

**SOLALE**

Solutions **Alcool** Expertises

# ACCOMPAGNER LA GESTION des consommations d'alcool

Des outils pour mener  
des entretiens **RdR Alcool**



# Un dossier réalisé par et pour des intervenants RdR Alcool



*Santé! Alcool et RdR* est un dispositif d'ingénierie sociale situé à Marseille qui recherche, expérimente et modélise de nouvelles pratiques pour accompagner les personnes consommatrices d'alcool.

Il s'appuie sur le concept Réduction des risques liés aux consommations d'alcool (RdR Alcool).

Dispositif unique en France, *Santé!* mène des actions d'ingénierie sociale, des actions de formation et des actions d'accompagnement de personnes consommatrices d'alcool.

L'association est soutenue par l'ARS PACA, l'Assurance Maladie via le Fonds de lutte contre les addictions, MILDECA.

Santé! est une association du **GroupeSOS**

Ce dossier a été réalisé par des professionnel-le-s, contributeur-ric-e-s RdR Alcool du secteur médico-social, spécialisé-e-s ou non en addictologie, intervenant-e-s sociaux, infirmier-e-s, médecins et psychologues, engagé-e-s sur un groupe de travail durant le deuxième semestre 2023.

Cette initiative a été portée par l'association **Santé ! Alcool et RdR**<sup>i</sup> qui anime également la plateforme Solale, plateforme de ressources professionnelles RdR Alcool en ligne financée par le Fonds de lutte contre les addictions.


Ce groupe de travail interdisciplinaire s'est donné pour objectif de construire un dossier proposant des repères et des outils aux intervenants qui souhaitent développer une offre de soutien RdR Alcool pour accompagner une gestion des consommations d'alcool à moindre risque.

Merci à toutes les contributrices et contributeurs qui ont collaboré à la réalisation de ce dossier !



# Sommaire

## Ce dossier contient

 Des éléments de repérage sur l'approche RdRA et sur les objectifs spécifiques associés à la gestion des consommations.

 Des conseils et des outils pour construire des entretiens dédiés à la gestion des consommations.

### Accompagner la gestion des consommations d'alcool

Un autre regard d'abord.....	4
Agir sur les pratiques de consommation : un potentiel transformateur .....	5
Fiche outil : Les étapes de l'accompagnement RdRA.....	6

### Mener des entretiens RdR Alcool sur la gestion des consommations d'alcool

Construire et proposer des entretiens pour accompagner la gestion des consommations .....	7
Fiche outil : Parler autrement pour favoriser un dialogue ouvert sur les pratiques de consommation .....	8

### Explorer au cours de l'entretien les pratiques de consommation

Savoir repérer les effets recherchés dans le recours à l'alcool.....	9
Fiche outil : Explorer et reconnaître les effets recherchés dans le recours à l'alcool .....	10
Soutenir la recherche et l'installation d'équilibres de consommation à moindre risque .....	11
Fiche outil : Appliquer le modèle de l'amélioration continue, comme processus à engager .....	12
Fiche outil : Mener la recherche d'actions d'amélioration.....	13
Les axes possibles d'amélioration sur lesquels agir .....	14
Fiche outil : Les leviers d'actions porteurs de changements pour de nouveaux équilibres de consommation .....	15
Fiche outil : Questionner les pratiques de consommation - Comment la personne consomme ? .....	16

### Exemple de structuration d'un entretien RdR Alcool

Guider un entretien : Les étapes .....	20
--	----



# ACCOMPAGNER LA GESTION des consommations d'alcool

## Un autre regard d'abord

- Accompagner la personne à se poser la question du « **Comment elle consomme** » pour ré-activer le pouvoir d'agir, en finir avec la fatalité et l'aggravation des situations.
- Ne plus définir la personne en négatif, comme ayant perdu la liberté de s'abstenir pour l'outiller à analyser la fonction stratégique de l'alcool et les **pistes d'amélioration ou de solutions envisageables**.

