

SUGGESTIONS

POUR L'ANIMATION

DE RÉUNIONS DE DÉBUTANTS

- **Les formules de réunions les plus efficaces**
- **La préparation de l'animateur**
- **Le choix des sujets de discussion**

Cette brochure s'adresse à tous les membres des AA. Bien qu'elle soit d'abord destinée aux groupes qui offrent des réunions de débutants ou à ceux qui les animent, tout autre membre des AA trouvera intérêt à la lire.

Par l'aide qu'il donne ou reçoit, chaque membre des AA est un maillon d'une chaîne universelle. Nous nous rattachons tous à cette chaîne pour sauver notre vie ; pourtant nous en faisons tous partie et nous comptons sur tous les autres pour qu'elle ne se brise pas.

Cette brochure explore donc les moyens de renforcer les maillons - des moyens qui nous permettent de demeurer abstinents en aidant d'autres alcooliques à ne pas prendre leur premier verre, une journée à la fois. C'est un ensemble de suggestions tirées de groupes d'un peu partout en vue d'aider les nouveaux à trouver l'abstinence et à l'améliorer grâce à notre méthode.

LES FORMULES DE RÉUNION LES PLUS EFFICACES

Plusieurs formules réussissent, variant de rencontres informelles en petits groupes où ce sont surtout les nouveaux qui s'expriment librement en présence d'un animateur différent à chaque réunion, jusqu'aux séries planifiées de rencontres en groupes plus nombreux, où un même animateur s'inspire de thèmes spécifiques aux AA pour donner des causeries préparées à l'avance.

C'est le mélange des deux types de réunions qui semble le mieux réussir. Les groupes constatent qu'un nouveau a plus de chance de se rétablir s'il peut le plus tôt possible participer activement aux échanges d'opinion ; d'autre part, il a également besoin qu'un membre d'expérience lui expose les faits essentiels sur l'alcoolisme et sur notre programme de rétablissement.

C'est pourquoi bon nombre de réunions de débutants comprennent (1) un bref exposé de l'animateur, d'au plus vingt à trente minutes dans une réunion d'une heure, et (2) un échange entre tous les membres présents.

GRANDES LIGNES D'UN PLAN RECOMMANDÉ À L'ANIMATEUR

D'après l'expérience de plusieurs animateurs de réunions de débutants, les remarques d'ouverture comprennent ordinairement ce qui suit :

1. Souhaiter la bienvenue au nouveau. (Le nouveau membre est essentiel au bien-être et à la croissance du Mouvement. Au cours des premières semaines, il découvrira que sa nouvelle expérience en fait un lien essentiel pour rejoindre d'autres alcooliques qui souffrent encore.)
2. Rassurer le débutant sur le respect de son anonymat.
3. Rappeler que l'animateur, comme tout autre membre, n'exprime que ses opinions personnelles ; personne ne peut se prononcer au nom du Mouvement tout entier (ou même au nom d'un groupe).
4. Dire un mot sur la taille et la portée du Mouvement.
5. Relater brièvement son expérience, y compris les éléments ordinaires d'un message AA : l'animateur s'identifie comme alcoolique (pas nécessairement en racontant ce qu'il a *fait* quand il buvait mais ce qu'il *ressentait*) ; il décrit son arrivée chez les AA, son rétablissement par la méthode et les bénéfices qu'il en a retirés.
6. Donner quelques commentaires sur tout sujet qui, de l'avis de l'animateur, répond aux besoins ou aux attentes du nouveau. (On trouvera des suggestions dans les pages suivantes.)
7. Donner quelques renseignements sur les autres réunions tenues dans la localité.
8. Recommander la lecture des publications des AA, de sorte que le nouveau puisse apporter le message avec lui après la réunion sous forme de livres, de brochures ou de la revue *La Vigne AA*.

UN MEMBRE PEUT-IL SE PRÉPARER À ANIMER UNE RÉUNION DE DÉBUTANT ?

La plupart croient que c'est possible pourvu qu'on demeure ouvert aux suggestions découlant de l'expérience des autres. Cette brochure présente en résumé une expérience de ce genre, elle indique les publications approuvées par la Conférence où l'on peut découvrir la pensée AA sur plusieurs sujets importants. Par exemple, le livre *Vivre... sans alcool !* rédigé à l'intention des nouveaux, permet de trouver réponse à plusieurs questions posées par les débutants.

Si l'animateur est prêt à ne « reculer devant rien » pour venir en aide aux nouveaux, la préparation de sa réunion devient une expérience passionnante et gratifiante plutôt qu'une corvée.

