

La résilience

de la théorie à la pratique...

Bernard Michallet, Ph.D.

CRDP InterVal, GIRAFE-CRIR

IV^{ème} congrès mondial des infirmières et infirmiers francophones,

SIDIIEF, Marrakech, 7-11 juin 2009



1- Introduction

Un mot au halo sémantique très large ...

Le meilleur et le pire ...

- ***Origine latine:***

re = mouvement vers l'arrière + *salire* = sauter



resilire = se rétracter, résilier.

- ***Resiliens*** est absorbé par les Anglo-saxons (aptitude d'un corps à résister à un choc - reculer pour mieux sauter).
- Informatique, écologie, économie, etc.



Introduction (suite)

✓ Concept associé aux sciences sociales, à la psychiatrie et à la psychologie depuis les années 1980 :

- Werner & Smith (1982, 2001)
- Bowlby (1984)
- Block & Block (1980)
- Anthony (1974, 1987)
- Rutter (1985, 1993)

✓ Associé à la réadaptation depuis peu, sur la lancée des travaux liés à l'*empowerment* et à l'autodétermination.

2- La résilience à travers quelques définitions

- Chaque auteur a sa propre définition.
- Des représentations sous-jacentes, idées, idéologies différentes.
- La définition varie selon ce que l'on veut démontrer.
- La résilience n'appartient à aucune (ou à toutes les?) discipline ...

2.1 La résilience à travers quelques définitions: ... une capacité

«La résilience individuelle est la capacité d'une personne à faire face, à pouvoir se développer et à augmenter ses compétences dans une situation adverse» (Patterson, 1995).

«La résilience est la capacité à réussir, de manière acceptable pour la société, en dépit d'un stress ou d'une adversité qui comportent normalement le risque grave d'une issue négative» (Vanistandael, 1996).

