

## CONSTRUCTION DE L'ABSTINENCE DANS UN GROUPE DE PAROLE ET CHANGEMENTS IDENTITAIRES

---

*Hugues Pentecoteau  
Maître de conférences en sciences de l'éducation  
Université Rennes 2 / CREAD EA 3875  
Campus Villejean  
Place du recteur Henri Le Moal  
CS 24307  
35043 Rennes cedex  
hugues.pentecoteau@univ-rennes2.fr*

### RÉSUMÉ

---

Un individu entre dans un groupe d'anciens buveurs en espérant trouver une alternative à sa dépendance alcoolique. Chez les Alcooliques Anonymes (AA), la solution qui est proposée est l'abstinence totale, avec cette idée très prégnante qu'il s'agit d'une pratique qui se construit dans la durée, de manière progressive (un jour à la fois) et se poursuit tout au long de la vie. L'objet de cette contribution est d'analyser l'abstinence dans une problématique sociologique interactionniste du changement de vie. En questionnant les relations entre les individus participants et le groupe de parole, nous cherchons à comprendre les conditions d'une socialisation à l'abstinence pouvant conduire à adhérer à une identité collective d'ancien buveur.

### MOTS CLÉS

---

Abstinence, interactionnisme, carrière, alcooliques anonymes, identité

## INTRODUCTION

---

Tout changement dans une vie peut avoir des conséquences sur la manière dont des individus se perçoivent et envisagent leur avenir, si bien que « changer leurs conduites, leurs discours, leur travail, leur définition d’eux-mêmes, c’est changer leur identité » (Dubar, 2011, p. 53). Les conditions d’un changement occupent une place importante dans les travaux qui s’intéressent aux parcours de vie. Cela apparaît notamment dans la diversité des vocabulaires utilisés. Selon les approches théoriques et les perspectives d’analyse, les auteurs parlent de conversions (Dubar, 2011) ou de reconversions (Négroni, 2007), de changements de statut organisés (Strauss, 1992) de bifurcations (Bidart, 2006) ou encore, d’invention de Soi (Kaufmann, 2005). Pour travailler sur les parcours de vie qui nous intéressent ici – ceux de personnes alcoolo-dépendantes, qui font le projet de l’abstinence – j’utilise le concept de carrière, pour analyser des cheminements qui ne sont « ni organisés ni définies de manière consciente », mais qui se forment, au fil des aléas et des régularités d’un parcours de vie (Hughes, 1996). L’analyse des carrières se justifie pour deux raisons. Tout d’abord, parce que cette approche théorique considère que les interactions sont au cœur de la construction des représentations. Ensuite, parce que raisonner en termes de **carrières** questionne autant les conséquences des représentations sur le déroulement du parcours de vie que la recomposition identitaire.

Pour un individu buveur dépendant à l’alcool, assister à une séance d’Alcooliques Anonymes (AA), c’est faire le pari d’un changement de vie. Les raisons de cette entrée dans un groupe sont souvent les mêmes d’un AA à un autre. Elles expriment une prise de conscience individuelle de la dépendance à l’alcool, liées à des problèmes de santé, de couple et d’emploi et dont les conséquences sont souvent sociales et économiques. En participant pour la première fois – et de manière volontaire – à un groupe, écouter les témoignages successifs d’anciens buveurs devenus abstinents peut conduire le nouvel arrivant à percevoir qu’il est possible de gérer sa dépendance et de changer son identité de buveur en devenant abstinent avec les AA. Le courant sociologique interactionniste s’est particulièrement intéressé à ces circonstances où l’individu modifie son rapport au monde jusqu’à voir son identité se transformer. La notion d’identité employée ici est celle de l’identité pour soi, comme processus social qui se construit tout au long de la vie et qui est plus ou moins reconnue par les autres (Dubar, 2011). C’est à la fois une conscience de soi (Mead, 2006) et le produit d’identifications croisées. À partir du cadre théorique de la construction de l’identité se construisant dans un processus collectif, au cours des interactions sociales, je vais m’intéresser plus particulièrement aux changements d’identité personnelle au moment où les individus entrent ou sortent des structures sociales (Strauss, 1992). La première hypothèse formulée est que les groupes d’anciens buveurs (en tant que structure sociale), et plus particulièrement les AA, sont des lieux d’éducation à l’abstinence. Le groupe apparaît alors comme un environnement structurant une acculturation sociale et théorique à l’idéologie des AA. La seconde hypothèse est que cette éducation à l’abstinence peut aboutir à une conversion identitaire permettant d’accéder (à certaines conditions) à une identité positive de soi en permettant à l’individu de devenir un malade alcoolique abstinent<sup>1</sup> (pour lui-même et pour ses pairs, à l’intérieur d’un groupe AA) et de se reconnaître comme tel. Chez les AA, c’est l’acceptation de ce statut, accompagnée d’un programme rigoureux et organisé, qui permet de ne plus être dépendant à l’alcool.

## MÉTHODOLOGIE

---

Les données présentées ici sont issues d’un projet sociographique mené avec Omar Zanna sur la ritualisation des réunions organisées par les AA (Pentecouteau & Zanna, 2009). Les discours tenus par les membres des AA ont

---

<sup>1</sup> L’alcoolo-dépendance étant pour les AA une maladie dont on ne guérit pas, faire le deuil de la consommation d’alcool, de manière régulière et constante, conforte l’abstinence de manière continuée, tout au long de la vie. Quand Gilles Deleuze dit qu’un alcoolique, c’est quelqu’un qui ne cesse pas d’arrêter de boire, c’est *a fortiori* le cas d’un AA.

