

Les Ressources de la Résilience

ou

Comment mettre des mots sur la fureur de vivre

Prof. J.-P. Pourtois

Prof. H. Desmet

Université de Mons

SOMMAIRE

1. Approche philosophique
2. Approche phénoménologique
3. Approche empirique
4. Approche herméneutique
5. Sens et Cohérence des Approches
6. Approche poétique
7. Conclusion
8. Bibliographie

« La résilience, une croyance qui apporte des effets bénéfiques »

(Boris Cyrulnik)

1. Approche philosophique

« Les mots nous trompent... Les mots sont des conventions »

(F. Nietzsche)

La philosophie problématise

Elle pose des questions

Par exemple, est-ce que la résilience existe ?

**La RÉSILIENCE n'existe pas
Elle est une CROYANCE
qui la fait EXISTER**

La RÉSILIENCE

Un concept

- massif
- compact
- épais
- athéorique

**La RESILIENCE comme l'âme
et la conscience
sont des conventions
qui ne correspondent
à rien de réel.**

**En fait, le réel est que,
tous, nous éprouvons le sentiment
d'un changement d'état
lié à des nécessités vitales.**

Ensuite, nous créons un mot (convention langagière) et puis nous cherchons ou nous créons une substance à partir de l'évocation et ainsi on la fait exister.

Or,
nous sommes dans du clair / obscur :
certes, avec ce mot « RESILIENCE »
quelque chose est pensé, mais quoi ?

Pourquoi et pour quoi avons-nous besoin du concept de RÉSILIENCE ?

- **aujourd'hui ?**
- **en Europe ?**

**Par cette création,
nous basculons
de la reproduction
à l'émancipation.**

**La RÉSILIENCE,
comme l'intelligence,
neutre, gratuite, détachée,
cela n'existe pas.**

**La RÉSILIENCE,
comme l'intelligence,
sont des interprétations
pour des nécessités vitales.**

**Nous inventons des Mondes
espérant pouvoir agir dessus.**

**La RÉSILIENCE n'est-elle pas la création
d'un nouveau rapport au monde
pour pouvoir agir dessus ?
C'est un problème de survie.
Persévérer = le conatus de Spinoza**

**Pour ce qui nous concerne,
la question posée est :
comment transformer les accidents
de la vie en nécessité, en destin et
trouver les conditions
d'un nouveau développement**

**En d'autres termes,
comment faire face
aux accidents de la vie et
transformer ce qui arrive
en nécessité ?**

**De plus, comment se dépasser
soi-même
sans dominer les autres ?**

Venons-en au fracas

**Le fracas suscite
une tension permanente
à l'origine du sentiment que :
ce n'est jamais
complètement joué...**

**Sentiment qui éveille l'amour du
Destin...**

Dès lors, comment naît et se développe cette métamorphose... qui conduit à un néo-développement ?

La cause de la RÉSILIENCE

**Ce serait un besoin
à combler
pour bâtir une nouvelle vie.**

Le besoin de RÉSILIENCE

**Ce serait une nécessité vitale
distincte de la volonté.**

**Quand nous entrons
dans un processus
de « RÉSILIENCE »,
il y a de la pensée implicite
plus que de la connaissance :
la résilience augmente la puissance d'agir
à l'insu de toute connaissance.**

**C'est de cette pensée implicite
que jaillissent
de nouvelles possibilités de vie.**

**La pensée
est l'expression
de la nécessité
alors que la connaissance
a perdu sa nécessité.**

(F. Nietzsche)

**Penser,
ce n'est pas connaître.**

**Aujourd'hui,
l'être humain
a plus tendance
à connaître
qu'à penser.**

**Au moment
où le trauma se produit,
on ne connaît pas
ce qui va advenir.**

**Le résilient
est celui qui ressent
la nécessité de penser,
c'est-à-dire
qu'il ne juge pas
en fonction de connaissances**

**mais trouve le chemin
de la nécessité de vivre
avant même d'aboutir
à toute connaissance.**

**C / Penser la RÉSILIENCE,
c'est interroger le champ
où se construit
la nécessité de survivre :
c'est la problématologie.
C'est le point critique
de la RESILIENCE**

**C / Par la suite,
la connaissance de la RESILIENCE
peut figer la pensée,
c'est le résolutoire.
Ici, la réponse
est en place.**

La nécessité d'un néo-développement

Il y aurait une force
qui contraint à agir
sans en avoir le choix.

**« J'avais au fond de moi le rêve de
m'en sortir »**

(Boris Cyrulnik)

La pensée surgirait de l'inconscient socio-historique

Le destin du RÉSILIENT ?

Il y aurait une puissance de vie
qui crée l'événement irrévocable.
(Spinoza – Freud – Nietzsche – Freinet...)

**Mais
peut-on savoir
ce qu'est cette puissance
qui permet à l'individu
de faire face au fracas ?**

Qu'est-ce qui fait
qu'il devient l'opérateur
de ce qui advient ?

**Qu'est-ce qui fait
qu'il transforme
le fracas
en puissance de vie
... en écartant l'effondrement ?**

**Dans le fracas,
y aurait-il des indices
qui traduisent la recherche
du sens de la vie.
Si oui, lesquels ?**

**En d'autres termes,
quelque chose d'essentiel
naîtrait à partir d'un fracas...**

Mais quoi ?

**Qu'est-ce qui va transformer
le fracas en destin ?
Pourquoi ?
(approche herméneutique)**

Dès lors, quels sont les indices :

- à décrypter
- à décoder
- à interpréter

**... qui explicitent la métamorphose
du fracas en destin
(approche empirique)**

**C'est-à-dire
qu'est-ce qui métamorphose
le fracas
en puissance de vie ?
(approche phénoménologique)**

**La métamorphose
suppose l'existence
d'une force active comprenant :**

- un modèle interne de l'action**
- un scénario mental préalable**
- une volonté (in)consciente**

(Dan Wegner, 2002)

**La force active
est au fondement
de l'affirmation de soi :**

- positive**
- singulière**
- originale**

2. L'Approche phénoménologique

A l'origine, trois interrogations

- ▶ L'agonie psychique ?
- ▶ Des degrés de liberté face au fracas ?
- ▶ Métamorphoser l'horreur du réel en fureur de vivre ?

Extraits de l'entretien - Mme Marie-Lou Kieken (20/05/2018)

« Au cours du fracas, le résilient n'a pas toujours conscience de ce qui ne va pas car il croit volontiers que c'est la normalité. »

« Ce n'est que plus tard que j'ai compris pourquoi j'avais toujours besoin du regard des autres, de leur attention. »

« Il y a des étapes dans la prise de conscience ; d'abord :

- la normalité d'être et d'exister par le regard de l'autre ;

puis :

- un moment de rupture se produit et on se dit : « Aujourd'hui, je n'en ai plus besoin. »

« C'est une deuxième naissance car on n'a plus besoin de cette attention d'autrui. »

« Quoique la résilience n'est jamais terminée ni acquise définitivement. »

« Il y a toujours de petites choses qui affectent et il y a un perpétuel travail sur soi jamais fini à mener. »

« Mais ce qui reste, c'est cette fureur de vivre, de s'en sortir et ceci est constant. »

« Face à toute déficience, il y a toujours une solution. »

« On trouve toujours du positif. »

« Cela provient de la petite enfance, où j'étais enfermée dans ma chambre et cette fureur de vivre m'a permis de tenir. »

« Il y avait des livres au grenier... Hervé Bazin 'Vipères aux poings' et je découvrais qu'une autre vie pouvait exister. »

« Et que je pouvais dire : stop ! suite à une succession de petits événements jusqu'à celui qui fit déborder le vase. »

**« On se prépare. On est calme et on dit
‘à partir d’aujourd’hui, je ne veux plus
vivre comme cela’. »**

« C'est moi qui fixe les règles du jeu. »

« Mais sans colère car on a toujours besoin de ses parents. »

L'entretien se poursuit à l'aide d'un questionnaire (approche empirique)

Qu'apporte cet outil ?

« Il permet :

- d'effectuer un travail sur soi ;
- de revenir sur le fracas ;
- de redécouvrir des choses oubliées. »

Exemples :

- **la chambre de la séquestration ;**
- **« un endroit à moi qui n'était pas un endroit de vie. »**

- **« de repérer plusieurs fracas :
de 0 à 9 ans
de 12 à 16 ans
à 16 ans : stop ! »**

(Marie-Lou Kieken)

C / Le concept de RÉSILIENCE

- est-il adéquat ?**
- convient-il à l'objet cerné ?**
- et à lui seul ?**

C / La RÉSILIENCE est constitutive :

- de valeurs non interrogées
- de dommages et intérêts
- de forces sous-jacentes

C / Pour comprendre, il convient de ramener le concept à sa véritable nécessité concrète qui est celle d'accroître la fureur de vivre.

