

Ceux qui on fait un peu de *pvp* dans World of Warcraft ont déjà entendu parler de ce terme, « résilience ». Pour beaucoup d'entre eux ça reste une statistique sur une fiche de personnage. Mais qu'en est-il vraiment de cette notion ? Et qu'est-ce que ça vient faire sur **NoPanic** ?



Kill Bill, bel exemple de résilience au cinéma.

Définition

D'après le Petit Robert 2001, la résilience est, en Physique, *le rapport de l'énergie cinétique absorbée nécessaire pour provoquer la rupture d'un métal, à la surface de la section brisée*. Soit, en plus clair, la résistance au choc. Mais si on creuse un peu on se rend compte que ce terme peut avoir plusieurs sens, notamment en **écologie** (capacité d'un écosystème ou d'une espèce à récupérer un fonctionnement ou un développement normal après avoir subi une perturbation), en **économie** (capacité à revenir sur la trajectoire de croissance après avoir encaissé un choc) ou encore en **psychologie** (phénomène consistant à pouvoir revenir d'un état de stress post-traumatique). Vous commencez donc à comprendre que cette notion est primordiale en situation de survie, suite à un effondrement de notre normalité.

En prenant une **définition écologique de la résilience**, on remarquera rapidement un retour en force de la nature dans des zones urbaines. C'est un classique du film post-apo, mais c'est une réalité. Déjà, à petite échelle, j'habite un village où la mairie a proscrit l'utilisation d'herbicides chimiques et il n'est pas rare de voir des arbres sortir de certains trottoirs ! Pour la flore, il n'y a pas de doute, à plus ou moins long terme, la nature reprendra ses droits et envahira les villes.



Tchernobyl, Matthias Bruggmann

Voici en exemple une photo de Matthias Bruggmann prise dans la ville de Tchernobyl en 2006. La nature a été directement atteinte par un contagion radioactive mais elle a su assimiler et s'adapter pour à nouveau proliférer. C'est une forme exceptionnelle de résilience.

Résilience officielle

Si on se réfère au [site](#) du **Secrétariat Général de la Défense et de la Sécurité Nationale** (SGDSN), la résilience est une notion prise très au sérieux.



Jean-Yves Le Drian, Ministre de la défense

Le Livre blanc sur la défense et la sécurité nationale définit la résilience comme « la volonté et la capacité d'un pays, de la société ou des pouvoirs publics à résister aux conséquences d'une agression ou d'une catastrophe majeures, puis à rétablir rapidement leur capacité de fonctionner normalement, ou à tout le moins dans un mode socialement acceptable ». Notre stratégie intègre l'objectif de résilience globale, de la société et des pouvoirs publics, afin de maintenir en toutes circonstances le fonctionnement des pouvoirs publics et la continuité de la vie de la Nation.

Accroître la résilience des institutions démocratiques, de la société et de la vie économique consiste à :

- **prendre en compte en permanence des hypothèses du temps de crise ;**
- **renforcer la capacité de réaction en la rendant plus rapide et étendue ;**
- **communiquer, informer et alerter la population ;**
- **impliquer les collectivités territoriales, les opérateurs, la population.**

On ne le répétera jamais assez, la résistance mentale est un des piliers de la survie. Une situation s'appréhende autant physiquement que dans la tête. D'ailleurs, l'étape de préparation mentale est très importante, elle se fait au jour le jour en recherchant des infos et en cultivant un certain attrait pour des notions plus que du matériel. La [résilience](#), au

centre de la survie fait d'ailleurs une large part à l'aspect psychologique.



Mais le cerveau peut vous jouer des tours. Une récente étude menée sur des soldats néerlandais tend à prouver qu'il est tout à fait possible de fabriquer des souvenirs. Le processus est très simple, inquiétant : 2 mois après leur retour d'Afghanistan, 249 soldats ont été questionnés sur leur état de stress afin d'anticiper un stress post traumatique. Au cours de ces entretiens, Il les ont questionnés sur un événement inventé, sensé s'être passé lors de leur mission la veille du 31 décembre. 7 mois plus tard, ils ont a nouveau été confrontés à une batterie de tests. Ils ont rempli un questionnaire à propos des évènements s'étant déroulés durant leur déploiement. Deux mois plus tard, 26% des participants à cette étude étaient persuadés avoir participé à l'évènement créé de toutes pièces. L'état de stress, l'anormalité de la situation et des conditions dangereuses augmenteraient la capacité à assimiler et surtout à croire de fausses informations.

Pour en savoir plus: [par ici](#).

LA BOUTIQUE SURVIVALISTE

► <http://www.survivalisme-et-survivaliste.fr/>