

ÉTÉ 2020

Information sur les AA

UN BULLETIN DESTINÉ AUX PROFESSIONNELS



À L'INTÉRIEUR :
Le Quatrième
Atelier des femmes
hispaniques
membres
des AA

La technologie, les professionnels et les AA

En cette période difficile de pandémie de COVID-19, il existe plusieurs façons de présenter les AA aux gens sans avoir à assister à une réunion en personne. Fidèle à l'esprit de collaboration des AA avec le milieu professionnel, Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (AAWS) et les intergroupes locaux des AA, fournissent plusieurs ressources numériques aux professionnels et aux personnes qui cherchent de l'aide pour un problème d'alcool. « Avec ces outils, notre objectif est de partager de l'information sur les AA avec un public élargi et de mettre ces gens en contact avec des membres des AA locaux », indique Diana L., membre du personnel assignée à la Collaboration

avec les milieux professionnels (CMP) au Bureau des services généraux (BSG) des AA à New York.

En novembre 2019, le BSG créait sa propre page LinkedIn, fournissant aux professionnels une brève description des AA et un lien vers le site Web du BSG (www.aa.org) où l'on trouve des vidéos et des brochures destinées aux professionnels et à toute personne qui cherche de l'aide pour un problème d'alcool, ainsi que des moyens de trouver des réunions des AA locales et des mises à jour sur la pandémie de COVID-19.

Selon Diana, la page s'est développée lentement, avec la conférence annuelle d'élaboration des politiques pour en contrôler l'utilisation et discuter de lignes directrices pour

des affichages réguliers. Pour l'instant, le seul affichage sur la page LinkedIn est une liste d'événements professionnels nationaux où les AA auront des kiosques d'information. Jusqu'à présent, la page LinkedIn enregistre 360 visiteurs, pour une moyenne de 300 visites uniques et environ 60 à 80 clics. Les professionnels ont aussi commencé à marquer la page et à recommander les AA à des collègues. Par exemple, un professionnel des ressources humaines s'intéressant à la santé mentale des employés de restaurant a recommandé à ses collègues la « Vidéo des AA à l'intention des professionnels de l'emploi et des ressources humaines » pour une meilleure compréhension de l'alcoolisme et afin d'offrir une aide allant au-delà de la simple recommandation d'un programme d'aide aux employés (PAE). Selon Diana, « cet affichage montre la collaboration de nos amis professionnels qui ont utilisé les ressources numériques que nous avons mises à leur disposition, et cela pourrait aider des membres des AA locaux à devenir une ressource pour les professionnels aux États-Unis et au Canada ».

DES ATOUTS NUMÉRIQUES D'AIDE AU RÉTABLISSEMENT

Le BSC exploite un autre atout numérique, une chaîne YouTube. On y trouve des rubriques destinées aux professionnels, y compris des témoignages vidéo de membres des AA en rétablissement et de courts messages d'intérêt public à faire jouer dans les salles d'attente. Le dernier message en date est « Jeune et abstinente chez les AA : de la boisson au rétablissement ». On peut également explorer, sur YouTube, la chaîne du AA Grapevine, qui propose des enregistrements audio à partir de la revue mensuelle internationale des AA, *The Grapevine*. Voilà encore une autre façon, pour les gens, de connaître les AA sans avoir à assister en personne à une réunion.

« En cette période de changement, les réunions en personne ne sont pas toujours possibles. »

Avant la pandémie de COVID-19, les demandes d'aide en ligne provenaient de personnes cherchant des réunions, mais également préoccupées par les problèmes d'anonymat liés à la participation à une réunion en personne. La Douzième Tradition des AA (d'un ensemble de principes orientant les relations internes et externes de l'organisation) stipule : « L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos Traditions et nous rappelle sans cesse de placer les principes au-dessus des personnalités. » Même si ce principe de l'anonymat est bien ancré chez les AA, certaines personnes s'inquiètent encore de la stigmatisation liée à l'alcoolisme et se sentent plus à l'aise d'assister à des réunions en ligne, explique Homer M., membre des AA de longue date et directeur au conseil d'administration d'AAWS.