C / Existe-t-il

- **un désir de résilience ?**
- **un style ?**
- **un état d'esprit ?**

**Initialement,
le concept est attribué
à quelque chose
de mouvant.**

**le concept est issu
de l'approche métaphorique
tout en véhiculant
une vision littérale
du phénomène :
l'apparition d'une vie nouvelle.
Laquelle ?**

3. Approche empirique

« Comprendre les mille voies de la résilience qui permettent de mieux aider les blessés à repartir dans l'existence »

(B. Cyrulnik, in « Les Ressources de la Résilience », Paris, PUF, 2012)

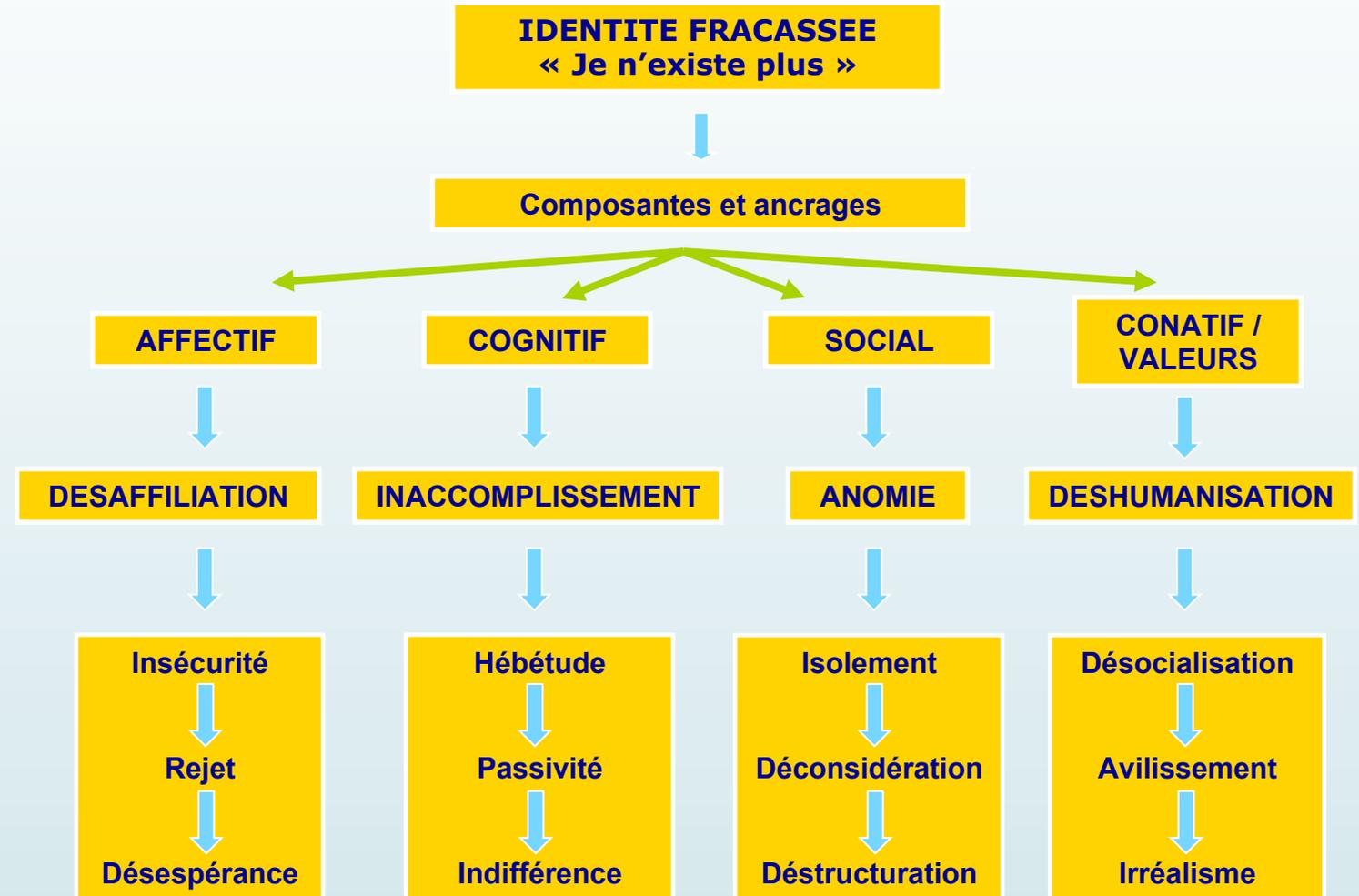
3.1. L'Inventaire des ressources

(in Pourtois J.-P., Humbeeck et H. Desmet H. (2012), *Les Ressources de la Résilience*, Paris, PUF.)

- Comprendre la reconstruction (avant pendant – après)
- Repérer les voies de l'épanouissement
- Adapter le processus d'accompagnement (sens et cohérence)

