

# Maltraitance et résilience

Pierre Tap

(Aprendizagem & Desenvolvimento, Lisbonne, revue de l'Institut Piaget)

## Résumé

La maltraitance et la résilience sont liées, par définition. Une personne est en effet résiliente dans la mesure où elle a vécu une situation à haut risque et subi une maltraitance volontaire de la part d'une autre personne ou d'un groupe ou institution.

Dans le présent texte sont analysés les effets supposés de *situations extrêmes* dans lesquelles le sujet était ou est confronté à la mort. Sont ensuite évoqués les divers types de maltraitance (en particulier les maltraitements psychiques associées à la perversion narcissique) et les diverses *stratégies du survivant-maltraité*, en situation critique ou de transition. À partir de métaphores empruntées à la physique sont présentées les caractéristiques psychologiques de la résilience (tenir le coup, rebondir, être capable de flexibilité adaptative, etc.) et leurs liens avec le coping, l'attachement, les risques et les protections internes et externes.

Sur l'exemple du modèle des 7 résiliences de Wolin et Wolin sont présentées les dimensions essentielles de ce processus. Pour finir l'auteur montre les limites du concept de résilience, trop intrapersonnel, et la nécessité de prendre en considération les processus d'identification, la nature des relations et des situations vécues et enfin, l'importance de ne pas sous-estimer les traces du traumatisme et leur possible émergence, en termes d'acting out ou de répétition.

Mots-clés : maltraitance, résilience, perversion narcissique, transition, *ego resiliency*, risques, protections, coping.

## Maltraitance et résilience

Pierre Tap<sup>1</sup>

La *maltraitance* sous toutes ses formes n'est pas nouvelle, mais les efforts pour la débusquer et la réduire la font sans arrêt émerger aux plans médiatiques et judiciaires. La maltraitance englobe l'ensemble des mauvais traitements subis par l'enfant résultant d'une action humaine volontaire réprouvée, se produisant dans l'environnement immédiat, et susceptible d'être prévenue. La maltraitance comprend les violences physiques (coups et blessures), les abus sexuels (viols, attouchements, exploitation vidéo, pornographie, prostitution), les cruautés psychologiques (humiliations, menaces, isolement) et enfin les négligences lourdes (défaut de soins). Ces maltraitances concernent souvent les enfants, les personnes âgées, les personnes handicapées, mais peuvent aussi concerner toute personne vivant en couple, en famille ou en institution.

Tous ces mauvais traitements ont généralement des conséquences graves sur le développement physique, mental et social de la personne. Mais les recherches sur la *résilience* montrent que certaines personnes semblent moins vulnérables que d'autres aux maltraitances.

La notion de *résilience* est aujourd'hui devenue très à la mode, en France comme au Portugal. Il importe d'autant plus de la questionner au regard des réalités qu'elle est supposée expliquer. Déclarer qu'une personne est « résiliente » ou que vous êtes vous-même résilient, sans préciser ce que ce mot peut représenter et sans se poser de questions sur la façon dont on peut concrètement mesurer cette dimension personnelle et l'analyser, revient en définitive à supposer l'existence d'une don, d'une force plus ou moins magique, innée, qui éviterait à la personne de subir les troubles et les souffrances que d'autres supportent dans la même situation qu'elle.

Venons-en donc à la signification généralement accordée au terme de « résilience ». Déclarer qu'un enfant par exemple est résilient suppose d'abord sa capacité à résister à une « maltraitance » provenant des hommes ou des circonstances.

### **Résilience : survivre à une situation extrême.**

---

<sup>1</sup> Professeur émérite à l'Université de Toulouse – Le – Mirail. Directeur de recherche en psychologie à l'Institut Piaget.

En effet, considérer qu'un enfant est résilient, implique d'abord et nécessairement qu'*il a vécu une situation extrême, un événement à haut risque de dysfonctionnement, une « maltraitance » provoquant un stress élevé et ayant des effets généralement perturbateurs.*

Il importe donc, d'emblée, de préciser ce que l'on peut entendre par *situation extrême*. C'est à Bruno Bettelheim, psychanalyste américain, que l'on doit l'une des premières analyses des effets psychologiques d'une situation extrême. En 1943, il publie un article intitulé *Comportement individuel et comportement de masse dans les situations extrêmes* et qui commence par l'information suivante : « L'auteur a passé approximativement une année, s'étalant sur 1938-1939, dans les deux plus grands camps de concentration allemands destinés aux prisonniers politiques, Dachau et Buchenwald », cet article sera repris dans son ouvrage *Surviving and other essays* (1<sup>o</sup> édition, 1952), traduit en français en 1979 sous le titre « *Survivre. La paix qui règne dans un société totalitaire s'achète au prix de la mort de l'âme* ». Selon Bettelheim, « Nous nous trouvons dans une situation extrême quand nous sommes soudain catapultés dans un ensemble de conditions de vie où nos valeurs et nos mécanismes d'adaptation anciens ne fonctionnent plus et que certains d'entre eux mettent même en danger la vie qu'ils étaient censés protéger » (*op. cit.*, 24). En terme psychosocial, la situation extrême n'est pas seulement définie comme « externe », le sujet s'y trouve fondamentalement impliqué. « L'effondrement brutal et simultané de toutes (nos) défenses contre l'angoisse de mort nous précipite dans ce que j'ai appelé, à défaut d'un autre terme, une situation extrême » (*id. ibid.*). Le résilient serait donc celui qui a survécu à la situation extrême. Selon Bettelheim la *survivance* implique deux temps, distincts et pourtant très associés :

- le *traumatisme originel* associé à un régime extrême de terrorisme et qui sur le moment provoque la dégradation de la personnalité, la destruction de la vie sociale antérieure par privation de soutien ;
- les *effets ultérieurs*, en termes de *vulnérabilité*, de *répercussions sur toute la vie* de la personne.

Mais comment vivre avec une *difficulté existentielle qui ne présente pas de solutions* ? Comment maintenir l'intégration (intérieure, psychique) face aux effets de l'ancienne désintégration ? Bettelheim cite une lectrice qui lui écrit « Plusieurs fois dans ma vie j'ai senti qu'il existe *des problèmes* qu'on ne peut résoudre, mais *avec lesquels il faut vivre* » (*op. cit.*, 41). Le survivant se demande « pourquoi ai-je été épargné ? », « pourquoi moi ? ». Il peut difficilement évoquer ses propres compétences ou caractéristiques .. alors ? la chance ? mais la culpabilité s'installe (si j'ai survécu c'est que j'ai pris la place de quelqu'un d'autre qui est mort à ma place). Par exemple dans *La vie est belle*, le film de Benigni sur les camps de

concentration, le père arrive à cacher son fils (qui survivra), avant d'être lui-même éliminé. Le fils pourrait par la suite revivre difficilement ce sacrifice du père. En tout cas, le survivant garde la conscience que le traumatisme a mis à mal sa propre intégration psychique et que ses défenses habituelles ne lui ont pas assuré une protection adéquate.

Le survivant peut alors réagir de trois façons :

1. Se laisser détruire par l'expérience. Le *syndrome du camp de concentration* s'installe, fondé sur le sentiment d'incapacité à se reconstituer, sur la culpabilité et le sentiment d'une injustice perçue : « J'ai tellement souffert, et en plus je dois me justifier, rendre des comptes ! » ;
2. Nier toute conséquence durable. La personne ne nie pas le fait historique vécu, mais elle nie, réprime ou refoule tout ce qui peut être lié aux effets actuels ; elle refuse l'idée d'une nécessaire restructuration personnelle ou d'une inévitable restructuration relationnelle, axiologique, culturelle. Ce processus peut-être conscient (refus), préconscient (dénégation, répression) ou inconscient (refoulement) ;
3. lutter pour rester conscient et essayer de faire face aux dimensions les plus terribles pour lui, et pouvoir se réintégrer (se reconstituer).

Dans son excellent ouvrage intitulé *Le ressort invisible* (1994) Fisher reprend la question des situations extrêmes vécues collectivement (guerres, catastrophes naturelles, génocides, etc.) mais il y inclut les situations vécues individuellement (maladies, sida, accidents, perte d'un être cher..) dans lesquelles la personne est confrontée à la mort, celle des autres (déjà produite ou crainte) ou la sienne, perçue comme possible, probable ou inévitable.

Dans ces périodes de détresse, le sens et la finalité de la vie s'imposent à la conscience des personnes impliquées. Tout se passe comme si nous ne nous inquiétions de la finalité de la vie et du sens de notre identité que lorsque nous sommes désemparés, en situation insupportable. Comme le précise encore Bettelheim (1979), cette quête nous permettrait de comprendre la véritable signification de notre calvaire, ou incidemment de celui des autres, car « le pire des calvaires est adouci dès que l'on croit que l'état de détresse est réversible et qu'il aura certainement une fin » (*op.cit.* 15). Si la vie perd toute signification, la personne ressent le suicide comme une solution fatale. Mais la tentation du suicide est le plus souvent associée à un appel au secours désespéré, pour susciter chez les autres une réaction permettant de retrouver le sens de sa propre vie, seul antidote au suicide s'il est lié à l'amour et à l'aide des autres (même lorsque la personne fuit et rejette cette aide).

## Résilience et survivance

Il nous faut donc reprendre la définition provisoire de la résilience proposée plus haut pour la compléter. Déclarer qu'un enfant est résilient suppose certes qu'il a vécu une situation, un événement à haut risque de dysfonctionnement, une "maltraitance" provoquant un stress élevé et des effets perturbateurs (définition restrictive ou extensive de la maltraitance et du caractère fortement stressant de la situation ou de l'événement);

*Mais cet enfant n'est par définition résilient que s'il a pu traverser cette situation, vivre cet événement sans effets perturbateurs majeurs sur son développement psychologique et social ; d'où la question de la définition de ce qu'est le développement psychologique normal, le comportement normal.* On peut en effet considérer que, tout au long de sa vie, la personne est confrontée à de multiples problèmes, doit gérer ou dépasser de multiples conflits. Ces conflits facilitent même sa dynamique subjective (être sujet non assujetti, non aliéné) et sa capacité personnelle de faire des choix, de s'orienter par des projets, de donner sens à ses difficultés mêmes. On ne doit pas oublier bien sûr que cette personne vit et progresse dans des contextes sociaux qui comportent leurs systèmes de règles (institutions) et propagent des systèmes de valeurs harmonisés ou opposés (cultures). Dit autrement les structures sociales sont porteuses de significations trouvant leur légitimation dans des œuvres culturelles, des systèmes de croyances et d'explication du monde et de la vie, que la personne va s'approprier, transformer ou rejeter. De même les changements sociaux influent nécessairement sur les changements personnels. Il importe d'analyser ces liens dynamiques (Esparbès-Pistre et Tap, 2001). La constante confrontation des sujets et des institutions provoque, entre les premiers et les secondes une véritable " *interstructuration* " (Baubion-Broye, Malrieu et Tap, 1987). Il n'y a pas seulement interactions ou transactions, mais structuration ou déstructuration réciproques.

