

## La résilience, cette capacité à guérir psychologiquement qui intrigue les psychanalystes

Le premier congrès international sur la résilience s'ouvre ce jeudi. L'enjeu est de mieux définir ce concept parfois mal compris.

Avec Boris  
Cyrulnik

### **Atlantico : Pourquoi un premier grand congrès mondial sur la résilience ?**

C'est le premier congrès du genre. **Aujourd'hui, un peu comme la psychanalyse il y a quelques années, le concept de résilience est victime de son succès : 1.200 thèses de troisième cycle ont été soutenues en dix ans.** Mais le concept a besoin d'être clairement défini pour ne pas être mis à toutes les sauces. L'enjeu est de se rencontrer pour créer un véritable réseau de chercheurs et mettre de l'ordre dans nos données.

### **Justement, comment définissez-vous -vous le concept de résilience ?**

De manière très simple. **La résilience est la faculté de rebondir après un traumatisme psychique.** C'est la reprise d'un bon développement après un choc, sans retour à l'état initial.

### **En quoi le concept de résilience est-il mal compris ? La résilience est parfois perçue comme une idéologie du bonheur presque magique...**

Les gens qui ont eu un trauma et se sont débattus pour se remettre à vivre ont parfaitement compris le concept **il y a aussi un grand consensus auprès des chercheurs. ça n'a rien de magique, c'est un processus interactif, qui dépend plus de l'environnement que de soi** : famille, école, milieu culturel. Un des enjeux du congrès sera de montrer que toutes les étapes de la résilience sont évaluables et mesurables. Le problème c'est que tout le monde prend position sur la résilience alors que très peu de personnes ont réellement lu des travaux sur le sujet. Il faut éviter les contresens.

### **Quels sont les limites de la résilience ?**

Citez-moi une seule chose qui fonctionne à tous les coups. La résilience marche comme marche la vie et la condition humaine. Ça marche dans beaucoup de cas, mais pas dans tous les cas. Ça dépend des individus. **Un bébé isolé au cours des premiers mois de sa vie aura beaucoup de difficultés par la suite. C'est un processus interactif, qui dépend plus de l'environnement que de soi** : famille, école, milieu culturel. Un des enjeux du congrès sera de montrer que toutes les étapes de la résilience sont évaluables et mesurables.

### **Quelle est l'avenir de la résilience ?**

Il y a beaucoup de centres de recherche sur la résilience qui commence à voir le jour à travers le monde, notamment au Canada et à Stockholm. **Les Brésiliens sont également très en pointe sur la résilience neuronale. Les Asiatiques se centrent essentiellement sur la famille et la culture. On va faire se rencontrer tout ce petit monde. Il reste beaucoup de choses à explorer.**