L'approche Réduction des Risques Alcool envisage le recours à l'alcool comme une **stratégie d'adaptation ou de compensation** mise en place par les personnes pour pallier des situations difficilement soutenables autrement. Stratégie non idéale, risquée certes, mais efficace à défaut d'en avoir eu une autre à disposition. Dans cette perspective, l'alcool est un **indice révélateur** à observer et l'activité de consommer est considérée sous l'angle de sa fonction stratégique.

La RdR Alcool, forte de ce nouveau regard sur l'alcool et sur les personnes qui consomment, préconise d'envisager la consommation d'alcool comme une activité spécifique avec ses caractéristiques propres qui seront autant d'**informations porteuses de solutions**.

Questionner l'activité de boire et analyser les pratiques de consommation, les façons de faire deviennent pour le-la professionnel·le des **pistes d'intervention opérantes** pour soutenir une personne à réduire les risques de sa consommation d'alcool.



### Pratiques RdR Alcool :

- Observer l'activité de consommer et repérer sa fonction stratégique.
- Analyser les pratiques et les logiques de consommation.
- Installer, tester de nouvelles stratégies, de nouveaux équilibres de consommation à moindre risque.

L'activité de boire a lieu dans des situations très précises avec des logiques à l'œuvre toujours singulières. Étudier les manières de boire, c'est par exemple prendre en compte le contexte ou l'environnement dans lequel la consommation se déroule ou l'ambiance dans laquelle elle a lieu, l'état d'esprit, etc.

Il s'agit de proposer aux personnes concernées d'y regarder d'un peu plus près, concrètement, pour trouver des fils à tirer, pour **actionner du changement**.

Les pratiques de consommation sont ainsi révélatrices de pistes de solutions, intrinsèquement chargées de perspectives d'amélioration. En prenant en compte ces pratiques, en les observant et en les explorant comme des activités spécifiques avec leurs logiques propres, se mettent à jour toute une série d'informations qui deviendront des **leviers à tester pour installer des nouveaux équilibres** et améliorer les situations.

Pour résumer, la RdR Alcool ajoute au « combien » et au « pourquoi » la question du « comment » la personne consomme. C'est à partir de ce nouveau questionnement qu'une stratégie de gestion des consommations pourra être envisagée.



# ACCOMPAGNER LA GESTION des consommations d'alcool

Agir sur les pratiques de consommation :  
un potentiel transformateur

- › Accompagner les personnes à mieux connaître leurs habitudes et leurs pratiques de consommation pour les améliorer et les modifier.
- › Disposer d'un descriptif très précis : les questions posées permettront d'identifier les leviers à activer et de trouver des pistes d'amélioration efficaces.
- › Repérer les situations de vie favorables ou au contraire, celles qui renforcent les consommations.

L'enjeu est de détailler les manières de vivre et les manières de boire qui sont intrinsèquement liées et toujours singulières afin de trouver des pistes d'amélioration, de nouvelles solutions, concrètes, adaptées et réalistes, réduisant le risque alcool. Ces pistes d'amélioration doivent être coconstruites avec la personne.

Cette approche a pour objectif de soutenir la personne dans sa recherche de nouveaux équilibres de consommation d'alcool, d'améliorer ses habitudes et ses pratiques de consommation, dans une logique de recherche du moindre risque.



### SÉQUENCE 2

Évaluer les besoins spécifiques de la personne.  
Engager le parcours RdR Alcool.

- Faire une photo de la situation : ici et maintenant.
- Identifier les besoins de soutien.
- S'adapter à la singularité des situations.
- Engager une coordination de parcours de santé globale.

### SÉQUENCE 3

Sécuriser les risques vitaux et les besoins non satisfaits :  
quand les situations de vie et de consommations se sont aggravées et qu'un soutien est nécessaire pour compenser une vulnérabilité spécifique.

- Mise en place d'un environnement protecteur.
- Agir sur la satisfaction des besoins primaires.
- Faire disparaître les mises en danger et risques majeurs.
- Soutenir une organisation des consommations pour réduire les sur et sous consommations.

### SÉQUENCE 1

Informar, accueillir et créer l'alliance RdR Alcool.

