

|

Goodbye Mike, Bonjour la Créativité
Accompagnement des personnes en rétablissement d'addictions
Un voyage narratif

« Les croyances mises en œuvre ont la capacité de faire émerger la croyance là où de simples paroles n'ont pas de prise. " Faire c'est croire" et donc le rituel et la cérémonie génèrent la conviction là où la raison et la pensée peuvent échouer. »¹

Il y a vingt cinq ans, en tant que stagiaire dans une maison de retraite pour personnes âgées juives,² j'ai fait la connaissance d'un livre remarquable de Barbara Myerhoff Remember our Days, l'étude d'une communauté en Californie de survivants de l'holocauste, et la façon dont ils se sont créés une culture vivante et une identité communautaire grâce au partage de leurs histoires et à la création de rituels. Ce livre émouvant m'a tellement affectée qu'il a été l'un des quelques livres que j'ai gardés et qui m'ont accompagnée tout au long de ma vie professionnelle.

Quand, en découvrant l'approche narrative, j'ai appris que ce travail de Barbara Myerhoff était une grande source d'inspiration pour Michael White, j'ai eu la sensation de me retrouver en terrain familier.

Au cours de mon cheminement thérapeutique dans le domaine des addictions aux USA et en France, j'ai pu aborder la question du rétablissement selon des points de vue très divers. L'approche narrative³ me semble être un cadre qui convient bien à l'accompagnement de ce processus. J'aimerais aborder ici l'alcoolisme et son rétablissement comme un processus s'articulant autour de l'identité.

Je propose d'explorer l'importance **de la reconstruction de l'identité** dans le rétablissement de l'alcoolisme et autres addictions⁴ : la notion que pour devenir et rester abstinent l'alcoolique a besoin de renégocier son identité ainsi que ses relations, en particulier avec lui-même et avec l'alcool et ses effets - et donc de se reconstruire sur le plan identitaire.

Addiction et alcoolisme: quelques notions:

Caractérisé par l'obsession et la compulsion, l'alcoolisme (ou autre addiction) peut être décrit comme une relation avec l'alcool (et /ou la drogue) affectant de façon significative et négative un ou plusieurs domaines de la vie, avec des effets

¹ Myerhoff, Number our Days, p. 32

² Hebrew Rehabilitation Centre for the Aged

³ Par approche narrative, je veux dire une approche qui permet au client de naviguer entre les paysages de l'action et de l'identité et de se reconnecter avec sa capacité d'initiative personnelle. Dans l'exemple donné ici, vous trouverez l'utilisation de plusieurs conversations destinées à aider la cliente à retrouver son sens d'initiative personnelle, à laisser derrière elle une histoire « dominante » problématique, et à se reconnecter avec une histoire alternative d'ouverture.

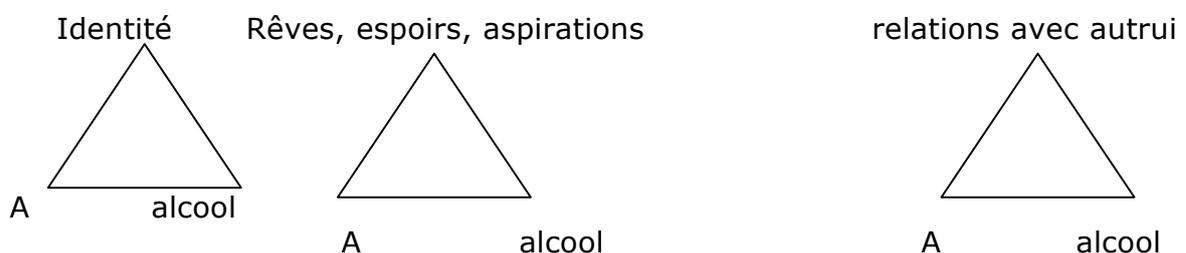
⁴ Je me focaliserai ici sur l'alcoolisme en particulier, tout en soulignant que l'alcoolisme est également une addiction, avec les mêmes processus que d'autres addictions, en cela, une addiction à la substance "alcool".