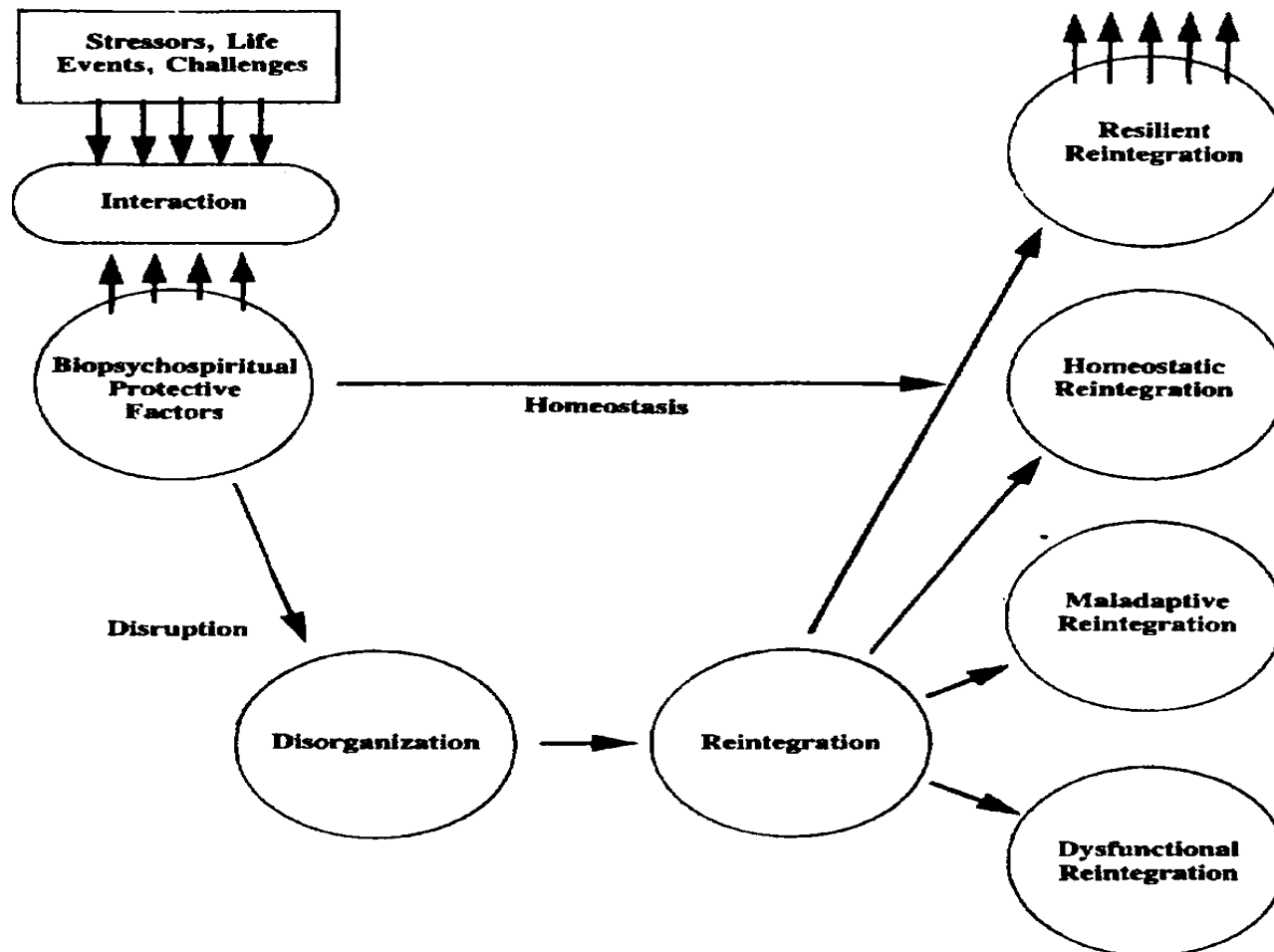


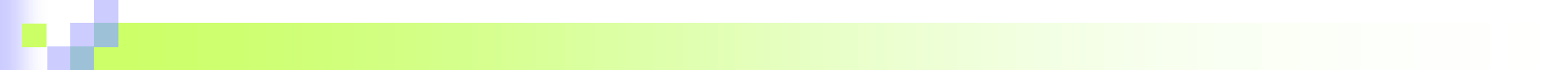
La résilience à travers quelques définitions: ... un processus

«La résilience est le processus d'adaptation aux stressseurs, à l'adversité, aux changements et aux opportunités, qui résulte en l'identification, le renforcement et l'enrichissement des facteurs de protection, qu'ils soient personnels ou environnementaux» (Richardson, 2002).

La résilience à travers quelques définitions: ... un processus (suite)

The Resiliency Model (Richardson, 2002)





La résilience à travers quelques définitions: ... un processus (suite)

«La résilience est un processus dynamique :

- Consistant à bien se développer malgré des conditions de vie difficiles ou des événements traumatiques.
- Basé sur l'interaction de potentialités internes à l'individu et de soutiens environnementaux.
- Susceptible d'être opérationnalisé en un temps et par certain(s) résultat(s) spécifiques, selon le domaine abordé» (Lecomte, 2005).

La résilience à travers quelques définitions: ... un processus (suite)

- La résilience doit être conçue en rapport avec des facteurs multiples de type psychologiques, environnementaux et comportementaux.
- La résilience correspond à une interaction constante entre toutes ces variables et ne peut être comprise si on ne tient pas compte de cette complexité.
- La résilience sous-entend que des compétences et des possibilités sont latentes en chaque individu quel qu'il soit et qu'il faut essayer de les actualiser (notion de tuteur de résilience) (Detraux, 2002).



La résilience à travers quelques définitions: ... un résultat (suite)

«La résilience est un phénomène manifesté par des sujets jeunes qui évoluent favorablement, bien qu'ayant éprouvé une forme de stress qui, dans la population générale, est connue comme comportant un risque sérieux de conséquences défavorables» (Rutter, 1993).

«La résilience n'est jamais absolue, totale, acquise une fois pour toute (...) elle est variable selon les circonstances, la nature des transformations, les contextes et les étapes de la vie, selon les différentes cultures» (Manciaux et al., 2001).