- La personne est informée qu'un processus d'amélioration est compatible avec le maintien d'une consommation.
- La personne a connaissance de la spécificité de l'offre de soutien RdR Alcool.
- Elle souhaite s'engager dans un accompagnement RdR Alcool.
- Elle est guidée pour déconstruire les représentations liées à l'alcool et aux personnes qui consomment.

### SÉQUENCE 4

Accompagner la gestion des consommations :  
modifier les pratiques de consommation et installer des équilibres de consommation d'alcool à moindre risque.

- Analyser les pratiques de consommation.
- Tester et installer des nouvelles pratiques de consommation à moindre risque.
- Retrouver un équilibre de vie et de consommation moins risqué – sans risque.

# MENER DES ENTRETIENS RDR ALCOOL sur la gestion des consommations d'alcool

## Construire et proposer des entretiens pour accompagner la gestion des consommations

- Créer les conditions d'un dialogue ouvert propice au changement.
- Identifier les leviers à activer pour chercher des pistes d'amélioration efficaces.

L'accompagnement à la gestion des consommations nécessite de construire des modalités d'entretien spécifiques qui doivent être des moments clefs extrêmement repérant pour mobiliser une personne à explorer ses pratiques de consommation.

Le professionnel aura donc pour mission de construire et mener ces entretiens pour guider la personne à **analyser ses habitudes et pratiques, à envisager des évolutions, de nouveaux équilibres de consommation et à chercher – tester – faire retour** sur les pistes de réduction des risques imaginées et mises en œuvre.

### Objectif de l'entretien pour la personne

- ⊙ Disposer d'un espace d'échanges.
- ⊙ Mettre en discussion les représentations et le regard portés sur le recours à l'alcool.
- ⊙ Repérer de nouvelles solutions d'amélioration.
- ⊙ Faire retour sur les pistes envisagées et testées.
- ⊙ Mettre en place des nouveaux équilibres de consommation à moindre risques.

### Objectif de l'entretien pour le professionnel

- ⊙ Piloter les échanges de manière constructive.
- ⊙ Mener une exploration pour obtenir des informations précises concernant les pratiques de consommation.
- ⊙ Accompagner la recherche de solutions d'amélioration / d'équilibre de consommation à moindre risque.



### *Avant de proposer ces temps d'entretien, il est important de vérifier que :*

- Le soutien RdR Alcool initié est suffisamment sécurisant et porteur d'espoir pour que la personne envisage la possibilité de perspectives d'amélioration.
- L'intervenant RdR alcool a rendu possible et créé les conditions d'une disponibilité psychique pour consacrer du temps à la réflexion, à la recherche de solutions et faire retour sur ces expériences de consommation en lien avec le vécu quotidien.
- La personne est en confiance et souhaite, avec du soutien, chercher et tester des nouveaux aménagements dans ses pratiques de consommation et dans son contexte de vie.



**Pour engager l'entretien dans un climat favorable au mieux être :**

- Bonjour, comment allez-vous ? Comment va votre vie ?
- Comment vont vos consommations ?
- Comment se sont-elles passées cette semaine ?
- Nous allons les regarder dans le détail.
- Pour résumer, l'idée c'est de regarder ensemble comment vous pouvez prendre soin de vous et de vos consommations.

### Observation

1

- “ Regardons ensemble comment vous avez consommé sur une journée type (si elle existe) ?
- “ Regardons ensemble comment vous avez consommé chaque jour de la semaine ?
- “ Y a-t-il eu cette semaine des situations de vie particulières qui ont transformées vos habitudes de consommation ?

### Choix de stratégies de changement

2

- “ Nous allons explorer ensemble les possibilités de changement, d'autres aménagements et organisations possibles de vos consommations d'alcool.
- “ Par où souhaitez-vous commencer ?
- ⚙ Expertise de l'intervenant RdR Alcool : être force de proposition de leviers possibles si la personne ne les identifie pas.

