

Au fil du mois...

prix de vente 15€ décembre 2005

LES REPRESENTATIONS

numéro SPECIAL

sociales

CREAI

En guise d'éditorial à ce numéro spécial, je voudrais rappeler que l'une des missions du CREAI PACA et Corse consiste à offrir un lieu d'échanges et de rencontres sur les pratiques professionnelles des acteurs du champ social et médico-social.

Le thème des représentations sociales est un des éléments récurrents dans la construction identitaire des professionnels et on sait, qu'il n'est pas sans effet sur les comportements et pratiques de ces derniers et par-là, du service rendu aux personnes.

Ce numéro spécial d'une revue unique dans son genre en région PACA et en Corse est donc d'abord une contribution à une nécessaire réflexion commune sur nos champs d'action, sur les difficultés rencontrées par les uns et les autres dans un secteur professionnel en pleine mutation.

Au nom de toute l'équipe, je souhaite remercier les auteurs pour leur contribution à cet ouvrage collectif qui témoigne, une fois de plus si nécessaire, que l'on n'est savant au sens de connaître, qu'à plusieurs.

Roland CANOVAS
Président du CREAI

sommaire

Au fil du mois...

Mensuel du Centre
Inter-Régional
pour l'Enfance et
l'Adolescence
Inadaptées
Provence-Alpes-Côte
d'Azur et Corse

6, rue d'Arcole 13006
M A R S E I L L E
Tél. 04 96 10 06 60
Fax 04 96 10 06 69
E m p l o i i n f o
04 96 10 06 66
E-mail : contact@creai-pacacorse.com

Directeur de la
Publication : Docteur
Monique PITEAU-DELOD

ISSN 1148-4047
C P n ° 7 2 - 3 2 8
Imprimeur CREAI
Réalisation INA

Demandes d'emploi : 7€
Offres d'emploi : 50€
Offres d'emplois cadres : 80€
Prix du numéro spécial
15€ + 3€ (frais d'expédition)
Abonnement annuel
particuliers : 35€
établissements/
organismes/
associations : 45€

Editorial	1
Roland CANOVAS, Président du CREAI	
Miroir gentil miroir... Des représentations sociales de la maladie d'Alzheimer comme éléments d'approche des malades et de leur entourage	3
Philippe PITAUD et Marika RICHETTO-REDONET	
Enjeux relationnels et malaises dans les professions de santé	11
Michel MORIN	
Identité, corps et représentation du vieillissement	17
Pierre TAP, Maria Eduarda TEIXEIRA DA SILVA, Rolande ROUDES	
Le monde corporel de nos représentations interactives	33
Bernard ANDRIEU	
Représentations savantes, normes sociales et modèles de prévention psychique précoce	39
Gérard NEYRAND	
Représentations du politique et nouveaux enseignants : Vers une recomposition identitaire ?	46
Béatrice MABILON-BONFILS et Laurent SAADOU	
Insertion professionnelle des personnes handicapées Représentations et attitudes à l'œuvre dans les processus d'insertion des personnes en situation de handicap	58
Emmanuelle FERRE et Frédéric BAUER	
Vivre en maison de retraite : un défi pour l'identité	62
Vanessa WOLFF	
Educateurs, prenons le risque d'être nous-mêmes !	70
Philippe GABERAN	
Les travailleurs sociaux ont-ils un "genre" ?	77
Images et représentations d'un "point aveugle"	83
Jean-François GOMEZ	
Les déficients à l'assaut des conventions	88
Alain BLANC	
Voyage au cœur d'une image : l'assistante maternelle	88
Samantha BASSILANA	

Identité, corps et représentation du vieillissement

Pierre TAP¹

Maria Eduarda TEIXEIRA DA SILVA²

Rolande ROUDES³

Le présent document est le résultat entrelacé des réflexions et des écrits de trois psychosociologues (français et portugais) sur la représentation du vieillissement et des personnes âgées dans ses rapports avec l'identité (personnelle ou collective) et avec le corps. Il s'agit pour eux (pour nous)⁴ de montrer combien cette représentation est aujourd'hui capitale, aussi bien pour les personnes que pour les groupes et les institutions. En termes collectifs, nous analyserons deux exemples significatifs de cette importance : le vécu de quinquagénaires en entreprise et celui de personnes plus âgées vivant en maison de retraite. Nous replacerons ces exemples dans le contexte mondial du vieillissement des populations et en relation avec l'émergence d'un nouveau paradigme dans la politique en matière de vieillissement (le vieillissement actif).

Toutefois, c'est à travers les parcours de vie, les itinéraires personnels⁵ que l'on peut le mieux saisir l'importance de l'âge et du vieillissement dans leurs dimensions subjectives autant que dans les faits objectifs qui marquent leur avancée. Nous prendrons l'exemple du récit de vie de Jean, un homme de 84 ans et de la façon dont le vieillissement s'y trouve défini et personnalisé.

Mais la représentation du vieillissement reste fortement déterminée par les règles et les règlements édictés dans les organisations, par exemple l'âge maximum d'accès à la fonction publique, les difficultés d'obtenir des emplois après 45 ou 50 ans, les déroulements imposés de fin de carrière, etc... On doit donc prendre en compte la façon dont les représentations viennent s'articuler (comme cause ou comme effet) avec

des évaluations verbales, des attitudes et des comportements à la fois individuels et collectifs, dans les lieux de travail ou hors du travail.

Les identités, en tant que représentations personnelles ou collectives du « soi » ou du « nous », sont, pour une part plus ou moins forte, le produit des institutions et des politiques sociales que ces institutions engagent. Celles-ci provoquent la catégorisation segmentaire de certains groupes sociaux : par exemple les personnes du 3^e âge et celles du 4^e âge, les dépendantes, les immigrés vieillissants, les s.d.f. - sans domicile fixe -, les toxicos, etc... Cette catégorisation socio-cognitive équivaut à la création plus ou moins arbitraire d'identités repérables, alors même que les personnes concernées peuvent préférer garder une invisibilité sociale en restant dans le rang, dans la norme.

Mais les représentations liées au vieillissement dans la population française ou portugaise ne sont ni homogènes ni générales. Elles peuvent s'opposer entre elles en fonction de leur origine (religieuse, politique, familiale), mais elles dépendent aussi de la façon dont la personne les articule à ses propres expériences passées tout autant qu'à ses projets d'avenir. Elles sont en particulier liées à la façon dont cette personne organise ses relations intergénérationnelles (ses propres enfants, les jeunes du quartier ou la jeunesse en général), et ses propres relations avec la retraite, le travail, les relations amicales, les stratégies de gestion du temps de vie.

1. Définition du vieillissement et de ses causes

Il convient bien sûr de faire la différence entre la définition objective du vieillissement et la façon dont chacun se le représente et développe, par ses implications, une définition subjective du processus de vieillissement.

Il convient également de préciser que la définition dite objective du vieillissement est largement influencée par des représentations sociales du

(1) Professeur Émérite à l'Université de Toulouse Le Mirail, Directeur de Recherche à l'Institut Piaget (Almada, Viseu), au Ceici (Centre européen, Fondation Bissaya Barreto, Coimbra) et à l'Université autonome de Lisbonne. pierretap@aol.com.

(2) Professeur à l'Institut Piaget (Almada) et Directrice de Maison de Retraite (Misericórdia), Lisbonne. eduarda.teixeira@iol.pt

(3) Consultante en Ressources Humaines, Paris. mcr48@hotmail.fr

(4) A certains moments l'exposé pourra prendre une forme plus personnelle : nous laisserons alors le « je » s'exprimer, en précisant qui de nous trois s'exprime ainsi à la première personne du singulier.

(5) Nous préférons les termes d'itinéraire ou de parcours à celui de « trajectoire », parfois utilisé, mais qui s'applique mieux à des objets volants plus ou moins identifiés, téléguidés et qui ont fait l'objet d'un lancement, (style Cap Canaveral !). Il reste vrai cependant que nos itinéraires font constamment l'objet de pressions collectives à l'orientation et ce dès l'enfance et l'adolescence.

temps, de la vie et de son sens, de la mort et de son inéluctable intrusion, etc...

Le vieillissement est en effet un processus. Il implique évolution et changement dans le sens d'une usure. Il transforme un sujet adulte en bonne santé en un individu fragilisé, vulnérabilisé. Il n'y a pas nécessairement adéquation entre l'âge chronologique (la longévité) et les aspects physiologiques ou psychologiques du vieillissement. Ces derniers relèvent à la fois de mécanismes intrinsèques (génétiques, cellulaires, hormonaux, résultant d'apprentis-sages, etc.) et extrinsèques (conditions de vie et de travail, écologiques, liés au climat, à l'alimentation, à l'habitat, au chauffage, à l'hygiène, etc.). Les mécanismes intrinsèques sont d'ailleurs fortement influencés par les mécanismes extrinsèques. (Vallin 1995 ; Forette (1997) Miller, (1994), Ricki Rusting (1990), Bourdelais (1990).

