

DITS ET NON-DITS DE L'ADDICTION

RÉCITS ET ESSAIS SUR L'EXPRESSION DANS L'ALCOOL ET LES ADDICTIONS

Coordination
PIERRE GAUDRIAULT

Contributeurs
ANDRÉAS BECKER - VALÉRIE BLANC - ELSA - JEAN-YVES LEVENTAL - ÉLODIE MARCHIN

Préface
JEAN-PIERRE COUTERON



JACQUES FLAMENT
ALTERNATIVE EDITORIALE

Les conduites addictives prétendent *libérer* l'individu des contraintes biologiques et sociales et faciliter la recherche d'une vie plus excitante, plus expressive. Mais le rapport entre addiction et expression n'est pas sans question ni douleur. C'est ce que montrent d'abord les récits d'Elsa et d'Andréas Becker, chacun dans son style particulier, en prise avec l'expérience addictive. Ces histoires sont à la fois des témoignages directs, crus ou symboliques, vus de l'intérieur, et des modes d'expression personnels.

La question est reprise par Valérie Blanc, Pierre Gaudriault, Jean-Yves Levental et Élodie Marchin dans des essais psychologiques et psychanalytiques inspirés d'un autre côté de l'expérience, celui de praticiens de l'addictologie.

Ces essais sont consacrés d'abord aux butées et détours rencontrés dans les soins psychiques auprès de patients *addictés* ; puis aux méthodes psychothérapeutiques pour favoriser l'expression de ce que l'addiction a étouffé ou rendu indicible. La portée sociale et contemporaine des pratiques addictives au regard du besoin d'expression est aussi explorée.

C'est finalement, comme le note Jean-Pierre Couteron dans sa préface, une réflexion sur la condition humaine, ses ambiguïtés, ses fulgurances ou ses extravagances.

ISBN : 978-2-36336-464-7



Prix : 20 €

DITS ET NON-DITS de l'ADDICTION

Récits et essais sur l'expression dans l'alcool et les addictions

Le lectorat

Toutes les personnes confrontées, d'une façon ou d'une autre, à la question des addictions, pour elles-mêmes, pour leur entourage ou en tant que professionnels et étudiants en addictologie. Les récits sont accessibles à tous. Les essais sont parfois d'une lecture plus technique, mais les professionnels de l'addictologie se sont efforcés de mettre leur plume à la disposition du plus grand nombre.

Les auteurs

Andréas Becker est un écrivain français d'origine allemande. Il a publié de nombreux romans et récits dont *L'Effrayable* en 2012, *Ulla ou l'Effacement* en 2019 ou encore *La castration* en 2020. Ces textes donnent lieu à des adaptations théâtrales ou cinématographiques auxquelles Becker participe. Il s'engage également dans des associations pour venir en aide aux malades *addictés* et prépare, avec un groupe d'hommes et femmes anciennement dépendants, un roman autour de la maladie alcoolique qui paraîtra aux Editions d'en Bas sous le titre *Alcool mon amour*.

Valérie Blanc est psychologue clinicienne, psychothérapeute et thérapeute familiale, travaille dans deux centres du CSAPA de l'ANPAA75. Elle exerce également en libéral dans le troisième arrondissement de Paris. Par ailleurs, elle assure la coordination pédagogique du DESU Prise en charge des addictions de l'université Paris 8 et anime les ateliers de méthodologie du mémoire clinique en tant qu'enseignante vacataire.

Elsa est docteur en droit et poète à ses heures. Elle a choisi d'utiliser un pseudonyme pour des raisons qui lui sont personnelles. Elle est suivie dans un centre d'addictologie par un addictologue et une psychologue, pour soin de son addiction à l'alcool.