La résilience à travers quelques définitions: ... un résultat (suite)

Intérêt :

Opérationnalisation du concept
(recherches, mesures).

Problèmes :

- 1- Opérationnalisation pas si simple que cela.
- 2- Risque de figer une situation, par exemple, en considérant définitivement résiliente une personne dès qu'elle a atteint un résultat.

2.4 La résilience serait-elle une capacité, un processus et un résultat?

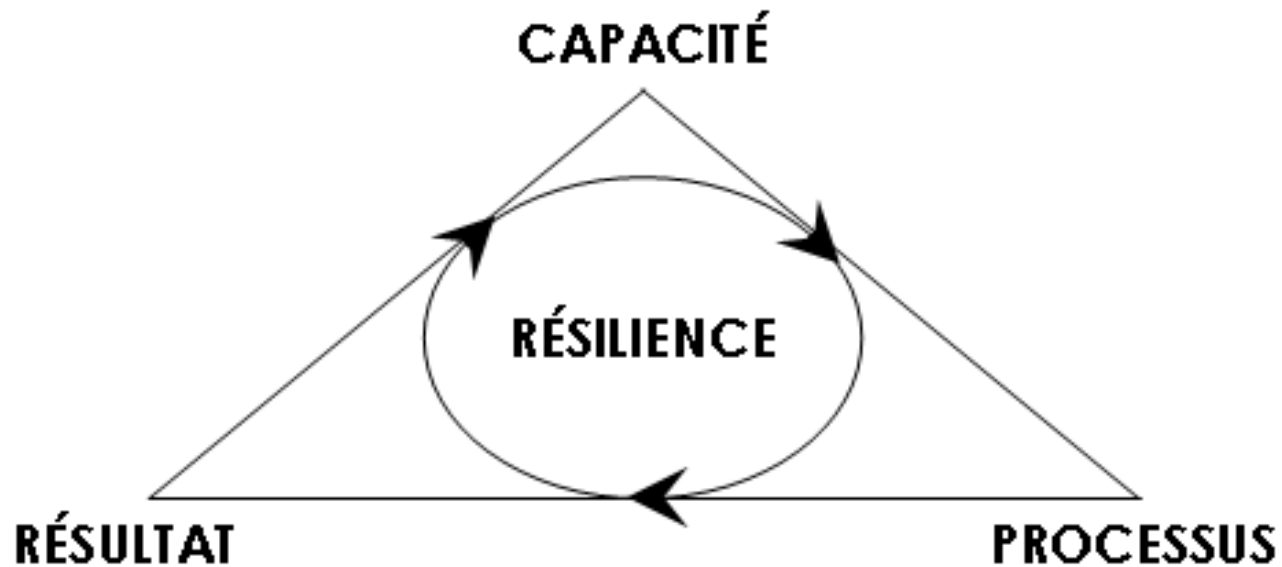
- *«La résilience est à la fois la capacité de résister à un traumatisme et celle de se reconstruire après lui» (Tisseron, 2007).*
- *«...la capacité, le processus ou le résultat d'une bonne adaptation en dépit des circonstances, des défis, des menaces» (Garmezy, 1993).*



La résilience serait-elle une capacité, un processus et un résultat? (suite)

«La résilience c'est la reprise d'un type de développement après un fracas, une agonie traumatique psychique, et dans des conditions adverses avec, dans la mémoire, la représentation de la blessure en tant que nouvel organisateur du moi» (Cyrułnik, 2008).

