CONSTRUIRE LA RESILIENCE

La résilience, à l'origine, exprime la résistance des matériaux aux chocs. Le terme a commencé à être utilisé en sciences humaines depuis une cinquantaine d'années seulement.

L'enfance victime

L'enfance bafouée, victime de maltraitance, de violence, d'abus sexuels, nous osons désormais en parler. L'enfance marquée à jamais. Au-delà du constat déprimant, ce livre veut décrire des chemins d'espoir: l' expérience de celles et ceux qui s'en sortent, et bien. Pas de roman ici, mais l'analyse du prix du bonheur retrouvé, de la souffrance dépassée mais jamais oubliée.
Nous devons cette recherche à Stéfan Vanistendaël, spécialiste au Bureau International Catholique de l'Enfance (BICE), et au journaliste en sciences humaines Jacques Lecomte. L'ouvrage est préfacé par Michel Manciaux, du Comité d'experts OMS en santé de la famille.
Du sérieux.

Recréer un avenir

L'idée maîtresse du livre explique son titre intrigant: construire la résilience. La résilience est cette capacité de chacun de nous à réagir, à faire à nouveau des projets, malgré des conditions de vie très difficiles, des événements déstabilisants, des traumatismes parfois sévères. Elle est en nous cette résistance au malheur qui nous dynamise vers un autre avenir à construire au coeur de la difficulté du vécu.
Au lieu de partir de la victime pour rechercher le milieu familial ou environnemental créateur du traumatisme, l'originalité de la méthode consiste à regarder les frères et soeurs des enfants atteints. On découvre que la plupart ont été moins ou à peine marqués. Pourquoi ? Quel appui humain ont-ils trouvé, à quelles ressources personnelles ont-ils puisé pour s'en sortir? Voilà l'objet de ce livre, la dynamique positive qui le caractérise.

Les points d'appui de la résilience

Sur quoi, sur qui s'appuyer ? On retrouve là des axes connus, simples, mais vitaux.
.Qui peut m'aider ? Cet autre qui accepte de m'écouter sans frontière, d'être proche de moi tel(le) que me voilà, joue un rôle capital: l'altérité.
.Je dois découvrir un sens à ma vie. Me prouver que je suis capable. Retrouver la juste estime de moi, par delà une fausse culpabilité dépassée.
.Joie de construire, avec la limite de mes possibilités, une maîtrise de ma vie-
.Et l'importance de la foi. La foi en ce Dieu qui me dit que *j'ai du prix* à *ses yeux.*
Jamais ces pages ne proposent de recettes. C'est le livre des petites et grandes victoires de chacun, de l'aide, des amitiés et de l'amour reçus. Ces victoires annoncent l'évidence humble que *le bonheur est toujours possible.* Il faut s'aider à vivifier nos forces de résilience. D'autres l'ont fait: cet ouvrage fourmille d'exemples de vie.
Au fond, ne sommes-nous pas en face d'un travail *pascal* qui rejoint la dynamique de notre foi en Jésus et en l'homme: mort et résurrection ?

Frère Paul ROUGNON
Prieuré Saint Martin
La Houssaye-en-Brie (S.-&-M.)

« Le bonheur est toujours possible -construire la résilience. » Bayard Editions, mars 2002, 18,29 Euros ».