LECTURES SUGGÉRÉES POUR LES RÉUNIONS S-ATEEN

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d'information, contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org

LE MOT DE BIENVENUE S-ATEEN

Nous vous souhaitons la bienvenue à cette réunion régulière du Groupe S-Ateen _____ et nous espérons que vous trouverez dans notre fraternité l'aide et l'amitié dont nous avons eu le privilège de bénéficier. Nous voudrions que vous sentiez que nous comprenons comme peu de gens le peuvent. Nous aussi étions solitaires et frustrés. Mais ici, nous avons découvert qu'il n'y a pas de situation trop difficile pour être améliorée et pas de malheur trop grand pour être atténué. Dans S-Ateen, nous découvrons qu'il est possible de trouver du contentement et même du bonheur, que le sexolique ou d'autres membres de notre famille soient en rétablissement ou non.

Les groupes S-Ateen se composent d'adolescents qui sont apparentés ou amis de sexoliques et qui se rendent compte qu'en se regroupant, ils peuvent mieux résoudre leurs problèmes communs. Nous vous encourageons à essayer notre programme. Sans aide spirituelle, vivre avec, ou avoir vécu avec un sexolique est trop difficile pour la plupart d'entre nous. Beaucoup dépend de notre propre attitude. En apprenant à replacer nos problèmes dans leur véritable perspective, nous découvrons qu'ils perdent leur pouvoir de contrôler nos pensées et nos vies. Plusieurs d'entre nous ont trouvé des solutions menant à la paix dans leur vie. Rarement avons-nous vu une jeune personne qui n'a pas bénéficié de sa participation dans le programme S-Ateen.

Les Douze Étapes de S-Ateen, que nous essayons de suivre, ne sont pas faciles. Au début, nous pouvons penser que certaines d'entre elles sont inutiles, mais si nous essayons, un jour à la fois, d'appliquer les principes des Douze Étapes S-Ateen et les outils du programme à nos vies, nous découvrons que les avantages peuvent être illimités. Nous découvrirons le don de Sérénité offert par Dieu.

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d'information, contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org

PRÉAMBULE DES DOUZES ÉTAPES S-ATEEN

S-Ateen est une communauté de jeunes personnes qui partagent leur expérience, leur force et leur espoir les unes avec les autres afin qu'elles puissent résoudre leurs problèmes communs et aider les autres à se remettre. La seule condition requise pour faire partie de S-Ateen, c'est qu'il y ait un problème de sexolisme chez un parent ou un ami.

Il n'y a pas de cotisations ni de frais pour l'adhésion à S-Ateen. Nous sommes autosuffisants grâce à nos propres contributions. Nous ne discutons pas de religion dans nos réunions et ne nous engageons comme groupe, avec aucune organisation extérieure. Notre objectif principal est d'aider à éliminer les effets du sexolisme d'un proche, et d'aider les familles et les amis de sexoliques.

Nous croyons que le sexolisme est une maladie familiale car elle affecte tous les membres de la famille émotionnellement, spirituellement, et parfois, physiquement. Nous ne pouvons pas changer ou contrôler nos parents, membres de la famille ou amis. Nous pouvons nous détacher de leurs problèmes tout en continuant à les aimer et à nous aimer nous-mêmes. En appliquant les Douzes Étapes nous-mêmes, nous commençons à grandir mentalement, émotionnellement et spirituellement.

LES DOUZES ÉTAPES S-ATEEN

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant le sexolisme - que notre vie était devenue incontrôlable.

2. Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance Supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.

3. Nous avons décidé de confier notre volonté et notre vie aux soins de Dieu, *tel que nous Le concevions*.

4. Nous avons procédé à un inventaire moral, sérieux et courageux de nous-mêmes.

5. Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.

6. Nous avons pleinement consenti à ce que Dieu élimine tous ces défauts de caractère.

7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos déficiences.

8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avions lésées et nous avons consenti à leur faire amende honorable.

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d'information, contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org

9. Nous avons directement réparé nos torts envers ces personnes quand c'était possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous risquions de leur nuire ou de nuire à d'autres.

10. Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.

11. Nous avons cherché, par la prière et la méditation, à améliorer notre contact conscient avec Dieu, *tel que nous Le concevions*, Lui demandant seulement de connaître sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.

12. Comme résultat de ces étapes, nous avons connu un réveil spirituel et nous avons essayé de transmettre ce message à d'autres et de mettre ces principes en pratique dans tous les domaines de notre vie.

