

LBRIS

We know  
books

Jacques Lecomte

Reziliența  
Reconstruirea după un traumatism

Traducere din limba franceză de  
Doina Jela

*Spandugino*

Riscăm atunci să nu găsim decât un număr foarte redus de persoane reziliente. Și dacă nu reținem decât unul sau două criterii, pe care le alegem și din ce motiv? De aceea este mai pertinent să considerăm că numai persoana respectivă poate aprecia dacă este rezilientă sau nu, în funcție de unul sau mai multe criterii care i se par ei că sunt mizele majore ale existenței sale.

**În respectul față de celălalt:** este vorba despre un criteriu etic. Atunci când o persoană își construiește reziliența „strivindu-i” pe cei pe care-i întâlnește în cale, uită o dimensiune esențială a rezilienței: relația cu celălalt.

## CUPRINS

Conferință.....	9
Dezbatere.....	41
Anexă.	
Propunere de definiție a rezilienței.....	73

Asociația Emmaüs face parte din organizația Emmaüs France. Ea primește, găzduiește și asistă peste 2000 de persoane zilnic în cele 60 de reședințe ale sale din Paris-Île-de-France.

Mai multe informații despre activitățile asociației: [www.asociation.emmaus.fr](http://www.asociation.emmaus.fr)

## Conferință

Mă bucur să mă aflu aici, fiindcă asocierea dintre Emmaüs și Școala Normală Superioară mi se pare o inițiativă bună. Lumea intelectuală și lumea asociativă nu se întâlnesc suficient și, când o fac, acest lucru se petrece uneori la nivelul unei neînțelegeri reciproce. În ce mă privește, eu mă străduiesc să realizez acest gen de punți, în viața mea profesională și personală, iar demersul dumneavoastră mi se pare foarte potrivit.

Voi începe cu o foarte scurtă definiție a rezilienței. Reziliența este fenomenul de refacere, reconstruire de sine după unul sau mai multe traumatisme. Definiția aceasta poate fi înțeleasă imediat de fiecare dintre noi, însă, cu toate acestea, precizez că nu

este o definiție științifică, întrucât realitatea este mai complexă, așa cum vom vedea mai departe.\*

Aud vorbindu-se uneori despre „rezilienți” și, de fiecare dată, termenul acesta mă deranjează, căci reziliența este un proces care comportă sușuri și coborâșuri, și nu un statut sau o stare stabilă și definitivă. Trebuie să ne delimităm de ideea că există unele persoane reziliente și altele care n-ar fi în această situație.

Reziliența se poate construi în cazul fiecărei persoane care a suferit, la fel cum poate să scadă la orice persoană care a avut și etape „mai” pozitive în unele momente.

### **Care sunt elementele care facilitează/construiesc reziliența?**

După știința mea, primul autor care a scris în franceză despre reziliență este Ste-

\* Vom găsi în anexă, la p. 73, o definiție mai detaliată a rezilienței (n.a.).

fan Vanistendael. El lucrează de mulți ani într-o ONG internațională, acționând în sprijinul copiilor din diferite regiuni ale lumii, în jurul acestei tematici a rezilienței. Pornind de la propria experiență de teren, Vanistendael elaborează ideea – reluată în prezent de mulți autori, printre care Boris Cyrulnik – conform căreia reziliența se construiește pe două elemente majore: legătura și sensul”.

- Legătura este un fenomen interpersonal ce constă în întâlnirea cu cineva. Poate fi cineva deja cunoscut sau cineva întâlnit pentru prima dată. În situațiile comportând accidente grave sau boli grave, adesea e vorba despre membri ai familiei, despre prieteni. În situațiile de maltratare și violențe, adesea sunt veci-

\* BICE – Bureau International Catholique de l’Enfance – Biroul Internațional Catolic pentru Protejarea Copiilor (n.a.).

\*\* Vezi S. Vanistendael și J. Lecomte, *Le Bonheur est toujours possible. Construire la résilience*, Bayard, Paris, 2000 (n.a.).

nii, cadrele didactice, educatorii, părinții prietenilor și prietenelor.

- Sensul reprezintă latura intrapersonală, intrapsihică. Care este sensul pe care persoana aflată în suferință îl dă situației sale, trecutului ei și acestei suferințe, dar și viitorului său? Aici este vorba despre sens în ambele accepții ale termenului, anume de orientare și de semnificație.

Pe parcursul elaborării tezei mele de psihologie pe tema rezilienței, am regăsit aceste două elemente. Teza mea avea ca titlu: „Abolirea ciclului violenței”. Am studiat traiectoria de viață a unor persoane maltratate în copilărie și care au devenit părinți afectuoși. În cursul discuțiilor cu acești oameni, cele două elemente apăreau clar.

De pildă, o femeie mi-a spus: „Acea învățătoare a fost atât de bună cu mine” (importanța legăturii), iar un bărbat mi-a declarat: „La doisprezece ani mi-am pus o mulțime de întrebări despre propriul meu

viitor” (importanța sensului). Dar cu cât culegeam mai multe mărturii, cu atât se impunea mai mult prezența unui al treilea element important în construirea rezilienței. Acest element este legea simbolică. De pildă, un bărbat care-și petrecuse o parte din copilărie într-o familie de primire mi-a spus: „Este adevărat că mi-au dăruit multă dragoste, dar mi-au dat și principii.” Am auzit și fraze de genul: „Era greu, nu-mi plăcea să mi se impună reguli. Nu aveam decât o dorință, să sparg tot, dar azi îmi dau seama că aveam nevoie de reguli.”

Asta m-a determinat să desenez un triunghi alcătuit din aceste trei elemente: legătura, legea și sensul.

—•••—  
**Legătura,  
 legea simbolică și  
 sensul.**  
 —•••—

Responsabilitatea legăturii și a legii revine persoanei care însoțește (în situația de față, adultul). În schimb, sensul va fi construit de copil. Într-adevăr, nimeni nu poate conferi sens în locul altcuiva, chiar dacă are cele mai bune intenții de a ajuta.