La description et l'analyse du versant subjectif de ce processus, permettent de mieux comprendre, dans son temps de vie, l'évolution conflictuelle et les stratégies de la personne à travers quatre phases, dont la durée peut être très variable (quelques jours à plusieurs années) et susceptibles de se reproduire :

- la phase d'*ancrage plural et d'emprise socioculturelle* : le sujet construit des représentations, des valeurs et des modes de conduites, dans un jeu complexe de relations interpersonnelles (duelles et plurielles) et de rapports sociaux (proximaux ou distaux), par conditionnements, imitations, identifications et intériorisations attributives ;
- la *déprise conflictuelle* : le sujet vit des conflits, est l'objet de déséquilibres, se trouve en position de désancrage, de déracinement et de crise. Les comportements habituels devenus

inappropriés doivent céder la place à d'autres permettant le dépassement de la crise. En effet le sujet confronté à une situation totalement nouvelle, en crise, en conflit ou en rupture, va devoir abandonner ses stratégies habituelles. Son *style* (conformité personnelle, cadre personnel de référence) *est remis en question*. Il ne suffit plus à assurer son adaptation. Ne pouvant plus utiliser les régulations habituelles, il va devoir prendre des risques, chercher des solutions nouvelles, adopter ou inventer des stratégies plus adaptées.

- la *reprise mobilisatrice* est justement la phase au cours de laquelle le sujet, en situation de crise, tente de faire face, de traiter ou de résoudre les conflits qui sont les siens, en établissant de nouveaux liens sociaux, de nouveaux réseaux d'aide réciproque ;

- la dernière phase *d'entreprise créatrice* ne peut avoir lieu que si la mobilisation a débouché sur des moments de réalisations et d'inventions individuelles ou collectives. Durant cette phase de *mise en œuvre*, de nouveaux ancrages sont opérés par rééquilibration facilitant l'émergence d'un nouvel institué. (Baubion, Malrieu et Tap, *op.cit.*).

### **De la situation extrême à la maltraitance**

Les remarques initiales concernant la définition même de la résilience nous ont amené à la lier aux situations extrêmes et à la *maltraitance*. Cette dernière est parfois définie, de manière très restrictive à la violence physique (domestique ou institutionnelle), en particulier aux abus sexuels. D'autres auteurs proposent des définitions plus larges. Par exemple, deux psychiatres suisses Maurice Hurni et Giovanna Stoll ont publié deux ouvrages révélateurs de ce que l'on peut appeler des « violences psychologiques ». Dans les deux ouvrages est évoquée la question de la *perversion narcissique*: « *La haine de l'amour. La perversion du lien* » (1996) et « *Saccages psychiques au quotidien. Perversion narcissique dans les familles* » (2002). La notion de perversion narcissique a été largement développée à partir des travaux de Stoller (1975), de Racamier (1987, 1992, cf. Bayle, 1997), de Eiguer (1989, 1991, 1995, 1997, 1999, 2001) et de Hirigoyen (1998, 2001). Bien entendu, comme le rappelle fort justement Eiguer dans *Du bon usage du narcissisme*, nous savons tous, intuitivement, qu'il faut s'aimer un tant soit peu soi-même et se faire confiance pour réussir sa vie. Mais, il ajoute : « deux tendances s'affrontent. La première entend le narcissisme dans une perspective pour l'essentiel dysfonctionnelle, menant à des conduites délétères, égocentriques, haineuses ..le deuxième courant est sensible aux carences narcissiques méritant un traitement prioritaire de soutien et de réconfort. Ses défenseurs .. rappellent l'effet du traumatisme et des maltraitements dont on ne saurait réduire les conséquences au seul fantasme inconscient » (1999, 23-24).

Ce qui est commun, pourrait-on dire, au « maltraitant » et à sa victime, c'est le narcissisme, pervers et dévoyé chez le premier, gravement malmené chez la seconde. Dans ce cadre Eiguer évoque les *perversions sexuelles* (2001), Racamier se centre sur la question de *l'inceste* (1991, 1992, 1995) et Hirigoyen analyse les causes et les effets du *harcèlement moral*, dans la vie quotidienne (1998) et dans la vie professionnelle (2001).

La *violence psychologique* est donc l'œuvre de *pervers narcissiques manipulateurs*. Cette violence est beaucoup moins visible ; le pervers manipulateur joue de la séduction, de l'humiliation et du chantage pour arriver à ses fins. C'est terrorisme déguisé provient d'une personne sourde aux souffrances des autres et qui ne connaît ni honte ni remord. Elle serait guidée par la haine de la tendresse « et de tout ce qui fait fondre le cœur ». L'enfant de parents manipulateurs et pervers se plaint rarement de mauvais traitements car il a intériorisé l'image négative de lui-même que ses parents lui renvoient. Ces derniers ne l'ont peut-être pas désiré. Hurni et Stoll citent cette terrible phrase adressée par une mère à sa fille, devant témoins : « Je t'admire, ma chérie, de t'être si bien accrochée alors que je faisais tout pour avorter de toi ». Il est des mots qui tuent le désir d'exister, de désirer, d'être soi-même. Cette perversité ne se limite pas à la famille et elle est rarement punie. Elle se fonde sur un *sentiment de toute-puissance*, hors les lois que les pervers aiment transgresser (sans se faire prendre). Ce qui étonne les auteurs cités c'est que les manipulateurs pervers non seulement soient insensibles face à ce que ressentent les autres, mais qu'ils donnent l'impression de ne pas souffrir, et même d'y prendre plaisir.

Il faut noter que les exemples évoqués à propos de la résilience citent rarement ce type de maltraitance. Il y est le plus souvent question de la guerre, de la survie en camp de concentration, des conséquences de l'alcool ou de la drogue, des coups, des viols et incestes, etc. Il convient donc d'analyser la résilience dans ce contexte originaire. Mais il convient d'élargir conjointement la notion de *maltraitance* et celle de *résilience*.

### **Transition et résilience**

Le terme de *transition* est souvent employé comme simple synonyme de *changement*. Mais il implique un certain type de changement, dans la continuité d'un itinéraire. Issu du latin *transire* (mourir), la transition a d'abord été associée à l'agonie, au passage de vie à trépas. Faciliter la transition c'est, aujourd'hui, de façon heureusement plus générale, éviter la rupture, gérer la crise de façon plus continue et plus flexible, maintenir le lien, tout en transformant la relation, en lui donnant un autre sens. N'est-ce pas ainsi qu'il faut comprendre

la relation de coparentalité ? « Jusqu'à quel point les ex-conjoints qui ont des enfants en commun doivent-ils coopérer après leur rupture ? » (Cloutier, 2001). Tel est le paradoxe : la rupture met un terme à la relation conjugale, mais elle n'élimine pas le rôle de parent : nous sommes père ou mère pour la vie, « l'enfant lui ne se sépare pas ». Il nous faut donc *continuer mais en changeant le type de relation*, maintenir un lien mais qui ne soit plus fondé sur l'amour de l'ex-conjoint ni sur la sexualité. « *Le défi de la coparentalité consiste à développer une relation de soutien fonctionnel entre les ex-conjoints sur des bases autres que la relation de couple, en minimisant les manifestations d'hostilité et de préoccupation parce qu'elles nuisent à l'adaptation* » (Cloutier, op. cit. , 86).

La coparentalité peut donc faciliter la *transition*, si l'on perçoit celle-ci comme *mouvement et passage (processus) d'un état A (passé jusqu'au divorce) à un autre état B (monoparentalité ou recomposition ou solitude)*. Dans tous les cas la transition n'est possible que si des transactions sont entreprises pour améliorer la communication et l'efficacité de l'organisation : Or *toute transaction exige des compromis acceptables par tous*.<sup>2</sup>

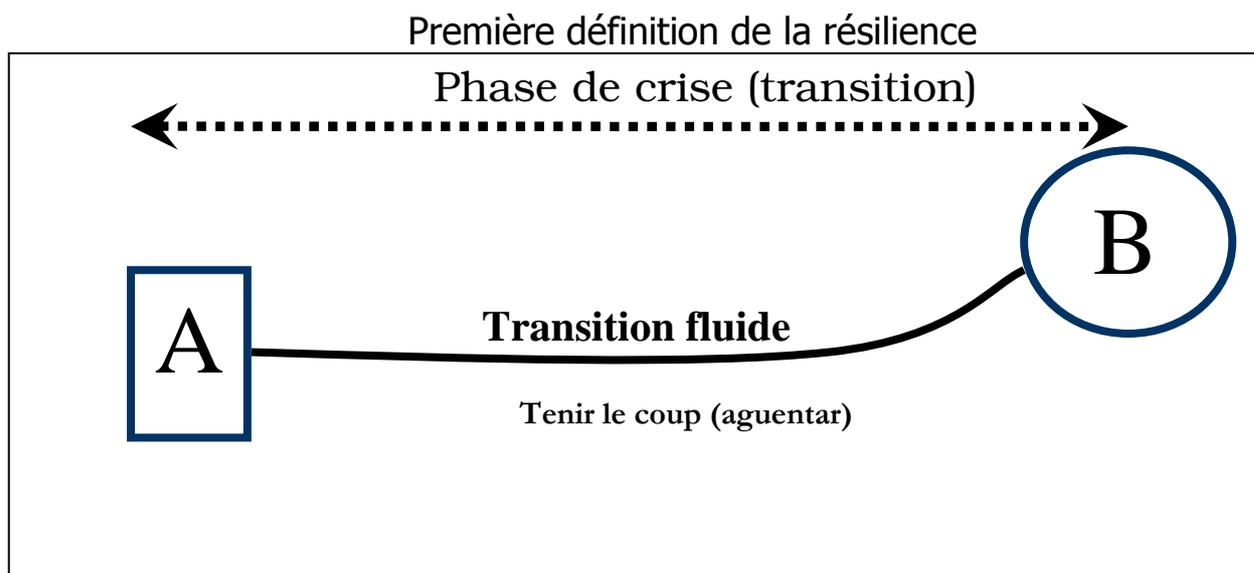
Mais comment expliquer les grandes différences d'adaptation chez les ex-conjoints, comme chez leurs enfants, dans la façon de gérer le changement et de faciliter la transition ? Nous avons vu qu'un nombre non négligeable d'enfants de familles monoparentales ne semblaient pas souffrir outre mesure du nouveau cadre de vie, ni de leurs nouvelles conditions de vie.

### **Résilience, endurance, styles et stratégies**

La notion de *résilience* a une double signification : La première indique *l'aptitude d'un corps à résister à un choc* (du latin *resilientia*) que Bettelheim associe à la capacité à subir le traumatisme originel sans difficulté majeure . En termes psychologiques on peut concrétiser ce premier sens par l'expression « tenir le coup » (*aguentar* en portugais).

---

<sup>2</sup> Dans les termes d'Habermas (1987), la coparentalité est un difficile exercice puisqu'il consiste à articuler la raison instrumentale et intentionnelle (efficacité, rationalité,...) avec la raison communicationnelle (bonne amitié, se parler, faible hostilité, etc.). Cet effort d'articulation serait fait seulement par un parent sur quatre.