Pierre Gaudriault est docteur en psychologie, psychologue certifié Europsy, psychothérapeute, membre de la Société française d'alcoologie et de la Commission scientifique de l'ANPAA (Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie), il exerce dans le CSAPA de l'ANPAA75. Il a participé à plusieurs ouvrages dont, avec V. Joly, *Construire la relation thérapeutique* (Dunod, 2013), avec F. Klein & al., *Clinique et Médiation* (L'Harmattan, 2016), avec L. Bergès & al., *Images et Thérapies* (Connaissances et Savoirs, 2020).

Jean-Yves Levental est psychologue psychanalyste. Sa contribution au soin alcoologique a pris place dans des décennies d'exercice hospitalier en Psychiatrie et d'enseignement à la faculté de médecine de Paris Descartes. Membre de la SFPPG, du CEFFRAP, de l'AREPS, son attention psychanalytique s'est particulièrement consacrée à la pratique et à la recherche sur les groupes. Parmi divers articles, les publications dédiées figurent dans la RPPG (Erès) et dans Perspectives Psychiatriques.

Elodie Marchin est psychologue clinicienne et psychothérapeute, travaille dans le CSAPA de l'ANPAA 75 et en cabinet libéral. Elle est doctorante à l'Université Paris 5 (Laboratoire Psychologie Clinique, Psychopathologie et Psychanalyse), participe aux enseignements du DESU prise en charge des addictions de l'Université Paris 8, auteur d'articles sur les conduites suicidaires, sur les médiations thérapeutiques et sur la psychothérapie en addictologie.

Le préfacier

Jean-Pierre Couteron est Psychologue clinicien (Csapa/CJC du Trait d'Union, Association Oppelia, Boulogne Billancourt), Administrateur de la Fédération Addiction, Secrétaire Général Adjoint de la Société Française de Santé Publique. Il a coopéré à de nombreux ouvrages en addictologie : avec A. Morel, *Les conduites addictives, comprendre, prévenir, soigner* (Dunod, 2008) ; avec A. Morel *Drogues : faut-il interdire ?* (Dunod, 2011) ; avec P. Chappard, *Salle de shoot, les salles d'injection supervisées à l'heure du débat français* (La Découverte, 2013) ; avec M. Lascaux & al., *Adolescence et cannabis, que*

faire ? (Dunod, 2017) ; avec A. Morel & al., *Aide-mémoire Addictologie en 47 notions* (rééd. Dunod, 2019), etc.

L'éditeur : Jacques Flament, alternative éditoriale

Créés en 2010, les éditions Jacques Flament se sont positionnées en tant qu'artisans du livre, dans un premier temps en Bretagne (sur la presqu'île de Crozon), à présent basées dans les Ardennes. « ... Nous sommes convaincus qu'il existe toujours une place pour une production éditoriale artisanale indépendante de notre type qui cible son lectorat et met en œuvre les ressources modernes nécessaires (réseaux sociaux, ciblage pertinent) pour la rendre visible. Tout cela, bien sûr, en respectant une charte de qualité à la fois sur le fond et sur la forme, et en privilégiant les rapports avec les auteurs. Enfin, nous continuons à revendiquer notre système atypique d'autodiffusion, caractérisé par des ventes via notre site ou en direct avec les libraires, pour les raisons principales suivantes :

- nous nous réclamons de la mouvance du commerce actuel qui souhaite traiter directement du producteur (l'éditeur) au consommateur (le lecteur), en un mot nous sommes de fervents partisans de la « désintermédiation » terme barbare, certes, mais selon nous, notion essentielle pour la survie d'une petite entreprise comme la nôtre...

- cette façon de procéder nous permet de générer une marge suffisante (que nous n'aurions pas en passant par la filière classique) et d'ainsi pouvoir octroyer des droits auteurs aux écrivains et artistes (pour les monographies) qui nous font confiance, et ce, dès le premier exemplaire vendu. Bien entendu, cela ne nous empêche pas de travailler avec les libraires et de répondre avec rapidité à leur demande.