été recueillis lors d'entretiens longitudinaux, dont l'un d'entre eux a fait l'objet d'une analyse approfondie (Pentecouteau & Zanna, 2013). Je me suis également servi d'observations participantes, faites à découvert, mais en précisant cependant mon statut de chercheur. Dans certains cas, il m'est arrivé de négocier ma place d'observateur, comme le fit Sylvie Fainzang lors du travail de terrain mené auprès de l'association Vie Libre. Ce sont surtout la durée des observations (trois années) et la régularité de ma présence dans les groupes en respectant les principes d'anonymat des AA qui m'ont permis d'être accepté en tant que chercheur. Les notes mises en forme immédiatement à l'issue de chaque réunion, dans une démarche méthodologique inspirée de celle explorée par Laud Humphreys, ont été réunies dans un journal d'enquête.

## UNE EDUCATION A L'ABSTINENCE

---

Dans la culture des AA, le buveur doit apprendre à faire un travail de mise à distance de ses pratiques de consommation d'alcool, qui ont été jusqu'à maintenant souvent socialement ancrées dans ses activités quotidiennes. C'est cette éducation à l'abstinence qui devrait lui permettre d'accéder à un changement de mode de vie dans la non-consommation d'alcool.

### LE DISCOURS DOCTRINAL DES AA

Dans notre société française, où l'alcool est un produit de consommation courante, bon marché, en vente libre, arrêter de boire et devenir abstinent est une entreprise ambitieuse. Pour l'individu buveur d'alcool, il s'agit d'un projet qui questionne qui il est et ce qu'il fait, au travers d'un rapport modifié à l'alcool et d'un bouleversement des règles de la vie quotidienne (Cicourel, 1979). Dans ce contexte sociétal où boire **va de soi**, devenir abstinent entraîne un changement de mode de vie et les rôles sociaux partagés avec les buveurs s'en trouvent modifiés. En prônant l'abstinence (et non une régulation de la consommation d'alcool), les AA avancent une alternative radicale pour sortir de la dépendance.

Les AA se distinguent des autres organisations, comme Croix bleue, Alcool assistance ou Vie Libre par des principes de fonctionnement (l'anonymat, l'autonomie financière et le déroulement type d'une réunion), par une abondante littérature mais surtout par une doctrine qui considère qu'être malade alcoolique est un état définitif. Telle qu'elle est définie par les AA, et contrairement à l'analyse qu'en fait Sylvie Fainzang, la maladie alcoolique n'est pas considérée par les AA comme une maladie innée<sup>2</sup>, mais plutôt comme une maladie dont le buveur n'est pas responsable de ce qui lui arrive. Ce qui nous intéresse surtout ici de retenir, c'est que les AA pensent que l'alcoolodépendance est une maladie dont l'individu ne peut se défaire. Il y a par conséquent un certain fatalisme dans la culture AA qui consiste, en déresponsabilisant le buveur à l'égard de son alcoolodépendance, à ne pas l'enfermer dans un passé qui pourrait être trop lourd à porter. Pour autant, lors des réunions, il n'est pas question de faire abstraction de ce passé, bien au contraire. C'est le passé qui est source de création, le présent étant toujours en construction permanente (Strauss, 1992) car l'abstinence est selon les AA un processus qui ne s'arrête jamais. Dans cette logique, qui apparaît en définitive très interactionniste, c'est le souvenir recomposé du passé (la dépendance à l'alcool) et le projet de l'avenir (l'objectif visé d'un processus continué dans l'abstinence) qui permet de ne plus boire dans le présent.

### LA RÉUNION COMME LIEU D'EXPRESSION DE LA CULTURE DE L'ABSTINENCE

L'accès au programme des AA (composé de douze étapes et de douze traditions) est ouvert à tous. Selon la troisième tradition, la seule condition pour se dire Alcoolique Anonyme est d'avoir le désir d'arrêter de boire : « Il

---

<sup>2</sup> Cependant, certains AA, comme c'est le cas notamment de l'écrivain Joseph Kessel, considèrent que les personnes alcoolodépendantes sont nées alcooliques. Mais il ne s'agit que de représentations isolées, qui s'éloignent des textes fondateurs des AA.

n'y a qu'à se déclarer membre d'un groupe pour l'être. » (AA, 2005, p.13) Ce qui signifie que derrière chaque auto-proclamation des participants il y a des carrières dans l'alcool-dépendance très diverses ainsi que des carrières dans l'abstinence qui le sont tout autant. Le déroulement d'une séance est toujours structuré de la même façon mais peut néanmoins connaître des variations d'un groupe à l'autre. Généralement, un animateur de séance commence par lire le préambule des AA et propose un thème qui fait référence aux étapes ou traditions. Ensuite, chaque participant a la possibilité de prendre la parole devant le groupe. La réunion se termine par une communion collective durant laquelle les participants se tiennent par la main en récitant en cœur la prière de la Sérénité. Bien que les croyances religieuses de Bill et de Bob, les deux fondateurs du mouvement, apparaissent très clairement dans les écrits des AA comme dans les rituels du groupe, les AA rappellent constamment dans leur littérature qu'ils ne sont ni une église, ni une secte (AA, 2005, p.44). Cependant, le fonctionnement très ritualisé ainsi que le mysticisme de la littérature interpellent souvent les nouveaux arrivants, comme ce fut le cas de l'écrivain Joseph Kessel : « *Je restais quelques instants, face à ce panneau, retenu par une appréhension singulière. Qu'allais-je trouver au deuxième étage ? Des malades ? Ou des illuminés ?* » Nombreux également sont les témoignages enflammés allant dans le sens d'une culture qui change les individus dans leurs façons de vivre (« *les AA, c'est un hymne à la vie* »). Le recueil d'entretiens individuels a été important d'un point de vue méthodologique afin de relativiser ces représentations de comprendre de manière objective les processus d'abstinence (Pentecouteau & Zanna, 2013).

