

Mme Claire Hiernaux*, Pr Isabelle Varescon**

* Psychologue et doctorante, ** Professeur, Laboratoire de psychopathologie et processus de santé (LPPS), Université Paris Descartes – Sorbonne Paris Cité, 71, avenue Édouard Vaillant, F-92774 Boulogne-Billancourt Cedex

Correspondance : Claire Hiernaux. Courriel : claire.hiernaux@gmail.com

Reçu mai 2016, accepté juillet 2016

Le programme spirituel en 12 étapes, un vecteur de résilience ?

Caractérisation d'un échantillon de membres des Alcooliques anonymes en fonction de leur résilience et de leur spiritualité

Résumé

Contexte : de nombreux individus dans le monde cherchent à remédier à leur alcoolisme en étudiant et appliquant le programme de rétablissement spirituel en 12 étapes des Alcooliques anonymes (AA). Peu d'études ont analysé les mécanismes d'efficacité de la spiritualité des AA. L'article présenté en propose une description et en dégage des facteurs potentiels de résilience. **Méthode :** 55 membres des AA ont répondu à des échelles évaluant le niveau et les caractéristiques de leur participation aux AA, de leur spiritualité et de leur résilience. Des analyses de corrélation en composantes principales et de classification ont alors été entreprises. **Résultats :** les résultats montrent une corrélation positive ($p < 0,05$) entre la participation aux AA, la spiritualité et des composantes de la résilience. La résilience en lien avec la spiritualité des AA explique 18,5 % de la variance totale, soit près de cinq fois plus que dans l'échantillon de validation des concepteurs de l'outil d'évaluation de la résilience utilisé. Enfin, il a été établi que les individus les plus résilients étaient aussi ceux disposant d'une meilleure qualité relationnelle avec une puissance supérieure. **Discussion :** au-delà d'une simple méthode de maintien de l'abstinence, les 12 étapes spirituelles des AA sembleraient proposer un programme de résilience.

Mots-clés

Spiritualité – Résilience – Addiction – Alcoolisme – Entraide – Association.

Plus de deux millions d'individus alcoolodépendants dans le monde ont choisi de remédier à leur alcoolisme en participant au groupe d'entraide Alcooliques

Summary

The 12-step program, a driving force for resiliency? A specification of an Alcoholics Anonymous members sample according to their resiliency and spirituality

Background: two million alcoholics in the world try to overcome their alcohol issue by learning and applying the 12-step spiritual recovery program of Alcoholics Anonymous (AA). Very few studies have attempted to analyze the mechanisms of efficiency of AA spirituality. This article proposes a description of these mechanisms and highlights some potential resiliency factors of spirituality. **Method:** 55 AA members completed scales to estimate the intensity and characteristics of their involvement in AA, their spirituality, and their resiliency. Correlation analysis, factors analysis and hierarchical clustering were undertaken. **Results:** the results proved a positive correlation ($p < 0.05$) between AA participation and spirituality and some resiliency components, and that resiliency variables related to AA spirituality explained 18.5% of the overall variance, which is almost five times higher than in the validation sample. It was also demonstrated that the most resilient people of this AA members sample were also the individuals who benefited from a better relationship with a higher Power. **Conclusion:** the spiritual 12-step program may be more than a method to achieve and maintain alcohol sobriety and may be understood as a resiliency program.

Key words

Spirituality – Resiliency – Addiction – Alcoholism – Self-help – Association.

anonymes (AA) (1). En France, les AA évaluèrent, en 2010, le nombre de leurs membres à 7 000 (2). Cette association néphaliste propose à ses membres un réta-

blissement de l'alcoolisme grâce à un développement spirituel selon un programme en 12 étapes. Des études ont montré que la participation aux AA était prédictive de la baisse de la consommation d'alcool et de l'augmentation de l'abstinence d'alcool (3-5) en étudiant divers processus potentiellement à l'œuvre. Cependant, la littérature s'est peu intéressée à la spiritualité comme mécanisme d'efficacité. Les AA affichent pourtant la spiritualité comme étant la clé de voûte de leur programme de rétablissement (6).

Il a été établi que participer aux AA revêtait une grande variété d'actions et que l'évaluation de cette participation était meilleure lorsqu'elle se basait sur cette variété plutôt que sur la simple assistance aux réunions des AA. Il a également été prouvé que l'intensité de la participation d'un individu aux AA était corrélée positivement et significativement avec le niveau de la spiritualité (7).

Le concept de spiritualité est complexe et sa définition ne fait pas l'objet d'un consensus. L'étude présentée s'appuie sur l'opérationnalisation (8) d'une approche influente de la spiritualité (9, 10). Elle considère ainsi la spiritualité comme le concept multidimensionnel composé de l'ensemble des sentiments subjectifs (comme l'amour d'une puissance supérieure), des pensées (comme la doctrine et les croyances auxquelles l'individu adhère) et des comportements (comme prier, méditer, lire des textes spirituels) émanant de la recherche du sacré, les meilleurs prototypes de ce dernier étant un être ou un objet divin, une réalité ou une vérité ultime. Dans ce contexte, la religion est vue comme une voie possible, mais non nécessaire, pour parvenir à la spiritualité.

Peu de modèles décrivent les mécanismes spirituels potentiellement à l'œuvre dans le rétablissement de