Ces balises de notre futur chemin de traverse sont tournées vers un objectif simple : nous maintenir dans le cercle des professionnels qui aiment les livres et leurs auteurs, qui prennent du plaisir à les fabriquer sans l'obsession constante de la recherche du profit, qui ont pour ambition première de partager leur passion pour la découverte et pour des objets de papier communément appelés *livres*. »

Contact éditeur : www.jacquesflamenteditions.com

Résumé des chapitres de l'ouvrage

I. Splendeurs et misères de l'expression, par Pierre Gaudriault

Les addictions prétendent libérer l'expression, la débarrasser de ce qui la contraint ou la limite. On y recherche une ouverture de soi, une exaltation vitale. C'est mieux qu'une simple impulsion, c'est un accès à de nouvelles sensations, à des expériences sensorielles extraordinaires ou libératrices.

Mais la sensorialité addictive peut aboutir à un repli narcissique au détriment du contact avec le monde des autres. Est-ce au moins un chemin vers une sublimation pulsionnelle, vers un horizon de créativité ? La réponse des artistes qui ont plongé dans une addiction est à ce sujet est incertaine. Plus généralement, la question est celle du rapport entre addiction et mentalisation, entre expression et pensée, entre soi-même et les autres. Les addictions pourraient mettre à l'écart les parties les plus douloureuses, les plus traumatiques de ces rapports, et c'est bien là l'objet des soins psychiques qui sont abordés dans d'autres chapitres.

II. Récits

Réflexions. En phase avec soi-même, par Elsa

« Les réflexions sont principalement l'œuvre des miroirs. Je vous propose ainsi mes réflexions en guise de miroir, de moi, de vous, peut-être... Qui sait. L'addiction confronte à mes yeux à deux grands problèmes : celui de la condamnation, ce pour quoi il faut faire appel aux mythes; et celui-là même de

l'expression, qui peut prendre toute forme et ne représente pas que le regard porté par soi, mais aussi celui porté par les autres. »

Ainsi Elsa ouvre son récit qui explore d'abord les mythes de Prométhée, de Sisyphe qu'elle rapporte à l'addiction alcoolique : on y rejoue la ruse, la fourberie des deux héros, pas par mauvaise intention, mais par défi, « Au nom d'une fierté que l'on a perdu par ailleurs ». Quant à l'expression, Elsa nous ramène au mythe du secret de la connaissance, depuis Adam et Eve jusqu'à Barbe Bleue. « En fait, le produit alcool est à la fois un secret, une connaissance, et le miroir de la Mort qui nous attend. » Ce sont encore des références à la condamnation, donc à une expression négative. Mais il existe aussi des expressions positives, libératrice, avec ou sans alcool, celle de la parole déliée, celle de la muse, celle de l'aveu.

Dans un post-scriptum, Elsa témoigne de son évolution vers un monde de liberté : « Le tout est de savoir qu'en faire, de cette liberté. Et là c'est le grand saut. Soit vous choisissez de sauter dans le vide, de reprendre votre entreprise de destruction de vous-même. Soit vous bondissez dans la vie. J'ai bondi dans la vie. »

***L'alcoolique écrivain*, par A. Becker**

« Alcool et écriture ont donc toujours été intimement liés pour moi. Mais jamais ces deux pôles de la même énergie ne se sont fructifiés. Ça a toujours été une histoire d'un empêchement. Pendant vingt-cinq ans, l'alcool a empêché l'écriture. Parce que, comment oser ce courage de l'émotion sous alcool ou tout est déjà tellement exacerbé par une émotion incontrôlée qui pouvait, en ce qui me concerne, aller jusqu'à l'hystérie devant un arbre en fleurs ?

...Dans les textes qui suivent, j'ai essayé d'intégrer la haute émotivité sous alcool dans l'écriture même. Je me suis laissé bercer par la richesse des impressions, par la brutalité aussi de cette richesse que j'ai essayé de noyer avec d'innombrables verres d'alcool. Et cette expérience-là forme un nouveau langage qui n'est ni un langage désarticulé comme j'ai pu en user et abuser sous alcool ni un langage parlé et encore moins un langage académique. C'est devenu le mien, mon langage, avec mon bagage particulier.