En observant les AA comme une structure sociale, il est possible de remarquer l'attention qui est apportée, d'une part, aux fondements culturels de l'abstinence dans des parcours individuels (comme ceux de Bill et Bob, les créateurs du mouvement AA) et, d'autre part, à la diffusion des principes des AA : « Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial, transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore. » (cinquième tradition, AA, 2005, p.48) La diffusion de la doctrine se fait par prosélytisme à l'intérieur du groupe, afin de rassurer tous les membres du groupe, et surtout les nouveaux arrivants, que le programme fonctionne efficacement. Le programme des AA est présenté comme n'étant pas une invention théorique mais un protocole qui aurait été expérimenté par ses auteurs, avant d'être formalisé dans le but de partager leur expérience de l'abstinence. Le principe est d'éduquer par l'exemple, en considérant que ce qui a pu permettre à certains d'arrêter de boire pourrait être utile à d'autres. D'où la nécessité de disposer d'espaces de parole pour donner à chacun la possibilité de faire part de sa compréhension et de son expérience du programme des AA.

Les groupes d'anciens buveurs sont souvent présentés, notamment par les professionnels de santé, comme étant des **groupes d'entraide**. Bien que le programme ait comme fonction de mettre en relation d'anciens buveurs devenus abstinentes avec des abstinentes en devenir, il apparaît nécessaire de préciser la forme de cette entraide chez les AA. La littérature des AA présente le groupe comme une association d'hommes et de femmes qui ont perdu la capacité de s'abstenir de boire. La troisième tradition rappelle que « Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour devenir membre des AA » (AA, 2005, p. 2). Ils se réunissent afin de s'aider les uns les autres, notamment en mutualisant leurs expériences du programme, car du point de vue des AA, « la plupart des alcooliques ne peuvent se rétablir sans le soutien d'un groupe » (AA, 2005, p. 11). L'entraide se fonde dans la prise de parole et dans l'écoute, pendant un temps individuel dont la durée n'est pas définie. Sur la forme, cette prise de parole ressemble à un monologue qui est une confession individuelle devant le groupe. Les AA appellent cela un **partage**. Le propos est libre, très souvent réflexif et intime, et fait plus ou moins référence au thème de la séance. C'est un espace d'expression personnelle, de quelques minutes, qui n'est pas interrompu, qui ne fait l'objet d'aucune discussion et qui n'appelle aucun commentaire de la part des autres membres du groupe. L'entraide se fonde alors dans l'évocation de l'expérience privée, collectivement partagée dans un espace de parole protégé par la culture et les principes fondateurs des AA.

## DE LA CULTURE PARTAGÉE A UNE SOCIALISATION À L'ABSTINENCE

Un groupe est généralement composé d'individus qui connaissent la culture des AA et le déroulement d'une séance. Mais il y a aussi régulièrement de nouveaux arrivants qui découvrent pour la première fois ce que sont les Alcooliques Anonymes. Dès que la réunion démarre, la personne qui est chargée de l'animation demande s'il y a parmi les participants des personnes qui assistent pour la première fois à une réunion des AA. Si quelqu'un se

trouve dans cette situation, il lui est signifié qu'il lui sera possible de prendre la parole mais seulement après que les autres membres du groupe aient participé au partage, à tour de rôle. Cette organisation, faite « pour aider les nouveaux à sentir qu'ils font partie du groupe » (AA, 2005, p.15) a pour finalité de leur montrer, tout d'abord, au travers des témoignages des uns et des autres, qu'il est possible d'arrêter de boire. Ensuite, cela permet également de montrer la ritualisation de la réunion et d'insister sur les valeurs des AA qui s'appuient sur des principes d'écoute, de respect mutuel et de prise de parole. Cette mise en attente du nouvel arrivant (pouvant durer une heure, selon le nombre de participants) est un rite de passage qui a une fonction d'éducation à la culture des AA. Elle permet également de diffuser ce que Goffman appelle un intérêt rituel positif (Goffman, 1973), en montrant que le programme a été éprouvé par différentes personnes qui participent au groupe et que ces anciens buveurs continuent à venir aux réunions AA afin d'en témoigner l'efficacité.

Cette première réunion avec les AA est souvent présentée pour les anciens buveurs comme une étape importante. Elle contribue souvent à sensibiliser, voire dans certains cas à initier l'engagement dans le programme proposé par les AA. Cependant, cette première réunion n'apparaît pas comme le remède universel à l'alcoolodépendance et il serait erroné de considérer qu'il suffit de se trouver en contact avec des AA pour arrêter de boire. Comme nous l'avons montré par ailleurs, l'abstinence est un processus (Pentecoteau & Zanna, 2013) qui comporte des étapes (initiation, aboutissement, confirmation) et qui ne peut se développer qu'à certaines conditions en termes de posture (faire le deuil de l'alcoolodépendance), d'engagement (adhérer et respecter un programme) et de stabilité dans la vie sociale (privée, professionnelle).