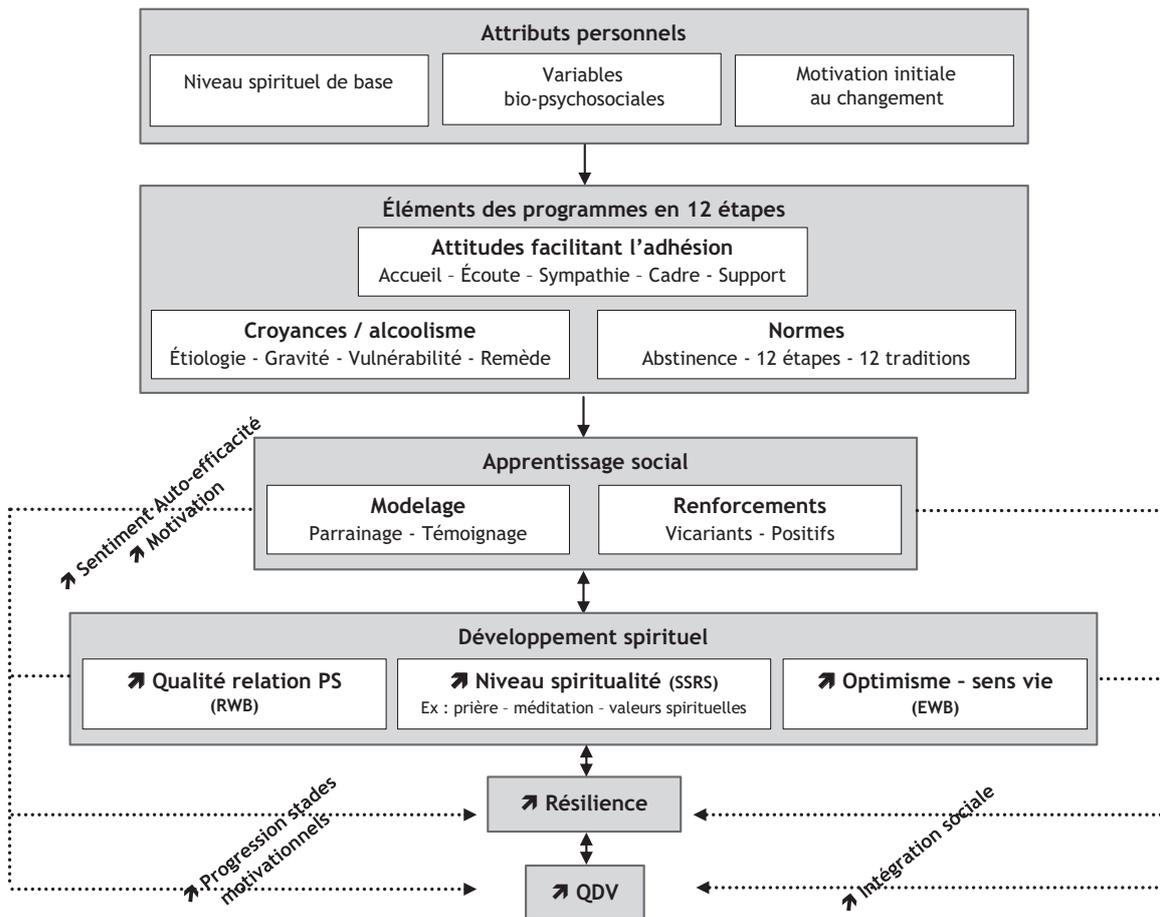


Figure 1. – Modèle heuristique intégratif des mécanismes spirituels des programmes en 12 étapes.

QDV : qualité de vie – RWB : *religious well-being* – SSRS : *spiritual self-rating scale* – EWB : *existential well-being*.

l'addiction. C'est pourquoi, en nous inspirant de la théorie de l'action raisonnée (11), de la théorie socio-cognitive (12) et d'une conceptualisation des mécanismes spirituels inhérents au comportement d'abus de substances (13), nous avons développé un modèle intégratif heuristique des mécanismes d'efficacité de la spiritualité des programmes en 12 étapes, sur lequel repose l'étude présentée (figure 1).

Il a ainsi été supposé que des éléments du programme en 12 étapes associés aux attributs de l'individu, sa motivation au changement et son histoire spirituelle personnelle, affectent la qualité de son adhésion au programme. Ces éléments du programme sont, tout d'abord, les attitudes apprises des membres visant à faciliter l'adhésion de nouveaux membres potentiels, qui sont pour l'essentiel : l'accueil, l'acceptation, l'écoute, la sympathie, un cadre et un support. L'identification, principe fondamental des groupes d'entraide, implique un mode relationnel entre membres des AA basé sur la sympathie. Pour que l'identification fonctionne, il est indispensable que le membre développe sa capacité d'écoute. L'accueil peut être illustré par la place particulière et une attention privilégiée réservée à un nouveau membre. Les individus présentant une addiction à une substance ayant souvent vécu une vie chaotique, les éléments apportant une structure et une discipline sont des composants cruciaux du programme (13). Les réunions possèdent ainsi un format spécifique (durée, déroulement), avec des rituels (lectures, prière de la sérénité, façon de se présenter), des règles (consommation et détention de drogues/alcool proscrites, portables en mode veille, pas d'interruption de la parole). Tout ceci concourt à former un cadre. Enfin, les programmes en 12 étapes fournissent un réseau social pourvoyant au soutien informationnel et émotionnel.

Les éléments du programme comprennent également les croyances sur les conduites addictives concernant leur étiologie spirituelle (7), leur gravité, la vulnérabilité de l'individu face aux addictions (étape 1) et le remède proposé, celui d'un éveil spirituel. La norme sociale alors développée est celle de l'abstinence et du développement spirituel. Ce dernier est rendu possible grâce au travail et à l'application des 12 étapes et au respect des 12 traditions. En accord avec la théorie de l'action raisonnée (11), de ces éléments doit découler une intention de comportement ou, plus spécifiquement ici, une intention d'apprentissage du programme. Celui-ci est appris socialement, par l'observation directe de modèles de rétablissement, grâce au parrainage et aux

témoignages, par renforcement vicariant, c'est-à-dire en escomptant obtenir les résultats positifs que d'autres ont obtenus en appliquant le programme et par renforcement positif, l'individu étant félicité et validé par son parrain ou d'autres membres pour ses succès en lien avec le programme. Le renforcement positif améliore le sentiment d'auto-efficacité de l'individu et le renforcement vicariant encourage son adhésion au programme et sa motivation au changement (12).

Le but de cet apprentissage spirituel social est d'opérer un développement spirituel s'illustrant, notamment, par un changement dans la perception d'un dieu punisseur à un dieu bienveillant (14), une utilisation accrue de stratégies de *coping* s'appuyant sur la positivité, une intégration sociale croissante (13), un recours régulier et fréquent à des pratiques spirituelles (15), un sens et un but dans la vie en lien avec la spiritualité (16). Rappelons que les stratégies de *coping* désignent les efforts comportementaux et cognitifs de l'individu pour s'adapter à une demande de l'environnement, en fonction de ses ressources (17). Cet apprentissage spirituel fait également assimiler à l'individu de nouvelles croyances et normes relativement à la consommation de substances, qui vont le faire progresser dans les stades motivationnels de changement, l'incitant ainsi à passer à l'action et à maintenir ses comportements de santé (13).