De nombreuses commissions nationales ont analysé les causes du vieillissement et étudié les moyens d'en retarder les effets par des interventions collectives. Les plus connues en France sont celles présidées par Laroque (1962), par Questiaux (1971) et par Lion (1980). Malgré les progrès observés dans la qualité de vie des personnes de grand âge, l'espérance de vie semble buter sur un maximum biologique impliquant la non réparation de lésions tissulaires ou cellulaires. La fin de vie, inéluctable, tend cependant à reculer, puisque 75% des décès surviennent après 65 ans, 60% après 75 ans et même 30% après 85 ans, (CNE, 1998). De ce point de vue, si les différences entre hommes et femmes ont tendance à diminuer, les femmes ont une plus grande longévité, puisque 43% des femmes meurent après 85 ans, contre seulement 20% des hommes.

Bien entendu ces données, quantitatives et collectives influent sur la façon dont les personnes vont se représenter leur propre vieillissement et sur la façon dont elles cherchent à en retarder les effets négatifs. Mais la représentation du vieillissement ne dépend pas seulement de la prise en compte de données factuelles, d'informations et d'incitations médiatiques ou expertes. Elle dépend aussi de la dynamique même de la personne, de sa façon de réagir aux événements et aux dysfonctionnements physiologiques, relationnels et psychologiques. Toute représentation s'inscrit en fait dans la dynamique de la conduite personnelle ou de l'action collective.

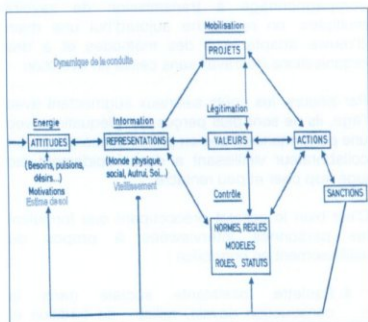
2. La place de la représentation du vieillissement dans la dynamique des « conduites » personnelles et collectives

Les conduites sont souvent considérées comme synonymes de comportements. Il convient pourtant de les différencier. Pierre Janet a désigné du nom de conduites certaines actions, certaines formes particulières du comportement humain (conduites d'attente, de triomphe ou d'échec, etc.). Le comportement est supposé « objectif », observable, alors que la conduite introduit la dynamique non visible des mêmes comportements, les activités mentales et les sentiments avant leur expression.

En 1929, Janet écrivait : « Le fait psychologique, c'est la conduite de l'être vivant ». Le comportement (mouvements, actions, paroles, extérieurement perceptibles) fait certes partie du fait psychologique, mais celui-ci comprend aussi la dynamique motivationnelle interne, l'intention, la prise de conscience, la délibération interne. On pourrait dire que la conduite est l'ensemble organisé des activités comportementales et mentales orientées par des désirs, des motivations, des valeurs à défendre et des défenses à activer. Ainsi les convictions et les croyances, les fantasmes et les rêveries, le langage intérieur, les sentiments amoureux ou agressifs, les évaluations mentales dans les activités professionnelles sont autant d'opérations psychologiques qui permettent d'articuler les représentations et les actes, le corps et les communications sociales. La notion de conduite renvoie à l'hypothèse du caractère organisé, structuré, unifié de la personne (Lagache, 1951). La conduite ne peut se réduire à ses aspects physiques ou sociaux. « Par conduites il faut entendre celles qui s'extériorisent en action, mais aussi celles qui sont intériorisées sur le mode des fantasmes ou sous la forme de rapports intrasubjectifs entre les diverses tendances de l'appareil psychique » (Widlöcher, 1973). Mais des auteurs comme Meyerson (1948) et Malrieu (2003) ont montré l'importance des émotions, des sentiments et des systèmes de valeurs dans l'émergence et le fonctionnement des représentations socio-personnelles. Pirandello écrivait dans *Six personnages en quête d'auteur* : « Les faits sont comme des sacs, s'ils sont vides ils ne tiennent pas debout. Pour qu'un fait tienne debout, et qu'il ait un sens, il faut d'abord y faire entrer les motifs et les sentiments qui l'ont provoqué ». La conduite inclut justement tout ce

(6) Nous nous référons ici à l'analyse du concept de conduite évoqué par Doron et Prévost (1991)

qui permet à la personne de donner sens à sa situation, de légitimer ses propres comportements en fonction des valeurs qu'elle défend et des projets qu'elle développe.



La représentation du vieillissement s'organise certes à partir des informations véhiculées par les médias ou captées dans les relations interpersonnelles, mais elle dépend aussi des expériences et des résistances personnelles, des attitudes positives ou négatives à l'égard de l'identité personnelle, du corps et de son évolution, de la nourriture, du travail, du sport, de la retraite. L'évaluation subjective du vieillissement personnel dépend du contexte démographique, social, culturel, conjugal et familial dans lequel la personne procède à cette évaluation. Comme le montre le graphique ci-dessus sur la dynamique des conduites, les représentations ont une place importante dans cette dynamique, en interaction avec les attitudes (liées aux besoins, aux désirs, aux évaluations positives ou négatives spontanées ou concertées), les expériences et les aspirations, les projets, le style de vie, la façon dont la personne règle et oriente sa vie, dont elle agit et réagit ensuite aux effets de sa propre action (sanctions de la conduite : fierté ou humiliation, doute, affirmation de soi, culpabilité, agressivité, tendresse ou froideur à l'égard d'autrui). Mais ces aspects subjectifs liés au vieillissement doivent être préalablement situés dans les contextes où la personne se trouve insérée. Nous analyserons ces effets à trois niveaux :

1. le contexte mondial dans lequel s'est progressivement installé le processus démographique et sanitaire du vieillissement des populations ;
2. le contexte de l'entreprise dans lequel s'organise la lutte ambivalente contre le vieillissement, pouvant aller jusqu'à un racisme anti-vieux ;
3. le contexte de la maison de retraite dans lequel va se gérer le vieillissement du 3^e âge vers le 4^e âge, vers la dépendance et la mort.

Le vieillissement des personnes comme leur disparition, de même que le vieillissement accéléré des populations ne sont pas seulement des représentations, ce sont des faits sociaux et psychologiques auxquels nous sommes, individuellement et collectivement confrontés. Ce vieillissement peut être vécu comme une fatalité à laquelle on se résigne, ou comme un processus physiologique, psychologique et social qu'il faut combattre, ralentir, retarder...et certains vont même jusqu'à dire ... arrêter !

Mais venons-en au vieillissement des populations !

3. Le vieillissement des populations, un problème mondial majeur, aujourd'hui

De profonds changements sont intervenus dans la dynamique démographique de tous les pays du monde comme l'ont montré les travaux de la 2^e Assemblée Mondiale sur le vieillissement (Madrid, Avril 2002)⁽⁷⁾. Dans le monde, en effet, l'espérance moyenne de vie est passée en un siècle de 47 à 79 ans⁽⁸⁾. En France, on sait déjà qu'en 2010 il y aura plus de personnes de plus de 60 ans que de personnes de moins de 20 ans. Dès 2025, 25% de la population aura plus de 60 ans et 40% cinquante ans ou plus. Une étude sur quatre grandes mégapoles (Paris, Londres, New York et Tokyo)⁽⁹⁾ montre que les personnes âgées y sont plus fortement concentrées. Elles prolongent leurs activités professionnelles plus longtemps qu'ailleurs ; elles quittent certes le Centre au moment de leur retraite, mais elles y retournent souvent pour y rejoindre leurs enfants ou pour s'y faire soigner.

(7) Pierre Janet disait que nos sentiments sont justement des sanctions, des « réactions à nos propres actions ». Nous allons voir en effet combien les sentiments orientent les liens et les conflits entre l'identité personnelle et la représentation du vieillissement.

(8) La Première Assemblée Mondiale sur le vieillissement avait eu lieu 20 ans plus tôt (1982) à Vienne. A cette époque le vieillissement rapide de la population ne concernait que les pays les plus développés. Aujourd'hui, il commence à toucher la plupart des régions en développement.

(9) Cf. aussi le rapport sur le vieillissement de la Commission Nationale d'éthique (1998).

(10) DREES (2003)

Mais, comme le disait Alexis Carrel : « Il ne s'agit pas d'ajouter des années à la vie, mais de la vie aux années ». A l'augmentation de la longévité doit répondre un effort collectif pour améliorer la vie des personnes âgées et leur donner les moyens de s'intégrer et de se maintenir autonomes, tout à la fois.

4. La représentation du vieillissement dans les situations de travail et en entreprise

« N'est-ce pas que je ne fais pas mon âge ? », « On me dit que je ne fais pas mon âge ! », « Vous ne faites pas votre âge, Félicitations ! », « Que de fois ces phrases entendues dans des situations de recrutement m'ont laissé le goût amer de l'interdit de vieillir dans le monde du travail, reflet multiplié du rêve de vie éternelle que chacun porte en soi dans sa vie privée, de l'image du dynamisme associé à la jeunesse dans la vie professionnelle. » (Rolande)

L'accent est donc mis sur la nécessité de « faire jeune » en entreprise. Dans une économie mondiale sans cesse en mouvement, avec une visibilité de plus en plus courte de son avenir, l'entreprise se doit d'être en permanence rapidement adaptable à de nouvelles stratégies et à de nouveaux enjeux, capable à tout moment de profondes remises en question. Sa nécessaire flexibilité appelle celle de ses collaborateurs. Flexibilité et rapides adaptations seraient le lot d'une jeunesse appréciant le mouvement, ouverte et curieuse concernant les changements.

