

Pour une articulation théorique

Résilience / Attachement / Coping

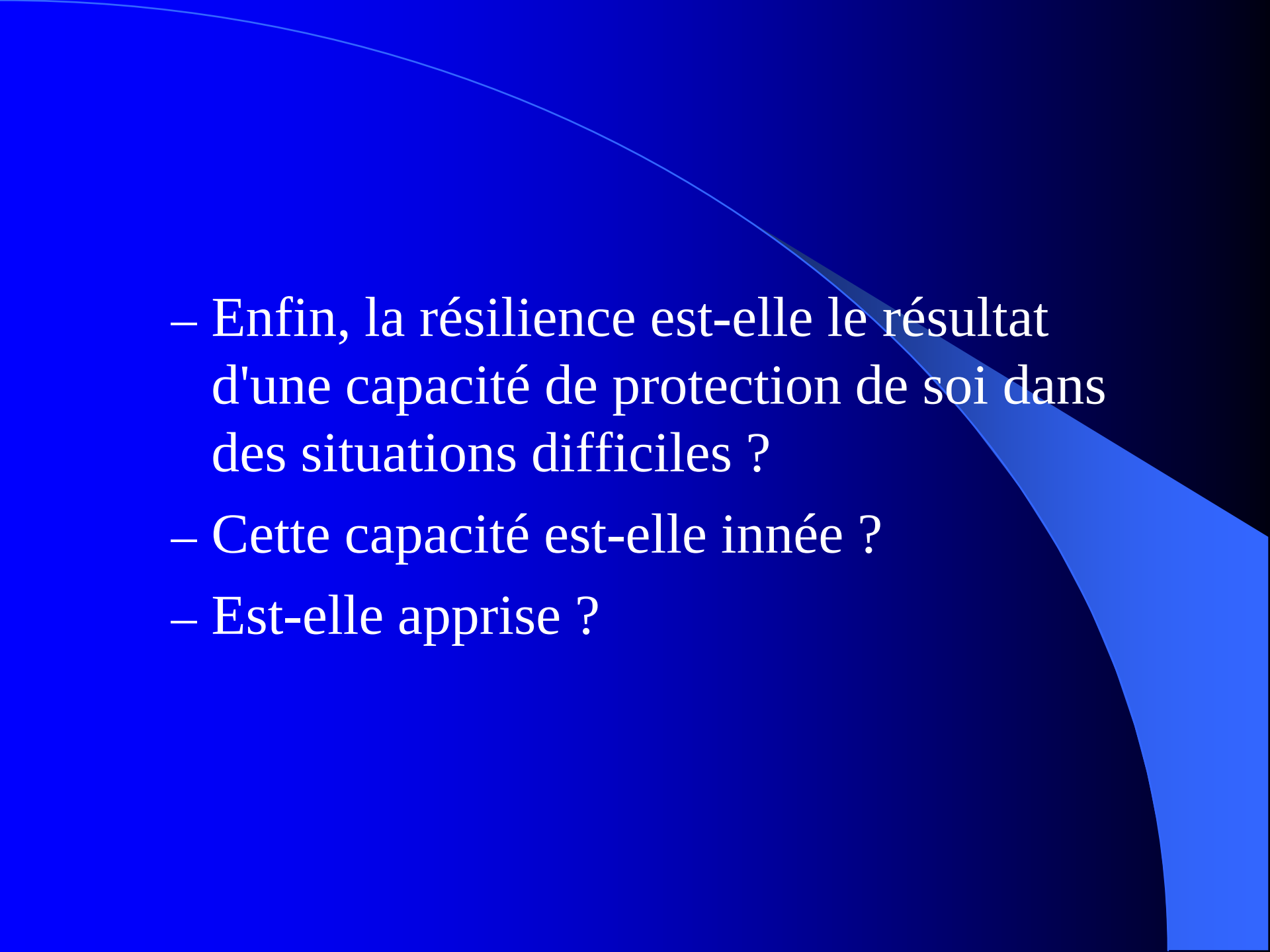
Aubeline Vinay, Sylvie Esparbès-Pistre & Pierre Tap

