

# Table des matières

AVANT-PROPOS À LA TROISIÈME ÉDITION	XII
AVANT-PROPOS	XIV
INTRODUCTION	1
<b>1. COMMENT DEVIENT-ON ALCOOLIQUE ?</b>	<b>5</b>
Consommations normales et consommations pathologiques	6
<i>L'éthanol : produit magique, molécule toxique, 6 • Le mésusage : des distinctions catégoriques, 7 • Les façons de boire : du normal au pathologique, 7 • Analyser et pallier la compulsion, 9</i>	
Définitions et frontières	12
<i>Que faut-il entendre par problématique alcoolique* ?, 12 • Qui est alcoolique ?, 13 • À quels signes doit-on se reconnaître comme tel ?, 14 • La signification de la répétition, 15 • La question des frontières, 16</i>	
Les concepts d'addiction et de dépendance	19
<i>L'inventaire en bref, 20 • Les stratégies de prise en charge, 21 • L'état du marché des addictions, 21 • Les fidèles compagnons de route, 23 • Thank you for smoking<sup>(3)</sup>, 24 • Le charme discret du cannabis, 26</i>	
La dette symbolique	28
<i>L'exemple des sociétés traditionnelles, 28 • Il y a dette dès qu'il y a vie, 29 • Le soignant paye de sa personne, 29</i>	

Les facteurs de risques et les ambiances traumatiques	33
<i>Les principaux facteurs de risque, 35 • L'épuisement professionnel, 36</i>	
Les alcoolisations adolescentes	38
<i>Le « binge drinking » ou « biture express », 38 • La « crise de l'adolescence », 39 • Alcoolisations et appartenance collective, 39</i>	
Faiblesse du Moi et victimisation	41
<i>Un petit courrier pour commencer, 41 • Galerie de portraits de victimes en alcoologie, 41</i>	
Homéostasie addictive et équilibre psychosomatique	47
<i>Le modèle systémique, 47 • Tout ne se joue pas sur le terrain des addictions, 48 • Des exemples, 48</i>	
Comment concevoir la prévention ?	52
<i>La prévention liée au soin, 52 • Les illusions de la prévention non ciblée, 53 • Les actions de « prévention », 54 • Comment concevoir la prévention chez les adolescents ?, 54</i>	
<b>2. COMMENT SE PRÉSENTENT LES PERSONNES ALCOOLIQUES ?</b>	<b>59</b>
Les désordres émotionnels, la honte, la dévalorisation	60
<i>Les désordres émotionnels, 60 • La honte, 60 • La dévalorisation, 63</i>	
L'ennui, l'intolérance à la solitude, le ressentiment, la position de victime, la susceptibilité...	67
<i>L'ennui, 67 • L'intolérance à la solitude, 68 • Le ressentiment et la position de victime, 69 • La susceptibilité, 70</i>	
Le déni	72
<i>Le mensonge se distingue du déni, 72 • La dénégation occupe une position intermédiaire, entre mensonge et déni, 72 • Le déni crée un fossé difficile à combler, 73 • Les aspects cliniques du déni, 74 • Le rôle des contre-attitudes médicales dans les dénégations de l'alcoolique, 75 • Que faire contre le déni et la dénégation ?, 75</i>	
L'immatrité, le clivage, le faux self et le dernier des quatre	77
<i>L'enfant, 77 • L'immatrité, 77 • Le clivage en action, 79 • Le faux self, 80 • Le quatrième de la bande, 80 • Le repli autistique, 81</i>	
Les troubles narcissiques	83