La résilience serait-elle une capacité, un processus et un résultat? (suite)



3. La résilience et quelques concepts apparentés

- *Le Coping.*
- Le sentiment de cohérence.
- *L'Empowerment.*



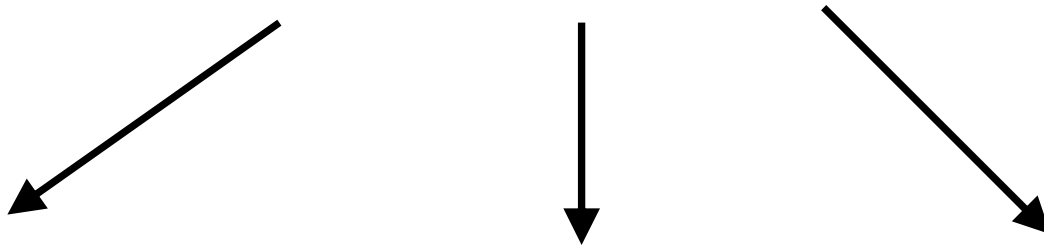
3.1 Résilience et *Coping*

Le *Coping*, c'est ...

*«L'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux, permettant de gérer des demandes externes ou internes spécifiques, évaluées comme mettant à l'épreuve ou excédant les ressources de la personne»
(Lazarus & Folkman, 1984).*

3.2 Résilience et sentiment de cohérence

«... est une orientation dispositionnelle pouvant aider à prévenir une déstructuration et une rupture en cas de situation très stressante» (Antonovsky, 1998).



Compréhensibilité

Gérabilité

Significabilité

Résilience et sentiment de cohérence (suite)

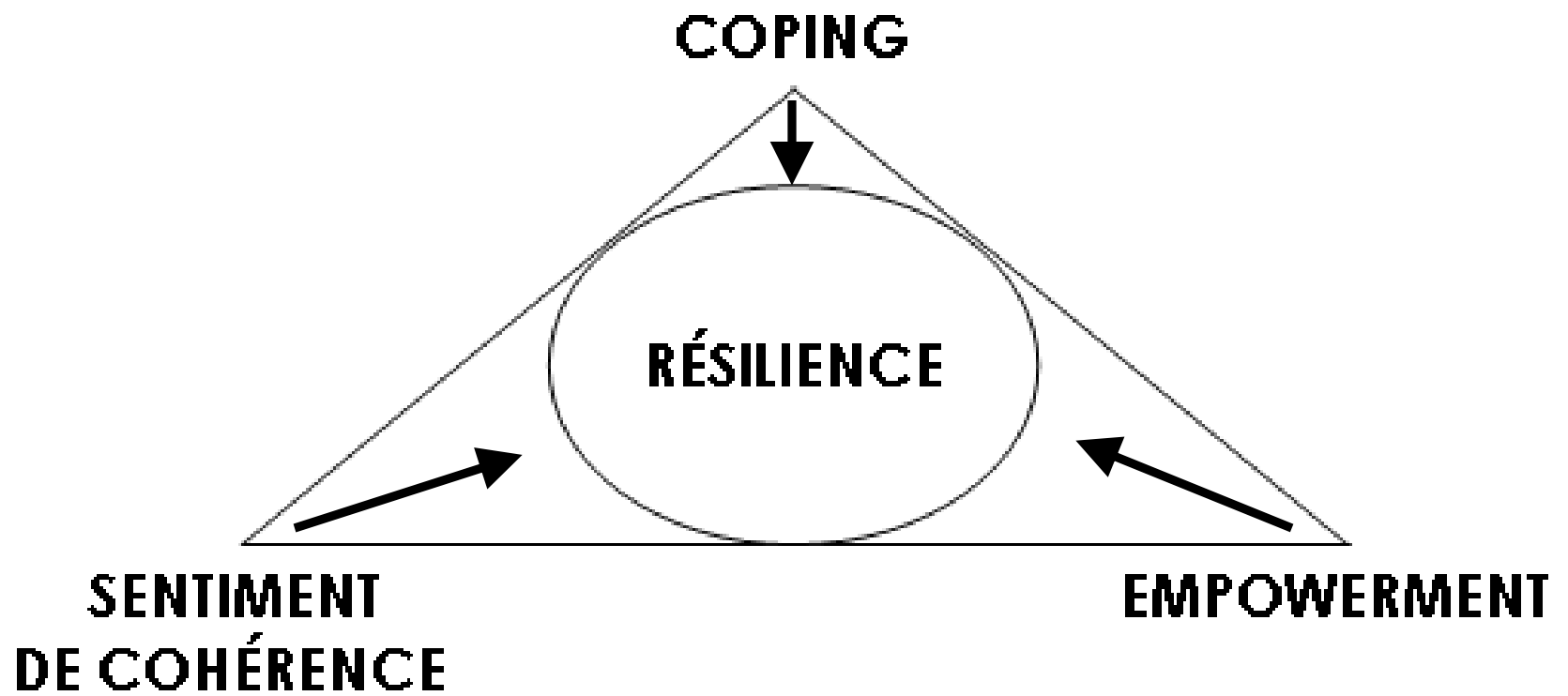
- **Compréhensibilité** : Capacité de comprendre et d'analyser la situation adverse.
- **Gérabilité** : Capacité de choisir et d'utiliser des ressources disponibles pour faire face à des demandes.
- **Significabilité** : Sens qu'attribue la personne aux événements et à la vie en général. (Frankl, 2005).

