorer ton expérience ou ta performance sexuelle.
- Si Q12.5.  $\geq 2$**  Ta consommation régulière influence ta capacité à avoir du sexe, à développer ou maintenir une relation avec un partenaire amoureux
- Si Q13.1.  $\geq 2$**  De façon générale, l'une ou l'autre des facettes de ta vie sexuelle ou amoureuse est influencée par ta consommation.

### Interprétation globale

**Si l'un des avis ou l'une des préoccupations ont été identifiés**

Ta consommation semble à l'origine de préoccupations sur ta sexualité ou être associée à des pratiques sexuelles pouvant avoir des risques sur ta santé et ton bien-être. Si tu le souhaites, **nous pouvons explorer plus en profondeur certains risques ou préoccupations que je viens de te partager ou à te proposer des ressources qui seront en mesure d'aborder cet aspect.**

**Profils comportant des risques et ou des préoccupations entourant l'influence de la consommation de substance sur la santé sexuelle, réaliser une évaluation exhaustive sur les thèmes associés.**

**Si aucun avis ou préoccupation n'a été identifié**

Ta consommation ne semble pas à l'origine de préoccupations sur ta sexualité ou être associée à des pratiques sexuelles pouvant avoir des risques sur ta santé et ton bien-être. N'hésite pas à refaire ton bilan dans quelques mois, surtout si ta consommation change ou si tu perçois qu'elle a davantage d'influence sur ta sexualité.

**Profils à faible risque et sans préoccupation quant à l'influence de l'utilisation de substances sur la santé sexuelle.**

Citation suggérée :

Goyette, M., Flores-Aranda, J., Bertrand, K., Pronovost, F., Aubut, V., Ortiz R., & Saint-Jacques, M. (2018). *Bilan de l'influence de ta consommation sur ta sexualité* (v. 1.1). Téléchargé sur le site du RISQ : [RISQ-Outil Links SU-Sex](#)

Site d'intervention brève en ligne sur le thème : [www.MONBUZZ.ca](http://www.MONBUZZ.ca)

Pour de plus amples détails sur la recherche entourant le développement de l'outil :

Goyette, M., Flores-Aranda, J., Bertrand, K., Pronovost, F., Aubut, V., Ortiz, R., & Saint-Jacques, M. (2018). Links SU-Sex: development of a screening tool for health-risk sexual behaviours related to substance use among men who have sex with men. *Sexual Health*, 15(2), 160-6. <https://doi.org/10.1071/SH17134>

**Lecture suggérées pour mener l'évaluation**

Anderson, S. C. (2009). *Substance use disorders in lesbian, gay, bisexual, and transgender clients: Assessment and treatment*. New York, NY : Columbia University Press.

Barbara, A. M., Doctor, F., & Chaim, G. (2007). *Asking the right questions 2: Talking with clients about sexual orientation and gender identity in mental health, counselling and addiction settings*. Toronto, On : Centre for Addiction and Mental Health.

Braun-Harvey, D. (2011). *Sexual health in recovery: A professional counselor's manual*. New York, NY: Springer.

Center for Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2012). *A provider's introduction to substance abuse treatment for lesbian, gay, bisexual, and transgender individuals*. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services.

Goyette, M., & Flores-Aranda, J. (2015). Consommation de substances psychoactives et sexualité chez les jeunes : une vision globale de la sexualité. *Drogues, santé et société*, 14(1), 172-195.

James, R. L. (2012). *Sexuality and addiction: Making connections, enhancing recovery*. Santa Barbara, CA: Praeger.

Miller, W. R., & Rollnick, S. (2012). *Motivational interviewing: Helping people change* (3<sup>rd</sup> ed.). New York, NY: Guilford press.