



Internet et démarche de soins en alcoologie

Extraits d'un texte de [Patrick Bruant](#), psychologue, psychanalyste.

[Mise à distance et rapprochement](#)
[Soutenir une démarche de soins ?](#)
[Demande d'aide](#)
[Message du --/--/99](#)
[Du même, deux mois plus tard](#)
[Une hypothèse](#)

La participation à un forum de discussion consacré à l'alcoolisme, amène à s'interroger sur la place du Net dans l'aide aux personnes dépendantes.

Le projet du forum **fr.soc.alcoolisme** est articulé autour d'une charte, précisant :

OBJET : L'alcool, et l'alcoolisme, posent des problèmes qui restent "tabous". Officiellement, il n'en est question que lors des bilans annuels de mortalité. Les recherches médicales dans ce domaine sont au quasi-point mort depuis plus de trente ans. Les cliniques "spécialisées" dans le domaine fleurissent pourtant. Il reste difficile, pour les particuliers comme pour les médecins, de s'informer sur le sujet.

Tous les thèmes entourant l'alcoolisme devront pouvoir être abordés. On pourra y parler aussi bien de l'alcoolisme comme un problème vécu, personnellement ou indirectement, que de ses origines et de ses implications sociales, médicales ou autres.

Ce forum est non modéré, les messages étant sous l'entière responsabilité de celui qui les écrit.

Les intervenants sont des Anciens buveurs, des buveurs pratiquants désireux de cesser, des conjoints ou proches de buveurs, des professionnels des soins aux addicts, ou des personnes n'annonçant aucun problème, mais s'intéressant aux débats. Les thèmes abordés sont toujours liés à l'alcoolisme : du simple témoignage à une réflexion poussée, du trait d'humour à la plus sérieuse élaboration, de la demande d'adresse à la réponse circonstanciée sur tel ou tel lieu de soins.

Mise à distance et rapprochement

La relation électronique réserve certaines particularités. L'évident éloignement rend les attaques de l'Autre moins anéantissantes. Mais la relation incline souvent vers la symbiose, et l'on remarque que la virtualité favorise l'imaginaire, permettant de disposer de l'interlocuteur tel qu'on le souhaite. Ainsi se dévoilent les paradoxes de cette communication qui sont, tout à la fois, mise à distance et rapprochement.

Quand l'agressivité apparaît, les gens finissent toujours par s'expliquer. Elle n'est pas spécifique de ce forum. Il semble même qu'ici, la capacité à dépasser l'élan agressif est meilleure qu'ailleurs. L'humour, par contre, domine. La tendresse et les marques d'affection sont fréquentes.

Un participant proposait de réfléchir sur l'idée d'une **addiction transférée**, se demandant si, de l'alcoolisme, il est possible de passer à une addiction au Forum. En fait, certains internautes passent plusieurs heures quotidiennes sur **fsa** et vivent douloureusement la raréfaction des messages. De quelques mots à plusieurs pages nous distinguons quatre sortes de messages :

Débat d'idée, témoignage, demande d'aide et élan affectif (dans affectif, on entend les traits de sympathie, d'humour, de mauvaise humeur, voire d'hostilité).

Internet permet-il de soutenir une démarche de soins ?

Oui, quand l'on sait combien l'énorme difficulté de communication, qui affecte l'alcoolique, coexiste avec son souhait démesuré d'entrer en relation avec l'autre.

A cet égard, **Internet** favorise les deux versants.

Dans le projet de cet article nous avons interrogé les participants du forum :

1. Depuis combien de temps vous intéressez-vous au forum ?
2. Avez-vous des problèmes d'addiction ? (Éventuellement, à quel produit ?)
3. Avez-vous un proche qui a des problèmes d'addiction ?
4. Le forum vous aide-t-il ?

Un commentaire, long ou court, étant le bienvenu.

La fonction de soutien apportée par le forum et confirmée par douze réponses venant de personnes n'étant jamais intervenues. Soutien dans l'abstinence, mais aussi dans les débuts d'une démarche de soins, pour soi ou pour un proche. Les **motivations** des quatre ou cinq professionnels paraissent d'ordre thérapeutique, doublées d'un intérêt de recherche quant à ce nouvel outil.

Demande d'aide

Je bois depuis huit ans, la seule chose que je fasse dans ma journée est ordinateur +alcool ; j'ai déjà fait une cure mais c'est reparti de plus belle je cherche un médecin, ...quelque chose qui puisse m'aider. Je me coupe du monde, ne réponds plus au téléphone, m'engueule avec les personnes qui restent près de moi, il faut que je fasse quelque chose mais c'est très dur de prendre le taureau par les cornes.