Comme l'écrivait un animateur : « Après tout, je suis responsable ». En effet, l'expérience de l'ensemble du Mouvement depuis plus de soixante-dix ans indique fortement que quiconque s'engage à animer des réunions de débutants devrait considérer ce privilège comme une grande responsabilité et s'y adonner pleinement.

CHOIX DES SUJETS DE DISCUSSION POUR RÉUNIONS DE DÉBUTANTS

1 - Comment ne pas prendre un verre une journée à la fois

(Dans toutes les séries de réunions pour débutants, on retrouve ordinairement de nouveaux visages à chaque rencontre. C'est pourquoi les animateurs ont jugé bon de toujours inclure ce sujet au programme de chaque réunion.)

Quand nous sommes arrivés chez les AA, beaucoup parmi nous ne se rendaient pas compte que c'est le *premier* verre qui déclenche le besoin de boire toujours davantage, qui nous induit faussement à croire que nous pouvons sans problème en prendre un autre, puis un autre et un autre.

Ce danger nous paraît évident maintenant, mais plusieurs de nos débutants d'aujourd'hui sont aussi déroutés que nous pouvions l'être jadis sur ce point. Il est donc d'usage que l'animateur insiste sur la portée du premier verre et indique comment on peut l'éviter, au moins pour une journée ou pour une heure.

Pour ce faire, chaque membre des AA semble avoir sa recette préférée et les autres membres présents peuvent toujours ajouter leurs suggestions à celles qui suivent :

1. Vivre 24 heures à la fois (ou si nécessaire, une minute à la fois).
2. Éviter la fatigue, d'être affamé, la colère et l'ennui.
3. Garder le contact avec son parrain et parler de ses problèmes personnels avec lui.
4. *Retarder* l'heure du premier verre.
5. Aller à de nombreuses réunions des AA.
6. Garder des publications des AA sur soi.

7. Prier - peu importe la manière qui convient au nouveau.
8. Modifier sa routine, surtout aux heures où l'on avait l'habitude de boire, pour changer ses anciennes habitudes.
9. S'entretenir avec d'autres membres, face à face ou au téléphone (surtout aux heures où l'on avait l'habitude de boire).
10. Passer du temps dans les salles de réunion ou dans les bureaux de service, là où des membres se réunissent en dehors des heures ordinaires de réunion.
11. Commencer à mettre les Douze Étapes en pratique pour lutter contre les menaces à l'abstinence que sont le ressentiment, l'apitoiement, la tendance à vivre dans le passé ou dans l'avenir.

2 - *L'alcoolisme comme maladie*

On trouvera une importante révélation sur la façon de réussir le travail de Douzième Étape dans le livre *Les Alcooliques* et dans *Le mouvement des AA devient adulte*.

Un alcoolique doit généralement reconnaître qu'il souffre d'une maladie et qu'il n'est plus en mesure de contrôler sa propre vie avant d'accepter de l'aide. Cela vaut, semble-t-il, même pour les nouveaux qui sont contraints par d'autres à se présenter une première fois chez les AA.

On trouvera dans le livre *Les Alcooliques anonymes*, au chapitre « L'opinion du médecin », un résumé de la position de la médecine sur l'alcoolisme, qui a contribué à la naissance des AA. Elle est plus amplement décrite dans les trois premiers chapitres du « Gros Livre », de même que dans les brochures « Trois Causeries à des sociétés médicales » par Bill. W., et « Les AA : une ressource pour les professionnels de la santé ».

Les membres des AA utilisent plusieurs bonnes descriptions de la maladie quand ils parlent d'une « maladie à trois volets », une « maladie progressive », une « compulsion doublée d'une obsession », etc. (Voir la brochure « 44 questions », dans cet envoi.)

Plusieurs nouveaux ont aussi été éclairés par des échanges sur les diverses définitions de l'alcoolisme, sur les symptômes de la maladie, sur l'inutilité de certains efforts de volonté mal dirigés dans la lutte contre l'alcoolisme, ou sur la futilité d'insister *d'abord* sur une connaissance intellectuelle de la maladie avant de vouloir *mettre en pratique* le programme des AA.

3 - Notre méthode :

Les Douze Étapes suggérées comme programme de rétablissement

Un grand nombre de ceux qui visitent les AA pour la première fois se demandent quelle est au juste *notre méthode*.

On reconnaît là, bien sûr, le titre du cinquième chapitre du livre *Les Alcooliques anonymes*, qui constitue le cœur du message des AA, inclus dans cet envoi.

Comme le nouveau a été prévenu que « chez les AA, il n'y a rien d'obligatoire » , il semblerait sage de lui expliquer que les Douze Étapes *suggérées* sont un résumé de l'expérience de rétablissement des initiateurs du Mouvement.

