

## L'espoir qui se révèle vrai : la résilience

par Stefan VANISTENDAEL,\* Genève

*Quel étonnant développement que celui de «Billy Elliot» ! Le film nous esquisse la surprenante éclosion d'un petit garçon, orphelin de mère, avec un père au chômage, dans une famille meurtrie par la pauvreté. A l'origine de cette aventure : le regard qu'une professeure pose sur lui, encore qu'elle essaie simplement de faire son travail, dans des conditions banales. Produit d'une imagination survoltée ? Une telle histoire peut-elle être vraie ? Les études scientifiques et les témoignages montrent que ce type de trajectoire est bien réel, comme si nous retrouvons pour une fois l'espoir au cœur de la réalité, un espoir qui ne trompe pas. Les scientifiques ont emprunté un mot anglais, la «résilience», pour indiquer cette réalité humaine enfouie dans l'expérience, mais trop longtemps négligée.*

La résilience, la capacité d'une personne ou d'un système social à se développer positivement en présence de grandes difficultés, a toujours existé. Son exploration scientifique, par contre, ne date que de la fin du XX<sup>e</sup> siècle et a suscité un très vif intérêt, tant chez les professionnels de tout genre que dans le grand public. Il est effectivement rare de trouver une notion qui combine à tel point réalisme et espérance, qui cherche la vie sans court-circuit et qui est si profondément ancrée dans l'expérience humaine. Ce qui explique d'emblée les difficultés posées aux scientifiques : leurs méthodes semblent tout le temps être débordées par la richesse du sujet.

Les chercheurs essayent donc d'éclairer cette notion par la science, certes, mais aussi par la réflexion directe sur des expériences professionnelles ou sur des biographies, ou par ce que les artistes ont exprimé à ce sujet. D'où l'observation que m'a faite Wolfgang Edelstein, chercheur au célèbre Institut Max Planck : «La réflexion

sur la résilience est le développement d'une sagesse qui intègre la science. A une époque où trop de scientifiques manquent de sagesse, et trop de sages rejettent la science, une telle démarche est précieuse.»

### Un processus

Au départ, il y a un renversement de perspective. Le professionnel qui s'occupe d'une personne en difficulté cherchera, en toute logique, les antécédents : un père alcoolique, une mère dépressive, un traumatisme psychique qui a ses origines dans une guerre civile, la très grande pauvreté, la maltraitance... Toutefois, il existe des enfants, des

\* Stefan Vanistendael est secrétaire général adjoint au Bureau international catholique de l'enfance (BICE) et auteur de plusieurs ouvrages sur la résilience. Il prépare actuellement un cahier du BICE sur le thème «résilience et spiritualité», à commander auprès du BICE (11, rue Cornavin, 1201 Genève).



*Une question de regard.*

adultes, des familles, qui semblent suivre une autre trajectoire de vie. Face à ces mêmes conditions, ils s'épanouissent, ils fondent une famille, ils s'engagent dans leur communauté et, à cause de ce développement justement, ne sont pas dans le champ d'observation des professionnels.

Certains d'entre eux sont célèbres et, précisément, sont considérés comme des êtres exceptionnels, privilégiés, super résistants ou surdoués. Parmi eux, Anne Frank, qui a connu une évolution extraordinaire pendant qu'elle se cachait de la Gestapo. Si elle est néanmoins décédée dans un camp de concentration, son exemple montre que la résilience n'est jamais absolue ; qu'elle se construit dans un contexte politique et social qui peut la stimuler ou au contraire la détruire. Jean Sébastien Bach fut très jeune orphelin de ses deux parents. Un coup dur qui ne l'a pas empêché de devenir l'homme

débordant de vie qui inspire toujours des dizaines de milliers de personnes.