Le vieillissement provoquerait au contraire des réticences au changement et serait donc un frein aux nécessaires aptitudes de l'entreprise pour sa survie.

Accepter le vieillissement des hommes ferait prendre des risques à l'entreprise. La possibilité pour une entreprise de durer, de vieillir, d'intégrer des réorganisations régulières nécessite l'ambition, le dynamisme, la flexibilité de son personnel, la capacité de celui-ci à s'adapter à des contraintes fortes. Toutes ces exigences impliqueraient la présence active, dans l'entreprise, d'une jeunesse plus facile à manager, plus malléable, plus mobile, plus performante, naturellement ouverte aux changements et aux évolutions technologiques.

En conséquence, l'exclusion des seniors du monde de l'entreprise est pratique courante, relevant presque de l'évidence pour les dirigeants et les managers. Cette attitude, nouvelle depuis une vingtaine d'années, ayant d'abord surgi dans les secteurs « métiers nouveaux » comme ceux de

la high-tech, s'est petit à petit généralisée à tous les secteurs du fait de leur fragilité économique grandissante. Même là où l'expertise des anciens était valorisée et utilisée, dans un monde de compagnonnage à transmission de savoirs multiples, on recherche aujourd'hui une main d'œuvre adaptable à des méthodes et à des organisations de travail sans cesse en évolution.

Par ailleurs, les coûts salariaux augmentant avec l'âge, ils ne sont plus perçus en adéquation avec une performance jugée en phase descendante. Le collaborateur vieillissant a donc rapidement été jugé trop cher et peu rentable.

C'est bien le constat préoccupant que formulent les personnes interviewées à propos du vieillissement en entreprise :

4. Paulette, assistante sociale dans la construction navale, milieu de tradition et d'expertise technique (les formations spécifiques des ouvriers s'y font dans le milieu professionnel) : « Pour l'entreprise, c'est comme si on n'avait pas le droit de vivre à un certain âge. On dirait une mode. On dirait que les gens acceptent la discrimination de l'âge sans réfléchir. Les personnes vieillissantes sont mal acceptées, non valorisées, non respectées » ;

5. Sa collègue, Margaret, ajoute : « Il y a des normes dans le milieu professionnel : si on n'y répond pas, c'est un handicap. On est mis de côté, à l'écart et on ne nous confie pas de projets intéressants. Dans un monde de rentabilité, il faut agir vite. Le monde de la rentabilité est peu adapté au vieillissement. L'aspect physique laisse penser qu'on a moins d'aptitudes. C'est aussi l'image de ce que chacun va devenir, ça ne plaît pas. Par ailleurs, nous sommes moins dans un monde de transmissions qu'autrefois du fait des évolutions technologiques constantes, et l'entreprise a moins besoin de l'expérience transmise que du goût pour les innovations et de nouvelles méthodes de travail » ;

6. Handi, 59 ans, Responsable Formation -Expatriation, dans un grand groupe de la grande distribution, déclare : « Alors que nous nous sentons bien physiquement et intellectuellement, je sens que l'on nous juge comme défailtants sur tel ou tel point. Les gens semblent avoir des idées toutes faites sur l'âge. Cela a des effets négatifs sur les seniors de l'entreprise qui sont sous-employés par rapport à leurs compétences.

On donne la priorité aux jeunes sans tenir compte du fait que l'absence de maturité est une grande gêne sur certains postes ».

Alors que les attentes des seniors dans le travail relèvent, comme pour tout salarié, de la reconnaissance, le fait de ne plus la trouver fait perdre de son sens à la vie professionnelle. Le désinvestissement s'ensuit et le senior finit par s'identifier à la faible performance crainte, à se positionner dans une image négative de lui-même qui lui fait espérer l'exclusion. Il investit alors l'image du retraité qu'il sera et ne vit plus le monde du travail que comme une fin de vie en souffrance, période d'attente non productive, renforçant ainsi par lui-même les a priori en place concernant l'avancée en âge.

7. Isabelle, manager dans un organisme de sécurité sociale (encadrement de personnel administratif d'exécution) remarque : « En tant que manager, j'ai noté chez les plus de 50 ans des problèmes d'assimilation, de performan-ces. A ce moment-là, l'attitude concernant la vie professionnelle change : parallèlement à une érosion de la motivation, grandit l'investissement de la vie privée. Recul concernant la vie professionnelle et rapprochement de la vie familiale vont de pair. Il est difficile de savoir lequel de ces deux mouvements est premier » ;
8. Rolande considère qu'« à partir de la cinquantaine, l'attitude évolue différemment en fonction du niveau de responsabilités : plus celui-ci est bas, plus le désinvestissement professionnel apparaît tôt. A haut niveau de responsabilités, on perçoit au contraire de grandes difficultés à sortir de sa vie professionnelle pour construire un autre projet personnel. La motivation reste forte, on ne perçoit pas de détérioration des compétences. Il suffit de regarder l'âge de nombreux dirigeants de grands groupes » ;

Toutes ces remarques amènent à penser qu'en entreprise il est bon de paraître plus jeune que son âge.

9. Michel, ingénieur de 51 ans explique que les plus jeunes lui donnent 5 à 10 ans de moins, les pairs le positionnent à son niveau, les plus âgés lui donnent 6 ans de moins. De ce fait, il ne donne pas encore l'impression d'être

un vieux déchet aux yeux des jeunes et cela permet des échanges faciles. Quant aux patrons et aux pairs, le fait de présenter à leurs yeux une telle image est une preuve de vitalité et de dynamisme ;

10. Rolande constate qu'il y a en entreprise « un devoir du paraître jeune, comme preuve de sa capacité de lutte et de réussite. Lieu du challenge et du dépassement de soi, l'entreprise est avide de tous les indicateurs rassurants sur les capacités individuelles allant dans ce sens et le paraître jeune est un des indicateurs de base. Au contraire, le vieillissement personnellement accepté et montré est assimilé à du laisser-aller, attitude inacceptable dans un monde de compétition à risque vital. Si autrefois l'entreprise était riche de l'expérience de ses collaborateurs, elle se veut riche aujourd'hui d'un potentiel de réactivité et d'adaptation au changement. Le vieillissement autrefois valorisé, surtout dans le secteur de compétences manuelles (transmission des divers savoirs), est en souffrance de reconnaissance. Alors que les seniors de l'entreprise ont confiance en eux, le regard de l'entreprise les concernant est chargé de craintes, ne reconnaissant pas leurs capacités à compenser les handicaps du vieillissement et à apporter du positif grâce à leur expérience. Alors que les seniors voient positivement leur vieillissement, l'absence de reconnaissance de ces points positifs dans le milieu professionnel les pousse à s'isoler et à trouver de nouvelles sources d'investissement à l'extérieur¹¹, ce qui ne se fait pas sans douleur, dans une longue période de transition où il faut faire le deuil d'une identité professionnelle valorisée et valorisante ».

Le constat selon lequel les personnes ont tendance à se percevoir plus jeunes que leur âge chronologique est sans doute à généraliser, même si la vie en entreprise tend à accentuer la nécessité de rester ou de paraître jeune.

On évoque parfois¹² l'expérience proposée à des hommes de 75-80 ans par Ellen Langer, professeur de psychologie à Harvard. Il demandait à ces personnes de retrouver, pendant les 5 jours de l'expérience, l'état d'esprit qu'ils avaient 20 ans

(11) Le fait d'investir en milieu hors travail et de compenser ainsi les déceptions professionnelles a été appelé *cope out* (faire face au stress - coping - par des investissements hors-travail) et opposé au *burn out* (stress et épuisement professionnels).

(12) Voir en particulier « On a l'âge de son identité » (p. 69) dans *L'identité. L'individu, le groupe et la société*, dirigé par Ruano-Borbale. Editions Sciences Humaines, 1998 ; article inspiré de l'ouvrage d'Ellen Langer *L'esprit en éveil*, Interéditions, 1990.

plus tôt, de rédiger une autobiographie à partir de cette période et de remonter jusqu'au temps présent. Ces personnes avaient la possibilité de consulter les journaux et des documents vidéo datant de cette époque. A la fin de l'expérience, on comparait ce groupe expérimental à un groupe témoin n'ayant pas vécu l'expérience mais comparable en termes identitaires. Les personnes ayant pratiqué le retour en arrière se tenaient physiquement plus droit, faisaient preuve d'une meilleure dextérité manuelle et obtenaient de meilleurs résultats dans des épreuves de performances intellectuelles. Ainsi le fait de se représenter soi-même plus jeune, d'adopter des activités liées à cette période antérieure et de s'identifier à soi-même plus jeune aurait une réelle influence sur les attitudes et les comportements. Ceci confirme l'importance de la représentation dans la dynamique des conduites personnelles. On pourrait sans doute le montrer aussi pour des groupes.