### Tentatives de nouveaux aménagements de consommation

3

- “ **Expérimentation** : Vous allez tester une autre organisation de vos consommations et nous regarderons ensemble ce que cela produit, ce qui sera à reproduire et à amplifier et ce qui éventuellement ne sera pas une fausse route.
- “ **Observation des résultats** : Qu'est-ce qui a marché dans cette évolution de vos consommations ?
- “ Êtes-vous satisfait des changements que vous avez testés ? Regardons ensemble les bénéfices et/ou les incidences indésirables de ce changement. Est-il tenable sur la durée ?

### Retours et focus sur les améliorations

4

- “ **Valoriser et ancrer les réussites** : Vous avez réussi à changer vos habitudes de consommation – Regardons si ça vous apporte un mieux-être et s'il est possible de poursuivre ces évolutions.
- “ **Relativiser l'absence de résultat** : Nos choix n'étaient certainement pas adaptés à votre situation du moment. Regardons ce que nous pourrions trouver de plus adapté.

# EXPLORER AU COURS DE L'ENTRETIEN les pratiques de consommation

## Savoir repérer les effets recherchés dans le recours à l'alcool

- Engager une nouvelle manière d'aborder le recours à l'alcool.
- Proposer une entrée en matière porteuse de changement qui a vocation à valoriser les stratégies mises en place par les personnes.

Le temps d'entretien est dédié à l'**exploration des effets recherchés** par la personne dans son recours à l'alcool. Il doit permettre d'analyser précisément **la fonction et le rôle** de l'alcool dans la vie de la personne et de **comprendre les logiques** qui sont à l'œuvre dans le recours à l'alcool.

L'enjeu est d'accompagner la personne à porter un regard moins jugeant sur ses consommations ainsi que sur elle pour adopter, avec le soutien de l'intervenant, une **nouvelle manière d'observer ses consommations**. L'intervenant s'appuie alors sur **l'argumentaire de l'approche de Réduction des Risques Alcool** pour amener la personne à analyser selon un angle nouveau ses consommations et son recours à l'alcool.

### Objectif de l'entretien pour la personne

- ⊙ Identifier et comprendre précisément les effets recherchés.
- ⊙ Désamorcer le sentiment de honte et de culpabilité : « se réconcilier avec cette stratégie, ne plus lutter et ne plus s'en vouloir ».
- ⊙ Croire en ses stratégies, être rassuré et renforcer son pouvoir d'agir.

### Objectif de l'entretien pour le professionnel

- ⊙ Explorer les effets recherchés et les ressentis dans le recours à l'alcool.
- ⊙ Guider et animer l'observation des effets recherchés.
- ⊙ Mettre en à jour les logiques à l'œuvre et les situations de vie qui favorisent le recours à l'alcool.
- ⊙ Faire apparaître les 1ers besoins spécifiques et 1ers risques.



### Rappel de l'argumentaire RdR Alcool :

- Le recours à l'alcool est considéré comme une stratégie d'adaptation et/ou de compensation mise en place par les personnes pour palier à des situations difficilement soutenables autrement.
- L'alcool devient donc un indice précieux pour l'observation.
- La RdR Alcool redonne à l'activité de consommer sa fonction stratégique.
- Conseil RdR Alcool : proposer à la personne de ne plus s'en vouloir d'avoir pour le moment recours à l'alcool. Ce n'est pas la solution idéale mais elle n'en n'est pas moins une solution.

*Les effets ressentis ou recherchés dans le recours à l'alcool  
(liste non exhaustive)*

*Repérer les situations vécues en lien avec  
les effets recherchés*

Pour calmer une douleur (physique ou psychique)  
Pour réussir à m'endormir  
Pour faire la fête  
Pour me récompenser  
Pour être moins timide – me sentir plus à l'aise  
Pour rencontrer du monde, être en lien  
Pour m'intégrer dans un groupe  
Pour me détendre  
Pour éviter de m'ennuyer  
Pour me concentrer  
Pour me calmer  
Pour ne pas me sentir seul  
Pour changer mon humeur  
Pour être en forme, retrouver mon énergie  
Pour me sentir joyeux  
Pour oublier  
Pour ne plus sentir certaines émotions  
Pour gérer mes problèmes  
Pour me donner du courage

**Ressentis corporels :**

Chaleur  
Engourdissements  
Arrêt des tremblements  
Moins de sensation de soif

**Type d'ivresse recherchée ?**

Intense  
Rapide  
Progressive



# EXPLORER AU COURS DE L'ENTRETIEN les pratiques de consommation

Soutenir la recherche et l'installation  
d'équilibres de consommation à moindre risque

- Chercher et installer des nouveaux équilibres de vie et de consommation.
- Imaginer des nouvelles pratiques de consommation est un levier en RdR Alcool.

