

RÉSILIENCE

Résilience précoce et conséquences développementales

Arnold Sameroff, Ph.D.

University of Michigan, États-Unis

Octobre 2013, 2^e éd.

Introduction

Le terme résilience fait souvent référence à la capacité des enfants à se développer sainement malgré de nombreuses difficultés.¹ En grandissant, les enfants font face à de nombreux défis avant d'atteindre des marqueurs courants de succès en matière de développement, y compris la santé mentale, les relations sociales satisfaisantes et la réussite scolaire. Bien que l'on considère souvent la résilience comme une adaptation réussie à des événements extrêmes comme la maltraitance ou la pauvreté, on doit aussi l'inclure dans les réactions aux défis sociaux, physiques et intellectuels quotidiens auxquels les enfants sont confrontés. Dans le premier cas, cette caractéristique serait évidente uniquement dans des conditions adverses majeures, alors que dans le dernier, elle se manifesterait clairement dans toutes les situations stressantes.

Les enfants exposés à l'adversité ont un moins bon développement. Ceux exposés à la pauvreté sont plus susceptibles de vivre des problèmes scolaires, y compris de moins bien réussir les examens, de redoubler et d'échouer des cours que leurs pairs plus favorisés. Les enfants élevés par des parents ayant eu un diagnostic psychiatrique sont plus susceptibles d'avoir des problèmes de santé mentale.⁴

Malgré ces désavantages, la plupart des enfants qui vivent dans des contextes très risqués sont capables de surmonter ces difficultés et d'atteindre un niveau de développement normal. De plus en plus de recherches ont commencé à explorer la vie de ces enfants soi-disant résilients dont le succès a été rapporté. Plutôt que de se centrer sur les déficiences des enfants à risque élevé, ces études ont surtout porté sur l'identification des facteurs qui appuient leur réussite. Dans le cas des enfants qui réussissent malgré des conditions sous-optimales, la présence de facteurs protecteurs de résilience peut compenser les facteurs de risque.⁵

Sujet

Il est très important d'identifier les sources de résilience chez les enfants compétents, parce qu'on peut tenter d'augmenter celle d'enfants moins compétents, surtout ceux qui vivent dans des conditions de stress élevé.

Cependant, l'identification de ce qui constitue la résilience reste floue.¹ Est-ce une chose qui ne peut être identifiée qu'après le fait ou est-ce qu'on peut la prédire à partir d'indices de compétence développementale antérieure?

La recherche sur la résilience s'est d'abord basée sur les caractéristiques de l'enfant, puis a englobé l'environnement social, économique et politique. Si la résilience était une caractéristique contextuelle, comme le fait d'avoir des parents aidants au plan affectif, seuls ces enfants manifesteraient de la résilience. S'il s'agissait d'une caractéristique individuelle, les enfants résilients devraient avoir un meilleur développement quelles que soient les circonstances.

Ceci nous conduit à nous interroger sur les origines de la résilience. Elle pourrait provenir de caractéristiques biologiques de l'enfant, comme la stabilité affective, ou du développement, et une relation précoce sécurisante avec les parents produirait la stabilité ultérieure. Trouver des réponses à ces questions mènerait à différentes approches afin d'augmenter la résilience des enfants.

Problèmes

La question clé de la recherche sur la résilience est l'identification de ses bases. L'étude de ce sujet a évolué d'un seul coup grâce à la compréhension des origines de la compétence humaine. La psychologie et la psychopathologie développementales ont apporté une compréhension complexe accrue des processus psychologiques, chaque caractéristique individuelle étant considérée en fonction de l'expérience dans de multiples domaines sociaux – la famille, le voisinage, la culture, l'école, le groupe de pairs et le contexte historique.

Selon les approches contextuelles, la résilience dépend des habiletés familiales et de celles des autres aspects de l'environnement social à compenser les effets des circonstances adverses. Les expériences importantes sont à la fois historiques et courantes dans la vie d'un enfant.

Les approches développementales permettent de considérer que la résilience dépend de l'histoire individuelle d'adaptation antérieure réussie à des conditions stressantes.⁶ Selon certaines opinions, l'adaptation à des stressors bénins antérieurs peut inoculer les enfants contre les effets de stressors plus graves à l'avenir.⁷

Contexte de la recherche

La recherche sur la résilience a commencé par l'étude des enfants qui vivaient dans des contextes à haut risque, qu'il s'agisse de troubles de parentage ou de privation économique. Bien que la plupart manifestaient des déficiences dans certains domaines développementaux de la santé mentale et du fonctionnement intellectuel, un groupe d'enfants semblait imperméable à ces circonstances stressantes.⁸

Au début, la recherche a utilisé des échantillons d'enfants à risque pour trouver ceux qui esquivent ces effets. Mais de plus en plus, les chercheurs ont utilisé des échantillons plus représentatifs pour déterminer si les facteurs qui permettaient aux enfants d'éviter les effets de l'adversité entraînaient des compétences dans des

circonstances plus favorables. Bien qu'au début, la source de la résilience était considérée comme une caractéristique de l'enfant, la recherche a de plus en plus souligné que les facteurs familiaux et sociaux aidaient l'enfant à compenser le stress environnemental.