Réponse d'un ancien buveur :

*Alcoolique abstinent ... Je vois que ton parcours est le même que beaucoup d'"amis". Après une cure ce qu'il est intéressant de faire c'est d'aller voir mouvement d'anciens buveurs. Un alcoolique disait qu'on ne pouvait mettre un toubib derrière chaque malade alcoolique. Pour ma part, je vais aux alcooliques anonymes où j'ai reçu un accueil formidable. Il existe aussi d'autres associations...
Essaie de ne pas boire pendant 24 heures.... si ça marche pourquoi ne pas recommencer le lendemain et ainsi de suite... Tu n'es pas seul maintenant. Tu as tapé à la bonne porte.
Demandes à R. ou b. où ils en étaient il y a quelques semaines.
Je te souhaite une bonne journée. Tiens, deux jours qui ne devraient pas compter dans la semaine "hier" et "demain". Aujourd'hui tu peux faire beaucoup de choses.
Amitiés*

Il y eut 20 réponses à ce post, indiquant des adresses, ou encourageant la démarche vers l'abstinence absolue. Trois " psy " sont intervenus dans le sens d'un soutien et de conseils professionnels, ou simplement de bon sens. (Il est toujours possible de répondre en privé).

Un autre témoignage illustre à lui seul l'aide que peut représenter un tel groupe de discussion :

Message du --/--/99

A 15 ans, j'ai eu le droit pour la première fois..., de sortir à la "fête du maïs" avec les jeunes du village.... Fort de paraître un homme et un vrai, sans jamais avoir eu l'occasion de boire plus d'une gorgée de vin dans le verre du grand père, je suis parti fier comme un paon. Tous les copains d'école... étaient là et il n'était pas question... d'être en reste, et bien au contraire.... Alors, à la buvette, quand est venu mon tour de commander à boire, j'ai fait comme les autres et j'ai commandé un blanc-limé.... La première fois de ma vie où j'ai pu me comporter comme un "homme", sans avoir un adulte pour me dicter ce que j'avais à faire. Il faut résister au premier verre, puisque nous le savons tous, il entraîne automatiquement le suivant!!!... Eh bien! avec le recul, 21 ans plus tard, je peux dire que dès la première prise d'alcool, les verres se sont enchaînés les uns après les autres avec une facilité déconcertante...

Le principal problème n'est pas de se cuiter ou non. Je connais des tas de gens qui pendant des années ont fait "la fête"... et qui du jour au lendemain, pour différentes raisons, ont su arrêter...

En ce qui me concerne, je n'ai jamais pris de plaisir en me bourrant la gueule...

Au fil du temps, (j'ai) perdu toute crédibilité vis à vis de ma famille, et, par la suite, avec mon amie, future mère de mes enfants. Donc séparation et pas d'enfants... Et bien sûr..., le boulot est aussi parti en couil... Aujourd'hui, je me retrouve à faire une remise à niveau de culture générale... dans le cadre d'une réinsertion professionnelle... Je dois à 36 ans recommencer ma vie, mais le pire, c'est de devoir... apprendre tout simplement ce qu'est la vie, ce que sont les vrais bases du respect de soi et de l'autre.

Et je ne vous parle pas de la santé et de la faillite financière.

Merci à ce fabuleux "mot de passe" qui m'a permis de vivre et de partager "autant" de bons moments avec autant d'autres alcoolos en quête de vérités.....

Merci à mon banquier de m'avoir interdit bancaire depuis avril 1992, et merci à la société de crédit qui est venu me reprendre ma voiture. Il faut arrêter de se cacher la face. Toutes ces merdes se sont enchaînées pour une seule et unique raison, ma dépendance!!! (la votre...)

Alors oui, je te réponds que je suis d'accord avec toi, et... je me permets de rappeler que personne ne nous a poussés à boire.... Je n'ai pas ta chance, ni celle de personnes que je respecte à travers leurs propos, comme.... Je suis toujours accro...

Depuis des mois, je ne m'accepte plus comme je suis, j'ai essayé de m'intégrer dans ce NG au début du mois de mars, mais autant j'ai envie de tout lâcher, autant je suis lâche pour franchir le pas. ...

Il ne faut pas venir chercher ici une bénédiction dans ce sens. Ca fait trop mal d'entendre ça quand on sait comme c'est dur à vivre...

Voir quelqu'un venir demander la permission de "fauter" ça me hérissé le poil. Pensez à ceux qui passent sur le (forum), qui sont encore faibles, et qui ne s'en sont pas encore sorti. Et aussi, et peut-être encore plus, à ceux qui ont franchi le pas et pour qui c'est un vrai parcours

d'équilibriste chaque jour pour ne pas craquer et rechuter!!!