Heureusement pour ces personnes et d'autres, il existe de nombreuses possibilités de réunions en ligne, d'associations virtuelles et autres formes de soutien accessibles. Les réunions en ligne et les intergroupes locaux (chacun ayant son propre site Web de ressources et de listes de réunions) font partie intégrante de la présence virtuelle des Alcooliques anonymes depuis plusieurs années. Même avant la pandémie, de nombreux membres des AA dans le monde entier — confinés chez eux, vivant dans des régions isolées ou en poste dans des lieux éloi-

gnés — pouvaient déjà participer à distance grâce aux publications des AA, aux communications téléphoniques avec d'autres membres, à la correspondance par lettre ou courriel et aux réunions en ligne.

En particulier maintenant, avec la pandémie de COVID-19, un professionnel souhaitant orienter un patient aux prises avec l'alcoolisme vers une réunion en ligne, peut choisir parmi les cinq formats de base suivants : les réunions par courrier électronique, par l'envoi d'un courriel sur un sujet spécifique ; le clavardage (texte), avec une discussion en direct selon le même format qu'une réunion en face à face ; les forums de discussion ou les babillards électroniques (actifs en tout temps), où un sujet est affiché et où les membres du groupe commentent ; les réunions téléphoniques selon la formule téléconférence ; enfin, les réunions sur les différentes plateformes audio/vidéo (telles que Skype, WebEx, Zoom, PalTalk et autres) qui suivent un format semblable aux réunions en personne.

TROUVER LE FORMAT QUI CONVIENT

Pendant la pandémie, alors qu'il n'est plus possible de se rencontrer en personne en toute sécurité, les plateformes audio/vidéo — en particulier Zoom — sont devenues des lieux de rencontre populaires. Nombre de ces réunions Zoom sont actuellement répertoriées auprès des intergroupes locaux et permettent aux membres et aux nouveaux venus d'avoir facilement accès aux informations nécessaires. La pandémie a eu un impact certain sur la fréquence et l'utilisation des réunions en ligne. Afin de respecter les exigences de confinement des divers gouvernements, environ 95 % des réunions ont lieu en ligne. Les réunions téléphoniques ont aussi augmenté pendant la pandémie.

Pour ce qui est de trouver la réunion

et le format appropriés, Homer M. indique : « Souvent, il s'agit d'explorer les différents formats puis de décider, individuellement, ce qui convient le mieux. Si un groupe ne répond pas aux besoins de quelqu'un ou est difficile à rejoindre, la personne peut en essayer un autre. » En outre, il existe une poignée de groupes en ligne qui fournissent les pièces justificatives, avec vérification par courriel, pour quelqu'un à qui un tribunal a enjoint d'assister à un nombre défini de réunions. Ces dernières années, les intergroupes ont observé une augmentation significative de telles demandes lors des réunions en ligne. « Je pense que cela peut être particulièrement utile aux professionnels et à leurs clients lorsque l'accès aux réunions en personne est limité, indique Homer. En cette période de changement, les réunions en personne ne sont pas toujours possibles. »

Avec l'utilisation omniprésente des téléphones intelligents, l'application Meeting Guide du BSG constitue une façon pratique de trouver, en quelques clics à peine, une réunion dans sa région. L'application est aujourd'hui connectée à des centaines de sites Web d'intergroupes locaux ou de bureaux centraux des AA, ce qui permet d'avoir accès à des informations à jour sur les lieux et les horaires des réunions. Ce guide de réunion simple à utiliser permet aux professionnels — psychiatres, conseillers, agents de probation et autres — d'orienter les personnes vers les réunions en quelques minutes. Chaque inscription indique clairement le nom, l'adresse, l'heure et le type de réunion dont il s'agit. Près de 124 768 réunions sont actuellement disponibles sur l'application, et l'on compte 251 000 utilisateurs actifs par mois.