Une autre signification introduit l'idée que l'effet négatif du traumatisme est *résilié, annulé* (du latin *resilire*, ex. *résilier un contrat*) ; il y aurait retour à l'état antérieur. Ce deuxième sens est également utilisé par les physiciens lorsqu'ils évoquent la *flexibilité* d'un objet reprenant sa forme antérieure à l'issue d'une pression, par exemple le *ressort* (mola).

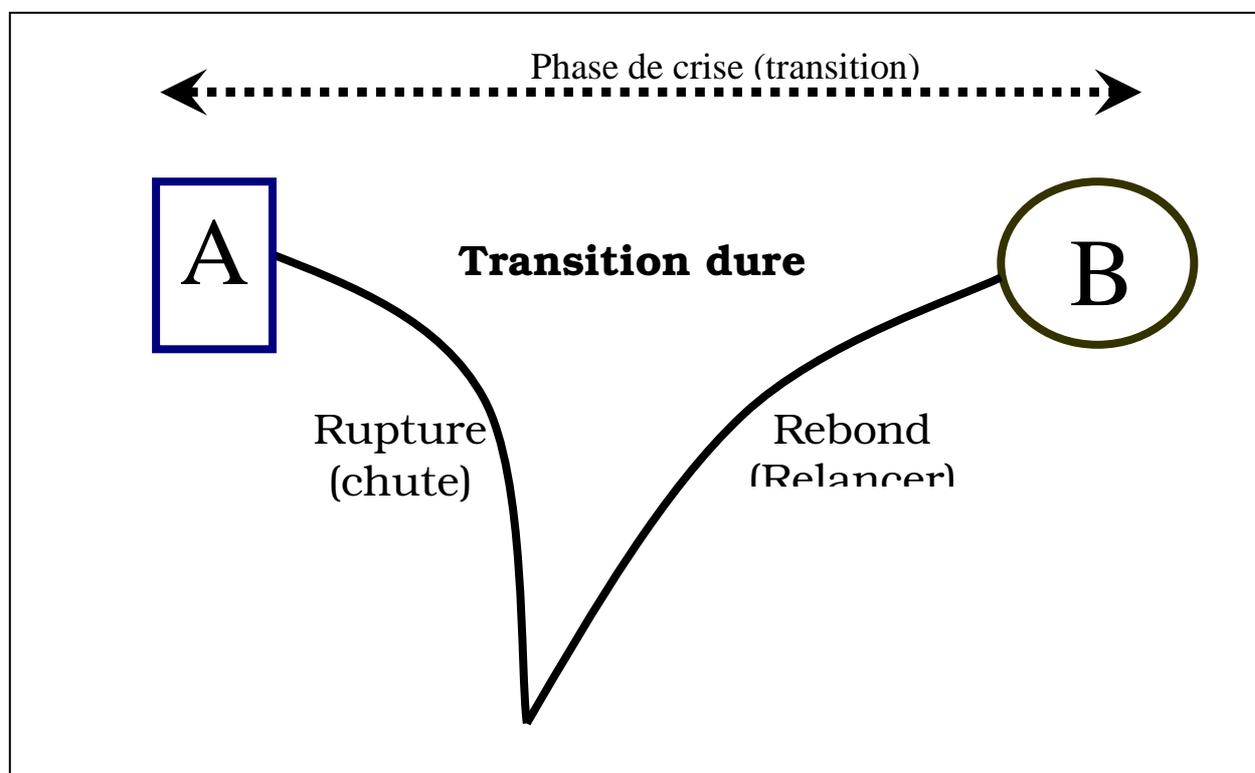
Etre résilient c'est donc d'abord *être capable d'annuler les effets de choc* (cf. *résilientia* = résiliation, annulation). Parfois la dénégation (de la réalité des faits ou de la situation) peut être utile. Nous pouvons dire que « tenir le coup » par dénégation ou par prise de distance, est une *transition fluide* : la rupture n'est pas vécue comme telle ; le conflit n'est pas perçu, ou, s'il l'est, il ne déstabilise pas la personne. Mais ce n'est peut-être qu'apparence : la rétention qu'implique le fait de « tenir le coup » peut provoquer des difficultés internes ou ces difficultés peuvent être reportées dans le temps, progressives, par usure.

Mais on utilise une seconde définition de la résilience (liée au verbe *resilire*), plus optimiste ? plus réaliste ? : après la rupture, la chute, *la personne se relance, rebondit* : on pourrait ici parler de *transition dure* : la rupture et ses effets ne sont pas niés : mais la personne va « remonter la pente », lutter contre la dépression ou l'hostilité, se reprendre, « repartir d'un bon pied », etc.

Comme l'indique Vanistendael (1998), la résilience est en tous les cas associée à « la capacité à réussir, à vivre et à se développer positivement, de manière socialement acceptable, en dépit du stress ou d'une adversité qui comporte normalement le risque grave d'une issue négative ». Mais d'où vient cette aptitude résiliente, ou, à l'inverse, la vulnérabilité face aux situations difficiles ? Cette *clé pour le devenir* est-elle à rechercher dans le passé, dans les gènes ou le tempérament, ou dans la capacité à apprendre à « vivre les coups du sort avec une âme égale ? ».

Lorsque Fisher titre son ouvrage *Le ressort invisible* (1994) il introduit cette image d'une capacité à *se relancer* après une phase de pression - répression - dépression, à *rebondir* (resaltar) mais à pouvoir ensuite *restaurer l'équilibre*, revenir au calme. Ce processus s'applique bien sûr à beaucoup de situations, même si celles-ci ne sont pas objectivement « extrêmes ». Mais l'important est la façon dont le sujet vit sa situation ; elle peut être dramatique pour lui, même si les autres minimisent son importance. La notion de *ressort psychologique* est largement utilisée au Canada comme synonyme de résilience. Par exemple le Ministère de Approvisionnement et Services Canada (et en particulier son *Bureau de l'alcool, des drogues et des questions de dépendance*) publie sur Internet depuis 1995 des documents sur *Ressort psychologique. Pertinence dans le contexte de la promotion de la santé*. Le ressort psychologique y est ainsi défini : « *Le ressort psychologique est l'aptitude des individus et des systèmes (les familles, les groupes et les collectivités) à faire face avec succès à une situation très défavorable ou comportant un risque élevé. Cette aptitude se développe et change avec le temps. Elle est renforcée par les facteurs de protection chez l'individu ou dans le système et le milieu, et contribue au maintien d'une bonne santé ou à l'amélioration de celle-ci* ». (Mangham, C., McGrath, P., Reid, G. & Stewart, M., 1995)

## Deuxième définition de la résilience



La *flexibilité* ainsi évoquée facilite généralement une certaine *endurance*. Or, flexibilité et endurance sont souvent considérées comme des caractéristiques de personnalité incluses dans un *style de vie*. Analysons donc la notion de style de vie en relation avec l'identité de la personne. Par exemple, Erikson (1950, 1968) propose de distinguer *l'identité personnelle* et *l'identité du moi*. La première se limiterait à deux caractéristiques : la perception de similitude-avec-soi-même (*selfsameness*), de continuité existentielle et la perception que les autres reconnaissent cette similitude et cette continuité. Par contre, l'identité du moi serait plutôt liée à la qualité existentielle propre à un moi donné (*the ego quality of this existence*). L'articulation entre ces deux identités constituerait le *style d'individualité de la personne* qui, par ses caractéristiques propres, en viendrait à établir des relations *authentiques* et *significatives* avec d'autres personnes.

Le *style* est donc fondé sur les *caractéristiques propres du sujet*. Il implique une certaine stabilité et conformité personnelles, une certitude sur l'existence et la valeur de soi, le fait de se percevoir le même. Les *stratégies*, elles, s'articulent dans le rapport que le sujet établit entre sa tension de réalisation et la situation qui le freine ou empêche sa progression (exigences situationnelles, incertitudes, nouveautés perçues dangereuses). Cette articulation prend sens pour lui, positivement ou négativement, en termes d'objectifs à rechercher, de moyens à trouver, de valorisation de soi à relancer, de contrôle à re-instaurer. C'est cette articulation qui peut être plus ou moins souple et flexible, ou rigide, ou inexistante. Lorsque Bettelheim évoque l'importance de l'intégration (interne) face à la situation externe, c'est bien de cette articulation qu'il s'agit ; mais montre l'importance de la solidité des références internes (valeurs, croyances) ou leur *restauration* lorsque l'intégration psychique a été mise à mal. Il met donc plus l'accent sur la *style*, sans cependant minimiser l'importance de l'adaptation à la situation et des stratégies ou tactiques qui la facilitent.

*La flexibilité* peut être définie comme l'habileté de l'individu à développer de nouvelles *stratégies*, à abandonner celles devenues inefficaces ou non pertinentes (Rowland, 1989, Mages et Mendelsohn, 1979), ce qui va favoriser une bonne adaptation. Cette souplesse adaptative implique la capacité à faire des concessions, à gérer au mieux les exigences contradictoires. (Esparbès-Pistre et Tap, 2001 ; Vinay, Esparbès-Pistre et Tap, 2000)

"Toute *stratégie* se caractérise par l'articulation, chez un acteur individuel ou collectif, d'une logique interne finalisée et de conduites réalisatrices. Elle implique la mise en oeuvre d'une énergie d'investissement et d'une dynamique de décision, dans la définition de buts

(intermédiaires ou terminaux), dans le choix de moyens (matériels ou symboliques) et dans le suivi d'itinéraires facilitant l'élaboration ou l'exécution d'un projet" (Tap, Esparbès, Sordes-Ader, 1995).

L'activation du processus stratégique implique l'articulation dynamique de trois éléments indispensables et indissociables; les *acteurs* (individuels ou collectifs) avec leurs ressources, leurs contraintes et leurs potentialités, la *situation* avec sa nature, ses contraintes, et ses enjeux et les *finalités* poursuivies par les acteurs (Camilleri et al., 1990).

Les stratégies s'inscrivent dans un processus plus large, processus de *personnalisation*, qui englobe la gestion de la situation présente (*stratégies de coping, adaptation*), l'affirmation ou la défense de l'identité, actuelle et passée (*stratégies identitaires*, ancrages, attachements, affirmation du Moi ou du Nous), la quête de reconnaissance d'une position sociale (*stratégies de positionnements et d'engagements sociaux*, socialisation, légitimation, reconnaissance) et l'orientation vers un devenir, impliquant des *stratégies de projets* (anticipation, ouverture, quête d'itinéraires).

### **Résilience, flexibilité adaptative, stress et transitions : métaphores empruntées à la physique**

Les notions de résilience, de stress, de flexibilité et de transition sont constamment utilisées par les physiciens. Le *stress* est référé à la capacité du métal à résister à la *torsion*, la *résilience* à sa *capacité à résister au choc*. La notion de transition est utilisée en physique comme en chimie pour signifier les changements d'états. L'exemple le plus connu concerne les *transitions associées aux passages entre les trois états de la matière* : solide, liquide et gazeux. La *sublimation* est la transition (dans les deux sens) entre l'état gazeux et l'état solide. La *fusion* est le terme associé à la transition entre l'état solide et l'état liquide. Enfin la *vaporisation* concerne la transition entre l'état liquide et l'état gazeux. Henri Atlan a déjà utilisé la métaphore des états de la matière dans ses théories de la complexité dans son ouvrage intitulé *Entre le cristal et la fumée* (1979). On peut prolonger et complexifier sa proposition en psychologie. La pression peut symboliser la *morphogenèse* (structuration des formes), la température y représenterait les *mécanismes énergétiques* (cf. Piaget à propos des rapports entre le formel – cognitif et l'énergétique- affective, etc.).

