



Les caractéristiques des tuteurs de résilience

Jacques Lecomte

DANS **RECHERCHE EN SOINS INFIRMIERS** 2005/3 N° 82 , PAGES 22 À 25

ÉDITIONS **ASSOCIATION DE RECHERCHE EN SOINS INFIRMIERS**

ISSN 0297-2964

DOI 10.3917/rsi.082.0022

Date de mise en ligne : 11/01/2014

Article disponible en ligne à l'adresse

<https://stm.cairn.info/revue-recherche-en-soins-infirmiers-2005-3-page-22?lang=fr>



Découvrir le sommaire de ce numéro, suivre la revue par email, s'abonner...
Scannez ce QR Code pour accéder à la page de ce numéro sur Cairn.info.



Distribution électronique Cairn.info pour Association de Recherche en Soins Infirmiers.

Vous avez l'autorisation de reproduire cet article dans les limites des conditions d'utilisation de Cairn.info ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Détails et conditions sur cairn.info/copyright.

Sauf dispositions légales contraires, les usages numériques à des fins pédagogiques des présentes ressources sont soumises à l'autorisation de l'Éditeur ou, le cas échéant, de l'organisme de gestion collective habilité à cet effet. Il en est ainsi notamment en France avec le CFC qui est l'organisme agréé en la matière.

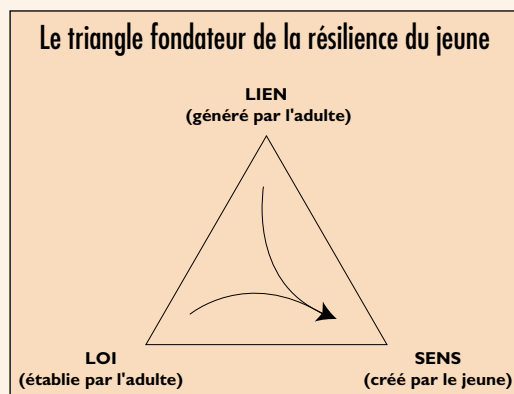


LES CARACTÉRISTIQUES DES TUTEURS DE RÉSILIENCE

Jacques LECOMTE,
chargé de cours à l'Université Paris 10
Auteur de « Guérir de son enfance » O Jacob 2004

Les éléments qui permettent à un enfant blessé de devenir résilient n'ont rien d'extraordinaire : se sentir aimé, se développer dans un cadre structurant, découvrir que la vie a du sens, en sont les principales facettes.

C'est ce que j'ai pu constater lors d'une recherche que j'ai menée auprès de personnes maltraitées dans leur enfance et devenues des parents affectueux, ainsi qu'à la suite de lectures d'autobiographies de personnes résilientes. Ceci m'a conduit à élaborer un modèle simple de la résilience de l'enfant et du jeune, que j'ai intitulé le triangle fondateur de la résilience. C'est lorsqu'un (ou des) adulte(s) manifeste(nt) de la sensibilité (le Lien) et impose des règles (la Loi) que le jeune peut trouver de la signification et une orientation pour son existence (le Sens)¹.



Dans cet exposé, j'aborderai les deux premiers aspects (le Lien et le Loi) qui relèvent de la responsabilité des adultes.

TISSER DES LIENS

Les résilients ne sont pas des héros solitaires, dignes d'admiration pour avoir surmonté les pires difficultés. Non, ce sont des femmes et des hommes ordinaires, mais qui ont su saisir les mains disponibles qui se sont présentées à eux.

Au fil des entretiens que j'ai menés, j'ai pu constater que certaines attitudes des « tuteurs de résilience » revenaient régulièrement. Il est intéressant de les connaître, éventuellement pour s'en inspirer, à condition toutefois de ne pas les considérer comme un catalogue à suivre, un manuel des bonnes pratiques conduisant à coup sur à la résilience :

- Ils manifestent de l'empathie et de l'affection,
- Ils s'intéressent prioritairement aux côtés positifs de la personne,
- Ils laissent à l'autre la liberté de parler ou de se taire,
- Ils ne se découragent pas face aux échecs apparents,
- Ils respectent le parcours de résilience d'autrui,
- Ils facilitent l'estime de soi d'autrui,
- Ils évitent les gentilles phrases qui font mal.