à la fois physiques, mentaux, émotionnels et spirituels. « L'obsession mentale qui nous oblige à boire et l'allergie du corps qui nous condamne à perdre la raison ou à mourir. »⁵

La renégociation de l'identité: l'alcoolique "pratiquant" et l'alcoolique "en rétablissement"

Tant qu'il continue à boire, les effets de l'alcool contribuent à façonner l'identité de l'alcoolique. Afin de devenir et rester abstinente, il doit abandonner cette identité centrée sur l'alcool. À travers son cheminement dans le rétablissement, il lui faut, comme un serpent qui mue, continuellement renégocier son identité et se défaire des éléments en lui qui le maintiennent en lien actif avec l'alcool.

Les effets de l'alcoolisme sont progressifs; au début les effets positifs prédominent puis, au fil du temps, la relation de l'alcoolique avec lui-même et avec l'alcool se dégrade, l'amenant à agir de façons qui vont à l'encontre de ses valeurs. L'alcool, dans la vie de l'alcoolique (A), occupe de plus en plus une place triangulaire dans toute relation, comme suit :



Jouant un rôle de plus en plus important dans le paysage identitaire et les actes de la personne, l'alcool et ses effets sont tels qu'ils faussent le sens de l'identité de l'alcoolique qui s'aliène de plus en plus de ses valeurs fondamentales; afin de pouvoir vivre en paix avec lui-même et continuer à boire, il est obligé de se mentir, de « se voiler la face ». « La personne dépendante est otage de son déni. »⁶ D'autant qu'il est entré, à ce stade, dans une phase de dépendance physique et psychologique.

Les effets empirent jusqu'au point où ils en viennent à transpercer son déni et il reconnaît que sa consommation d'alcool est devenue un problème.

Afin de pouvoir lâcher l'alcool ou la drogue et de trouver l'abstinence, il doit prendre conscience des effets négatifs de l'alcool dans sa vie.

Il lui faut alors renégocier son identité et ses relations. Pour obtenir et maintenir son abstinence, il doit re-contacter des parties de lui-même en lien avec des valeurs abandonnées ou oubliées afin de bâtir une nouvelle identité, celle d'alcoolique "en rétablissement". Le rétablissement ("recovery" en anglais) évoque la re-connexion, la réappropriation, le renouvellement de la relation avec des éléments oubliés ou égarés pendant la période où l'on était sous l'influence de l'alcool

⁵ The Language of the Heart, Bill W's Grapevine writings ; p .175

⁶ Leonard, p . 5

On trouve alors une période de tension entre les deux groupes d'identité et de valeurs: celui, dominant, focalisé sur l'alcool et sa consommation, et l'alternative nouvelle émergente, non-identifiée à l'alcool.

Michael White⁷ nous propose la métaphore d'un rite de passage tout à fait cohérente avec les 6 étapes que je propose:

1^e étape:

« L'alcool festif » ; l'alcool/les drogues ont un effet positif sur le buveur; à ce stade, il témoigne souvent d'un bien-être et d'une image de soi bonifiée par l'alcool

2^e étape : le moi "héroïque" - l'alcool contribue à la création d'une image de soi faussement valorisée par l'effet de l'alcool

3^e étape: le doute: la remise en question, l'émergence croissante des effets négatifs de l'alcool et

Etape3A: l'émergence de la vision d'une image de soi "alternative"

4^e étape: l'entre-deux, le fossé s'élargit progressivement, « l'écartèlement », la difficulté de vivre entre les 2

Etape 4A : ce qui amène l'alcoolique à "toucher son fond"

5^e étape: le déclic, le saut dans le vide

6^e étape: l'abstinence, le rétablissement, création et maintien de la nouvelle identité

Exemple du processus, l'histoire de Lise:

Lise, qui aujourd'hui fête ses 28 ans d'abstinence, nous parle des débuts de son alcoolisme :

« Pendant longtemps, je buvais de 10h30 du matin à 3 h du matin ; c'était encore rigolo, pas encore triste. J'avais une image glorieuse de l'alcool. Cette image héroïque était difficile à lâcher. Je me voyais comme Blaise Cendrars, l'ivrogne qui écrivait. Cette image de moi-même était importante. »

« J'avais trouvé un livre des AA quelque part ; je m'y suis reconnue. J'avais le désir d'être claire, je ne l'étais pas ; il y avait dans ce livre des témoignages de gens lucides, qui prenaient la responsabilité de leurs vies. J'ai vu dans le programme la possibilité de croire en quelque chose... Je me reconnaissais, mais ne voyais pas la correspondance avec l'idée d'être alcoolique... L'image héroïque était difficile à lâcher... Et, en même temps, je me sentais en danger.