Les hommes et les femmes de qui nous tenons ces Étapes se sont rendu compte qu'ils ne pourraient jamais rejoindre personnellement un grand nombre d'alcooliques qui avaient besoin de leur secours. Ils ont donc compris qu'ils devaient choisir judicieusement leurs mots pour décrire aussi honnêtement et complètement que possible la voie qu'ils avaient prise.

Les animateurs de réunions de débutants s'accordent généralement à dire qu'on n'aide guère les nouveaux en leur servant des interprétations compliqués ou des sermons écrasants sur les Douze Étapes. Les Étapes parlent d'elles-mêmes et clairement ; chaque nouveau est libre, naturellement, de les interpréter et de les appliquer comme il l'entend.

Il revient à l'animateur de s'assurer que le nouveau puisse obtenir une version authentique. Il est vrai que les débutants ne sont peut-être pas en mesure de faire une lecture sérieuse, mais ils feront quand même bien de lire le plus tôt possible le livre *Les Alcooliques anonymes*. Certains groupes leur en font cadeau et d'autres le vendent ; certains créent une « bibliothèque de prêt » de publications des AA ; il y en a même qui offrent le Gros Livre, ou *Les Douze Étapes et les Douze Traditions* comme « prix de présence » .

4 - Les Douze Traditions :

Les leçons tirées des erreurs des AA

Les Traditions expliquent les nombreuses attitudes d'apparence contradictoire et qui déconcertent le nouveau quand il s'initie à une association qui fonctionne malgré un manque de structure manifeste : il y a « l'anonymat », et pourtant il arrive que dans les réunions, on utilise les noms et les prénoms ; il n'y a « pas de cotisation ni droit d'entrée » , et pourtant on fait une collecte.

Un échange sur les origines des Traditions en rapport avec les premières erreurs des AA peut répondre à de nombreuses questions et dissiper certaines inquiétudes chez les nouveaux.

Tout en racontant sa propre expérience dans l'application des Traditions, l'animateur peut aider le débutant à comprendre l'importance de faire passer les principes avant les personnalités, de l'anonymat dans la presse écrite ou parlée, de la conscience de groupe, de l'autofinancement, et du refus d'affiliation des AA avec tout autre organisme.

Pour la plupart d'entre nous, il est tout aussi important de savoir ce que les AA *ne peuvent pas* faire que de savoir ce qu'ils *peuvent* faire, pour que nous n'allions pas attendre plus qu'ils ne peuvent offrir. On trouvera la liste des services que n'offrent pas les AA dans la brochure « Les Alcooliques anonymes dans votre milieu », inclus dans cet envoi.

Si l'animateur désire s'assurer qu'il comprend bien les Traditions, il lui est recommandé d'étudier avec soin *Les Douze Étapes et les Douze Traditions*, de même que *Le Mouvement des AA devient adulte*, ainsi que la brochure « Les Douze Traditions illustrées ».

5 - Les publications des AA - Servir les autres

La plupart des membres conviennent que les débutants sont en droit de connaître *tous* les services mis à leur disposition par les AA.

Ces services comprennent les publications produites par A.A. *World Services, Inc.*, qui offrent un vaste échantillon des diverses formules d'aide apportée par les AA. Elles reflètent avec soin le plus large consensus possible du Mouvement à l'échelle mondiale et non pas seulement les opinions personnelles de quelque individu ou les perceptions originales d'un certain endroit.

Souligner la nature et le contenu de ces publications pourrait s'avérer le plus grand service à rendre au nouveau car ainsi, on l'encourage à chercher lui-même les réponses à ses questions.

On peut aussi offrir aux nouveaux une autre source de découverte en les initiant à notre troisième Legs, le Service, et en leur faisant comprendre leur propre rôle comme nouveaux maillons dans notre chaîne universelle d'amour et de service.

Il est facile d'expliquer la vocation d'aide des AA auprès des alcooliques quand on l'a découverte dans la brochure intitulée « Le groupe des AA ». On peut aussi se renseigner sur la structure générale du service en lisant la brochure « La structure de l'association des AA ».

6 - Autres éléments du rétablissement chez les AA

En plus des cinq suggestions décrites ci-dessus, de nombreux groupes font état d'autres sujets étudiés dans leurs réunions de débutants :

- a) L'expérience initiale des AA, telle que décrite dans les livres *Les Alcooliques anonymes* et *Le Mouvement des AA devient adulte*.
- b) Le désir d'acquiescer l'abstinence pour soi-même.
- c) La libération de la compulsion et de l'obsession de boire.
- d) Qui peut devenir membre des AA et comment s'y joindre ? Un grand nombre de débutants éprouvent un profond soulagement devant l'absence de tout rituel officiel, de tout « engagement signé », et de toute autre formalité d'adhésion au Mouvement. Tous peuvent assister à une réunion *ouverte* des AA. Il suffit d'avoir un problème d'alcool pour devenir membre. Les personnes affectées de double dépendance peuvent aussi devenir membre *s'ils souffrent d'alcoolisme*.
- e) L'acceptation de certaines vérités sur soi-même ; l'honnêteté comme fondement de notre méthode.
- f) La Prière de la Sérénité.
- g) Les slogans des AA.