En entreprise, la dynamique par laquelle on cherche à se « maintenir » jeune est le résultat d'une pression défensive pour les raisons évoquées plus haut. Mais l'âge chronologique est toujours là pour provoquer l'angoisse de perte d'emploi ou de la retraite.

5. La représentation du vieillissement dans les maisons de retraite

Evoquant son expérience concernant le vieillissement, Eduarda, directrice d'une Maison de retraite au Portugal, introduit ainsi son propos¹³ :

« J'ai commencé à m'intéresser aux personnes âgées le jour où, pour la première fois, on m'a donné un « bain » dans un lit d'hôpital. Vingt-quatre ans ont passé depuis et je me souviens clairement du regard vide de l'infirmière, de ses mains gelées sur mon corps dénudé et du lourd silence, durant cette épreuve.

Le sentiment d'impuissance que je ressentais et le fait que j'étais entre les mains d'une personne qui avait le pouvoir de me dénuder sans me demander la permission de le faire, ont éveillé en moi la réflexion sur le poids de la dépendance associée au vieillissement. Je dis « éveillé » dans la mesure où, avant cet événement, j'associais la vieillesse à l'admiration que je portais à l'égard de ma grand-mère paternelle, une femme altière, et pourtant très affectueuse et qui n'hésitait pas à contester les

tabous de l'époque, les stéréotypes de sexe ou d'âge, les relations de pouvoir, etc.

Je commençais à visiter les Maisons de 3^e âge avec un nouveau regard. Je cherchais en particulier à voir s'il existait des différences significatives entre elles. Les plus anciennes avaient des dortoirs de 6 à 16 lits. D'autres, plus modernes avaient des chambres à deux lits, et certaines disposaient de salles de bains et de WC privés. Parmi tous ces Etablissements, rares étaient ceux dont l'ambiance était chaleureuse. Pour certains, l'accueil était de style monastique, ou plus ou moins dépersonnalisé ; d'autres ressemblaient à des hôpitaux aspirant au statut d'hôtel. Ces institutions proposaient des espaces stéréotypés, des règles rigides dans lesquelles le poids des devoirs était nettement plus fort que celui des droits des personnes. Les horaires y étaient impératifs pour toutes les activités (repas, sommeil, bains, visites, etc.). Durant la journée, les pensionnaires ne pouvaient « stationner longtemps » à certains endroits, y compris dans leur propre chambre. La liberté de choisir les compagnons de table, de chambre ou de loisirs, était rarement accordée.

Les personnes âgées subissaient constamment l'invasion territoriale, facilitée par l'absence de chambres fermées à clé, d'armoires et de tiroirs toujours ouverts ou dont les clés sont disponibles seulement pour le personnel. Celui-ci disposait du corps des personnes, sans règles ni limites. Les personnes âgées subissaient ainsi constamment des violences dans leur espace privé et dans leur intimité. Sur tous ces plans, je ne trouvais guère de différences significatives entre les Etablissements visités.

J'ai alors pu développer toutes les questions qui pouvaient se poser en rapport avec l'espace, le temps, la relation de la personne avec elle-même et avec les autres, et aussi toutes les questions liées au pouvoir de contrôle des institutions accueillant les personnes âgées.

Pour la première fois, je percevais vraiment, et avec beaucoup de force, le corps des personnes âgées et la façon dont celles-ci utilisent les postures corporelles et positionnent leur colonne vertébrale. Lorsqu'il y avait les trop célèbres nettoyages des chambres, au cours desquels le personnel faisait disparaître tout ce qu'il considérait comme des détritres, les personnes âgées étaient soit agressives soit plus voûtées qu'habituellement, signe de résignation. Par contre lorsqu'elles devenaient amoureuses, leur verticalité tendait à se renforcer.

(13) Le présent paragraphe est un extrait remanié du premier chapitre de la thèse de psychologie qu'Eduarda Teixeira Silva va soutenir devant l'Université de Toulouse Le Mirail et dont l'intitulé est « L'influence de la décision d'hébergement sur l'adhésion et le bien-être des personnes âgées en Maison de retraite ».

Postures, sourires et regards sont autant d'indicateurs d'un corps qui s'affirme ou qui se nie, dans un univers marqué par l'inégalité... Postures, sourires et regards expriment les attitudes d'une personne qui existe dans et au delà de son corps physique, que celui-ci soit, ou non, en situation de dégradation... Postures, sourires et regards qui constituent des marques de vie et s'organisent en relation avec un horizon temporel personnel, plus ou moins proche ou éloigné, auquel est associée ou non la référence à la mort. Ces indicateurs me conduisent à une forte prise de conscience de l'importance de la « dynamique d'intériorité » de la personne âgée (comme de toute personne, quel que soit son âge) qui peut s'exprimer par extériorisation mais qui ne peut se réduire aux apparences externes, souvent utilisées comme masques.

Je me souviendrai toujours de cette vieille amie (au sens littéral du terme : elle avait 88 ans) qui a « pointé » son index vers mon visage et m'a dit « Ne me regarde pas comme ça ! Tu dois me voir autrement. Ce que tu vois c'est la couverture ! ». Elle vivait mon propre regard comme agressif et exigeait de moi un changement d'attitude.

J'étais dès lors très sensible à cette exigence, à cet impératif de voir à travers l'écran opaque du visage, de percevoir la personne entière à travers le regard, les mains ou les sourires, afin de capter la totalité de l'être à travers ses parties, pour équilibrer la perte et le gain, et inventer la poésie là où s'écrit la vie quotidienne. J'étais plus sensible encore à la construction et à la déconstruction de l'apparence, ainsi qu'au jeu des impressions, qu'il s'agisse de la représentation des personnes ou des Établissements d'aide aux personnes âgées. Dans les deux cas, l'objectif est d'atteindre une meilleure qualité de communication. Ce qui me motivait enfin, parce que j'étais en quête d'authenticité par rapport à moi-même et aux autres, était de comprendre mes propres ambivalences et mes conflits personnels en relation avec mes interactions quotidiennes avec les personnes.

Cette réaction de ma vieille amie a servi de point d'ancrage et de cohérence à mon activité et a donné sens à mes engagements auprès des personnes âgées qui trouvent en elles-mêmes leur origine et leur fin, leur dedans et leur dehors, leur dignité et leur aliénation, leur lumière et leur ombre, leur mémoire et leur vide, leur vie et leur mort.

6. Identité corporelle et dynamique du vieillissement actif

Dans ses Pensées, Montesquieu soupirait : « Malheureuse condition des hommes ! A peine

l'esprit est-il parvenu au point de sa maturité, le corps commence à s'affaiblir »

Quoi faire devant ce corps - enveloppe, souvent endommagé, dont l'apparence est trompeuse au point d'amener à confondre le tout de la personne avec sa couverture ? Comment mettre en évidence l'intériorité ? « Le corps n'est pas seulement extériorité, ni seulement biologie. Le penseur de Rodin, par exemple, révèle que l'intériorité traverse l'extériorité corporelle. Le corps est simultanément extériorité et intériorité. Il est le lieu de la vie », (Sergio, 2003, p. 26).

Le corps est entier, il existe comme un tout, et il ne se démembre que par l'analyse partielle de multiples observateurs utilisant une diversité de référents. Par ailleurs, dans la société actuelle, un déséquilibre intervient entre la réalité du corps et les aspirations qu'il provoque, en termes de pouvoir associé à la jeunesse et à la santé. Nous voulons être maîtres de notre propre corps et, pour y arriver, tous les moyens sont bons. À en croire la publicité, aucun défaut, aucune imperfection ne résiste à la technique. L'homme peut tout. La gymnastique, les soins de beauté, la chirurgie, la quantité des remèdes de grand-mère, la diversité des conseils de multiples spécialistes, mettent à la disposition des personnes des instruments qui vont les aider à se sentir mieux, à être mieux dans leur peau ou à mieux paraître, à partir de l'aphorisme bien connu : « mens sana in corpore sano ».

Si le corps est bien, le reste suivra. Et s'il n'y a pas de réussite, c'est que la personne a manqué de méthode et n'a pas suivi correctement les conseils prodigués pour atteindre la perfection corporelle. Il faut être jeune, coûte que coûte. Il est fondamental de rester jeune ou de le paraître, de maintenir la flexibilité, la beauté et la fraîcheur, de faire de l'exercice et de lutter contre le temps, de manière permanente et parfois désespérée. Cette lutte aboutit souvent à la valorisation du présent, aux dépens du passé et de l'avenir.

Notre société chante la vie, la santé, la légèreté, la beauté, et pousse à valoriser les personnes qui sont toujours prêtes à profiter d'opportunités, d'où qu'elles viennent.

Dans ce contexte « parler du vieillissement et de la mort semble être une obscurité. Le vieux est celui qui, par paresse, ignorance ou incapacité, a perdu le combat, en laissant le temps marquer son corps. Au lieu de garder la structure de son apparence, il l'a laissée se transformer par l'action du temps... Le vieux, chargé d'années, ne peut marcher que lentement. Il est obstacle et lourdeur... » (Veyssat, 1989, p. 88).

