

L'ADAPTATION TRANSCULTURELLE Un processus individuel et conjugal

Catherine PETIT*

Manuel : *Et puis, le moment était arrivé de venir ici, c'était un peu... Allez. Parce que les gens qui m'ont conduit à l'aéroport, qui m'ont déposé, les voisins... En fait, ils m'ont déposé à l'aéroport et ils sont partis tout de suite. Ils m'ont déposé, ils m'ont dit au revoir et voilà. Ma famille ne pouvait pas venir parce que c'était une petite voiture et déjà avec les bagages... Alors je me retrouvais seul à l'aéroport, la première fois que je sortais, que je prenais l'avion et sans rien, sans personne autour qui parler, avec qui en parler. Des gens qui partent, même des étrangers, il y a des Cubains qui viennent leur dire au revoir... Mais moi, j'étais là... C'était un peu triste aussi. A la maison avec mon père, c'était triste. Aussi, parce qu'il est venu dans un état... parce qu'il ne voulait pas me voir partir comme ça, quitter quoi. Il avait déjà eu mon frère aîné qui partait en Argentine et puis son autre fils qui part aussi. Il reste encore le plus jeune, mais pour lui, c'était quelque chose. Pour lui quelque part, c'était dur. Et puis, je suis monté dans la voiture et en partant, je pars comme ça... Il faisait encore jour, ce n'était pas la nuit et... il y avait des gens qui jouaient au basket, là où j'allais jouer, faire du sport, tout près de chez moi... je les vois comme ça et je passe... c'est des images comme quand tu lis un livre, tu vois des images comme ça, qui passent l'une derrière l'autre, comme dans un film ou quand tu roules dans un train... On voit comme ça un village, je ne sais pas moi, une vache... C'était un peu comme ça. Et puis, je regardais en sortant la ville. C'est des choses dont je me souviens. Je me demandais : « Est-ce que je vais les revoir bientôt ? » C'est des choses qui vont me manquer parce qu'il y a les habitudes, les copains... On allait faire du basket, du foot ou simplement on papotait entre copains, on faisait des blagues... on rigolait un peu. Alors ils me déposent comme ça à l'aéroport mais ils ne restent pas : « On n'a pas le temps ! » Je reste comme ça dans la file pour Bruxelles. Puis tu montes les escaliers, c'est un monde un peu irréel. La première fois qu'on quitte Cuba. Pfff... C'est des choses un peu... Tu rentres dans l'avion, tu ne sais pas vraiment comment on fait parce que c'est la première fois et puis tu as peur qu'on te montre un peu du doigt. En arrivant ici aussi, c'était un peu la même chose. Bon, Annie, elle m'a expliqué, elle m'avait fait un dessin et tout. En fait, je suivais les gens. J'ai repéré les gens qui étaient dans le vol. Je repérais les gens comme ça... Et c'est vrai qu'en sortant... en fait, il y a un type qui m'arrête, de la douane, pour me demander d'ouvrir la valise... et Annie, elle était dehors et je la vois, je fais signe et le type, il m'a laissé partir. Ça je me souviens. Alors, je suis arrivé là... j'étais un peu... j'étais content, mais à la fois...*

* Psychologue, auteure du livre *La migration dans l'organisation psychique des couples interculturels*. Paris, L'Harmattan, 2002.

Migrer, c'est quitter un pays, une terre où l'on est quelqu'un, où l'on existe socialement pour débarquer sur une autre terre, inconnue, où l'on est éventuellement quelqu'un pour quelques uns. La migration est un événement de vie en ce que l'individu plongé dans un nouvel environnement culturel subit diverses pressions qui perturbent son être, son identité. Parmi ces pressions, il y a l'absence des êtres et des objets signifiants qui participaient à la définition du Moi, à l'existence sociale du sujet. L'étranger se découvre une incompétence sociale : il ne sait pas comment se comporter dans ce nouvel environnement culturel, il a peur qu'on le « montre du doigt ». Enfin, l'étranger devra composer avec les différences de valeurs, de croyances et d'attitudes. L'adaptation transculturelle est le processus psychique qui sous-tend la migration, processus par lequel le sujet confronté à ces diverses pressions va tenter de retrouver un équilibre interne, moyennant des aménagements identitaires, et afin de pouvoir interagir positivement avec les membres de la société d'accueil.

