

Les **AA** :
une ressource
pour les
professionnels
de la santé



*LES ALCOOLIKES ANONYMES*sm sont une association de personnes qui partagent entre elles leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir.

Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour devenir membre des AA. Les AA ne demandent ni cotisation ni droit d'entrée; nous nous finançons par nos propres contributions.

Les AA ne sont associés à aucune secte, confession religieuse ou politique, à aucun organisme ou établissement; ils ne désirent s'engager dans aucune controverse; ils n'endossent et ne contestent aucune cause.

Notre but premier est de demeurer abstinents et d'aider d'autres alcooliques à le devenir.

*Copyright © by AA Grapevine, Inc.
Traduit et reproduit avec autorisation.*

Titre original
***AA as a Resource for the
Health Care Professional***

Copyright © 2018
par Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

Tous droits réservés.

Adresse postale :
Box 459, Grand Central Station
New York, NY 10163, USA

www.aa.org

**Les AA : une ressource
pour les professionnels de la santé**

**Voici ce qu'ont
déclaré les
membres des
AA dans le
Gros Livre
Les
Alcooliques
anonymes :**

« Nous, les alcooliques, sommes des hommes et des femmes qui avons perdu la faculté de maîtriser notre consommation d'alcool. Nous savons que *jamais* un alcoolique véritable ne retrouve cette maîtrise. Nous avons tous eu, à un moment donné, l'impression de nous ressaisir; mais ces sursis, généralement courts, étaient suivis d'un manque de contrôle encore plus grand qui menait, éventuellement, à un découragement pitoyable et incompréhensible. »

(*Les Alcooliques anonymes*, p. 34-35)

L'explication qui semble la plus logique à la plupart des membres des AA est que l'alcoolisme est une maladie, une maladie progressive et incurable, mais dont le cours peut être arrêté, comme pour certaines autres maladies. En poursuivant ce raisonnement, de nombreux membres des AA croient que la maladie combine une sensibilité physique à l'alcool et une obsession mentale d'en consommer, laquelle, sans égard aux conséquences, ne peut être arrêtée par la seule force de la volonté.

« Les médecins qui connaissent l'alcoolisme s'accordent à dire qu'il est impossible pour un alcoolique de redevenir un buveur normal. »

(*Les Alcooliques anonymes*, p. 35)

*L'*American Society of Addiction Medicine* et le *National Council on Alcoholism and Drug Dependence* définissent l'alcoolisme ainsi : « L'alcoolisme est principalement une maladie chronique avec facteurs génétiques, psychosociaux et environnementaux, qui influencent son développement et ses manifestations. La maladie est souvent progressive et fatale. Elle est caractérisée par un manque de contrôle sur l'alcool, une obsession de la drogue appelée alcool, l'utilisation d'alcool malgré des conséquences néfastes, et une déformation de la pensée, la plus importante étant le déni. Chacun de ces symptômes peut être continu ou périodique. » (1992)

**La résistance
à l'aide
qu'oppose
l'alcoolique
peut être
frustrante**

Puisque le déni du problème est symptomatique de l'alcoolisme, les alcooliques ont tendance à être évasifs quand on les interroge sur leur façon de boire, et il est possible que des professionnels de la santé ne décèlent pas l'alcoolisme comme un facteur de leurs symptômes. La plupart des alcooliques refuseront toute hypothèse voulant que l'alcoolisme soit en cause et pourront également refuser la suggestion des Alcooliques anonymes comme dernier recours.

Peu de professionnels de la santé ont connu un rejet de leur diagnostic. Très rarement, leur a-t-on dit : « Je ne suis certainement pas diabétique. » Par contre, quand le professionnel de la santé pose le diagnostic d'alcoolisme, un alcoolique répliquera souvent : « Je ne bois pas tant que cela », ou encore : « Ce n'est pas si grave », ou invoquera des excuses pour justifier le fait qu'il boit. Les professionnels de la santé peuvent s'attendre à cette réaction et la prévoir.

La rationalisation et le déni font partie de la maladie de l'alcoolisme. Au départ, rejeter les AA fait partie du mécanisme de déni.

Les membres des AA qui ont vaincu le déni et compris le danger de consommer de l'alcool sont particulièrement aptes à aider les autres à faire de même.

**Objections
courantes
concernant
les AA**

« *C'est trop religieux.* »

En fait, le Mouvement des AA n'est pas un programme religieux, mais une association de nature spirituelle. On y fait référence à une « Puissance supérieure » et à « Dieu, *tel que nous Le concevons* », mais il n'est pas nécessaire de

croire en Dieu; des athées et des agnostiques trouveront beaucoup de leurs semblables chez les AA.

