



Si je veux

que ça marche

Table des matières

Lettres des fiduciaires et de la directrice générale.....	vii
Présentation de l'auteure.....	x
PARTIE I Comment faire pour que ça marche?.....	1
Le pouvoir de douze propositions.....	1
Où en sommes-nous et où allons-nous maintenant?.....	4
Ce que sont et font les ÉA et ce qu'ils ne sont pas et ne font pas	9
Historique des ÉA.....	14
Historique des Douze Étapes	19
Les groupes ÉA dans le monde	20
Le Cercle des ÉA	29
Lignes de conduite pour les utilisateurs du Cercle	35
PARTIE II Réflexions sur les étapes.....	37
Les Douze Principes et la beauté des étapes.....	37
Les Douze Traditions : comment les interpréter.....	59
La méditation : complément du programme en Douze Étapes	75
PARTIE III Des paroles positives :	
un puissant outil.....	85
Nos slogans : comment les interpréter.....	85
Slogans que nous ont envoyés les membres ÉA.....	97
Les quatre accords et le « quadruple » slogan	100
Parlons communication	109
PARTIE IV Quand les choses se compliquent.....	117
Des membres parlent du programme.....	117
Les émotions fortes : n'appuyez pas sur le bouton panique.....	128
Le défi du changement.....	141
Les relations et les limites.....	145
Le chagrin	150

La croissance et le pardon : êtes-vous enlisé dans votre zone de confort?	152
--	-----

PARTIE V Le progrès plutôt que la perfection .. 157

Commencez par méditer sur un des <i>Douze Aujourd'hui seulement</i>	157
Guides pour les Quatrième et Dixième Étapes et feuilles de travail	173
L'intégrité du groupe : la médiation des conflits	190
Le parrainage.....	199
Au choix : faire le graphique du chemin parcouru....	204

PARTIE VI Étudiants des Douze Étapes..... 213

Les étudiants des Douze Étapes et leurs perceptions.....	213
Groupes d'entraide personnelle : recherche et réflexions nouvelles	228

PARTIE VII Transmettre le message 239

Trouver un groupe d'attache	239
Démarrer son propre groupe	241
Entrée en jeu de la Douzième Étape	253

PARTIE VIII Nos outils fondamentaux..... 265

Les Douze Étapes	265
Les Douze Traditions	267
Les Concepts utiles	269
Aujourd'hui seulement.....	272
Les Douze Promesses.....	274
Pour rejoindre les Émotifs Anonymes	275

PARTIE IX Bibliographie,

documentation ÉA et index	277
Bibliographie.....	277
Documentation ÉA.....	279
Index.....	280