Et si, au troisième âge, persiste l'espoir de retarder la vieillesse (par chirurgies, massages, multiplicité

d'exercices de maintien et programmes de relaxation...), au quatrième âge, il n'en est pas de même. C'est à cet âge que l'on trouve la plupart des personnes dépendantes et « plus proches de leur fin ».

En fait, le vieux, assujéti à une représentation sociale négative, se réfugie dans une identité de perdant ; perdant au regard des autres en même temps qu'à son propre regard. « Les pertes qui font souffrir les personnes âgées, pertes de leur rôle social et familial, mais aussi la diminution de l'efficacité corporelle, vont conduire à une baisse de l'estime de soi. A chaque désinvestissement important de soi, va correspondre une dépendance intense en rapport avec l'objet de sécurité. La personne âgée se trouve dans une position où lui manque le retour du regard positif de l'autre sur soi-même. » (op.cit, p. 95) Cette fois, ce n'est pas l'eau qui sert de miroir à Narcisse, en lui reflétant une image de beauté, mais c'est le regard de l'autre qui montre à l'individu qu'il n'est plus le même qu'avant.

Combien de personnes prennent conscience de leur « vieillesse » seulement lorsque quelqu'un attire leur attention sur ce fait ? Combien de discours entendus à propos de ce type de découverte... « j'ai seulement découvert que j'étais vieille lorsqu'une petite fille dans une queue de supermarché a dit à sa mère : « maman, laisse passer cette petite vieille... la pauvre »... La petite vieille, c'était moi, Madame ».

Dans la même style, Rubem Alves, de 70 ans, environ, décrit un voyage en métro. Il commence à regarder les personnes. Ses yeux se déplacent de visage en visage et se fixent sur celui d'une jeune fille qui le regarde aussi. Dans ce regard, il se sent homme, admiré et viril et bercé par la séduction : Elle se lève pour lui céder la place. « Et la bulle magique du bonheur dans laquelle je me trouvais, explosa, par la faute d'un geste de gentillesse... misérable gentillesse !... et d'un coup, je me suis vu comme jamais je ne m'étais vu auparavant, illuminé par une lumière différente, une lumière crépusculaire. Et, alors tout a changé » (Alves, 2004, p. 21).

Ainsi, nous voilà introduits dans l'un des grands problèmes de la vieillesse, celui de la prise de conscience, chargée d'angoisse, que chaque personne âgée doit vivre à propos de sa métamorphose. Celle-ci est vue par Simone de Beauvoir comme le vieillissement lui-même ;

métamorphose qui, lentement, transforme le corps jusqu'à le constituer comme une marque du temps. Comme réaction à la consensualisation de sa propre métamorphose, mon amie a exigé que je perçoive ses ailes à travers un cocon qui, à l'inverse de s'ouvrir, est plus opaque. Comme si la métamorphose qui, habituellement suppose l'éclosion et l'expansion, était, cette fois vécue comme son inverse.

Si l'on compare la personne âgée à un enfant, on constate que ce dernier aspire au développement (il aura plus de pouvoir, plus de force et plus d'autonomie), alors que la personne âgée, fréquemment marquée par la pression sociale qui l'associe à la perte, se voit souvent dans une situation difficile, face à l'angoisse d'un corps plus proche d'un signe moins que d'un signe plus. La personne âgée se voit en effet confrontée à un paradoxe, qui consiste d'une part à désirer vieillir (par la continuité de l'être, la durée du temps de vie, la résistance au « mourir »), mais, d'autre part, à ne pas vouloir vieillir du fait des transformations corporelles qui sont associées au vieillissement.

Quelquefois, ce corps se présente comme quelque chose d'étrange, qui vous « poignarde dans le dos », en traître, lorsque le corps comme instrument de plaisir et de reconnaissance disparaît sans laisser de trace. A ce propos Freud, (1919), raconte qu'il « a perçu, dans la vitre d'une porte de compartiment de chemin de fer, le reflet d'un vieux monsieur ; il s'éloigne pour le laisser entrer, jusqu'au moment où il comprend, étonné, que le vieux n'est autre que lui-même ». L'inquiétante étrangeté¹⁴ de l'avancée en âge donne lieu au concept de « miroir cassé », symptôme selon lequel certains sujets ne sont plus capables d'identifier le reflet de leur visage vieillissant, et de le reconnaître comme leur, (Heslon, 2004, p.71).

Cette dissociation peut être vécue de façons différentes par les personnes âgées. Bernadette Veyssat a décrit trois modalités du vécu de cette dissociation : l'incompréhension, la recherche d'un coupable et la honte et le dégoût.

En fait, nous retrouvons les réactions caractéristiques de chacune de ces modalités chez les personnes âgées vivant dans les maisons de retraite. L'incompréhension, se manifeste à travers l'expression verbale « c'est moi, c'est moi » lorsque la personne montre à un visiteur leur photo d'il y a 40 ans, alors qu'elle ne se reconnaît pas

(14) Terme proposé par S. Freud pour exprimer l'angoisse que peut provoquer la présence de points communs avec des personnes étrangères, très différentes de soi. Cette familiarité est perçue étrange et dangereuse. Dans l'expérience évoquée c'est au contraire l'altérité de soi-même qui provoque l'angoisse.

dans les photos actuelles.

A propos de la recherche d'un coupable, on peut citer l'exemple de personnes qui chuchotent: «ici, ils nous font crever de faim», ou «ici, nous sommes maltraités». Le plus souvent, ce fait n'est pas exact: ces personnes cherchent un coupable pour justifier leur «état» et demandent justice; cela leur évite de se poser des questions sur leur dissociation.

Par ailleurs, certaines personnes manifestent rage, honte ou dégoût face à leur corps, réduit à l'état d'objet, ce «ça» qui «ne vaut rien... qui ne ressemble à rien... Vous voulez que j'aille dans la rue pour que je montre ça?».

Une autre attitude, apparemment opposée à celle-ci, mais qui semble faire partie du même discours (manifesté à travers la difficulté d'assumer/de reconnaître son propre corps), s'observe quand les personnes parlent constamment de leurs maladies, de leur «vomi», de leur «constipation». Elles peuvent même en arriver à montrer, ostensiblement et de façon provocatrice, leurs blessures ou leurs amputations (syndrome de l'ancien combattant!).

On peut constater que le corps physique révèle et exprime le manque de confiance que certaines personnes âgées manifestent lorsqu'elles perçoivent qu'elles ne peuvent pas aller aussi loin avec leur corps qu'avec leur pensée. Ce sentiment inégal, ambivalent et paradoxal, est fréquent et peut être vécu selon des formes multiples.

Il est bien vécu, lorsque le corps et la pensée favorisent ensemble l'autonomie et le bien-être. Le corps est également bien vécu lorsque, malgré la perte d'autonomie et d'exubérance (et pourquoi ne pas le dire, malgré la perte de correspondance avec les stéréotypes de beauté actuels), il maintient à un niveau satisfaisant la production intellectuelle ou artistique. Il permet la projection et l'affirmation de soi qui conduisent, maintiennent ou augmentent la reconnaissance sociale, ou seulement le désir de permanence et le sentiment d'être là.

Le corps est par contre mal vécu si, accompagnant l'incapacité corporelle, se manifeste l'absence d'un imaginaire peuplé de rêves, de projets d'avenir, absence qui peut enfermer la personne dans un sentiment d'impuissance (réelle ou symbolique).

On sent très fortement ce conflit, ce vécu paradoxal, lors de la situation d'admission des personnes âgées en maison de retraite. La phrase «je ne voulais pas venir à la maison de retraite... je ne peux plus être seul(e) à la maison» intervient très régulièrement. Le jeu entre la volonté de venir en maison de retraite et celle de rester chez soi, en

y assumant sa vie, liées à la peur de toutes les peurs, celle de tomber pendant la nuit (parce qu'elle peut être comprise comme la peur de mourir tout seul) peuvent conduire au sentiment d'impuissance, à l'origine sentiment associé à un sentiment d'abandon, parfois adouci par la prise de décision personnelle sur son propre hébergement.

7. Les restructurations de l'espace et du temps aux 3^e et 4^e âges

Le processus de vieillissement est marqué pour une série de ruptures à plusieurs niveaux. Du point de vue social des pertes comme le manque de travail, le départ des enfants ou du conjoint ou des amis, provoquent une réduction des soutiens de l'identité de la personne âgée, ce qui l'oblige à entrer dans un réseau de personnes anonymes fréquemment dévalorisées: le groupe des pensionnés, des retraités et des «âgées». Dans tout un monde qui change, parfois rapidement, une chose reste, la maison. «La maison va rester signe et symbole de ce que la personne a été et de ce qu'elle est. En opposition aux reflets instables du miroir, la maison apparaît comme le reflet stable du sujet: elle est la continuité» (Veyssat, 1989, p.32). La maison est un objet que je peux manipuler comme je veux, que je peux transformer en fonction de l'évolution de ma personnalité et de mon statut social.