Amitiés. R

Du même, en privé :

Sans l'existence de ce forum de discussions, sans le soutien d'anciens alcooliques via Internet, sans leurs conseils bien sentis et pour cause, sans ces joutes verbales et ce défouloir que représente fsa pour certains, sans les interventions des différents professionnels sur le NG, je n'aurais pas réagi alors que j'étais engagé sur un chemin en pente me guidant vers un gouffre sans fond, qui, je le pense, aurait été ma dernière ligne droite...

Toutes ces années m'ont usé et m'ont laissé quelques séquelles physiques. Et ma situation financière et sociale n'est vraiment pas des meilleures. Alors vous comprenez pourquoi aujourd'hui je dis "OUI", les cyber-contacts sont nécessaires. C'est un bon complément, à une thérapie normale, à un suivi par des professionnels ou des associations, mais c'est aussi très important pour les personnes seules et isolées dans leur détresse. Pour les faire se remuer tout en préservant leur intimité. Au moins au début, histoire de les rassurer, les encourager, les amener petit à petit à entamer le plus difficile : sortir de leur isolement, reconnaître la maladie et se faire soigner. ...Qui aurait pu me dire, il n'y a seulement que quelques semaines, qu'aujourd'hui je pourrais tenir ce discours ? - R.

Du même, deux mois plus tard.

Bonjour à tous, SOIXANTE jours d'abstinence! Deux mois aujourd'hui que j'ai perdu cette habitude qui me rongait depuis 21 ans. Je peux vous dire que j'en suis fier. Ce qui me paraissait impensable hier, est devenu partie intégrante de ma vie.

Voilà le flash de santé mensuel de ma décro. Neuf semaines que j'ai changé mes habitudes. 190 litres minimum, de jus de fruits, de thé et autres liquides non alcoolisés, des kg et des kg de fruits et légumes, 10 kg de yaourt, quelques dizaines de paires de cuisses de volailles, ...etc.

Les douleurs physiques ont disparu. Le sommeil est à peu près redevenu normal.... Le stage de réinsertion professionnelle se déroule normalement. Mes relations avec les gens ont considérablement changé.

J'ai fini par aller voir un psy-alcoolologue. C'est pas vieux, cela date de cette semaine, mais le calendrier de RV est chargé pour les prochains mois...

J'ai aussi suivi vos conseils et me suis fait prescrire des vitamines injectables et en comprimés...

Mon gros problème maintenant, est de reprendre confiance en moi....J'ai pris conscience de tellement de choses, de manques dans ma vie, d'erreurs grossières de jugement,..., que je culpabilise un peu sur le mal que j'ai pu faire, sur le temps qui passe, sur l'intellect laissé au point mort depuis des années, sur ma solitude...

Avant, je pouvais avec l'alcool me donner confiance et assumer sans me poser de questions.

Maintenant c'est différent. Je suis perdu sans repère... Je n'arrive pas à me comporter normalement, de manière décontractée, sans arrière-pensée. Je pense systématiquement aux échecs, à mon manque d'assurance ...

J'ai réussi à "scier" le psy avec ma façon d'avoir décroché. Pour lui il n'y a pas de précédent. C'est la première fois que qu'il voit quelqu'un réussir son abstinence grâce au WEB. La démarche est singulière, d'après lui, et peu faire des émules dans certains cas. Si au moins j'ai réussi cela..., j'aurai la satisfaction de ne pas être pour rien sur cette terre, et d'avoir quelque chose à moi qui sort de l'ordinaire. ... Bonne journée à tous. Amitiés.

Une hypothèse

Serait-il possible par Usenet, et ses déclinaisons, de favoriser un déplacement de l'addiction "... et qu'à partir de là, la personne puisse engager un processus thérapeutique ?"

Soulignons qu'il y a peu de transfert, ce qui place le sujet dans de meilleures conditions pour engager ailleurs un travail thérapeutique.

De façon plus lointaine une autre question se pose : l'addiction est-elle indépendante de son objet ? N'est-ce pas après coup que l'objet de prédilection va donner l'illusion d'une spécificité psychopathologique en fonction du type de produit ou de situation ?

Usenet favoriserait-il un phénomène addictif par sa structure même ? La cyber-dépendance a été annoncée et décrite, encore qu'il semble moins nocif de se passionner pour des rapports humains, que pour une drogue.

**Du même auteur sur ce site : [Mères amères](#)
Vers le site [Patrick Bruant](#)**

[Retour à l'Index](#)

Site créé le 02 août-1997. - Dr J. Morenon, 8 rue des tanneurs, F-04500 [RIEZ](#)

Emplacement du Fichier :

<http://jean.morenon.fr/PDF/newsgroup.pdf>

