

Les Notes de l'Institut Diderot

Attachement, trauma et résilience

BORIS CYRULNIK

[illegible][illegible][illegible]

[\[1\]](#) [\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#) [\[5\]](#) [\[6\]](#) [\[7\]](#) [\[8\]](#) [\[9\]](#) [\[10\]](#) [\[11\]](#) [\[12\]](#) [\[13\]](#) [\[14\]](#) [\[15\]](#) [\[16\]](#) [\[17\]](#) [\[18\]](#) [\[19\]](#) [\[20\]](#) [\[21\]](#) [\[22\]](#) [\[23\]](#) [\[24\]](#) [\[25\]](#) [\[26\]](#) [\[27\]](#) [\[28\]](#) [\[29\]](#) [\[30\]](#)

[illegible]

SOMMAIRE

AVANT-PROPOS

Dominique Lecourt

p. 5

ATTACHEMENT, TRAUMA ET RÉSILIENCE

Boris Cyrulnik

p.9

LES PUBLICATIONS DE L'INSTITUT DIDEROT

p. 31

AVANT-PROPOS

En trois mots bien ordonnés, Boris Cyrulnik, neuropsychiatre de grande renommée, nous livre l'essentiel de sa philosophie et résume l'esprit des activités de l'institution qu'il vient de créer.

Associant recherche, réflexion et application, il manifeste son souci de l'avenir. Clinicien d'un type inédit, il a pu redéfinir les objectifs de la recherche en psychologie en puisant dans sa propre histoire. Comment assurer la transmission des méthodes originales qu'il a mises au point, d'abord dans une grande solitude ?

Le privilège m'a été donné de contribuer à ses premiers pas éditoriaux au début des années 90 du siècle dernier. Je n'ai jamais oublié le sentiment de liberté intellectuelle qui s'empara d'un certain nombre d'entre nous à la lecture de ses textes. Je garde aussi en mémoire le sort qui fut, dans un premier temps, réservé à ces écrits étincelants.

Les autorités académiques et les puissances médiatiques qui se partageaient en France, le domaine de la psychologie ne voulaient rien savoir de travaux qui heurtaient de front les convictions et les dogmes dominant ce qu'on appelait les « sciences de l'homme et de la société » (économie, sociologie, psychologie, science politique... sévèrement cloisonnées).

Il fut accueilli par le silence hostile de la profession. Cela lui valut quelques démêlés avec l'administration du Centre national de la recherche scientifique (CNRS). En France, trop souvent, innovations et créations ne se traduisent pas en budgets de recherche et avancements ! Plutôt que de prendre au sérieux les résultats de ses travaux sur les enfants, par exemple, on s'empressa de dénoncer les méthodes qu'il inventait et développait. On l'accusa de « vol d'images », parce qu'il osait filmer des bébés afin d'analyser leurs comportements. Quelques voix de la bioéthique grondaient. Ce qui est vrai, c'est qu'en bon scientifique, il avait

mis au point un dispositif d'observation et d'expérimentation très ingénieux. Il produisait des connaissances nouvelles sur l'acquisition du langage et sur l'autisme que l'on disait pourtant inabordable, sans doute pour satisfaire les intérêts de quelques lobbys de la psychanalyse. Boris Cyrulnik a subi le sort de tous les pionniers.

Le risque était grand de voir ses travaux condamnés à la quasi-clandestinité enfouis sous le silence officiel. Tenace, il argumenta fermement. Aujourd'hui, on n'imaginerait pas une seule communication sans film ou image !

Vint la reconnaissance publique. Il fallut une révolution intellectuelle pour que le monde de la recherche abandonnât l'essentiel de ses préventions contre tout projet de ce que Cyrulnik osait appeler « éthologie humaine ». Il surmonta les obstacles en faisant du comportement animal non pas un modèle explicatif du comportement humain, mais un outil pour en mieux faire ressortir l'originalité. Certes, nous sommes des bêtes, mais pas seulement !

Aujourd'hui, Boris Cyrulnik parle, et on l'écoute. On se laisse même charmer par sa voix chaleureuse aux accents méditerranéens. On admire son art d'écrire et de conter qui s'exerce à merveille sur des questions difficiles qui touchent aux profondeurs de l'âme humaine.

Ses recherches convergent vers le développement de l'être humain et spécialement sur celui de l'enfant, sur son entrée bouleversante dans le monde du langage. Ce qui vient d'abord dans la constitution de l'individu humain, c'est l'attachement affectif. Déjà, dans le ventre de sa mère, il n'existe que dans cette relation. Va-t-on tenir le développement humain pour prédéterminé par les données d'une génétique implacable ? Non, répond-t-il, car l'enfant a toujours déjà interagi avec son milieu. L'évolution humaine n'est en rien linéaire !

C'est ce qui donne tout son intérêt et toute sa complexité à la notion de « trauma » qui apparaît comme un événement dans le développement de l'individu tel qu'il s'est engagé.

La fortune soudaine et presque universelle que connaît le concept de « résilience », jusque dans la politique, le management des entreprises ou la pensée stratégique,

tient sans aucun doute à ce qu'il permet de penser ensemble attachement et trauma, continuité et discontinuité. Sa racine est anthropologique, sa portée est éthique. Cyrulnik le dit fort bien, pour finir, ce concept désigne « une nouvelle attitude face aux blessures de l'existence ».

Ces mots prennent tout leur sens lorsqu'on sait qu'enfant, il eut, lui-même, à subir les lois du régime pétainiste. Résilient, il le dut à ce qu'il appelle la « niche affective » de ses parents d'adoption. C'est sans doute ce qui donne à ses recherches leur exceptionnel poids d'humanité.

Dans la présentation qu'il fait de son Fonds de dotation, Cyrulnik dit sa conviction que « le savoir doit être partagé, mais qu'il doit aussi être nourri ». Il voudrait permettre « aux chercheurs, comme aux praticiens, de transmettre le résultat de leurs travaux, de les développer, mais également d'en favoriser l'accessibilité et la mise en pratique ». On comprend qu'il ait accepté d'être membre Conseil d'orientation de l'Institut Diderot ; c'est aussi la raison de cette coédition qui signe la parenté de ces deux Fonds de dotation.

Dominique Lecourt
Directeur général de l'Institut Diderot

Attachement, trauma et résilience

L'histoire des idées est curieuse. Quand j'étais étudiant, nos maîtres nous enseignaient que l'émotion était une pollution de l'esprit scientifique et que, pour qu'une publication soit prise au sérieux, il fallait supprimer les exemples et ne garder que les courbes, les chiffres et les phrases abstraites. Dans un tel contexte de la connaissance, l'attachement était un concept de minidette, à publier dans les journaux féminins.

Le mot « trauma » existait depuis Pierre Janet et Sigmund Freud dans une métaphore mécanique où un objet extérieur déchirait la capsule du moi pour introduire dans l'âme un corps étranger. L'objet effrayant était un agresseur sexuel, ce qui expliquait les symptômes hystériques.

Les troubles psychiques après une bataille étaient décrits depuis la guerre du Péloponèse et on expliquait cette étrangeté en disant que le guerrier était possédé. Après la Première Guerre mondiale, les énormes atteintes psycho-motrices de soldats qui revenaient des tranchées étaient attribuées à une « névrose de rente » où l'homme mettait en scène quelques souffrances pour toucher un peu d'argent. Après la Seconde Guerre mondiale, on enseignait dans les Facultés de médecine que les voies neurologiques des enfants n'étaient pas matures et qu'ils étaient trop petits pour comprendre. C'est donc, le plus sincèrement du monde que les psychiatres de l'époque ont affirmé que la guerre et la persécution des Juifs d'Europe n'avait eu aucun effet sur le psychisme.

