

La Belgodyssée à l'heure de la résilience

C'est aux rendez-vous annuels qu'on prend conscience du temps qui passe. Et cette édition est déjà la deuxième à se dérouler en ces temps bousculés de pandémie de Covid-19. C'est pour cette raison que le thème du 17^e concours de la Belgodyssée a porté sur la résilience. La résilience, c'est cette capacité de l'esprit à surmonter des événements difficiles et à vivre sereinement. Beaucoup d'entre nous ont dû affronter, plus qu'en d'autres temps, des situations extraordinaires, comme la baisse de revenus, la maladie, le décès d'un proche, la solitude, le changement d'habitudes bien ancrées. Des situations qui nous ont poussés à mettre en place des mécanismes de défense et à imaginer des solutions inventives pour redémarrer ou pour poursuivre sa vie dans des conditions acceptables.

La résilience est particulièrement présente en ce moment, certes, mais elle a de tout temps concerné les êtres humains. Et ce sont des personnes touchées par des drames qui n'ont rien à voir avec l'épidémie de coronavirus qui témoignent dans les pages de ce supplément, à lire aussi en version plus longue et plus illustrée sur www.lavenir.net/tag/belgodyssée-2021. Les jeunes (futurs) journalistes qui ont participé à cette Belgodyssée relaient la parole de ces rescapés avec justesse et humanité, dévoilant ainsi de belles leçons de vie.

Sept candidats francophones (Pauline Denys, Lisa Neyrinck, Juliette Pardon, Agathe Declaire, Gordon De Winter, Lisa Beken et Eline Fauconnier) et sept néerlandophones (Victor Van Kerckhove, Annelies Haesbrouck, Pauline Augustyn, Latifa Gueddass, Charles Gadeyn, Noëmi Plateau et Liesa Pauwels), sélectionnés à l'issue d'un casting qui s'est tenu début octobre, ont œuvré en binôme ces deux derniers mois afin de réaliser des reportages audio, vidéo et écrits. Durant deux semaines, chaque duo s'est investi à fond pour donner le meilleur de lui-même. C'est ce travail que le jury du concours de journalisme initié par le Fonds Prince Philippe, la RTBF et la VRT, en partenariat avec *L'Avenir* et *Metro*, a observé attentivement avant de rendre son verdict. Les gagnants de la Belgodyssée seront connus ce jeudi après-midi, à 15 h. Et tout le monde pourra assister en direct à la remise des prix en se branchant sur Facebook.

Eh oui, la cérémonie prévue au palais royal, en présence du roi Philippe, n'aura, une fois encore, pas lieu en raison des nouvelles restrictions dues à la situation sanitaire.

NADIA CHATER

» www.facebook.com/Belgodyssée



Les candidats de la cuvée 2021 ont pu se rencontrer lors du casting qui s'est déroulé le 7 octobre dernier.

« Accepter ce s

En près de deux ans de pandémie, le Covid-19 nous a mis face à de multiples adversités.

La résilience pourrait être un précieux apprentissage pour mieux vivre avec le virus.

« La résilience, c'est le ressort intime face aux coups de l'existence », écrivait Boris Cyrulnik, psychanalyste français et grand théoricien du concept de résilience. C'est la plante qu'on n'attendait plus et qui se fraie un chemin au milieu d'un sol aride et sec. C'est la capacité à rebondir face aux événements de la vie pour envisager un futur meilleur. « La résilience est un processus d'évolution à la suite d'un traumatisme ou d'une lourde adversité qui va permettre un nouveau développement », détaille Fabienne Glowacz, professeure en psychologie à l'ULiège.

Depuis bientôt deux ans de pandémie, c'est face à cette adversité que le Covid-19 a placé nombreux d'entre nous, modifiant nos habitudes, plongeant des secteurs dans de graves difficultés financières. La résilience pourrait être un outil pour mieux vivre la pandémie et apprendre, en définitive, à vivre avec le virus. « La résilience, c'est poursuivre son chemin en ayant appris de ce qu'on a vécu, explique Bruno Humbecq, psychopédagogue à l'UMons. Pour ne plus le vivre de manière aussi dramatique que la première fois et, surtout, être capable d'y faire face avec plus d'intelligence. »



Cohabiter avec le virus

« Il y a une envie de croire en la résilience possible. C'est intéressant, cela veut dire qu'on envisage un futur autre. Mais il faut être prudent, alerte Fabienne Glowacz. À l'heure actuelle, on est toujours dans l'adaptation à cette crise : dans la résistance plus que dans la résilience. La population est en souffrance, notamment les jeunes. Et s'il y a certaines résiliences qui sont observées, il est

VITALII WODOLAZSKI - STOCK.ADOB

« Sur quoi nous n'avons pas de prise »



d'abord important de diagnostiquer, rendre visible et reconnaître cette souffrance avant de pouvoir envisager cette résilience. »

Les deux spécialistes se rejoignent sur un point. Il y a encore du chemin vers plus de résilience. « On y sera quand on aura tiré les leçons de cette pandémie, embraye Bruno Humbeeck. Quand on aura compris qu'il faut apprendre à vivre avec le virus. »

La résilience doit se penser « au pluriel, dans une crise planétaire », note Fabienne Glowacz.

Les décideurs ont donc leur rôle à jouer, avance Bruno Humbeeck « À chaque Codeco, c'est le même scénario : une vague, un sé-

isme et une adaptation à la vague. Comment cohabiter avec le virus ? En prenant, par exemple, des décisions qui ne provoquent pas systématiquement des crispations du côté de la population, soit parce qu'elles semblent absurdes soit qu'elles sont prises au coup par coup. »

Sortir grandi

Les psychologues l'assurent : tout le monde peut faire preuve de résilience pour mieux vivre la crise, malgré la perspective de prochaines vagues.

« Il faut faire en sorte que ces traumatismes puissent nous apprendre à vivre ces événements comme des événements qui ne sont pas désta-

« On sera dans la résilience quand on aura tiré les leçons de cette pandémie. »

bilisants, souligne le psychopédagogue. Or, à chaque fois, on a l'impression que la société et les individus sont bousculés. On aura appris ces nouvelles façons de vivre quand on les considérera comme tout à fait vivables. On peut même sortir de la crise par le haut, grandi, en ayant fait de ce qu'on a vécu une opportunité d'apprentissage collectif et individuel. Ce qui est important, c'est d'avoir la force d'agir sur ce sur quoi on peut agir, le courage d'accepter ce sur quoi nous n'avons pas de

prise. »

Et Fabienne Glowacz d'ajouter : « Dans les grands désastres, on a toujours observé une résilience. C'est la résilience d'une société. Il faut proposer des espaces à penser, à réfléchir au monde dans lequel et on est et quel monde on veut pour le futur. Ces questions doivent être au cœur des débats. » Elle conclut avec une note d'espoir. « C'est dans les moments de crise qu'on amène les plus grands changements. »

GUILLAUME DEBRY

La résilience, c'est la plante qu'on n'attendait plus et qui se fraie un chemin sur un sol aride.

RÉALISATION

COORDINATION

Nadia Chater

MISE EN PAGE

Cindy Renquin

COUVERTURE

Bruno Lapierre