La souffrance générée par l'état de dépendance dont l'individu n'arrive pas à s'extraire initie sa motivation à s'inscrire dans un processus de rétablissement via un développement spirituel (7). Donc, il va s'agir, pour l'individu, d'expérimenter un épanouissement original après "le traumatisme" de la prise de conscience de son état de dépendance, et ceci malgré l'adversité, comme les affects négatifs, un état dépressif ou le *craving*, qui sont les trois principaux facteurs de rechute (18), ou plus spécifiquement le trouble initial qui a incité l'individu à consommer un produit. Ainsi conçu, le rétablissement s'apparente à la notion de résilience qui a, par exemple, été définie comme le processus à partir duquel une personne manifeste sa capacité à se développer bien, à continuer à se projeter dans l'avenir en présence d'éléments déstabilisants, de conditions de vie difficiles, de traumatismes sévères et/ou répétés, ou encore comme le mécanisme illustrant la reprise d'un développement après un effondrement (19). Les 12 étapes, en incitant l'individu à se développer de façon originale, grâce à un éveil spirituel, semblent s'apparenter à un programme de résilience.

L'étude exploratoire présentée appréciera le rétablissement de l'alcoolisme en termes de résilience. Toutefois, il pourrait être démontré que cette notion de rétablissement pourrait aussi être appréhendée au travers de la définition de la santé proposée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), impliquant la notion de qualité de vie (QDV). Il est aussi à noter, en adéquation avec les études précédemment citées, que la composante sociale a une grande importance dans le modèle décrit et intervient à différents niveaux. Elle doit avoir pour effet d'inscrire l'individu dans une intégration sociale en lui offrant d'abord une possibilité d'intégration au sein de la communauté du programme en 12 étapes, mais aussi en lui permettant d'apprendre des habiletés sociales qui faciliteront une éventuelle constitution de son propre réseau. Cette intégration sociale participe aussi à l'amélioration de la QDV.

Donc, la participation aux AA, en induisant un apprentissage d'un programme spirituel, devrait favoriser la résilience de l'individu. L'objectif de l'article est de caractériser la résilience en lien avec la spiritualité des AA et vérifier l'existence d'un éventuel lien entre spiritualité et résilience. Il est ainsi supposé, d'une part, qu'une analyse en composante principale (ACP) sur les 25 scores des variables de résilience d'un échantillon de membres des AA devrait faire ressortir les éléments s'accordant avec le programme spirituel des 12 étapes et, d'autre part, qu'une classification ascendante hiérarchique (CAH) de cet échantillon en fonction de l'intensité et de la nature de la résilience des individus devrait fournir des classes également caractérisables relativement à leur spiritualité et leur participation aux AA.

Méthodes

Participants

Ils ont été recrutés à l'issue de réunions de rétablissement des AA se tenant dans l'Île-de-France. Ils devaient être âgés de plus de 18 ans, être alcoolodépendants, membres des AA, abstinentes et avoir donné leur consentement libre et éclairé, par écrit. En outre, ils ne devaient pas avoir de traitement chimiothérapeutique pour le maintien de l'abstinence, ni consommer des substances addictives illicites. 12 participants possédaient une prescription médicale de psychotropes : cet élément n'a pas d'impact significatif ($p > 0,05$) dans la caractérisation de notre population en fonction du niveau de résilience.

Matériel

Questionnaire d'informations générales

Un questionnaire d'informations générales a relevé des variables bio-psychosociales et a apprécié l'importance de la dépendance alcoolique à partir de la quantité régulièrement consommée, la durée de la période d'alcoolisation régulière et massive, l'âge du début de la consommation, ainsi qu'une éventuelle polyaddiction (substances et comportements), l'ancienneté aux AA, les éventuels traitements, prises en charge et autres participations à d'autres groupes d'entraide.

Questionnaire RI – *Recovery interview*

Le questionnaire RI (20) évalue l'intensité de la participation à un programme en 12 étapes par l'intermédiaire de neuf actions inhérentes à celle-ci. Il possède de bonnes qualités psychométriques (α de Cronbach : 0,87). Une version modifiée ne prenant pas en compte l'item explicitement spirituel (prier et méditer) a été considérée afin d'estimer séparément ces deux notions. Ont ainsi été prises en compte les auto-évaluations, sur une échelle de Likert de 1 à 5, des fréquences avec lesquelles le membre des AA assiste aux réunions, échange avec son parrain sur son rétablissement, travaille les étapes, assure une activité de service aux AA, lit de la littérature des AA, aide d'autres membres des AA, s'implique dans des activités des AA autres que les réunions et recherche le soutien de membres des AA pour prendre des décisions. Une ACP a établi que le retrait de l'item explicitement spirituel n'entamait pas la qualité de l'outil et a permis de dégager une composante estimant l'intensité de la participation, PAACP1, offrant une meilleure représentation de la variance totale que la simple sommation des scores aux différents items.

Échelle d'auto-évaluation spirituelle

SSRS – *Spiritual self-rating scale*

Cette échelle (21) détermine un niveau de spiritualité de l'individu en se basant sur la saillance des pensées, des croyances spirituelles, de la méditation et de la prière dans la vie de l'individu, de son appréciation de la lecture de textes spirituels, de l'adéquation de ses conduites aux valeurs spirituelles et de la contribution de la spiritualité à son équilibre et sa stabilité. Six items sont ainsi auto-évalués sur une échelle de Likert de 1 à 5. L'outil présente de bonnes qualités psychométriques (α de

Cronbach de 0,82 à 0,91). N'en existant pas de version française, une traduction établie par rétro-traduction a été proposée. L'ACP entreprise sur l'échantillon a prouvé l'unidimensionnalité de l'outil (la première composante, constituant un axe de taille, explique 73,37 % de la variance totale).

Échelle de bien-être spirituel **SWBS – *Spiritual well-being scale***

Cette échelle (22) et son adaptation française (23) ont été validées par des études empiriques (α de Cronbach entre 0,87 et 0,91). La SWBS appréhende le degré de spiritualité du sujet en utilisant une composante verticale, la qualité de la relation qu'entretient l'individu avec une puissance supérieure (RSW), et une composante horizontale mesurant son bien-être existentiel au travers sa satisfaction dans la vie, son optimisme et son sentiment de but dans la vie (EWB). La SWBS compte 20 items. L'individu doit évaluer son adhésion aux énoncés sur une échelle de Likert de 1 à 6.