Questions clés de la recherche

- Y a-t-il une différence entre la résilience et la compétence?
- La résilience est-elle propre à l'individu, au contexte, ou le résultat d'une combinaison des deux?
- La résilience est-elle une capacité générale ou existe-t-il des résiliences spécifiques à des circonstances adverses particulières et qui ne peuvent pas être généralisées?

Récents résultats de recherche

Y a-t-il une différence entre la résilience et la compétence?

Les chercheurs en résilience qui s'efforcent de comprendre comment les individus vainquent l'adversité insistent sur la différence de définition entre la résilience et la compétence.⁹ Mais d'autres décrivent les deux comme étant des sous-concepts très proches qui font partie de l'adaptation.² Les études sur la compétence et la résilience sont inextricablement liées, la résilience étant plus centrée sur l'adaptation dans des circonstances atténuantes de privation, de traumatisme, de désastre ou d'autres adversités aiguës et chroniques.

La résilience est-elle propre à l'individu, au contexte ou le résultat d'une combinaison des deux?

Les enfants ayant des niveaux élevés de compétence se développent mieux dans des conditions de stress élevé, ainsi que lorsqu'ils sont confrontés à des défis moins importants.¹⁰ Cependant, les facteurs contextuels produisent des résultats tout aussi positifs. Les familles aidantes,⁶ les groupes de pairs qui font preuve d'acceptation,¹¹ les écoles compétentes¹² et l'efficacité collective du voisinage,¹³ sans oublier les ressources financières supplémentaires,¹⁴ contribuent au développement positif de l'enfant. Les ressources intérieures individuelles sont encore plus affaiblies quand on compare les enfants très compétents et peu compétents élevés dans des environnements à risque élevé et faible. Les premiers, élevés dans des environnements à risque élevé, ont un moins bon développement que les enfants peu compétents élevés dans des environnements à faible risque.¹⁵

La résilience est-elle une capacité générale ou existe-t-il des résiliences spécifiques à des circonstances adverses particulières et qui ne peuvent pas être généralisées?

Les chercheurs en sont venus à considérer la résilience comme un concept multidimensionnel.¹ Comme ils l'étudient auprès d'une population particulièrement à risque, par exemple, les enfants maltraités, élevés par des parents psychotiques ou dans des conditions de pauvreté, ils ont découvert que différents processus conduisaient à des résultats positifs. De plus, quand les enfants manifestent de la résilience dans un domaine du développement, ils peuvent avoir des problèmes supplémentaires dans d'autres domaines. Par exemple, Luthar¹⁶ a découvert que les enfants qui réussissaient à s'adapter étaient aux prises avec des problèmes émotifs comme la dépression.

Conclusions

Au lieu de chercher à améliorer un concept de résilience encore indéfini chez les individus, on devrait consacrer davantage d'énergie à étudier les contextes sociaux qui favorisent les répercussions positives. L'amélioration de la compétence individuelle constitue une stratégie importante quand il est impossible de modifier les circonstances sociales, mais si les efforts portaient davantage sur la modification des facteurs contextuels plutôt qu'individuels, les résultats seraient proportionnellement plus satisfaisants.

Les études sur les effets des risques environnementaux multiples dans une grande gamme de conditions ont découvert que l'accumulation des risques sociaux concernant la famille, le groupe de pairs, l'école et le voisinage avait un effet négatif consistant. Plus il y a de risques, plus les conséquences sont mauvaises.

Les variables individuelles comme le niveau de revenu et le statut marital en ce qui a trait à la famille, au genre, à la race, à l'efficacité, à la santé mentale et à la réussite personnelle, prises isolément, peuvent avoir des effets statistiquement significatifs sur le comportement de l'enfant. Ces effets sont cependant faibles comparés à l'accumulation d'influences négatives multiples qui caractérisent les groupes à risque élevé.

La superposition des problèmes des enfants est importante dans les familles à faibles revenus comparées à celles ayant des revenus élevés, dans celles où il y a un ou deux parents, chez les garçons comparés aux filles, chez les Noirs comparés aux Blancs, et chez les jeunes ayant beaucoup de ressources intérieures comparés à ceux qui en ont peu.