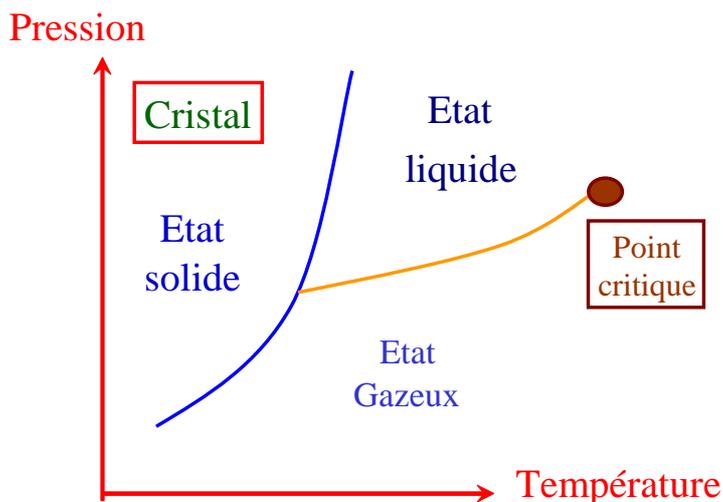
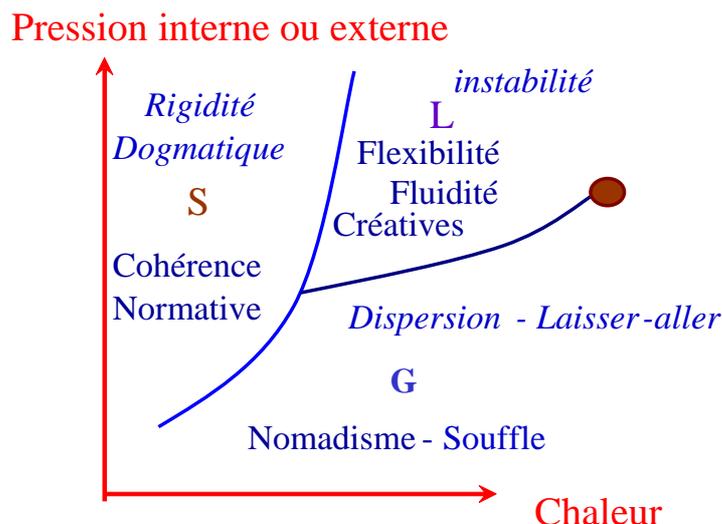


Diagramme de phase d'un corps pur  
(d'après l'Encyclopaedia Universalis, 1994)

A partir de ce premier schéma et à partir de l'analyse des théories psychologiques (anciennes ou récentes) on peut prendre les notions physiques au sens « figuré » et évoquer les analogies suivantes :

1. La notion de *solide* renvoie à la structure du système et à la diversité de ses formes. Elle est associée aussi bien à la *cohérence* (Antonovsky, 1990) ou à la *congruence* (Rogers, 1951) qu'au *contrôle* (Bandura, 2003) et à l'*équilibre* du système (Piaget, 1975). Au niveau des croyances on peut parler de *cohérence normative*, c'est-à-dire d'une hiérarchisation cohérente des valeurs et des normes à partir duquel la personne détermine et légitime ses actes. A l'inverse, le *dogmatisme* est une des caractéristiques négatives des systèmes de croyance, comme la *rigidité* caractérise tout système qui refuse les changements nécessaires à l'adaptation (cf. rigidité mentale, motrice, etc.)



2. La transition du *solide* au *liquide* (et retour) est dénommée *fusion-solidification* par les physiciens (processus incluant la transition « vitreuse », le plateau « caoutchoutique » et l'écoulement liquide). Or, le terme *fusionnel* est souvent évoqué en psychologie et en psychanalyse. Par exemple Anzieu (1975) évoque « *l'illusion groupale, ou tendance à un état fusionnel collectif exaltant* » qui rappelle la notion d'*effervescence collective* proposée par Durkheim (1912) et qui implique expérience sensorielle, images et sentiments collectifs. On peut citer encore ici les notions de *flexibilité*, de *fluidité*, de *souplesse*, d'*élasticité* ou de *plasticité* qui sont souvent utilisés pour décrire des processus psychologiques très divers. Par exemple la fluidité verbale est associée à la créativité (Torrance, 1962) . De son côté Csikszentmihalyi (1990,2004) a proposé la théorie du *flow* (flux = énergie psychique) montrant que les personnes vivent avec bonheur une *expérience optimale* durant laquelle les choses *s'écoulent* d'elles-mêmes. Ces personnes vivent ces situations agréablement et sans effort apparent. Bouffard, traducteur de l'auteur précédent (2004) évoque les travaux de Brandstadter et Renner (1990) qui proposent de différencier la *tenacité* grâce à laquelle le sujet peut changer les conditions externes, de la *flexibilité* qui lui permet de s'adapter à ces conditions sans se mettre en position d'insécurité. En ce qui concerne l'*élasticité*, Paul Claudel écrivait, dans *L'élasticité américaine* « Il y a dans le tempérament américain une qualité que l'on traduit là-bas par le mot *resiliency*, pour lequel je ne trouve pas en français de correspondant exact, car il unit les idées d'élasticité, de ressort, de ressource et de bonne humeur » (1965, cité par Tisseron, 2003). On notera que l'utilisation du terme résilience en psychologie n'est intervenue qu'à la fin des années 60 (Fritz Redl, 1969, « ego resiliency ») était donc largement présent dans le parler populaire américain.

La notion de *résilience* implique en fait la double référence à la *robustesse* (contrôle ; protection ; capacité de résister) et à la *flexibilité* (Tap et Vinay, 2000). Cette flexibilité est

adaptative dans la mesure où elle évite la rupture et favorise les transactions réussies avec l'environnement ou avec l'entourage.

3. La notion de *volatilité gazeuse* peut être associée négativement à la dispersion de soi, au laisser-aller, mais on peut aussi la lier aux conceptions orientales qui mettent l'accent sur le processus expérientiel (le chemin) plutôt que sur les structures ou les résultats (le but). Mais c'est autour de la notion de *souffle vital (atman)* chère aux doctrines brahmaniques, indiennes, que l'on voit le mieux évoquée la volatilité. La notion d'atman est souvent assimilée au *self* (soi) mais elle a une signification à la fois personnelle et transpersonnelle ou cosmique, comme si l'âme individuelle pouvait se fondre en même temps dans l'âme du monde.

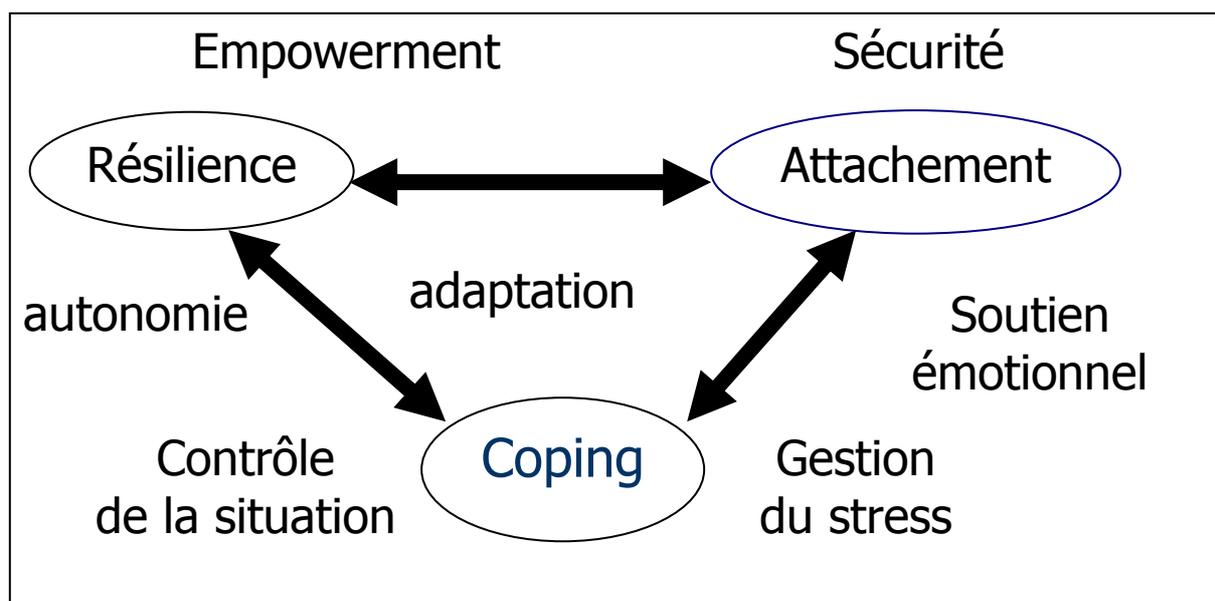
Les termes positifs de solidité, cohérence, flexibilité, fluidité, ou ceux plus négatifs de rigidité, instabilité, inconsistance, laisser-aller, etc. sont constamment utilisés dans les recherches ou les discours sur la résilience, sur le fonctionnement optimum de la personnalité. Il reste à préciser ce que ces métaphores physiques recèlent et comment elles peuvent être positivement utilisées pour comprendre les processus que l'on associe à la notion de résilience.

### **Propos sur la nature et les origines de la Résilience**

Même si certains auteurs évoquent le fait que l'aptitude résiliente n'est pas une « donnée » de base (héréditaire, tempéramentale), qu'elle se développe et change dans le temps de vie (Mangham et *al.* 1995), la tentation est forte pourtant de considérer la résilience comme une force biologique inscrite dans la structure du corps. Nous partons ici de l'hypothèse selon laquelle l'individu résilient est celui qui a bénéficié durant la petite enfance de bonnes conditions affectives et relationnelles, de *liens positifs d'attachement et d'ancrage*. (Vinay, Esparbès-Pistre & Tap, 2000)<sup>3</sup>. Ces liens positifs ont pu faciliter la *sécurité émotionnelle* nécessaire, l'apprentissage de la *capacité primaire de gestion du stress* et, plus généralement, des multiples émotions, frustrations et interdits auxquels le jeune enfant est rapidement confronté

---

<sup>3</sup> Mais cet acquis n'est pas définitif. Il peut varier selon les événements et les périodes de la vie.