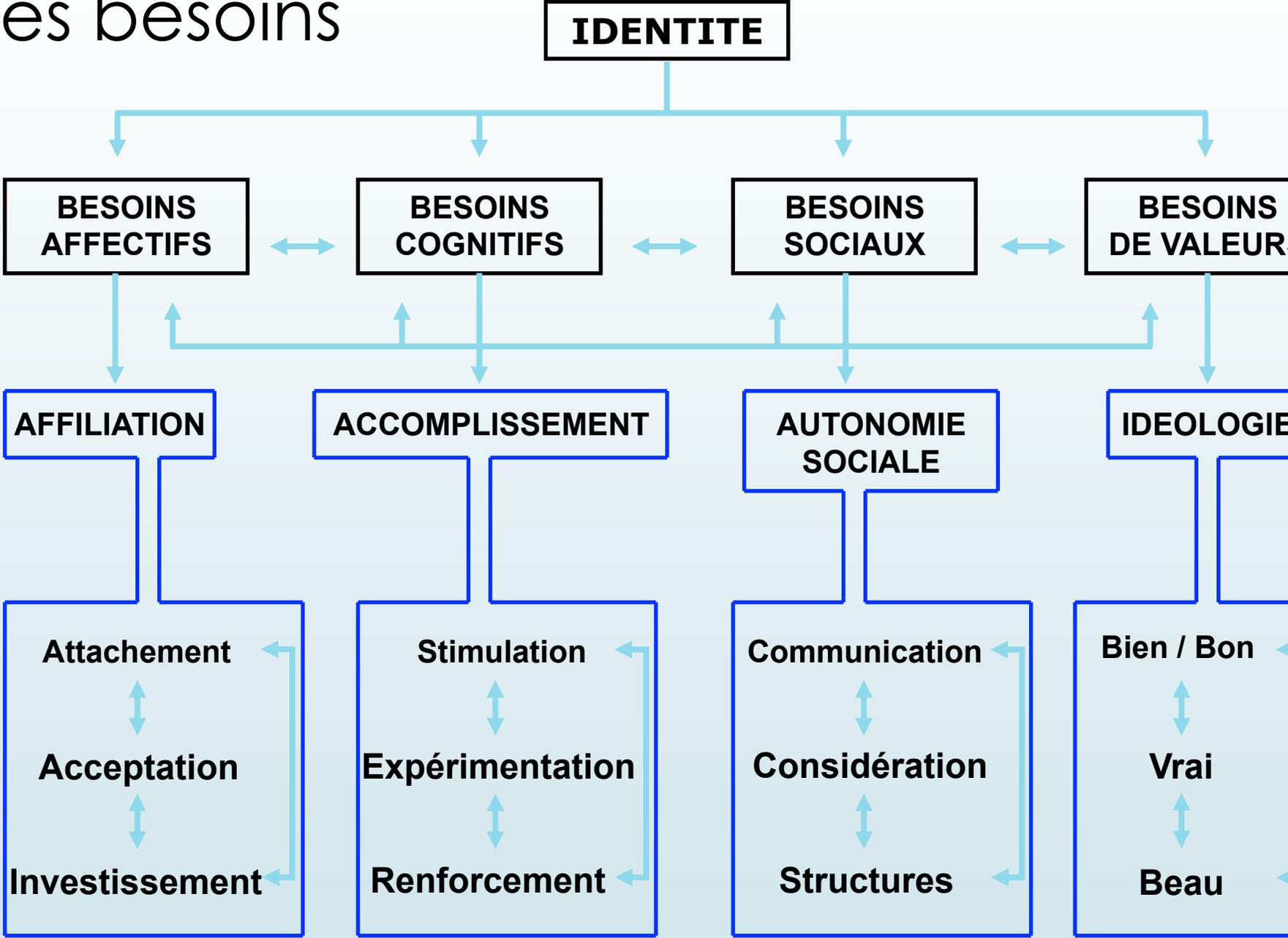
3.2. La Blessure

Tableau de l'involution

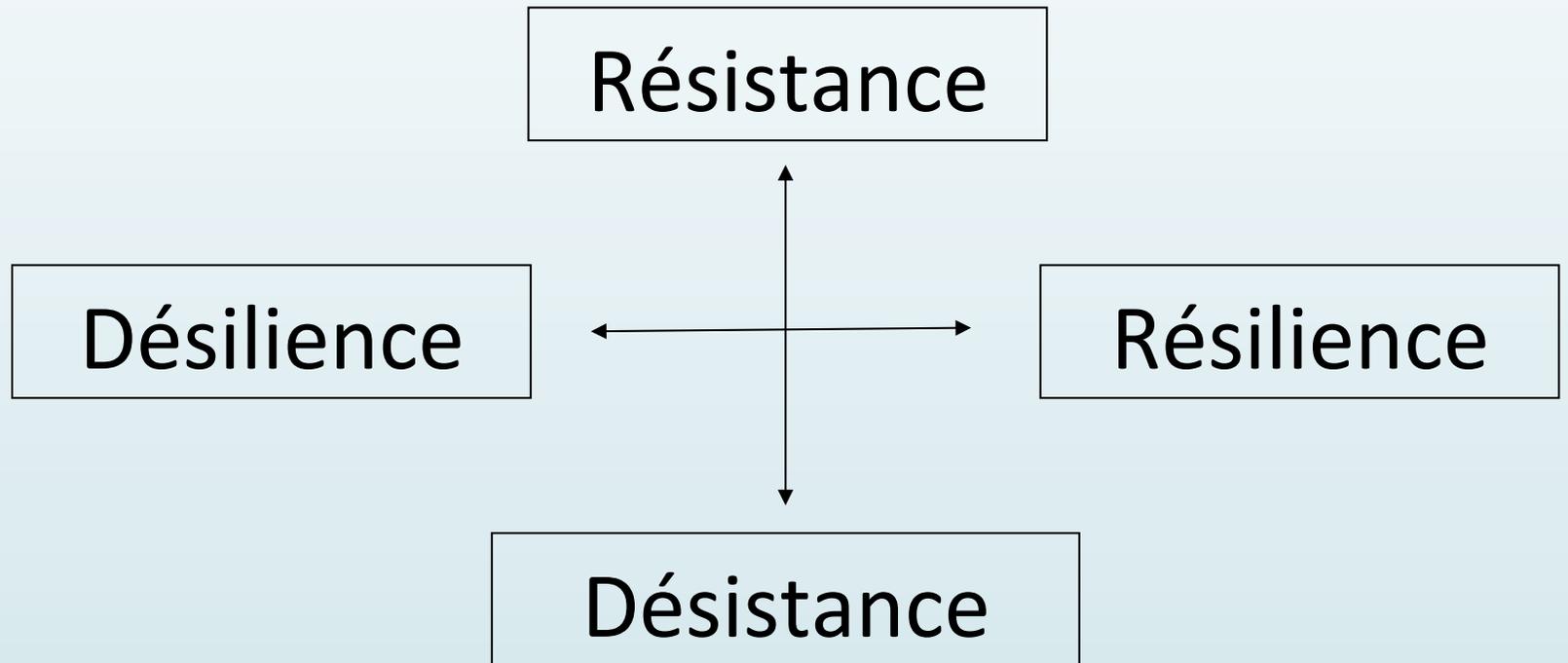


3.3. Le Néo-développement

Les besoins



(1) Les axes



(2) Les traces

- **Description subjective**
- **113 cas examinés**
- **Les différents temps**
- **Triangulation : le résilient**
l'équipe
le chercheur

3.4. L'Inventaire

- des Indices (77),
- des indicateurs (26),
- des concepts opératoires (26)

(Extraits de « Les Ressources de la Résilience »)

(1) Exemples d'Indices affectifs

- Rit
- Vit des moments de gaieté
- Partage sa joie

Indicateurs affectifs

- Est capable d'humour et de gaieté

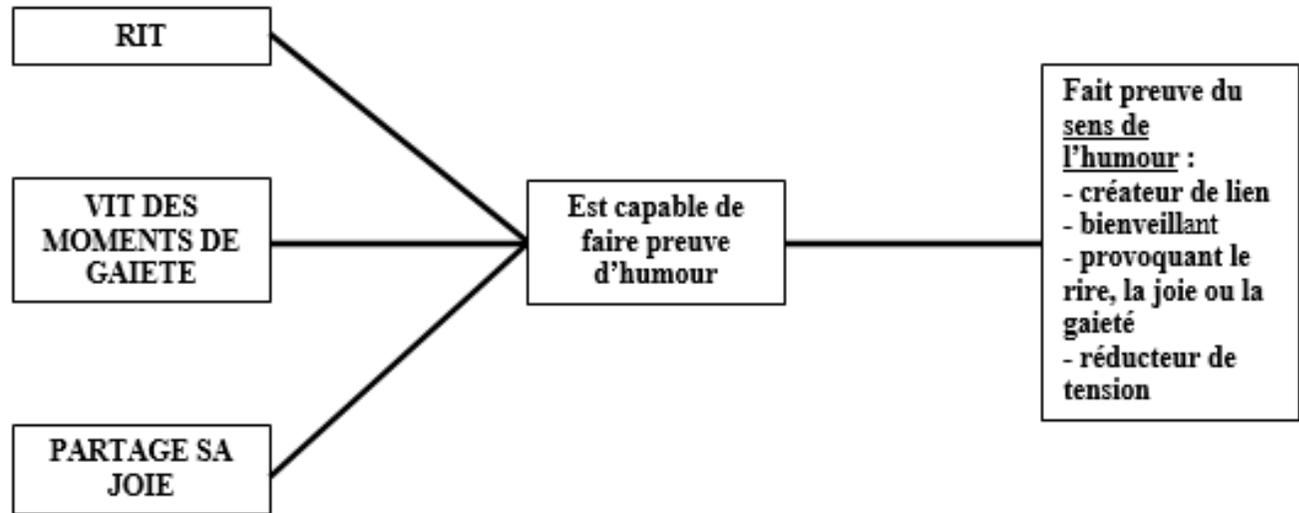
Concept opératoire

- Epreuve de la joie
- Fait preuve du sens de l'humour

Indices affectifs

Indicateur affectif

Concept opératoire



Fréquence de l'indice

Jamais	Souvent
/-----/-----/-----/-----/	/-----/-----/-----/-----/
Jamais	Souvent
/-----/-----/-----/-----/	/-----/-----/-----/-----/
Jamais	Souvent
/-----/-----/-----/-----/	/-----/-----/-----/-----/

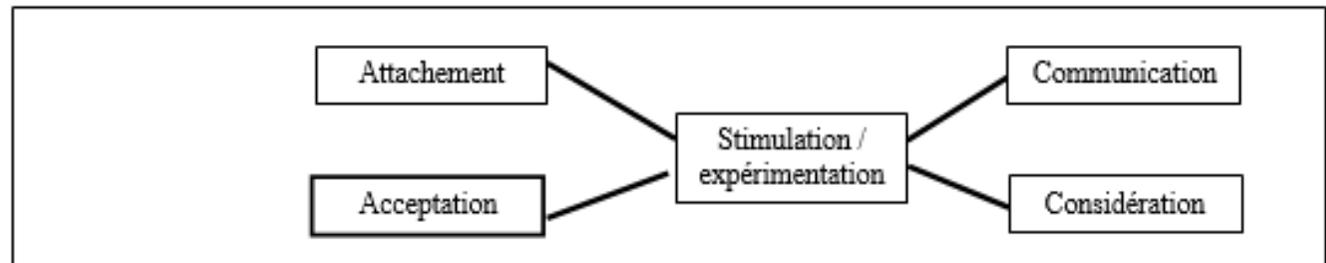
Prégnance de l'indicateur

Pas du tout	Beaucoup
/-----/-----/-----/-----/	/-----/-----/-----/-----/

Présence du concept opératoire

oui Non

Ancrage psychosocial



(2) Exemples d'indices cognitifs

► Agit

Indicateur cognitif

- Se montre actif
- Fait preuve de productivité
- Cherche à être efficace

Concept opératoire

- Trouve des voies d'accomplissement par l'activité

Indice cognitif

Indicateur cognitif

Concept opératoire

AGIT

- Se montre actif
- Fait preuve de productivité
- Cherche à être efficace

Trouve des voies d'accomplissement par l'activité :

- manifestation d'une envie d'agir, un souhait de réduire les tensions en se montrant actif
- aptitude à découvrir le monde et à participer à des activités appréciées socialement et reconnues comme productives
- aptitude à évaluer les résultats de son activité
- tendance à éprouver peu de regrets, de remords et de culpabilité après avoir agi

Fréquence de l'indice

Jamais Souvent
/-----/-----/-----/-----/

Prégnance de l'indicateur

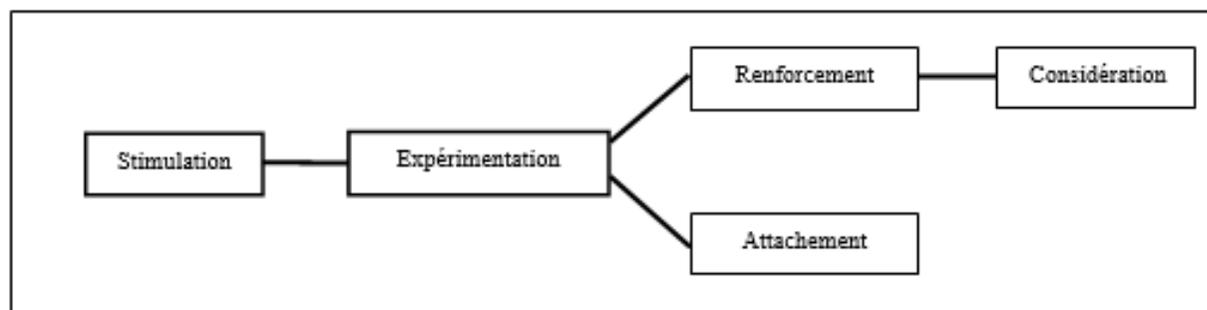
Pas du tout Beaucoup
/-----/-----/-----/-----/