Ils manifestent de l'empathie et de l'affection

Pour entrer pleinement dans un processus de résilience, l'enfant doit ressentir qu'un adulte porte sur lui un regard inspiré par un véritable intérêt personnel, une sensibilité authentique face à la souffrance qu'il perçoit chez ce petit d'homme. C'est le principal élément facilitateur de résilience. Voici par exemple le témoignage de Marie-Raphaëlle, qui a vécu un enfer inouï quand elle était petite. Son père alcoolique l'abusait sexuellement et la prostituait auprès de ses amis, sa mère prostituée l'humiliait en permanence ; Marie-Raphaëlle recevait sa nourriture jetée par terre dans un fond de la pièce, elle n'a jamais dormi dans un lit, son anniversaire n'a jamais été fêté, etc.

Une personne a joué un rôle essentiel de tuteur de résilience, sa deuxième maîtresse d'école primaire : « Elle ne m'a jamais fait de reproches concernant mes retards, mes endormissements en classe, mes vêtements sales. Elle m'a souvent répété que j'étais intelligente, me faisait faire des calculs pendant la récréation, me défendait quand les camarades de classe se moquaient de moi. Elle m'a coiffée, m'a appris à me brosser les dents, à utiliser du savon, etc. En quelques mois, souligne-t-elle, elle a

¹. Stefan Vanistendael a été le premier à mettre en évidence l'importance du Lien et du Sens dans les parcours de résilience. Voir notamment l'ouvrage que nous avons écrit ensemble : Le bonheur est toujours possible, construire la résilience, Bayard, 2000.

LES CARACTÉRISTIQUES DES TUTEURS DE RÉSILIENCE

réussi à me redonner courage et espoir. Désormais, je savais qu'il y avait vraiment des adultes qui faisaient autrement que mes parents, que ce qu'ils disaient correspondait à ce qu'ils faisaient et que je voyais d'eux. Elle était si gentille avec moi». Rien d'extraordinaire donc, dans ces comportements de la maîtresse d'école... qui ont pourtant définitivement transformé la vie de Marie-Raphaëlle.

Ils s'intéressent prioritairement aux côtés positifs de la personne

Chacun de nous a ses zones d'ombre et ses zones de lumière. Le tuteur de résilience, bien qu'il ne soit pas naïf et qu'il ait conscience des faces d'ombre de la personne qui est en face de lui, s'intéresse cependant prioritairement à ses faces de lumière. Il croit aux potentialités de cet être et l'aide à les découvrir et à les faire croître. Tim Guénard exprime cela très bien lorsqu'il affirme : «*Au cours de nos vingt-deux années de vie commune, ma femme Martine ne m'a jamais enfoncé la tête dans l'eau lors de mes petits et grands dérapages. (...) Ma femme a toujours dit qu'elle avait vu mon cœur en premier. Elle a discerné ce qui était beau en moi. Cela, je l'admire, car ce ne devait pas être évident*»². Martine aurait pu se focaliser sur le fait que Tim traînait derrière lui un lourd parcours de délinquance, mais elle s'est plutôt intéressée à son engagement bénévole au service de personnes handicapées mentales.

Ils laissent à l'autre la liberté de parler ou de se taire. Il y a une très grande différence entre la liberté de parler et l'obligation de parler³. Beaucoup de gens pensent que «ça fait du bien de parler de ses problèmes». Oui, mais dans certaines conditions seulement. Tout dépend de la personne qui nous écoute, de la façon dont les confidences sont exprimées et reçues. Le tuteur de résilience ne cherche pas à forcer les confidences, il laisse la personne libre de s'exprimer ou non, et au rythme qui est le sien.

Un enfant caché de la Shoah devenu adulte a dit un jour à une amie : «*Ne pas parler de ce passé, ce n'est pas le rayer, c'est peut être bien au contraire essayer de la garder au plus profond de soi-même, comme un secret qui ne se partage pas. ...Le seul héritage possible quand l'image de tes parents s'estompe et qu'il ne te reste pas même de photo pour la récupérer...*»⁴.

Ils ne se découragent pas face aux échecs apparents

Concevoir la résilience, non comme un état mais comme un processus, aide à considérer les moments difficiles comme des étapes plutôt que comme des échecs. Bien entendu, nous préférerions que le parcours de résilience

de la personne dont nous avons la charge soit linéaire, allant régulièrement de progrès en progrès, mais c'est rarement le cas. Il s'agit plutôt d'un parcours sinusoïdal, fait d'avancées et de reculs. Garder toujours espoir, en considérant que ce qui constitue apparemment un échec n'est qu'une étape dans un parcours de vie, est certainement une des attitudes les plus susceptibles de faciliter la résilience.

