

La maladie alcoolique est une maladie « globale », qui touche l'être humain dans toutes ses dimensions : son corps, son esprit et l'être social qu'il est. Aussi, pour se rétablir durablement et accéder à une vie réellement meilleure, une personne alcoolique ne doit pas seulement changer son rapport au boire (concrètement : s'abstenir de consommer de l'alcool), elle doit aussi, et peut-être surtout, changer sa façon de se relier au monde, c'est-à-dire aux autres, à soi et à la vie. Il s'agit pour le malade alcoolique de vivre sa vie avec un nouvel état d'esprit, d'être animé par une nouvelle philosophie existentielle, qui se renouvelle dans un processus de changement jamais complètement achevé. L'attitude n'est plus vécue comme menaçante. Donner permet de s'enrichir. L'aide au rétablissement que proposent les Alcooliques Anonymes facilite la prise de conscience de ces données fondamentales.

Le programme en douze étapes et le groupe d'entraide constituent deux outils essentiels, qui permettent de baliser un chemin possible pour autre chose qu'un « rétablissement sec » : une vie meilleure et plus apaisée.

Dr Emmanuel Palomino, psychiatre, responsable d'une unité d'alcoologie administrateur de A.A. France.

faciliter l'adhésion du malade à une démarche thérapeutique

L'accompagnement thérapeutique du malade alcoolique constitue une réelle difficulté, voire une énigme, pour le médecin généraliste, qui se sent parfois seul et impuissant face à un patient en difficulté avec l'alcool. Comment en effet aider une personne en souffrance alors même qu'elle dénie son problème d'alcool, notamment parce qu'elle éprouve un profond sentiment de honte ?

Le plus souvent, le médecin généraliste méconnaît les associations d'aide aux personnes en difficulté avec l'alcool, telles que les Alcooliques Anonymes. Pourtant, ces groupes constituent des partenaires privilégiés, presque indispensables, complémentaires du suivi médical, dans l'accompagnement du patient, grâce à l'aide qu'ils apportent sous différentes formes :

- les réunions de partage, offrant des lieux de parole essentiels, qui permettent un processus d'identification et de déculpabilisation ;
- les contacts téléphoniques lorsque le patient se sent en danger, qu'il a besoin d'aide, et que les professionnels ne sont pas disponibles, notamment la nuit ;
- le soutien apporté aux membres de l'entourage.

Ces associations interviennent aux différentes étapes du parcours du malade : avant, pendant et après les soins. Cela facilite grandement l'adhésion du patient à la démarche thérapeutique et, par la suite, joue un rôle essentiel dans la prévention de la rechute.

J'encourage les mouvements d'entraide à communiquer avec tous les professionnels de la santé. Une meilleure connaissance de ces groupes permettra de développer des relations de confiance et une collaboration efficace.

Dr Yannick Le Blévec, alcoologue, administrateur de la Société française d'alcoologie.

J'ai rencontré les Alcooliques Anonymes il y a trente ans. En tant que médecin découvrant l'alcoologie, j'ai été chaleureusement accueilli lors des réunions « ouvertes ». Au fil des années, des amitiés et des peines ont été partagées.

Je me suis demandé comment, au cours de mes consultations, je pourrais présenter les A.A. à une femme ou à un homme en souffrance, impatient, humilié, susceptible. Voici ce que je leur dis : « Ce groupe vous accueillera et vous aidera si vous le désirez. **Personne ne vous jugera.** On vous proposera un projet fait de plusieurs étapes, dont la première est souvent la plus difficile mais la plus nécessaire : admettre votre impuissance face à l'alcool. Vous entendrez les autres se poser des questions sur le sens de la vie, sur certaines valeurs [...] Ne soyez pas choqué par certaines choses que vous entendrez ; vous verrez plus tard. Il faut apprendre à agir, et non pas à réagir. Les A.A. seront avec vous si vous êtes sincère, si vous leur demandez de l'aide. Comme des frères et des sœurs, ils vous écouteront. » Puis je leur propose de prendre un prénom et un numéro de téléphone. Parfois même, je leur propose de prendre rendez-vous pour eux. **Force, sagesse, sérénité : voilà ce que proposent les A.A. Quel beau projet !**

Prof. Jean-Louis Balmès,
chef de service d'hépatogastro-entérologie.



**Médaille de vermeil
de l'Académie nationale de Médecine
en 2002**

Prenez contact avec nous :

ALCOOLIKES ANONYMES

29, rue Campo Formio

75013 PARIS

tél. 01 48 06 43 68

www.alcooliques-anonymes.fr

**Permanence téléphonique 24 h/24
0820 ECOUTE (ou 0820 32 68 83)**

Copyright 2006

Brochure approuvée par la Conférence des Services Généraux

ALCOOLIKES ANONYMES

UN PARTENAIRE POUR LA PROFESSION MÉDICALE



ALCOOLIKES ANONYMES

Les Alcooliques Anonymes aimeraient coopérer avec vous. Cette brochure vous permettra de mieux nous connaître.

L'alcoolisme est une maladie caractérisée par l'obsession de l'alcool et la perte du contrôle de sa consommation. Comme toute addiction, elle nuit à la santé, à la capacité de travail et au comportement relationnel. L'alcoolisme est une maladie émotionnelle et psychologique autant que physique.

De tout temps, la profession médicale a été une alliée pour les A.A. Selon un récent sondage, un quart des alcooliques rétablis a connu A.A. grâce à un partenaire de la profession médicale ; un tiers estime que le traitement reçu avant de venir aux A.A. a joué un rôle important dans la décision de faire appel à notre association.