L'activité de consommer est animée par des logiques qu'il va devoir falloir mettre en lumière au cours des échanges. Pour cela, le processus à suivre est d'articuler les **situations vécues par la personne et les pratiques de consommation qu'elles induisent, et inversement.**

Ce chemin de pensée doit permettre d'identifier les risques et les besoins de la personne. Face à ces besoins et /ou risques repérés, il sera alors nécessaire de chercher / imaginer des pistes de solution d'amélioration pour évoluer vers des pratiques de consommation à moindres risques.

Le professionnel accompagne ainsi la personne à engager une dynamique de changement, à son rythme, sur les besoins ou les risques qu'elle aura repérés et à travers des solutions d'adaptation qu'elle aura choisies.

Une attention sera alors portée sur la démarche d'expérimentation de nouvelles solutions ainsi que sur les résultats, pertinents ou non qui en découleront dans une dynamique d'adaptation et d'**amélioration continue.**

## Objectif de l'entretien pour la personne

- Être guidée pour explorer de nouvelles pratiques de consommation.
- Cheminer dans son questionnement et sa recherche de solution.
- Élaborer des pistes d'amélioration.
- Tester les solutions imaginées et les ajuster.

## Objectif de l'entretien pour le professionnel

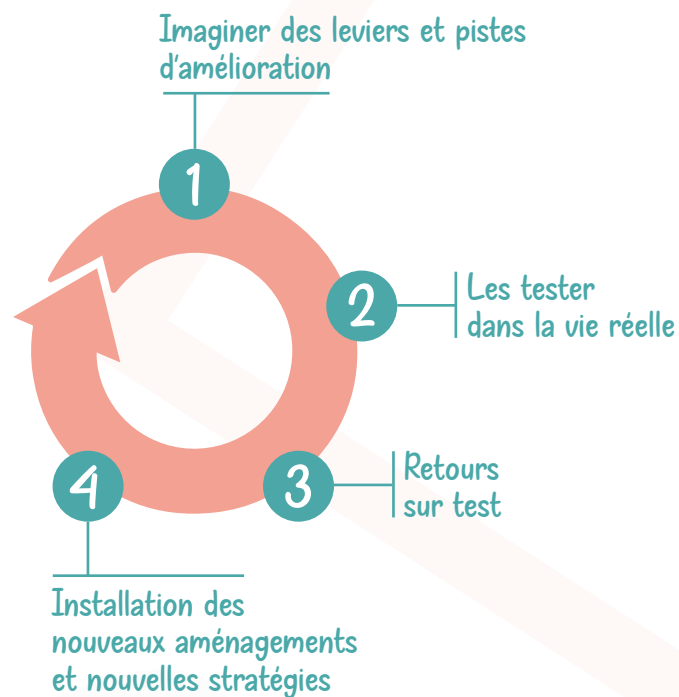
- Explorer et analyser les pratiques de consommation.
- Guider le cheminement réflexif du lien situations vécues / consommation.
- Aborder et coconstruire des pistes d'amélioration.
- Accompagner le feedback des solutions testées.



# FICHE OUTIL

## Appliquer le modèle de l'amélioration continue, comme processus à engager

Le chemin emprunté et guidé par l'intervenant est une mécanique particulière que va mettre en place l'intervenant RdR Alcool pour accompagner les personnes à cheminer de manière sécurisée, pas à pas, et pour installer de manière pérenne un changement dans ses pratiques de consommation et ses conditions de vie.