Les troubles cognitifs	87
<i>Qu'appelle-t-on troubles cognitifs ?</i> , 87 • <i>En quoi consistent les TCC : thérapies cognitives et comportementales ?</i> , 88 • <i>Changer sa façon d'éprouver et d'agir</i> , 89	
Les troubles de l'humeur, la culpabilité	91
<i>Le grenier de R***</i> , 91 • <i>La fréquence des troubles bipolaires</i> , 91 • <i>Les caractéristiques des organisations limites</i> , 92 • <i>Les troubles du caractère</i> , 93 • <i>Quelle place donner à la notion de perversité ?</i> , 94 • <i>Le sentiment de culpabilité</i> , 95 • <i>Pour un bon usage du sentiment de culpabilité</i> , 95	
Le corps à contribution	97
<i>Les alcoolopathies</i> , 97 • <i>Se réconcilier avec son corps</i> , 103 • <i>Le corps-thérapeute</i> , 104	
Projet thérapeutique et processus de décision	106
<i>Agir dans le cadre d'un projet thérapeutique</i> , 106 • <i>Les processus de décision</i> , 106 • <i>La parole au groupe</i> , 108	
Au-delà du diagnostic : nouer un dialogue utile	110
<i>Comment partager le diagnostic ?</i> , 110 • <i>Qu'attendre de la biologie ?</i> , 112	
<b>3. COMMENT PRENDRE EN COMPTE L'ENVIRONNEMENT ?</b>	115
La dimension systémique de l'alcoolisme	116
<i>Les secrets</i> , 116 • <i>Les silences</i> , 116 • <i>Les fantômes</i> , 117 • <i>Bénéfices secondaires et patient désigné</i> , 117 • <i>Conflits de loyauté et assignations</i> , 117 • <i>Les familles repliées sur elles-mêmes</i> , 117 • <i>Les familles narcissiques</i> , 118 • <i>Les familles incestueuses</i> , 118 • <i>Les familles où l'alcool est présent</i> , 118 • <i>Un territoire à soi</i> , 119 • <i>Thérapie familiale</i> , 120 • <i>Le déni, encore le déni</i> , 120 • <i>L'observation du jour : victime ou coupable ?</i> , 122 • <i>La voisine de chambre</i> , 123	
Les conjoints	125
<i>Lors de la première rencontre alcoolique</i> , 125 • <i>À quel conjoint avons-nous affaire ?</i> , 126 • <i>Le temps de l'accompagnement</i> , 126 • <i>Peut-on concevoir une histoire naturelle du couple ? Et qu'en est-il en cas d'alcool ?</i> , 127 • <i>Quelles sont les conceptions de couple les plus épanouissantes ?</i> , 128 • <i>Des interventions</i> , 129 • <i>Deux brèves histoires</i> , 130	

Les pères et les mères	131
<i>Le défaut fondamental d'individuation psychique, 131 • Le contentieux avec les parents, 131 • Plus que de longs développements..., 133 • Que pouvons-nous ajouter ?, 134 • Comment se réconcilier avec ses parents, 135</i>	
Les enfants	137
<i>Les alcoolisations fœtales, 137 • L'enfant qui souffre, 138 • Faire vivre l'enfant qui est en nous, 140</i>	
Les étayages	142
<i>Les ruptures d'étayages, 142 • La valeur du travail, 143 • L'argent, 145 • Le plaisir est un parti pris, inséparable de l'éthique, 146 • L'alcoolique et la Justice, 148</i>	
Des notions utiles aux proches : le lâcher prise, le recentrage sur soi et la bonne distance	154
<i>Le lâcher prise, 154 • Le recentrage sur soi et la patience, 156 • La bonne distance, 156 • Quelle place pour la compassion ?, 157</i>	
Les limites de l'aide	159
<i>Mes limites, 159 • Une citoyenneté fonctionnelle, 159 • La force de l'irrationnel, 160 • Les catastrophes naturelles aident à relativiser, 160</i>	
Pensée unique et addictions	162
<i>Une soirée avec un tabacologue (avant l'e-cigarette), 162 • Deux livres du moment, 165 • L'ordre juste, les « citoyens experts », le syndrome de la planète, 167</i>	
Une conception étatique et sociétale des addictions	168
<i>Retour sur la motivation, 168 • L'addiction à l'aveuglement, 169</i>	
<b>4. COMMENT CONCEVOIR UN ACCOMPAGNEMENT EFFICACE ?</b>	<b>171</b>
L'accompagnement	172
<i>En l'absence d'accompagnement de proximité, il est abusif de parler d'alcoologie clinique, 172 • Après le temps de l'hospitalisation, les difficultés commencent, 172 • L'accompagnement suppose une personne apte à s'investir, 173 • L'accompagnement évolue dans le temps et dans ses fonctions, 175 • Le cinéma hors-objet, 176</i>	