La maison prend place dans le monde de nos représentations, de notre mémoire, du symbolisme de nos actions. Mais, dans le cas des personnes âgées, la maison perd quelquefois la capacité de s'adapter, de se transformer. Elle va «rester la même», comme l'identité qui se fige. Elle devient un témoin de ce que chacun a été pendant «sa vie active». Ainsi la maison est comme une ancre, un espace de sécurité qui peut être parcouru les yeux fermés et qui semble garantir l'autocontrôle du sujet.

Ainsi, plus l'autonomie de la personne âgée est grande, plus grand est l'espace susceptible d'être exploré. Plus cette autonomie est limitée, plus grande est la fragilité, plus limitée sera l'espace de liberté. Par exemple, bien des personnes âgées, condamnées à déambuler sur leur fauteuil roulant, transportent des douzaines de petits sacs avec tout ce dont elles ont besoin, pour maintenir leur sentiment d'auto-efficacité.

Les changements dans l'organisation de l'espace provoquent des perturbations. Dans les maisons de retraite, les réorganisations spatiales et les grands ménages sont fréquents, et l'on peut facilement «sentir» la désorientation des personnes lorsqu'ils se produisent. Dans plusieurs institutions, une des plus grandes violences est

faite aux résidents qui partageaient la même chambre avec leur conjoint. Si leur conjoint meurt, ils doivent changer de chambre ou la partager avec un autre résident. Ils sont ainsi soumis à une épreuve de plus mettant à mal leur capacité d'adaptation à de nouvelles situations, changements plusieurs fois vécus. Malgré la dureté de la situation, certaines personnes âgées, après la mort de leur conjoint, sont capables de dire tranquillement : « je sais, j'ai besoin de changer ». Et certains membres du personnel sont capables de dire froidement : « il faut changer, ce sont les règles ».

Dans ce mode utilitaire de penser, certains techniciens, très satisfaits de la restructuration physique d'une institution d'aide au troisième âge, transfèrent les résidentes d'un bâtiment ancien vers le bâtiment neuf, perçu comme un « hôtel à cinq étoiles », clairement de meilleure qualité et plus fonctionnels... Ils se demandent pourquoi certains usagers refusent ce nouvel espace au point même que quelques-uns en sont morts. Il serait donc nécessaire d'adopter une attitude plus flexible pour capter la signification de ce refus et en tirer les conséquences dans la façon de gérer l'hébergement. « Héberger, est de l'ordre du rationnel... habiter est de l'ordre du symbolique ». (Veysset, 1989, p.52)

La question du mouvement introduit la question des limites du possible. On peut toujours changer de place. Nous pouvons même changer l'espace dans lequel nous vivons. Il y a des crises qui se produisent lors du changement de maison. Inversement, les changements spatio-temporels peuvent être les effets observables de crises latentes. Nous pouvons utiliser des stratégies de spatialisation pour vivre nos conflits personnels ou relationnels.

A ces difficultés viennent s'ajouter celles qui concernent le rapport au temps, collectif ou personnel, le rapport à la mort, la sienne ou celle des autres.

Quand António Lobo Antunes dit : « Ne meurs pas encore : quelqu'un nous regarde, » il semble présenter la mort comme un acte d'intimité, de pudeur, d'acceptation et peut-être de pouvoir. L'idée de mort est fréquemment liée à l'acte de vieillir. On s'attend à mourir lorsque l'on est vieux. Il semble y avoir un rituel morbide, lié à la surveillance et à l'attente, rituel partagé pour nous tous qui faisons partie de ceux qui ont « encore » le temps. Il semble y avoir un regard collectif,

inflexible, qui sait que « le moment est arrivé » pour la personne de mourir.

L'Homme, qui parvient à créer de multiples œuvres dont certaines durent parfois des millénaires, ne parvient pas à gérer cette capacité de durer. Il en vient à entrer dans une dynamique d'usure et d'affirmation de sa propre faiblesse. Son corps, impuissant, n'arrive même pas à résister à l'action du temps et dénonce sa finitude, la proximité de la mort.

En fait, le temps pose la question de la limite de la vie et sa gestion implique une posture devant la mort. Si j'ai l'immortalité en perspective, j'ai tout le temps du monde, j'ai toute ma vie devant moi. Si le temps n'existe pas, j'élimine la limite. Tout est possible, et je travaille dans le cadre du plaisir, de la communication, de la découverte et de la créativité. Dans ce cas, il y en a une conception de non-limite. Le temps-objet n'existe pas et les personnes âgées disent qu'elles ne se sont pas vues vieillir, que le temps a couru trop vite, qu'elles ne se sont pas rendues compte du changement. Par contre si la mort entre dans ma perspective, le temps va me manquer, il me talonne, j'ai besoin de le contacter et de le contrôler, de courir plus vite que lui. Nous voilà constamment pressés par le temps, l'horloge nous sert de matrice. Le besoin de cadrer, d'organiser, de définir les limites, devient fondamental. La limite du temps est le « deadline » (au sens strict : ligne de mort). En saut en longueur, si je dépasse la ligne limite, je suis éliminé ; éliminé aussi tout candidat qui dépasse la date-limite), donc planifier le temps c'est une façon de dire : je suis mortel !

Il y a donc deux stratégies de gestion du temps, soit on n'a pas aucun temps, soit on a tout le temps. Celui qui utilise la seconde stratégie, a comme grand désir l'expérience optimale¹⁵ (quand je vis une expérience optimale, j'oublie l'horloge et je vis le processus sans limites), où le temps n'existe plus. On peut ainsi dénier la réalité. Désireux d'entrer dans ce processus, pour l'ivresse de la vie, il n'y aura pas de limites corporelles. Par contre, celui qui vit systématiquement les limites, prend le risque de s'atrophier et de se perdre dans des activités n'ayant aucun sens. Cette limite peut être aliénante pour constituer une « schizochronie », une maladie sociale dont le symptôme est le temps perdu (Pineau 1987, p.10).

Le temps de vie et le temps de mort peuvent être vécus de façon symbolique. L'horloge peut, dès

(15) Cette notion d'expérience optimale est proposée par Mihaly Csikszentmihalyi (2004). Il montre qu'elle est souvent associée au bonheur et à la qualité de vie, grâce à la maîtrise de la conscience, à la possibilité de donner sens à sa vie, etc.

lors, être difficilement envisagée comme un instrument de mesure objectif et rigoureux pour systématiser le temps. La notion de durée introduit une vision qualitative du temps, hors de la mesure des horloges qui s'opposent à la durée pure ou au temps vécu. Nous savons tous que le temps du plaisir est symboliquement vécu comme rapide et le temps de la douleur comme interminable.

L'ajustement temporel entre les soignants et les usagers d'un établissement d'appui aux personnes âgées s'avère absolument nécessaire (le temps des soignants étant plus rapide que celui des usagers), obligeant les premiers à comprendre que la lenteur est nécessaire à un temps de travail de qualité. Quand je marche moins vite, j'ai la possibilité de comprendre et de sentir. La lenteur permet un arrêt sur image, elle nous donne la possibilité de réfléchir et l'occasion d'être enfin d'actifs citoyens. Avec et grâce à la lenteur, on assume le temps et l'on gagne le sens.

8. La représentation du vieillissement et le récit de vie, sur l'exemple du récit de Jean

Le récit de vie, qu'il ne faut pas confondre avec l'histoire de vie¹⁶ permet de mieux saisir la façon dont le vieillissement est confronté, par la personne elle-même, aux attitudes habituelles, aux événements faisant intrusion dans la vie quotidienne.

Nous présentons ci-dessous les réponses de Jean, retraité, ex-VRP en équipements industriels, âgé de 84 ans¹⁷.

Son épouse est en totale perte d'autonomie et de conscience en Maison spécialisée. Il va la voir fréquemment. Il a deux enfants quinquagénaires, mariés, avec un enfant chacun. Il vit seul chez lui, depuis quelques années. Il a des problèmes cardiaques (pile) qui ne peuvent se soigner. L'interview a lieu dans un café qu'il fréquente assidûment.

Âge hétéro-attribué : 75 ans : c'est ce que me disent les médecins. Les gens qui me connaissent disent la même chose.

Âge subjectif : 65 ans. Je me sens toujours jeune, pour le dynamisme et le moral. 65 ans, c'est avant la retraite. Le dynamisme : j'ai toujours envie de

faire quelque chose, de rencontrer des gens. J'ai besoin de contacts.

Le moral : mon moral est au zénith depuis toujours, même dans les moments les plus critiques et cela n'a pas changé. Cet hiver, je suis allé plusieurs fois en hospitalisation et j'avais toujours le moral : sourire, ne pas se plaindre. Le personnel appréciait beaucoup cela, disant que c'est formidable. Je suis toujours positif. Ce sont mes gênes. J'avais donné mes instructions de décès que je porte toujours sur moi (don du corps à la médecine), mais je ne me voyais pas vraiment en risque de mort. Même avec les perfusions, je marchais. Je ne me laisse pas avoir. Je refuse de me coucher, de m'affaiblir. Pour garder le moral, il faut avoir des contacts.