. Cette capacité va lui permettre de montrer qu'il est « grand » et qu'il sait *contrôler la situation* autant que ses impulsions. C'est dire que la résilience n'est pas coupée des capacités acquises de gestion du stress (coping); Comprendre le comportement résilient c'est en effet appréhender la manière dont le sujet fait face aux situations difficiles, extrêmes, à risques et les ressources qu'il mobilise pour s'y adapter et s'en sortir. Mais on ne saurait réduire la résilience à la gestion du stress. Elle implique la capacité à donner sens à la situation, l'accès à l'exercice d'un pouvoir sur la situation, mais aussi sur soi et sur les autres. On peut ainsi nommer l'accès au pouvoir (*empowerment*) comme le processus par lequel une personne qui se trouve dans des conditions de vie plus ou moins incapacitantes développe par l'intermédiaire d'actions concrètes, le sentiment qu'il lui est possible d'exercer un plus grand contrôle sur les aspects de sa réalité psychologique et sociale. Ce sentiment aurait tendance à accentuer l'émergence d'autres sentiments tels que les sentiments d'*autonomie*, de *signification*, d'*auto-efficacité* et d'*autodétermination*, mais aussi de *confiance en soi* (évaluation positive de soi).

Le terme *empowerment* a été diversement traduit. En français pas moins de cinq concepts lui sont associés que l'on peut classer selon la nature des processus évoqués :

Le déplacement du pouvoir : *délégation, transmission, redistribution* ;

Les processus psychologiques à l'œuvre dans l'accès au pouvoir : *habilitation, appropriation*.

On pourrait ici ajouter celui de *potentialisation*, proche de la notion de *latence* dans la théorie du pouvoir proposée par Parsons (1966, 1971), de celle de *potentiel* évoquée par Rogers à propos du *personal power* (1977, 1979) ou de celle de *restauration-intégration (interne)* que nous avons reprise de Bettelheim (1979).

Mais l'analyse même de l'empowerment amène à préciser son contraire : l'aliénation provoquant des sentiments d'impuissance et d'humiliation, la répression de l'être et de l'agir, la limitation de soi par la privation (de liberté en particulier), par la perte des valeurs et le handicap (physique ou psychique). Notons ici le fait que la maltraitance est un *abus de pouvoir* (de la part du maltraiteur) en même temps que d'un *impossible accès au pouvoir* (pour la victime de la maltraitance).

Les juristes évoquent à ce propos la notion d'*incapacité juridique*, dont on peut préciser trois niveaux, facilitant progressivement l'accès au pouvoir (*empowerment*) :

1. *La représentation/tutelle* est employée à l'égard des personnes en position d'incapacité, dessaisies de l'exercice de leurs droits, qui ne peuvent elles-mêmes les gérer. Une tierce personne agit à leur place en tant que tuteur, cette personne de «substitution» gère leur situation. 2. *L'assistance/accompagnement* est un procédé plus souple qui permet à la personne d'agir elle-même à condition qu'une personne «capable» soit présente à ses côtés au moment de l'accomplissement de l'acte, pour l'aider ; 3. *L'autorisation* diffère de l'assistance ; elle est le dernier niveau d'incapacité juridique avant l'émergence de l'empowerment. L'autorisation dépend de l'autre. Le pouvoir est ici dissymétrique, externe, il faut le solliciter pour pouvoir faire, dire, vivre... Mais il va devenir interne : il faudra le solliciter également en termes de «s'autoriser soi-même à». L'autorisation est en quelque sorte le passage obligé dans *la dynamique des déplacements du pouvoir* ; elle introduit les processus psychologiques ultérieurs de l'habilitation et de l'appropriation. (Tap et Oubrayrie-Roussel, 2004 ; Tap et Vasconcelos, 2004).

Mais l'accès au pouvoir (interne et externe) favorise la personnalisation comme lutte d'un sujet pour se libérer des aliénations, elles aussi internes et externes. Seeman (1959) avait proposé *cinq dimensions de l'aliénation* : *l'impuissance* (powerlessness), *l'absence de signification* (meaninglessness) (insignifiant, insensé..), *l'anomie* (normlessness), *l'étrangeté aux valeurs* (value isolation), ces quatre dimensions se cristallisant dans la cinquième qui les résume toutes : *l'incapacité à se réaliser* (self estrangement) incluant bien sûr l'incapacité à actualiser ses propres potentialités.

Or, il est possible de définir le *processus de personnalisation* (par lequel l'individu devient une personne) à partir des cinq dimensions inversées de l'aliénation : l'accès au *pouvoir*, la quête du *sens*, celle de l'*autonomie*, la capacité de construire (ou *reconstruire*) un *système de valeurs* ou de développer des *projets*, le tout permettant à la personne de *se réaliser à travers des mises en œuvres* (Tap, 1988, 1996).

Bien entendu les processus de personnalisation et d'aliénation et les sentiments qui leur sont associés sont présents chez tout individu. Dit d'une autre façon les conduites ne sont pas totalement négatives ou totalement positives. On peut dire de même que le sentiment de toute puissance ne se confond pas avec la réalité, et que la personne doit toujours gérer des problèmes, lutter contre des vulnérabilités. Dans l'ouvrage de Anthony et Cohen (1987) on trouve évoqué la description d'enfants « invulnérables ». Cette notion est évidemment très discutable, sans parler de son caractère idéologiquement dangereux !

### **Resilience, Risques, Protections et Coping**

Beaucoup de recherches américaines sont fondées sur l'opposition entre ce qui accentue les *risques* et ce qui favorise la *protection* de la personne contre ces risques, dans les situations difficiles. Dit autrement, les facteurs de protection accentuent la capacité résiliente, alors que les risques sont supposés en rendre plus difficile l'émergence et le maintien.

Prenons des exemples :

1. Easterbrooks, A., Davidson, A., & Chazan, R. (1993) évaluent le rôle *des facteurs de risque et des facteurs de protection dans l'adaptation des enfants d'âge scolaire (7 ans)*, à travers l'analyse des interactions avec leur mère et des stratégies d'attachement, des risques familiaux, du rapport avec les enseignants, des caractéristiques intellectuelles des enfants. Les auteurs constatent que les enfants ne sont pas invulnérables aux événements stressants du milieu qui les entoure, tels que le stress d'origine économique ou l'insuffisance des soins. Selon eux le fait de vivre dans un milieu à risque élevé réduit les possibilités d'acquérir la confiance en soi et des compétences dans les activités quotidiennes. Les enfants ayant du ressort psychologique font preuve de compétences personnelles malgré les risques auxquels ils sont exposés.

2, Grossman & al. (1992) analysent les risques et la résilience chez de jeunes adultes. A partir d'entrevues approfondies, individuelles ou de groupes une première fois et trois mois plus tard, ils déterminent les *facteurs de protection* particuliers à ces jeunes de la classe moyenne inférieure. Ils utilisent une méthode d'évaluation des risques et de la vulnérabilité auprès de 200 élèves (la plupart de sexe féminin). Selon les auteurs les facteurs de protection sont d'excellentes variables prédictives de l'adaptation des adolescents, et cette tendance est plus marquée pour les filles que pour les garçons.

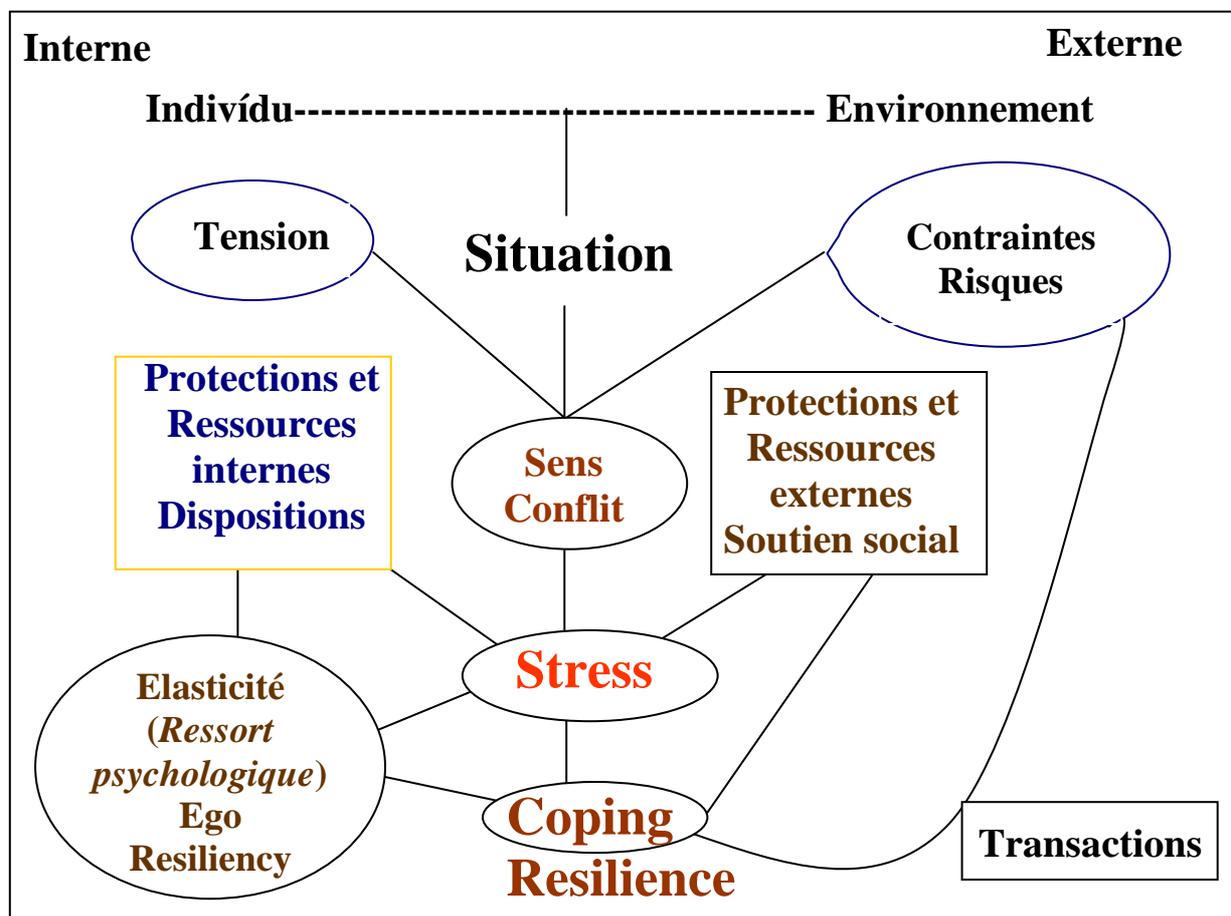
3. Cicchetti & al. (1993) examinent les données démontrant la capacité des enfants défavorisés et maltraités (la négligence, les mauvais traitements et l'agression sexuelle) à bien fonctionner malgré leur exposition à des situations très éprouvantes et à des risques. 127 enfants d'âge scolaire défavorisés et maltraités, sont comparés à un groupe témoin de 79 enfants d'âge scolaire n'étant pas maltraités et participant à un programme de camp d'été. L'évaluation des enfants maltraités et de ceux n'étant pas maltraités ne différait pas sur les points suivants : le comportement prosocial, l'extériorisation des problèmes de comportement, les symptômes dépressifs auto-signalés et les indicateurs de risque de problèmes d'adaptation à l'école. Les auteurs ont constaté par contre que les enfants maltraités présentaient une mésadaptation significativement plus importante en ce qui concerne plusieurs des variables de l'adaptation (plus agressifs et renfermés). Cependant, les enfants maltraités pouvaient acquérir une maîtrise du moi, un ressort personnel et une estime de soi positive tout en vivant dans des conditions défavorables.