Quand la résilience est née dans les années 1980 dans les pays anglo-saxons, suivie presque aussitôt par les pays de langue française, ce concept a provoqué un clivage intellectuel entre ceux qui l'ont adoré dès sa naissance et ceux qui l'ont haï.

Aucun concept ne peut naître en dehors de son contexte de récits culturels, qu'ils soient scientifiques ou littéraires. Les trois mots « attachement », « trauma » et « résilience » ont eu une naissance passionnante et difficile, c'est pourquoi nous allons nous appliquer à les décrire.

ATTACHEMENT

L'époque des champs de bataille où une armée en affrontait une autre a été révolue après la Seconde Guerre mondiale. La population civile était de plus en plus bombardée, tuée et privée de moyens de survivre.

À Londres, un petit groupe de psychanalystes essayait d'aider les enfants dont les parents avaient été ensevelis sous les décombres. Anna Freud, arrêtée à Vienne par la Gestapo, libérée grâce à la Princesse Bonaparte, avait dû fuir avec son père les persécutions de Juifs d'Europe. Elle s'est associée avec René Spitz et quelques praticiens pour installer des nurseries dans les riches maisons d'Hampstead où elle plaçait les bébés tragiquement privés de leurs parents. Elle mettait les enfants là où il y avait un lit. Aujourd'hui, on appellerait cette méthode « randomisation » où le hasard élimine toute possibilité de sélection.

À la fin de la guerre, René Spitz filme la terrifiante régression de ces enfants privés de parents et l'explique par une carence en soins maternels. L'état de ces petits évoque fortement celui des petits Roumains séparés de leur famille et isolés affectivement. Ceaucescu voulant faire travailler les femmes 14 heures par jour, envoyait leurs enfants dans des institutions où personne ne leur parlait, ni ne les toilettait, ni ne jouait avec eux. René Spitz constate que, dans certaines « crèches », beaucoup d'enfants meurent sans cause médicale apparente ou deviennent impulsifs, bagarreurs, psychopathes. Dans d'autres institutions, les enfants se développaient mieux alors qu'ils avaient été mis là, par hasard.

Quelques années avant, Imre Hermann, un psychanalyste Hongrois, en décrivant le grasping neurologique de tous les bébés avait proposé une comparaison avec les primates non humains où le besoin primaire d'agrippement leur permettait de survivre en se collant à leur mère. John Bowlby qui travaillait alors à la Tavistock Clinic de Londres avait proposé de s'intéresser aux enfants qui, dans les mêmes conditions, avaient surmonté les dégâts psychiques et comportementaux et repris un bon développement. Spitz avait répondu qu'il

fallait d'abord s'occuper des enfants en détresse, ce qui est logique, mais avait tout de même remarqué que, « ... dans la dépression anaclitique (qui mène au marasme et parfois à la mort)... le développement pathologique s'arrête quand l'objet libidinal (la mère) revient ¹ ».

Anna Freud et Dorothy Burlingham décrivaient les effets mortifères de la séparation durable chez les très jeunes enfants. John Bowlby devenu président de la Société britannique de Psychanalyse s'intéressait beaucoup au modèle éthologique des petits animaux séparés de leur mère. René Spitz cite 25 références d'éthologie animale dans son premier travail sur le besoin vital d'attachement mère-enfant. Jenny Aubry, première femme professeure de médecine à Paris en 1936 et fondatrice de la Société française de psychanalyse va régulièrement à Londres avec Myriam David et Geneviève Appel pour suivre les cours d'éthologie animale donné par Robert Hinde, Nicolas Tinbergen et Adam Huxley. Jacques Lacan les accompagne et s'inspire du modèle éthologique qu'il cite clairement pour décrire les deux piliers de sa théorie : le stade du miroir et l'articulation du réel et de l'imaginaire ².

En 1948, l'Organisation mondiale de la santé demande à Bowlby un rapport sur les enfants sans famille, très nombreux après la guerre, et confirme les effets de la carence en soins maternels. Il décrit les troubles des relations affectives, les retards de développement et les passages à l'acte impulsif, qui font souvent de ces enfants des adolescents délinquants. Il demande à James Robertson, alors en formation psychanalytique, de filmer le placement de son propre enfant à la crèche, ce qui donne l'analyse comportementale des enfants privés d'affection : protestation, désespoir, indifférence que tous les étudiants en psychologie doivent encore apprendre.

C'est donc un petit groupe de psychanalystes, praticiens non universitaires, qui a donné l'impulsion à la réflexion sur l'attachement.

Les réactions hostiles furent vigoureuses. Margaret Mead, la grande anthropologue a suscité une opposition féministe exacerbée en disant : « Les enfants n'ont pas besoin d'affection pour se développer. C'est une invention des

1. Spitz R., *La première année de la vie de l'enfant*, Paris, PUF, 1958, p. 122.

2. Lacan J., *Propos sur la causalité*. L'Évolution Psychiatrique, 1947, p. 38-41.

Lacan J., *Le Séminaire, livre III : Les Psychoses 1955-1956*, Paris, Le Seuil, 1981, p. 108.

Laplanche J., Pontalis J.B., « *Stade du miroir* », Vocabulaire de la psychanalyse, Paris, PUF, 1973, p. 203.

hommes pour empêcher les femmes de travailler. »

Cette réflexion sur l'attachement a provoqué l'hostilité de la doxa psychanalytique, indignée à l'idée qu'on puisse critiquer la théorie des pulsions et de l'étayage de Freud. Aujourd'hui encore, Laura Lee Downs, excellente historienne, soutient que la séparation n'a aucun effet sur les enfants et Marga Vicedo critique mot à mot la théorie de l'attachement ³ en s'appuyant sur les travaux de John Bowlby publiés dans les années 1950 et en ignorant totalement les travaux récents où la neuro-imagerie photographie les altérations cérébrales provoquées par la carence affective ⁴, tandis que les dosages neurobiologiques mesurent les modifications neuro-endocriniennes induites par l'appauvrissement de la niche sensorielle des bébés ⁵.

Le fait de filmer les enfants pour analyser leurs comportements a d'abord été considéré avec suspicion, comme un vol d'image, un acte immoral de voyeur, en quelque sorte. Quand les premières recherches ont associé des psychanalystes avec des comportementalistes animaliers et des biologistes, les opposants à la théorie de l'attachement ont parlé de cafouillis théoriques. Cette attitude épistémologique est aujourd'hui recommandée par les instances officielles de la recherche (CNRS, INSERM, ANR).

L'aspect scientifique des recherches sur l'attachement des enfants préverbaux a été initiée par Mary Ainsworth. Cette psychologue canadienne a mis en place un dispositif d'observations expérimentales qui permet de dévoiler les réactions d'attachement. Elle met au point une situation standardisée en sept épisodes de séparations et de retrouvailles. L'enfant réagit au départ de sa mère par un petit stress, comme dans la vie quotidienne. Il est heureux de se blottir contre elle, dès son retour. Certains enfants manifestent une panique, d'autres une apparente indifférence et parfois quand la mère revient, il leur arrive de l'agresser. Ces réactions comportementales d'enfants pré-verbaux, permet de décrire un style, une manière de rechercher la proximité avec sa

3. Vicedo M., The social nature of the mother's tie to her child. John Bowlby's Theory of attachment in post war America, British Society the History of Science, September 2011.

4. Cohen D., The Developmental Being : Modeling a Probabilistic Approach to Child Development and Psychopathology, in, M.E. Garralda, J.P. Raynaud (Eds), *Brain, Mind and Developmental Psychopathology in Childhood*, Jason Aronson, New York, 2012, p. 5-22.