Pour ceux qui revendiquent leur appartenance en mettant en pratiques les principes des AA, ce processus se construit idéalement dans la forme d'une socialisation secondaire (Berger & Luckmann, 1997) qui n'est bien souvent dévoilée que dans l'espace et le temps des réunions. Rappelons que le processus d'abstinence est une démarche forcément volontaire, qui ne peut-être imposée contre la volonté du malade alcoolique (AA, 1983a). C'est un principe qui apparaît assez évident, mais qui est parfois oublié notamment dans les protocoles de soin. En l'absence d'engagement du malade alcoolique, le programme ne peut faire l'objet d'une appropriation permettant d'aboutir à une sortie de la carrière d'alcoolodépendance. Cette prise de conscience individuelle doit se faire également dans un travail de déconstruction des pratiques héritées et des représentations premières de la consommation d'alcool comme faisant partie d'une pratique socialement admise. Comme le rappelle Muriel Darmon, une socialisation secondaire « ne "crée" ni ne "produit" *ex nihilo* un individu social mais doit faire, d'une manière ou d'une autre, avec les produits antérieurement incorporés au cours de la socialisation primaire qui ont fait de l'individu ce qu'il est devenu » (Darmon, 2006, p. 67). S'établissant sur les fondements d'une culture qui donne une place à la consommation d'alcool, le processus d'abstinence interroge ce que boire veut dire et offre d'autres perspectives en terme de parcours de vie et de positionnement des non-buveurs dans les échanges sociaux. C'est précisément ce que font les AA, avec notamment des principes qui établissent une véritable culture (celle de l'abstinence qui s'oppose à une pratique socialement admise de la consommation d'alcool), avec l'invention et le développement du concept de maladie alcoolique (qui fait aujourd'hui autorité, y compris dans le monde médical (Niewiadomski, 2000)) et en redéfinissant des critères sociaux de la réussite, qui se mesure chez les AA en années d'abstinence et non par un statut défini par une profession, un âge ou un sexe. Ce schéma commun culturel de référence s'apprend dans la participation aux groupes, sous réserve d'avoir accès à un récit (Dominicé, 2012). N'oublions pas que tous les participants n'ont pas les mêmes dispositions pour raconter leur expérience de la maladie alcoolique et pour évoquer l'appropriation qu'ils font individuellement de la culture AA.

## **ABSTINENCE ET IDENTITES EN CHANGEMENT**

---

Cependant, suffit-il de se raconter pour changer ? Certes, la prise de parole devant un groupe est une condition pour se faire une place dans un collectif qui dévoile et réclame des confidences. C'est un aspect initiatique de l'abstinence permettant d'envisager le changement pour soi dans la relation à autrui (Dubar, 2011)). Mais pour que cette parole puisse jouer un rôle dans la construction de l'abstinence telle qu'elle est conçue par les AA, il lui

est nécessaire de trouver un cadre social favorable. Le cheminement individuel (qui consiste ici à envisager un changement) se développe dans une conscience de soi et dans la dynamique de conditions structurelles permettant les identifications croisées avec d'autres individus qui participent également au programme des AA.

## LA RÉUNION COMME LIEU D'ACCOMPAGNEMENT COLLECTIF

La réunion est un espace avec un seuil symbolique. Il y a par conséquent, dans le franchissement de ce seuil, un avant et un après, qui marquent une étape dans la carrière de l'abstinente en devenir. Quand il apparaît critique et fondateur d'un tournant symbolique, il s'apparente fortement à un rite de passage. Lors des partages observés (comme dans les entretiens recueillis), nombreux sont les récits de ces moments critiques. Pour autant, ces évocations soulignent moins le début effectif de la carrière (qui est bien souvent antérieur à l'entrée en abstinence), que la représentation symbolique d'un point d'ancrage qui fait sens pour tous, comme cela apparaît dans les témoignages suivants :

*Ma première réunion AA, c'est ce jour-là que je suis née. C'est ce jour-là que je suis devenue Christine et ce sont les AA qui m'ont permis de m'en sortir et d'arrêter de boire. Aujourd'hui, je considère que les AA, c'est ma famille. Et puis le programme en douze étapes, c'est la seule chose qui ait vraiment été efficace pour moi. J'ai essayé les cures, les thérapies avec des psychologues... mais rien de tout ça n'a fonctionné. Christine, Rouen*

*Moi, j'ai toujours été une bonne élève en alcool. J'ai arrêté de boire après avoir assisté à ma première réunion. Cette première réunion, cela a été un choc. J'ai été tout de suite assidue. C'était assez facile pour moi d'assister à des réunions car je vivais à Paris à cette époque et il y en avait tous les jours dans tous les coins de la ville. Christelle, Quimper*

Dans le cas de Christine, comme dans celui de Christelle, il s'agit ici de carrières dans l'abstinence identifiées comme étant abouties. Il est important d'ajouter qu'avant même d'entrer dans un groupe, l'une comme l'autre étaient convaincues de la nécessité d'arrêter de boire mais ne savaient pas comment s'y prendre. Un nouveau processus, qui s'est traduit pour elles par une adhésion aux AA, était en germe avant même qu'elles n'aient commencé à arrêter de boire. Dans le cas d'un processus déjà entamé, le groupe joue un rôle essentiel, pouvant être socialisateur car l'éducation à l'abstinence fait écho à un cheminement individuel déjà amorcé. Parler de socialisation à l'abstinence, c'est d'une certaine façon considérer que « toutes les pratiques éducatives, quelles qu'elles puissent être, quelque différence qu'il y ait, résultent toutes de l'action exercée par une génération sur la génération suivante en vue d'adapter celle-ci au milieu social dans lequel elle a appelé à vivre » (Durkheim, 1992, p.73. Bien que Durkheim fasse référence ici à une éducation transmise par les structures sociales que sont la famille et l'école, on retrouve toujours au cœur des théories de la socialisation cette dimension de présentation de l'expérience vécue. Dans le cas de l'éducation des enfants (socialisation primaire), il s'agit de l'exemple donné par les parents. Dans le cas d'un groupe d'appartenance comme peut l'être un groupe AA (socialisation secondaire), l'action est exercée par les membres du groupe qui sont plus expérimentés dans l'abstinence vers ceux qui découvrent la culture et le programme. L'acculturation s'établit dans la rencontre et dans un frottement social entre différentes générations de malades alcooliques.