Ils respectent le parcours de résilience d'autrui

Même s'il existe des «grands principes» du processus de résilience (en particulier le Lien, la Loi et le Sens), ceux-ci se manifestent toujours concrètement d'une manière spécifique à chaque situation. Chaque parcours de résilience est unique, il est impossible de généraliser. Deux exemples parmi d'autres : la religion et la thérapie. La religion joue un rôle important dans le parcours de certains résilients. Il serait évidemment tout à fait déplacé d'en conclure qu'il faut nécessairement être croyant pour devenir résilient. Mais inversement, il serait tout aussi malvenu de sourire avec condescendance de la «faiblesse d'esprit» de celui qui trouve dans la religion un sens à son existence.

De même, certaines personnes estiment que seule une thérapie permet d'être vraiment résilient. Or, de nombreuses personnes se sont relevées de leurs souffrances sans passer par ce chemin. Inversement, il serait erroné de penser qu'il est inutile de faire une thérapie puisque certains s'en sortent sans cela. Encore une fois, chaque parcours est spécifique, doit être respecté dans sa singularité, mais ne peut servir de modèle général pour d'autres personnes.

Ils facilitent l'estime de soi d'autrui

Deux éléments majeurs sont susceptibles de faciliter le développement de l'estime de soi :

- sentir qu'on a de la valeur aux yeux d'autrui,
- se prouver à soi-même qu'on a de la valeur.

Ces deux aspects sont complémentaires. Il est évident que l'estime de soi d'un individu peut s'améliorer lorsqu'une personne significative à ses yeux lui exprime qu'elle croit en lui, qu'elle considère qu'il a de la valeur. Mais le plus important à long terme est qu'il puisse se prouver à lui-même qu'il a de la valeur. L'attitude de certains adultes est particulièrement remarquable à cet égard : ils s'efforcent de confronter le jeune à des défis correspondants à ses potentialités. Ce qui n'est pas simple à vrai dire : un défi trop élevé risque de conduire à l'échec et donc au découragement ; un défi trop facile risque d'être pris comme une marque de dévalorisation.

² Guénard T. (2003), *Tagueurs d'espérance*, Paris, J'ai lu, p. 25, 75.

³ C'est dans la bouche de Maryse vaillant que j'ai entendu cette remarque pour la première fois. Elle me semble fondamentale.

⁴ Vegh C. (2001), *Je ne lui ai pas dit au revoir, des enfants de déportés parlent*, Paris, Gallimard Folio, p.32.

Ils évitent les gentilles phrases qui font mal

Les caractéristiques que je viens d'évoquer sont des attitudes positives, facilitatrices. Mais les tuteurs de résilience savent aussi éviter les attitudes négatives, en particulier ce que j'appelle les «gentilles phrases qui font mal». En effet, un moyen très efficace de ne pas devenir tuteur de résilience consiste à utiliser certaines expressions toutes faites, prêtes à servir, parfois dans le but de manifester de l'empathie, mais qui ratent complètement leur but. En voici deux, souvent utilisées :

- «Je me mets à ta (votre) place»
- «Tout ça c'est du passé ; maintenant, il faut oublier»

«Je me mets à ta (votre) place» est une phrase assez fréquente et toxique, bien que la personne qui la prononce le fasse avec un maximum d'empathie et la volonté d'apporter son soutien moral. Mais le message est généralement très mal reçu. Une personne m'a dit que lorsqu'il lui est arrivé d'entendre cette phrase, elle a estimé qu'il s'agissait d'une véritable insulte à son histoire personnelle et à sa souffrance. Ce propos ne peut soulager que si celui qui l'entend sait que son interlocuteur a vécu une expérience identique ou très proche de la sienne. Sinon, cela signifie que, finalement, le drame vécu n'est pas si grave que cela, puisque quelqu'un qui ne l'a pas vécu peut éprouver le ressenti de la victime. Certes on peut se permettre des phrases telles que «j'imagine que ce que vous vivez doit être vraiment dur», mais il est dangereux d'aller au-delà.