Besoins repérés

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Actions d'amélioration à réaliser par le-la prof

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Actions d'amélioration à réaliser par la personne

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Besoins repérés

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Actions d'amélioration à réaliser par le-la prof

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Actions d'amélioration à réaliser par la personne

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Retours sur les pistes d'amélioration testées

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# LES AXES POSSIBLES D'AMÉLIORATION sur lesquels agir

## Axes d'amélioration

- Le renforcement des compétences psychosociales/du pouvoir d'agir
- Les déterminants sociaux
- L'accès aux soins et aux droits
- La coordination de parcours
- Le soutien à la vie quotidienne
- Le renforcement des liens sociaux et d'environnements protecteurs
- Le soutien aux proches aidants
- L'entretien de réflexion sur les pratiques de consommation
- Le soutien à l'organisation des consommations
- La modification des contextes et environnements de consommation
- La sécurisation et/ou la modification des situations vécues

### Les objectifs

- Agir sur les pratiques de consommation et les contextes de vie.
- Agir dans toutes les dimensions de la vie et en santé globale : physique-mentale-sociale.
- Mettre en place des contextes de vie et des environnements protecteurs porteurs de changement et de soutien.



### *Agir sur les déterminants sociaux*

- Agir sur la sphère professionnelle
- Agir sur la sphère relationnelle
- Faciliter les liens avec les aidants : entourage : renforcer les liens
- Agir sur les activités et les loisirs
- Améliorer l'environnement économique/financier
- Améliorer l'habitat – logement protecteur et favorisant le bien être
- Faciliter l'accès au droit commun
- Satisfaire les besoins primaires – hydratation alimentation sommeil

### *Installer un environnement social plus favorable*

- Diminuer les expériences de stigmatisation et d'exclusion
- Améliorer l'environnement social – Amplifier le réseau de soutien social
- Sécuriser les environnements – les situations qui comportent des risques
- Améliorer les situations qui posent des difficultés ou des inquiétudes
- Pacifier les relations interpersonnelles conflictuelles
- Renforcer le soutien à l'entourage aidant
- Améliorer les liens qui renforcent le sentiment de culpabilité, le stress, la fatigue
- Réfléchir à des solutions avec l'entourage
- Trouver des nouveaux aménagements de vie porteurs de mieux être

### *Installer des nouveaux équilibres de consommation, accompagner la modification des pratiques de consommation*

- Créer les conditions nécessaires au changement – Sécuriser le changement
- Guider la personne à mieux connaître ses habitudes de consommation
- Agir sur les contextes/environnement de consommation
- Améliorer l'ambiance qui entoure la consommation
- Agir sur les émotions et sur l'humeur – repérer celles qui renforcent les conso
- Modifier les rituels de consommation
- Mobiliser l'entourage pour favoriser un environnement non jugeant et sécurisant
- Améliorer l'organisation quotidienne
- Amplifier les activités qui favorisent des consommations stables
- Agir sur les situations qui amplifient les consommations

### *Coordonner des parcours de soin adaptés et sur mesure*

- Faciliter le recours au soin
- Remédier aux ruptures et retards de soin
- Informier et rendre lisible le système de santé
- Orienter vers les soignants adaptés aux situations rencontrées
- Faciliter la création de l'alliance et de la confiance avec les soignants
- Trouver l'offre de soin adaptée aux souhaits de la personne
- Anticiper et préparer les hospitalisations
- Sécuriser les séjours aux urgences
- Orienter pour explorer d'éventuels impacts somatiques non pris en compte

### *Gérer les moments de crise*

- Anticiper la survenue des crises
- Projeter et préparer un plan d'action pour agir en situation de crise
- Sécuriser les changements dans les équilibres de vie

### *Agir sur la santé mentale et renforcer les compétences psychosociales*

- Améliorer l'état émotionnel
- Amplifier les aptitudes personnelles
- Améliorer le sentiment de confiance
- Diminuer le sentiment de fatalité et redonner espoir
- Diminuer le sentiment de honte et de culpabilité en valorisant et les stratégies existantes
- Trouver comment réduire le stress
- Sécuriser la survenue d'événements indésirables, les épreuves de la vie
- Faciliter le recours au soin – identifier des souffrances psychiques
- Orienter pour explorer des souffrances psychiques non prises en charge

### Quel est le contexte de consommation ?

Ces informations visent à déterminer précisément le rituel mis en place pour dégager les conditions favorisantes et agir sur elles.