Je souhaite que ce langage, dans sa particularité, traduise l'état intérieur de la maladie, donc a priori un espace sans mots, un espace de silence mortifère, en quelque chose d'exprimable et donc d'échangeable... »

III. Silences, caches et détours de l'addiction

***L'addiction comme anti-psychologie*, par Pierre Gaudriault**

De tout temps, l'addiction aux produits s'est opposée à la parole, et surtout, à la parole échangée, à la réflexion sur soi, à l'introspection, à la psychologie.

Il y aurait une paresse de la pensée dans l'addiction. C'est en tout cas un évitement mental, un système anti-pensée à la fois par l'intoxication et par le déni. Cela pourrait toucher au plus profond de l'être, comme un ébranlement de soi aussi puissant qu'un saisissement créateur. Mais c'est aussi une *contreexpression*, un risque de voie vers la destruction.

Accepter, avec un tiers soignant, un regard psychologique sur soi, peut avoir la valeur d'une anti-addiction.

***S'il faut mesurer vos expressions, s'il faut quitter ce qui n'a pas lieu d'être*, par Jean-Yves Levental**

La problématique alcoolique amène à un long parcours avant de reconnaître la maladie et accepter un lien soignant ; cela peut commencer par un véritable *cache-cache thérapeutique*. Ce qui s'exprime dans cette problématique est-il mesurable, comme avec un alcootest ? Le questionnement pourrait se rapporter à des réactivités soignantes spécifiques face à la démesure de l'addiction alcoolique, à des *mesures* contre ses débordements. Et l'abstinence consisterait en une expression du produit, une purgation d'une part de soi, au risque d'édifier en sa place un faux-self sans parole vraie transmissible. Le psychisme passe après le manque du corps. A ce manque est associée une trace traumatique mais

dont la chaîne symbolique est désactivée. L'accès au transfert dans la cure analytique éluciderait cette trace traumatique, *ce qui n'a plus lieu d'être*. Mais pour tenir compte de toutes les embûches qui jalonnent le parcours alcoolique, il y a besoin d'une groupalité soignante capable de s'interroger sur ce par quoi le patient est transférentiellement traversé. Il s'agit de rester à l'écoute du retour d'un matériel traumatique intense, déjà à l'œuvre dans les atermoiements de l'alliance de travail. On connaît le grossier préjugé concernant l'alcoolique qui ne tient pas parole. Mais son expression serait plutôt de clamer son risque et sa détresse : m'a-t-on tenu parole ?

La clausturation de René, par Pierre Gaudriault

René, buveur et fumeur, est venu en psychothérapie pour un problème d'expression. Il est apparu très vite que les substances faisaient partie d'un système de protection et d'apparence pour masquer ce qui ne pouvait être montré ni dit. L'évolution de René est passée par l'accès, d'abord hésitant et improbable, à des images de rêve qui ont permis, peu à peu, de le faire sortir de sa *clausturation* psychique. C'est ce matériel onirique qui a fait la transition avec la reprise de son histoire, avec la mentalisation de ses émotions dans sa vie affective et sexuelle, dans ses relations douloureuses avec son fils, dans sa conception quelque peu magique de son destin. Et il est arrivé un jour où la consommation de substance fut moins nécessaire à René parce qu'il était plus capable de manifester une expression de lui-même sans la ressentir comme une scandaleuse exhibition ni comme un risque d'agression.

L'ennui dans la thérapie des personnes addictées, par Valérie Blanc et Pierre Gaudriault

Comment supporter la douleur de la perte ? Parfois, en avalant ce qui est perdu sous la forme d'un objet-substance. Mais cette substance fuyante n'empêche pas le manque. Remplissage illusoire dont la privation peut engendrer l'ennui, une morosité qui affecte le patient et son thérapeute. L'ennui serait le masque d'un vide déjà là, une béance déjà ouverte avant même que l'addiction ait commencé.