Récemment, c'est la biographie de Tim Guénard, *Plus fort que la haine*,<sup>1</sup> qui a attiré l'attention. Enfant abandonné par sa mère, sauvagement battu par son père, il a poursuivi un triste parcours de placements, de fugues, de criminalité, de violence. Petit à petit, au fil des rencontres, il s'est construit une autre vie, plus positive. Actuellement, il est marié et a quatre enfants, il est apiculteur et s'occupe de jeunes en difficulté.

Grâce aux recherches scientifiques, parfois de très grande envergure, comme celles d'Emmy Werner et Ruth Smith, à Hawaï,<sup>2</sup> nous savons que ces enfants qui se développent bien en présence de conditions de vie atroces ne sont pas si exceptionnels, et qu'ils ne sont pas forcément privilégiés ni surdoués.

La résilience n'est pas non plus une caractéristique innée. Il s'agit au contraire d'une capacité qui se construit pendant toute une vie, comme résultat d'un processus continu d'interaction entre la personne et son entourage. Il est évident que le patrimoine génétique et l'histoire de vie y jouent un rôle. Toutefois, il s'agit de véritables constructions, souvent avec un éventail de possibilités de croissance, loin de tout déterminisme monocausal. D'où le constat que la résilience n'est jamais absolue, toujours variable, selon les circonstances et les étapes de vie.

Rien n'est jamais totalement perdu : voilà l'espoir de la résilience. Mais rien n'est jamais totalement gagné non plus : voilà le réalisme de la résilience.

## L'importance des rencontres

Qu'est-ce qui contribue à la construction de cette résilience ? Ce que nous enseignent les recherches et les témoignages est à la fois banal et surprenant, une sorte de bonne nouvelle aux conséquences parfois compliquées. D'une part, nous retrouvons des éléments bien connus : surtout le fait d'être profondément accepté comme personne (pas forcément dans son comportement) et la découverte de sens ; ensuite, les compétences sociales et professionnelles, l'estime de soi, l'humour... Ces éléments sont liés entre eux. Ils doivent être rendus opérationnels selon les cultures, les contextes, les cas.

D'autre part, aucun de ces éléments n'est l'apanage des seuls professionnels. Au contraire, ils se construisent souvent mieux dans l'environnement naturel d'une personne. La biographie de Tim Guénard illustre à quel point la distinction entre personnes qui aident à (re)construire une vie et celles qui la détruisent ne suit aucunement la démarcation entre professionnels et non professionnels. Parmi ceux qui l'ont aidé à

se remettre debout, on remarque un psychologue, un paysan, un clochard, une juge, un prêtre, un handicapé, un jeune agressé par lui, sa femme. Parmi ceux qui l'ont plutôt détruit, on trouve un psychologue, des éducateurs, des non professionnels.

Qu'est-ce qui fait la différence ? Tim lui-même témoigne de l'importance du regard que l'autre porte sur nous. Ne s'agit-il pas du fondement même de l'acceptation par l'autre ? Il s'agit d'un regard qui ne nie pas les difficultés, mais qui cherche et qui voit

### Un regard qui appelle à la vie

«A moins de regarder une personne et de voir la beauté en elle, nous ne pouvons l'aider en rien. On n'aide pas une personne en isolant ce qui ne va pas chez elle, ce qui est laid, ce qui est déformé. Le Christ regardait toutes les personnes qu'il rencontrait, la prostituée, le voleur, et voyait la beauté cachée en eux. C'était peut-être une beauté déformée, abîmée, mais elle était néanmoins beauté, et il faisait en sorte que cette beauté rejaillisse. C'est ce que nous devons apprendre à faire envers les autres. Mais, pour y parvenir, il nous faut avant tout avoir un cœur pur, des intentions pures, l'esprit ouvert, ce qui n'est pas toujours le cas... afin de pouvoir écouter, regarder et voir la beauté cachée. Chacun de nous est à l'image de Dieu, et chacun de nous est semblable à une icône endommagée. Mais si l'on nous donnait une icône endommagée par le temps, par les événements, ou profanée par la haine de l'homme, nous la traiterions avec tendresse, avec révérence, le cœur brisé. Peu nous importerait qu'elle soit abîmée ; c'est au malheur qu'elle soit abîmée que nous serions sensibles. C'est à ce qui reste de sa beauté, et non à ce qui en est perdu, que nous attacherions de l'importance. C'est ainsi que nous devons apprendre à réagir envers chacun...»