Bien entendu pour pouvoir vérifier si une variable induit un risque ou est une bonne protection, il faut introduire un suivi, une méthode longitudinale, une vérification a posteriori. Quelques remarques peuvent être formulées à propos de cette méthode triadique (risques, protections, résilience) :

a. Tout d'abord, on ne doit pas oublier qu'il n'y a de situation que d'un sujet qui la vit (situation et environnement ne sont pas à confondre). Lorsqu'on évoque une *situation stressante* on suppose, à tort, que son caractère stressant est objectif et évident ; or, c'est le *sens* que le sujet accorde à sa situation et le fait qu'elle prend pour lui un *caractère conflictuel*, qui détermine la qualité de *stresseur* de la situation. Par ailleurs, il n'y a véritablement conflit et vécu stressant pour le sujet que si une *tension intérieure* est associée aux risques et aux contraintes externes, en fonction de l'utilisation de ressources et du bénéfice lié aux protections externes et internes. Les stratégies de coping interviennent comme moyen de lutte contre le stress. Elles peuvent être plus ou moins efficaces (pour la notion de coping cf. Garmezy, N., & Rutter, M. – 1983 ; Sordes-Ader F., Fsian H., Esparbès S., & Tap P.- 1995, etc.)

b. Le caractère stressant de la situation ne se comprend donc que dans la mesure où le sujet se voit obligé de *travailler à la limite de ses capacités perçues*. Mais il n'est pas totalement isolé ; il peut utiliser un réseau de personnes qui le soutiennent (support social). Faire face au problème implique donc de multiples *transactions*, avec l'entourage social autant qu'avec

l'environnement physique. Or les transactions sont des actions réciproques fondées sur la *négociation* et sur la *dynamique de gestion du pouvoir (empowerment)*.



### Resilience et ego resiliency

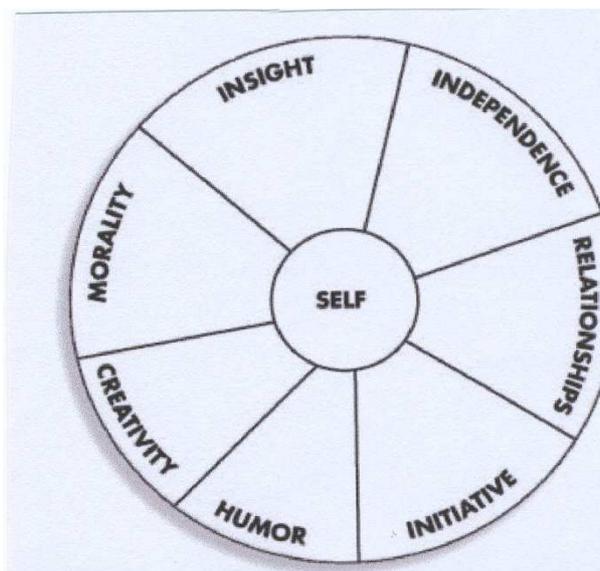
En anglais la résilience est parfois considérée comme une disposition, une caractéristique du Moi . Jeanne H. Block et Jack Block (1980) ont proposé la notion de résilience du Moi (*ego resiliency*) comme « une capacité dynamique de modification du contrôle du Moi en fonction du contexte ». Ces auteurs se sert des notions de *perméabilité* et de *élasticité*, proposées par Lewin (1959). L'élasticité la capacité du sujet à changer son niveau relatif de perméabilité selon la situation et d'y revenir, ou de le rétablir plus tard. Le Moi imperméable serait fondé sur le contrôle trop rigide, retenu, inhibé, coupé de la réalité de l'environnement et de la satisfaction de ses propres besoins. Le Moi non-élastique serait fragilisé par son incapacité adaptative. Mais il faut noter que les deux Block travaillaient depuis longtemps sur la représentation topologique de la structure du Moi (J. Block, 1950, J.H. Block, 1951, cités par Huey et Weisz, 1997). Le « resiliency » (en termes américains) implique la prise en compte

des interactions entre les dispositions du sujet et les caractéristiques de la situation et des autres personnes. La notion d'*ego resiliency* est beaucoup plus centrée sur les dispositions du sujet, pour anticiper, par prévention, la capacité ou non du sujet à s'adapter à une situation critique probable.

### **Résilience du Moi et développement personnel et prévention précoce.**

La résilience est un concept intéressant dans la mesure où il introduit des questions majeures sur les modalités du *vivre* et du *survivre* et où il nous oblige à discuter pour savoir s'il existe des moyens de moins souffrir, de mieux résister aux tracas de la vie quotidienne, de liquider le stress, etc. Mais il introduit aussi de sérieuses préoccupations si son utilisation consiste à supposer qu'il existe des *vainqueurs* (winners) ou des *élus* qui détiendraient le remède miracle pour optimiser la qualité de vie, tandis que d'autres seraient d'éternels perdants (losers). Détailler les compétences et les protections pour les uns, les incapacités et les risques pour les autres aurait des effets catastrophiques sur ces derniers qui se trouveraient ainsi stigmatisés. On pourra bien entendu répondre que connaître les modalités résilientes (faculté de résister et de rebondir malgré les souffrances liées à la maltraitance et au deuil) est très utile pour orienter la prévention précoce et l'éducation à la santé. C'est vrai, à la condition de ne pas considérer la résilience comme un phénomène paranormal qui ne concernerait que quelques individus possédant une force que d'autres n'auraient pas. On peut généraliser ce processus à partir d'une analyse complexe des interactions entre des processus défensifs liés au narcissisme primaire, à la gestion de l'angoisse en situation de deuil, en relation avec le développement normal de la personne en situation difficile.

Dans leur ouvrage *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity* (1993) Steven et Sibil Wolin proposent les résultats de leur recherche à partir du modèle des 7 résiliences. Ils ont étudié l'évolution de sept systèmes de compétences de l'enfance à l'âge adulte, ces sept systèmes étant présentés sous la forme d'un *mandala*.



d'après Wolin et Wolin (1993), cf. aussi [www.Projectresilience.com](http://www.Projectresilience.com)

On peut en faire ici une présentation résumée. Les sept dimensions de la résilience sont les suivantes selon ces auteurs :

\* *La perspicacité (insight)*: Enfance : *sensing* (sentiment intuitif, préverbal, que quelque chose ne va pas dans le monde) ; adolescence : *knowing* (connaissance, conscience bien articulée et systématique des problèmes) adulte : insight mûrit en compréhension (*understanding*) : empathie de soi et des autres, tolérance devant la complexité et l'ambiguïté.

\* *L'indépendance (Independence)* : établir une distance physique et émotionnelle entre soi et les sources du problème dans sa vie. Enfance : fuite, fugue (*straying*), Adolescence : désengagement émotionnel (*desengaging*) il se détache des situations à problèmes et se tient debout pour lui-même. Chez les adultes l'indépendance prend la forme de la séparation (*separation*) : prendre le contrôle pour dépasser sa peine.

\* *La compétence relationnelle (Relationships)*: établir pleinement des connexions avec les autres : dans l'enfance : *contacting* (prise de contact) établissement de liens fugaces avec les autres, émotionnellement disponibles. L'adolescent essaye délibérément de s'engager (*recruiting*) avec les adultes et les pairs qui l'aident et le soutiennent. L'adulte vit des attachements (*attaching*), c'est à dire des liens personnels mutuels et gratifiants, impliquant un équilibre entre *donner* et *prendre*.

\* *L'Initiative (initiative)*, la prise en charge des problèmes. L'enfant explore (*exploring*), expérimente par essais et erreurs dans le monde physique. L'adolescent travaille (*working*), résout des problèmes et autres conduites dirigées vers un but en relation avec un grand

nombre d'activités. L'adulte acquiert la capacité de générer (*generating*) avec enthousiasme des projets et de se saisir de situations impliquant un défi.

\* *La Créativité* (creativity), utilisation de l'imagination, et \* *l'Humour* (humor)

Créativité et humour sont liés entre eux. Tous deux sont des refuges où les expériences peuvent être réarrangées selon la façon dont le sujet établit liens et correspondances. Tous deux commencent dans l'enfance par le jeu (*playing*), utilisant l'imagination pour faire un mode conforme à leurs désirs. A l'adolescence le jeu se transforme en mise en scène (*shaping*) : utiliser l'art et la comédie pour donner une forme esthétique à ses pensées et sentiments les plus profonds. Chez les adultes la créativité devient composition (*composing*), tentatives artistique sérieuse. L'humour (*humor*) devient rire, capacité de faire quelque chose à partir de rien, de minimiser la peine avec un jeu de mots, une plaisanterie. L'humour consiste à trouver du comique dans le tragique. Rejeton de la créativité, l'humour commence (begin) aussi par le jeu, grandit (grows) en mise en scène et mûrit (mature) en rire, en capacité à voir un côté absurde dans ses peines et dans ses problèmes.

\* *La Moralité* (morality) impliquant d'agir sur la base d'une conscience avertie. Dans l'enfance, la moralité est vue dans le jugement (*judging*), capacité de faire la distinction entre le bien et le mal. A l'adolescence la moralité se transforme en établissement de système de valeurs (*valuing*), prendre des décisions et avoir une conduite fondée sur des principes. Chez l'adulte la moralité fleurit en altruisme, en service rendu (*servicing*). Il acquiert le sens de l'obligation à contribuer au bien-être des autres.

### **La dynamique des identifications comme l'un des fondements de la résilience**

Cette notion de résilience du Moi a cependant l'inconvénient de minimiser les interactions avec le milieu, avec la situation et avec les autres et leur rôle essentiel dans le développement des capacités de la l'enfant. Celui-ci a besoin d'ancrage, d'amour et de reconnaissance. Les stratégies d'attachement facilitent la gestion de ces besoins. Mais l'enfant résilient a justement vécu des difficultés à ce niveau. Par exemple les enfants orphelins, les abandonnés ont eu des difficultés à trouver les moyens affectifs d'amarrage, la sécurité d'un port d'ancrage et des personnes à aimer, à respecter, à qui l'on peut faire confiance. (Vinay, Esparbès-Pistre et Tap, 2000). Comme le rappelle Cyrulnik (1999) il en faut peu pour que tout s'effondre, mais il suffit d'un point d'appui, d'une main tendue comme une bouée de sauvetage pour émerger, reconstruire, reprendre goût à la vie et espérer à nouveau.

On peut ici reprendre avec intérêt la trilogie différentielle proposée par Lacan concernant la *privation* (réalité), la *frustration* (imaginaire) et la *castration* (symbolique). Mais l'absence du père (par exemple) rend difficile l'acceptation des limites réelles ou imaginaires et des limitations symboliques. Comme le dit encore Cyrulnik, « ces enfants carencés sont tellement avides d'identification qu'il n'y a pas grand-chose à faire pour leur donner une ligne de développement » (1998, 74). Venant renforcer cette hypothèse Durning précise que « les enfants résilients semblent être spécialement des adeptes du recrutement actif des parents de substitution, même s'ils ne font pas partie de la parenté » (1995, 158). Mais Wallon (1941) et Erikson (1966) ont montré que l'enfant a besoin d'aimer, d'admirer et d'avoir confiance pour imiter l'adulte et s'identifier à lui. Qu'est-ce donc qui est premier la confiance ou l'identification ? En fait l'une et l'autre se tissent ou se défont selon la nature des liens qui s'installent et de leur évolution.