5. Bustany P., « Neurobiologie de la résilience », in B. Cyrulnik, G. Jorland (Dir), *Résilience. Connaissances de base*, Paris, Odile Jacob, 2012, p. 45-64.

figure d'attachement ou un désespoir quand cette figure vient à manquer. Mary Ainsworth décrit un attachement sécure, quand l'enfant inquiet par le départ de sa mère, se console facilement à son retour ; un attachement distant quand l'enfant se gèle et exprime peu ses émotions ; et un attachement ambivalent quand il agresse sa mère à son retour parce qu'il l'aime et qu'elle l'a fait souffrir en partant.

Ce premier travail a été fait en Ouganda, où Mary accompagnait son mari. Elle a inventé le protocole qui maintenant est régulièrement répliqué en tant qu'évaluation de base. Reconnue aux États-Unis, les universitaires américains ont repris ses travaux, les ont précisés, en augmentant les populations d'enfants observés et en faisant des comparaisons transculturelles : « Ses études... montrent la prédictivité de la sécurité de l'attachement précoce sur le développement social ultérieur et la personnalité de l'enfant. L'attachement devient un paradigme reconnu et un sujet de recherche extrêmement actif. ⁶ »

Mary Main, une linguiste devenue psychologue met au point un Adult Attachment Interview (A.A.I.), un questionnaire, validé statistiquement, qui permet d'évaluer une représentation verbale d'attachement. Elle ajoute aussi la description d'un attachement confus, imprédictible dans les comportements et dans les questionnaires où l'enfant ne parvient pas à donner une forme cohérente à sa manière de dire qu'il aime. Cet attachement confus est souvent un signe clinique évaluable de difficultés de développement. Alors que les autres attachements témoignent d'un style affectif, d'une tendance relationnelle, à un moment du développement et dans un contexte donné. Un enfant maltraité peut être évitant avec le parent maltraitant, mais il peut être sécure avec l'autre parent. Cette remarque prouve que l'attachement n'est pas une charpente immuable, c'est une structure interactive susceptible d'évoluer selon les événements de l'existence. Les attachements sont des adjectifs qualificatifs qui caractérisent une manière d'aimer et de se socialiser.

Ce mode de raisonnement qui domine actuellement la littérature psychologique a provoqué beaucoup de réticences. De grands noms de la psychanalyse française ont cherché à empêcher la traduction du travail de Bowlby ⁷. C'est

6. Guedeney N., Guedeney A., *L'attachement*, Paris, Masson, 2002.

7. Bowlby J., *Attachement et perte*, 3 Tomes, Paris, PUF, 1970, 1972, 1984.

René Zazzo, un psychologue marxiste qui a levé le frein en publiant un colloque épistolaire sur l'attachement où il donnait la parole à des éthologues animaliers, à des biologistes, à des anthropologues et aux psychanalystes qui ont bien voulu participer ⁸. Le succès fut immense auprès des étudiants et de certains chercheurs qui trouvaient là une attitude scientifique pour tenter de comprendre, d'observer et d'évaluer un style affectif qui socialisait les enfants : un lien trouve son origine dans les interactions entre le sujet et son milieu. Il ne s'agit plus de choisir son camp entre l'inné ou l'acquis, puisqu'aucun des deux ne peut fonctionner sans l'autre.

L'histoire des citations scientifiques mérite une petite réflexion. Une observation éthologique avait démontré qu'une rate enceinte stressée expérimentalement, mettait au monde des petits rats hypotrophiques, hyperémotifs et sursautant au moindre bruit. Aujourd'hui on sait qu'une femelle mammifère, placée en situation d'alerte quotidienne, sécrète trop de cortisol qui franchit le filtre placentaire et abîme les neurones des circuits limbiques du raton qu'elle porte. Cette observation a servi d'hypothèse pour observer les femmes enceintes stressées ⁹ et faire une neuro-imagerie aux bébés qu'elles ont mis au monde. Tous souffraient d'altérations cognitives qui diminuaient leur maîtrise émotionnelle et leur performances intellectuelles. Le malheur de leur mère stressée pendant sa grossesse, altère les performances cognitives du petit qui va venir au monde. Le bébé souffre d'un retard de développement, il apprend mal à l'école et se socialise mal parce que sa mère a été rendue malheureuse par sa propre histoire (enfant maltraité) ou son contexte (mari violent ou précarité sociale).

Si l'on s'entraîne à tenir ce genre de raisonnement systémique, on en déduira rapidement que les causalités linéaires sont abusivement réductrices.

Lors de ce colloque, maladroitement dénommé « communications intra-utérines ¹⁰ » nous avons démontré que dans l'utérus, le bébé ne vivait pas dans « le monde du silence ». Il commençait à traiter des informations extérieures, telles que la voix de sa mère ou ses mouvements. Les réactions des congressistes ont été en même temps, trop enthousiastes et trop critiques. Le soir même,

8. Zazzo R., L'attachement. Colloque épistolaire, Delachaux et Niestlé, Paris, 1979.

9. Querleu D., Renard X., Versyp F., « Vie sensorielle du fœtus », in M. Tournaire, G. Levy, *Environnement de la naissance*, Paris, Vigot, 1985.

10. Petit J., Pascal P., « *Éthologie et naissance* », Société de psychoprophylaxie obstétricale (SPP0), n°10, Mai 1988.

une psychologue avait prévenu une chaîne de télévision qui me demandait si nos travaux n'allaient pas légitimer l'interdiction de l'avortement. À l'opposé, les psychanalystes dans la salle nous reprochaient de considérer les bébés comme des objets de science et non pas comme des personnes. L'opposition de certains psychanalystes était même viscérale, jusqu'au moment où Françoise Dolto a dit qu'elle était intéressée par ces travaux scientifiques qui confirmaient sa thèse. Dès lors, les revues psychanalytiques ont été inondées de citations de Freud, de Mélanie Klein, Margaret Mahler qui parlent en effet de psychisme précoce, mais n'ont jamais fait d'analyse sémiologique, ni de manipulation expérimentale. En ne citant que des collègues psychanalystes on a l'impression que c'est eux qui ont réalisé les premiers travaux éthologiques, alors qu'en fait ils les ont combattus.

Les noms des pionniers ont disparu de leurs publications ¹¹.

Depuis les années 2000, les travaux sur l'attachement remplissent les revues de recherche ¹², les livres de professionnels et les vulgarisations ¹³. Depuis la dernière décennie, un consensus international est apparu qui a fait de l'attachement un objet de science ¹⁴.

La perspective biologique est beaucoup travaillée, grâce aux capteurs modernes en neurobiologie et en neuro-imagerie. Les progrès de la génétique permettent paradoxalement de relativiser la génétique et de valoriser l'épigénétique, quand le milieu modifie l'expression des gènes. À partir d'un minuscule alphabet de gènes, le milieu peut écrire mille romans différents. L'éthologie animale prend sa place dans ce chapitre de biologie évolutive. Les animaux servent de modèle pour analyser la construction du cerveau et l'acquisition d'aptitudes affectives et relationnelles.

11. Herbinet E., Busnel M.C. (dirs), *L'aube des sens*, Paris, Stock, 1981.

Querleu D., Renard X., Versyp F., « Vie sensorielle du fœtus », in M. Tournaire, G. Levy, *Environnement de la naissance*, Paris, Vigot, 1985.

Klaus M.H., Kennel J.H., « Maternal attachment : Importance of the first post-partum days », *S. Med.*, n° 286, 1972, p. 460-462.

Benoit Schaal, Annick Jouajean-L'Antoëne et bien d'autres chercheurs ont disparu des citations.

12. *Attachment and Human Development* (Revue), Howard Steele (ed.), Brunner Routledge, New York University.

13. Pierre Humbert B., *Le premier lien. Théorie de l'attachement*, Paris, Odile Jacob, 2003.

Montagner H., *L'attachement. Les débuts de la tendresse*, Paris, Odile Jacob, 2006.

14. Cassidy J., Shaver P.R. (Eds.), *Handbook of Attachment Theory, Research and Clinical Applications*, New York, The Guilford Press, 1999.