Les auteurs évoquent la question de l'abstinence chez des patients *addictifs* en s'interrogeant sur ce sentiment d'ennui qui s'installe au cœur de la relation thérapeutique. Deux vignettes cliniques illustrent ce questionnement. Comment en sortir ? Souvent par l'engagement du patient dans une thérapie multifocale (entretiens individuels, groupe de médiation thérapeutique, thérapie familiale...). Car il faut affronter les *vieux démons* qui ont été à l'origine de l'addiction et le risque d'un retour à un sentiment de stagnation psychique. L'ennui est un signal de ce risque, comment le faire parler au lieu de l'ingurgiter ?

IV. Expressions, transformations et ouvertures

Le recommencement, conviction et détresse psychosomatiques chez l'alcoolique pratiquant, par Jean-Yves Levental

"Ca recommence !" L'expression peut autant invoquer la fatalité de l'épreuve qu'une chance nouvelle de s'en sortir. De fait, l'expérience alcoolique brouille les présupposés et les conséquences de cette alternative. Défi et dépendance, risque et renoncement, exaltation et dépression, ..., de multiples traits font signes de ce piège circulaire qui relance et épuise l'être hors de sa propre portée.

Cet argument sera surtout l'occasion de rappeler l'enjeu du corps floué dans les repérages traumatiques et investi d'un pouvoir de détournement du transfert. Comment travailler sur le changement, sur ce qui doit être rendu au passé, quand le corps prétend partout et toujours pouvoir ou subir de recommencer ?

L'addiction comme possible prélude à la subjectivation, par Elodie Marchin

L'addiction est une trouvaille, tout aussi exaltante que mortifère. Elle suspend la souffrance mais au prix d'une privation d'une part de sa vie psychique, qui est mise en silence, indicible. L'expression de la personne *addictée* se fait en acte : agir au lieu de dire, intégrer l'addiction dans son identité.

La séparation d'avec le produit n'est possible que dans une ouverture sur soi, en présence d'un autre, dans la quête de sens de l'addiction. C'est ce que montre la thérapie d'Alexandre, qui parvient à

dérouler son histoire psychique à partir de ses tatouages. Ses recours aux produits comme ses agirs violents apparaissent comme des tentatives d'expression, ou des prothèses de son appareil psychique, dans la voie de sa maturation subjective. Avec Alexandre, il n'a pas été question de corriger son addiction, mais de traiter sa souffrance en faisant émerger sa parole sur la vie psychique.

La question de la famille ou la famille en questions, entretien sur la famille par Valérie

Blanc et Elsa

Dans l'approche systémique, le symptôme d'un individu n'est pas tant l'expression d'un trouble intrapsychique que le témoin d'une perturbation au sein de son système familial. Comment comprendre la place de l'addiction dans la *communication intrafamiliale* ? Il va s'agir, dans un premier temps, de faire apparaître les interactions entre les membres de la famille, les alliances visibles et invisibles. L'ensemble du groupe familial est ensuite sollicité pour trouver des transformations possibles. Il va apprendre ensemble à interagir différemment par rapport à la question de l'addiction, mais aussi dans tous les autres secteurs de la vie. Et la consommation de produit, qui était du côté de l'indicible, va passer du côté de l'expression pour le consommateur lui-même et tout son entourage qui pourra ainsi envisager un nouvel avenir (V. Blanc). L'entretien qu'Elsa a accepté d'avoir avec V. Blanc concernant son histoire familiale personnelle vient illustrer tout l'intérêt de cette réflexion sur la communication au sein de la famille.