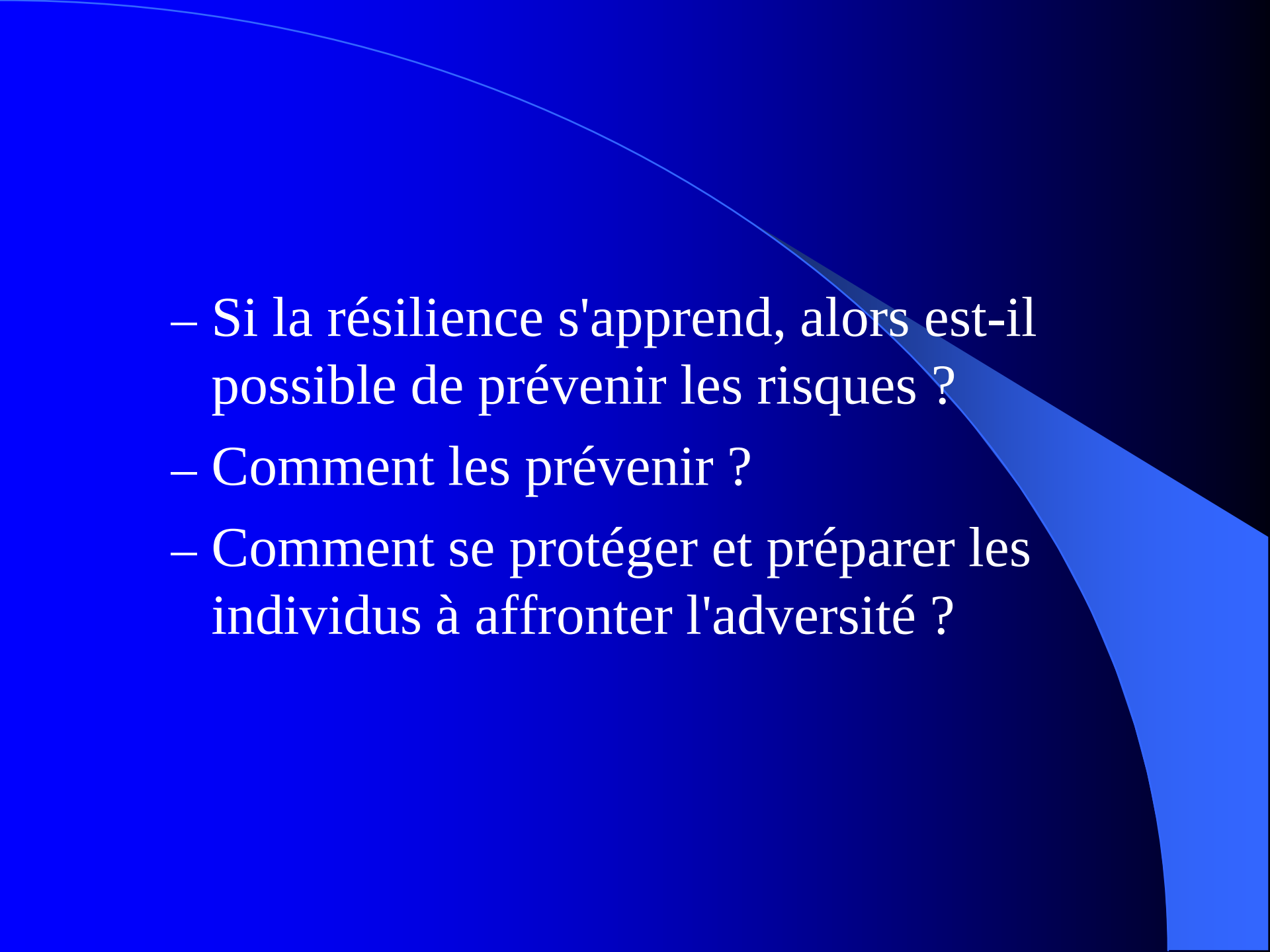
Plan

- Introduction
- I. La résilience : définition du concept
- II. L'articulation attachement / coping
- III. Les processus à favoriser pour la prévention précoce
- IV. L'importance de la famille dans la prévention

- comme l'attachement, le comportement résilient est-il fondé uniquement sur les expériences du passé ?