Échelle de résilience **CD-RISC – *Connor-Davidson resilience scale***

Cette échelle (24) détermine un score de résilience. L'individu évalue, sur une échelle de Likert de 1 à 5, à quel point les 25 items proposés s'appliquent à son vécu du mois précédant. L'outil présente de bonnes qualités psychométriques (α de Cronbach : 0,93). L'échelle a été normalisée sur un échantillon de 577 individus ne présentant aucun trouble. L'analyse factorielle sur cet échantillon a dégagé cinq composantes principales. La dernière composante, expliquant seulement 4,29 % de la variance totale, rassemble les items de résilience associés à la spiritualité. Une traduction française (25) obtenue par la méthode de rétro-traduction a été proposée. Dans la présente étude, un nom a été attribué à chaque item composé de son numéro d'ordre et d'un terme représentatif de l'intitulé (exemple : 01ADAPT). Les caractéristiques de la résilience de l'échantillon étudié ont été comparées à celles de l'échantillon de validation de l'échelle (24).

Procédure

300 questionnaires ont été distribués entre le 19 février 2014 et le 19 avril 2014. Les participants ont été sollicités, avec le consentement des responsables du groupe, à l'issue de huit réunions hebdomadaires des

AA. 64 questionnaires ont été rendus et 55 ont pu être exploités : neuf individus ont dû être retirés de l'étude (trois présentaient un critère d'exclusion, cinq questionnaires étaient très incomplets et un était illisible). Le questionnaire était distribué au plus grand nombre de personnes assistant à la réunion. L'étude était explicitée à chacun, une lettre d'information leur était distribuée, ainsi qu'une feuille de consentement libre et éclairé. Le document rempli était récupéré à la même réunion, la semaine suivante.

Méthode d'analyse des données

Les données anonymisées ont été converties en une base de données. Ces données ont été analysées avec le logiciel SPAD. Des analyses de corrélations en composantes principales et de classification ascendante hiérarchique (CAH) sur les données centrées réduites ont été entreprises. Puis, une analyse de χ^2 a permis de caractériser les classes obtenues par la CAH.

Résultats

L'échantillon de 55 membres des AA comprend 36 % de femmes. L'âge moyen est de 57,7 ans (SD = 12,65).

Scores obtenus aux échelles

Les résultats globaux sont résumés dans le tableau I. Le score moyen de résilience (87,73) de l'échantillon de 55 individus membres des AA est très significativement supérieur au score moyen normal obtenu par les concepteurs de l'échelle sur leur échantillon de validation de 577 individus ne présentant aucun trouble (80,5 ; $t[54] = 2,81$, $p = 0,0068$) (24). L'âge est cependant un possible facteur d'amélioration du niveau de résilience, et l'âge moyen de l'échantillon étudié (57,7 ans) est très supérieur à celui de la population de référence (43,8 ans ; $t(54) = 8,05$, $p < 0,001$) (24).

Analyse des corrélations

Dans l'échantillon étudié, l'intensité de la participation aux AA, le niveau de spiritualité, la qualité de la relation avec une puissance supérieure et le bien-être existentiel sont corrélés entre eux, ainsi qu'avec certains éléments de la résilience, comme le décrit le tableau II.

Tableau I : Statistiques descriptives des variables de l'étude (n = 55)

Libellé de la variable	Moyenne	Écart-type	Minimum	Maximum
Ancienneté aux Alcooliques anonymes (ans)	13,07	10,86	0,01	37,00
Durée de la consommation alcool (ans)	26,60	11,68	2,00	55,00
Âge du début de l'alcoolisation régulière et massive (ans)	31,40	11,61	14,00	56,00
Âge de l'abstinence (ans)	46,51	10,19	24,99	68,07
Durée de l'abstinence (ans)	11,15	10,39	0,04	37,00
Nombre total de réunions Alcooliques anonymes assistées	1511	1598	3	8000
Recovery Interview (Intensité participation Alcooliques anonymes)	26,24	6,52	13,00	41,00
Recovery Interview sans l'item spirituel	23,13	5,72	12,00	36,00
Spiritual self-rating scale (degré spiritualité)	21,04	6,31	6,00	30,00
Religious well-being (qualité de la relation avec une puissance supérieure)	44,51	10,86	13,00	60,00
Existential well-being (bien-être existentiel)	42,96	9,32	20,00	60,00
Spiritual well-being scale (bien-être spirituel)	87,47	18,30	50,00	120,00
Connor-Davidson resilience scale (score résilience)	87,73	19,15	5,00	146,00

Tableau II : Matrices des corrélations significatives (p < 0,05) entre participation aux Alcooliques anonymes, spiritualité et résilience

Descriptif de la variable			PAACP1	CPSSRS	RWB	EWB
PAACP1		Intensité de la participation aux Alcooliques anonymes	1,00			
Spiritualité	CPSSRS	Saillance de la spiritualité	0,57	1,00		
	RWB	Qualité relationnelle avec une puissance supérieure	0,40	0,63	1,00	
	EWB	Bien-être existentiel	0,36	0,49	0,64	1,00
Résilience	02SOUTIEN	Soutien social perçu	0,38	0,40	0,35	0,45
	03PS	Soutien spirituel perçu	0,33	0,44	0,72	0,48
	06EnRIRE	Capacité à voir le côté humoristique des choses	ns	ns	0,29	0,32
	09PS	Attribution causale spirituelle aux événements	ns	ns	0,43	0,39
	10SONMAX	Capacité à faire de son mieux quel que soit le résultat	ns	0,31	0,27	0,41
	11AUTOEFFICACE	Sentiment d'auto-efficacité	ns	ns	0,37	0,35
	12PERSEVER	Capacité à persévérer	ns	ns	0,30	ns
	13SOUTIEN	Soutien social perçu	0,30	0,36	0,40	0,42
	14STRESSPERF	Capacité à bien fonctionner en situation de stress	ns	ns	0,27	0,33
	16PERSEVER	Capacité à résister à l'échec	ns	ns	0,30	ns
	18DECID	Capacité à prendre des décisions nécessaires, impopulaires et affectant autrui	ns	- 0,28	ns	ns
	21BUTVIE	Sentiment de but dans la vie	0,28	ns	0,28	0,39
	Facteur 1 CD-RISC	Intensité de la résilience	ns	ns	0,35	0,40
Facteur 2 CD-RISC	Autogestion	ns	- 0,53	- 0,39	- 0,41	
Facteur 3 CD-RISC	Conscienciosité, régulation émotionnelle, humilité	ns	ns	0,41	0,27	

ns : non significatif.