Je me suis intéressée à l'adaptation transculturelle en étudiant les couples qui unissent des partenaires qui sont de pays différents et dont au moins l'un des partenaires doit quitter son pays pour vivre en couple. Aussi, je présenterai l'adaptation transculturelle en tant que processus individuel, et conjugal lorsque ce processus a lieu au sein d'un couple. L'adaptation transculturelle se présente comme un processus qui comprend trois dimensions : l'adaptation socioculturelle, l'adaptation psychologique et le développement d'une identité interculturelle. Nous ne pouvons pas comprendre l'adaptation transculturelle comme l'addition de trois sous-processus : il s'agit d'un seul processus qui prend corps par ces trois dimensions. Je commencerai par expliquer le *pourquoi* d'une adaptation transculturelle : en effet, pourquoi ne peut-on aller et venir d'une terre à l'autre sans s'engager dans ce processus ? J'expliquerai ensuite l'adaptation transculturelle comme processus individuel, puis comme processus conjugal. Je proposerai enfin quelques recommandations pour les prolongements de cette recherche.

Pourquoi l'adaptation transculturelle ?

L'être humain est un être social : il a besoin de ses congénères pour assurer sa conservation. Il est un être de culture : aucun stimulus n'agit directement sur lui, mais par l'intermédiaire du sens. Le groupe apparaît comme l'unité nécessaire pour la survie humaine et le langage se présente comme vecteur de sens et d'unité pour les membres du groupe. Aussi, Camilleri (1994, p.27) définissait la culture comme « l'ensemble plus ou moins fortement liées significations acquises les plus persistantes et les plus partagées que les membres d'un groupe, de par leur affiliation à ce groupe, sont amenés à distribuer de façon prévalente sur les stimuli provenant de leur environnement et d'eux-mêmes, induisant vis-à-vis de ces stimuli des attitudes, des représentations et des comportements communs valorisés, dont ils tendent à assurer la reproduction par des voies non génétiques ». Pour marquer son unité et son unicité le groupe investit les stimuli de son environnement par des signifiants qui lui sont propres. Dès lors, lorsqu'un individu débarque sur une terre inconnue, lorsqu'il est plongé dans un nouvel environnement culturel, il subit une certaine désorientation, il se découvre une certaine incompétence sociale en ce qu'il ne partage pas les signifiants du groupe au sein duquel il est

appelé à évoluer. C'est pourquoi l'être humain ne peut aller et venir d'une terre à l'autre sans s'engager un tant soit peu dans le processus d'adaptation transculturelle.

L'adaptation transculturelle : un processus individuel

L'adaptation transculturelle, processus psychique qui sous-tend la migration, comprend trois dimensions : l'adaptation socioculturelle, l'adaptation psychologique et le développement d'une identité interculturelle.

L'adaptation socioculturelle est le processus d'acquisition de compétences *spécifiquement culturelles*, c'est-à-dire de compétences qui permettent au sujet d'interpréter et de répondre aux demandes du nouvel environnement. L'étranger acquiert ces compétences en participant à la *communication sociale d'accueil*, ou pour le dire autrement, en interagissant avec les membres de la culture dominante de la société d'accueil. Il les acquiert aussi grâce à la *communication sociale ethnique*, c'est-à-dire en interagissant avec les membres de sa communauté d'origine vivant dans le pays d'accueil. Ceux-ci peuvent lui expliquer les différences de signifiants et d'attitudes des deux groupes en présence. Dans le court terme, la communication sociale ethnique favorise l'adaptation transculturelle de l'étranger : elle est source d'informations et permet à l'étranger d'interpréter les messages qu'il reçoit dans le nouvel environnement culturel. A long terme, la communication sociale ethnique se présente comme un frein à l'adaptation transculturelle en ce qu'il ne suffit pas pour l'étranger de pouvoir interpréter les messages, encore doit-il apprendre à y répondre. Cet apprentissage ne peut se faire efficacement qu'en participant à la communication sociale d'accueil. L'adaptation socioculturelle renvoie aussi à *l'apprentissage des rôles développementaux*. En effet, l'être humain est un être en développement : à chaque période de sa vie, il est appelé à remplir des rôles sociaux propres à sa période de développement. Aussi, le sujet qui séjourne à l'étranger sera appelé à apprendre ces rôles développementaux en fonction des modèles et des demandes de la société d'accueil. Selon les sociétés, le sujet sera invité, avec plus ou moins d'insistance, à se conformer aux attentes de la société d'accueil.