Je vivais l'écartèlement entre ce personnage et l'autre personne en moi.

Ensuite il y a eu une période pendant 9 mois pendant laquelle j'ai modifié ma façon de boire et, petit à petit, je me suis sevrée de l'alcool.

Une partie de moi se réveillait - plus sage, plus rangée. Mais il suffisait que je boive un peu pour retrouver la personne qui voulait être Blaise Cendrars.

⁷ White, Michael ; Challenging the culture of consumption p. 38 , avec les 3 étapes : séparation, liminale, et re-incorporation.

Je suis arrivée à un point où je ne pouvais plus passer de l'un à l'autre. C'était dur de lâcher. J'étais devant l'évidence que je ne pouvais pas rester constamment dans l'alcool.

...

Comme le Bernard l'ermite qui mue, j'allais être obligée d'abandonner l'enveloppe qui me protégeait...

Je ne savais pas ce que c'était de vivre sans l'alcool. C'était une question de ma relation avec moi et avec le monde. L'alcool servait de rempart ... Je devais faire le grand écart entre la personne que j'étais quand je buvais et celle qui ne buvait pas.

Et puis il y a eu un point de basculement... On m'a servi un verre de rhum et j'ai senti ma vision du monde basculer.

... Je retrouvais brutalement la noirceur de ma vision du monde, que j'avais quittée peu à peu.

Je me suis dit, littéralement, je suis impuissante devant l'alcool.»

Création et mise en place d'une identité alternative dans le rétablissement

« Les rituels et les cérémonies sont des miroirs culturels, des opportunités pour présenter le savoir culturel collectif. »⁸

L'identité comme construction sociale

L'environnement social dominant soutient la consommation d'alcool, qui est plutôt vue comme une activité de détente, de convivialité et de plaisir; le refus d'y participer est souvent mal compris. Encouragé à prendre "juste une petite goutte", l'alcoolique peut se trouver confronté à une incompréhension générale soutenant l'idée que lorsqu'il aurait réglé son problème, il va pouvoir boire comme les autres (« normalement »). En fait, l'allergie à l'alcool ne le quittera jamais et il ne pourra jamais boire en sécurité. Il est donc capital pour lui de remplacer cette identité et cette histoire dominées par l'alcool par une histoire et une identité alternatives de rétablissement; sans quoi son abstinence restera fragile.

Dans la société « normale », cette identité restera marginale. La participation à une communauté d'autres alcooliques en rétablissement, comme les Alcooliques Anonymes, peut lui fournir un modèle alternatif et un soutien indispensable.

La place des programmes d'entraide: les Alcooliques Anonymes, par exemple

En accompagnant les personnes en rétablissement, je constate que la participation dans des groupes d'entraide tend à consolider leur rétablissement.

Elles peuvent y trouver une identité communautaire dans laquelle leur participation est d'emblée acquise ("la seule condition requise pour devenir membre est le

⁸ Myerhoff p. 32

désir d'arrêter de boire"⁹) et une vision alternative d'alcooliques abstinents qui réussissent dans leur vie sans avoir recours à l'alcool.

L'élément de "construction sociale" présent dans les réunions AA peut soutenir la création d'une histoire alternative de rétablissement durable et renforce le travail individuel de l'alcoolique en rétablissement. S'investir dans cette communauté et contribuer au rétablissement d'autres alcooliques renforce les valeurs d'une identité alternative et d'une image positive de soi sans alcool.

Le but de cet article n'est pas d'examiner le fonctionnement des AA, je souhaite seulement noter l'apport qu'offrent ces groupes et constater que, pour beaucoup des personnes que j'accompagne, l'appartenance à de tels groupes et le travail effectué en thérapie sont tout à fait complémentaires.¹⁰

Accompagnement narratif de l'alcoolique en rétablissement

L'histoire dominante autour de l'alcool peut conduire l'alcoolique à la mort, il est donc vital pour lui de changer de paradigme et de s'investir totalement dans une identité alternative. L'approche narrative apporte une contribution à la reconstruction de cette identité et aide dans l'ancrage et la consolidation de cette « histoire alternative ».

Dans son rétablissement, l'alcoolique se trouve confronté à deux tâches conjointes : se désinvestir des éléments de son identité « alcoolique actif », et soutenir l'émergence des aspects alternatifs autrefois étouffés par les effets anéantissants de l'alcool.