(Les Douzes Étapes et les Douzes Traditions sont réimprimées et adaptées avec la permission du Bureau Mondial des Alcooliques Anonymes, Inc. La permission de réimprimer et d'adapter les Étapes et les Traditions n'implique pas que les Alcooliques Anonymes soient affiliés avec ce programme. AA est un programme de rétablissement de l'alcoolisme - l'utilisation de ce matériel en conjonction avec des programmes qui sont calqués sur AA, mais qui abordent d'autres problèmes, n'implique pas le contraire).

Les Douzes Étapes des Alcooliques Anonymes: 1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool – que nous avions perdu la maîtrise de notre vie. 2. Nous en sommes venus à croire qu'une puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison. 3. Nous avons décidé de confier notre volonté et notre vie aux soins de Dieu tel que nous Le concevions. 4. Nous avons procédé sans crainte à un inventaire moral approfondi de nous-mêmes. 5. Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts. 6. Nous étions tout à fait prêts à ce que Dieu élimine tous ces défauts. 7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos défauts. 8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avions lésées et nous avons consenti à réparer nos torts envers chacune d'elles. 9. Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes dans la mesure du possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous risquions de leur nuire ou de nuire à d'autres. 10. Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus. 11. Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous Le concevions, Lui demandant seulement de connaître sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter. 12. Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d'information,
contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org

LES DOUZES TRADITIONS DE S-ATEEN

1. Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu: le progrès personnel de la majorité repose sur l'unité.

2. Pour le bénéfice de notre groupe, il n'existe qu'une seule autorité – un Dieu d'amour tel qu'Il peut Se manifester à notre conscience de groupe. Nos dirigeants ne sont que des serviteurs de confiance – ils ne gouvernent pas.

3. Lorsqu'ils se réunissent dans un but d'entraide, les adolescents proches des sexoliques peuvent se nommer Groupes S-Ateen pourvu que, comme groupes, ils n'aient aucune affiliation. La seule condition requise pour faire partie de S-Ateen, c'est qu'il y ait un problème de sexolisme chez un parent ou un ami.

4. Chaque groupe devrait être autonome, sauf lorsqu'il peut affecter un autre groupe S-Ateen, S-Anon ou SA dans leur ensemble.

5. Chaque groupe S-Ateen n'a qu'un but: aider les jeunes personnes affectées par le sexolisme d'un parent ou un ami. Nous y parvenons en pratiquant nous-mêmes les Douze Étapes de S-Ateen, en encourageant et comprenant les membres de notre famille, et en accueillant et réconfortant les familles et amis des sexoliques.

6. Les groupes S-Ateen, faisant partie des Groupes Familiaux S-Anon, ne devraient jamais ni appuyer ni financer aucune entreprise extérieure, ni lui prêter notre nom, de peur que les questions d'argent, de propriété et de prestige ne nous détournent de notre but spirituel premier. Cependant, bien qu'étant une entité séparée des Sexoliques Anonymes, nous devrions toujours coopérer avec eux.

7. Chaque groupe devrait subvenir entièrement à ses besoins et refuser les contributions de l'extérieur.

8. Le travail de Douzième Étape S-Ateen devrait toujours demeurer non professionnel, mais nos centres de services peuvent engager des employés qualifiés.

9. Nos groupes, comme tels, ne devraient jamais être organisés; cependant, nous pouvons constituer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent.

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d'information, contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org

10. Les Groupes S-Ateen n'ont aucune opinion sur les questions étrangères à la fraternité; par conséquent, notre nom ne devrait jamais être mêlé à des controverses publiques.

11. Notre politique en relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons toujours garder notre anonymat personnel au niveau de la presse, de la radio, du cinéma et de la télévision. Nous devons protéger avec un soin spécial l'anonymat de tous les membres S-Ateen, S-Anon et SA.

12. L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos Traditions, nous rappelant toujours de placer les principes au-dessus des personnalités.

(Les Douzes Étapes et les Douzes Traditions sont réimprimées et adaptées avec la permission du Bureau Mondial des Alcooliques Anonymes, Inc. La permission de réimprimer et d'adapter les Étapes et les Traditions n'implique pas que les Alcooliques Anonymes soient affiliés avec ce programme. AA est un programme de rétablissement de l'alcoolisme - l'utilisation de ce matériel en conjonction avec des programmes qui sont calqués sur AA, mais qui abordent d'autres problèmes, n'implique pas le contraire).