- le comportement résilient résulte-t-il d'une ressource individuelle impliquant la capacité de contrôle et d'endurance ?
- Alors, la résilience se confond-elle avec le coping ?

- 
- Enfin, la résilience est-elle le résultat d'une capacité de protection de soi dans des situations difficiles ?
 - Cette capacité est-elle innée ?
 - Est-elle apprise ?

- 
- Si la résilience s'apprend, alors est-il possible de prévenir les risques ?
 - Comment les prévenir ?
 - Comment se protéger et préparer les individus à affronter l'adversité ?

I. La résilience : définition du concept :

- resilire : rebondir
- resilientia : l'aptitude d'un corps à résister à un choc

- "*comportement adaptatif positif*", (Garmesy, 1996);
- "*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*", (Vanistendael, 1998).

Attachement :

- *"les enfants résilients semblent être spécialement des adeptes du recrutement actif de parents de substitution, même s'ils ne font pas partie de la parenté", (Durning, 1995).*

Attachement :

- "*tuteurs de développement*", (Loutre du Pasquier, 1981),
- "*zones d'arrimage*" structurantes, (Lemay, 1998),
- zones "*d'ancrage*", (Baubion-Broye, Tap & Malrieu, 1987).

Coping :

- Objectif du coping : l'adaptation.
- Mais la résilience c'est s'adapter et rebondir, et s'en sortir positivement.

Endurance :

- La résilience, (Rutter & Garmesy, 1983) : aspect psychobiologique de l'individu, son endurance, (Kobasa et *al.*, 1982), dans des situations à risques, et une compétence à endurer la souffrance.
- L'endurance : une stabilité dans la capacité d'endurer ou de durer,
- La résilience comprend la capacité de repartir.

Adaptation :

- L'adaptation : état de bien être, par l'absence de symptômes cliniques, ou par la résolution des tâches de développement proposées par Havigurst, (1948).
- Dans la résilience : on peut parler de "*richesse adaptative*".

Trois éléments importants ressortent de ces définitions :

- *la gestion des ressources* dans le temps.
- une *flexibilité adaptative* face à un contexte défavorable.
- au-delà de l'interaction sujet-environnement, il y a *transaction*.

II. L'articulation attachement / coping :

1. La fonction de l'attachement dans la socialisation familiale

L'attachement : une base de sécurité

- système comportemental primaire spécifique, permet au bébé d'établir et de maintenir la proximité ou le contact avec sa mère, afin de réduire la crainte et l'anxiété, (Bowlby, 1984).
- Modèle interne opérant
- se répercute à l'adolescence puis à l'âge adulte dans de véritables stratégies relationnelles, (Pierrehumbert & *al.*, 1996).

Le processus d'identification

- façon dont "je suis capable d'être l'autre, sans pour autant perdre qui je suis".
- attitude cognitivo-affective,
- une quête de similitudes et de différenciations sociales.

II. L'articulation attachement / coping :

2. De l'attachement au coping
(styles ou stratégies ?)

- *"A l'adolescence, le besoin d'attachement peut être utilisé comme une stratégie de régulation émotionnelle, (Kobak & al., 1993; Kobak & Sceery, 1988), mais cela peut refléter aussi un aspect général du style défensif utilisé, (Cassidy & Kobak, 1988)", (Goossens & al., 1998).*

La théorie du coping

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

La stratégie est plus qu'un style

- *"définie comme un ensemble d'actions coordonnées, de manœuvres en vue d'une victoire, (elle) nous place d'emblée au niveau interactionnel et dynamique. Elle définit une situation tensionnelle qu'on va tenter de résoudre positivement par l'accès à la récompense", (Kastersztein, 1990, p.30).*

La confiance

- *"La présence d'un rapport de confiance avec l'entourage immédiat est déterminante pour aller chercher le courage de lutter", (Tousignant, 1998, p.71).*
- La confiance est en quelque sorte le pré-requis à l'acquisition de l'autonomie.