Les abstinences et les réalcoolisations	178
<i>Changement de paradigme, 178 • Les abstinences, 179 • Ce que boivent les alcooliques qui ne boivent plus, 180 • Les réalcoolisations, 181 • Ceux qui continuent à boire, 182</i>	
Les médicaments	185
<i>La neurobiologie et l'imagerie du cerveau, 185 • Le sevrage ambulatoire graduel, 186 • Les médicaments de l'après-sevrage, 188 • La révolution du Baclofène, 188 • Le médicament de l'humilité partagée, 190</i>	
Le travail psychique	192
<i>Vis-à-vis de l'alcool, 192 • Au-delà de l'alcool, 192 • Quelques échanges au sein du groupe, 193</i>	
Les savoirs et les pratiques utiles	196
<i>Les connaissances établies, 196 • L'entretien motivationnel, 197 • L'intervention brève, 198 • L'approche intégrative, 199</i>	
La relation d'aide en alcoologie	200
<i>Les proches, les plus proches, 200 • Les amis, les collègues et l'entreprise, 201 • Les « collègues » d'hospitalisation et les intervenants associatifs, 202 • Les soignants, 203 • La relation d'aide, selon le « courant humaniste », 203 • Les spécificités de la relation d'aide en alcoologie, 204</i>	
L'alcoologue clinicien	207
<i>La notion d'auto-analyse groupale, 207 • Un alcoologue est un être hydride, 208 • Le rôle possible de médecins généralistes référents, 208 • Une question souvent posée, 209 • Les qualités soignantes, 210</i>	
Fonctions et référentiels des groupes de parole	212
<i>Trois types de réunions, 212 • Les fonctions assurées par le groupe de parole, 213 • Les mauvais usages d'un groupe, 216 • Les critères de qualité d'un groupe de parole, 217</i>	
L'association et ses intervenants	219
<i>Un peu d'histoire, 219 • Le rôle des intervenants associatifs, 220 • Du bon usage des troubles psychopathologiques, 221 • Les questions ouvertes, 222</i>	
Les acquisitions cognitives privilégiées	226
<i>Les vingt-quatre heures et les axes de vie, 228</i>	
<b>5. COMMENT VIVRE SANS ALCOOL ?</b>	<b>233</b>
Refonder et développer la résilience	234

Des principes éthiques	234
<i>Primum non nocere : d'abord, ne pas nuire, 235 • Respect de soi, respect de l'autre, 236 • Se faire plaisir, concrétiser ses aptitudes, 236 • L'arbitrage de l'argent, 237</i>	
L'esprit critique	239
<i>L'esprit critique se distingue de l'esprit de critique, 239 • Des conditions sont nécessaires à l'exercice de l'esprit critique, 239 • Des inégalités d'aptitude à l'esprit critique, 240 • L'imprévu et l'impossible, 241</i>	
La confiance en soi, dans l'autre, dans la relation	242
<i>La crainte de l'effondrement, 242 • Faute de cette confiance, que faire ?, 243</i>	
Le risque, les apprentissages et l'expérience	245
<i>Du risque gratuit au risque intégré, 245 • L'éducation et l'expérience, 247 • La valeur des apprentissages, 249</i>	
La relation à l'acte : « poser le verre »	251
<i>Poser le verre, 251 • Un acte en négatif, 251 • Un acte souvent mal compris, 252 • L'acte réfléchi : stratégie, intuition, créativité, 252 • La convivialité plurielle, 253</i>	
Des qualités à développer	255
<i>Une personne sans qualité est imbuvable, 255 • La ténacité et la souplesse adaptative, 255 • L'humilité et la fierté, 256 • L'honnêteté intellectuelle et la laconisme, 256 • L'humour et l'ironie, 257 • Le courage et la vigilance, 258 • Les fins du courage, 259</i>	
Quelle sagesse pour l'alcoolique ?	261
<i>La sagesse de l'alcoolique est une praxis, 261 • La place de la volonté, 261 • Les sources de la sagesse, 261 • Le cynisme et la volonté en débat, 263 • La culture du non-boire, 263 • Qu'entendons-nous par « culture du non-boire » ?, 264 • Qui participe à son élaboration ?, 264 • Quel est le contenu de la culture du non-boire ?, 264 • Une culture de liberté et d'ouverture, 265 • Un projet thérapeutique pour un programme de vie, 265 • Les clés du champ, 265</i>	
La quête du sens	267
<i>Retour sur la dette, 267 • Les pieds sur la terre, la tête en l'air, 268 • Le sens malgré le vieillissement et la mort, 269 • Observation : se défaire de la dette, 269 • La contribution du groupe, 270</i>	