L'enfance est, bien sûr, un moment privilégié de l'acquisition des patterns d'attachement qui sont imprégnés dans la mémoire biologique, pétris par les pressions du milieu et modifiables lors des périodes sensibles de l'existence, comme l'adolescence, les traumatismes et les grands événements socio-culturels.

La clinique psychologique et psychiatrique est totalement modifiée par ce nouvel éclairage. Lors des premiers mois de la vie, le bouillonnement synaptique subit la moindre pression du milieu pour créer un tempérament qui va socialiser l'enfant. Les pays d'Europe du nord, on fait des réformes éducatives inspirées par ces travaux et évalué les résultats dix ans après : énorme diminution des troubles psycho-affectifs, 40 % de suicides d'adolescents en moins, excellents résultats scolaires ¹⁵. La psychanalyse, mieux comprise, améliore ses résultats quand le thérapeute parvient à se constituer en tant que base de sécurité ¹⁶.

LE TRAUMATISME

La notion de trauma est devenue tellement évidente aujourd'hui qu'on se demande pourquoi on a eu tant de mal à la penser. Quand il y a une catastrophe naturelle ou humaine, son annonce est presque toujours suivie par l'incantation : « Une cellule psychologique est sur le terrain. » Les publications scientifiques sur le stress post-traumatique sont innombrables depuis quelques décennies, alors qu'il n'y en avait pas auparavant. Est-ce à dire que nos ancêtres étaient plus costauds que nous ? À moins qu'il ne s'agisse d'une nouvelle manière de penser la souffrance psychique ?

Dans un contexte sans technologie où l'on faisait du social avec son corps, comme au XIX^e siècle, la violence était adaptative. Quand le ventre des femmes appartient à l'État ou à l'Église, elles doivent mettre au monde le plus d'enfants possibles, car un nourrisson sur deux meurt dans sa première année, avant que sa mère à son tour disparaisse vers l'âge de 36 ans. Aujourd'hui au Congo, l'espérance de vie des femmes est de 40 ans. Quand les bras des hommes appartiennent à la famille et à l'État, quand ils doivent travailler à la mine, à l'usine ou aux champs quinze heures par jour, six jours par semaine, la souffrance

15. Robert P., *La Finlande : un modèle éducatif pour la France ?*, Paris, ESF, 2008.

16. Bowlby J., *Le lien, la psychanalyse et l'art d'être parent*, Paris, Albin Michel, 2011.

est normale, la vie est une vallée de larmes. Ces terribles chiffres qui évaluent la souffrance quotidienne, pour que simplement survive le groupe, ont commencé à s'améliorer quand la technologie et les Droits de l'Homme se sont développés au XX^e siècle, surtout après la Seconde Guerre mondiale. Alors seulement, en Occident, on a commencé à se demander si la souffrance était normale et la violence, une valeur adaptative. Les mères méprisaient leur petit garçon qui ne se bagarrait pas à l'école ou dans la rue et l'appelaient « femmelette », et on lui apprenait à ne pas se plaindre. On disait aux femmes, « in dolore paries », une femme qui ne souffre pas pendant son accouchement ne pourra pas aimer son enfant. Dans un tel contexte techno-culturel, on ne pouvait pas penser le syndrome psycho-traumatique. Les blessés qui se plaignaient étaient considérés comme des faibles d'esprit des « psychasthènes » disait-on, moins courageux que les autres.

Le virage conceptuel s'est fait dans les années 1960 quand certains praticiens ont commencé à se demander si vraiment la souffrance était nécessaire et quand quelques sociologues ont osé dire que la violence n'était que destruction de l'individu, du couple, de la famille et du groupe social. Ces pensées ont été très mal accueillies. Le docteur Fernand Lamaze ayant vu en URSS une femme accoucher sans souffrir, a introduit cette idée en France. La clinique des Bleuets, financée par la CGT a développé l'accouchement dit sans douleurs qui illustrait une victoire de la pensée communiste. Lamaze, le gynécologue, accusé de charlatanisme et de publicité abusive a perdu trois procès dont un par le Conseil de l'ordre des médecins.

On nous apprenait à la Faculté de médecine qu'il ne fallait pas donner d'antalgiques aux enfants parce que cela risquait de modifier les symptômes cliniques, ce qui est vrai. On devait donc faire des sutures, des ablations d'amygdales et des réductions de fractures sans anesthésie, parce que les voies de la douleur n'étaient pas terminées et que les enfants ne pouvaient pas comprendre, ce qui est faux. La neuro-imagerie rend visible aujourd'hui les traces cérébrales circuitées dans le cerveau après une agression physique ou psychique.

La métaphore mécanique du trauma, où sous l'effet d'un coup l'enveloppe du Moi est percée, introduisant dans l'âme un corps étranger, illustre la faiblesse physique du « psychasthène », la nécessité du refoulement, ce mécanisme de défense qui rend la connaissance insupportable. C'est alors qu'on a commencé

à penser qu'un événement réel pouvait provoquer des troubles psychiques, ce qui fut aussi mal accepté... par des psychanalystes pour qui seul le monde intime pouvait provoquer des souffrances névrotiques.

« On ne peut voir une chose que si on dispose des concepts qui rendent cette chose visible ¹⁷ » et ces concepts ne peuvent pas être produits en dehors d'un milieu technique et culturel qui hiérarchise les valeurs.

Comment voulez-vous qu'une culture qui valorise les violences viriles et la souffrance des femmes fabrique un concept qui donne à voir qu'on peut souffrir après un coup ? C'est contraire à ce dont a besoin la culture pour se construire : le sacrifice des hommes à l'armée et au travail se couple avec le sacrifice des femmes à la maison et à la maternité. C'est à ce prix qu'on peut survivre. Mais quand la société est suffisamment construite, dans un contexte en paix, le sacrifice et la violence ne sont que des destructions dont on peut souffrir toute la vie. La notion de trauma commence à être pensée.

Le trauma est encore au stade de notion, cette compréhension intuitive, imprécise et mal limitée. Tous les praticiens s'étonnent de l'inégalité des traumas, et de son relief différent selon la culture. Une situation qui déchire l'un fait sourire son voisin ; une souffrance sera mise à l'ombre dans une culture et en lumière dans une autre.

La notion de traumatisme émotionnel a été pensée pour la première fois, à la fin du XIX^e siècle à l'occasion des accidents de chemin de fer. Certains voyageurs, non blessés physiquement s'estimaient choqués émotionnellement et réclamaient des dédommagements. Cette revendication a déclenché de fiévreux débats scientifiques. Les médecins, sollicités, expliquaient les troubles allégués, avec les connaissances médicales de l'époque : c'est le choc sur la colonne vertébrale qui induisait le choc nerveux ¹⁸. D'autres estimaient que la vitesse excessive des trains provoquait des secousses cérébrales, mais la majorité des experts a conclu qu'il ne pouvait pas y avoir de relation entre le cerveau et le psychisme, ce qui correspondait à la doxa de l'époque : le corps matériel n'a rien à voir avec l'âme immatérielle.

Depuis les années 1920, il y avait des tentatives d'explications scientifiques

17. Rimé B., *Le partage social des émotions*, Paris, PUF, 2005, p. 252.

18. Cette intuition est confirmée par la neuro-imagerie qui photographie comment un choc intense altère les couches profondes cérébelleuses (et non pas cérébrales).

de troubles émotionnels et comportementaux provoqués par une situation extérieure, impactant le cerveau et provoquant des troubles du comportement. Pavlov est encore cité pour sa production de névrose expérimentale chez le chien. Quand on dessinait un cercle, le chien apprenait qu'il allait recevoir de la nourriture tandis qu'un dessin d'ellipse n'était pas suivi de gratification. Mais quand l'ellipse se rapprochait de plus en plus d'un dessin de cercle le chien, incapable d'adapter ses réponses comportementales à une information impossible à discriminer, manifestait des troubles émotionnels de gémissements, d'abolements, d'agressivité et des troubles sphinctériens. Masserman a traumatisé un chat en lui apprenant à appuyer sur un levier pour obtenir de la nourriture, jusqu'au moment où le geste appris déclenchait un jet d'air alors que l'animal attendait un aliment. On parlait à cette époque de névrose expérimentale. Ces expérimentations ont eu pendant longtemps un grand pouvoir explicatif, mais on leur reprochait de passer sans jugement de l'animal à l'homme. Ces êtres vivants n'avaient rien en commun puisqu'on disait que l'homme était par nature un être surnaturel.