Pas du tout Beaucoup
/-----/-----/-----/-----/

Pas du tout Beaucoup
/-----/-----/-----/-----/

Présence du concept opératoire

nui Non

Ancrage psychosocial

(3) Exemples d'indices sociaux

- ▶ S'affirme
- ▶ Est capable de dire non

Indicateur social

- ▶ A conscience d'être une personne
- ▶ Se définit une personnalité

Concept opératoire

- ▶ Fait preuve de stabilité identitaire

Indices sociaux

Indicateur social

Concept opératoire

S’AFFIRME

EST CAPABLE DE DIRE NON

- A conscience d’être quelqu’un
- Se définit une personnalité
- Fait preuve d’assertivité

Fait preuve de stabilité identitaire :

- aptitude à se définir une identité
- aptitude à associer son identité à des traits personnels individuels
- aptitude à maintenir une assise identitaire malgré les événements et les circonstances
- aptitude à se définir une identité d’appartenance
- aptitude à se définir une identité de distinction

Fréquence de l’indice

Jamais /-----/ Souvent
/-----/ Souvent
Jamais /-----/ Souvent
/-----/

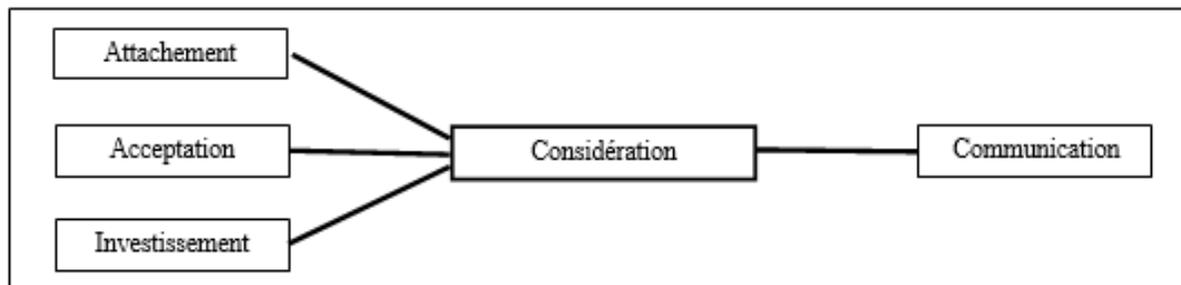
Prégnance de l’indicateur

Pas du tout /-----/ Beaucoup
/-----/ Beaucoup
Pas du tout /-----/ Beaucoup
/-----/

Présence du concept opératoire

oui Non

Ancrage psychosocial



(4) Exemples d'indices conatifs

- ▶ **S'émeut**
- ▶ **Montre ses émotions**
- ▶ **Parle de ses émotions**

Indicateur conatif

- Ressent des émotions
- Contrôle son état émotionnel

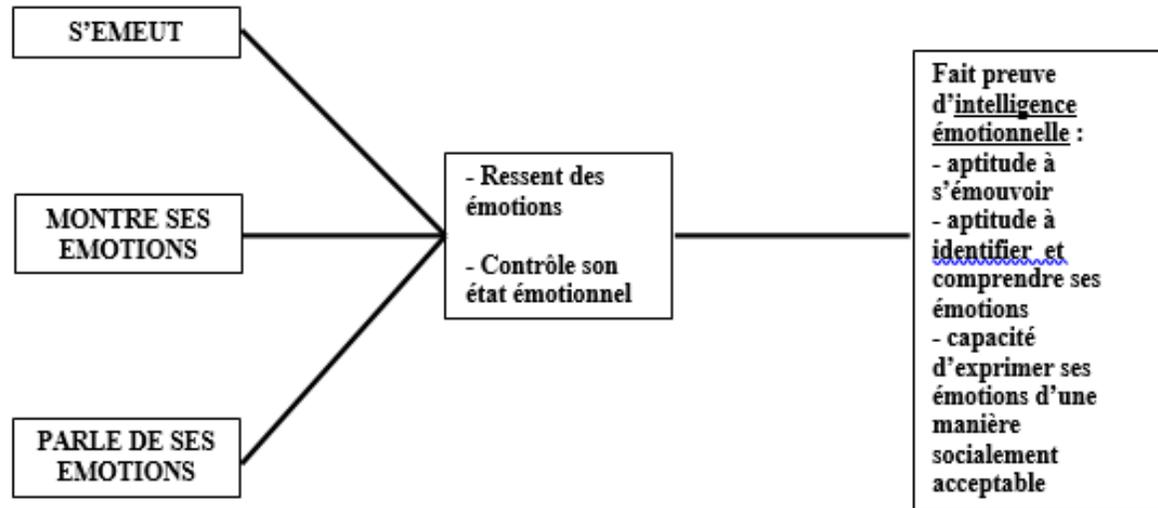
Concept opératoire

- Fait preuve d'intelligence émotionnelle

Indices conatifs

Indicateur conatif

Concept opératoire



Fréquence de l'indice

Jamais Souvent
/-----/-----/-----/-----/

Jamais Souvent
/-----/-----/-----/-----/

Jamais Souvent
/-----/-----/-----/-----/

Prévalence de l'indicateur

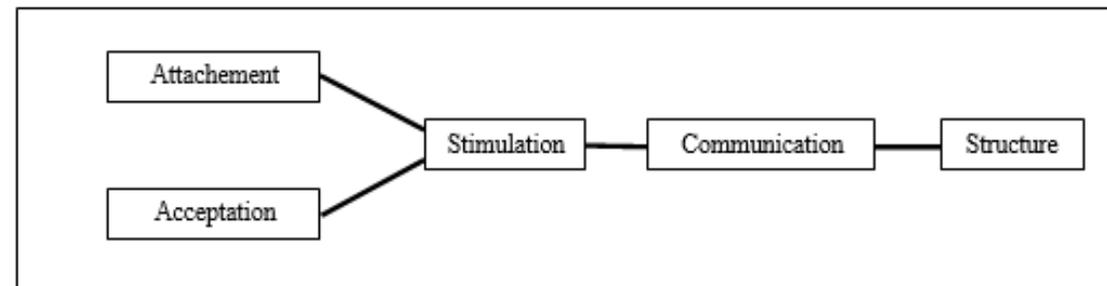
Pas du tout Beaucoup
/-----/-----/-----/-----/

