

Chapitre 1

Qu'est-ce que la vieillesse psychique ?

A INSI que l'écrivit la psychanalyste Maud Mannoni à la mort de son époux et comme nous venons de le voir, la vieillesse est moins une question d'état civil que d'état d'esprit¹. Mais s'agit-il de jeunesse d'esprit, de capacité à surmonter les pertes infligées par l'avancée en âge ou d'une éventuelle sagesse, qui transforme les deuils et séparations de la vie en autant d'étapes du renoncement ? La jeunesse d'esprit est principalement associée à des valeurs telles que l'intérêt pour l'actualité, la curiosité pour la nouveauté, la complicité avec les plus jeunes, l'ouverture au monde et la tolérance vis-à-vis des évolutions morales ou sociétales². La capacité à surmonter les pertes physiques et affectives est quant à elle plutôt envisagée en termes d'accomplissement de soi, d'intégrité psychique ou de conservation d'un certain pouvoir sur sa vie. Cette dernière idée est maintenant théorisée par la psychologie

1. Mannoni M. (1991). *Le Nommé et l'innommable. Le dernier mot de la vie*, Paris, Denoël.

2. Vézina J., Cappeliez P., Landreville P. (1994). *Psychologie gérontologique*, Montréal, Gaëtan Morin (rééd. 2007).

nord-américaine, qu'il s'agisse d'Albert Bandura avec son concept d'auto-efficacité¹ ou de Mihali Csikszentmihalyi avec celui d'autotélie². Car vieillir consiste moins à subir le temps qui passe qu'à s'y situer et y réagir. Cela suppose de continuer à désirer malgré les pertes et traumatismes vécus depuis la naissance, souvent refoulés tout au long de la vie adulte, avant que l'approche de la mort ne les réactive. C'est ce qui distingue la gérontologie sociale de la psycho-gérontologie. La première régit des catégories d'âge, la seconde réagit aux épreuves relationnelles de l'existence.

PSYCHANALYSE DU VIEILLISSEMENT

La psychanalyse affirme que notre vie est soumise à l'inconscient, formé de souvenirs refoulés, c'est-à-dire psychiquement actifs bien qu'apparemment oubliés. Elle est aujourd'hui critiquée par les sciences neurologiques, qui la considèrent comme trop approximative. C'est ainsi que Lionel Naccache voit en Freud le *Christophe Colomb des neurosciences* : à l'instar de Colomb qui crût découvrir une nouvelle route des Indes quand il découvrait l'Amérique, Freud aurait cru découvrir le continent de l'inconscient alors qu'il découvrait celui encore vierge de la neuropsychologie à venir³. C'est en ce sens que nombre de thérapies cognitivo-comportementales (TCC) contestent aujourd'hui l'approche psychanalytique. Ainsi, la psychanalyse qui jouit toujours en France d'une certaine aura est de plus en plus contestée de par le monde. L'évaluation des psychothérapies que réalisa l'INSERM (Institut national de la santé et de la recherche médicale) en 2004 conclut même à la très faible efficacité de la psychanalyse comparée à celle des TCC⁴. Pourtant, la psychanalyse oppose une conception précieuse du sujet humain aux conditionnements et aux rééducations auxquels ces TCC ressemblent. Loin de l'être à façonner, corriger ou redresser dont rêve le conformisme ambiant, elle affirme que l'être

1. Bandura A. (2002). *Auto-efficacité. Le sentiment d'efficacité personnelle*, Bruxelles, De Boeck (trad. 2003).

2. Csikszentmihalyi M. (1990). *Vivre. La psychologie du bonheur*, Paris, Robert Laffont (trad. 2004).

3. Naccache L. (2006). *Le Nouvel Inconscient : Freud, Christophe Colomb des neurosciences*, Paris, Odile Jacob.

4. Canceil O. et al. (2004). *Psychothérapies. Trois approches évaluées*, Paris, Éditions INSERM.

humain est avant tout le sujet de ses propres rêves et fantasmes, un sujet parlant, désirant et ambivalent jusqu'à son dernier souffle.

Épreuve narcissique et inquiétante étrangeté

La psychanalyste d'enfants Françoise Dolto fut l'une des premières à remarquer que le travail sur soi auquel invite la psychanalyse, qui se mesure en mois et en années, ne fait rien d'autre qu'accélérer le lent travail psychique du vieillissement, dont la mesure est plutôt celle des dizaines d'années¹. Cette remarque renverse la perspective habituelle qui condamne la psychanalyse au titre de sa lenteur, puisqu'elle serait au contraire un moyen plus rapide que ne l'est la maturation au fil de l'âge de s'autoriser à devenir soi-même, c'est-à-dire réussir ce qu'on appelle son individuation. Cette individuation rappelle la formule de Freud, « *Wo Es war, soll Ich werden* » (« Là où était le ça, je dois advenir »), dans laquelle « le ça » désigne l'inconscient et « je » le moi conscient². Cette formule donna lieu à de multiples traductions et exégèses. J'en retiendrais que, puisqu'il l'écrivit à 75 ans, il parlait aussi de son propre vieillissement, universalisant comme dans toute son œuvre son expérience singulière, avec sa justesse et son intuition habituelles. Il n'en fallut pas moins attendre près d'un demi-siècle avant que sa disciple Dolto s'intéressât aux rapports entre psychanalyse et grand âge, en préfaçant en 1979 le remarquable ouvrage que Michèle Dacher et Micheline Weinstein consacrèrent à la dénonciation du sort des vieillards en hospice³. Si la psychanalyse a tant tardé à s'intéresser au grand âge, c'est qu'elle est tournée vers l'enfance, censée contenir et produire la totalité des formations névrotiques de l'adulte.