Dans les années 1990, ces expérimentations animales ont proposé la notion de « désespoir appris » quand un animal expérimentalement agressé chaque jour pendant les premiers mois de son développement a acquis, sous l'effet contraignant de ces agressions répétées, une aptitude au désespoir, à ne plus affronter les épreuves de son existence. Quand un animal adulte est placé dans un local rempli d'eau où il ne peut que nager sans pouvoir en sortir, on constate que certains se laissent couler, alors que d'autres se débattent. On note alors, sans difficulté que ceux qui cessent d'affronter sont ceux qui ont été précocement agressés ¹⁹.

Cette expérimentation sert d'hypothèse à la condition humaine. De nombreuses recherches cliniques ont validé cette hypothèse en démontrant que, parmi ceux qui se suicident à l'adolescence ou à l'âge adulte, il y a un pourcentage significativement élevé d'enfants qui ont été précocement isolés et répétitivement agressés ²⁰. Le déterminisme social n'est pas exclu, au contraire. À chaque bouleversement social, qu'il s'agisse d'un effondrement ou d'une amélioration rapide, on note un pic de suicides. Mais, dans un tel contexte

19. Porsolt R.D., Le Pichon M., Jaffre M., « *Depression : a new animal model sensitive to antidepressant treatments* », *Nature* 266, 1977, 5604 : 730-2.

20. Mishara L., Tousignant M., *Comprendre le suicide*, Presses Université de Montréal, 2004.

social, ne se suicident que ceux qui ont acquis un facteur de vulnérabilité neuro-émotionnelle, au cours d'une cascade de traumatismes précoces ²¹.

Les causalités linéaires exclusives ont décidément peu de valeur. C'est une convergence de causes qui provoquent un effet, l'aggravent ou le réhabilitent selon les transactions entre ce qu'est le sujet, et ce qui est autour de lui, au moment de l'impact traumatisant ²².

Les récits d'alentours familiaux et culturels jouent un rôle important dans l'attribution d'une signification à un événement. Pendant des siècles, le fait d'être victime était interprété comme une punition divine. Être victime était la preuve d'une faute commise. Puis, dans une culture où la force et la violence hiérarchisaient les hommes, être victime est devenu une preuve de faiblesse. Malheur au vaincu, il a moins de valeur. La victime honteuse, se taisait ou cherchait à séduire l'agresseur. Depuis la guerre du Viêt Nam et surtout depuis la Guerre des Six Jours en Israël, c'est le vainqueur qui fait figure d'opresseur immoral. Malheur au vainqueur. Dans une culture où la violence n'est plus une valeur adaptative, quand elle n'est que destruction, une nouvelle valeur morale implique de s'identifier au vaincu et de voler à son secours. On voit alors apparaître une nouvelle forme de héros : l'innocente victime qui surmonte sa défaite et se remet à vivre. Deux récits différents sont mis en scène culturelle : la théâtralisation de la victime et le processus de résilience.

« Comment de misérable, le sort de la victime est-il devenu grandiose ? ²³ » La victime n'est plus suspectée de fraude, de névrose de rente ou d'hystérie, elle mérite aujourd'hui le respect, ce mélange d'admiration et de crainte qu'on éprouve pour les initiés qui ont vu la mort et en ont triomphé. Les fabricants de récits ont joué un rôle majeur dans ce changement de signification. Les médias, en montrant chaque soir des villages brûlés, des enfants tués accablent de honte les vainqueurs et glorifient les victimes qui leur ont échappé. Les impressionnantes séries de films, de romans, d'essais et d'informations lors

21. Cohen D., « The Developmental Being : Modeling a Probabilistic Approach to Child Development and Psychopathology », in, M.E. Garraalda, J.P. Raynaud (Eds), *Brain, Mind and Developmental Psychopathology in Childhood*, Jason Aronson, New York, 2012, p. 3-29.

22. Cyrulnik B., « Déterminants neuro-culturels du suicide », in P. Courtet, *Suicide et environnement social*, Paris, Dunod, p. 147-155.

23. Rimé B., « Grandeur et misère des victimes », in H. Romano, B. Cyrulnik (dirs.), *Je suis victime*, Paris, Philippe Duval, 2015, p. 121.

du journal de 20 heures, produisent des scénarios, des images et des mots qui mettent en scène cette nouvelle signification.

LA RÉSILIENCE

L'autre approche scientifique est celle de la résilience.

L'amour existait dans le réel, à coup sûr. Mais cette émotion extrême, ce merveilleux moment pathologique d'un être humain normal, avait si peu d'importance sociale qu'on n'en parlait que dans la poésie avec Dante et Béatrice, dans la littérature avec Héloïse et Abelard, au théâtre avec Roméo et Juliette, mais certainement pas dans le mariage qui n'avait qu'une fonction sociale.

L'attachement existait lui aussi dans le réel, à coup sûr. Mais on s'en préoccupait si peu avant le XVIII^e siècle qu'on n'avait pas besoin d'élaboration verbale pour décrire ce lien insidieux.

Le trauma existait dans le réel, à coup sûr. Mais comme on en faisait un signe de faiblesse mentale ou de possession diabolique, il a fallu attendre le XIX^e siècle pour le voir apparaître dans les représentations verbales. Alors, vous pensez bien que la résilience n'a pu être pensée, puis travaillée scientifiquement que lorsque la société s'est souciée de soigner.

Dans les décennies qui ont suivi la Seconde Guerre mondiale, les récits culturels étaient optimistes, grâce au déni qui leur permettait d'éviter d'affronter les problèmes posés par le nazisme, le massacre des peuples et l'extermination des Juifs d'Europe : « C'est fini tout ça... la vie revient... il faut oublier... en avant ! ». Cet aveuglement protecteur permettait d'éviter la gêne culpabilisante et honteuse, en faisant taire ceux qui souffraient.

En deux générations, les conditions d'existence se sont trouvées métamorphosées : l'espérance de vie a augmenté de vingt ans, l'état de santé des populations s'est amélioré et, surtout, l'éducation est devenue une valeur prioritaire de la culture. On a cru alors que le progrès était linéaire et qu'un état de bien être ne pouvait résulter que d'une seule cause : la qualité biologique de ceux qui se sentaient bien et la qualité sociale de ceux qui avaient été bien élevés ²⁴. On expliquait les

24. Zautra A.J., Hall J.S., Murray K.E., « Resilience. A new Definition of Health for People and Communities », *Handbook of Adult Resilience*, New York, The Guilford Press, 2010, p. 4.

mauvais développements par la faiblesse constitutionnelle ou les défaillances des mal élevés. Le nazisme qui a perdu la guerre des armes en 1945, n'a perdu la guerre des idées qu'après 1968, et quelques uns survivent encore.