Le groupe fonctionne dans une forme d'accompagnement collectif et les actions de socialisation à l'abstinence évoluent dans des relations de conseil ou de guidage permettant – quand le processus fonctionne pleinement – l'autonomie dans la conception individualisée de l'abstinence. Les réunions apparaissent alors non seulement comme des lieux d'accompagnement collectif, pendant le déroulement de la séance de groupe, mais également en dehors de celle-ci. En amont ou à l'issue de la réunion, autour d'un café ou en rangeant la salle, il existe différents temps informels qui offrent les conditions permettant l'association interpersonnelle (Stoetzel, 1978). Dans la sociologie interactionniste de Strauss, imaginer et surtout intérioriser que changer soit possible est une façon de réécrire sa propre histoire en lui donnant une autre orientation. C'est avec ces valeurs que les membres encouragent une attitude active dans l'abstinence, tout en acceptant cependant que les carrières puissent être difficiles, comme nous le verrons dans la dernière partie de cet article. S'il n'y a pas d'apitoiement pour celles et ceux qui ne sont pas prêts à devenir abstinents, pour ceux qui le sont, et lorsque les interactions sont positives

(Melchior, Riou & Guerandel, 2011) il y a un effet socialisateur de l'institution (Darmon, 2006) qui accompagne la carrière dans l'abstinence. Dans ce système dynamique d'interactions se développe une initiation ou à un renforcement de l'abstinence (selon que l'individu soit déjà ou non abstinent) qui conforte l'appropriation individuelle de l'idéologie des AA.

## LES AUTRES QUI COMPTENT

Les pratiques de soutien collectif (écoute, partage, sociabilités) s'articulent souvent avec un accompagnement individuel, qui peut être ponctuel ou régulier. Pour autant, toutes les relations ne se valent pas dans la progression d'une carrière. Des travaux en psychiatrie parlent de **pairs aidants** pour évoquer la dynamique de groupe dans ce qu'elle peut procurer à chacun. Les pairs aidants sont des « personnes rétablies qui apportent une aide sur la base de leur savoir expérientiel » (Beetlestone, Loubières & Caria, 2011, p.143). Considérer tous les membres d'un groupe comme étant des aidants par défaut est en fait un *a priori* optimiste, mais décalé de la réalité du fonctionnement des groupes. Néanmoins, bien que tous les AA ne soient pas des pairs aidants, l'analyse des entretiens et des observations révèle comme élément récurrent l'identification à un membre expérimenté : « *Je m'étais fixé comme objectif que le dimanche suivant, j'aurais mon premier repas sans alcool [...] J'avais repéré un mec qui avait un nœud papillon, très "bon chic bon genre", sûrement responsable d'entreprise, comme moi j'avais pu l'être. Je lui ai demandé son numéro de téléphone, comme c'est possible parfois en réunion, quand on sent que des personnes peuvent vous rendre service* » (Pentecouteau & Zanna, 2013, p. 113) Percevoir autrui, c'est le classer dans certaines catégories (Stoetzel, 1978). L'homophilie de classe laisse augurer ici le rôle important que peut avoir le statut de pair quand il apparaît comme un autrui significatif.

Le début de carrière d'un AA commence toujours par une rencontre qui se fait souvent, dans un premier temps, avec un groupe, puis, dans un second temps, avec un individu. La rencontre peut être accidentelle comme pour Bill et Bob (AA, 1991) les deux fondateurs des AA. Elle est souvent recherchée (« *Je viens ici pour trouver des gens qui me ressemblent* » (Rozenn)). Elle est également idéalisée (« *Je regarde autour de moi et je ne vois que des frères et des sœurs. Nous faisons tous partie de la même fraternité* » (Jérôme)). L'intensité de ce qui se joue entre des individus donne parfois l'impression « que ces associations n'ont plus rien de contingent par rapport aux personnes concernées, mais qu'au contraire, elles sont à la fois libres et nécessaires » (Stoetzel, 1978, p. 252). Bien qu'un grand nombre de relations entre individus semblent accidentelles, nous savons, notamment avec les travaux sur l'homogamie, l'homophilie de sexe, de classe, d'âge, que certaines relations apparaissent plus électives que d'autres. Il y a ce que Darmon nomme « une force d'entraînement des interactions » (Darmon, 2006, p. 107). Parfois prophètes malgré eux (Strauss, 1992), comme dans le cas de l'homme au nœud papillon qui annonce une conversion possible à l'abstinence, ces AA expérimentés apparaissent comme des passeurs (Becker, 1985) rendant *a priori* la socialisation adéquate (Cicourel, 1979)<sup>3</sup>.