MIKE

« Les croyances mises en œuvre ont la capacité de faire émerger la croyance là où de simples paroles n'ont pas de prise. " Faire c'est croire" et donc le rituel et la cérémonie génèrent la conviction là où la raison et la pensée peuvent échouer. »¹¹

Dans cet exemple de travail élaboré autour de conversations narratives, nous avons permis au problème déjà identifié depuis un certain temps et partie intégrante de la vie de Carla, d'émerger et de prendre forme, non seulement de manière conceptuelle mais aussi concrètement, sur le plan corporel. Une fois cet aspect manifeste, cette cliente a pu entrer en dialogue avec d'autres parties de sa personnalité, liées à l'identité émergente. Le fait d'accorder au problème une existence propre permet au client de négocier la relation qu'il/elle souhaite entretenir avec ce problème.

Mike:

⁹ Alcooliques Anonymes, les 12 tapes et 12 traditions. Tradition 3

¹⁰ Michael White parle des Alcoholics Anonymous, comme "un rite de passage structuré" , ibid p39

¹¹ Myerhoff ibid p.32

J'ai rencontré Mike pour la première fois en janvier, 2008, au cours de mon travail avec Carla. Quand elle me l'a présenté pour la première fois, elle avait 2 ans d'abstinence ; elle souffrait de crises de panique et d'un perfectionnisme si intense dans sa profession qu'il affectait la qualité de sa performance, sa santé physique et sa capacité de réaliser ce qu'elle souhaitait profondément : exprimer sa créativité.

C'était en explorant et en externalisant ses blocages, sa frustration et ses crises de panique que Carla en est venue à donner le nom de "Mike" au processus interne qu'elle avait identifié et externalisé. « J'ai choisi le nom de Mike parce qu'il me semblait bénin et pas très puissant », a-t-elle dit. Mike était très rusé et capable d'attaquer tous les domaines de sa vie. Sa raison d'être était, selon elle, de "[l]'empêcher de bouger dans quelque direction que ce soit."

Mike l'accompagnait depuis très longtemps ; elle l'écoutait et se pliait à ses demandes, de sorte qu'elle passait tellement de temps à préparer ses cours et à corriger ses copies qu'il ne lui restait plus d'énergie pour le reste de sa vie.

Elle identifiait son premier souvenir de Mike à l'âge de 8 ans autour d'un incident concernant des devoirs du soir jetés à la poubelle par mégarde ; personne n'avait voulu la croire quand elle avait affirmé les avoir faits. À partir de cette expérience, Mike s'était mis à se manifester quand elle devait faire ses devoirs, ce qui la remplissait d'anxiété. (Par exemple, elle ne voulait pas laisser ses devoirs déjà faits à l'école de peur d'arriver à la maison et de ne plus être sûre de les avoir faits).

Elle racontait que Mike était aussi très présent quand elle était à l'Université. Sous la pression qu'il lui imposait pour avoir de bonnes notes elle y était en effet parvenue, mais au prix d'une dépression nerveuse qui l'avait obligée à interrompre temporairement ses études. Puis il s'était manifesté dans son travail d'institutrice dès qu'elle devait préparer ses cours, corriger des copies ou tout autre travail de préparation, ce qui résultait dans une vie très déséquilibrée.

La relation entre Mike et l'alcoolisme de Carla

L'alcool s'était montré particulièrement utile dans sa capacité à faire taire Mike. « Boire éteignait Mike ».

Alors que Carla commençait à construire une vie abstinente d'alcool, s'engageant dans une relation de couple et envisageant de fonder une famille, Mike s'y est acharné. Il lui disait: "Tu as tout foutu en l'air en buvant si longtemps, tu n'auras jamais de famille... tu es trop vieille... tu vas terminer ta vie seule et amère... Il est trop tard..."

Dès qu'elle s'est mise à explorer et à affirmer sa propre voix ses besoins, son autonomie et ses désirs, Mike a commencé à attaquer son programme de rétablissement en AA et son système de soutien, la mettant dans une situation perdant -perdant vis à vis de son rétablissement.

Il lui disait qu'elle n'avait pas le droit d'avoir confiance dans sa vision des choses. Il disait : « Tu n'as pas le droit de questionner, de penser par toi-même... », établissant une dynamique où elle sentait qu'elle n'avait sa place dans les AA que si elle n'était pas fidèle à elle-même de sorte qu'elle a commencé à s'éloigner de son système de soutien.