Il fallu attendre les années 1980 pour renverser le questionnement. On attribue à Emmy Werner l'emploi du mot métaphorique « résilience » qui permettait de chercher à comprendre pourquoi des enfants qui avaient tout pour mal évoluer ont abouti, contre toute évidence, à de bons résultats ²⁵. Jeune psychologue, elle va s'occuper de 700 enfants en détresse, sans famille, sans école, abandonnés dans les rues de petites villes d'une île d'Hawaï, soumis aux violences physiques et sexuelles. Trente ans après, elle en retrouve 200 et cherche à savoir ce qu'ils sont devenus. Conformément à ce qu'on pouvait prévoir 72 % ont une existence catastrophique : sans éducation, sans métier et sans famille, ils ne connaissent que la maladie, la drogue et la violence. Mais elle est stupéfaite de découvrir que 28 % d'entre eux ont appris à lire et à écrire sans école, ont acquis un métier, et fondé une famille. Les entretiens, les tests physiques et psychologiques ne découvrent pas de troubles majeurs. Ce constat fut totalement contre-intuitif et Michaël Rutter en disant simplement « ces enfants ont quelque chose à nous apprendre » a déclenché un mouvement de recherches et de réflexions qui a provoqué 3 congrès mondiaux, 6.000 publications dans des revues de références et 1.500 thèses d'État ²⁶. Ce rapide succès a entraîné des contresens, comme tout concept qui, en entrant dans la culture, subit une boursoufflure sémantique, une dérive des mots et mêmes une récupération idéologique. La psychanalyse (contrairement à ce que disent ses adeptes), a été très bien acceptée par la culture. J'ai vu à Vienne, dans le lugubre cabinet de Freud une pile de journaux de l'époque (1925) qui proposaient une formation par correspondance à la psychanalyse, contre la modique somme de quelques thalers. Freud aux USA, a refusé des invitations d'universités américaines à cause de son conflit avec Jung. Le même phénomène est arrivé aux généticiens à qui on reprochait la notion de « programme génétique », alors qu'ils ne cessaient de publier qu'il n'y a pas de programme génétique. Le déterminisme génétique est initial (quand un spermatozoïde entre dans un ovule). À peine accouplés, les chromosomes subissent la pression du milieu ce qui explique pourquoi avec les quelques lettres de l'alphabet génétique, le milieu peut écrire mille romans différents.

25. Werner E.E., Smith R.S, *Vulnerable but invincible : A study of resilient children*, New York, Mc Graw-Hill, 1982.

26. Ionescu S. (Dir.), *Traité de résilience assistée*, Paris, PUF, 2011.

Les milliers de colloques et de publications sur la résilience font apparaître un vague consensus avec de nombreux points de désaccord qu'il faudra éclaircir, ce qui est un signe de scientificité. Une seule vérité à réciter (pour obtenir ses diplômes ou plaire au patron) serait une forme de dogmatisme, alors que la refutation et le débat prouvent que le milieu scientifique cherche à comprendre, momentanément.

La résilience témoigne plutôt d'un changement d'attitude face aux malheurs de l'existence. On différencie l'épreuve inévitable où l'on reste soi-même malgré la souffrance, et le trauma où le choc est si intense qu'il sidère tous les fonctionnements. Le cerveau s'éteint et ne traite plus les informations. Les circuits cérébraux sont déconnectés, le psychisme hébété cesse de produire du sens, le sujet se recroqueville sur lui-même, autocentré, il reste prisonnier du trauma. Les études sur la résilience cherchent à comprendre comment on peut reprendre vie après une telle agonie neurologique, psychologique et relationnelle.

La définition apparaît alors : la résilience décrit le processus dynamique et interactif qui aide à reprendre un bon développement après un trauma ou dans des circonstances adverses.

Le développement est dit « bon » parce que le blessé de l'âme se remet à vivre, à penser et à aimer après une période agonique. Mais ce n'est pas une guérison. Ce mot impliquait que le sujet a été malade alors qu'il a été cabossé par un événement. De plus, le mot « guérison » induirait la notion que l'organisme et le sujet se remettent à fonctionner comme avant, ce qui n'est pas le cas. Le sujet se remet à vivre bien, mais pas comme avant. Il garde dans son cerveau la trace de la blessure que la neuro-imagerie rend visible grâce aux tractographies. Il garde dans son histoire, les représentations de la tragédie que l'existence lui a infligées « Je suis celui qui a subi l'orphelinage. Les autres avaient une maman, pas moi... je suis celui qui est rentré hébété, confus par un trauma de guerre en Afghanistan... je suis celle qui a passé son enfance avec sa mère dans la rue et parfois dans les foyers. » Le trauma devient la pièce centrale de l'identité, mais le sujet n'en est plus prisonnier puisqu'il le métamorphose, il en remanie la représentation, il en fait quelque chose : un engagement dans une association, un métier en devenant souvent spécialiste de la lutte contre ce qui l'a traumatisé ou en écrivant un roman, un essai ou un témoignage.

Comprendre une telle attitude face au malheur exige deux positions de pensée : renoncer aux causalités linéaires totalement explicatives et accepter d'intégrer des explications partielles, mais fonctionnant dans un même ensemble systémique.

La résilience neuronale, contrairement à ce que l'on prédisait, est la plus facile à déclencher. Un enfant insécurisé manifeste des troubles du sommeil et des interactions : il avance son sommeil paradoxal ce qui altère la sécrétion des hormones de croissance et des hormones sexuelles. Dès qu'il retrouve une niche sensorielle sécurisante (mère sécurisée, substitut familial, institution éducative), le soir même, l'architecture électrique du sommeil et la sécrétion des hormones redeviennent normales pour l'âge. Le corps suivra en éprouvant un bien être physique, le courage d'entrer en interaction et le plaisir d'apprendre. Le processus de résilience neuronale est déclenché dès que l'enfant est sécurisé.

La résilience psycho-affective dépend plutôt de rencontres intersubjectives qui constituent une transaction entre les mondes intimes du cabossé et de celui (celle) qui le soutient. Cette rencontre inter-psychique n'exclut pas les déterminismes neurologiques. Un enfant durablement maltraité, inscrit dans sa mémoire une habitude de maltraitance : il s'attend à ce qu'on le maltraite puisqu'il a été maltraité. Quand on le place dans une famille d'accueil chaleureuse, il lui faudra du temps pour apprendre ce nouveau mode de relation. Pendant quelques mois, il craint les parents d'accueil et parfois même se plaint d'eux à la stupeur des témoins. Ce n'est ni un mensonge, ni un faux témoignage, l'enfant répond aux traces inscrites biologiquement dans sa mémoire implicite²⁷. Il faudra plusieurs mois pour effacer ces traces et acquérir les nouvelles manières d'aimer en toute confiance. Pendant ce temps, l'enfant peut commettre des maladresses relationnelles que la famille d'accueil malgré sa motivation peut mal accepter.

La résilience est donc la reprise d'un bon développement qui ne sera ni facile ni normal. Ce n'est pas celui que l'enfant aurait connu dans sa famille naturelle s'il n'y avait pas eu le trauma. Et le cabossé garde dans son cerveau et dans sa représentation de soi, des traces de vulnérabilité qu'il ne cesse de combattre.

27. Bretherton I., Munholland A., « Internal Working Models in Attachment Relationships : A construct Revisited », in J. Cassidy, P.R. Shaver, *Handbook of attachment*, New York, The Guilford Press, 1999, p. 89-108.

Il y a quelques années, on répétait comme une sorte de malédiction à travers les générations : « Un enfant maltraité deviendra un parent maltraitant. » Même des ministres de la famille récitaient ce terrible slogan. Il est un fait que, dans une population d'enfants maltraités, 30 % d'entre eux devenaient des parents maltraitants²⁸, ce qui bien supérieur aux 2 % habituellement évalués dans la population générale. Mais ça fait tout de même 70 % d'enfants maltraités qui ne deviendront pas des parents maltraitants. Ces chiffres ont été obtenus à l'époque où l'on institutionnalisait les enfants, sans vraiment les entourer comme on le faisait avant que les principes de résilience ne modifient la culture éducative de ces institutions. Depuis qu'on entoure ces enfants maltraités par des jeux, des relations affectives, des dessins et des pièces de théâtre, plutôt que par des critères médicaux ou des barèmes de développement, aucun enfant maltraité ne répète la maltraitance²⁹. Ce qui provoquait la répétition de la maltraitance, c'était l'abandon des enfants maltraités et des références trop normatives à des critères de développement.