Inversement, il est parfaitement envisageable que quelqu'un qui a vécu la même chose que l'individu en souffrance puisse en parler librement, à condition, bien entendu, de ne pas renverser les rôles. Un bon exemple de ce genre de situation nous est fourni par ce propos de Kevin, un adolescent qui s'est fait expulser de plusieurs établissements dans lesquels la justice l'avait adressé. Il va se construire dans le centre dirigé par un certain Jim. Devenu adulte, il témoigne : «*dés la première fois où je l'ai rencontré, Jim s'est montré amical. Quand il a vu dans mes dossiers que je n'avais pas eu de père, il m'a dit : «Je peux comprendre ce que tu ressens, parce que quand j'étais plus jeune, mon père est mort*»⁵.

«*Tout ça c'est du passé ; maintenant, il faut oublier*» Comme la précédente, cette phrase est généralement dite avec la volonté explicite de soulager son destinataire, mais elle provoque l'effet exactement contraire. Elle est source fréquente de difficultés au sein des couples dont l'un a subi des blessures d'en-

fance. Se sentant impuissant à accompagner son conjoint dans son travail de mémoire, la personne tient des propos tels que «*Mais enfin, oublie tout ça, tu es heureux(se) avec moi et les enfants. Ça ne sert à rien de repenser à ces trucs*».

Les témoignages des résilients sont éloquentes sur ce besoin de maintenir vivant le souvenir de ce qu'ils ont vécu, tout en lui donnant une interprétation positive. L'actrice Anny Duperey, orpheline jeune de ses deux parents, se souvient à quel point «*sont de peu d'aide justement les personnes les plus intimes. Autour de moi on n'avait qu'une hâte, par amour ou par amitié, c'était de me voir «sortir de là le plus vite possible», alors que je venais à peine d'accepter d'y entrer*»⁶.

FOURNIR DES REPÈRES

L'enfant et l'adolescent en difficulté ont non seulement besoin d'amour, mais aussi de cadre structurant. Une erreur fondamentale serait de penser que le fait de tisser des liens est incompatible avec celui de poser des règles. Or ces deux attitudes sont non seulement compatibles, mais plus encore complémentaires et nécessaires. C'est pourquoi les tuteurs de résilience savent généralement jouer sur les deux registres complémentaires du lien et de la loi.

Au cours de ma recherche, plusieurs témoins m'ont fait remarquer à quel point ils avaient souffert du manque de repères dans l'univers familial. Deux personnes m'ont même dit, après avoir décrit des situations de maltraitance physique et psychologique : «*Mais, vous savez, au fond ce n'était pas le plus grave*». Je me suis alors demandé qu'est-ce qui pouvait encore m'être décrit. «*Non, le pire, c'était le manque de repères. Chez nous, il n'y avait aucune règle de vie, tout partait dans tous les sens*».

Quant à Samira Bellil, qui a grandi dans une famille sans amour et qui a subi trois viols collectifs, elle déclare : «*Je souffre déjà de me construire sans repère, sans soutien, sans pouvoir le moins du monde discuter de mes efforts. Il me faut beaucoup de temps pour comprendre que je n'obtiendrai aucune aide de la part de mes parents et je me sens dans une grande solitude morale*»⁷.

On retrouve cette idée également chez des adultes ayant passé leur adolescence dans des internats accueillant des adolescents en difficulté et qui disent

⁵. Kevin C. (1994), My Independence Day, The Journal of emotional and behavioural problems, 3(2), 35-40.

⁶. Duperey A. (1993), Je vous écris...Paris, Seuil, p. 10.

⁷. Bellil S. (2003), Dans l'enfer des tournantes, Paris, Folio, P. 270. Je remercie Michel Manciaux de m'avoir fait découvrir cet ouvrage.

LES CARACTÉRISTIQUES DES TUTEURS DE RÉSILIENCE

à quel point les règles qu'ils ont dû respecter ont été structurantes pour eux, même s'ils avaient alors bien du mal à les supporter.

Certains adultes ont peur d'imposer des limites à l'enfant. Or, ne pas fixer de limites à l'enfant est une façon involontaire de ne pas le reconnaître à sa juste valeur, de ne pas le considérer comme un être suffisamment responsable de ses actes. Au final, la loi sans lien n'est que contraintes insupportables et dénuées de sens. Inversement, le lien sans loi s'apparente à du laxisme de la part de l'adulte et risque de générer un sentiment de toute puissance chez le jeune. De l'équilibre entre les deux peut émerger la cohérence éducative et, par voie de conséquence, la résilience. Il n'est évidemment pas question de fournir ici un catalogue de règles permettant de savoir à tout coup que faire dans telle ou telle situation. Car, chaque individu est différent, tant du côté de l'adulte que de l'enfant, chaque institution également, et chaque situation bien spécifique. L'important est d'avoir présent à l'esprit cette nécessité de la présence de règles structurantes, complémentaires du lien tissé avec le jeune.

