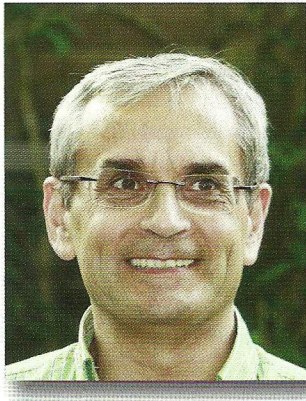


Résilience : un parcours de vie

Entretien avec Jacques LECOMTE



Jacques Lecomte est docteur en psychologie, il a été enseignant à l'université Paris Ouest Nanterre La Défense et à la faculté des sciences sociales de l'Institut Catholique de Paris. Il a été travailleur social et journaliste. Il est l'auteur de « *Guérir de son enfance* » (Éd. Odile Jacob, 2004) et de « *La résilience : Se reconstruire après un traumatisme* » (Éd. Rue d'Ulm, 2010). Suite à une enfance violente, il fait lui-même l'expérience de la résilience, cette faculté psychologique qui permet de dépasser le traumatisme et de se reconstruire.

- Comment l'enfant perçoit la violence qu'il subit ?

- Il y a un mythe très répandu selon lequel les enfants maltraités se sentent coupables de la violence qu'ils subissent. Or, lorsqu'un enfant est à la sortie de l'école, et qu'il voit les autres parents arriver et déclamer « *Comment tu vas mon petit chéri ?* » et que lui sait qu'il va se prendre des coups à la maison, il intègre très vite l'idée qu'il y a quelque chose d'anormal dans sa condition.

Par contre, il y a une perversité dans la maltraitance psychologique. La plupart des enfants maltraités physiquement le sont également psychologiquement. Ils prennent des coups et entendent des critiques du type « *tu es bon à rien, tu es un abruti* ».

Dans l'univers des enfants, la réalité est assez simple : une personne méchante est une personne qui le frappe. L'enfant à la fois maltraité physiquement et psychologiquement aura ainsi dans son malheur une ressource, une sorte d'air bag mental protecteur, celle d'attri-

buer les propos violents à la violence de l'adulte qui le maltraite.

En revanche, l'inverse n'est pas vrai. La maltraitance psychique n'est pas forcément accompagnée de violence physique. L'enfant qui subit de la violence psychologique sans maltraitance physique n'a donc pas cet « air bag » et il va s'attribuer la responsabilité des propos de l'adulte puisque pour lui l'adulte est gentil puisqu'il ne le frappe pas. J'ai été étonné de voir qu'il est plus difficile de rentrer en résilience pour ces enfants que pour ceux qui ont subi des violences physiques. Leur estime d'eux-mêmes est beaucoup plus atteinte, et il est difficile de la remonter, car ces personnes prennent plus difficilement conscience de la maltraitance qu'ils ont vécue.

- Reproduiront-ils ces violences ?

- Tout d'abord, il faut noter que la reproduction de la maltraitance est très faible, de l'ordre de 5 à 10 %. Ma thèse s'appelait « *briser le cycle de la violence* » : la plupart des enfants maltraités

à un moment de leur parcours d'enfance vivent ce que j'appelle le « contre modelage », c'est-à-dire qu'ils décident de faire le contraire de ce qu'ils ont connu avec leurs parents, et la plupart y arrivent. Dans les entretiens que j'ai menés avec des personnes ayant connu des violences dans leur enfance, j'ai pu entendre « *j'ai décidé que je ferais le contraire* » ou « *j'ai pris mon père comme l'anti modèle* », ce sont des phrases qui reviennent souvent et qui sont prédictives de ce que j'appelle la « cessation intergénérationnelle » de la maltraitance.

- Qu'est-ce qui va briser le cycle de la violence ?

- Je vois trois fondements de ce que j'appelle la résilience des enfants et des jeunes en souffrance : le lien, la loi symbolique et le sens. Le lien est l'aspect interpersonnel, on dit souvent qu'on n'est pas résilient tout seul ; cela est lié à la présence d'adultes bienveillants.

La loi symbolique c'est le fait de construire un cadre autour de ces enfants. Dans

les entretiens que j'ai menés dans ma thèse, j'ai entendu des phrases du type « j'ai été dans une famille d'accueil, qu'est-ce qu'ils étaient gentils, mais le père était ferme et j'en avais besoin » ou « c'était pénible, il y avait des principes et des règles, mais avec le recul je me rends compte que j'en avais besoin ». Le lien et la loi symbolique sont donc les deux aspects fondamentaux de la responsabilité des adultes, et l'équilibre entre eux n'est jamais simple.

Lorsque j'en ai parlé pour la première fois devant des travailleurs sociaux, ceux-ci m'ont rapidement dit que cela n'avait rien d'exceptionnel et que cela était le cadre de l'éducation familiale. Effectivement, pour qu'un enfant se développe sereinement, il a besoin d'amour et de règles. En fait ces principes de reconstruction ne sont ni plus ni moins que ce qu'un enfant devrait rencontrer habituellement. Cela veut dire que les éléments constitutifs de la résilience ne sont pas des éléments extraordinaires.

