



Santé
Réduction des Risques
Usages de Drogues

SWAPS n° 23



Le point sur

Groupes d'entraide: Des Alcooliques aux Narcotiques anonymes

par Marie Jauffret

Les "Alcoholics anonymous" (AA) ont été créés en 1935 par deux amis alcooliques, Bill W. et Docteur Bob, qui, après avoir vainement essayé des solutions institutionnelles pour arrêter de boire, y sont parvenus en s'aidant mutuellement sans le soutien des professionnels. Avant de créer les AA, tous deux fréquentaient les groupes Oxford, un mouvement évangélique axé sur le relèvement spirituel des alcooliques. Les premières années, les deux groupes sont très liés, même si AA propose une version laïque du "rétablissement". Mais dès 1939, les AA s'autonomisent et publient leur ouvrage intitulé *Alcoholics anonymous* plus connu de ses membres comme le *Big Book*. Les groupes AA introduisent alors la démocratie, le volontariat, l'autonomie et l'anonymat comme principes, et se construisent autour de l'histoire de ses deux fondateurs qui transforme Bill W. et Docteur Bob en figures d'identification pour les anciens buveurs membres des AA. Pour les AA, le problème de l'alcoolisme ne réside pas dans le produit alcool, mais dans la personne qui le consomme. En effet, certains individus seraient atteints d'une "*maladie*" qui prendrait la forme d'une allergie à l'alcool. Ces individus "*malades*" seraient incapables de boire modérément et mettraient leur vie en péril. Ainsi, seule l'abstinence d'alcool pourrait leur permettre de se rétablir et d'atténuer les souffrances liées à leur consommation abusive. Toutefois, les AA n'imposent en aucun cas cette abstinence au reste de la population qui ne souffre pas de consommation excessive d'alcool.

Gregory Bateson a étudié l'efficacité et le succès des AA en lui appliquant l'analyse systémique. Il montre que la problématique de l'alcoolisme est due à la division entre le corps et l'esprit: l'alcoolique sait qu'il doit arrêter de boire, mais il ne peut y parvenir. Face à une bouteille, l'alcoolique se place en situation de compétition: la bouteille constitue un défi qui ne peut être résolu qu'en la vidant. Il se retrouve rapidement dans une situation de double contrainte: il ne peut plus boire, mais il ne peut plus ne pas boire, situation que les AA nomment "*toucher le fond*". En entrant dans les groupes AA, l'alcoolique rompt avec l'ancien système épistémologique basé sur la rivalité (symétrie) dans lequel il était enfermé pour adhérer à une nouvelle épistémologie basée sur la complémentarité développée par les AA. Il apprend tout d'abord à accepter son impuissance face à l'alcool et à s'en remettre à un tout (le groupe) pour arrêter de boire. Il est ensuite intégré dans un système qui lui fait prendre conscience du fait qu'il doit certes guérir pour lui-même, mais aussi pour préserver ce tout dont il fait partie .

Ce n'est que dix huit années plus tard, en 1953, que les "Narcotics anonymous" (NA) sont créés aux Etats-Unis sur le modèle des Alcoholics anonymous par des membres AA qui ne parvenaient plus à s'identifier aux alcooliques. L'identification, qui est un des fondements de l'efficacité des groupes d'entraide, fonctionne mal entre les alcooliques et les toxicomanes. Tout d'abord, les générations diffèrent car chez les AA, la moyenne d'âge est plus élevée; ensuite, les produits consommés ne sont pas les mêmes puisque chez les AA seul l'alcool constitue un problème et la visée de l'abstinence concerne essentiellement ce produit. La théorie de la dépendance mise en avant par NA est plus large que celle proposée par les AA. Si AA propose une aide pour arrêter de boire de l'alcool, NA propose à ses membres une abstinence de "*tout produit modifiant le comportement*", ce qui englobe non seulement des substances illicites appelées "*drogues*", mais aussi des substances licites telles que l'alcool ou les médicaments psychoactifs.

En France, les "Narcotiques anonymes" voient le jour en 1984 par l'intermédiaire de quelques "*dépendants*" devenus abstinents aux Etats-Unis grâce aux réunions NA. Les premières réunions se tiennent à Paris. Le groupe est alors constitué de quelques personnes et se développe ensuite progressivement dans quelques villes de province comme Marseille, Nantes, Bordeaux ou Toulouse. Les fraternités NA et AA ne jouent pas dans la même cour car actuellement, 62 réunions NA ont lieu chaque semaine en France contre 550 réunions AA ; et si AA compte approximativement 10000 membres , NA n'en regroupe que quelques centaines lors de ses conventions annuelles . Il reste toutefois difficile d'évaluer l'importance de ce phénomène dans la mesure où ces groupes anonymes ne disposent pas de fichiers de leurs membres. Chaque personne qui fréquente les réunions NA

ou AA est libre d'y retourner ou pas, aucune obligation de cotisation ou de participation n'est exigée, et la démarche est volontaire, "*le désir d'arrêter de consommer*" étant la seule condition pour devenir membre de ces groupes.

Au-delà de leurs différences, les groupes AA et NA ont en commun de se définir comme une "*fraternité*" dans laquelle l'identification et l'entraide sont des éléments essentiels. L'identification se déroule en deux phases: tout d'abord, lors des réunions, les "*dépendants*" peuvent identifier dans le discours des autres ce qu'ils ont pu vivre durant leurs années de consommation; ensuite, les plus anciens peuvent représenter un modèle de rétablissement et de mode de vie et permettre aux nouveaux de devenir abstinents à leur tour. L'entraide constitue un autre élément central du programme. Dès son arrivée, un nouveau est accueilli par d'autres membres de NA. Au sein de ce collectif, se crée un échange mutuel: un "*dépendant*" reçoit l'aide des autres membres afin de se "*rétablir*" personnellement et grâce à son propre "*rétablissement*", il aide également les autres. Un mouvement perpétuel existe entre l'individu et le collectif, aider les autres étant considéré comme la meilleure façon de s'aider soi-même en redonnant ce qu'on a reçu selon le principe de l'aidant . L'engagement dans le groupe acquiert alors une fonction thérapeutique.

En France, les groupes NA constituent un phénomène relativement récent et restreint, mais ces groupes ont une toute autre ampleur aux Etats-Unis. Un "*dépendant*" new-yorkais peut faire son choix parmi les deux mille réunions NA qui lui sont proposées par semaine, alors qu'un dépendant parisien ne pourra choisir que parmi 41 réunions. Aux Etats-Unis, les AA ont également une autre dimension, des études menées en population générale montrent que 3,1% des adultes américains ont participé à des réunions AA et que 9% y ont assisté soit pour des proches, soit pour eux-mêmes .

Alcooliques Anonymes : 01 43 25 75 00

Narcotiques Anonymes: 01 48 58 38 46 ou 01 48 58 50 61