## L'ABSTINENCE COMME CONVERSION

L'entrée dans une carrière de l'abstinence varie selon l'âge, les conditions de vie professionnelle et privée, les réseaux sociaux, les formes de sociabilités et les façons multiples dont l'individu se représente ce qu'il vit. Il est souvent difficile (notamment pour des hommes) d'accepter que les relations avec d'autres buveurs ne peuvent plus être les mêmes. C'est le cas de Jimmy, qui est abstinent depuis quatre semaines. Avant d'arrêter de boire, il passait ses soirées dans les bars. Il s'aperçoit que désormais, il ne peut plus continuer ainsi, au risque de se

<sup>3</sup> Dans les possibilités de soutien proposées par les AA, il y a également le parrainage qui est un accompagnement personnalisé définissant la relation entre filleul et parrain de la manière suivante : « Un alcoolique qui a progressé sur le chemin du rétablissement partage son expérience, d'une manière continue et individuelle, avec un autre qui fait appel aux AA pour devenir abstinent ou le demeurer. » (AA, 1983a, p. 7) Les rôles sont clairement définis, en insistant notamment sur la bonne distance à conserver pour que l'accompagnement permette une responsabilisation du filleul et une autonomisation de l'abstinence : « Les meilleurs parrains savent que les alcooliques qui se joignent à nous doivent en venir à prendre leur vie en mains, à prendre leurs propres décisions – qu'il y a une différence entre aider quelqu'un à se remettre sur pied et insister pour les soutenir par la suite. » (AA, 1983b, p. 20)

remettre à boire. La solution qu'il a trouvée, pour le moment, est de regarder la télévision et d'assister deux à trois fois par semaine à des réunions AA. Bien qu'il dise que les AA lui apportent beaucoup, il considère qu'il se trouve dans un mode de vie fragile, qui ne l'éloigne pas suffisamment de la tentation de boire. L'abstinence devient une conversion quand il y a un changement radical de pratiques et une transformation du rapport au monde. La question du temps libéré par l'abstinence est une transformation importante qui offre de nouvelles possibilités pour l'ancien buveur à condition de savoir comment réinventer ce temps libre. David est abstinent et tient à le rester. Cependant, il dit vivre une abstinence qui n'est pas heureuse. C'est plus difficile pour lui de gérer les petites difficultés de la vie quotidienne, les contrariétés, les déceptions. Pour tenir le coup, il a tendance à s'isoler, à s'enfermer chez lui et à ne plus sortir car « *tout devient trop compliqué* ». Katell dont la conversion est également récente, comme celle de Jimmy et de David, est angoissée par cette nouvelle gestion de son temps. Avant, c'était simple car l'objectif était de boire. Maintenant, sans projet, elle a peur de ces journées où elle se retrouve seule chez elle. À l'opposé de ces trois situations, Jérémie a appris à organiser son emploi du temps autour de différentes activités de loisirs. Il se rend à la piscine, fait des promenades et assiste très régulièrement aux réunions des AA, plusieurs fois par semaine. La conversion de Jérémie se met en place dans une articulation entre une identité individuelle d'abstinent (une conscience de soi : je suis un AA) et une identité collective dans les identifications croisées (je fais partie des AA et j'en porte les valeurs) qui sont des « chorégraphies temporelles respectives » (Strauss, 1992, p. 13) s'influençant réciproquement. La conversion de Jérémie est une conversion réussie car il est parvenu à créer un nouveau projet de vie, malgré la perte de son poste de cadre, un divorce, l'éloignement de son fils et le fait de vivre à plus de 50 ans avec le revenu de solidarité active (il raconte avoir bu tout l'argent que lui a rapporté la vente de sa maison). En diversifiant ses occupations et en développant une activité de création (il écrit et dessine), il est parvenu à demeurer abstinent. Ce qui constitue, après quinze années, une reconnaissance dans le réseau des AA, mais également dans sa vie privée. Jérémie considère que les AA lui ont apporté une stabilité qu'il avait perdue dans la dépendance alcoolique. Mais il ajoute avoir eu le besoin d'adapter la doctrine des AA, en rejetant notamment toutes les références religieuses, pour qu'elle devienne un soutien constant, dans sa vie quotidienne. Dans le cas de Jérémie, nous voyons qu'il ne suffit pas à l'abstinent en devenir de « prendre les attitudes des autres envers lui et envers eux-mêmes dans le processus social et d'introduire ce processus social dans son expérience personnelle » (Mead, 2006, p. 362). La socialisation à l'abstinence ne marche qu'à certaines conditions et notamment lorsqu'il y a appropriation du schéma commun de référence (Schütz, 1987) que constitue le programme des AA. Pour s'inscrire dans la durée, la conversion doit s'accomplir dans un processus incorporé valorisant. Outre la prise de conscience et le passage à l'acte que permet l'entrée dans le programme, il est nécessaire que l'arrêt de boire apporte une valeur ajoutée, immédiate ou à plus long terme.

L'abstinence heureuse est un accomplissement, positif et émancipatoire, souvent présenté comme permettant d'accéder à une découverte de soi, sur des aspects très différents en termes de projet de vie ou de gestion de la vie quotidienne. Christiane dit avoir repris des études. Depuis qu'elle a obtenu son diplôme d'accès aux études universitaires, elle a envie de se cultiver et de trouver un emploi. Camille confie s'être senti audacieux la première fois qu'il s'est acheté des chaussures et un costume, sans demander l'avis à qui que ce soit. Géraldine dévoile être moins passive et mieux vivre les visites chez son garagiste. Elle ose demander des explications quand elle ne comprend pas le montant d'une réparation. Quant à Thomas, il dit assumer pleinement d'être un non-buveur d'alcool : « *Je ne suis pas obligé de faire comme les autres. Aujourd'hui, je sais que je suis riche aussi de cette différence-là. Ne plus boire d'alcool m'a permis d'apprendre à gérer ma vie : je paie mes impôts, je fais ma lessive, j'achète ma voiture...* » Pour Thomas, l'abstinence lui a permis de découvrir qu'il pouvait être responsable de lui-même. Mais cela lui a demandé du temps. Quand on lui proposait une cure, il acceptait toujours car il pensait que la fin de sa dépendance allait être guérie par des spécialistes : « *J'ai fait tous les lieux de cure de la région. Mais cela ne marchait jamais car je n'étais pas prêt [...] J'ai même demandé à entrer à l'hôpital militaire. Là-bas, c'est très spécial, car tu te retrouves attaché pendant trois jours. Les cures, cela ne m'a rien fait, car je n'arrêtais pas de boire pour moi, mais pour les autres. Parce que ma femme me le demandait. Mais aujourd'hui, j'ai compris que le médicament, c'est moi. Je suis fier de moi.* »