L'adaptation psychologique est le processus de gestion du stress lié à l'expérience transculturelle, conduisant à un bien-être psychologique plus ou moins grand. Confronté à un message qu'il ne comprend pas, l'étranger subit un stress. Lorsqu'un individu expérimente un stress, un déséquilibre, il a une réaction instinctive qui vise à restaurer son équilibre intérieur. Le stress provoque chez l'étranger un retrait de la situation transculturelle stressante. Ce retrait lui permet de récupérer pour ensuite déployer son énergie adaptative. Le stress apparaît donc comme le moteur de l'adaptation. Dans cette dynamique adaptative, non seulement l'étranger transforme son système de communication par des apprentissages socioculturels, mais il développe sa capacité interne à faire face à des conditions environnementales variées. Il en ressort grandi. Aussi, le cycle *stress – retrait – adaptation – croissance* définit la dynamique adaptative de l'adaptation transculturelle. Ainsi présenté, le cycle stress – retrait – adaptation – croissance apparaît sous son potentiel positif. Cependant, ce cycle ne se déroule pas toujours sans heurt. Sous la pression, il se peut que l'étranger ne parvienne pas à trouver un moyen de se

retirer, psychiquement voire physiquement, de la scène transculturelle stressante. Il risque alors de s'épuiser et qu'un *breakdown psychologique* (par exemple, une dépression nerveuse) s'impose à lui en guise de retrait. Sous la pression, il se peut aussi que l'étranger perçoive la situation comme dépassant ses capacités d'adaptation et qu'il choisisse de rentrer dans son pays d'origine. Un tel retrait ne permet pas le déploiement de l'énergie adaptative du sujet puisqu'il n'y a tout simplement plus lieu de s'adapter au nouvel environnement culturel. Alors que le *stress* et le *retrait* sont nécessités pour l'adaptation transculturelle, *l'adaptation* et la *croissance* apparaissent comme les issues positives du cycle *stress – retrait – (adaptation – croissance)*.

Enfin, le sujet développe une identité interculturelle. Être de culture, aucun stimulus n'agit sur lui directement, mais par l'intermédiaire du sens et ce sens lui est donné par son groupe d'appartenance. Être social, sa survie passe par le groupe. En situation transculturelle, le sujet a donc besoin d'établir des échanges positifs avec le groupe au sein duquel il est amené à évoluer. Il va devoir essayer de concilier le sens nouveau qui lui est proposé dans le nouvel environnement culturel avec ce qui existait déjà en lui. Dans cette recherche d'aménagements identitaires, il se peut que le sujet donne la priorité à sa conservation (survalorisation pragmatique) : il adopte des comportements socialement adaptés au nouvel environnement culturel, bien que ceux-ci n'aient pas de sens pour lui. À l'opposé, le sujet peut donner priorité au sens (survalorisation ontologique) : il maintient alors des comportements culturels qui ne sont pas adaptés pour la société dans laquelle il évolue. Le développement d'une identité interculturelle passe par la recherche d'une formation identitaire qui tienne compte à la fois des dimensions pragmatiques et ontologiques de la nature humaine : il s'agit pour le sujet de parvenir à participer à la vie sociale de la communauté d'accueil (dimension pragmatique) tout en percevant un sens à son comportement (dimension ontologique). L'identité interculturelle prend racine dans le développement de la capacité à faire face à des conditions environnementales variées. Elle correspond à une prise de conscience de ce que les cultures sont relatives en nature et de l'aspect universel de la nature humaine. Le sujet qui acquiert une telle perspective jouit d'une certaine liberté dans ses actions puisqu'il n'agit plus simplement en référence à des normes culturelles particulières.