L'autonomisation

- Autonomie : du grec autos et nomoi,
- Capacité à faire sa propre loi, possibilité de prendre des décisions, faire des choix de valeurs, être auteur de soi-même et pouvoir se distancer de soi-même, s'intégrer socialement et se réaliser.
- L'autonomie permet de faire face, elle est source d'adaptation.

Sécurité et contrôle :

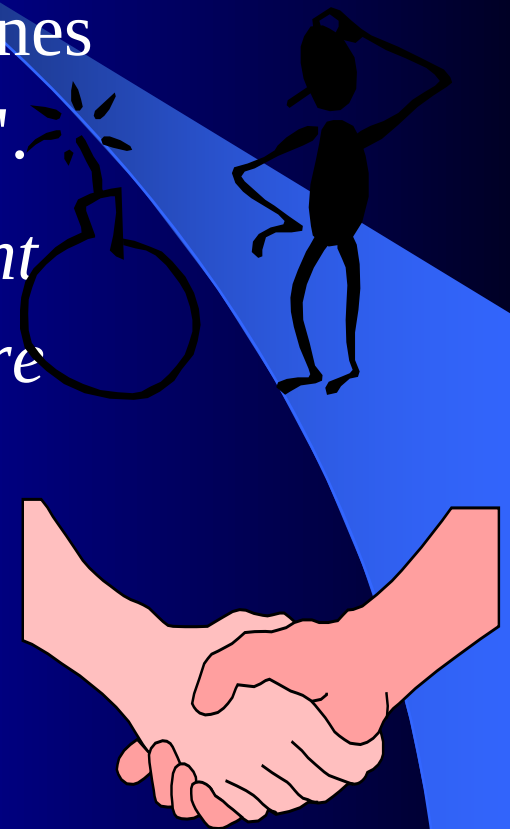
- Plus l'enfant est en sécurité, plus il a confiance en lui et plus il parvient à prendre ses distances pour explorer l'environnement, plus il est autonome.
- Dans la dynamique relationnelle familiale: La rigidité relationnelle dans l'enfance, oriente plutôt vers un détachement affectif et émotionnel que vers l'autonomie.

III. Les processus à favoriser pour la prévention précoce

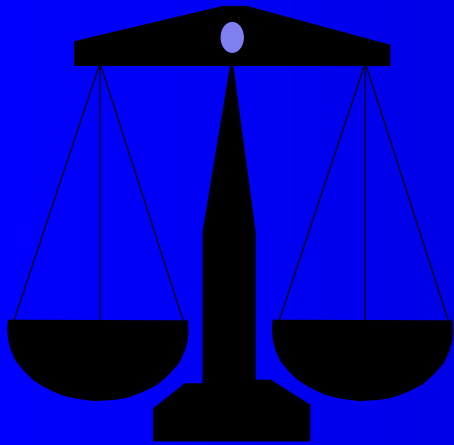
Faire de la prévention précoce, c'est apporter une aide facilitant l'émergence de processus nécessaires au comportement résilient en situation d'aliénation.

1. Défense / Protection :

- Quand la famille fait défaut, des personnes alternatives jouent le rôle "*d'initiateurs*".
- La protection : "*réduit le développement d'un dysfonctionnement ou d'un désordre en présence de vulnérabilité et d'expériences de vie stressantes*", (Gore Eckenrode, 1994).



2. Equilibre face aux tensions (tenir le coup) :



- La *flexibilité*, (Rowland, 1989) : la souplesse adaptative, la capacité à faire des concessions, à gérer au mieux les exigences contradictoires, à trouver un équilibre personnel.

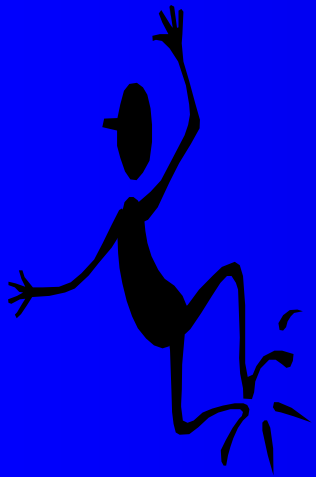
3. Engagement - Défi :

- Prise d'initiative : risque délibéré, nécessaire pour survivre.
- *"Le risque évoque l'incertitude de l'issue de la confrontation de l'enfant avec un stress environnemental ou intérieur", (Solnit, 1982).*
- Risque : épreuve de vérité.