Analyse factorielle de CD-RISC

Elle permet de retenir trois facteurs principaux. Ils expliquent 48 % de la variance totale des scores des 55 membres des AA aux 25 variables de résilience. Le facteur 1 est un indicateur du niveau de résilience, il est d'ailleurs très fortement corrélé à CD-RISC, le score global de résilience (r = 0,64 ; p < 0,05). Ce facteur explique 29,25 % de la variance totale. Les facteurs 2 et 3 regroupent des variables explicitement spirituelles ou en lien avec la spiritualité des AA et expliquent 18,5 % de la variance totale.

La dimension spirituelle des variables 03PS et 09PS est avancée par les auteurs de l'outil, et celle de la variable évaluant le sentiment de but dans la vie (21BUTVIE)

dérive de la définition de la spiritualité. L'adéquation du soutien social perçu, mesuré par 02SOUTIEN et 13SOUTIEN, aux valeurs spirituelles du programme des AA est explicité dans l'étape 12 qui promeut une générosité gratuite envers d'autres alcooliques (26). 10SONMAX estimant "le fait de faire de son mieux quel que soit le résultat" – c'est-à-dire appréciant le désir de bien faire et l'application à une tâche indépendamment du résultat, aptitude que nous avons résumée par le terme de "conscienciosité" – s'accorde avec la spiritualité des AA : l'étape 3 le spécifie en proposant à l'individu un abandon de sa volonté propre pour la "confier aux soins d'un dieu tel qu'il le conçoit", tout en lui rappelant que les étapes des AA "exigent une application personnelle soutenue pour se conformer aux principes qu'elles contiennent" et "aligner [sa volonté personnelle] aux inten-

tions de dieu” à son égard (26, p. 47). Il est donc suggéré à l’individu une conscienciosité, et ce, “*quel que soit le résultat*”, puisqu’il ne saurait dépendre de l’individu seul, mais aussi de la volonté d’une puissance supérieure à son égard. La variable 06EnRIRE, en représentant la capacité à relativiser et en s’approchant de la disposition spirituelle consistant à privilégier le côté positif des choses, représente également une dimension de la spiritualité.

Certaines variables contribuent à définir les facteurs spirituels par la faiblesse de leur score. Ainsi, l’autogestion (15AUTOGERE), l’opiniâtreté (16PERSEVER), le sentiment de force devant la difficulté (17FORDIFF) et la capacité à prendre des décisions impopulaires en affectant d’autres (18DECID) sont vues comme anti-spirituelles (facteur 2). Elles contreviennent, en effet, aux notions d’impuissance (étape 1), de lâcher-prise (étape 3) et au principe d’entraide (étape 12). Assumer des décisions impopulaires est vraisemblablement davantage vu comme un acte égoïste potentiellement dommageable que comme une affirmation de soi.

De la même façon, les variables évaluant l’enclin à la fierté (25FIERSUCCES), le sentiment de maîtrise de sa vie (22CONTROL) et la confiance en ses compétences personnelles (04GERE et 05AUTOEFFICACE) sont jugées comme opposées aux valeurs spirituelles (facteur 3). Le terme “fierté” peut, en effet, heurter le membre des AA qui a appris que l’orgueil était “*la principale source des difficultés humaines, le principal obstacle à tout progrès véritable*” (26, p. 57) et à qui il est enseigné l’humilité (exemple : étapes 4 et 5). Le sentiment de confiance émanant de ces variables s’oppose vraisemblablement à la vigilance recommandée par le programme des AA face à un “*adversaire puissant, déroutant [et] sournois*” (27, p. 66). Il est aussi question de “maîtrise de sa vie” qui est clairement en contradiction avec l’étape 1 des AA.

Les variables évaluant le sentiment de maîtrise de sa vie (22CONTROL), de capacité à gérer les affects négatifs (19GERSENT) et de résistance à l’échec (16PERSEVER) contribuent de façon ambivalente aux facteurs de spiritualité. Une interprétation possible est que ces facteurs incarneraient des stades différents d’intégration du programme des AA. Alors que le facteur 2 fait écho au sentiment d’impuissance de l’étape 1 et à un sentiment, peut-être illusoire, de maîtrise de sa vie, le facteur 3 en reflète un dépassement par le développement d’une acceptation de l’adversité, de stratégies de *coping* (étape 2) et d’une disposition à l’humilité réduisant son sentiment de maîtrise de sa vie (étape 4).

La figure 2 corrobore nos interprétations précédentes : la représentation des variables évaluant la spiritualité (RWB, EWB, SWBS et CPSSRS) dans le cercle des corrélations illustre leurs corrélations avec les variables de résilience jugées spirituelles, confirmant ainsi le lien de ces dernières avec la spiritualité.

La constitution de facteurs de résilience spirituels capables d’expliquer 18,5 % de la variance totale est une particularité de notre échantillon. Dans l’ACP réalisée par les auteurs de l’outil (24), les variables de résilience explicitement spirituelles n’interviennent qu’en 5^e position et n’expliquent que 4,3 % de la variance totale de leur échantillon, et seuls les items évaluant le sentiment de but dans la vie et le soutien social perçu leur sont corrélés d’une façon non négligeable.

Classification des individus en fonction de leur résilience

La meilleure partition des 55 membres des AA sur la base de leurs scores aux variables de résilience explique 40 % de la somme des carrés totale en considérant quatre classes de 20, 8, 5 et 22 individus, après consolidation. Un calcul du χ^2 réalisé avec la correction de Yates, afin de prendre en compte la petite taille des classes, a permis de caractériser les classes en fonction de leur résilience, leur participation aux AA, leur spiritualité et leur alcoolisme, en considérant $p < 0,05$, comme l’illustre la figure 3 et le prouvent les résultats synthétisés dans le tableau III.

Les degrés moyens d’implication aux AA et les niveaux moyens de spiritualité déterminés par la saillance des pensées et comportements spirituels, leur contribution à l’équilibre de l’individu et leur adéquation avec ses conduites ne permettent pas de particulariser les classes, à l’exception du travail des étapes significativement plus faible dans la classe 3. Seul le bien-être que l’individu doit à la qualité de sa relation avec une puissance supérieure (RWB), ainsi qu’à son aptitude à être satisfait de la vie, à se montrer optimiste et à avoir un sentiment de but dans la vie (EWB), donc découlant de dimensions spirituelles, concoure à caractériser les classes d’une partition réalisée en fonction des scores de résilience. Ainsi, la classe 4 présentant un niveau de résilience significativement plus élevé se caractérise aussi par des scores moyens plus élevés sur ces dimensions spirituelles ($p < 0,01$).