Si la résilience se définit par la reprise d'un développement bon pour le sujet et pour ses relations, ce n'est pas pour autant que ce développement est normal (au sens statistique du mot).

À l'œuvre de secours des enfants (OSE) une importante population de presque 1.000 enfants maltraités a été recueillie, sécurisée, éduquée puis évaluée 30 ans plus tard³⁰. Dans l'ensemble, ils ont bien évolué, sont en bonne santé physique et psychique, épanouis et satisfaits de leur existence, presque autant que la population générale, d'un pays en paix où l'on trouve régulièrement 17 % d'adultes en difficultés (Sources OMS).

Quelques particularités pourtant : ils ont fait moins d'études, ce qui est une preuve d'équilibre mental puisqu'ils se sont adaptés à un milieu adverse où ils ont été privés du soutien familial. Ils ont donc jugé que pour devenir indépendants et obtenir une bonne insertion sociale, ils devaient rapidement apprendre un métier accessible. Dans ce contexte d'adversité affective et socio-culturelle

28. Lyons-Ruth K., Zoll D., Connell D., Grunebaum H., « Family deviance and family description in childhood : Associations with maternal behavior and infant maltreatment during the first two years of life », *Development and Psychopathology*, 1989, 1, p. 219-236.

29. Coppel M., Dumaret A.C., *Que sont-ils devenus ? Les enfants placés à l'œuvre Grancher*, Toulouse, Érès, 1995.

30. Josefsberg R., Dubéchet P., Doucet-Dahlgren M., « Que sont devenus les enfants placés dans les structures de l'OSE ? », *Le Bulletin de la Protection de l'Enfance*, Nov-Dec. 2013, p. 14-20.

quelques uns ont eu des réussites sociales ou intellectuelles mal adaptées à leur contexte violent ou appauvri. Parfois leur réussite a été un bénéfice secondaire de leur névrose d'angoisse : ils avaient des angoisses dès qu'ils levaient le nez d'un livre. Quelques uns pourtant, centrés sur leur propre monde, résistants aux agressions du milieu ont réalisé des performances étonnantes. À la Commission Centrale de l'Enfance (CCE), on note beaucoup de réussites universitaires et artistiques, malgré un départ fracassé dans l'existence mais au prix de longs efforts coûteux sur le plan relationnel. Ceux qui ont préféré se socialiser plus tôt semblent plus épanouis, moins anxieux et plus agréables à côtoyer. Mais eux aussi ont quelques séquelles adaptatives. Il y a plus d'entrepreneurs parmi eux, plus de célibataires, un mariage très retardé (plus que la population générale) comme s'ils avaient eu peur des relations affectives dont ils avaient le plus besoin. Il y a moins de chômeurs que dans la population générale, quelques grandes réussites sociales, mais tous ont tardé à faire des familles tant ils étaient angoissés par l'affectivité dont ils avaient grand besoin.

Ce qui revient à dire que la résilience n'est pas due à une qualité biologique. C'est un processus dynamique et interactif en constante négociation entre ce qu'est le sujet dans son milieu, à chaque moment de son développement et de son histoire. C'est donc un processus constamment remaniable, tant que dure la vie. Quand un enfant est bien parti dans l'existence, parce qu'il est en bonne santé, dans une gentille famille stable et dans une culture en paix, on ne peut pas dire que ce bon développement normal soit acquis pour la vie. À l'inverse, quand un enfant est mal parti dans l'existence parce qu'il a une maladie génétique, dans une famille dysfonctionnelle, en précarité sociale ou dans un pays en guerre, on ne pourra pas non plus dire que c'est perdu pour la vie. Les conditions de développement ne seront pas les mêmes. Tout enfant pour bien se développer a besoin de tuteurs, de développement fournis par sa famille et sa culture. Mais quand un trauma a cassé ces tuteurs de développements, d'autres tuteurs secondaires seront surinvestis pour faire fonction de tuteurs de résilience ³¹.

Quand un sujet traumatisé arrive à l'âge des récits, on observe plusieurs stratégies narratives :

31. Cyrulnik B., Delage M., *Tuteurs de résilience* (À paraître), Encéphale, 2016.

• Quand le traumatisé est laissé seul, il ne peut que ruminer le malheur qui lui est arrivé. Au moment de l'agression, l'émotion provoquée par l'imminence de la mort soudaine, impensable, donne une forme spéciale à la mémoire traumatique : l'image de l'objet par qui la mort va arriver est biologiquement imprégnée dans la mémoire avec une extrême précision. Tandis que l'alentour de l'objet mortifère n'est pas perçu puisque, au moment de cette émotion extrême, il n'a ni fonction, ni sens. Seule l'image mortifère est imprégnée³². Si bien que le récit de l'agression dépend de la manière dont l'investigateur pose ses questions. S'il demande comment était l'objet mortifère, il obtiendra des réponses précises et en conclura que la mémoire du trauma est excellente. S'il demande dans quelles conditions l'agression a été réalisée, il obtiendra des réponses floues et en conclura que la mémoire est mauvaise.

Dans tous les cas, quand le sujet est laissé seul, il ne voit que l'image mortifère, ne pense qu'à l'agression qui l'imprègne, et revient dans ses cauchemars. Tout ce qu'il perçoit dans le contexte présent évoque son malheur passé : prisonnier de sa mémoire, il ne peut plus évoluer, il ne peut que répéter.

• Dès qu'un récit est partagé, la représentation du malheur est remaniée. Tout récit est une trahison du réel. Dans un syndrome psycho-traumatique, le récit est aliéné. En revanche, une tentative pour se faire comprendre nécessite une intentionnalité de la mémoire. Le blessé va chercher dans son passé les images et les mots qu'il va adresser à un autre. Il s'agit forcément d'une reconstruction de la représentation de l'événement. Quand l'autre prend la fonction d'une base de sécurité, ce récit est apaisant. Mais quand l'autre est inquiétant, le récit va remuer les souffrances passées et aggraver l'état du patient. Ceci explique pourquoi raconter son trauma peut être tranquilisant ou torturant selon la relation affective du blessé avec celui qui l'écoute.

• Les récits d'alentour (familiaux et culturels) jouent un rôle majeur dans le façonnement du sentiment qu'éprouve le cabossé. Quand les représentations que le sujet se fait de son trauma s'accordent avec les récits que sa famille et sa culture font du malheur qui l'a frappé, il se sent compris et sécurisé, car il est réintégré dans son groupe d'où le trauma l'avait expulsé.

Mais quand les récits sont discordants, quand la famille dit à la femme violée,

32. Schacter D.L., *À la recherche de la mémoire*, De Boeck Université, Bruxelles, 1999, p. 229-251.

« Tu as dû le provoquer » ou quand la culture affirme qu'elle va souiller sa famille, la femme traumatisée, chassée de la culture, sera privée du soutien de ce milieu, précieux facteur de résilience. Cette discordance entre les représentations de soi et les représentations culturelles provoque une déchirure intra-psychique. Le blessé ne peut dire que ce que son contexte est capable d'entendre. Ce clivage provoque des incohérences relationnelles dont souffrent souvent les enfants de parents traumatisés survivants dans une culture qui ne veut rien entendre ou qui parfois même culpabilise la victime.

EN RÉSUMÉ

La résilience est bien plus qu'une métaphore. Plus qu'une barre de fer qui tient le coup ou qu'un roseau qui plie mais ne rompt pas, c'est une nouvelle attitude face aux blessures de l'existence.