En fait je me crois à 50 ans, à l'âge de gens que je côtoie au café et qui travaillent. Pour moi, ce sont eux les jeunes. À leur contact, je continue à m'informer sur l'évolution de la vie. Ils ont 30 ans de moins et ils m'apportent beaucoup. Quand quelqu'un me dit « il est temps que vous mouriez, vous nous coûte trop cher ! », ça me fait du bien. Je sais qu'ils font attention à moi et qu'il y a de l'amitié dans ce propos.

Définition du vieillissement :

Avant la retraite, à 65 ans, le vieillissement ne se percevait pas. C'est avec la perte d'activité qu'on le ressent et qu'on le voit, d'abord au niveau du corps. Quand je suis allé à l'hôpital et que j'ai maigri de 14 kgs en 2 mois, je me suis retrouvé avec une peau qui n'était plus élastique et qui pendouillait : c'est ça le vieillissement... Pour moi, je ne sais pas ce qu'est le vieillissement mental : je lis, je suis la bourse et je fais des actions boursières. Cela maintient mes capacités. Mais il y a des gens qui sombrent, comme ma femme qui a subitement sombré mentalement. Quant au moral, je ne pense pas qu'il y ait vieillissement. C'est le reflet du moral qu'on a eu toute sa vie. Un optimiste le reste ; un déprimé le reste également. Pour conserver le moral, il faut relativiser les événements et vivre pour soi, se faire un cocon d'amis proches qui permet d'éviter la solitude. Si vous avez un seul ami, vous êtes bénis des dieux ! Pour une femme, le vieillissement est un drame. Dès la ménopause, elle pense perdre sa féminité. Pour un homme, même s'il perd sa puissance sexuelle, il me semble que c'est moins un drame.

(16) On confond souvent le récit de vie avec l'histoire de vie, nous semble-t-il à tort. Le récit de vie se limite à la façon dont la personne concernée se raconte, construit son identité narrative (Ricoeur, 1990). La notion d'histoire de vie implique la confrontation de témoins, le croisement d'événements, à propos de la personne dont on reconstruit l'histoire.

(17) Les réponses sont retranscrites à partir de l'entretien avec Rolande Roudès. Le choix du récit de vie à présenter ici a été objet de discussion. L'interview d'hommes âgés étant rare, nous avons pensé que le récit de Jean comblerait un manque. Bien sûr l'interview de femmes du même âge aurait introduit d'autres attitudes et d'autres contenus !

Effets perçus du vieillissement sur l'image de soi

J'ai une *bonne image de moi*, sauf sur mon amaigrissement trop rapide. Je ne me mettrai pas nu devant une femme. Je me sens en forme, psychologiquement (grâce aux contacts) et intellectuellement (grâce aux conversations, à la lecture, à la bourse...). Je suis autonome et je fais tout calmement, mais je ne fais plus vraiment de projets : je vis au jour le jour, je conduis et je voyage un peu. A mon âge, certains sont incontinents.

Sexuellement, ça me manque de ne plus pouvoir faire l'amour. Je ne me sens pas de faire l'amour. J'y laisserais ma carcasse, à cause du cœur. Je voudrais un échange physique de tendresse, sans plus. Mais faire comprendre ça à une femme de 70-75 ans pas trop dégradée, c'est très difficile. Elles ne se contenteraient pas de ça. Elles veulent une pénétration sexuelle. J'ai essayé plusieurs fois et ça a été toujours un fiasco. Les couples qui font l'amour à 80 ans : ce sont des exceptions. Moi, à 56 ans, toute femme m'attirait, même une mouche ! (rire). A 80 ans, j'ai accepté de ne plus séduire les femmes et de ne plus faire l'amour, du fait de mon état général. J'avais trop peur de passer pour un imbécile ! La vie idéale pour moi, c'est avoir une compagne pour sortir et discuter, mais je finirais par ne lui trouver que des défauts. Finalement, un homme a moins d'idées préconçues qu'une femme. Un copain homme serait plus cool, moins exigeant que les femmes, qui ne veulent pas débriquer et passent une heure devant le miroir. Finalement, je me suis assagi en vieillissant après 65 ans, à la retraite. Je ne me donne plus de vrais défis et vivre seul est devenu une habitude. J'avais le goût du risque et cela fait que je n'ai peur de rien. Il n'y a pas à s'en faire. La mort, c'est inéluctable. Cela ne me soucie pas.

Effets perçus du vieillissement sur l'image que les autres ont de vous

Le plus difficile, c'est avec les enfants. Pour eux, on reste parents et ils restent enfants accrochés à leurs parents ; ils ne discutent plus au même niveau d'adultes. Ils me disent : « Toi, t'es plus dans le coup ». Ils ont leurs propres amis et m'excluent souvent de leurs fêtes familiales, comme si je ne pouvais pas m'intégrer dans leurs relations. Les enfants ne sont que des enfants, pas des amis. C'est seulement avec ma fille « adoptive » que je peux avoir un dialogue normal, comme avec une amie-confidente.

J'ai une amie de 77 ans à qui son fils a dit « Tu peux crever, tu as assez vécu ! ». Je romps avec le fils que je trouvais passif, sans dynamisme... et sa femme, et leur fille. Je sais tourner les pages. Les enfants attendent parfois qu'on les aide financièrement, même quand ils n'en ont pas

besoin et qu'ils n'apportent pas d'affection réelle. Je pense fermement qu'en vieillissant, il faut vivre pour soi, vivre le présent, le temps actuel. Mon fils me dit que je suis « une tête de lard », que je suis « un chiant qui a du caractère », mais j'ai toujours eu ces traits-là et cela m'aide à vieillir ; je ne me suis pas anéanti.

Le fait d'avoir eu une vie très agitée, de faire la guerre, de m'engager dans la marine, de faire du marché noir m'a habitué à me lancer en permanence des défis, jusqu'à la retraite. Cet aspect m'aide à vieillir.

En dehors des enfants, les femmes de mon âge aimeraient que je les aide à ceci ou à cela. Elles sont toujours intéressées ou elles ne parlent que d'argent et de sécurité. Du coup, je suis peut-être un peu égoïste, peu disponible pour les écouter. Je dois être perçu comme ça : peu disponible pour les femmes de ma génération.

Ma fille « adoptive » qui a l'âge de mes enfants, me parle de tout, contrairement aux autres. Elle attend des conseils de ma part. Elle n'a plus son père réel qui était mon ami ; et elle me considère comme un père pour lequel elle a de l'affection et avec lequel elle est en confiance. On parle de tout, même des choses les plus intimes. C'est une amie véritable et non une enfant, en fait. Pour elle je suis disponible. En vieillissant, je crois que j'ai toujours donné l'image d'un « joyeux retraité » et non d'un « vieux grognon ». Comme on peut aussi être un « jeune grognon ». Je pense que le fait d'être joyeux n'est pas lié à l'âge mais au caractère positif. Le vieillissement met peut-être plus en évidence mon côté « joyeux » ? Je n'en suis pas certain. Dans mon métier, il fallait toujours être de bonne humeur. Je l'étais. J'ai eu une très belle vie et je ne regrette rien. J'ai tout fait. Ma vie était joyeuse et agitée.

Effet du vieillissement sur l'image des proches vieillissants, au-delà de 50 ans

Je ne vois pas le vieillissement chez ceux qui viennent de passer les 50 ans. Pour moi, ils sont jeunes à 50 ans. Je ne vois son effet qu'à partir de 65 ans, au moment de la retraite, on est comme noyé au fond de la mer et il faut se défendre. On est seul. Le couple doit surmonter un moment difficile, le face-à-face retrouvé alors qu'on n'a plus rien à se raconter du fait que la vie professionnelle s'est arrêtée. Il faut que chacun réorganise sa propre vie personnelle, ses loisirs, ses activités. Il faut bien six mois au moins. L'échange repart ensuite, le dialogue et les moments de tendresse reviennent alors. Je peux donc apporter quelque chose de rassurant à une femme plus jeune qui m'apporte, elle, sa jeunesse et son dynamisme (même si elle a plus de 50 ans).

Le vécu du vieillissement : aspects positifs

Cela n'apporte rien de vieillir, en tous cas rien de positif. Avec ma fille adoptive je peux lui remonter le moral, l'écouter, la faire rire avec mon humour, pour la décontracter, être son confident. Pour la stimuler je lui envoie des « vannes » (je voudrais qu'elle trouve un partenaire...). Je la ressens sensible, attachée affectivement. Nous avons des affinités... Je ne sais pas si le vieillissement est pour quelque chose dans tout cela. A la mort de son père, que je lui ai annoncée, j'ai pris son relais. Mais on se connaît depuis plus de 15 ans. C'est une relation de confiance. Je me sens disponible pour écouter les autres. A la Maison de retraite, je suis le confident des employés. Je sais tourner les pages, ne garder que ce qui est bien, profiter du présent, de chaque instant qui passe.

Le vécu du vieillissement : aspects négatifs

Ne plus pouvoir faire l'amour et n'avoir plus de relation de tendresse avec une femme. Le jour où l'on est devenu un grand handicapé, le vieillissement est terrible. Il faut voir qu'à la maison de retraite (où se trouve ma femme) le personnel n'a pas le temps de dialoguer. Il n'y a pas de contact humain. On n'est qu'un numéro, considéré comme un objet. L'idéal serait de rester chez soi et d'avoir une femme de compagnie.