Pas du tout Beaucoup
/-----/-----/-----/-----/

Présence du concept opératoire

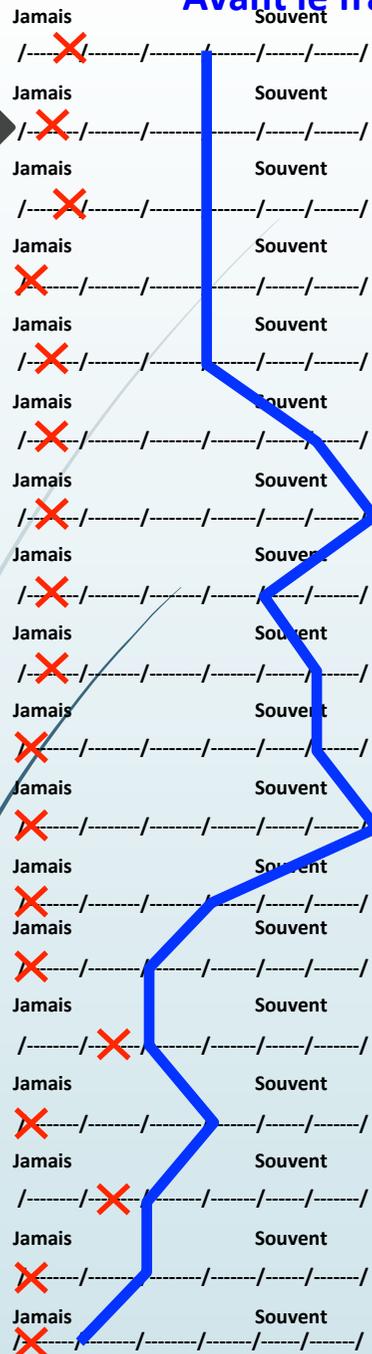
oui Non

Ancrage psychosocial



3.5. Connaître la résilience

Après le fracas
Avant le fracas



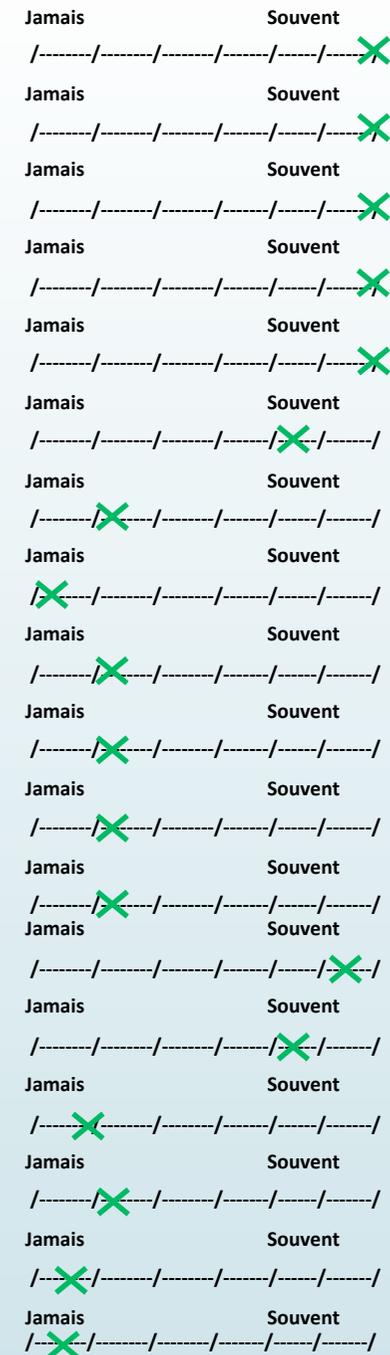
INDICES AFFECTIFS

Après le fracas

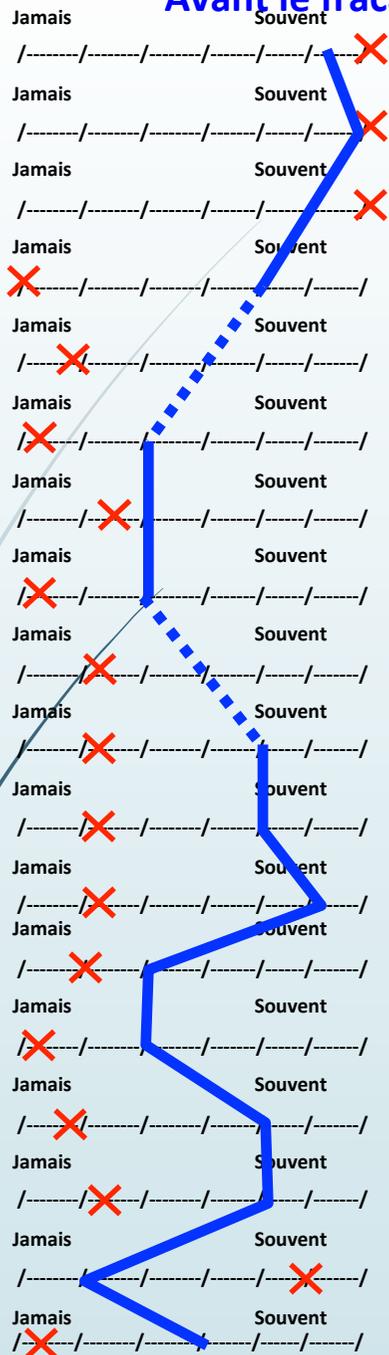
Maintenant



Maintenant

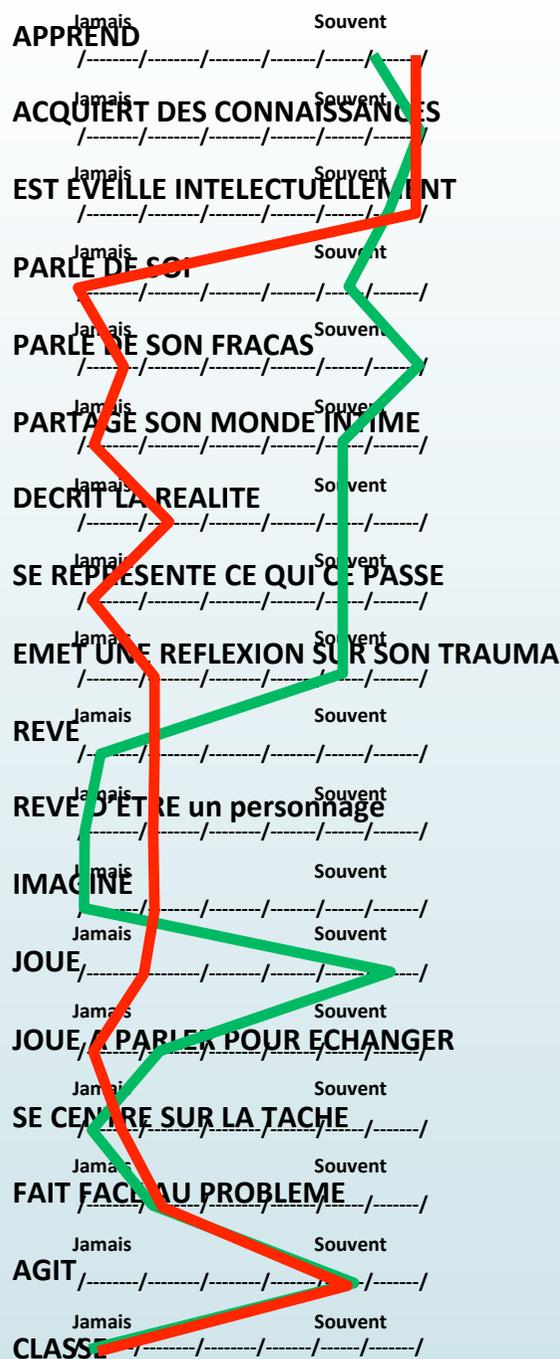


Avant le fracas
Avant le fracas



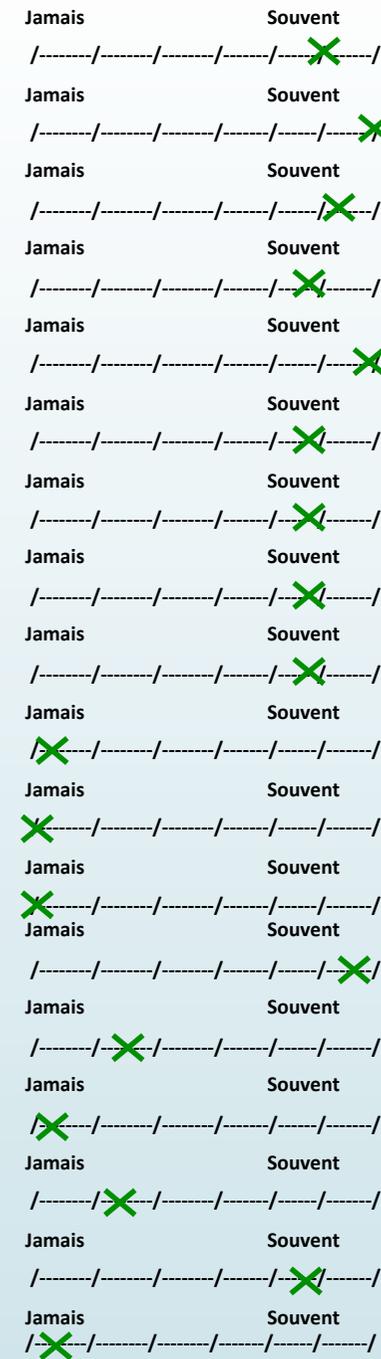
Après le fracas

INDICES COGNITIFS

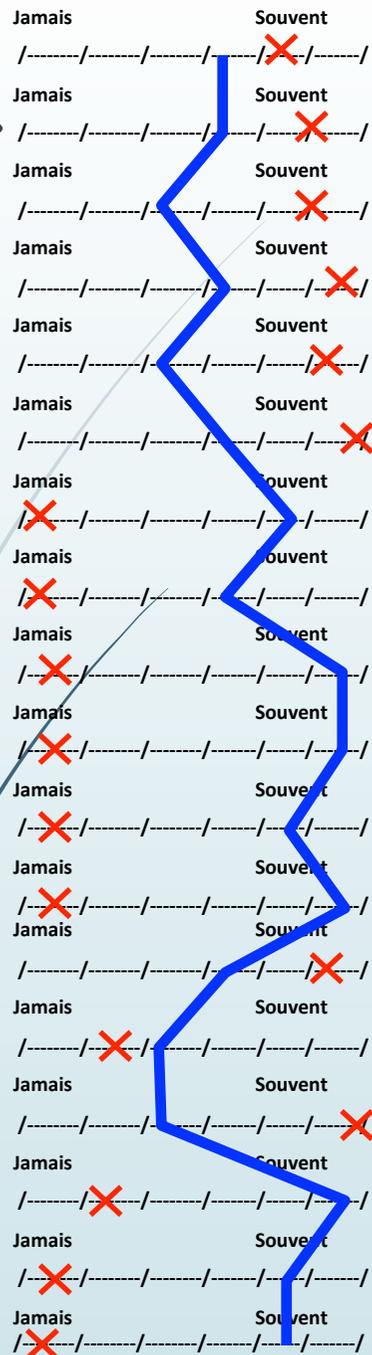


Maintenant

Maintenant

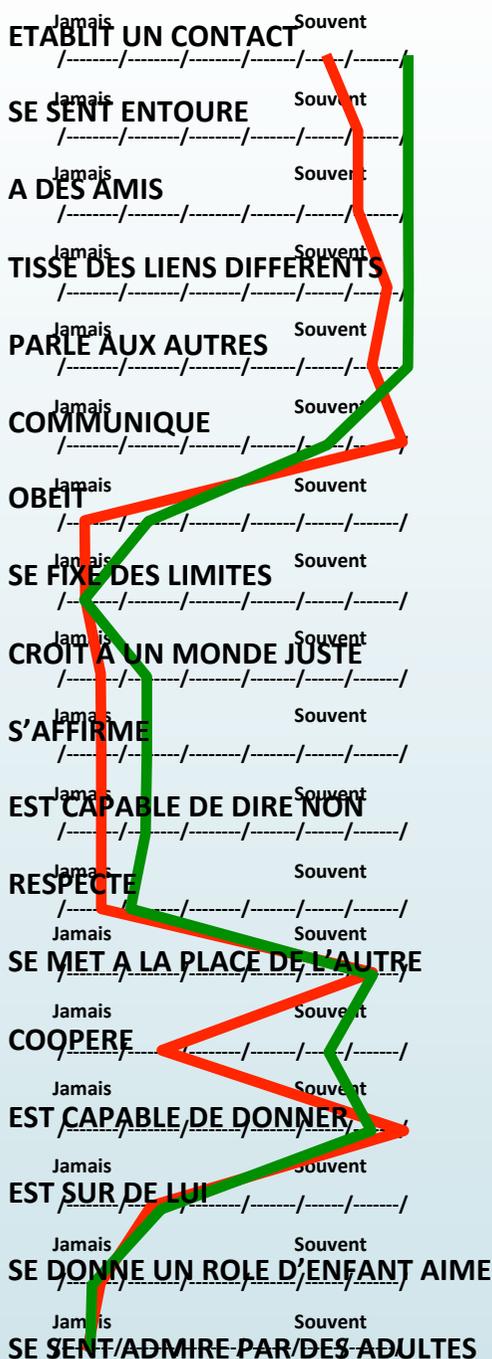


avant le fracas



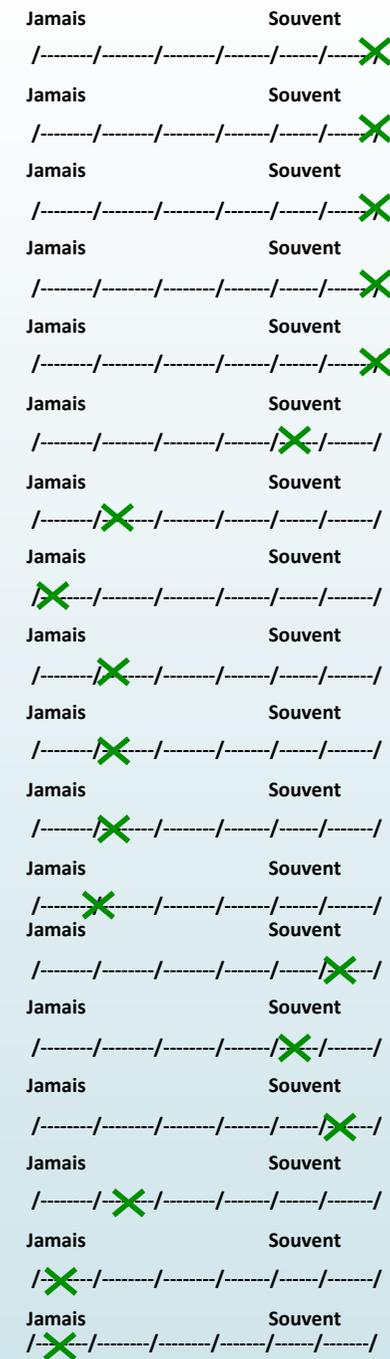
Après le fracas