LE PROBLÈME S-ATEEN

Les membres de S-Ateen ont beaucoup en commun avec les amis et les membres des familles d'autres personnes dépendantes. La plupart d'entre nous ont grandi ou vivons dans des familles gardant des secrets et nous avons cru que c'était notre responsabilité de garder ces secrets, peu importe à quel point ils étaient destructeurs. On ne nous a pas appris à penser à nos propres besoins et à prendre des mesures positives pour y répondre. Nous nous sommes choisis des amis qui ne pouvaient pas ou ne voulaient pas nous aimer et nous supporter de façon saine. Nous avons vécu notre vie en prenant le rôle de victime et en percevant toute forme de critique personnelle comme étant une menace. Pour la plupart d'entre nous, la colère, la peur et la dépression sont devenues presque constantes. Nous avons développé des croyances malsaines de nous-mêmes - que nous étions sans valeur, que nous ne valions pas la peine d'être aimé, que nous étions capables de contrôler le comportement d'une autre personne, et que le sexe était la plus belle preuve d'amour, d'affection et de valeur personnelle.

Nous avons aussi ressenti la honte de penser que nous étions responsables des comportements sexoliques d'un parent, d'un membre de la famille ou d'un ami. Plusieurs d'entre nous se sont également sentis responsables du bonheur et de la sécurité de nos parents ou de nos frères et sœurs. Notre estime de nous-mêmes a décliné à son plus bas niveau. Nous avons commencé à douter de notre valeur personnelle, de nos émotions et même parfois de notre raison. Nous nous sommes sentis trompés par ceux que nous aimions le plus. Certains d'entre nous ont été abusés sexuellement ou savaient qu'une autre personne de notre famille était abusée. D'autres parmi nous ont été témoins de comportements sexuels ou ont participé à un comportement sexuel qui les a rendu honteux d'eux-mêmes. Parfois nous avons été placés en danger physiquement. Dans certains cas, un parent ou un membre de la famille a partagé des informations inappropriées avec nous d'une manière qui nous a mis mal à l'aise. Beaucoup d'entre nous avaient honte de ce qui se passait dans la famille, mais souvent nous ne demandions pas d'aide, ne savions pas où trouver de l'aide, ou encore n'avons pas été crus quand nous avons partagé notre problème.

Quelques-uns d'entre nous, sachant que nous ne pouvions pas sortir de cette situation, ont réagi au sexolisme en niant son existence ou en minimisant son importance à tel point que nous étions comme paralysés émotionnellement. D'autres ont gardé les secrets de famille parce que nous craignions des représailles, de blesser d'autres membres de la famille ou de provoquer une crise en parlant du problème. D'autres se sont concentrés sur le sexolique et son comportement sexuel au point d'en être obsédés, en utilisant tous les moyens connus pour le contrôler ou pour lui échapper. Certains d'entre nous ont fait un usage inapproprié de la drogue, de l'alcool, ou de la nourriture pour calmer la douleur. D'autres se sont tenus constamment occupés pour éviter de ressentir leurs émotions. Nous avons souvent négligé notre santé, nos emplois, nos travaux scolaires et nos amis. Peu importe à quel point nous avons lutté contre la maladie, nous l'avons niée ou nous en avons minimisé les effets, l'échec de nos efforts, pour venir à bout du sexolisme, nous a menés au désespoir. C'est ce que nous voulons dire quand nous disons à la Première Étape, "nos vies sont devenues incontrôlables"

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d'information, contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org

LES CLÉS DU RÉTABLISSEMENT S-ATEEN

Avec le temps, les membres de S-Ateen ont appris à accepter un certain nombre d'idées nouvelles:

- Le sexolisme est une maladie très similaire à l'alcoolisme. Au début, plusieurs d'entre nous n'ont pas accepté cette idée. Pour les membres de S-Ateen, cela signifie que l'on considère les sexoliques comme des personnes malades, et non pas comme des personnes mauvaises. Ils sont impuissants devant la luxure.

- Les actions du sexolique ne sont pas le résultat de quelque chose que nous avons fait ou que nous n'avons pas fait. Nous n'avons pas le pouvoir de le contrôler.

- Les tentatives du parent non-sexolique pour contrôler ou ignorer le sexolisme ont conduit à leur déclin émotionnel et pourrait avoir permis au sexolique de continuer à pratiquer sa dépendance. Les actions et les attitudes de chacun des parents concernant le sexolisme dans la maison ont affecté chaque membre de la famille, y compris nous.