<b>6. COMMENT FONDER UNE ALCOOLOGIE PRATICIENNE ?</b>	275
L'alcoologie est-elle une psychothérapie ?	276
<i>Un indispensable tour de table, 276 • La psyalcoologie, 277 • L'alcoologie a besoin d'un soignant et du groupe, 278 • En quoi l'alcoologie est une psychothérapie, 278 • L'alcoologue est aussi un « porte-souffrances », 279 • La fausse question de la durée du soin, 279</i>	
La meilleure façon de soigner	283
<i>Les principes généraux du soin alcoologique, 284 • Pour une approche éclectique et intégrative en alcoologie, 288</i>	
La méthodologie	293
<i>Le temps pré-alcoologique, 293 • L'hospitalisation brève en alcoologie (HBA) ou « stage », 296 • L'accompagnement, 298 • Et quand la méthode ne « marche » pas ?, 300</i>	
L'implication et le style	303
<i>L'expérience personnelle, 303 • L'intérêt du hors-sujet, 304 • Un outil de thérapie brève, 304 • Une composante du lien thérapeutique, 305 • La dimension citoyenne, 306</i>	
L'unité d'alcoologie : épicerie du dispositif d'alcoologie praticienne	307
<i>Caractéristiques générales, 307 • La composition de l'équipe, 308 • Un projet d'utilité publique, 309 • L'unité d'alcoologie, épicerie d'un dispositif alcoologique de proximité, 309 • Le budget nécessaire, 310 • Payer le temps du soin psychique, 311 • Chimère aujourd'hui, réalité demain ?, 313</i>	
La formation	315
<i>État des lieux, 315 • Quelques axes de propositions, 316 • Lier information, formation, prévention et soin, 317</i>	
Refonder l'alcoologie clinique	319
<i>Les pauvres types et les imbéciles, 319 • Une spécialité clinique humaniste, 319 • Assouplir le parcours de soin par la formation et la reconnaissance statutaire d'alcoologues cliniciens, 320 • Payer le nécessaire, 320 • Aider le changement, 321 • L'alcoologie clinique doit devenir une question politique, 322</i>	
<b>CONCLUSION</b>	324
<b>GLOSSAIRE</b>	326

# Avant-propos à la troisième édition

CETTE TROISIÈME ÉDITION n'invalide en rien la seconde car la situation clinique de l'alcoologie n'a connu aucun bouleversement significatif, qui laisserait augurer un retour à une vision large, utilement dérangeante des problématiques alcooliques et addictives. Elle était cependant indispensable pour rester en phase avec une réflexion qui refuse de s'enfermer dans le pré carré de l'addictologie universitaire et psychiatrique, coincée entre des concepts et des usages que chacun s'accorde cependant, de retour au quotidien de l'activité, à trouver inopérants et dispendieux, à moins d'avoir réussi à neutraliser tout esprit critique. L'alcoologie a une dimension politique que nul habillage savant ne saurait masquer. Le toilettage effectué permet d'ajuster et d'inclure divers éléments qui rendent mieux compte de la réalité et des enjeux. Ici et là, nous avons relevé des reprises d'argument ou de préoccupation. Mieux vaut se répéter, en nuancant, que se contredire.

L'ouvrage généraliste que matérialise le *Guide de l'accompagnement des personnes en difficulté avec l'alcool* – comprenez par là les dépendants de l'alcool, les proches – parmi lesquels les enfants –, qui récupèrent les dommages collatéraux, les soignants et les professionnels au contact – a permis de décliner plusieurs approches que nous estimons novatrices, bien que laissées de côté : l'hospitalisation brève ouverte sur un accompagnement structuré, le groupe de parole de mode intégratif, des *clés* dessinant les axes du travail de ressaisissement mental, au sortir de l'alcoolisation pathologique. D'autres travaux sont en cours, avec