On a pu observer des différences entre garçons et filles dans les pratiques éducatives favorisant ou non la résilience. Les garçons sont résilients s'ils ont vécu dans une famille structurée, valorisant les règles et à la condition de trouver des modèles masculins d'identification (père ou à défaut grand-père, grand frère, oncle..) favorisant l'expression des émotions. Les filles issues de milieux défavorisés dans lesquels le père est constamment absent, c'est l'image d'une mère socialement intégrée (profession, salaire) qui constitue un puissant ancrage identificatoire (Durning, *op. cit.*)

Ces processus d'identification facilitent en quelque façon l'accès au pouvoir (*empowerment*) ; Il ne signifient donc nullement une perte identitaire, un manque d'affirmation de soi ; au contraire. L'enfant apprend à être l'autre sans pour autant perdre qui il est, dans la mesure où en s'identifiant il s'approprie les qualités de l'autre tout en obtenant par ce moyen une reconnaissance à la fois affective et cognitivo-sociale, facilitant sa quête de similitudes et de différenciations sociales.

Mais il convient de diversifier les processus d'identification de par leur moment d'émergence (quand), la nature de leur contenu (quoi) et le contexte relationnel (par rapport à qui) :

Six identifications ont été mises en évidence. Certaines par Freud et les psychanalystes, d'autres par les cognitivo-comportementalistes, d'autres enfin par les psycho-sociologues (pour plus de détail cf. Tap, 1988, 1996).

L'identification a, en fait, deux fonctions :

- une *fonction défensive* par laquelle se déclenche le processus qui permet au sujet de résoudre un conflit, de liquider une anxiété, de dépasser une impuissance ou une dévalorisation, de maintenir l'unité et l'identité de soi (A. Freud, 1946, 1949).
- Une *fonction constructive* par les conséquences qu'instaure l'identification dans l'organisation de la personnalité et des conduites. L'identification aboutit, en effet, à l'intériorisation de la puissance d'autrui, de sa compétence instrumentale, de ses capacités de protection-affection (Kagan et Lemkin, 1960). Par l'identification l'enfant construit un système complexe d'attitudes et de représentations sociales.

On peut schématiser ainsi les six identifications (pour plus de détails cf. Tap, en français 1988, 148-159 ou en portugais, 1996, 203-217) :

#### 1. L'identification de dépendance :

- \* aspect défensif : lutte contre le sentiment d'abandon
- \* aspect constructif : accès à la confiance et à la sécurité émotionnelle.

#### 2. L'identification à l'agresseur :

- \* aspect défensif : lutte contre l'angoisse de perte d'intégrité physique
- \* aspect constructif : accès à la capacité de contrôle des émotions ou à la capacité de réaction par le refus, la négation ou la dénégation

(Ce type d'identification intervient chez tous les enfants selon des modes divers, normaux ou pathologiques. Mais il a été parfois plus fortement mis en évidence chez des enfants ayant fait l'objet d'abus sexuels incestueux ou autres maltraitances. Bettelheim en évoque l'existence dans les défenses des prisonniers des camps de concentration).

#### 3. L'identification de maîtrise :

- \* aspect défensif : lutte contre l'angoisse d'impuissance et de l'échec
- \* aspect constructif : apprentissage à la réussite, capitalisation des compétences.

#### 4. L'identification gémellaire et/ou spéculaire

- \* aspect défensif : lutte contre l'angoisse d'étrangeté corporelle, sexuelle..
- \* aspect constructif : appropriation des ressemblances et émergence de l'identité corporelle.

#### 5. L'identification catégorielle

- \* aspect défensif : angoisse de rejet, de marginalité, de non-reconnaissance; angoisse liée à ceux qui ne sont pas "nous"
- \* aspect constructif : vécu d'appartenance, de solidarité, d'égalité et de différenciation.

#### 6. L'identification au projet

- \* aspect défensif : peur de l'impuissance, de l'incomplétude et de la mort
- \* aspect constructif : quête de dépassement, capacité d'anticiper et de gérer le changement, idéalisation personnelle ou collective..

## Conclusion

Dans un article intitulé « Résilience ou la lutte pour la vie », Serge Tisseron (2003), psychanalyste et psychiatre, part en guerre contre la notion de résilience qu'il associe à la *struggle of life*, à la lutte pour la vie chère à la mentalité américaine. La résilience, parce qu'associée à un « Moi autonome » serait une instance favorisant la réussite des plus aptes selon la conception darwinienne. Or dans l'optique américaine, la réussite est équivalent de la vertu. L'auteur fait trois reproches à la notion de résilience. 1. Celle-ci est ambiguë, car elle masque la *fragilité des défenses* développées par la personne pour faire face aux traumatismes. La résistance psychique peut basculer de manière imprévisible. La résilience ne serait « jamais solide » ; 2. La résilience masque aussi la *grande variété des mécanismes de défense* destinés à lutter contre les conséquences d'un traumatisme. Certains mécanismes iraient dans le sens de l'affirmation de choix personnels, d'autres au contraire accentueraient la dépendance inconditionnelle à l'Autre, au groupe ; 3. La résilience recouvre des processus d'aménagement des traumatismes qui peuvent soit profiter à « l'ancienne victime » et à son entourage, soit profiter à la personne aux dépens de son entourage. Le mythe de la Rédemption ne serait pas loin, « le résilient étant censé avoir dépassé la part sombre de ses souffrances pour n'en garder que la part glorieuse et lumineuse »<sup>4</sup>. Mais le dépassement réussi d'un traumatisme ne signifie pas que toute trace de haine, de violence en retour contre les maltraitants a disparu. Le retour du lien social a pu « ensommeiller, pour un temps indéterminé, le monstre tapi au creux de personnalités meurtries ». L'auteur termine en précisant que les psychanalystes qui se sont intéressés à la résistance des traumatismes (Ferencsi, Anna Freud, Winnicott) ont renoncé à ranger sous un même terme des phénomènes qui résultent de l'environnement que des potentialités psychiques propres à chaque personne, et à ranger aussi dans une même catégorie Staline et Mère Térésa. Plusieurs auteurs évoquent le fait que le même processus psychologique peut aboutir au meilleur ou au pire en termes moraux ou sociaux. Malrieu (2003) montre que le processus de personnalisation était à l'oeuvre aussi bien chez un S.S. sorti de sa précédente condition et trouvant dans son engagement fasciste un moyen de valorisation sociale et de cohérence personnelle. La même question est évoquée à propos de Saddam Hussein par M.R. Cardoso dans la revue *Visão* (2003). Jerrold Post (psychologue politique à la CIA)

---

<sup>4</sup> Cette dernière remarque introduit la critique du manichéisme sous-jacent à la résilience : vainqueurs-victimes, force sombre - force lumineuse, manichéisme explicité directement dans un film du type de *La guerre des étoiles* !

“descreveu Saddam Hussein como o triste resultado de uma infância atribulada. O pai e o irmão morreram quando mãe estava grávida. Esta tentou abortar e suicidar-se. Quando o pequeno Saddam nasceu, a mãe nem queria vê-lo; viveu com o tio os primeiros três anos. De volta à casa materna, encontrou um padrasto violento. Regressou ao tio, um fervoroso nacionalista antibritânico que o pôs a estudar e lhe profetizou uma “grande liderança arabe”... esta infância traumática terá gerado um homem com “ambições messiânicas”, “consumido pela auto-adoração” e que “compensa a violência exercida sobre ele transferindo-a para os outros”. Um louco ? Nem pensar, diz. Antes um homem “racional e muito perigoso”. (Résilient et pervers : il l’était sans aucun doute).

Par ailleurs, Michel Hanus, psychanalyste et psychiatre, spécialiste des effets du deuil sur la santé mentale (1998), dans son ouvrage intitulé *La résilience, à quel prix ? Survivre et rebondir* (2001) analyse les exemples de résilience de personnes confrontées à des situations dures, notamment des enfants, qui, loin de s'effondrer, paraissent développer, dans ces épreuves, de réelles capacités de résistance et même d'épanouissement. L'intérêt de ces observations est de montrer que chacun possède des ressources cachées qui peuvent se mobiliser dans ces circonstances traumatisantes et que le pire n'est jamais assuré. « Il ne faudrait cependant pas sous-estimer la réalité de la blessure affective sous-jacente qui n'en est pas cicatrisée pour autant ».

Nous nous retrouvons donc confrontés, à propos de la résilience, comme ce fut le cas à propos de l'identité, à une notion paradoxale incluant de multiples significations, mais introduisant un enjeu majeur : celui de la confiance ou de la méfiance à l'égard des personnes, des processus psychologiques, des attitudes et mécanismes humains. Nous pouvons décider que le fond de l'âme humaine est « monstrueux » ou « naturellement bon », que la victime peut devenir bourreau (par identification à l'agresseur) ou répéter sa victimisation. Travailler sur la trilogie pervers/victime/résilient implique l'acceptation d'une complexité où chacun n'est pas tout noir et l'autre tout blanc, où chacun est à la fois en quête d'amour, de pouvoir et de reconnaissance, et où l'histoire personnelle se tisse à partir du lien social et du processus narcissique, indissociablement. On ne peut non plus dissocier les processus psycho-sociaux de la nature des sentiments en rapport avec les valeurs et la dynamique des rapports entre ces valeurs (scientifiques, éthiques, esthétiques, juridiques et relationnelles).