La sensibilité du jeune à la réaction des adultes

Faire intervenir la loi symbolique permet d'offrir au jeune un cadre structurant et imposer des règles, et sanctionner lorsque celles-ci sont enfreintes. Bien entendu, il y a toujours une marge de manœuvre ; punir systématiquement tout débordement, même léger, serait probablement inefficace à moyen et long terme. Il n'empêche, on n'aide pas un adolescent à se reconstruire en le considérant comme une victime irresponsable. Parallèlement, maintenir le lien, c'est lui manifester explicitement qu'on ne le rejette pas en tant que personne, qu'on ne réduit pas son être à son acte et qu'on est prêt à lui redonner sa chance.

On dit parfois : « *Ce jeune il nous teste en faisant des bêtises* ». C'est parfois le cas, mais il arrive fréquemment qu'un enfant ou un adolescent qui dépasse les limites imposées le fasse moins par volonté de tester que par impulsivité, par grande difficulté à gérer ses émotions et maîtriser sa violence. Par contre, même si son acte n'est pas posé *a priori* pour tester l'adulte, il va être très attentif et sensible à la réaction de ce dernier. Si celui-ci sanctionne l'acte et rejette le jeune (= la loi sans le lien), ce dernier pensera une fois de plus qu'il ne peut pas faire confiance aux adultes, que ceux-ci sont toujours prêts à le

condamner en tant que personne. Inversement, si l'adulte passe l'éponge afin de garder de bonnes relations avec l'adolescent, qu'il considère plus comme une victime de la société que comme un acteur responsable de ses actes (= le lien sans la loi), le jeune finira par lui manquer de respect et ratera une bonne occasion de se construire des repères.

Certes, ceci est plus facile à dire qu'à faire, d'autant plus que le temps d'approvisionnement d'un jeune en souffrance est très variable d'un individu à l'autre. Certains mettront des mois, voire des années, avant de croire que l'adulte en face d'eux est digne de foi. Ce qui exige une certaine forme de résilience chez ce dernier...

Il est fréquent que l'on ne voit pas les résultats de l'action menée ; rappelons-nous cette leçon : les tuteurs de résilience ignorent souvent qu'ils le sont. Mais certains sont parfois récompensés des années plus tard. Ce qui arrive notamment lorsqu'un(e) jeune adulte revient frapper à la porte d'une institution où il a grandi. Aujourd'hui marié(e) et papa(maman), bien inséré(e) socialement et professionnellement, il vient témoigner du bienfait que lui a procuré cette période de sa vie, même si elle a été difficile pour lui... et pour les éducateurs. C'est aussi le cas lorsqu'un jeune adulte croise dans un magasin ou dans la rue un de ses enseignants qui a joué un rôle particulièrement important dans son parcours.

Rien de bien extraordinaire finalement

Nous constatons donc à quel point l'association équilibrée du lien et de la loi de la part d'un adulte permet aux enfants blessés de donner du sens à leur souffrance et, plus important encore, à leur existence. Mais, au fond, n'est-ce pas aussi ce qui se passe dans les situations normales d'éducation ? Car l'idéal pour enfant est bien de grandir auprès de parents affectueux mais qui instaurent des règles et les font respecter, comme l'ont montré de nombreuses études scientifiques⁸. Ce qui nous montre qu'en fin de compte, les principes qui fondent la résilience n'ont rien d'extraordinaire, ce sont tout simplement ceux qui permettent à un enfant vivant dans un foyer « normal » d'être heureux. Jean-Marie Petitclerc, qui travaille depuis de longues années auprès d'adolescents en difficulté, résume très bien cela lorsqu'il écrit que « *tout l'art éducatif repose dans cette conjonction de l'amour et de la loi* »⁹.

⁸ Pourtois J.P. & Desmet H. (1995), Parents, agents de développement, in J-P. Pourtois (dir), Blessure d'enfant ; la maltraitance : théorie, pratique et intervention, Bruxelles, De Boeck Université. Baumrind D. (1966), Effects of authoritative parental control on child behavior. Child Development, 37(4), 887-907. Lautrey J. (1980), Classe sociale, milieu familial, intelligence, Paris, Puf.

⁹ Petitclerc J-M. (2000), Le jeune, l'éducateur et la loi, Paris, Éditions Don Bosco, p.47.