4. Relance (rebondir) :

- *"Ces ressources insoupçonnées découvertes en soi reculent momentanément, pour le moins, les limites que l'on se faisait de ses propres capacités de résistance. Ainsi l'événement traumatisant, par le développement de stratégies appropriées est l'opportunité susceptible de libérer ce fameux ressort invisible selon l'heureuse expression de G. N. Fischer", (Boutinet, 1998, p.205).*

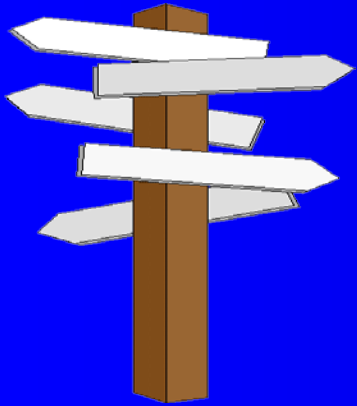


5. Evaluation (aspects cognitifs présents dans tous les processus):

- Résilience : "*utiliser au mieux le handicap*", (Boutinet, 1998, p.204).
- Il importe d'évaluer la complexité de la situation, du réel, les demandes, les intentions, les possibilités et de faire avec.



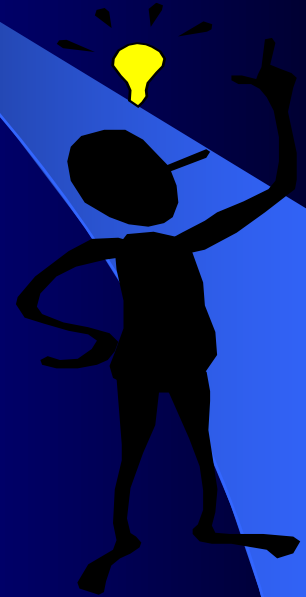
6. Signification / Valuation :



- Résilience : "*capacité à mettre en sens une expérience insensée, d'en faire un récit cohérent*", (Guedeney, 1998, p.24).
- Le fait de donner sens, est une manière d'avoir prise, la déprise totale étant justement dans le non-sens, (Esparbès-Pistre & Tap, 2000).
- Il s'agit d'être autonome, de se constituer ses propres valeurs.

7. Positivité de soi :

- *"Parce que la vie est belle, et que le germe de l'espoir se niche jusque dans l'horreur; il y a quelque chose qui résiste à tout, à quelque destruction que ce soit. Le rire nous sauve; voir l'autre côté des choses, le côté surréel, amusant, ou parvenir à l'imaginer, nous empêche de nous briser, d'être emportés comme des fétus, nous aide à résister pour réussir à passer la nuit, même lorsqu'elle paraît longue", (Benigni & Cerami, 1999, p.9).*



8. Responsabilisation :



- L'autonomie est à entendre comme un des éléments fondateurs et constituants de la responsabilité, (Hoffmans-Gosset, 1993).
- En se sentant responsable de sa survie, de ses capacités pour réussir à s'en sortir, on peut s'engager positivement et devenir le créateur de sa vie.

9. Création (dynamique des déplacements et divergences) :

- Pour affronter une difficulté : jouer avec l'ensemble des processus évoqués.
- Pour la dépasser et repartir, se relancer, rebondir sans trop de traces invalidantes : être créatif.
- Par la créativité et l'imagination le sujet peut trouver du sens, en donner ou prendre sens.