## Bibliographie

- Antonovsky, (1990) Personality and health : testing the sense of coherence model in H. Friedman (éd), *Personality and disease*. 155-177. New York, John Wiley
- Anthony, E. J. & Cohen, B.J. (Eds) (1987). *The invulnerable child*. New York: Guilford Press.
- Anzieu, D. (1975) *L'imaginaire groupal*, Paris , Dunod, nouv. éd. 1981.
- Atlan, H. (1979) *Entre le cristal et la fumée*, Paris, Seuil
- Bandura, A. (2003) *Auto-efficacité. Le sentiment d'efficacité personnelle*. Paris, Bruxelles, éditions de Boeck .
- Baubion-Broye, A., Malrieu, P. et Tap, P. (1987). L'interstructuration du sujet et des institutions, *Bulletin de Psychologie*, 379, 5-9, 435-447.
- Bayle, G. (1997) *Paul - Claude Racamier*. Paris, PUF.
- Bettelheim, B. (1943) Comportement individuel et comportement de masse dans les situations extrêmes. *The Journal of Abnormal and social psychology*, vol. 38, n° 4, 417-452.
- Bettelheim, B. (1952). *Surviving and other essays*. New York, Alfred Knopf.
- Bettelheim, B. (1979) Survive. « La paix qui règne dans une société totalitaire s'achète au prix de la mort de l'âme », Paris, Robert Laffont.
- Block, J. (1950) *An experimental investigation of the construct of ego-control*. Unpublished doctoral dissertation, Stanford University.
- Block, J.H. (1951) *An experimental study of topological representation of ego structure*. Unpublished doctoral dissertation, Stanford University
- Block, J.H. et Block, J. (1980) The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behaviour. In W.A. Collins (Ed) *Minnesota symposia on child psychology* Vol. 13, 39-101.
- Bouffard, L. (2004) qui a traduit, adapté et mis à jour l'ouvrage de Csikszentmihalyi, M. de 1990 cf. *Vivre. Psychologie du bonheur*, Paris, Robert Laffont.
- Brandstadter et Renner (1990) cités par L. Bouffard in Csikszentmihalyi, M. de 1990 cf. *Vivre. Psychologie du bonheur*, Paris, Robert Laffont. (p.247).
- Camilleri, C., Kastersztein, J., Lipiansky, E.D., Malewska – Peyre, H., Taboada – Leonetti, I. & Vasquez, A. (1990) *Stratégies identitaires*. Paris, P.U.F.
- Cardoso, M.R. (2003) Retrato : Louco, Saddam ? Se calhar um pouco. Mas o antigo “senhor de Bagdad” é também o produto de uma infância traumática e de uma vida de guerras. *Visão*, 18 de Dezembro de 2003.
- Cicchetti, D., Rogosch, F.A., Lynch, M., & Holt, K.D. (1993). Resilience in maltreated children: Processes leading to adaptive outcomes. *Development and Psychopathology*, 5, 629-647.
- Claudel, P. (1965) *Œuvres en prose*, (p. 1205), Paris, Gallimard

- Cloutier, R. (2001) La coparentalité in Cloutier, Filion et Timmermans *Les parents se séparent.. op. cit.* pp.71-89
- Csikszentmihalyi, M. (1990) *Flow : The psychology of optimal experience*, New-York, HarperPerennial/HarperCollins
- Csikszentmihalyi, M. (2004) *Vivre. Psychologie du bonheur*, Paris, Robert Laffont.
- Cyrulnik, B. (1998) Introduction, In B. Cyrulnik (Ed.) *Ces enfants qui tiennent le coup* (Pp. 7-11), Marseille. Hommes et Perspectives.
- Cyrulnik, B. (1999) *Un merveilleux malheur*. Paris, Odile Jacob.
- Durning, P. (1995) *Education familiale : acteurs, processus et enjeux*. Paris, PUF
- Easterbrooks, A., Davidson, A., & Chazan, R. (1993). Psychosocial risk, attachment, and behaviour problems amongst school-aged children. *Development and Psychopathology*, 5, 389-402.
- Eiguer, A. (1989) *Le pervers narcissique et son complice*, Paris, Dunod.
- Eiguer, A. (1991) *La folie de Narcisse. La double conflictualité psychique*. Paris, Dunod
- Eiguer, A. (1995) *Le cynisme pervers*. Paris, L'Harmattan
- Eiguer, A. (1997) *Petit traité des perversions morales*, Paris, Bayard éditions
- Eiguer, A. (1999) *Du bon usage du narcissisme*. Bayard éditions.
- Eiguer, A. (2001) *Des perversions sexuelles aux perversions morales. La jouissance et la domination*. Paris, Odile Jacob.
- Erikson, E.H. (1968) *Identity : Youth and Crisis*, New York, Norton
- Erikson, E.H. (1950) *Childhood and society*. New York, Norton
- Esparbès-Pistre, S. et Tap, P. (2001) Identité, projet et adaptation à l'âge adulte. *Carriérologie. Revue francophone Internationale*, vol. 8, n° 1, 133-145
- Farber, EA, & Egeland, B. (1987). Invulnerability among abuse and neglected children. In E.J. Anthony & B.J. Cohen. (Eds). *The invulnerable child*, pp.253-288. New York: Guilford Press.
- Fisher, G.N. (1994) *Le ressort invisible*. Paris, Seuil.
- Freud, A. (1946) *Das Isch und die Abwehrmechanismen*. Tr.fr. *Le Moi et les mécanismes de défense*. 1949, Paris, PUF.
- Garnezy, N., & Rutter, M. (1983). *Stress, coping, and development in children*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Grossman, F.K., Beinashowits, J., Anderson, L., Sakurai, M., Finnin, L., & Flaherty, M. (1992). Risk and resilience in young adults. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(5), 1-22.

- Habermas, J. (1987) *Théorie de l'agir communicationnel*. Fayard, 2 tomes.
- Hanus, M. (1998) ; *Les deuils dans la vie : deuils et séparations chez l'adulte, chez l'enfant /* préf. du Prof. Serge Lebovici. - 2e éd. - Paris : Maloine
- Hanus, M. (2001) *La résilience à quel prix ? Survivre et rebondir*. Paris, Maloine
- Himelin, MJ, & McElrath, JA. (1996). Resilient child sexual abuse survivors: Cognitive coping and illusion. *Child Abuse and Neglect*, 20, 747-758.
- Hirigoyen, M.F. (1998) *Le harcèlement moral. La violence perverse au quotidien*. Paris, La découverte et Syros.
- Hirigoyen, M.F. (2001) *Le harcèlement moral dans la vie professionnelle*. Paris, La découverte et Syros.
- Huey, S.J. et Weisz, J.R. (1997) Ego control, ego resiliency and five-factor model as predictors of behavioural and emotional problems in clinic-referred children and adolescents. *Journal of abnormal psychology*, vol. 106, n° 3, 404-415.
- Hurni, M. et Stoll, G. (1996) *La haine de l'amour. La perversion du lien*. Paris, Lharmattan
- Hurni, M. et Stoll, G. (2002). *Saccages psychiques au quotidien. Perversion narcissique dans les familles*. Paris, Lharmattan.
- Kahana, E, Kahana, B, Harel, Z, & Rosner, T. (1988). Coping with extreme trauma. In J.P. Wilson, Z. Harel, & B. Kahana (Eds.) *Human adaptation to extreme stress: From the Holocaust to Vietnam*, 55-79. New York: Plenum.
- Lazarus, RS, & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Mages, N.L. et Mendelsohn, G.A. (1979) *Effects of cancer on patients' lives : A personological approach*. *Health Psychology*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Malrieu, P. (2003) *La construction du sens dans les dires autobiographiques*. Toulouse, Erès
- Mangham, C., McGrath, P., Reid, G. & Stewart, M., (1995) *Ressort psychologique : pertinence dans le contexte de la promotion de la santé. Analyse détaillée*. cf. [www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/sca/publications](http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/sca/publications) (service de santé environnementale et sécurité des consommateurs (sesc) et de la stratégie canadienne antidrogue (sca) du gouvernement canadien. (gc).
- Parsons, T. (1966) *Societies : evolutionary and comparative perspectives*. New-York, Prentice-Hall
- Parsons, T. (1971) *Sociétés : Essai sur leur évolution comparée*, Paris, Dunod (Tr.fr. de 1966)
- Piaget, (1975) *L'équilibration des structures cognitives, problème central du développement*, Paris, PUF.
- Racamier, P.C. (1987) De la perversion narcissique, *Gruppo*, 3,11-27.

- Racamier, P.C. (1991) Autour de l'inceste. *Gruppo*, 7, 49-65
- Racamier, P.C. (1992) *Le génie des origines. Psychanalyse et psychose*. Paris, Payot.
- Racamier, P.C. (1995) *L'inceste et l'incestuel*. Paris. Les éditions du collège.
- Roth, S, & Newman, E. (1991). The process of coping with sexual trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 4, 279-297.
- Rogers, (1951) *Client-Centered Therapy*, Boston, Houghton Mifflin
- Rogers, C. (1977) *Carl Rogers on personal power*, New-York, Delacorte Press
- Rogers, C. (1979) *Un manifeste personnaliste*, Tr.fr. de 1977. Paris, Dunod.
- Roth, S, & Newman, E. (1991). The process of coping with sexual trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 4, 279-297.
- Rowland, J.H.. (1989) Intrapersonal resources : coping. In *Handbook of psycho-oncology : psychological care of the patient with cancer*. New-York : Oxford University Press.
- Runtz, MG, Shaelow, JR. (1997). Social support and coping strategies as mediators of adult adjustment following child maltreatment. *Child Abuse and Neglect*, 21, 45-51.
- Seeman (1959) On the meaning of alienation. *American sociological review*, 24, 783-791.
- Sordes-Ader F., Fsian H., Esparbès S., & Tap P. (1995) Stratégies de coping et désirabilité sociale. Lisbonne, *Aprendizagem Desenvolvimento* , Institut Piaget, vol. IV n° 15-16, 165-173.
- Stoller, R. (1975) *Perversion : the erotic form of hatred*. New-York, Pantheon. Fr. Fr. *La perversion : forme érotique de la haine*, Paris, Payot, 1978.
- Tap, P. (1988) *La Société Pygmalion ? Intégration sociale et réalisation de la personne*. Paris, Dunod.
- Tap, P. (1996) *A Sociedade Pigmaliao. Integração social e realização da pessoa*. Lisboa, Instituto Piaget.
- Tap, P. ; Esparbès, S. & Sordes-Ader, F. (1995) Coping et personnalisation *Journal Bulgare de Psychologie* , 2, 59-80.
- Tap, P. & Oubrayrie, N. (2004) Dynamique transactionnelle et relations de pouvoir entre adolescents et parents (analyse critique de l'empowerment) *VIIIème congrès AIFREF*, 2001, Saint-Sauveur des Monts, Québec, Canada
- Tap, P. & Vasconcelos, M. de L. Vasconcelos (sous la dir. De) (2004) *Précarité & vulnérabilité psychologique.. Comparaisons franco-portugaises*. Toulouse, Erès, Fundação Bissaya-Barreto.
- Tap, P. & Vasconcelos, M. De L. (Coord.) (2004) *Precariedade e Vulnerabilidade psicológica; Comparações franco-portuguesas*. Coimbra, Fundação Bissaya-Barreto, Erès.

Tap, P. & Vinay, A. (2000) Dynamique des relations familiales et développement personnel à l'adolescence. In J.P. Pourtois & H. Desmet *Le parent éducateur* (Pp. 87-157), Paris, PUF.

Tisseron, S. (2003) Ces mots qui polluent la pensée : « Résilience » ou la lutte pour la vie. [www.monde-diplomatique.fr](http://www.monde-diplomatique.fr) ; Août 2003.

Torrance, E.P. (1962) *Guiding creative talent*. New-York, Prentice-Hall.

Vanistendael, S. (1998) Clés pour devenir : la résilience. Les Vendredis de Châteauvallon, Nov. 1998. Les cahiers du BICE (Bureau International Catholique de l'Enfance), Genève.

Vinay, A., Esparbès-Pistre, S. & Tap, P. (2000) Attachement et stratégies de coping chez l'individu résilient *Revue Internationale de l'éducation familiale.* , n° spécial résilience, 4, 1, 9-36.

Wallon, H. (1941) *L'évolution psychologique de l'enfant*, Paris, Armand Colin (5° éd. 1957).

Werner, EE, & Smith, RS (1982). *Vulnerable but invincible: A study of resilient children*. New York: McGraw-Hill Books.

Wolin, S.J. and Wolin, S. (1993) *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. New York: Villard Books.

=====