Alors que le monde est en constante transformation, les membres des AA continuent d'adapter leur façon de rejoindre les personnes en quête d'aide et de collaborer avec les milieux professionnels dans la recherche de ressources pour le rétablissement des alcooliques qui souffrent. « Nous

allons assister à une augmentation importante du recours à la technologie pour les communications courantes », conclut Homer, en référence au contexte actuel de pandémie. « Je

crois fermement que la technologie fait ses plus grands progrès quand les besoins sont pressants. Cela va avoir un effet durable sur la façon dont les AA vont rejoindre le nouveau venu. » ■

Un administrateur non alcoolique des AA



Le Dr Al J. Mooney, de Cary (Caroline du Nord), a été choisi pour faire partie des sept administrateurs de classe A (non alcooliques) au service de l'association des AA. Né en 1948 à Statesboro (Géorgie), M. Mooney était le fils d'un chirurgien et d'une infirmière. « Je suis un médecin de la sixième génération, dit-il. Se lancer en médecine, c'est ce que faisait notre famille. »

Dans le cadre de sa formation de résident en médecine familiale à l'université de la Caroline du Nord, à Chapel Hill, Mooney a souvent entendu d'autres résidents et professeurs parler de la nature désespérée des alcooliques. « Un résident en médecine interne, se souvient Mooney, m'avait suggéré d'identifier tous les alcooliques dans ma pratique, puis il m'avait conseillé d'accorder toute mon attention aux autres parce qu'on ne peut pas aider les alcooliques. »

Mais M. Mooney a également rencontré, à l'Université de la Caroline du Nord, un de ses mentors, John Ewing, professeur, psychiatre et premier

directeur du Bowles Center for Alcohol Studies. Au départ, le Dr Ewing voulait croire que les personnes ayant un problème d'alcool pouvaient apprendre à boire sainement, mais il a ensuite réalisé que l'approche des AA, en matière d'abstinence, était la seule solution. Ewing et son équipe étaient à l'avant-garde de la recherche sur les causes, le traitement et la prévention de l'alcoolisme.

Sans surprise, M. Mooney a bâti sa carrière professionnelle et sa pratique là où il pouvait aider les alcooliques dans le cadre du processus de rétablissement. « Je considérais, dit-il, que mon travail était de préparer les gens à se joindre aux AA par le biais du traitement et de la réadaptation. Je savais qu'une fois qu'ils seraient arrivés chez les AA, le programme s'occuperait d'eux. » Au fil des décennies, M. Mooney a été reconnu comme un expert et un leader en médecine des dépendances. Il a travaillé et été associé avec plusieurs institutions, hôpitaux et universités.

En 1992, M. Mooney a coécrit et publié *The Recovery Book*, qui examinait les phases du rétablissement et le fait qu'une personne peut mettre des années avant de retrouver sa pleine identité. De plus, M. Mooney est un diplômé émérite de l'American Board of Addiction Medicine et il a aidé à établir les normes de certification de la spécialité aux États-Unis, tout en siégeant au conseil de l'American Society of Addiction Medicine. Il demeure actif dans la mise en place de programmes de rétablissement — en douze étapes et professionnels — dans des pays comme l'Égypte, la Bosnie, le Ghana et le Royaume-Uni.

Au début du mois de mars, cette année, une étude scientifique sans précédent a été publiée par la Cochrane Library, une organisation connue pour ses analyses scientifiques. Cette étude marquante soutient que les AA fonctionnent aussi bien, voire mieux,

que d'autres traitements scientifiquement reconnus contre l'alcoolisme. Cette nouvelle analyse, qui a examiné 27 études impliquant près de 11 000 participants, s'appuie également sur une étude antérieure menée par la Cochrane Library. « Avec la publication

de cette étude, commente M. Mooney, nous pouvons enfin être de la même équipe que tout le monde. C'est une étape merveilleuse pour la science, mais nous avons encore un long chemin à parcourir. » ■