L'adaptation transculturelle : un processus conjugal

Je me suis intéressée à l'adaptation transculturelle en étudiant les couples qui unissent des partenaires qui sont de pays différents et dont au moins l'un des partenaires doit quitter son pays pour vivre en couple. Le couple interculturel vivra dans le pays de l'un des partenaires ou dans un pays tiers. Une conception naïve du couple interculturel consiste à penser que lorsque le couple vit dans le pays de l'un des partenaires, les partenaires sont à inégalité de position – l'un étant du pays, l'autre étant étranger –, mais que lorsque le couple vit dans un pays tiers, les partenaires sont à égalité – tous deux étant étrangers. En réalité les choses sont plus complexes. Par exemple, alors que le couple vit dans un pays tiers, il arrive que les partenaires soient à inégalité de position. En effet, il se peut que l'un des partenaires ait déjà vécu dans ce pays tiers ou en connaisse la langue. Il arrive aussi que tout en étant à l'étranger, l'un des

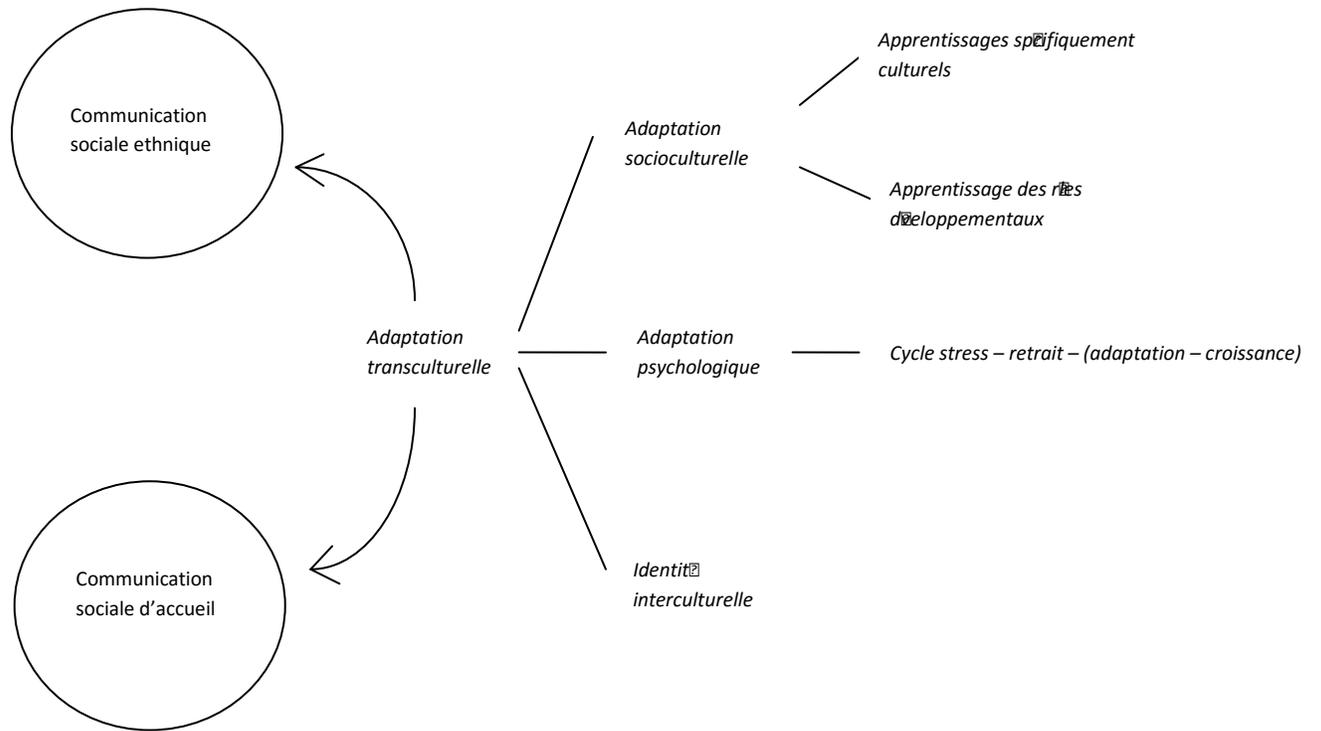
partenaires évolue dans un contexte d'acculturation, c'est-à-dire dans son environnement culturel d'origine adapté au contexte culturel de la société d'accueil : pensons simplement aux ambassades et aux bases militaires, mais aussi à toute forme de ghetto. Celui-ci, à la différence de son partenaire, évolue dans un environnement familial, moins stressant que la scène transculturelle, mais il reçoit par ailleurs des renforcements culturels des membres de sa culture d'origine, qui à long terme freineront son adaptation transculturelle.