- **Quels sont les moments dédiés dans la journée ?**  
Ex. : matin, midi, après-midi, soirée...
- **Quel est le lieu de prédilection ?**  
Ex. : domicile, lieu de travail, dans la rue...
- **Dans quelle atmosphère, quelle ambiance ?**  
Ex. : en musique, en silence, caché, en groupe, festive, seul, tendue...
- **Avec quel entourage ?**  
Ex. : en solitaire, avec des amis, en famille...
- **La saisonnalité est-elle prise en compte ?**  
Ex. : consommation l'été en plein soleil ou l'hiver dans des températures froides, fêtes rituelles type jour de l'an...
- **Quel rituel est mis en place ? Favorise-t-il un moment sécure et plaisant ou renforce-t-il les consommations ?**



*Guider le dialogue et les échanges sur :*

- ▶ Les pratiques et habitudes de consommation.
- ▶ Les contextes de consommation.
- ▶ Les situations de vie.
- ▶ Les émotions en lien avec la consommation.
- ▶ Les fonctions du contenant.
- ▶ Le produit alcool.



### Quelle est la manière de consommer ?





Ces informations visent à réguler l'absorption d'alcool pour sécuriser ses effets et prévenir les états de manque ou d'ivresse.  
**ATTENTION** : ne pas réduire de manière précoce et drastique les quantités consommées.

- **Quelle est la fréquence de consommation ?**  
Ex. : en une fois, répartie à des moments précis de la journée, du soir, de la nuit, aléatoire, suivant les évènements vécus...
- **Le goût détermine-t-il la vitesse d'absorption ?**
- **Y a-t-il des pics de consommation ?**  
Ex. : phase de sur-alcoolisation ou de sous-alcoolisation...
- **Est-ce que l'alimentation est associée aux consommations ?**  
Ex. : collation, repas, aliment à grignoter...
- **Est-ce que la personne veille à s'hydrater ? Est-il prévu une boisson hydratante à proximité ?**  
Ex. : eau, sirop, soda, bière sans alcool...
- **Quelle est la vitesse d'absorption d'un verre ?**  
Ex. : d'un trait, en dégustant, variable selon les moments, et selon les verres (le 1er ?), tranquillement ou rapidement...
- **La bouteille est-elle à proximité et/ou rangée après s'être servi ?**
- **À quelle vitesse s'enchaînent les verres ?**  
Ex. : quelques minutes, plusieurs heures...
- **Y a-t-il un verre après lequel la consommation s'enchaîne sans aucun contrôle (« verre bascule ») ?**  
Ex. : après 4 verres, 10 verres consommés...



### Comment l'humeur de la personne intervient sur ses pratiques de consommation ?

Ces informations visent à déterminer les moments de vulnérabilité pour éviter les situations à risque et éviter les situations vécues qui renforcent les consommations.

-  Les émotions ressenties sont-elles positives ou négatives ?  
Ex. : tristesse, joie, colère, stress, euphorie, anxiété, sentiment d'échec, fatalité...
-  Les situations vécues sont-elles des accélérateurs de consommation ?  
Ex. : difficultés professionnelles ou familiales, aléas de la vie, difficultés relationnelles, évènement vécu bouleversant...
-  Les situations vécues sont-elles ?  
Ex. : stressantes - stigmatisantes - culpabilisantes - violentes - fatigantes - douces - apaisées - chaleureuses...
-  Un changement dans le quotidien peut-il favoriser ou désorganiser la consommation ?  
Ex. : vacances, visite d'un proche, activités, événements imprévus...





### Quelles est la fonction du contenant ?

Ces informations visent à établir si le contenant est adapté à la consommation et/ou à l'environnement.