Objets addictifs, objets médiatifs, par Elodie Marchin et Pierre Gaudriault

Les objets addictifs et médiatifs se distinguent par le fait que ces derniers offrent un intermédiaire dans la tension pulsionnelle et psychique que les premiers échouent à produire durablement. De là vient l'intérêt d'utiliser des objets médiatifs à des fins thérapeutiques auprès de personnes *addictées*. Ces objets sont et souvent utilisés en groupe dans les structures addictologiques ce sont : le recours à l'écriture, aux senteurs, aux mots inducteurs (tribullinage, jeu de soi), au cinéma, aux dessins, aux collages, etc. Les effets de ces usages médiatifs sont multiples et utiles pour activer la contenance psychique des patients et développer leur capacité à mentaliser/symboliser, c'est-à-dire finalement à retrouver en eux-mêmes le contact avec un Soi plus vivant et créatif.

L'expérience d'Elsa

Elsa raconte comment elle a participé à des ateliers d'expression qui l'ont conduite à l'écriture de plusieurs poèmes qu'elle nous livre :

« ... *Le chant, les chats, le choix, tout est chuintement.*

Tout est suintement, comme un trop plein en moi.

Ou bien comme un trop vide. Et le savoir comment ? »

L'expression poétique est comme un masque, elle cache et montre en même temps son auteur avec des mots, comme le fait parfois l'addiction avec un produit. Mais c'est aussi une création par laquelle Elsa peut être son propre thérapeute et en cela, son poème devient un objet médiatif.

Réduction des risques et des dommages psychiques, par Pierre Gaudriault

L'addiction est une tentative de réduction des risques pour la vie psychique. Mais elle entraîne d'autres risques et dommages qui menacent la santé tout entière. On rappelle comment la politique de Réduction des risques et des Dommages (RDD) a été un grand progrès de l'addictologie. Elle a intégré notamment le constat que les personnes qui souffrent d'addiction tentent d'y contribuer pour elle-même par des mesures de régulation de leur consommation et d'autoprotection. Ces mesures butent cependant sur la difficulté à admettre certains risques psychiques. L'effondrement psychique pourrait être le risque le plus menaçant contre lequel une aide leur est souvent nécessaire. Pour contrer ce risque, il faut aider ces personnes à se reconstruire dans une expression plus subjective.

V. Addictions sociales et expression, par Pierre Gaudriault

Les addictions impliquent aussi bien des dimensions sociale, culturelle, groupale qu'individuelle. En ce sens, elles participent d'abord à l'expression et l'intégration sociale des individus, particulièrement pour les produits valorisés dans la culture, l'alcool dans la nôtre. Or elles participent aussi à la transgression des normes établies, contribuant alors autant à leur confirmation qu'à leur exaspération. Cette fonction paradoxale pourrait caractériser toute addiction sociale par le fait qu'elle s'associe à des conduites d'évitement des conflits psychique et d'effacement de la violence que les groupes sociaux tentent de mettre en place.

Le développement sociohistorique des addictions s'appuie à la fois sur une fonction d'addiction sociale classique et sur l'émergence dans l'époque moderne d'une expression individualiste. L'addiction fournit à l'individualisme trois références : la liberté, l'intensité et la toxicité. Ces références tendent à enraciner le phénomène d'addiction dans un monde contemporain où la question de l'expression devient plus opaque.

Postface, par le collectif des auteurs

Les auteurs racontent en quelques pages comment ils en sont venus à se grouper pour cette écriture collective, et comment, dans ce *cheminement groupal*, ils sont parvenus à un ensemble de textes qui se répondent et se complètent dans un ensemble *plus large, plus modelé, plus coloré* que l'écriture de chacun.

Contacts

Pierre Gaudriault (pierregaud@hotmail.com – 0674493831) ; Andréas Becker (andreasbecker@orange.fr) ; Valérie Blanc (vblanc.psychologue@gmail.com - 0603213510) ; Jean-Yves Levental (jy.levental@gmail.com).

Commande de l'ouvrage

<https://www.jacquesflamenteditions.com/441-dits-et-non.../>