

## PEF 6101 Enfant et environnement

### La résilience

La résilience est un concept d'apparition plutôt récente en sciences humaines. Le terme, du latin *resilire* (rebondir, sauter en arrière) est emprunté à la physique et caractérise la résistance au choc d'un métal. Appliqué en psychologie, le concept prend un sens différent dans la mesure où il ne se limite pas à la résistance, mais sous-tend une dimension plus dynamique, qui implique que l'individu qui subit un choc rebondit, se reconstruit.

Il s'agit d'un concept général relié à l'adaptation positive de l'individu qui vit en contexte de difficulté. La résilience est la capacité de réussir, d'évoluer et de développer ses compétences malgré des circonstances adverses. Ces circonstances sont d'ordres diverses, incluant d'ordre biologique (anomalies congénitales, handicaps) ou environnemental (pauvreté). De plus, ces circonstances peuvent être chroniques et répétées ou graves mais occasionnelles. Afin de réussir et de développer ses compétences, l'individu doit puiser dans ses ressources biologiques, psychologiques et environnementales. La résilience est donc un phénomène résultant de facteurs internes (biologiques et psychologiques) et externes (environnementaux), tous deux nécessaires au processus de « rebondissement ».

La notion de résilience demeure toutefois imprécise, proposant davantage une approche descriptive que conceptuelle. Il n'en existe pas de définition univoque.

« Résilier c'est se reprendre, aller de l'avant après une maladie, un traumatisme, un stress. C'est surmonter les épreuves et les crises de l'existence, c'est-à-dire y résister, puis les dépasser pour continuer à vivre le mieux possible. C'est résilier un contrat avec l'adversité. » (Manciaux et Tomkiewicz, *année*, dans Lighezzolo et al, 2003).

La petite enfance est une période importante pour la compréhension et la promotion de la résilience. C'est durant cette période que les compétences se développent et que les facteurs de protection de l'être humain commencent à apparaître. Pour certains enfants, le processus de résilience se fait tout naturellement, alors que d'autres auront besoin d'aide pour y arriver. La petite enfance constitue une période cruciale pour les interventions visant à prévenir certains facteurs de risque, à renforcer les ressources internes et externes de l'enfant et à favoriser le développement de ses compétences.

L'évaluation de la résilience implique un jugement sur la vie de la personne concernée. On ne peut mesurer la résilience directement, on ne peut que la présumer, l'insinuer en fonction de la présence de deux conditions : 1) la personne va raisonnablement bien; 2) elle va bien malgré un contexte significatif d'adversité.

La résilience n'est pas une caractéristique, une qualité propre à l'individu. Il faut donc s'abstenir d'employer le terme comme adjectif en disant, par exemple « Cet enfant est résilient », ce qui suggère une caractéristique innée chez l'enfant à esquisser le risque. Il faut plutôt parler d'une « adaptation résiliente » à une situation d'adversité, ce qui illustre davantage des mécanismes d'adaptation qui ont favorisé le rebondissement favorable à l'individu.

La résilience n'est pas un phénomène du tout ou rien. On peut faire preuve de comportements de résilience de façon variable tout au long de notre vie, selon les sphères affectées par l'adversité. De plus, une adaptation résiliente peut opérer lors de contextes adverses ponctuels, mais les mécanismes d'adaptation peuvent flancher lors de contextes chroniques et continus.

**Références utilisées :**

Luthar, S.S. (2006). La résilience chez les jeunes enfants et son impact sur leur développement psychosocial. Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants.

Masten, A.S., et Gewirtz, A.H. (2007). La résilience en matière de développement : l'importance de la petite enfance. Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants.

Rouse, K.A. G. (1998). Infant and toddler resilience. Early childhood education journal, 26(1), 47-

Lighezzolo, J., Marchal, S. et Theis, A. (2003). La résilience chez l'enfant maltraité : « tuteur de développement » et mécanismes défensifs (approche projective comparée). Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence, 51, 87-97.