- Le contenant est-il rassurant ?  
Ex : une habitude précieuse...
- Participe-t-il à l'intensité, la rapidité ou la tranquillité d'absorption ?
- A-t-il une fonction de protection ?  
Ex. : se protéger d'un regard jugeant si nécessaire, consommer dans une situation non adaptée...
- Est-il sécurisé, pratique ?  
Ex : canettes, bouteilles en verre ou en plastique, verre adapté...
- Un changement de contenant peut-il être envisagé ?  
Ex : boire dans une canette de 33cl plutôt que 50cl (fraîcheur, effet gazeux...), un verre plus adapté...

### Un focus sur le produit alcool et les quantités peuvent être à ce stade, pertinent ?

Ces informations visent à repérer si la personne souhaite ajuster plus finement ses consommations en utilisant le levier des quantités.

- Est-il possible d'envisager un changement d'alcool ?  
Ex. : tester la bière plutôt que le vin ou du pastis, un alcool fort plutôt que du vin ou de la bière...
- Est-il possible de réduire les quantités consommées ?  
Ex. : retirer progressivement un verre dans la journée ou plusieurs... (Attention : ne pas retarder ou supprimer le 1<sup>er</sup> verre. Jouer sur les autres.)
- Un programme de consommation peut être élaboré et mis en place (répartition choisie, fréquence, quantité souhaitée...).

# EXEMPLE DE STRUCTURATION D'UN ENTRETIEN RDR ALCOOL

## Guider un entretien : Les étapes (1/3)

L'intervenant RdR Alcool aura préalablement créé les conditions pour que la parole se libère sur les pratiques et les contextes de consommation puisque la personne devra les explorer dans le détail, guidé par son interlocuteur spécialisé en RdR Alcool. L'intervenant guide l'articulation de l'exploration des manières de vivre et des manières de boire.

➤ Préparer l'entretien : Durée de l'entretien = 45 minutes

➤ Accueillir :

- Veiller à ce que la personne se sente bien
- Créer une atmosphère conviviale et rassurante propice à la discussion
- Présenter le déroulement de l'entretien et son objectif spécifique

L'accueil est déterminant : veiller aux conditions matérielles (tranquillité, pas de dérangement physique ou téléphonique). Inviter la personne à s'installer confortablement - Proposer à boire : boissons hydratantes - café - thé - alcool.



# EXEMPLE DE STRUCTURATION D'UN ENTRETIEN RDR ALCOOL

## Guider un entretien : Les étapes (2/3)

### ➤ Engager l'entretien et favoriser les échanges

- Mettre en discussion l'articulation « situations vécues et pratiques de consommation » :  
mettre à jour les relations et incidences réciproques
- Contextualiser les questions par rapport aux objectifs RdR Alcool

Retours sur les situations vécues et les pratiques de consommation qui y ont été associées : incidences des situations vécues sur les consommations. L'objectif est de repérer que le recours à l'alcool est un indice pour la personne et pour l'intervenant pour mettre à jour la mécanique en jeu : les effets recherchés s'analysent en regard des situations vécues.

Deux leviers se font alors jour : activer un changement de situation, de contexte de vie ou activer une autre organisation des consommations, mettre en place de nouvelles habitudes de consommation.

- Explorer les pistes de solution que la personne testera chez elle
- Etablir un plan d'action d'expérimentation à domicile
- Prévoir le retour au prochain entretien



# EXEMPLE DE STRUCTURATION D'UN ENTRETIEN RDR ALCOOL

## Guider un entretien : Les étapes (3/3)

- Clore l'entretien : Reformulation rapide des points essentiels de l'entretien
- Suivi de l'entretien : Tracer les points importants de l'entretien dans le dossier RdR Alcool

- Les informations données par la personne sur sa situation
- Les décisions prise avec la personne
- Les actions à mener et les objectifs du prochain entretien



Réalisation : Association santé ! Alcool et RdR [www.sante-alcool.fr](http://www.sante-alcool.fr)



Soutenu par  
LE FONDS DE LUTTE CONTRE LES ADDICTIONS