IV. L'importance de la famille dans la prévention

Les facteurs de protection, Trois catégories, (Garmezy, 1985; 1991) :

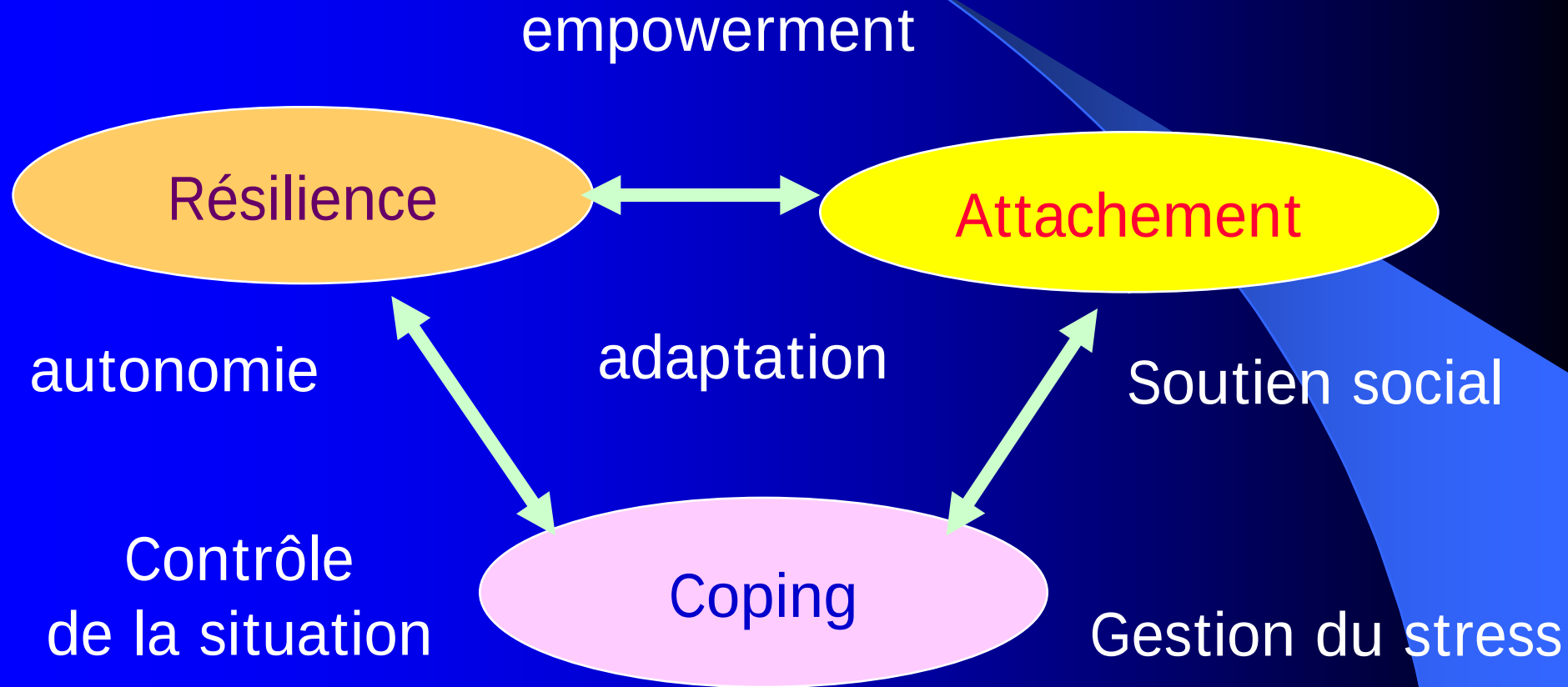
- *les facteurs individuels*
- *les facteurs familiaux*
- *les soutiens extra-familiaux*

- Intervention précoce : donner aux parents la possibilité d'analyser la situation, de repérer les sources de stress, d'avoir une action concrète sur soi et sur l'environnement.
- *"La résilience humaine exige une ouverture aux autres, le respect de chacun et le don de soi. Le repli sur soi est la stratégie perdante", (Tousignant, 1998, p.71).*

Aubeline Vinay, Sylvie Esparbès-Pistre
et Pierre Tap (2000)

Attachement et stratégies de coping
chez l'individu résilient

Revue Internationale de l'éducation familiale.
4, 1, n° spécial résilience (pp. 9-36)



Interne

Externe

Individu

Environnement

Tension

Situation

**Contraintes
risques**

**Protections et
Ressources
internes
Dispositions**

**Sens
Conflit**

**Protections et
Ressources
externes
Soutien social**

Stress

**Elasticité (*Ressort*)
Ego
Resiliency**

Coping

Transactions