INDICES SOCIAUX

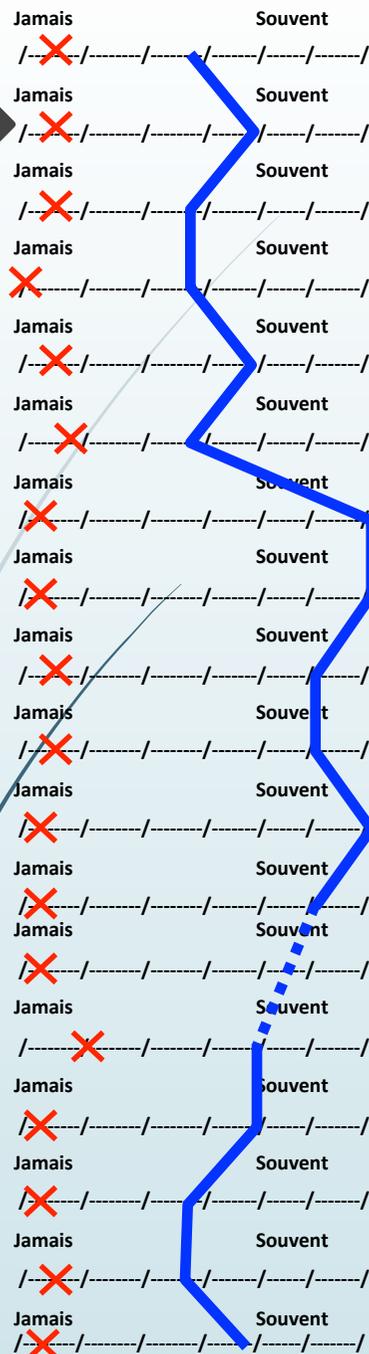


Maintenant

Maintenant

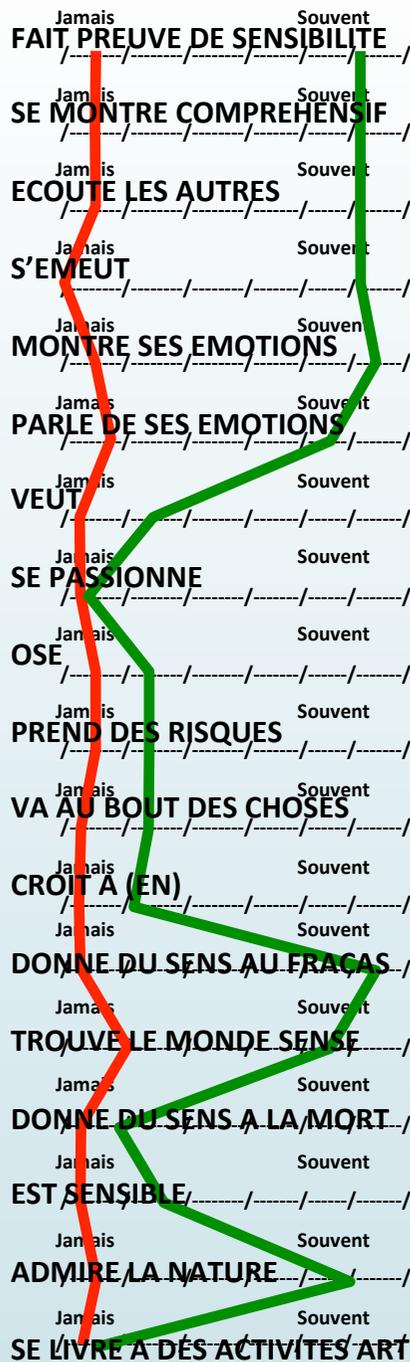


Avant le fracas



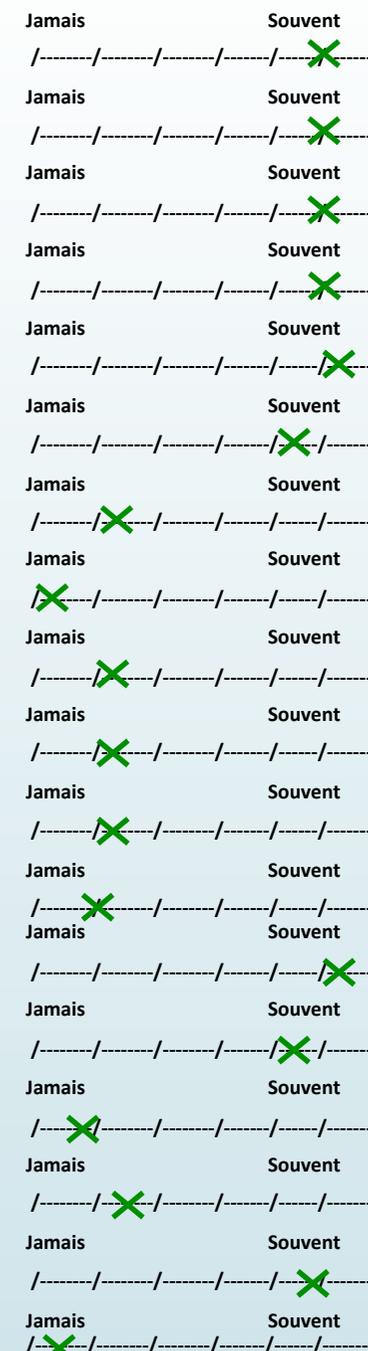
Après le fracas

INDICES CONATIFS



Maintenant

Maintenant



3.6. Effets bénéfiques

- **La confiance**
- **La conquête de soi**
- **L'estime de soi**
- **Être bien dans sa peau**
- **Des capacités insoupçonnées**

- **Un nouveau potentiel**
- **Le bien-être**
- **La reconnaissance de soi**
- **Les relations positives**
- **La maîtrise de soi**

4. Approche herméneutique ou Comment être sans se résilier

► *« Nous vivons dans l'oubli de nos métamorphoses »*

(Paul Eluard)

► Boîte noire du blessé ?