Maintenant, si ces deux éléments sont présents, le jeune pourra s'appuyer dessus pour construire du sens. Un double sens : d'une part de direction (*dans quel sens je vais diriger ma vie ?*) et de signification (*quel sens je donne à ma vie ?*). Cela est de la responsabilité du jeune ; les adultes n'ont pas à faire du sens à la place du jeune. Quand j'ai recueilli les différents témoignages, j'ai souvent entendu des projets existentiels forts, de vouloir être à la fois un parent bien traitant et un conjoint bien traitant. Cela n'est pas toujours facile lorsque l'on n'a pas eu un modèle parental adapté. Mais ces personnes vont observer comment font d'autres, certains ont bénéficié parfois de parents de substitution, d'un compagnon ou d'une conjointe qui n'a pas été maltraité, qui

les accompagne dans un parcours d'apprentissages.

J'ai appelé cela le triangle de la résilience : le lien et la loi symbolique conditionnent le sens.

- Il n'y a pas de certitude pour que le sens émerge ?

- La résilience est un parcours personnel, chacun le fait ou ne le fait pas ; Il n'y a pas d'automatisme. Lorsque je fais des conférences, des personnes viennent me voir et me disent « comment aider cette personne, ça fait dix ans qu'elle a eu ça, elle ne s'en sort pas... ». Or il n'y a pas de recette. Cela nous dit que la condition humaine n'est pas figée : la vie d'un enfant en souffrance n'est pas entièrement conditionnée par son environnement. Chacun fait son chemin, au-delà du conditionnement social.

- On parle de tuteur de résilience ?

- Dans les parcours des jeunes, il y a généralement une ou deux personnes qui vont marquer ce parcours de résilience. À partir de là, il y a un risque : celui de se proclamer tuteur de résilience. En effet, c'est l'enfant qui va « choisir » cette ou ces personnes. Il va nouer un lien dans le temps et la parole de ces personnes prendra de la valeur, car ils auront une légitimité pour l'enfant. Un tuteur est en général patient, car la résilience est un processus lent qui peut durer des années et il faut accepter de laisser ce temps à l'enfant. Ce ne sont pas des personnes qui arrivent ponctuellement et déclament « tu es génial, ce que tu fais est bien ». Il faut que cette parole ait un sens vis-à-vis de l'enfant qui se sentira véritablement reconnu dans sa totalité, avec ses faiblesses et ses qualités.

J'ai essayé de lister, à partir d'autobiographies et des entretiens que j'ai menés, les attitudes de ces « tuteurs ». Il ne s'agit pas là d'un catalogue des bonnes pratiques, ce sont des attitudes spontanées qui sont susceptibles d'avoir de l'effet.

Le premier comportement, c'est l'amour. Je sais que ce terme est mal perçu, voi-

re tabou dans le milieu professionnel, aussi peut-on parler d'empathie, de bienveillance... Dans les témoignages, je n'ai jamais entendu quelqu'un me dire « j'ai senti de l'empathie sur moi », j'ai entendu « je me suis senti aimé ». C'est le cœur du lien.

Une attitude fréquemment relevée est le fait de s'intéresser aux côtés positifs de l'enfant. Les enfants qui souffrent ne sont habituellement pas attirants de prime abord, car ils peuvent être violents ou solitaires. La richesse des tuteurs, c'est de regarder au-delà et de voir les qualités de ces enfants. Il n'y a pas pour moi de jeunes violents : ce que je veux dire, c'est qu'il y a certes des jeunes qui commettent des actes violents, voire très graves, mais ces jeunes ne sont pas violents de façon inhérente. Ils souffrent et projettent cette souffrance sur les autres sous la forme d'actes violents. Le tuteur fait comprendre à l'enfant sa valeur, que ce soit de façon langagière (par des propos) ou non verbale (par un regard admiratif). Il saura également accompagner le jeune dans cette construction de son estime en lui donnant par exemple des défis que le jeune peut relever, pour le mettre dans une situation de se prouver à lui-même qu'il a de la valeur.

Enfin, il faut être respectueux du jeune. Il ne faut pas le forcer à parler par exemple. Il faut lui laisser cette liberté. La première réponse à laquelle on pense c'est le rendez-vous avec un psychologue. Je suis d'accord, dans une certaine mesure. Mais à condition que le jeune soit volontaire et se sente libre pour parler de cette histoire. Car des études le prouvent, obliger un jeune à parler de ces violences peut avoir des conséquences néfastes. La psychothérapie doit être une demande du patient ; or la seule exception à cette règle aujourd'hui concerne les enfants que l'on inscrit en psychothérapie. Face à ce manque de liberté, à cette obligation, certains enfants vont entrer dans un mutisme qui n'offrira aucun bénéfice.

Propos recueillis par
Fabien Parthelot