**Anthony Bloom,**  
métropolitain orthodoxe

un potentiel de croissance, avec passion, avec patience, avec intelligence. C'est le regard qui croit en l'autre, au-delà d'une simple bienveillance. Comme le témoignait un ex-enfant de la rue colombien, interrogé par des enfants de la rue à Manille : « Si je suis sorti de la rue, c'est à cause d'un éducateur qui a vraiment cru en moi. »

Voilà un vrai défi : pour beaucoup de professionnels, il est difficile de s'engager dans ce type de relation, qui dépasse les possibilités de l'intervenant. Les solutions peuvent varier, selon les problématiques et les contextes. Un bénévolat bien pensé, astucieusement conçu, fondé sur la *complémentarité* entre professionnels et bénévoles, peut être d'une grande contribution.

Si la résilience n'est pas a priori une nouvelle technique d'intervention, ce regard différent posé sur la réalité change tout. Il s'agit bien plus que de la bouteille de vin à moitié vide ou à moitié pleine. Nous sommes loin du diagnostic classique qui, dans certains cas, réduit une personne à un amas de problèmes et à rien d'autre. Si je suis vraiment en grande difficulté, puis-je croire avec suffisamment de confiance que l'autre, tout expert qu'il soit, puisse faire quoique ce soit de bien avec moi ou pour moi, alors même qu'il me décrit si négativement ? Mais comment établir un diagnostic qui, en toute lucidité, cherche les éléments qui aident à reconstruire une vie et les moyens de les mobiliser ? Quelles sont les solutions que la personne en détresse a trouvées, tant bien que mal ? Est-ce qu'elles permettent de construire quelque chose de durable ?

Ou en plus compliqué : comment détecter ces éléments de construction cachés, derrière un comportement a priori négatif ? Comme l'éducateur de la rue qui voit l'intelligence cachée dans les techniques de vol très subtiles mises en œuvre par un jeune... et qui commence par la valorisation de cette intelligence en montrant un intérêt honnête pour la technique de vol,

avant de détourner cette intelligence sur des objectifs plus constructifs à long terme.

Le sujet de la résilience est vaste comme la vie elle-même. Il ne s'agit probablement pas d'une nouvelle théorie scientifique, mais d'un simple constat de fait qui ouvre une nouvelle perspective sur la réalité, aux conséquences multiples : la remise en question de certaines pratiques et de certaines théories scientifiques, des questions sur les évaluations de projets et d'institutions ainsi que sur le statut d'expert, la revalorisation de certains aspects de la vie, une nouvelle articulation entre l'intervention professionnelle et la vie « normale ».

### Une espérance réaliste

Pour les chrétiens, la résilience prend une signification très particulière. Le regard qui cherche à tout prix la vie et la croissance de l'autre, n'est-ce pas Jésus qui le portait sur chacun, de façon incomparable ? Et si la dynamique de la résilience est la vie qui renaît à partir d'une souffrance, n'est-ce pas la dynamique de la résurrection ? Une psychologue travaillant avec des jeunes filles sexuellement abusées explique son intérêt pour la résilience : il ne s'agit pas d'un rebondissement, de la recherche d'un paradis perdu, mais d'une croissance vers une nouvelle vie qui intègre les blessures, les cicatrices. Mais n'est-ce pas la même figure que le paradis terrestre qui reste inaccessible (Genèse), ou encore la rencontre de Thomas avec Jésus après la résurrection ? Toutes les blessures sont là, mais transformées en nouvelle vie.