C'est pourquoi, à l'instar de Dolto, les principaux noms de la psychanalyse s'intéressèrent essentiellement aux premiers âges de la vie. Pourtant, Freud lui-même fut loin d'être indifférent à sa propre avancée en âge. Il publie notamment en 1919, à l'âge de 63 ans, son fameux texte sur « l'inquiétante étrangeté », dans lequel il fait état de son trouble devant le reflet de son visage d'homme âgé dans la

1. Dolto F. (1981). *La Difficulté de vivre*, Paris, Gallimard. (rééd. 1995).

2. Freud S. (1932). « 31^e leçon d'introduction à la psychanalyse : la décomposition de la personnalité psychique », in *Œuvres complètes, XIX, 1931-1936*, Paris, PUF, p. 140-163 (rééd. trad. 1995).

3. Dacher M., Weinstein M. (1979). *Histoire de Louise. Des vieillards en hospice*, Paris, Le Seuil.

porte vitrée d'un compartiment de train¹. Si la vieillesse est inquiétante, c'est parce qu'elle transforme l'image de soi, faisant peu à peu paraître étrange ce qui nous est au départ si familier, à savoir notre propre visage dans le miroir. Jacques Lacan souligna par la suite l'importance fondatrice du *stade du miroir* que traverse le nourrisson, stade qui permet d'accéder à la fonction du Je, autrement dit à la conscience de soi². Le vieillissement qui altère l'image de soi dans le miroir est donc à la fois une épreuve narcissique (continuer à aimer son image décatie) et subjective (conserver sa conscience de soi malgré le rapprochement de la mort). Charlotte Herfray fut, en 1988, l'une des premières à tenter sur ces bases une interprétation psychanalytique de la vieillesse³, complétée par un second ouvrage en 2001⁴.

Quels sont les ultimes destins des pulsions ?

Envisager la vieillesse sous l'angle d'une épreuve narcissique permet de mieux comprendre la douleur de vieillir. Cela explique que le sujet vieillissant puisse se désintéresser de sa propre image, de ses apparences, de son corps, de toute attention portée à son entretien physique. Ceci explique également que, dans le cas des démences séniles de type Alzheimer (DSTA), certains vieillards en arrivent à ne plus reconnaître leur propre reflet dans leur miroir, y voyant quelqu'un d'autre avec lequel il leur arrive de converser... C'est ce qu'on appelle le « temps du miroir brisé » d'abord décrit par Claude Balier en 1982⁵ et repris par Jack Messy dix ans plus tard⁶. Ce temps du miroir brisé répond, au dernier bout de la vie, au stade du miroir qui se déroula en son premier bout. Car c'est un corps jubilatoire et unifié que le bébé perçoit de son reflet dans le miroir. C'est à l'inverse un corps usé, voire morcelé, que le miroir renvoie au vieillard, image insupportable dont il se défendrait

1. Freud S. (1919). « L'inquiétant », in *Œuvres complètes, XV, 1916-1920*, Paris, PUF, p. 147-188 (rééd. trad. 2006).

2. Lacan J. (1949). « Le stade du miroir comme formateur de la fonction du Je », in *Écrits*, p. 89-97, Paris, Le Seuil (rééd. 1966).

3. Herfray C. (1988). *La Vieillesse. Une interprétation psychanalytique*, Bruxelles, Desclée de Brouwer (rééd. 1997).

4. Herfray C. (2001). *La Vieillesse en analyse*, Ramonville Saint-Agne, Érès (rééd. 2007).

5. Balier, C. (1982). « Des changements de l'économie libidinale au cours du vieillissement », in J. Guillaumin, H. Reboul (dir.). *Le Temps et la vie. Les dynamismes du vieillissement*, Lyon, Chronique Sociale.

6. Messy J. (1993). *La Personne âgée n'existe pas, op. cit.*

inconsciemment en ne se reconnaissant plus dans la glace. Simone Korff-Sausse a certes réutilisé le miroir brisé pour traduire l'épreuve narcissique que subissent les parents d'enfants handicapés¹. Mais ce concept concerne d'abord l'âge, comme l'illustrent de nombreux contes. *Blanche-Neige et les sept nains* des frères Grimm², *Faust* de Goethe³, *Le Portrait de Dorian Gray* d'Oscar Wilde⁴ ou *Le Testament d'Orphée* de Jean Cocteau⁵ expriment comment les miroirs reflètent, avec l'âge, la mort à l'œuvre. La requête de la belle-mère de Blanche-Neige, « Miroir, ô mon beau miroir, suis-je encore la plus belle de toutes les femmes du royaume ? », fait écho à l'air des bijoux du *Faust* de Charles Gounod, le fameux « Ah je ris de me voir si belle en ce miroir » de la Castafiore⁶.