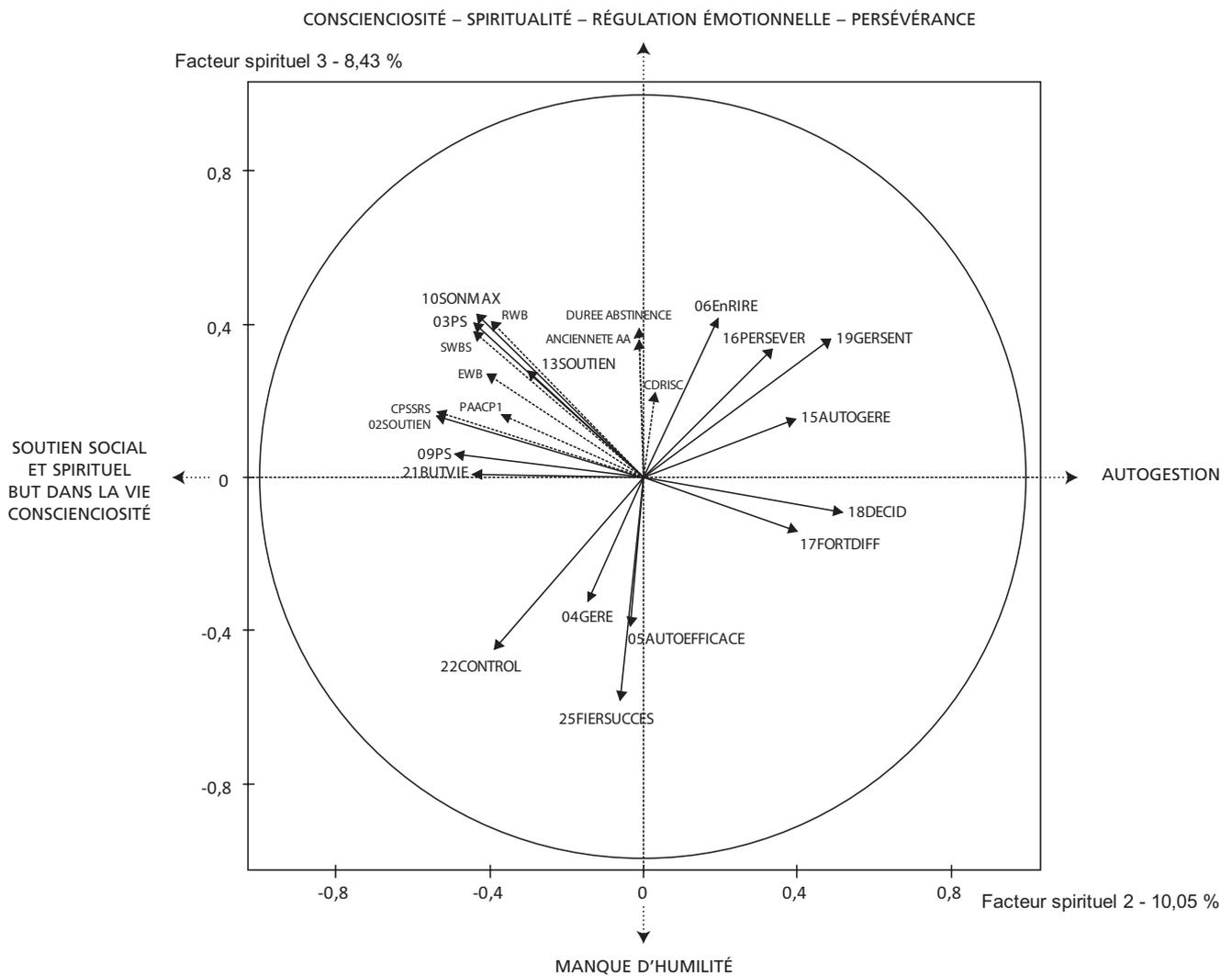


Figure 2. – Cercle des corrélations selon les axes spirituels 2 et 3 dégagés par l'ACP.

Caractères en *NORMAL*, flèche pleine : variables de résilience actives – Caractères en *ITALIQUE*, flèche pointillée : variables illustratives – PAACP1 : intensité de la participation aux Alcooliques anonymes – CPSSRS : degré de spiritualité – RWB : qualité de la relation avec une puissance supérieure – EWB : bien-être existentiel – SWBS : bien-être spirituel.

Variables de résilience : 02SOUTIEN : soutien social émotionnel perçu – 03PS : soutien spirituel – 04GERE : capacité à gérer les situations se présentant – 05AUTOEFFICACE : confiance retirée des succès pour gérer de nouvelles situations – 06EnRIRE : capacité à voir le côté humoristique des choses – 09PS : attribution causale spirituelle aux événements – 10SONMAX : capacité à faire de son mieux quel que soit le résultat – 13SOUTIEN : soutien social émotionnel perçu – 15AUTOGERE : préférence pour gérer seul plutôt que laisser les autres prendre les décisions – 16PERSEVER : capacité à résister à l'échec – 17FORDIFF : sentiment de force devant les défis et difficultés de la vie – 18DECID : Capacité à prendre des décisions nécessaires impopulaires affectant autrui – 19GERSENT : capacité à gérer les affects négatifs – 21BUTVIE : sentiment de but dans la vie – 22CONTROL : sentiment de maîtrise de sa vie – 25FIERSUCCES : aptitude à retirer de la fierté de ses succès.

Discussion

Il a été exposé, dans l'introduction, que l'apprentissage du programme spirituel en 12 étapes des AA pouvait initier un processus de rétablissement de l'alcoolisme appréhendable en termes de résilience. Les résultats obtenus dans la présente étude vont dans ce sens. Le

score moyen de résilience des membres des AA de notre échantillon s'est avéré très significativement supérieur à la moyenne standard.

