

La résistance au stress chez les déplacés de guerre :
Approche psychométrique- Cas de Damour / Claude
Ghorayeb. — Extrait de : Annales de philosophie et des
sciences humaines. — N° 1 (1987), pp. 118-137.

Notes au bas des pages.

I. Stress — Dâmour (Liban) — 1976. II. Guerre civile
— Liban — 1976.

PER L1044 / FP63318P

LA RÉSISTANCE AU STRESS CHEZ LES DÉPLACÉS
DE GUERRE
APPROCHE PSYCHOMÉTRIQUE — CAS DE
DAMOUR

Claude GHORAYEB

«Le «déraciné» est un homme dont l'existence est à refaire, c'est un homme dont on ne connaît plus le nom, un homme de nulle part, un homme qui n'a plus d'histoire — le passé est resté au village — un homme qui ne peut plus communiquer, qui n'est plus sûr de lui-même. Il vit désormais sur un terrain qu'il ignore: rien ne semble plus laissé à la fatalité, tout est pressé, rationalisé et organisé.¹»

Si la guerre est considérée comme une source de stress et de situations stressantes, l'on se propose dans ces pages d'étudier la résistance au stress chez les déracinés de Damour qui ont quitté tragiquement leur village en 1976.

Le stress est «la maladie du changement.»² Qu'il soit bon ou mauvais, il y a adaptation, il y a changement et résistance.

«C'est un phénomène qui peut nous permettre d'étudier la résistance de l'individu aux changements et de mesurer cette résistance afin de garder l'unité et l'identité de l'individu à travers le temps.»³ Donc le stress serait «la réponse non spécifique de l'organisme à toute demande qui est faite.»⁴

Une personne est stressée d'après Bensalat Soly, quand la dose de stress accumulée dépasse son seuil optimal d'adaptation et que son comportement commence à manifester des signes d'épuisement. Mais ce qui est important, ce n'est pas ce qui nous arrive mais la manière dont on le prend.

Cette définition prouve que face à toute émotion, à toute agression bonne

(1) Dr Bensalat Soly, «*Stress*» avec la collaboration du Père Hans Seyle, Préface de Fauvet Jacques, Hachette, 1980, p. 25.

(2) Ibid. p. 54.

(3) Nuttin Joseph, *Structure de la Personnalité*, P.U.F. p. 31.

(4) Dr Bensalat Soly, op. cit. p. 25.

ou mauvaise, nos glandes sécrètent des hormones d'adaptation. Cette sécrétion est la même pour tout le monde mais son utilisation plus ou moins harmonieuse est variable et dépendra du psychisme de l'individu qui en fera un bon ou un mauvais stress.

En effet, une émotion agréable, une grande joie, une bonne nouvelle, produisent les mêmes effets qu'une émotion désagréable ou une mauvaise nouvelle et sont dans les 2 cas cause de stress. Dans les 2 cas, le cœur battra plus fort, la respiration sera plus rapide, le taux de sucre augmentera dans le sang et des acides gras seront libérés des réserves adipenses pour fournir l'énergie nécessaire à la défense contre l'agression, la survie et l'adaptation aux nouvelles conditions.»¹.

Dans les 2 cas, il y a stress, il y a demande, agression et réponse similaire, biologique et hormonale, responsable à son tour des différentes modifications au niveau des organes (cœur, muscles, foie, cerveau...) qui assurent la défense et l'adaptation...

La plupart du temps, les réponses de l'organisme se font en harmonie, le plus naturellement et sans conséquences, elles sont adaptées aux normes physiologiques du sujet. Il s'agit du bon stress ou eustress.

Parfois, les réponses exigées par une demande intense et prolongée, agréable ou désagréable, sont excessives et dépassent les capacités de résistance et d'adaptation de l'organisme, ce cas pourrait être appelé mauvais stress ou distress.

Le changement opéré par le stress crée une désorientation interne; il n'y a que le fait d'être vidé du monde personnel qui trouble profondément la personnalité. Mais un changement du monde objectif et social peut être également la cause du dérangement psychique. C'est ainsi que l'émigrant qui passe d'un monde culturel à un autre, une femme qui se marie à un homme hors de sa région, une personne qui voyage pour des études ou du travail, voient que les situations comportementales, les usages, les opinions, les attitudes et les normes diffèrent de leur monde antérieur. Ils se trouvent déracinés, en ce sens que leur comportement et leur fonctionnement psychique leur est arraché à la faveur d'un autre comportement auquel ils ne sont pas habitués. Cependant, tout déracinement ou déplacement ne mène pas nécessairement au mauvais stress.

Il arrive de même que la tension conflictuelle qui caractérise certaines relations de la structure «Moi — Monde» empêche la construction d'une

(1) Dr Bensalat Soly, op. cit., p. 15.

personnalité intime suffisamment large et acceptée dans l'image totale de soi...

«L'individu se porte mal lorsqu'il est menacé de disparaître dans la masse anonyme du monde social lorsqu'il n'est plus quelqu'un ni considéré comme tel»...¹.

Grâce au test de stress de J.R. STROOP, l'étude a été faite sur deux populations différentes: celle de Damour et celle de Ajaltoun.

Qui a-t-on pris de ces populations?

Un nombre assez important a été choisi pour la passation du test: 50 personnes de Damour et 50 autres de Ajaltoun, divisées en trois tranches d'âge des deux sexes:

La première est de 15 à 25 ans.