Comme il est dit dans le Préambule (reproduit à l'intérieur de la couverture de cette brochure) : « Les AA ne sont associés à aucune secte, confession religieuse ou politique, à aucun organisme ou établissement... »

« Je ne veux pas mettre mon âme à nu devant une foule de gens. »

Seuls ceux qui le veulent parlent dans les réunions des AA.

« Je ne veux pas me retrouver avec des perdants. C'est trop déprimant. »

Plus exactement, les AA constituent un profil représentatif de « gagnants », en ce sens qu'ils ont survécu à la maladie. Ceux qui assistent à un nombre suffisant de réunions sont certains de trouver des personnes avec qui ils peuvent s'identifier.

« Je ne peux pas aller là. Tout ce monde est abstinent et je ne le suis pas. J'aurais trop honte. »

Le *désir* d'arrêter de boire est la seule condition pour devenir membre des AA. On incite les membres qui boivent encore à « persister et à revenir ». Quiconque a un désir d'arrêter de boire sera sincèrement bienvenu dans une réunion des AA. Les alcooliques abstinents ne porteront pas de jugement sur quelqu'un qui ne peut pas cesser de boire, puisque c'est la raison qui les a amenés chez les AA.

« Je ne veux pas que quiconque sache que je bois. »

L'anonymat est la base du programme des AA, et l'a toujours été. Traditionnellement, les membres ne disent jamais qu'ils font partie du

Mouvement dans la presse écrite et parlée ni dans aucun média. Et personne n'a le droit de briser l'anonymat d'un autre membre, où que ce soit.

**Ce qu'ont
appris des
professionnels
de la santé;
comment ils
mettent ces
connaissances
en pratique**

De nombreux professionnels de la santé ont trouvé des moyens efficaces de diriger des patients chez les AA. L'un d'eux nous dit :

« Personne ne souffre plus que l'alcoolique. Lorsque vous aurez pu établir un contact avec un alcoolique et que vous l'aurez aidé à se rétablir, lorsque vous observerez cette transformation incroyable d'un être souffrant, vulnérable, malade (et mourant) en une personne vivante, énergique, en possession de ses moyens et heureuse, vous aurez alors vécu une expérience riche, gratifiante et profonde. Le Mouvement des AA est le moyen le plus efficace d'aider un alcoolique à cesser de boire. »

Un autre médecin conseille aux professionnels de la santé d'assister à des réunions des AA « ouvertes », car il est extrêmement difficile de recommander en toute confiance des personnes à un organisme qu'on connaît peu. Cette professionnelle de la santé trouve utile d'avoir une liste des contacts des AA disponibles pour amener des gens à leur première réunion. Elle suggère aux professionnels de s'enquérir, auprès de leurs patients, des réunions auxquelles ils ont participé, du nombre de fois où ils sont allés et s'ils se sont trouvé un parrain chez les AA, qui sera un lien avec le Mouvement et aidera le client à suivre un programme de rétablissement. Que l'alcoolique souffre d'une maladie du foie ou d'une dépression, l'abstinence est le premier pas vers le rétablissement. Où qu'il habite, il y

a certainement une réunion des AA tout près pour l'aider à se maintenir abstinant.

Les AA et l'alcoolisme

Depuis le début, les membres des AA ont considéré l'alcoolisme comme une maladie. Les alcooliques ne peuvent pas contrôler leur consommation d'alcool parce qu'ils ont le corps et l'esprit (émotions) malades. La plupart des membres des AA ont constaté que des déficiences de nature spirituelle caractérisent également leur maladie.

Les membres des AA ont de plus constaté qu'un rétablissement efficace ne peut commencer qu'après avoir posé « son propre diagnostic »; ce diagnostic, c'est la reconnaissance, par l'alcoolique lui-même, de la Première Étape des AA : « Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool — que nous avons perdu la maîtrise de notre vie. »

Les membres des AA ont aussi constaté que le rétablissement passe par l'abstinence d'alcool, et que l'abstinence à long terme nécessite des changements fondamentaux dans les relations avec soi, avec les autres et avec une puissance supérieure. Suivant l'expérience des membres des AA, un alcoolique ne pourra plus jamais boire en toute sécurité.

Les membres des AA croient qu'une fois alcoolique, on le reste à jamais, c'est-à-dire que peu importe la durée d'abstinence, si la personne boit de nouveau, elle obtiendra, relativement à l'alcool, le même résultat qu'avant sa période d'abstinence. Ainsi, les AA n'offrent pas de traitement, mais plutôt un mode de rétablissement continu au moyen du

simple principe de ne pas consommer d'alcool, une journée à la fois.