FAIT SAILLANT

Le Quatrième Atelier des femmes hispaniques membres des AA

Le 7 décembre 2019 s'est tenu, à Placentia, le Quatrième Atelier des femmes hispaniques membres des Alcooliques anonymes de Californie, accueillant 120 participantes qui assistaient en personne et par vidéoconférence Skype. Des femmes hispaniques ayant trouvé la sobriété chez les AA ont raconté comment elles gèrent les tensions et les défis auxquels elles font face en tant que membres des AA, qu'elles soient nouvelles ou sobres depuis longtemps. Elles ont aussi partagé leurs expériences sur la façon d'organiser des groupes des AA, de créer des postes de responsables et de participer au processus de décision sur l'orientation des AA.

Pendant cette journée, les panélistes et les intervenantes ont discuté des tensions et des défis liés à l'alcoolisme et au rétablissement chez les AA. Dans les communautés hispaniques, beaucoup de femmes sont laissées à elles-mêmes, sans soutien ou presque face à l'alcoolisme ou à l'abus d'alcool. Plusieurs ont dit que le fait d'admettre qu'on est alcoolique et qu'on a besoin d'aide est source de honte pour le conjoint et toute la famille. De nombreuses femmes hispaniques sont dissuadées, par leur famille et/ou leurs amis, de participer à des réunions des AA ouvertes à tous, ce qui est souvent recommandé par les professionnels pour aider une personne à déterminer si elle est alcoolique et si les AA lui conviennent.

La décision de fréquenter les AA cause d'autres problèmes aux femmes hispaniques qui sont alcooliques et qui cherchent de l'aide. Dans de nombreuses réunions des AA hispaniques mixtes, mais pas toutes, on empêche souvent les femmes de participer de manière significative aux affaires du groupe.

Lorsqu'elles ont commencé à demeurer sobres, aux États-Unis et au Canada, certaines en participant à des réunions des AA anglophones, les femmes hispaniques ont commencé à sensibiliser les gens aux défis qu'elles affrontent en tant que femmes hispaniques alcooliques.

Zoraida R., alcoolique sobre et très impliquée dans le développement de l'Atelier des femmes hispaniques membres des AA, a révélé que l'objectif initial de l'atelier californien était de faire le pont entre la communauté des femmes sobres hispanophones et celle des anglophones. Et c'est exactement ce qu'a accompli l'Atelier, depuis sa création, et plus encore : la sensibilisation accrue a permis de créer plus de réunions en espagnol pour les femmes hispaniques dans toute la région. Et récemment, lors de la Conférence annuelle des Services généraux des AA, où sont discutées des questions d'intérêt pour l'ensemble du Mouvement aux États-Unis et au Canada et où sont prises des décisions importantes, l'assemblée a approuvé la rédaction d'une brochure sur les femmes hispaniques chez les AA, qui sera publiée en espagnol et en anglais.

« Lorsque nous sommes toutes réunies, nous arrivons à faire des choses étonnantes », raconte Nivia H., qui participait à l'Atelier pour la première fois cette année et qui est une employée de la rédaction de *La Viña*, le magazine bimestriel des AA en langue espagnole, où de nombreux membres hispaniques partagent leur expérience, leur force et leur espoir.

En tant que membre des AA vivant à New York, Nivia assiste à une réunion hispanophone mixte qui encourage la participation des femmes et des LGBTQ aux AA. « C'est très valorisant, dit-elle. Nous envisageons de lancer une réunion de femmes hispanophones à Brooklyn et de faire participer d'autres femmes. » Elle poursuit : « Ce n'est pas que les femmes hispaniques ne voulaient pas se joindre aux AA et s'entraider, ou qu'elles ne savaient pas qu'elles avaient besoin d'aide ; elles voulaient de l'aide, mais elles se heurtaient à des barrières basées sur les perceptions culturelles. »

Ces barrières commencent à tomber, et le but premier des AA, qui est de transmettre le message d'espoir et de rétablissement des AA à tous les alcooliques, continuera ainsi d'atteindre celles et ceux qui en ont le plus besoin.