La seconde est de 25 à 45 ans.

La troisième est de 45 à 60 ans.

Ce test «a pour but essentiel de prédire l'aptitude du sujet à maintenir un niveau de performance satisfaisant dans une situation qualifiée de stress».²

Description du test

L'épreuve est présentée sous forme d'un cahier sur lequel le sujet répond en écrivant. Elle se compose de 3 subtests:

Subtest I

50 lignes de 4 noms de couleurs (vert, rouge, bleu, jaune). Les sujets sont invités à écrire le plus vite possible, dans les cases correspondantes, l'initiale de chaque nom de couleur.

Subtest II

60 lignes de 4 carrés de couleurs (vert, rouge, bleu, jaune). Les sujets écrivent le plus vite possible l'initiale de la couleur dans la case correspondante.

Subtest III

50 lignes de 4 noms de couleurs (les mêmes que précédemment), imprimés dans une encre de couleur, chaque nom pouvant être dans l'une des 3 autres couleurs ou dans sa couleur propre. Les sujets doivent écrire dans les cases correspondantes l'initiale de la couleur de l'encre dans laquelle le mot est écrit.

(1) Nuttin Joseph, op. cit., p. 223.

(2) Manuel Test De Stress, STROOP. J.R.. Paris 1975, p. 5.

Pour chaque subtest, les sujets disposent de 90 secondes.

Résultats

- Le pourcentage des jeunes filles de 15 à 25 ans de Damour qui ne résistent pas au stress, est inférieur à celui des jeunes filles de Ajaltoun non déracinées.
- Le pourcentage des hommes de Damour de 25 à 45 ans qui résistent au stress, est inférieur à celui des hommes de Ajaltoun du même âge.
- Le pourcentage des hommes de Damour de 45 à 60 ans qui résistent au stress, est plus élevé que celui des hommes de Ajaltoun du même âge.
- Les jeunes filles de Damour de 15 à 25 ans qui ne résistent pas sont plus nombreuses que celles de Ajaltoun: 40% contre 16,6%.
- Le pourcentage des femmes de Damour de 25 à 45 ans qui résistent est presque à égalité: 25% à Damour contre 30% à Ajaltoun.
- Le pourcentage des femmes de Damour de 45 à 60 ans résistent plus que celles de Ajaltoun: 20% à Damour contre 0% à Ajaltoun.

Conclusion

Les résultats du test montrent que le stress pourrait être un phénomène d'apprentissage. Joseph NUTTIN insiste sur la constance du comportement d'un même individu dans les situations analogues, et sur l'absence de formes générales de conduite qui caractérisent une personnalité; car «chaque situation spécifique déclencherait chez n'importe qui une réaction spécifique, qui, dans certaines conditions devient une habitude spécifique.»¹

L'habitude est donc un facteur primordial dans le comportement, elle peut entrer en aide dans la conduite de l'individu vis-à-vis des toutes les formes de sa situation.

Nous avons vu que les jeunes filles de Damour avec les femmes de Ajaltoun de 45 à 60 ans sont presque les seules à avoir une très faible résistance au stress. Cela va les conduire nécessairement au phénomène de l'adaptation qui, cependant «reste, pour une part importante, le jeu des forces mécaniques. S'il veut réaliser l'unité de son être social, le déraciné ou le stressé doit s'engager dans une autre démarche: «l'intégration». S'intégrant, il découvre un mode de «participation» à la société dans laquelle il est inséré et à laquelle il s'est adapté. Dans la participation, l'individu ou le groupe s'affirment comme étant tout à la fois une réalité

(1) Nuttin Joseph, op. cit., p. 33.

autre et une réalité membre: l'unité ne supprime pas l'altérité. En même temps, la société d'accueil se trouve enrichie: elle reçoit autant qu'elle donne. L'intégration est une démarche essentiellement dynamique supposant l'échange incessant entre des éléments différents, unis mais non confondus. L'intégration ne se réalise pas dans un seul temps et n'est pas universelle.»¹

Enfin, «insertion, adaptation, intégration ne se réalisent pas seulement dans un milieu unique: on s'insère, on s'adapte, on s'intègre à la société globale, au milieu familial, pédagogique, professionnel, mais pas nécessairement avec le même bonheur dans l'un et l'autre de ces groupements, et on a d'autant moins de chance de s'intégrer à la société globale que l'on est moins adapté à l'un ou l'autre de ces milieux».²

(1) Agneau Charles, *Esprit*, Journal à plusieurs voix, Paris, 1966, 975 pages, côte I p. 794.

(2) *Ibid.*, p. 795.

Les opinions exprimées dans ces pages n'engagent que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement le point de vue de la Faculté.

Les organismes qui voudraient recevoir les «**Annales de Philosophie et Sciences Humaines**» à titre d'échange de publications, devront s'adresser à la:

Faculté de Philosophie et Sciences Humaines
Université Saint-Esprit Kaslik
B.P. 446 — Jounieh — LIBAN
Telex: 45777 USEK LE

Les Annales de Philosophie et Sciences Humaines sont en vente à la librairie de l'U.S.E.K. et auprès de distributeurs agréés, au Liban et à l'étranger.

Les «Annales» sont ouvertes à tous les enseignants et les chercheurs en Philosophie et Sciences Humaines. Ces derniers devront envoyer leurs articles dactylographiés à l'adresse ci-dessus. La Direction ne rend pas les manuscrits non-publiés.