Les chercheurs, les professionnels de la santé et d'autres personnes préoccupées par l'alcoolisme ont une raison légitime et naturelle de vouloir identifier les causes de l'alcoolisme. En ce qui concerne le programme des Alcooliques anonymes, les causes, en plus d'être jugées non pertinentes, risquent aussi d'être une distraction possible pour entreprendre sans détour le programme d'abstinence et de rétablissement.

La première réunion des AA

Quand les professionnels de la santé recommandent les AA, ni eux ni l'alcoolique ne devraient se baser sur seulement une ou deux réunions pour juger de l'efficacité des AA, mais donner au Mouvement des AA sa juste chance. Il est important, dans cette démarche, de trouver un parrain, même temporaire. Il est souhaitable qu'un membre accompagne la personne à sa première réunion des AA, mais ce n'est pas indispensable. La plupart des nouveaux ont plusieurs questions en tête. Le parrain peut y répondre et le rassurer en lui disant que d'autres ont connu la même réticence et la même peur en faisant leurs premiers pas vers le rétablissement. Le partage d'expérience entre eux est l'unique service qu'offrent les Alcooliques anonymes. Le désir d'arrêter de boire étant la seule condition pour devenir membre, ils sont tous égaux. Ce qui est important, c'est de trouver l'aide dont on a besoin, et la plupart du temps, les professionnels de la santé constatent que les membres des

AA sont non seulement disposés, mais empressés d'initier des nouveaux au programme des AA.

Le professionnel de la santé qui travaille en étroite collaboration avec les Alcooliques anonymes de son milieu est en position idéale pour apporter leadership, éducation et soutien dans un domaine qui rapportera de gros dividendes dans la qualité des soins et dans le taux de rétablissement des alcooliques. Nous invitons les professionnels de la santé à assister à une réunion ouverte et à constater ce que les AA offrent à l'alcoolique.

**Unicité de but
et problèmes
autres que
l'alcoolisme**

Certains professionnels définissent l'alcoolisme et la toxicomanie comme l'« abus de substances » ou une « dépendance chimique ». En conséquence, des non-alcooliques sont parfois référés aux AA et encouragés à assister aux réunions des AA. Toute personne peut assister aux réunions *ouvertes* des AA en tant qu'observatrice, mais seules les personnes ayant un problème d'alcool peuvent assister aux réunions *fermées* des AA.

**Comment
entrer en
contact avec
les AA**

Vous trouverez les Alcooliques anonymes sur Internet à aa.org, et dans la plupart des annuaires téléphoniques sous le nom « Alcooliques anonymes ». De plus, des réunions en ligne sont disponibles : les membres faisant partie des forces armées et autres y participent lorsqu'ils se trouvent dans des endroits isolés où il n'y a pas de réunions. Des professionnels de la santé demandent à la personne qu'ils recommandent de composer elle-même, alors qu'elle est encore dans leur bureau, le numéro de télé-

phone des AA, procurant de ce fait une occasion immédiate de demander de l'aide. Il y en a qui incluent tout simplement les AA dans leur plan de traitement.

Les membres du comité de la Collaboration avec les Milieux professionnels de la localité peuvent être très utiles aux professionnels de la santé. Les membres du comité des Centres de traitement de la localité peuvent aussi apporter leur aide si vous avez un client dans un centre de traitement.

De nombreux comités de services des AA locaux iront, sur demande, présenter des exposés informels à votre organisme. Ces séances peuvent être préparées selon vos besoins. Un ordre du jour typique pourrait comprendre un ou plusieurs films produits par les AA, et un exposé par un ou des membres des AA sur « Ce que sont les AA et ce qu'ils ne sont pas ».

Vous trouverez le numéro de téléphone des Alcooliques anonymes dans votre annuaire téléphonique local ou votre journal.

LES DOUZE ÉTAPES DES ALCOOLIQUES ANONYMES

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool, que nous avons perdu la maîtrise de notre vie.

2. Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.

3. Nous avons décidé de confier notre volonté et notre vie aux soins de Dieu *tel que nous Le concevions*.

4. Nous avons procédé sans crainte à un inventaire moral, approfondi de nous-mêmes.

5. Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.

6. Nous étions tout à fait prêts à ce que Dieu élimine tous ces défauts.

7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos défauts.

8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et nous avons consenti à réparer nos torts envers chacune d'elles.

9. Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes dans la mesure du possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous risquions de leur nuire ou de nuire à d'autres.

10. Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.

11. Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, *tel que nous Le concevions*, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.

12. Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.