En suivant le parcours migratoire de quelques couples, il est apparu qu'une dynamique conjugale particulière s'établit entre les partenaires et que l'adaptation transculturelle se présente comme un processus conjugal que le couple réside dans un pays tiers ou dans le pays de l'un des partenaires. Même s'il n'y a qu'un étranger dans le couple, ce serait le couple qui s'engage dans l'adaptation transculturelle. Cette dynamique conjugale, je l'ai appelée la *guidance*. La guidance est une dynamique originale qui s'établit entre les partenaires, selon laquelle le partenaire le plus avantagé dans une situation culturelle donnée intervient tant au niveau des apprentissages spécifiquement culturels, qu'au niveau de la gestion du stress du partenaire le plus désavantagé. Au niveau des apprentissages culturels, le partenaire le plus avantagé intervient en tant que modèle social, il est source d'informations. Au niveau de la gestion du stress, le partenaire le plus avantagé intervient régulièrement en offrant à l'autre une possibilité de retrait de la scène transculturelle stressante, mais lorsque ce dernier a récupéré le partenaire le plus avantagé l'invite à déployer son énergie adaptative en suspendant sa prise en charge. Aussi, cette intervention singulière – offre d'un retrait/suspension de ce retrait – peut être comprise par la relation conjugale elle-même. En effet, dans une saine relation de couple, écrit Willi (1982, p.31), il est loisible aux partenaires de progresser et régresser partiellement, en un libre mouvement de balancier. Tantôt l'un, régressif, vient pleurer auprès de l'autre qui, prenant le rôle de la mère, le console, tantôt c'est le second qui se sent désorienté et réclame les conseils et le soutien du premier. Lorsque le partenaire le plus désavantagé dans une situation culturelle donnée se situe dans le retrait, il adopterait une position régressive, mais celle-ci est dépassée car son conjoint suspend alors sa fonction de guide. Il y aurait là une demande sous-jacente de la part du conjoint le plus favorisé de tenir à son tour la position régressive. Cette demande régressive serait le moteur même de la gestion du stress. Aussi, l'adaptation transculturelle pourrait être l'occasion d'un équilibre heureux entre positions progressive et régressive au sein du couple.

Prolongements

Ces développements théoriques sont issus d'une recherche exploratoire : ils devraient faire l'objet de recherches supplémentaires en vue d'une généralisation. Ces recherches devraient tenir compte du contexte culturel dans lequel les partenaires évoluent. En effet, l'environnement culturel pourrait interférer dans le processus de guidance : pensons aux contextes culturels marqués par une séparation des rôles et des espaces féminins et masculins. La guidance est-elle possible dans de tels environnements culturels? Y a-t-il des répercussions sur la relation conjugale et sur l'adaptation transculturelle du/des partenaire(s) étranger(s)? Ces

questions renvoient à la tension universel – particulier sous-jacent la généralisation, tension présente au cœur de la recherche en psychologie interculturelle et transculturelle.



Modèle : L'adaptation transculturelle (version simplifiée)

Pour une version complète du modèle : Petit, C. (2002). *La migration dans l'organisation psychique des couples interculturels*. Paris, L'Harmattan, col. Logiques Sociales. (p.117)

Bibliographie

CAMILLERI, C. (1994). La culture et l'identité culturelle : Champs notionnel et devenir. In. C. Camilleri & M. Cohen-Emerique (Eds.), *Chocs de culture : Concepts et enjeux pratiques de l'interculturel* (p. 21-73). Paris : L'Harmattan.

KIM, Y.Y. (1988). *Communication and cross-cultural adaptation: An integrative theory*. Clevedon: Multilingual matters.

PETIT, C. (2002). *La migration dans l'organisation psychique des couples interculturels*. Paris : L'Harmattan, col. Logiques sociales.

WARD, C. (1996). Acculturation. In D. Landis & R.S. Bhagat (Eds.), *Handbook of intercultural training* (2nd ed.) (p.124-147). Thousand Oaks: Sage Publications.

WILLI, J. (1982). *La relation de couple: le concept de collusion*. Neuchâtel : Delachaux & Niestlé