- h) Le parrainage : comment trouver un parrain ? comment changer de parrain s'il y a lieu ? (Consulter la brochure « Questions et réponses sur le parrainage », ci-jointe.)
- i) La famille (voir les chapitres 8 et 9 intitulés « Aux conjoints » et « La famille et le rétablissement » de *Les Alcooliques anonymes*) et les moyens offerts aux parents non alcooliques de comprendre l'alcoolique (Les groupes familiaux Al-Anon et Alateen.)
- j) Le langage des AA. La plupart des animateurs de réunions de débutants s'accordent à dire qu'il est très important d'expliquer aux nouveaux le jargon propre aux AA. Il est indispensable, en effet, que dans ces réunions, les échanges soient aussi simples et intelligibles que possible. Plusieurs nouveaux se présentent en ignorant tout des AA et, comme la plupart s'en souviennent pour l'avoir vécu, bien peu de débutants sont capables mentalement d'assimiler rapidement des explications ou des idées complexes.
- k) Le réveil spirituel. Depuis que Ebby T. a porté avec succès pour la première fois le message de la Douzième Étape auprès de Bill W., on a insisté pour que chaque membre des AA se forme une opinion *personnelle* des outils de rétablissement des AA. Pour mieux comprendre la place du réveil spirituel dans le rétablissement, on peut consulter le livre *Les Alcooliques anonymes* aux chapitres « Nous les agnostiques », « Au secours des autres », « La vie qui vous attend » et « L'expérience spirituelle ». La Douzième Étape dans *Les Douze Étapes et les Douze Traditions* et dans *Le Mouvement des AA devient adulte* ; de même que les brochures « 44 Questions » et « Questions et réponses sur le parrainage ».
- l) Les sédatifs sont-ils dangereux pour l'alcoolique ? (Consulter la brochure « Le membre des AA face aux médicaments et à la drogue »).

SUGGESTIONS POUR L'ORGANISATION DES RÉUNIONS DE DÉBUTANTS

Chez les AA, on attache beaucoup d'importance à la rotation des tâches dans un groupe (voir « Le groupe des AA »). Quand un membre a animé une série de réunions de débutants (soit entre quatre et douze réunions, bien que le nombre idéal semble être de six), un autre membre vient prendre la relève pour une nouvelle série. Les groupes préfèrent généralement alterner les rôles, confiant une première série à un homme et la suivante à une femme. D'autres groupes préfèrent un animateur différent à chaque réunion de débutants.

Dans les régions où les réunions de débutants obtiennent un taux de succès particulièrement élevé, on semble généralement s'entendre sur les points suivants :

- 1) Les réunions de débutants devraient se tenir à d'autres moments et en d'autres locaux que les réunions ordinaires ouvertes ou fermées. Dans certains endroits, on les tient pendant l'heure qui précède la réunion ordinaire. Ailleurs, la réunion de débutants se tient à l'heure de la réunion ordinaire, soit dans un autre local (si on dispose de l'espace voulu), soit un autre soir.

- 2) Une atmosphère intime et dégagée semblera plus sympathique aux débutants et favorisera leur participation. En vue de cet objectif, il est préférable de faire asseoir les membres autour d'une grande table.
- 3) Personne ne devrait dominer la réunion, ni l'animateur, ni les membres qui ont plus d'ancienneté. Le rôle de l'animateur est de veiller à ce que la réunion ne se transforme pas en une forme de discussion, où les membres plus expérimentés prennent la parole au détriment du nouveau.
- 4) On devrait donner au nouveau toute la facilité de s'exprimer, mais il ne faut en aucun cas qu'il se sente « mis en boîte » ou sur la défensive sous le feu des questions.
- 5) Tous les membres des AA devraient se sentir les bienvenus aux réunions de débutants, pour y rencontrer de nouveaux membres et leur venir en aide.
- 6) Il est toujours utile d'offrir des publications de rétablissement et une liste de réunions au nouveau.

*Publication approuvée par
la Conférence des Services généraux*

Titre original

Suggestions for Leading Beginners Meetings

**A.A. WORLD SERVICES, INC.
BOX 459 GRAND CENTRAL STATION
NEW YORK, NY 10163, USA**