LES DOUZE TRADITIONS DES ALCOOLIQUES ANONYMES

1. Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu; le rétablissement personnel dépend de l'unité des AA.

2. Dans la poursuite de notre objectif commun, il n'existe qu'une seule autorité ultime : un Dieu d'amour tel qu'Il peut se manifester dans notre conscience de groupe. Nos chefs ne sont que des serviteurs de confiance, ils ne gouvernent pas.

3. Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour être membre des AA.

4. Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les questions qui touchent d'autres groupes ou l'ensemble du Mouvement.

5. Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial : transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore.

6. Un groupe ne devrait jamais endosser ou financer d'autres organismes, qu'ils soient apparentés ou étrangers aux AA, ni leur prêter le nom des Alcooliques anonymes, de peur que les soucis d'argent, de propriété ou de prestige ne nous distraient de notre objectif premier.

7. Tous les groupes devraient subvenir entièrement à leurs besoins et refuser les contributions de l'extérieur.

8. Le mouvement des Alcooliques anonymes devrait toujours demeurer non professionnel, mais nos centres de service peuvent engager des employés qualifiés.

9. Comme Mouvement, les Alcooliques anonymes ne devraient jamais avoir de structure formelle, mais nous pouvons constituer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent.

10. Le Mouvement des Alcooliques anonymes n'exprime aucune opinion sur des sujets étrangers; le nom des AA ne devrait donc jamais être mêlé à des controverses publiques.

11. La politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons toujours garder l'anonymat personnel dans la presse écrite et parlée de même qu'au cinéma.

12. L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions et nous rappelle sans cesse de plaquer les principes au-dessus des personnalités.

**De nombreux professionnels de la santé
ont constaté que la documentation
suivante était utile pour présenter
les AA à leurs clients.**

Brochures_____

Voici les AA (*Une présentation du programme
de rétablissement des AA.*)

Foire aux questions sur les AA (*Réponses à des
questions spécifiques au sujet des AA.*)

Les AA sont-ils pour moi? (*Douze questions illustrées
pour aider à vaincre le déni; facile à lire.*)

Les AA sont-ils pour vous? (*Douze questions pour
aider à vaincre le déni.*)

Un nouveau veut savoir (*Questions et réponses pour
aider le nouveau.*)

Le membre des AA face aux médicaments et à la
drogue (*Expérience de membres des AA avec les
médicaments et autres drogues.*)

Et maintenant, que vais-je faire? (*Pour les personnes
qui quittent un centre de traitement ou de
détention; on y parle de l'aide offerte par
les AA de « l'extérieur ».*)

Petit guide abrégé sur les AA (*Informations
générales sur les AA et explication du
programme en langage simple.*)

Les AA pour l'alcoolique plus âgé — il n'est
jamais trop tard

Vous croyez-vous différent?

Les AA pour la femme

Les alcooliques LGBTQ des AA

Les AA et les autochtones d'Amérique du Nord

Le mot « Dieu » : Membres athées et agnostiques
chez les AA

Les AA pour les alcooliques atteints de maladie
mentale — et ceux qui les parrainent

L'accès aux AA : Des membres racontent comment
ils ont surmonté des obstacles

Vidéos

Les Alcooliques anonymes : Un espoir (*Ce qu'est le mouvement des AA et ce qu'il n'est pas, son objectif premier, le parrainage, le groupe d'attache, les Étapes et les Traditions, et les outils de base pour le rétablissement. Sous-titrage pour les sourds et les malentendants. 15 minutes.*)

Vidéos des AA pour les jeunes (*Des membres des AA, devenus abstinents à l'adolescence et au début de la vingtaine, racontent leurs expériences chez les AA.*)

Une liberté nouvelle (*Tournée dans des établissements pénitentiaires des É.-U. et du Canada, cette vidéo de 30 minutes présente un groupe diversifié de membres des AA qui sont emprisonnés et qui demeurent abstinents.*)

Vidéo des AA pour les professionnels de la santé (*Présentée par trois professionnels médicaux, cette vidéo présente les Alcooliques anonymes et comment le programme des AA répond à la maladie de l'alcoolisme; six minutes.*)

Vous pouvez recevoir un bon de commande et le catalogue des publications des AA approuvées par la Conférence, des vidéos et autre documentation de service en vous adressant au Bureau des Services généraux des Alcooliques anonymes, Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163 ou visitez aa.org.

Les vidéos ci-dessus peuvent aussi être visionnées sur notre site Web.

Pour plus d'informations, visitez www.aa.org
(Informations pour les professionnels) ou contactez
le responsable de Collaboration avec les Milieux professionnels
au Bureau des Services généraux :
cpc@aa.org ou 212-870-3400.