Il semble que la résilience est le sentiment du potentiel de la résurrection dans l'expérience humaine. C'est comme si Jésus nous signalait que cette même dynamique, si présente déjà ici et maintenant, s'accomplira au-delà du mur de la mort, au-delà du temps et de l'espace, c'est-à-dire, dans l'éternité. Tout d'un coup la

résurrection apparaît comme une espérance qui accomplit notre vie avec beaucoup de réalisme, oui, presque comme l'issue logique de notre vie - tout en restant insaisissable, comme pour les premiers disciples. Une espérance tellement cohérente avec l'expérience humaine, qu'elle s'approche de l'évidence.

Nous pouvons conclure avec la belle parole du spécialiste allemand de la résilience, Friedrich Lösel de Nürnberg-Erlangen : «Si l'on me demande ce que la résilience nous apporte, c'est avant tout une espérance réaliste, loin de tout cynisme ou de toute illusion.»<sup>3</sup>

S. V.

<sup>1</sup> Presses de la Renaissance, Paris 1999, 276 p. (cf. **choisir** n° 480, décembre 1999, p. 38).

<sup>2</sup> **Werner Emmy, Smith Ruth**, *Children of the Garden Island*, in «Scientific American», April 1989, pp. 76-81.

<sup>3</sup> Séminaire du BICE sur la résilience, New York 1993.

### Pour en savoir plus

**Cyrulnik Boris**, *Un merveilleux malheur*, Odile Jacob, Paris 1999, 240 p.

**Fondation pour l'enfance**, *La résilience : le réalisme de l'espérance*, Erès, Ramonville St-Agne 2001.

**Manciaux Michel**, *La résilience : résister et se construire*, Médecine et Hygiène, Genève 2001.

**Poletti Rosette, Dobbs Barbara**, *La résilience*, Jouvence, Bernex 2001, 94 p.

**Vanistendael Stefan, Lecomte Jacques**, *Le bonheur est toujours possible. Construire la résilience*, Bayard, Paris 2000, 224 p. (cf. **choisir**, n° 486, juin 2000, p. 41).

**Vanistendael Stefan**, *La résilience ou le réalisme de l'espérance. Blessé mais pas vaincu*, Les cahiers du BICE, BICE, Genève 1998, 3<sup>e</sup> éd.

### **Boris Cyrulnik**

*Les vilains petits canards*

Odile Jacob, Paris 2001, 280 p.

Boris Cyrulnik nous emmène, dès l'aube de la vie, sur les traces du processus de «tricotage de la résilience». Pas à pas, il nous fait découvrir comment l'être humain se développe, dans l'interaction cruciale avec l'autre, habité par cette force de vie qui lui offre à tout moment la possibilité de réorienter sa trajectoire, malgré les fracas ordinaires ou extraordinaires de l'existence, lorsque les tuteurs de résilience sont mis en place.

Déjà dans le ventre de sa mère, puis après sa naissance, le tout-petit se développe au gré des émotions que sa présence suscite auprès de ses parents. La métamorphose de l'âge de la parole, caractérisée par le passage du monde des perceptions à celui des représentations, permet à l'enfant de s'approprier son histoire avant de pouvoir l'extérioriser.

Dans ce contexte, l'événement traumatique est catégorisé selon l'époque à laquelle il survient, et l'impact qu'il a sur l'enfant est analysé via son effet sur les figures d'attachement. Le traumatisme est le résultat de deux coups. «Le premier coup, dans le réel, provoque la douleur de la blessure ou l'arrachement du manque. Et le deuxième, dans la représentation du réel, fait naître la souffrance d'avoir été humilié, abandonné.» L'auteur élabore les moyens de soigner, de résilier le traumatisme, notamment grâce à l'importance du processus créatif et à l'humour, émaillant son récit d'exemples de personnalités célèbres, rendues si proches par l'évocation de leur histoire.

Il nous renvoie ainsi chacun à notre propre histoire, de même qu'à la nécessaire participation de tous au processus de la résilience.

**Laurence Bittar**