Le développement de A.A. montre qu'un nombre croissant d'alcooliques se rétablit de cette maladie. Il existe environ 100.000 groupes dans 180 pays. Actuellement, les femmes constituent 48 % de l'association et les jeunes de moins de 30 ans environ 6 %. Les membres A.A. qui sont abstinents depuis plus d'un an ont de fortes chances de poursuivre leur rétablissement.

L'efficacité de A.A. dans l'obtention et le maintien de l'abstinence est attestée par de nombreux travaux scientifiques. Depuis 1950, près de mille publications dans des revues internationales sont consacrées au seul mode de prise en charge A.A. (*Medline*) et près de quinze mille aux *self-help programs* dans leur ensemble.

Ce qu'est A.A.

L'association se définit dans les termes suivants :

« Les Alcooliques Anonymes sont une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux 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. Les A.A. ne demandent ni cotisation ni droit d'entrée ; nous nous finançons par nos propres contributions.

Les A.A. ne sont associés à aucune secte, confession religieuse ou politique, à aucun organisme ni 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. »

Comme son nom l'indique, A.A. repose sur le principe de l'anonymat, non par honte ni par goût du secret, mais par discrétion et par respect.

Ce que fait A.A.

✓ Les membres A.A. partagent leurs expériences de rétablissement avec tous ceux qui demandent de l'aide pour leur problème d'alcool.

✓ Le programme de rétablissement des A.A. propose à l'alcoolique un nouveau mode de vie qui lui permettra de vivre de façon satisfaisante sans faire usage d'alcool.

✓ Les réunions A.A. proposent un partage sur un thème du programme ou sur une difficulté personnelle

– les réunions fermées sont réservées aux seuls alcooliques.
– les réunions ouvertes sont accessibles aussi à la famille, à l'entourage et aux professionnels qui le souhaitent.

Ce que A.A. ne fait pas

✗ A.A. ne porte pas de diagnostic médical ou psychiatrique, et ne donne pas d'avis sur les traitements et les médicaments.

✗ A.A. ne dirige ni hôpitaux ni centres de soins ou de sevrage ; il ne procure ni logement, ni travail, ni argent, ni aucune autre aide sociale.

✗ A.A. n'accepte pas d'argent de l'extérieur. Il fonctionne grâce aux contributions volontaires de ses membres.

Ce que nous pouvons faire ensemble

Comme l'ont préconisé les Conférences de Consensus 1999 et 2001 de l'Agence nationale d'accréditation et d'évaluation en santé (ANAES) : « Les mouvements d'entraide doivent être impliqués dès le temps du sevrage [...] La rencontre avec un mouvement d'entraide doit toujours être proposée aux patients alcoolodépendants. »

Notre partenariat avec vous peut s'exercer sous différentes formes :

- ✓ aide à la mise en place de réunions sous forme d'antennes, permanences, groupes en structures de soins ;
- ✓ visites aux malades ;
- ✓ participation :
 - à des groupes de parole ;
 - à des informations destinées au corps médical en place et aux futurs professionnels de la santé ;
 - à des tables rondes et des colloques sur la maladie alcoolique.

une démarche humaniste

J'ai eu la chance de rencontrer les Alcooliques Anonymes au tout début de ma pratique professionnelle en alcoologie. Les interlocuteurs que j'ai rencontrés m'ont initiée à la démarche A.A. et ont su éveiller en moi le désir d'en connaître davantage. Je me suis donc rendue à des réunions et j'ai pu constater la force de la philosophie de l'existence qui se dégage des groupes. Dans cette proposition d'aspect rituel et structurant, les rencontres sont commandées par un souci de respect de la parole et de l'écoute de l'autre. Cette humilité dans le partage de la souffrance est un espace à préserver, elle prépare le sujet alcoolique à s'ouvrir sincèrement à l'autre et procède d'une démarche humaniste qui fait parfois si cruellement défaut aux institutions soignantes. C'est pour l'ensemble de ces raisons que les A.A. sont devenus pour moi de véritables partenaires. Ils ouvrent une part de possible, proposent un modèle identificatoire (parrainage) et s'inscrivent dans le temps, et à contre-temps, de l'accueil institutionnel.

Isabelle Boulez, psychologue clinicienne en CHU

Les associations d'aide aux personnes en difficulté avec l'alcool telles que les Alcooliques Anonymes sont des aides indispensables dans l'accompagnement des patients souffrant d'alcoolisme. Il faut leur expliquer l'intérêt de ces groupes d'auto-soutien et faire en sorte que, même s'ils sont réticents ou s'ils ont un a priori négatif, ils assistent à une ou deux réunions pour se faire un avis et ne pas rester sur une idée préconçue. L'aide des groupes doit être préconisée simultanément avec d'autres formes de prise en charge (médicaments, psychothérapie, activités visant au mieux-être corporel...). Le traitement de la maladie alcoolique doit être assuré par différentes personnes et de diverses façons. Ces différentes prises en charge ne se superposent pas, elles sont étroitement liées. Il est de notre devoir d'accompagner les patients dans la possibilité de découvrir et d'essayer les différentes aides qui existent.

Les mouvements d'entraide sont avant tout des lieux d'échange et de partage. A tout moment, on peut y renouer avec d'autres personnes, avoir de nouveau une vie sociale, dans une société de plus en plus individualiste. Pour parler librement de ses difficultés avec l'alcool, il faut être face à des personnes qui peuvent entendre et qui ont une écoute particulière. On sait qu'il est beaucoup plus facile de parler de ses difficultés avec des personnes qui ont connu les mêmes.

Dr Sylvie Angel, psychiatre,
fondatrice d'un centre de thérapie familiale.

une aide complémentaire dans l'accompagnement