► Les itinéraires de résilience ?

C / Le récit ontographique – Benoît Tielemans (thèse en cours – Université de Mulhouse – ASBL « Education et Famille - UMONS)

4.1. L'Identité propre du sujet ?

**Se conformer
et/ou
s'accomplir**

« Etre et/ou ne pas être... soi-même »

(Erikson)

4.2. L'Authenticité ?

**Etre aliéné
et/ou
être soi-même**

4.3. La Période de transition ?

Il y aurait un moratoire

- ▶ **Marqué par un sentiment :**
 - d'inadaptation
 - d'irresponsabilité
 - de rébellion

► **Jusqu'à :**

- **la reconstruction**
- **la responsabilité**
- **le consensus**

- **En redéfinissant :**
- **les idéaux**
 - **les valeurs**
 - **les pratiques**

4.4. Repérer la dynamique temporelle

Question posée aux blessés

« Qu'est-ce qui a fait que tu es devenu ce que tu es aujourd'hui ? »

Buts

Repérer :

- **Les expériences émancipatrices**
- **La ou les personne.s les plus importantes**
- **Les phases du sentiment de bien-être**

Moyen

- **La clinique dialogique (Martine Lani-Bayle)**



UMONS
Université de Mons



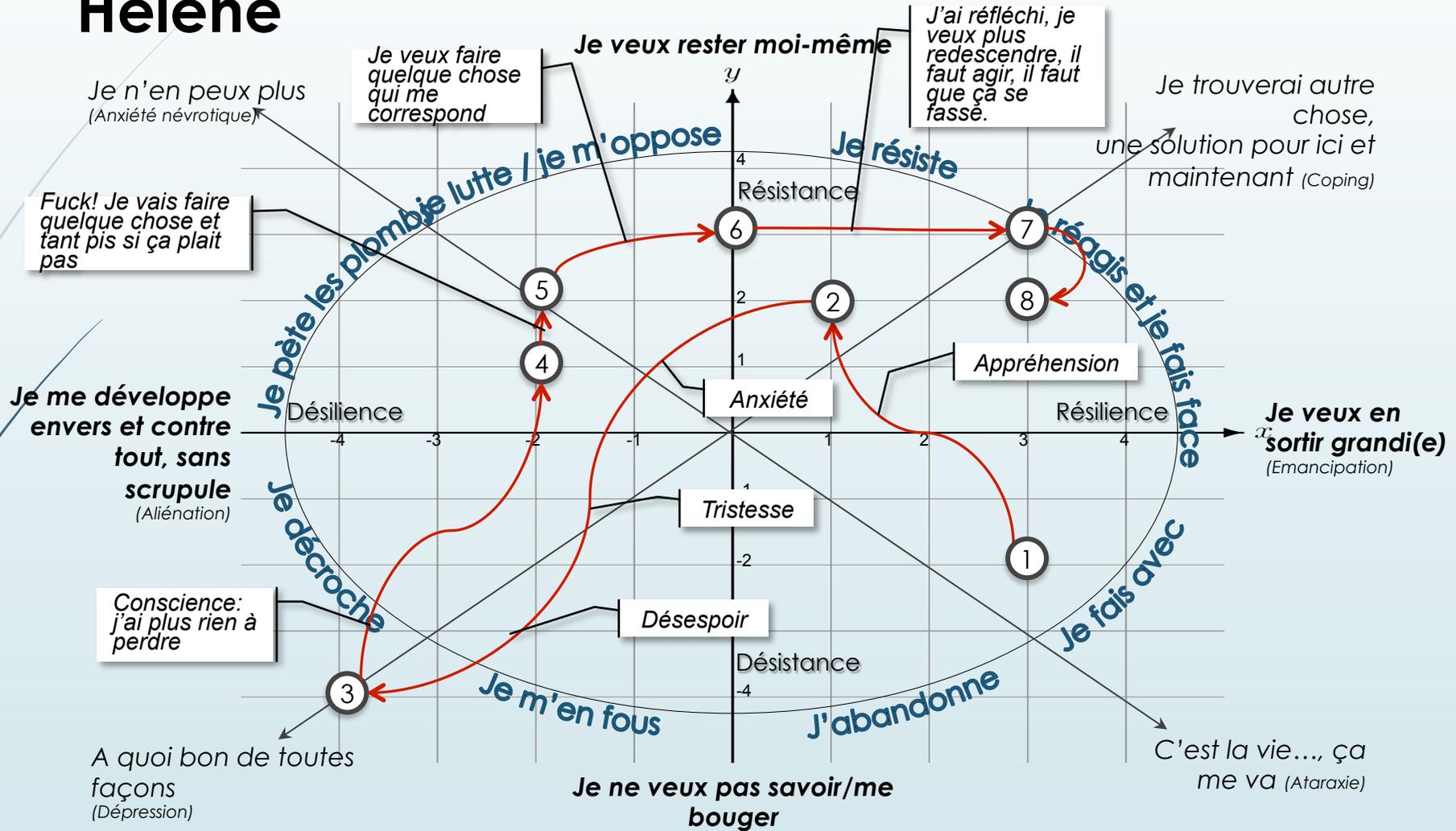
lisec
EA 2310

UNIVERSITÉ
HAUTE-ALSACE

LABORATOIRE INTERUNIVERSITAIRE DES SCIENCES DE L'ÉDUCATION ET DE LA COMMUNICATION

Radars de résilience*

Hélène



111

Le parcours d'Hélène

- « C'est la vie,
ça me va »
- « J'ai réfléchi
Je ne veux plus redescendre
Il faut agir
Il faut que cela se fasse »

- **« A quoi bon de toutes façons » (dépression)**
- **« Flûte ! Je vais faire quelque chose et tant pis si cela ne plaît pas »**

- ▶ « Je n'en peux plus »
- ▶ « Je veux rester moi-même »
- ▶ « Je trouve autre chose »
- ▶ « Je réagis et fais face »
- ▶ « ... Je veux en sortir grandi »