- Nos tentatives pour contrôler le sexolisme et pour garder les secrets familiaux ont conduit au déclin de notre santé émotionnelle.

- Quand nous sommes venus à S-Ateen pour la première fois, nous aussi, étions devenus spirituellement et émotionnellement malades.

- Grandir dans une famille sexolique influencera plusieurs de nos choix de vie, incluant notre choix de partenaire, à moins que nous puissions identifier et corriger nos propres croyances et comportements malsains que nous avons appris en vivant avec la maladie familiale du sexolisme.

Si nous travaillons à accepter entièrement ces idées, nous commençons à voir nos problèmes sous un angle nouveau et à prendre conscience que nous pouvons faire des choix quant à nos propres actions. Ceci est le début de notre rétablissement.

Nous nous rappelons que nous sommes impuissants devant le comportement causé par le sexolisme. Nous demandons l'aide de notre Puissance Supérieure pour arrêter de blâmer et de contrôler le sexolique ou d'autres membres de la famille. La sobriété du sexolique et le bien-être des autres membres de notre famille n'est pas notre responsabilité. Nous réalisons que nous ne pouvons pas trouver la sérénité pour nous-mêmes si nous continuons à nous concentrer sur le rétablissement de quelqu'un d'autre, alors nous nous engageons à notre propre rétablissement. Avec l'aide aimante des autres membres S-Ateen, de notre parrain S-Ateen et celle du Dieu de notre compréhension, nous avons entrepris d'agir positivement pour faire en sorte que nos vies soient plus sereines et remplies. Nous assistons à autant de réunions que possible, trouvons du soutien auprès des autres membres S-Ateen, et commençons à appliquer dans nos vies les principes des Douzes Étapes. Nous utilisons le téléphone, la littérature S-Ateen et les slogans S-Ateen. Éventuellement, nous aidons

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d'information, contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org

d’autres personnes et nous essayons de transmettre le message de notre propre rétablissement. Nous faisons ces choses à notre manière, un jour à la fois - en nous efforçant de progresser, et non d’atteindre la perfection. C’est ce que nous voulons dire par “travailler notre programme”.

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d’information, contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org

LES OBSTACLES AU RÉTABLISSEMENT

Pour que nos réunions puissent résoudre nos problèmes communs avec succès, nous devons reconnaître et surmonter trois obstacles au rétablissement qui peuvent détruire le groupe.

Le premier est la discussion sur les dénominations religieuses. La dépendance sexuelle n'a d'égard pour aucune religion particulière, donc notre programme est conçu pour aider chacun sans égard aux diverses croyances religieuses. Ne nous éloignons pas de notre but premier en discutant de questions religieuses.

Le deuxième est le commérage. Nous sommes ici pour nous aider et aider les autres membres du groupe. Des discussions dégradantes sur les autres, incluant le sexolique, ou des discussions sur des affaires personnelles autres que celles qui nous concernent, élimineront éventuellement le groupe.

La troisième est la dictature. Nous n'avons pas d'autorité gouvernante ou de dirigeants auto-proclamés. Nos parrains S-Ateen ne sont que des serviteurs de confiance, ils ne gouvernent pas nos réunions. Ils n'agissent pas comme des conseillers professionnels ou des parents de substitution. Ce sont des personnes spéciales qui nous offrent du soutien et nous guident avec amour pour que nous apprenions à nous soutenir les uns et les autres. Comme membres S-Ateen, nous ne donnons pas de conseils, nous partageons en témoignant sur notre propre expérience pour résoudre des problèmes similaires. La véritable essence de S-Ateen est que tout le programme soit "suggéré".

Nous n'avons aucun credo, charge, obligation ou quoi que ce soit qui puisse vous gêner. Votre progression peut se faire à votre rythme et à votre manière. Nous vous invitons simplement à participer à une cause commune.

(Réimprimé et adapté de "L'alcoolisme, un mal familial," page 21,
Bureau des Groupes Familiaux Al-Anon Inc., Virginia Beach, VA.)

© S-Anon International Family Groups, Inc., 2026 / Pour obtenir plus d'information,
contactez le Bureau des Services Mondiaux de S-Anon. P.O. Box 17294, Nashville, TN 37217 / Tél: 615-833-3152 ou 800-201-8141 Courriel: sanon@sanon.org / Site web: www.sanon.org