

Les livres

Trois ou quatre choses que je sais d'elle : la résilience

S'il est un concept en vogue, c'est bien celui de résilience. Or de quoi parle-t-on exactement ? Quels sont les facilitateurs de ce processus particulier de « deuil » ? Comment peut-on se former pour faire émerger cette reconstruction post-traumatique ? Telles sont les questions posées dans ce petit fascicule publié par Emmaüs et Normale Sup. Spécialiste de la psychologie positive, Jacques Lecomte précise d'emblée que le « résilient » ne l'est pas d'un coup de baguette magique ni *ad vitam aeternam* mais il s'agit davantage d'un processus avec parfois des allers-retours. Trois éléments majeurs construisent la résilience selon l'auteur : le lien (la rencontre avec quelqu'un) ; le sens de la souffrance c'est-à-dire à la fois l'orientation et la signification ; la loi symbolique. Un modèle qui finalement n'est pas si extraordinaire

que cela : « *ce sont les mêmes éléments qui aident un enfant à se développer harmonieusement dans une famille heureuse et qui permettent à un enfant mal-traité de se reconstruire* », analyse Jacques Lecomte. Aux « tuteurs de résilience », l'auteur donne quelques conseils : manifester de l'empathie et de l'affection, repérer les facettes lumineuses des personnes en souffrance, les laisser libres de parler ou de se taire, ne pas se décourager face aux « échecs » apparents... Il réhabilite aussi la règle anthropologique fondamentale du don/contre-don de Marcel Mauss pour que l'aide ne se fasse pas de façon unilatérale et que le « résilient » puisse retrouver toute sa dignité en donnant à son tour. Un document très synthétique au croisement de la réflexion universitaire et de l'action sociale de terrain. **A.C.**