UMONS
Université de Mons



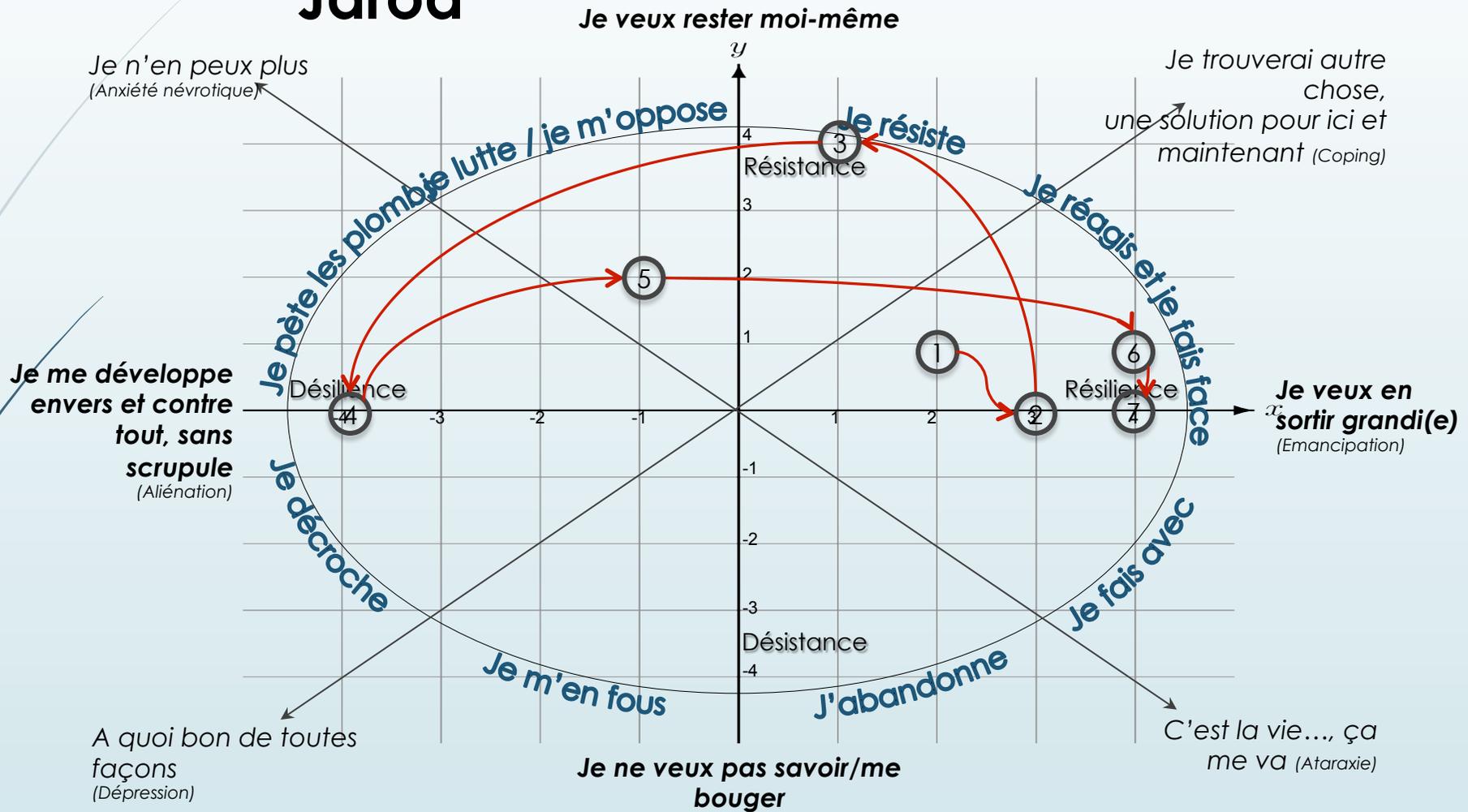
lisec
EA 2310

UNIVERSITÉ
HAUTE-ALSACE

LABORATOIRE INTERUNIVERSITAIRE DES SCIENCES DE L'ÉDUCATION ET DE LA COMMUNICATION

Radars de résilience*

Jarod



115



UMONS
Université de Mons



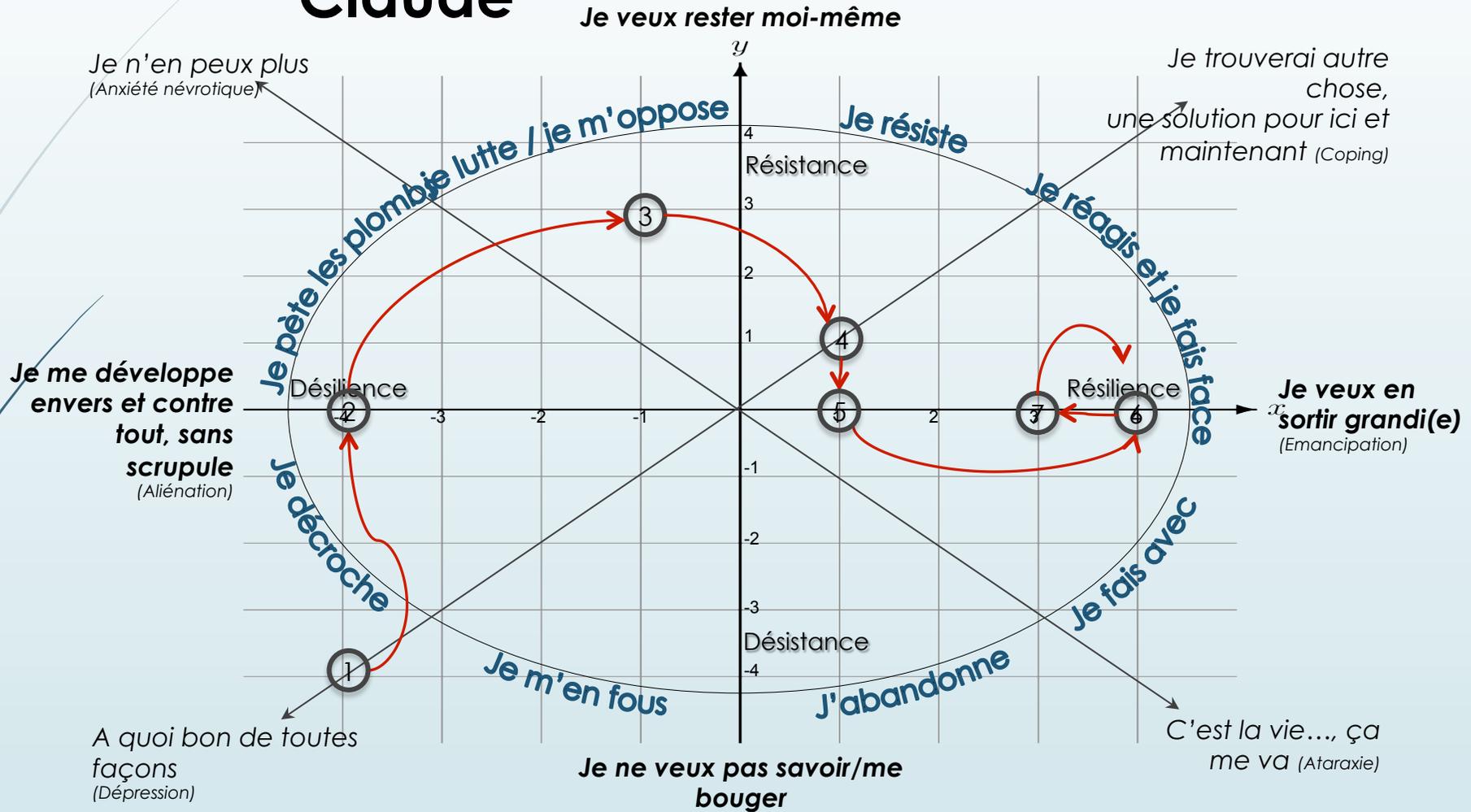
lisec
EA 2310

UNIVERSITÉ
HAUTE-ALSACE

LABORATOIRE INTERUNIVERSITAIRE DES SCIENCES DE L'ÉDUCATION ET DE LA COMMUNICATION

Radars de résilience*

Claude



116

* Inspiré de: Les ressources de la résilience, Pourtois JP et Desmet H.

4.5. Effets bénéfiques

- ▶ **Le sentiment d'historicité**
- ▶ **Se remplir d'avenir**
- ▶ **La confiance en soi**
- ▶ **L'image de soi dynamique**
- ▶ **La croisée des chemins**

- **Devenir auteur**
- **La cohérence**
- **Le sens**
- **Les résistances**
- **Un projet conscient**

5. Sens et cohérence des approches

Spécificités ontologiques ?

5.1. La Phénoménologie

- ▶ Traverser un tunnel
- ▶ La fureur de vivre
- ▶ Je fixe les règles

5.2. La Philosophie

- **Qui ? Quoi ? Comment ?**
- **Dommmages et intérêts**
- **Destin – Force active**

5.3. L'Empirisme

- **Ressources**
- **Indices – Indicateurs**
- **Concepts - Ancrages**

5.4. L'Herméneutisme

- **Se conformer / s'accomplir**
- **Etre soi-même**
- **Moratoire**

C / « Comprendre c'est, avant tout, unifier, relier entre eux des éléments apparemment disjoints »

(Boris Cyrulnik)

6. Approche poétique

***« La nuit n'est jamais complète.
Il y a toujours, puisque je le dis,
puisque je l'affirme,
au bout du chagrin,
une fenêtre ouverte,
une fenêtre éclairée.***

*Il y a toujours un rêve qui veille,
désir à combler,
faim à satisfaire.
Un cœur généreux,
une main tendue,
une main ouverte,
des yeux attentifs,
Une vie,
La vie à se partager ».*

(Paul Eluard)

7. Conclusion

**L'approche
multi-épistémique contrastée
accroît la compréhension
du processus résilient.**

**Le résilient
crée sa métamorphose
sous l'emprise
d'une force positive et singulière.**

**Le parcours résilient
est peu linéaire.
Il est toujours incertain.**

A suivre

Approches disciplinaires

- épistémique
- éducative
- sociologique
- psychologique
- ...

8. Bibliographie



Bove L. (1996), La stratégie du conatus, affirmation et résistance chez Spinoza, Paris, Vrin.

Cyrulnik B. et Jorland G. (2012) (sous la direction de), Résilience. Connaissances de base, Paris, Odile Jacob.

Cyrulnik B. et Anaut M. (2014) (sous la direction de), Résilience. De la recherche à la pratique, 1^{er} Congrès Mondial sur la Résilience, Paris, Odile Jacob.

**Cyrulnik B. et Pourtois J.-P. (Ed.) (2007) ,
Ecole et Résilience, Paris, Odile Jacob.**

**Descombes V. (2013), Les Embarras de
l'identité, Paris, Gallimard.**

Freinet C. (1968, 2^{ème} éd.), Essai de psychologie sensible, Neuchatel, Delachaux et Niestlé.

Freud S. (1900), Die traumdeutung, L'interprétation des rêves, Paris, PUF, 1967.

Nietzsche F. (trad. de l'allemand par Alexandre Vialatte), Le Gai Savoir [« Die fröhliche Wissenschaft »], Éditions Gallimard, coll. « Idées », 1950 (1^{re} éd. 1882), 384 p.

Nietzsche F. (2006), Ainsi parlait Zarathoustra (traduction révisée de Geneviève Bianquis), Paris, Flammarion.

Ostermann G. (2018), Cartographie d'une vitesse de croisade, in Les Moments littéraires, n° 39, 1^{er} semestre.

Pourtois J.-P., Humbeeck B. et Desmet H. (2012), Les Ressources de la Résilience, Paris, PUF.

Pourtois J.-P. et Desmet H. (2015), L'Éducation émancipatrice, Paris, Ed. Ph. Duval.

Proust J. (2005), La nature de la volonté, Paris, Galimard, Coll. « Folio ».

Sarrasin N. (2006), Qui suis-je ? Paris, Ed. de l'Homme.

Tielemans B. (2018), De l'accompagnement vers la résilience, Actes du Symposium Oberlin, Mulhouse, novembre 2017.

Wegner D.M. (2002), L'illusion de la volonté consciente, Cambridge ma, MIT Press.