Cependant, la superposition est bien moins importante quand on compare les groupes d'enfants grandissant dans des conditions comprenant un faible taux de risques multiples à ceux confrontés à des risques élevés qui cumulent les effets de leur sexe, de la race, des ressources intérieures et du nombre de parents à la maison.

Il faut souligner que la résilience est différente du comportement positif. Dans des circonstances stressantes où les ressources sont limitées, les gains d'un individu se font aux dépens de pertes chez un autre, un jeu dont le résultat est nul. Dans ces situations, la résilience peut se manifester par des comportements antisociaux, comme les ressources obtenues grâce à la criminalité dans le centre des villes.

Il n'existe probablement pas de facteur protecteur universel pour tous les enfants. Les facteurs positifs qui favorisent la compétence peuvent varier selon l'âge et les effets développementaux visés. Pour réellement connaître les déterminants de la résilience, il faut s'intéresser à la grande constellation de facteurs écologiques qui entourent les individus et les familles.

Implications pour les politiques et les services

La compréhension des origines de la résilience est un important précurseur du succès de toute intervention. Que la résilience provienne de la famille, de l'école, du groupe de pairs ou de facteurs communautaires, les interventions devraient se dérouler dans ces cadres. Malheureusement, la plupart des interventions portant sur un seul domaine à la fois n'ont pas habilité les individus visés à résister aux problèmes.

Les enfants vivent généralement des risques multiples dans des contextes sociaux multiples et par conséquent, il est peu probable qu'on découvre une « solution miracle » de prévention ou d'intervention¹⁷. Les tentatives en

cette matière provenant de cette réalisation sont multiples, utilisent une combinaison d'efforts et visent diverses sources de résilience plutôt qu'une seule.¹⁸ Le projet *Fast Track*, dont l'objectif est de diminuer les problèmes de conduite, est un exemple de cette intervention à facettes multiples.¹⁹

De plus en plus, on doit reconnaître les multiples sous-systèmes sociaux qui jouent des rôles importants dans la production ou la réduction des compétences sociale et scolaire.

Références

1. Luthar SS, Cicchetti D, Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development* 2000;71(3):543-562.
2. Masten AS. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist* 2001;56(3):227-238.
3. McLoyd VC. Socioeconomic disadvantage and child development. *American Psychologist* 1998;53(2):185-204.
4. Downey G, Coyne JC. Children of depressed parents: An integrative review. *Psychological Bulletin* 1990;108(1):50-76.
5. Garmezy N. Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes* 1993;56(1):127-136.
6. Sroufe LA, Carlson E, Collins WA, Egeland B. *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. New York, NY: Guilford Press; 2005.
7. Rutter M. How the environment affects mental health. *British Journal of Psychiatry* 2005;186(1):4-6.
8. Garmezy N, Masten AS, Tellegen A. The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development* 1984;55(1):97-111.
9. Luthar SS. Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In: Cicchetti D, Cohen DJ, eds. *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation*. Vol 3. 2nd ed. New York, NY: Wiley. Sous presse.
10. Garmezy N, Masten AS, Tellegen A. The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development* 1984;55(1):97-111.
11. Criss MM, Pettit GS, Bates JE, Dodge KA, Lapp AL. Family adversity, positive peer relationships, and children's externalizing behavior: A longitudinal perspective on risk and resilience. *Child Development* 2002;73(4):1220-1237.
12. Pianta RC, Harbers KL. Observing mother and child behavior in a problem-solving situation at school entry: Relations with academic achievement. *Journal of School Psychology* 1996;34(3):307-322.
13. Sampson RJ, Raudenbush SW, Earls F. Neighborhoods and violent crime: A multilevel study of collective efficacy. *Science* 1997;277(5328):918-924.
14. Duncan GJ, Brooks-Gunn J, Klebanov PK. Economic deprivation and early childhood development. *Child Development* 1994;65(2):296-318.
15. Sameroff AJ, Bartko WT, Baldwin A, Baldwin C, Seifer R. Family and social influences on the development of child competence. In: Lewis M, Feiring C, eds. *Families, risk, and competence*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; 1998:161-185.
16. Luthar SS. Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. *Child Development* 1991;62(3):600-616.
17. Masten AS, Coatsworth JD. The development of competence in favorable and unfavourable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist* 1998;53(2):205-220.
18. Sameroff AJ. The science of infancy: Academic, social, and political agendas. *Infancy* 2005;7(3):219-242.
19. Bierman KL, Coie JD, Dodge KA, Greenberg MT, Lochman JE, McMahon RJ, Pinderhughes E, Conduct Problems Prevention Research Group. The implementation of the Fast Track Program: An example of large-scale prevention science efficacy trial. *Journal of Abnormal Child Psychology* 2002;30(1):1-17.