- Certains résistent mieux, parce qu'avant le trauma, au cours de la petite enfance pré-verbale, leur niche affective dans laquelle ils baignaient a imprégné dans leur cerveau une confiance en soi et une aptitude à mentaliser, à imaginer des solutions pour s'en sortir.
- La structure du trauma joue un rôle déterminant dans l'évolution résiliente. On pardonne à la nature après une inondation ou un tremblement de terre. On ne pardonne pas à celui qui nous a agressé alors qu'on en attendait la protection et la sécurité.

L'impact du trauma est totalement différent selon la manière dont le lien d'attachement a été auparavant tissé :

- Quand il n'y a jamais eu de lien, les dégâts sont majeurs et difficiles à résilier.
- Quand le trauma a déchiré un lien auparavant bien tissé, la résilience sera plus facile à déclencher.
- Quand le lien a été distordu avant l'impact, la résilience sera possible et difficile.

Les causalités linéaires exclusives sont impossibles puisque l'impact traumatisant aura des effets différents ou même opposés selon la qualité du lien auparavant tissé.

- Après le trauma, la résilience sera possible et parfois même facile quand le soutien affectif sera proposé. Une simple présence avec une figure d'attachement familiarisée dans la mémoire est souvent efficace ³³.

Mais ce sont les récits que l'on fait du malheur, l'élaboration mentale et le travail de la parole qui aideront le blessé à reprendre sa place en cas de concordance, ou au contraire l'expulseront de la société en cas de discordance.

Cette attitude face au malheur convient au clinicien qui doit intégrer des données hétérogènes dans un même ensemble fonctionnel. Beaucoup se plaisent à ce recueil de données qui nécessite une ouverture disciplinaire et un travail en équipe. Certains se plaisent, pas tous.



Retrouvez l'actualité de l'Institut Diderot sur
www.institutdiderot.fr / @InstitutDiderot

33. Masten A.S., *Ordinary magic*, New York, The Guilford Press, 2014

LES PUBLICATIONS DE L'INSTITUT DIDEROT

Dans la même collection

- L'euthanasie, à travers le cas de Vincent Humbert - Emmanuel Halais
- Le futur de la procréation - Pascal Nouvel
- La République à l'épreuve du communautarisme - Eric Keslassy
- Proposition pour la Chine - Pierre-Louis Ménard
- L'habitat en utopie - Thierry Paquot
- Une Assemblée nationale plus représentative - Eric Keslassy
- Où va l'Égypte ? - Ismaïl Serageldin
- Sur le service civique - Jean-Pierre Gualazzi
- La recherche en France et en Allemagne - Michèle Vallenthini
- Le fanatisme - Texte d'Alexandre Deleure présenté par Dominique Lecourt
- De l'antisémitisme en France - Eric Keslassy
- Je suis Charlie. Un an après... - Patrick Autréaux

Les Carnets des Dialogues du Matin

- L'avenir de l'automobile - Louis Schweitzer
- Les nanotechnologies & l'avenir de l'homme - Etienne Klein
- L'avenir de la croissance - Bernard Stiegler
- L'avenir de la régénération cérébrale - Alain Prochiantz
- L'avenir de l'Europe - Franck Debié
- L'avenir de la cybersécurité - Nicolas Arpagian
- L'avenir de la population française - François Héran
- L'avenir de la cancérologie - François Goldwasser
- L'avenir de la prédiction - Henri Atlan
- L'avenir de l'aménagement des territoires - Jérôme Monod
- L'avenir de la démocratie - Dominique Schnapper
- L'avenir du capitalisme - Bernard Maris
- L'avenir de la dépendance - Florence Lustman
- L'avenir de l'alimentation - Marion Guillou
- L'avenir des humanités - Jean-François Pradeau
- L'avenir des villes - Thierry Paquot
- L'avenir du droit international - Monique Chemillier-Gendreau
- L'avenir de la famille - Boris Cyrulnik
- L'avenir du populisme - Dominique Reynié
- L'avenir de la puissance chinoise - Jean-Luc Domenach

- L'avenir de l'économie sociale - Jean-Claude Seys
- L'avenir de la vie privée dans la société numérique - Alex Türk
- L'avenir de l'hôpital public - Bernard Granger
- L'avenir de la guerre - Henri Bentegeat & Rony Brauman
- L'avenir de la politique industrielle française - Louis Gallois
- L'avenir de la politique énergétique française - Pierre Papon
- L'avenir du pétrole - Claude Mandil
- L'avenir de l'euro et de la BCE - Henri Guaino & Denis Kessler
- L'avenir de la propriété intellectuelle - Denis Olivennes
- L'avenir du travail - Dominique Méda
- L'avenir de l'anti-science - Alexandre Moatti
- L'avenir du logement - Olivier Mitterand
- L'avenir de la mondialisation - Jean-Pierre Chevènement
- L'avenir de la lutte contre la pauvreté - François Chérèque
- L'avenir du climat - Jean Jouzel
- L'avenir de la nouvelle Russie - Alexandre Adler
- L'avenir de la politique - Alain Juppé
- L'avenir des Big-Data - Kenneth Cukier et Dominique Leglu
- L'avenir de l'organisation des Entreprises - Guillaume Poirinal
- L'avenir de l'enseignement du fait religieux dans l'école laïque - Régis Debray
- L'avenir des inégalités - Hervé Le Bras
- L'avenir de la diplomatie - Pierre Grosser
- L'avenir des relations Franco-russes - Alexandre Orlov
- L'avenir du Parlement - François Cornut-Gentille
- L'avenir du terrorisme - Alain Bauer
- L'avenir du politiquement correct - André Comte-Sponville & Dominique Lecourt
- L'avenir de la zone euro - Michel Aglietta & Jacques Sapir
- L'avenir du conflit entre chiites et sunnites - Anne-Clémentine Larroque
- L'avenir de l'Iran - S.E. Ali Ahani

Les Dîners de l'Institut Diderot

- La Prospective, de demain à aujourd'hui - Nathalie Kosciusko-Morizet
- Politique de santé : répondre aux défis de demain - Claude Evin
- La réforme de la santé aux États-Unis :
Quels enseignements pour l'assurance maladie française ? - Victor Rodwin
- La question du médicament - Philippe Even

Les Entretiens de l'Institut Diderot

- L'avenir du progrès (actes des Entretiens 2011)
- Les 18-24 ans et l'avenir de la politique



ATTACHEMENT, TRAUMA ET RÉSILIENCE

Médecin et écrivain, Boris Cyrulnik est professeur des universités, psychiatre, neurologue, éthologue et psychologue. Il préside depuis 2015 le « Fonds de dotation Boris Cyrulnik ».



“ Il fallut une révolution intellectuelle pour que le monde de la recherche abandonnât l'essentiel de ses préventions contre tout projet de ce que Cyrulnik osait appeler « éthologie humaine ». Il surmonta les obstacles en faisant du comportement animal non pas un modèle explicatif du comportement humain, mais un outil pour en mieux faire ressortir l'originalité. Certes, nous sommes des bêtes, mais pas seulement !

Aujourd'hui, Boris Cyrulnik parle, et on l'écoute. On se laisse même charmer par sa voix chaleureuse aux accents méditerranéens. On admire son art d'écrire et de conter qui s'exerce à merveille sur des questions difficiles qui touchent aux profondeurs de l'âme humaine.

La fortune soudaine et presque universelle que connaît le concept de « résilience », jusque dans la politique, le management des entreprises ou la pensée stratégique, tient sans aucun doute à ce qu'il permet de penser ensemble, attachement et trauma, continuité et discontinuité. Sa racine est anthropologique, sa portée est éthique. Cyrulnik le dit fort bien, pour finir, ce concept désigne « une nouvelle attitude face aux blessures de l'existence ».

Dominique LECOURT
Directeur général de l'Institut Diderot

La présente publication ne peut être vendue