A ce moment-là, nous nous sommes focalisées sur l'observation de Mike. Entre les séances, Clara l'explorait son personnage en écrivant sur des questions comme: « Qu'est-ce que Mike veut pour moi? Qu'est-ce qu'il me dit sur mon programme? Où est ce que Mike a tort?... »

« C'était une lutte entre Mike et ce qui était dans mon cœur. Les effets de Mike étaient de m'éloigner de mon programme AA, ce qui m'attristait. Je me sentais seule et rejetée.

Je me suis rendu compte que c'était une question de valeurs: si ma valeur était « sois fidèle à toi-même », et qu'en plus c'est ce que le programme me disait, j'avais alors l'obligation de le faire. Je me suis aussi rendu compte que de me faire des reproches constants me mènerait à perdre la raison et que ce comportement me mettait en danger, ce qui pourrait m'amener à boire ...

J'étais retombée dans l'obsession, l'anxiété et les crises de panique. Je ne faisais rien pour m'épanouir, j'étais très stressée, très malheureuse. »¹²

Au début des vacances d'été, période qui aurait dû lui donner du temps libre pour poursuivre ses activités créatives et se refocaliser sur elle-même, Carla s'est retrouvée paralysée et est tombée dans un état dépressif. A force de travailler de manière compulsive, elle était vidée. Une visite de ses parents a agi comme déclencheur quand il ont formulé des critiques sur sa vie (Carla avait déjà identifié la ressemblance entre la voix de Mike et celle de sa mère). C'est à ce moment-là que nous avons commencé une série concentrée de conversations narratives. Un tournant important a eu lieu au cours d'une session qui tissait ensemble techniques narratives et celles du dialogue intérieur.

Les Sessions:

J'ai proposé alors une exploration de ce qui se passait par un processus de dialogue intérieur qui permettrait d'explorer les différentes parties d'elle-même qui avaient émergé.

Carla : Je n'ai pas envie de commencer par la créativité; je vais commencer par la dépression.

Elle se met sur un tabouret et commence à parler à travers la voix de la dépression; rapidement, elle se reconnaît comme « Mike » et se qualifie comme tel.

Mike: Elle ne peut pas être dans sa créativité; elle ne pourrait le faire que si elle était vraiment très bonne, mais il faudrait qu'elle soit excellente, bien reconnue et dans la réussite; autrement ça ne va pas. Elle doit garder son job pour gagner de l'argent, même si elle ne le fait pas très bien ; d'ailleurs elle est trop nerveuse, trop stressée pour bien le faire. Elle est créative, mais elle ne peut pas gagner sa vie avec ça; ce n'est pas possible pour elle de faire quelque chose de créatif ...

Après que Mike ait parlé pendant un certain temps, je lui ai demandé s'il croyait en la créativité de Carla, puisqu'il y faisait si souvent référence:

¹² Ce que Carla me confia dans un interview après la conclusion de notre travail ensemble .

Mike: Oui, elle est très créative, elle pourrait faire ce travail, mais elle serait obligée d'y mettre toute son énergie. Elle met trop d'énergie dans le perfectionnisme, dans le stress... c'est pourquoi je ne pense pas que cela lui soit possible...

Elle décida alors de laisser sa créativité s'exprimer.

La Créativité, est arrivée, roulée en boule par terre: je n'ai pas beaucoup d'énergie; je suis la raison d'être de Carla, je lui donne vie, mais je n'ai pas d'énergie; je suis trop accablée par les voix négatives, je n'arrive pas à croire en moi, je ne me fais pas aider, je n'arrive pas à me motiver...

J'invite Carla à sortir du processus un moment pour prendre du recul. Je lui demande s'il y aurait une autre énergie qui pourrait aider dans cette situation. Elle a trouvé « la grande sœur », mais la grande sœur est arrivée en disant qu'elle devrait aider Carla mais qu'elle ne se sentait pas assez forte, qu'elle n'y croyait pas assez..

Ce qui renforçait la position de Mike et provoqua son retour: je n'y crois pas assez non plus; Je ne vais pas l'aider. Elle n'est pas assez motivée.