Sortir de la dépendance est un processus individuel (et personnalisé), non linéaire, pouvant permettre une reconstruction de soi et un développement personnel « malgré les limitations liées aux troubles psychiques et à



leurs conséquences » (Beetlestone, Loubières & Caria, 2011, p. 143). Il faut qu'il y ait une base offrant une stabilité. Cela peut être l'emploi, un réseau social élargi, une vie de couple structurante, une vie sexuelle, des relations avec ses enfants, un sens donné à l'abstinence, une valorisation, etc. qui sont autant de dispositions sur lesquelles s'appuyer pour envisager le changement.

Le cas de Jacques est révélateur de la difficulté à s'engager pleinement quand ces conditions ne sont pas présentes. Pendant à peu près sept mois, je l'ai vu assister à toutes les séances du groupe qui se réunissait à L., le samedi soir, à 20h00. Cette constance m'avait un peu étonné et me semblait plutôt exceptionnelle, d'autant plus que ses prises de parole étaient toujours très brèves, malgré un investissement visible dans la vie du groupe, notamment pour la préparation et le rangement de la salle, à l'issue de la réunion. Je l'ai toujours entendu se présenter de la même façon : « Bonjour, je m'appelle Jacques, je suis alcoolique et je n'ai pas bu aujourd'hui ». Je percevais Jacques comme étant un malade alcoolique abstinent qui connaissait bien les principes des AA et je n'avais jamais vraiment porté attention à la dernière partie de cette phrase (« je n'ai pas bu aujourd'hui »), jusqu'à ce jour où il a refusé de prendre la parole en disant qu'il avait peur de s'exprimer devant les autres. C'est la dernière fois que je le vis assister à une réunion. Ce soir-là, il avait les yeux vitreux et refusait de croiser les regards des autres participants. Il était visiblement alcoolisé. Après avoir rangé les gobelets et les bonbons qui restaient sur les tables, il nous a salués les uns après les autres et a très vite quitté la salle. Ce qui n'était pas dans ses habitudes. Les autres me diront plus tard qu'il n'a jamais vraiment décroché mais qu'il devait néanmoins parvenir à s'abstenir de boire chaque samedi, afin de se rendre à la réunion en étant sobre. Ce soir-là, il était probablement en train de vivre une nouvelle rechute, sans doute plus forte que les autres. Jacques est célibataire, sans emploi, sans diplôme, sans vie de couple, avec un réseau familial restreint et un réseau social qui se limite aux AA et aux buveurs qu'il rencontre dans les bars. Six mois plus tard, je l'ai croisé dans la rue. Il était ivre et faisait la manche. Cet exemple de carrière, qui semble n'avoir jamais véritablement démarré, dévoile également les limites du groupe de parole. L'entrée en abstinence, et plus largement, le succès d'un traitement de la dépendance alcoolique, est lié à des dispositions. En prenant l'exemple du cas de Jacques, il s'agit – au moins en partie – de dispositions sociales. Nous pouvons donc affirmer que l'action mise en place pour permettre à un individu de ne plus être dépendant à l'alcool est fortement réduite dans ses effets attendus lorsque cet individu ne dispose pas des ressources qui lui permettraient d'établir des liens consistants avec d'autres réseaux sociaux (Remy-Ferraro, 2007).

## CONCLUSION

---

Le changement identitaire ne se fait pas pour tous les AA de la même façon et nécessite un renoncement exprimé et une mise en pratiques de la dépendance. Ce qui est très difficile et nécessite différents soutiens, parmi lesquels se trouvent les pairs. Strauss insiste sur la place accordée au passé pour travailler le changement identitaire. Il dit ceci : « On peut regarder en arrière mais on ne peut évoluer qu'à partir de son nouveau statut. » (1992, p.99) Ce qui est précisément la démarche des AA. Le statut d'abstinent se construit dans la référence constante à un passé dans l'alcool-dépendance et dans l'acceptation d'être définitivement un malade alcoolique. En sociologie, le concept de statut définit l'ensemble des éléments qui permettent à l'individu de jouer un rôle (ici celui du malade alcoolique abstinent), en faisant état des processus d'attribution, comme le montrent les travaux de Strauss, mais également ceux de Becker et de Hughes. Pour devenir abstinent et pour que cela devienne un nouveau statut, il faut pouvoir travailler différentes dispositions que nous classons en trois catégories complémentaires. La première est une capacité réflexive et notamment d'interprétation et de prise de distance par rapport aux événements qui incitent à une consommation d'alcool. De ce point de vue, les AA offrent un nouveau paradigme permettant d'appréhender la réalité différemment avec des objectifs à court terme (24 heures à la fois). La seconde est une capacité sociale à investir (ou à créer) d'autres réseaux sociaux et de participer à nouvelles activités (comme le fait par exemple Jérémie). La troisième est la capacité à négocier un deuil de l'alcool-dépendance et à vouloir ce changement pour soi (Darmon (2006) précise que la volonté est également une instance de socialisation). L'identité de malade alcoolique à vie apparaît souvent comme étant une nouvelle

