



La Résilience



par Caroline Poirier
Pavillon Roland Saucier
octobre 2001



Notre itinéraire

- Qu'est-ce que la résilience?
- Comment s'y est-on intéressé?
- Quelles en sont les caractéristiques?
- Comment se construit la résilience?
- En quoi est-ce un concept utile?
- En terminant...
- références

Qu'est-ce que la résilience?

- Petit Robert: terme de physique qui caractérise la résistance au choc, soit le rapport de l'énergie cinétique absorbée nécessaire pour provoquer la rupture d'un métal à la surface de la section brisée (kg/cm²).

•
•
•

Qu'est-ce que la résilience?

- Compétences
- coping
- fonctions du moi
- invulnérabilité
- invincibilité

Qu'est-ce que la résilience?

- Rutter (1990): rôle positif des différences individuelles dans la réponse d'une personne au stress et à l'adversité.
- Fonagy (1993): développement normal dans des conditions difficiles.
- Cowen (1996): adaptation exceptionnelle malgré l'exposition à des stressseurs significatifs.

Qu'est-ce que la résilience?

- Allen (1998): habileté de résister aux effets négatifs de vulnérabilités internes et environnementales.
- Masten (1998): compétence manifeste dans le contexte d'obstacles majeurs à l'adaptation et/ou au développement.

Qu'est-ce que la résilience?

- Résistance versus vulnérabilité
- Facteurs protecteurs versus facteurs de risques

•
•
•

Comment s'y est-on intéressé?

- Observations cliniques
- évolution de la recherche sur les facteurs de risques
- focus sur la santé
- ressources limitées

•
•
•

Quelles en sont les caractéristiques?

- Quatre niveaux de résilience:
- individuelle
- familiale
- communautaire
- sociétaire

Facteurs de résilience individuelle

- intelligence
- talents
- tempérament facile
- flexibilité
- sens de l'humour
- estime de soi
- maturité
- formation scolaire
- Introspection
- genre et âge
- sentiment d'utilité
- capacité de se projeter dans l'avenir
- bon sens de l'identité
- orientation spirituelle
- locus de contrôle interne

Facteurs de résilience individuelle

- habilités de résolution de problèmes
- autonomie
- capacité de se distancer face à un environnement perturbé
- compétence sociale
- empathie
- altruisme
- sociabilité, popularité
- perception d'une relation positive avec un adulte

Facteurs de résilience familiale

- âge des parents
- nombre d'enfants (<5)
- espace entre les naissances
- attentes parentales élevées
- support et affection
- orientation spirituelle
- discipline
- opportunités de participation
- espace physique suffisant
- communication efficace
- interactions
chaleureuses et
positives

Facteurs de résilience familiale

- enfant perçu comme une ressource; ayant de l'avenir
- habiletés à faire face à l'imprévu
- absence de violence dans les familles d'origine
- habiletés de résolution de conflits
- partage de valeurs
- situation financière stable
- non-possessivité
- absence de séparation en bas âge
- présence d'une figure paternelle
- justice intra-familiale

Facteurs de résilience communautaire

- solidarité
- attentes élevées
- opportunités de s'impliquer
- sources diversifiées de support et de ressources
- taux de chômage bas
- taux de criminalité bas
- haut niveaux des installations de santé, de formation, de logement, de garde, de loisirs et de transport

Facteurs de résilience sociétale

- valeurs d'entraide et de tolérance sociales
- attentes élevées
- opportunités
- normes sociales et politiques combattant la pauvreté
- contrôle légal des armes strict
- contrôle légal des drogues et de l'alcool strict
- messages soutenus de non-violence dans les médias et autres

Comment se construit la résilience?

- Stroufe (1997): la résilience n'est pas simplement quelque chose dont certains enfants ont davantage. Cela se développe et évolue dans le temps.
- Stein et al (2000): la résilience est un processus dynamique par lequel un individu interagit avec son environnement pour produire une évolution donnée.

Comment se construit la résilience?

- L'interaction de fact. constitutionnels et de situations diverses permet l'émergence de nouveaux fact. de résilience qui vont ensuite moduler l'influence des premiers et de l'environnement.
- Un exemple: la compétence sociale, à la fois un fact. individuel de résilience et un élément témoignant d'une bonne adaptation développementale

Un exemple: la compétence sociale

- Facteurs

- prédisposants:

- réussite scolaire
- intelligence
- habiletés à résoudre des conflits
- éducation parentale positive
- choix d'amis pro-sociaux

- Conséquences:

- meilleur choix d'amis
- influence positive des parents augmentée
- réussite scolaire
- estime de soi
- adaptation plus facile
- compétence professionnelle future

En quoi est-ce un concept utile?

- La recherche sur la résilience a permis de mettre en évidence:
- l'importance majeure du fonctionnement cognitif, de l'auto-régulation et de l'attachement dans l'adaptation d'un individu tout au long de sa vie;
- les compétences précises à favoriser pour prévenir la mésadaptation;

En quoi est-ce un concept utile?

- les niveaux possibles de prévention: les facteurs de risques, les facteurs protecteurs, et les processus d'interaction entre eux;
- le fait incontournable que le passé n'est pas toujours garant de l'avenir et qu'à tout âge une trajectoire de vie négative peut être modifiée.

En terminant...

- Éviter le réductionnisme: le processus est plus important que la présence ou l'absence d'un facteur spécifique de résilience.
- La poule ou l'oeuf? Les facteurs associés avec la résilience en sont-ils les causes ou les conséquences?

En terminant...

- Les facteurs de résilience peuvent ne pas être adaptatifs dans toutes les situations.
- Certains stressseurs contribuent à la résilience.
- Y a-t-il un prix à payer?

références

- Allen R. James, Of resilience, vulnerability, and a woman who never lived, Child and adolescent psychiatric clinics of north america, vol. 7, no. 1, jannuary 1998
- Cowen et al, Resilience in high stressed urban children: concepts and findings, Bulletin of the New York academy of medecine, winter 1996

références

- Edari et McManus, Risk and resiliency factors for violence, Pediatric clinics of north America, vol. 45, no. 2, april 1998
- Engle et al, Child development: vulnerability and resilience, Social science medecine, vol. 43, no. 5, 1996
- Fonagy et al, The theory and practice of resilience, J. child psychiatry, vol. 35, no. 2, 1994

références

- Hetherington et Stanley-Hagan, The adjustment of children with divorced parents: a risk and resiliency perspective, J. child psychiatry, vol 40, no. 1, 1999
- Masten et Coatsworth, The development of competence in favorable and unfavorable environments, lessons from research on successful children, American psychologist, vol. 53, no.2, 1998

références

- Stein et al, Lives through time. An ideographic approach to the study of resilience, Bulletin of the Meninger clinic, vol. 64, no. 2, 2000
- Tousignant, Michel, De l'adversité à la résilience: la part du milieu, la part de l'enfant, Prisme, no. 29, 1999