Carla reprend le rôle de la Créativité. Elle commence à avoir des difficultés à respirer : « Je commence à avoir une crise de panique”

-Qu'est ce que vous avez besoin de faire ?

Créativité (toujours par terre, en larmes): J'ai envie de dire à Mike de la fermer. J'ai besoin qu'il s'en aille.

Je lui propose de se lever et de lui demander de la fermer, de s'en aller.

Elle le fait et reporte qu'il s'en va. Je lui propose alors de visualiser Mike en train de partir. Elle reporte: « Il peut entendre la logique des arguments de la créativité; il voit qu'il doit partir. »

Quand elle me dit qu'elle l'a vu partir, je prends le tabouret sur lequel il était assis et le place de l'autre côté de la porte.

Quand elle reprend sa place, elle se dit soulagée « Ce qui est difficile, c'est qu'il a tendance à revenir. »

La séance suivante, elle arriva en disant « Je suis toujours déprimée, je n'ai aucune énergie pour accomplir quoi que ce soit. A cause de Mike, je n'ai plus la foi que j'avais, je ne la retrouve plus... »

Je lui propose de penser à quelqu'un dans sa vie qui pourrait soutenir ses aspirations créatives. Elle choisit un ancien professeur du nom de Brad.¹³

¹³ Cette séance est un exemple d'une conversation de « regroupement » : « Les conversations de regroupement sont façonnées par l'idée que l'identité est fondée sur une « association de vie » plutôt que sur un soi central. Cette association de vie est composée de personnages et d'identités significatifs dans le passé, le présent et l'avenir projeté de la personne. Ses voix influent sur la construction de son identité. » White, Maps, p. 129

- Pouvez-vous me parler de la façon dont Brad a contribué à votre existence ? »

-Il a reconnu mon talent artistique et m'a encouragée.

Il vivait de son art. C'était un modèle pour moi.

Brad m'avait compris, il comprenait la sensibilité , la passion et la vitalité que nous partagions. Il a été le premier à reconnaître et encourager ces éléments en moi.

- Que pensez-vous que Brad appréciait chez vous? »

-Ma sensibilité et une expression honnête d'éléments profonds en moi..

- Qu'est ce que Brad a reconnu en vous?

-Un talent dont je n'avais même pas pris conscience.Il a reconnu mon humanité sans la voir comme une faiblesse.

- Quelle importance donnez-vous à la façon dont Brad a contribué à votre existence ?

-Je peux me servir de ma relation avec lui comme d'une boussole, pour aller là où je dois aller maintenant. Je dois retrouver un équilibre.

Je dois accueillir cette partie de moi, parce que c'est qui je suis. Je me suis tellement éloignée de moi-même.

- Est-ce que vous pensez avoir contribué à sa vie ou à sa conception de l'existence ?

-Il m'a reconnue comme une âme sœur . C'est important pour des gens comme nous, pour renforcer notre façon d'être.

- Qu'est-ce que cela vous a fait de parler de vous et de Brad comme nous l'avons fait?

-Ça me rend triste, parce que je rejette depuis si longtemps une partie si importante de moi-même, comme si j'étais sur la bonne voie et que je l'avais quittée. Je suis triste pour le temps perdu, pour moi-même; je rejette qui je suis depuis si longtemps.

• Est-ce que vous pensez que le fait de vous souvenir de votre lien à Brad pourrait vous ouvrir de nouvelles possibilités dans votre vie ou votre travail ?

-Si je me sentais mieux, cela pourrait m'inspirer pour créer et me donner une direction. Je ne supporte plus l'idée de garder mon job, je m'affaiblis de plus en plus.

Si j'agissais imprudemment et me fichais des conséquences, je lâcherais mon job... Je n'ai pas besoin d'y rester, le prix à payer est si élevé...

Pourquoi est-ce que je ne le quitte pas? Je lui ai donné 10 ans de ma vie... Je sens une étincelle d'espoir. Je vais déjà demander au médecin un certificat pour limiter mon temps de travail.

Dans la séance suivante, nous avons exploré une qualité qu'elle appréciait en elle-même. Elle a choisi « l'intégrité » avec les intentions, les croyances, les valeurs, les espoirs, les rêves et les engagements provenant de cette qualité.

Elle est arrivée à la séance d'après en disant : j'ai appelé mon travail et je leur ai dit que j'avais besoin de réduire mon temps avec mes élèves de terminale et de 1ère. Ma directrice m'a dit qu'elle me trouverait des solutions.