L'étude menée sur cet échantillon a prouvé que plus la participation aux AA de l'individu augmentait, plus son niveau de spiritualité était élevé, meilleure était sa relation avec une puissance supérieure et meilleurs

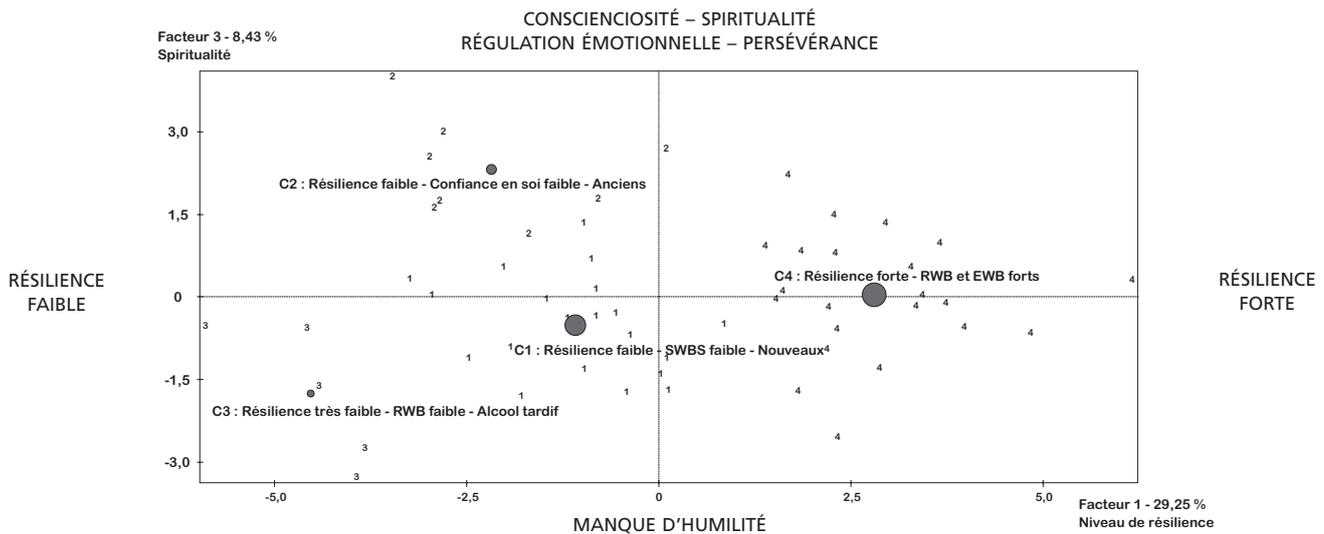


Figure 3. – Représentation graphique de la classification en fonction du niveau de résilience et de la spiritualité.
 C1 : classe 1 (20 individus) – C2 : classe 2 (8 individus) – C3 : classe 3 (5 individus) – C4 : classe 4 (22 individus).

Tableau III : Scores moyens des classes significativement différents des scores moyens de l'échantillon

	Variables caractéristiques	Moyenne dans la classe	Moyenne générale	p
Classe 1	Facteur 1 de CD-RISC – Échelle de résilience de Connor et Davidson	- 1,09	0,00	0,01
	Facteur 3 de CD-RISC – Échelle de résilience de Connor et Davidson	- 0,52	0,00	0,02
	EWB – bien-être existentiel	39,45	42,96	0,02
	SWBS – bien-être spirituel	80,40	87,47	0,02
	Ancienneté aux Alcooliques anonymes (ans)	8,30	13,073	0,01
	Nombre total de réunions aux Alcooliques anonymes assistées	699	1512	0,00
Classe 2	Facteur 1 de CD-RISC – Échelle de résilience de Connor et Davidson	- 2,17	0,00	0,01
	Facteur 3 de CD-RISC – Échelle de résilience de Connor et Davidson	2,31	0,00	0,00
	Durée de l'abstinence (ans)	21,56	11,15	0,00
	Ancienneté aux AA (ans)	23,50	13,07	0,00
	Nombre total de réunions aux Alcooliques anonymes assistées	2559	1512	0,02
Classe 3	Facteur 1 de CD-RISC – Échelle de résilience de Connor et Davidson	- 4,53	0,00	0,00
	Facteur 3 de CD-RISC – Échelle de résilience de Connor et Davidson	- 1,76	0,00	0,00
	SWBS – bien-être spirituel	67,40	87,47	0,01
	RWB – qualité de la relation avec une puissance supérieure	31,80	44,51	0,01
	Durée de l'alcoolisation (ans)	42,00	26,60	0,00
	Âge du début de la consommation massive et régulière (an)	44,80	31,40	0,00
Âge d'abstinence (ans)	57,63	46,51	0,01	
Classe 4	Facteur 1 de CD-RISC – Échelle de résilience de Connor et Davidson	2,81	0,00	0,00
	EWB – bien-être existentiel	47,23	42,96	0,00
	RWB – qualité de la relation avec une puissance supérieure	49,32	44,51	0,01
	SWBS – bien-être spirituel	96,55	87,47	0,00

étaient ses scores aux variables de résilience de la CD-RISC estimant les soutiens social et spirituel perçus, sa disposition à la conscienciosité et son sentiment de but dans la vie.

Les variations des scores de résilience de cet échantillon de membres des AA sur des variables de résilience en lien avec la spiritualité des AA sont telles qu'il a

été possible de les condenser en deux facteurs. L'un représente les soutiens social et spirituel perçus, la capacité à attribuer des explications spirituelles aux événements, les sentiments de but et de maîtrise dans la vie, la disposition à la conscienciosité et l'évitement de l'autogestion des situations et des affects. L'autre rassemble des variables évaluant les soutiens social et spirituel perçus, le sentiment de capacité à réguler les

affects négatifs et la disposition à la conscienciosité, à la persévérance, à l'humilité et à voir le côté humoristique des choses. Ces facteurs spirituels expliquent une part de la variance totale des scores de résilience près de cinq fois supérieure à celle qu'explique le facteur spirituel de l'échantillon de validation de l'outil (24). Ces résultats suggèrent donc une disparité supérieure à la norme sur ces variables. L'apprentissage du programme en 12 étapes serait-il responsable d'un accroissement de ces variables, causant par là même une disparité en fonction du niveau d'apprentissage ?

Par ailleurs, une classification de l'échantillon en fonction des scores de résilience a prouvé que les individus les plus résilients sont aussi ceux faisant état d'une meilleure qualité relationnelle avec une puissance supérieure, ceux estimant le plus que cette puissance supérieure leur porte amour et attention, leur procure force, soutien et bien-être, et comble un éventuel sentiment de solitude, et ceux disposant d'une meilleure confiance en l'avenir, d'une satisfaction de la vie plus élevée et d'un optimiste plus important.