Le vieillissement qui malmène l'image de soi bouscule aussi l'organisation pulsionnelle. Le concept de pulsion (*Trieb* en allemand) fut proposé par Freud pour rendre compte de ce qui nous « pousse » à aller vers certains désirs. La pulsion orale pousse à rechercher du plaisir par la bouche ; la pulsion anale pousse à éprouver du plaisir en lâchant ou retenant ; la pulsion génitale pousse au désir sexuel ; la pulsion épistémique pousse à connaître et la pulsion scopique pousse à voir. Freud postule que les pulsions génitales, qui guident le désir sexuel, priment sur les autres à l'âge adulte. Il ajoute que les pulsions connaissent quatre destins : le renversement dans le contraire, le retournement sur la personne elle-même, le refoulement et la sublimation⁷. La qualité du vieillissement dépend étroitement de ces destins pulsionnels. Le plus souhaitable est la sublimation, qui consiste à mettre ses pulsions au service d'activités intellectuelles, artistiques ou spirituelles socialement valorisées, tant que l'esprit le permet. Il arrive malheureusement souvent que la vieillesse empêche la sublimation, amenant les pulsions à se renverser dans leur contraire (refus de toute satisfaction), à se retourner sur la personne (le plaisir anal de donner

1. Korff-Sausse S. (1996). *Le Miroir brisé. L'enfant handicapé, sa famille et le psychanalyste*, Paris, Calmann-Lévy.

2. Grimm J., Grimm W. (1812). *Blanche-Neige et les sept nains*, Paris, Mango (rééd. trad. 2003).

3. Goethe J. W. von (1808). *Faust*. Paris, Flammarion (rééd. trad. 2004).

4. Wilde O. (1891). *Le Portrait de Dorian Gray*, Paris, Le Seuil (rééd. trad. 1992).

5. Cocteau J. (1959). *Le Testament d'Orphée*, Paris, Les Éditions cinématographiques (DVD 2007).

6. Gounod C. (1859). *Faust*, opéra en 5 actes, Londres, EMI (CD audio 1990).

7. Freud S. (1915). « Pulsions et destins de pulsions », in *Œuvres complètes, XIII, 1914-1915*, Paris, PUF, p. 163-188 (rééd. trad. 2005).

devient obsession de rétention, comme dans *L'Avare* de Molière¹) ou à être refoulées, c'est-à-dire éjectées de la conscience.

Le combat d'Éros contre Thanatos

De nombreux vieillards, privés de toute sexualité génitale et incapables de sublimer, sont obsessionnellement préoccupés de digestion et de défécation (pulsion anale), de nourriture (pulsion orale), de rumeurs (pulsion épistémique) ou de voyeurisme (pulsion scopique). Marion Péruchon approfondit cette problématique dans deux ouvrages : *Destins ultimes de la pulsion de mort* en 1992², *Le Déclin de la vie psychique* en 1994³. Elle reprend l'opposition freudienne entre pulsions de vie et pulsions de mort. C'est à 64 ans que Freud revint sur ses conceptions antérieures pour élaborer cette nouvelle conception des pulsions, connue en psychanalyse sous le nom de seconde topique⁴. Progressant dans sa réflexion et dans son âge, il suggéra que les conduites humaines ne sont pas uniquement dictées par la recherche du plaisir. Certes la pulsion de vie lutte contre celle de mort à coups de désirs, de découvertes, de rencontres et d'envies. Mais la pulsion de mort étouffe nos énergies vitales à coups de retour quotidien de l'identique, d'ennui mortifère et de répétition des mêmes schémas. Tout au long de l'avancée en âge, l'*Éros* qui est principe de désir tente plus ou moins fructueusement de contenir le *Thanatos* qui est principe de répétition. Exister consiste à passer des compromis successifs entre ces deux principes : tantôt c'est l'*Éros* qui domine, tantôt c'est le *Thanatos* qui l'emporte. Les périodes de passion amoureuse ou d'investissement sur un projet correspondent au premier cas, celles de dépression ou de passage à vide au second. Mais les passions peuvent s'avérer destructrices, puisque la pulsion de mort n'en est pas absente, quand les dépressions, notamment liées aux deuils, peuvent déboucher sur un mieux-être puisque la pulsion de vie s'y exprime aussi.

1. Molière (1680). *L'Avare*, Paris, Larousse (rééd. 1999).

2. Péruchon M., Thomé-Renault A. (1992). *Destins ultimes de la pulsion de mort : figures de la vieillesse*. Paris, Dunod.

3. Péruchon M. (1994). *Le Déclin de la vie psychique*, Paris, Dunod.

4. Freud S. (1920). « Au-delà du principe de plaisir », in *Œuvres complètes*, XV, 1916-1920, Paris, PUF, p. 273-338 (rééd. trad. 2006).