... J'ai recommencé à prendre des photos. J'y arrive si je me dis que je le fais pour apprendre à maîtriser l'appareil. Après, une voix très critique se manifeste et me bloque. Par exemple, je passe 2 heures BHV au rayon fournitures créatives sans rien acheter ; à chaque chose que je veux acheter, cette voix me dit que c'est stupide, que ça ne sert à rien...

Il me semblait que nous étions en présence d'une partie d'elle-même que j'ai proposé d'appeler "Mme la Critique" et je lui ai demandé si elle était d'accord pour qu'on l'interviewe.

Mme la Critique (prenant le siège que je venais de libérer et s'exprimant d'une voix autoritaire): L'ART est très important. Il se peut qu'il soit trop tard. Après tout, elle n'a rien fait pendant 20 ans. Le Grand Art émerge de l'angst. Les jeunes artistes ont cette tension en eux... elle va juste créer de l'art de quadragénaire, mais ça ne va pas... Et puis ça n'a aucun intérêt si elle n'en fait rien... C'est sans doute trop tard....

Nous avons invité la créativité (l'identité alternative) à répondre:

La Créativité: Carla a besoin de créer pour son bien-être, autrement, elle ne pourra pas aller bien. Ça la nourrit. Elle va dépérir si elle ne le fait pas. C'est essentiel pour elle, et ce n'est pas tellement le fait de créer *quelque chose*.

Il s'ensuit un dialogue entre Mme la Critique et la Créativité.

À un moment donné la créativité dit : « Tu ne l'aides pas, elle ne crée pas mieux en t'écoutant. »

Mme la Critique: Je veux bien partir, mais j'aimerais revenir dans un an pour voir comment ça s'est passé. J'aimerais au moins que Carla fasse une expo ou un livre.

Créativité: J'aimerais aussi voir quelque création, mais ce ne sera pas forcément une expo, l'essentiel est qu'elle ait avancé.

Je les invite à négocier un contrat.

Contrat:

Critères pour le point à faire dans un an: 28/08/09

Faire le point chez Carla concernant:

- Son équilibre
- Son calme
- Son épanouissement
- Sa santé
- Sa quantité d'énergie et d'optimisme

Dans l'optique d'un état favorable à une flux de création et à la création de « Grand Art »

La première priorité: un type de collection, (portfolio, livre) pas forcément montré

Signé: Mme la Critique
Créativité
Carla
témoin

Carla: C'était grisant!

C'est après cette séance que Carla a reporté qu'elle allait beaucoup mieux, qu'elle avait à peine vu Mike, qu'elle réussissait à le tenir à distance, qu'elle avait demandé un changement de statut de son poste d'enseignante et qu'elle s'était trouvé une école de photographie et s'y était inscrite.

Rien de cela ne serait arrivé si nous n'avions pas rencontré Mike (pour Carla, une histoire dominante) et négocié avec lui une nouvelle relation permettant à sa créativité (histoire alternative) de trouver sa voix et sa place.

« Des blessures de l'addiction, affrontées consciemment et avec courage, peuvent découler la créativité et la guérison. C'est un appel qui lance un défi au dépendant en rétablissement - l'appel à la créativité. Cet appel exige du courage afin de transformer ses afflictions en créativité. Que l'on crée un nouveau moi spirituel, un acte d'amour qui ouvre à l'autre la possibilité de rétablissement et de transformation, ou un oeuvre d'art à proprement parler, il rend généreusement ce qu'il a reçu de vie. »¹⁴

¹⁴ Leonard p. 12

BIBLIOGRAPHIE

Alcooliques Anonymes, Les 12 étapes et 12 traditions, AA world Services Inc, 1985 New York

Leonard, Linda Schierse : Witness to the Fire : Creativity and the Veil of Addiction ; 1989, Shambala, Boston,

Myerhoff, Barbara, Number our Days; 1978, Simon and Schuster, New York.

White, Michael, Challenging the Culture of Consumption : Rites of Passage and Communities of Acknowledgement ; in *New perspectives on 'addiction'*, Dulwich Centre Newsletter 1997 Nos. 2&3, Adelaide

White, Michael, Maps of Narrative Practice ; 2007, Norton, New York

The Language of the Heart, Bill W's Grapevine writings ; 1997, the AA Grapevine Inc, New York