découverte sur soi, qui permet de comprendre la dépendance à l'alcool (dans la logique des AA) et de la déstigmatiser. Quand il n'y a pas de conversion ou bien lorsque celle-ci ne connaît pas d'aboutissement positif, c'est souvent parce qu'il existe différents facteurs qui ne peuvent pas être travaillés durant le temps des réunions. On peut notamment observer qu'il existe des fragilités psychologiques qui nécessiteraient par conséquent un accompagnement particulier. Il y a également d'autres aspects, liés aux activités sociales, qui rendent la conversion difficile. C'est le cas lorsqu'il y a pas ou peu de réseaux sociaux et/ou d'activités en dehors de la participation aux réunions. L'isolement peut alors être complet (dans le cas d'une absence de sociabilité) ou lié à une insatisfaction très forte dans un environnement familial ou de couple ou encore sur le lieu de travail. Si les AA et l'abstinence apparaissent comme étant une solution adaptée pour certains buveurs, pour d'autres, la doctrine demeure trop idéologisée, voire trop ritualisée, pour pouvoir leur permettre de sortir de la dépendance à l'alcool.

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

---

- Alcooliques Anonymes (2005). *Le groupe des AA... là où tout commence*. Montréal : The AA Grapevine Inc.
- Alcooliques Anonymes (1991). *Les deux fondateurs des Alcooliques anonymes. Notes biographiques et extraits de leurs dernières conférences*. Montréal : Les services mondiaux AA Inc.
- Alcooliques Anonymes (1983a). *La tradition des AA et son développement, par Bill W.* Montréal : The AA Grapevine Inc.
- Alcooliques Anonymes (1983b). *Questions et réponses sur le parrainage*. Montréal : Les services mondiaux AA Inc.
- Beetlestone, E., Loubières, C., Caria, A. (2011). Le soutien par les pairs dans une maison des usagers en psychiatrie. Expériences et pratiques. *Santé publique*, 23(6), 141-153.
- Becker, H.S., (1985). *Outsiders. Études de sociologie de la déviance*. Paris : Métailié.
- Berger, P. & Luckmann, T. (1997). *La construction sociale de la réalité*. Paris : Armand Colin.
- Bidart, C. (2006). Crises, décisions et temporalités : autour des bifurcations biographiques. *Cahiers internationaux de sociologie*, 120(1), 29-57
- Cicourel, A. (1979). *La sociologie cognitive*. Paris : Presses universitaires de France.
- Darmon, M. (2006). *La socialisation*. Paris : Armand Colin.
- Dominicé, P. (2012, mai). *L'émergence de la figure du sujet face à l'expertise médicale*. Communication présentée au colloque Formes d'éducation et processus d'émancipation, Rennes, France.
- Dubar, C. (2011). La conversion identitaire, un paradigme sociologique ? L'exemple de la formation des adultes. In M.H. Soulet (Ed.), *Changer de vie. Un problème social*. Fribourg : Academic Press.
- Durkheim, E. (1992). *Éducation et sociologie*. Paris : Presses universitaires de France.
- Dubar, C. (2011). La conversion identitaire, un paradigme sociologique ? L'exemple de la formation des adultes. In M.H. Soulet (Ed.), *Changer de vie. Un problème social*. Fribourg : Academic Press Fribourg.
- Fainzang, S. (1994). Anciens buveurs et alcoolisme. Discours sur la causalité. *Sciences sociales et santé*, 12(3).
- Goffman, E. (1973). *La mise en scène de la vie quotidienne : Les relations en public*. Paris : Les Éditions de Minuit.
- Hughes, E-C. (1996). *Le regard sociologique : Essais choisis*, Paris, éditions de EHESS.

- Kaufmann, J.C. (2005). *L'invention de soi : Une théorie de l'identité*. Paris : Hachette.
- Kessel, J. (1996). *Avec les Alcooliques Anonymes*. Paris, Gallimard.
- Mead, G.H. (2006). *L'esprit, le soi et la société*. Paris, Presses universitaires de France.
- Melchior, J.P., Riou, Y. & Guerlandel, C. (2011). Le rôle du groupe dans l'enracinement de l'abstinence. *Les Cahiers de l'Institut de Recherches Scientifiques sur les Boissons*, 20, 45-49.
- Negrone, C. (2007). *Reconversion professionnelle volontaire ; changer d'emploi, changer de vie, un regard sociologique sur les bifurcations*. Paris : Armand Colin.
- Niewiadomski, C. (2000). *Histoire de vie et alcoolisme*. Paris : Seli Arslan.
- Pentecouteau, H. et Zanna, O. (2013). *Un anonyme alcoolique, autobiographie d'une abstinence*. Rennes : Presses universitaires de Rennes.
- Pentecouteau, H. et Zanna, O. (2009). Les micro-rituels de l'abstinence : quand les alcooliques anonymes prennent la parole. *Les cahiers de l'Ireb*, 19, 289-294.
- Remy-Ferraro, C. (2007). Une parole libérée dans un certain dispositif groupal d'anciens buveurs. *Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe*, 49(2), 201-214.
- Schütz, A. (1987). *Le chercheur et le quotidien*. Paris : Méridiens Klincksieck.
- Stoetzl, J. (1978). *La psychologie sociale*. Paris : Flammarion.
- Strauss, A. (1992). *Miroirs et masques : Une introduction à l'interactionnisme*. Paris : Métailié.