Le sentiment de cohérence suggère un recul, une objectivation et une analyse de la situation adverse.

3.3 Résilience et *Empowerment*

«L'empowerment est un 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» (Le Bossé & Lavallée, 1993).

«L'appropriation réfère à l'acquisition du sentiment de compétence et de confiance en ses propres ressources» (Bouchard et al., 1996; Bouchard, 1998).





Selon Cyrulnik (2003), la résilience dépend des facteurs suivants:

- Caractéristiques personnelles de l'individu (capacités, *Coping*).
- Recul, historisation (cohérence).
- Une main tendue (attachement, *Empowerment*).



4. La résilience sur divers plans

- Individuel (résilience intra-individuelle).
- Familial (résilience interindividuelle).
- Communautaire (résilience interindividuelle).

(Anaut, 2003, 2005; Bell, 2001; Hawley, 2000)



Considérations cliniques

La résilience et le temps...

M. a manifesté des capacités de résilience après le traumatisme qu'il a subi.

Ce sont les capacités de résilience de M. qui lui ont permis de rebondir.

M. est manifestement résilient et, en cas de traumatisme, il s'en sortira.



Considérations cliniques (suite)

Comment mesurer la résilience?

Capacité : Évaluations de la personnalité.

Résultat : Adaptation sociale, bien-être, compétences sociales (activités, résultats scolaires, relations sociales, etc.), anxiété, dépression, agressivité.

Processus : Stratégies d'adaptation.

Dans tous les cas ... PRUDENCE!



Considérations cliniques (suite)

Qui évalue la résilience?

- La personne elle-même ?
- Les proches ?
- Les professionnels ?

Afin d'éviter ou de minimiser les risques de biais méthodologique, on propose une évaluation multidimensionnelle.



Considérations cliniques (suite)

La tradition psychologique a tendance à surtout identifier et évaluer les difficultés des individus.

Le concept de résilience propose en plus d'identifier les ressources des individus et de leur environnement.

Notre rôle de thérapeute :

Promouvoir la résilience et le soutien de l'environnement.

Considérations cliniques (suite)

Comment utiliser ce concept en clinique?

1- La réadaptation est, pour la personne ayant une déficience et des incapacités, pour sa famille ou pour ses proches, un processus d'apprentissage et d'appropriation (*empowerment*) qui vise, au cours d'un projet de réadaptation, la réalisation des habitudes de vie de cette personne en vue d'une participation sociale optimale. Ce processus s'inscrit dans l'actualisation des projets de vie de la personne ayant des incapacités, de sa famille ou de ses proches. (CRDP Le Bouclier, 2004).



Considérations cliniques (suite)

- 2- En se basant sur une relation thérapeutique qui favorise l'*empowerment* et où les individus et leurs proches sont reconnus comme étant les plus aptes à définir leurs besoins et leurs priorités d'action (**partenariat, autodétermination**), en vue de réaliser leur projet de vie.

- 3- En contribuant par notre expertise (savoirs, savoir-faire, savoir-être, modèles conceptuels, etc.) à faciliter et soutenir les efforts déployés par les individus et leurs proches.