Donc, au sein de la population étudiée, la résilience est associée positivement à une spiritualité, appréciée en termes de relation qualitative avec une puissance supérieure, une orientation positive et un sentiment de but dans la vie.

Étant donnée la petite taille de notre échantillon, il serait cependant hasardeux de généraliser ces résultats. Cette analyse exploratoire est néanmoins prometteuse et devrait ouvrir sur des études portant sur de plus larges échantillons, approfondissant ce qui, dans la spiritualité, participe à la résilience et recherchant les éventuelles chaînes de causalité. ■

Conflits d'intérêt. – Les auteurs déclarent l'absence de tout conflit d'intérêt.

C. Hiernaux, I. Varescon
Le programme spirituel en 12 étapes, un vecteur de résilience ?
Caractérisation d'un échantillon de membres des Alcooliques anonymes en fonction de leur résilience et de leur spiritualité
Alcoologie et Addictologie. 2016 ; 38 (4) : 295-304

Références bibliographiques

1 - Alcoholics Anonymous. A.A. Fact File [Internet]. New York : AA [cité 19 avril 2016]. Disponible sur : http://www.aa.org/assets/en_US/m-24_aafactfile.pdf.

- 2 - Alcooliques Anonymes. Qui sont les Alcooliques Anonymes aujourd'hui ? [Internet]. Paris : AA [cité 23 mai 2016]. Disponible sur : <http://www.alcooliques-anonymes.fr/qui-sont-les-aa/l-association-aa/23-aa-aujourd-hui-sondage-2009>.
- 3 - Kaskutas LA. Alcoholics Anonymous effectiveness: faith meets science. *J Addict Dis*. 2009 ; 28 (2) : 145-57.
- 4 - Kelly JF, Magill M, Stout RL. How do people recover from alcohol dependence? A systematic review of the research on mechanisms of behavior change in Alcoholics Anonymous. *Addict Res Theory*. 2009 ; 17 (3) : 236-59.
- 5 - Timko C, Finney JW, Moos RH. The 8-year course of alcohol abuse: gender differences in social context and coping. *Alcohol Clin Exp Res*. 2005 ; 29 (4) : 612-21.
- 6 - Borrás L, Khazaal Y, Khan R, Mohr S, Kaufmann Y-A, Zullino D, et al. Dialogue. *Subst Use Misuse*. 2010 ; 45 (14) : 2357-410.
- 7 - Hiernaux C, Varescon I. L'éveil spirituel, un remède à l'alcoolisme ? Population de membres des Alcooliques anonymes. *Alcoologie et Addictologie*. 2015 ; 37 (4) : 319-26.
- 8 - Hill PC, Pargament KI, Hood RW, McCullough Jr ME, Swyers JP, Larson DB, et al. Conceptualizing religion and spirituality: points of commonality, points of departure. *J Theory Soc Behav*. 2000 ; 30 (1) : 51-77.
- 9 - Pargament KI. Of means and ends: religion and the search for significance. *Int J Psychol Relig*. 1992 ; 2 (4) : 201-29.
- 10 - Pargament KI. The psychology of religion and spirituality? Yes and no. *Int J Psychol Relig*. 1999 ; 9 (1) : 3-16.
- 11 - Fishbein M. Theoretical models of HIV prevention. In : NIH consensus development conference on interventions to prevent HIV risk behaviors [Internet]. Bethesda : NIH ; 1997 [cité 23 mai 2016]. Disponible sur : <https://consensus.nih.gov/1997/1997PreventHIVRisk104Program.pdf#page=36>.
- 12 - Bandura A. Social foundations of thought and action: a social cognitive theory. Englewoods Cliff, NJ : Prentice-Hall, Inc ; 1986.
- 13 - Neff JA, MacMaster SA. Applying behavior change models to understand spiritual mechanisms underlying change in substance abuse treatment. *Am J Drug Alcohol Abuse*. 2005 ; 31 (4) : 669-84.
- 14 - Pargament K, Feuille M, Burdzy D. The Brief RCOPE: current psychometric status of a short measure of religious coping. *Religions*. 2011 ; 2 (4) : 51-76.
- 15 - Tonigan JS, Rynes KN, McCrady BS. Spirituality as a change mechanism in 12-step programs: a replication, extension, and refinement. *Subst Use Misuse*. 2013 ; 48 (12) : 1161-73.
- 16 - Carroll S. Spirituality and purpose in life in alcoholism recovery. *J Stud Alcohol*. 1993 ; 54 (3) : 297-301.
- 17 - Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer Publishing Company ; 1984.
- 18 - Witkiewitz K, Lustyk MKB, Bowen S. Retraining the addicted brain: A review of hypothesized neurobiological mechanisms of mindfulness-based relapse prevention. *Psychol Addict Behav*. 2013 ; 27 (2) : 351-65.
- 19 - Pourtois JP, Humbeeck B, Desmet H. Les ressources de la résilience. Paris : Presses Universitaires de France ; 2012.
- 20 - Morgenstern J, Kahler CW, Frey RM, Labouvie E. Modeling therapeutic response to 12-step treatment: optimal responders, non-responders, and partial responders. *J Subst Abuse*. 1996 ; 8 (1) : 45-59.
- 21 - Galanter M, Dermatis H, Bunt G, Williams C, Trujillo M, Steinke P. Assessment of spirituality and its relevance to addiction treatment. *J Subst Abuse Treat*. 2007 ; 33 (3) : 257-64.
- 22 - Paloutzian RF, Ellison C. Spiritual well-being scale. *Meas Relig*. 1982 : 382-5.
- 23 - Velasco L, Rioux L. Adaptation et validation en langue française d'une échelle de bien-être spirituel. *Can J Behav Sci Can Sci Comput*. 2009 ; 41 (2) : 102.
- 24 - Connor KM, Davidson JR. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depress Anxiety*. 2003 ; 18 (2) : 76-82.
- 25 - Davidson JR, Connor KM. Overview: Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). RISC manual. Durham : Duke University School of Medicine ; 2011.
- 26 - Alcoholics Anonymous. Les douze étapes et les douze traditions. New York : AAWS Inc. ; 2003.
- 27 - Alcoholics Anonymous. Les Alcooliques anonymes. New York : AAWS Inc. ; 2003.