Faut-il paraître plus jeune qu'on ne l'est ?

Je crois que oui, ça permet d'être mieux accepté par les autres, dans tous les milieux. Je ne sais pas si le physique a autant d'importance que le caractère pour attirer les autres. En tous cas, pour attirer la sympathie, il faut être joyeux, avoir de l'humour, être de bonne humeur. Si on fait plus jeune que ce que l'on est, on attire davantage, mais pour plaire, il faut aussi un caractère positif et joyeux.

Nous n'avons pas commenté le récit de Jean. Mais le lecteur a pu constater que ce récit va bien dans le sens du nouveau paradigme du vieillissement actif qu'il nous faut revisiter, pour conclure.

Conclusion : Pour une vision positive du vieillissement

A la suite de l'élaboration du texte intitulé *"Vers une Europe pour tous les âges"* (1999)¹⁸ clôturant l'Année Internationale des Personnes Âgées organisée par les Nations Unies, une conférence de 250 experts a proposé « Un nouveau paradigme dans la politique en matière de vieillissement ». Le vieillissement actif y a été présenté comme une stratégie cohérente visant à permettre de bien vieillir dans les sociétés vieillissantes. Le vieillissement actif implique que nous adaptions notre mode de vie à l'amélioration de nos conditions d'existence: longévité accrue, meilleure santé et ressources matérielles plus importantes que par le passé. Le vieillissement actif, c'est aussi saisir les occasions résultant de ces améliorations. Dans la pratique, il s'agit d'adopter un mode de vie sain, travailler quelques années supplémentaires, prendre sa retraite à un âge plus avancé et rester actif pendant celle-ci. Promouvoir le vieillissement actif, c'est créer les conditions de mener une vie meilleure et non procéder à une réduction des droits des individus. Assurer un niveau de revenu et des soins adéquats fait dès lors également partie des priorités.

La notion de vieillissement actif peut dès lors s'appliquer aux domaines de l'emploi, de la protection sociale, de la santé, de l'intégration sociale et de la lutte contre la discrimination. Tous les stades de la seconde moitié de la vie d'un individu s'y trouvent impliqués : des dernières années de la vie active au troisième âge, lorsque l'on est encore en bonne santé et plein de ressources, pour terminer avec le quatrième âge, lorsque la santé devient précaire et le risque de dépendance, réel. Le vieillissement actif est donc présenté comme une forme de stratégie de politique sociale ayant une incidence positive sur l'emploi, l'intégration sociale, la santé et l'économie. On peut même évoquer l'éducation dans la mesure où le nouveau paradigme implique un apprentissage précoce et nouveau du rapport au temps et aux phases de la vie comme aux relations entre générations. Apprendre à vieillir ne commence pas au 3^e âge, mais dès l'enfance et l'adolescence, dans la façon d'appréhender le sens de la vie et de refuser le lâcher-prise autant que l'emprise de soi (ou d'autrui) sur soi, selon les expressions de Limoges (2001)¹⁹.

(18) Commission des Communautés Européennes, COM (1999) 221 final, Mai 1999

(19) Selon cet auteur, un équilibre doit être trouvé entre le lâcher-prise (laisser aller) et la prise (contrôle, prise en main du problème, etc.). Matrieu et al. (1987) utilisent aussi la métaphore des « prises » pour expliquer les situations de crise : emprise > déprise > reprise > entreprise.

Le concept de vieillesse implique de multiples dimensions, mais il est préférable d'évoquer les vieillesse et non la vieillesse. La diversité est, en effet, une constante du vieillissement et nous l'avons rencontrée aussi bien au niveau intra-individuel qu'à celui de l'inter-individuel.

Comme le proposent Montangero et al. (1993), il apparaît utile et nécessaire d'adopter une vision positive sur la vieillesse, vision aussi nécessaire pour les personnes âgées elles-mêmes, que pour les soignants qui les aident ou pour les chercheurs qui s'entrelient avec eux. Il s'agit là, pour ces auteurs, de l'un des quatre objectifs majeurs de la psycho-gérontologie²⁰.

Pourquoi est-il nécessaire d'adopter cette vision positive ? Pour la première fois dans l'histoire humaine, nous assistons, nous l'avons vu, à l'augmentation de la longévité des personnes et au prolongement de la vie de générations toujours plus âgées (troisième et quatrième, et pourquoi pas cinquième !).

Le vieillissement, qui, jusque là, était perçu comme un processus de déclin, a attiré l'attention par sa dimension démographique, et il fait aujourd'hui l'objet d'une vision différente.

La psychologie du développement, traditionnellement centrée sur l'enfant et sur l'adolescent, en est venue à s'intéresser, grâce à l'orientation dite du « life span », au développement de l'adulte, y compris de l'adulte âgé. Ce changement d'orientation a permis l'extension et la confrontation de théories générales sur l'évolution de la vie adulte ainsi que l'approfondissement de l'étude de la constance ou du changement de conduites, comportements et attitudes, de la conception jusqu'à la mort.

Cette vision positive de la vieillesse n'est pas facile à maintenir lorsque nous sommes quotidiennement confrontés à la démente de certaines personnes âgées, en situation d'isolement, en manque ou en perte d'espérance.

Toutefois, du fait que certains auteurs assèment de terribles affirmations sur les personnes du troisième âge, nous ne pouvons pas accepter que cette interprétation morbide de la vieillesse soit perçue comme actuelle. Même dans le cas où le corps est tellement dégradé qu'il offre un miroir

dévastateur à celui qui l'observe, il est nécessaire que par l'expérience du respect et de la tendresse, il soit possible à la personne de conserver sa dignité. De toutes façons, certaines personnes âgées peuvent avoir un corps harmonieux et quasi-parfait dans leur forme propre, sans prendre en compte le stéréotype adulte de la beauté. Certaines personnes peuvent, en effet, être vieilles et belles, possédant leur propre style de séduction, de secret, de silence attentif, d'humour, d'expérience, de complicité avec le temps.

Le temps semble venu de remettre en question le poids de la négativité sociale, qui ne considère pas seulement la personne âgée dans sa singularité comme un obstacle collectif, mais qui perçoit aussi la perspective du groupe des personnes âgées comme une calamité (sécurité sociale menacée, conflits entre actifs et non actifs). En fait, l'histoire nous offre de multiples exemples de la qualité, de l'utilité et de la productivité des personnes âgées. Platon a écrit ses meilleurs textes à partir de ses 62 ans. La deuxième partie de Don Quichotte a été écrite par Cervantès lors de ses 68 ans. Verdi a composé Falstaff lors de ses 76 ans. Michael Angelo a peint la coupole du Vatican après ses 80 ans. Malrieu, pour évoquer un auteur plus proche de nous a écrit son dernier ouvrage lors de ses 90 ans²¹. Bien d'autres exemples pourraient être ajoutés permettant de montrer la productivité et la créativité de certaines personnes âgées.

Edgar Morin témoigne de ce fait lorsqu'il écrit : « J'ai finalement pu, à certains moments, atteindre une paix, un bonheur, le meilleur de moi-même, qui me laissent si bien que j'ai arrêté de me préoccuper de la mort ... Je me vis comme mouvement et développement. J'apprends, j'apprécie ce que je fais et ne tolère aucunement l'idée que je ne pourrais pas continuer à progresser » (1951).

(20) Les quatre objectifs proposés par ces auteurs sont les suivants : 1. Intervention ; 2. Compréhension des difficultés vécues par les personnes âgées ou des difficultés de développer des recherches auprès d'elles ; 3. Nécessité de comprendre la vieillesse comme étape ultime du développement de l'adulte et non comme une problématique isolée sur la vieillesse en elle-même ; 4. Nécessité d'adopter une vision positive sur la vieillesse de la part de toutes les personnes impliquées (usagers, soignants et chercheurs).

(21) Malrieu, Ph. (2003)

Bibliographie

- ALVES, R.** (2004) *As cores do crepúsculo, A estética do envelhecer, Coleção Memórias e Afectos*, Edições Asa.
- BEAUVOIR, S. de** (1970) *La vieillesse*, Paris, Gallimard.
- BOURDELAIS, P.** (1994) *L'âge de la vieillesse, Histoire du vieillissement de la Population*, Paris, Editions Odile Jacob, 1994, 503 p.
- CSIKSZENTMIHALYI, M.** (2004) *Vivre. La psychologie du bonheur*, Paris, Laffont (traduction de Flow : the psychology of optimal experience, Harper Collins Publishers, New York, 1990).
- CARVALHO, P.M.** (1989) *A magia da idade, reflexão Médico-Sociológica sobre o Envelhecimento*. Coimbra, Edition d'auteur.
- COMMISSION EUROPEENNE** (1995 et 1997) : "La situation démographique dans l'Union européenne".
- COMMISSION EUROPEENNE** (1995, 1997) : "Rapport sur la protection sociale en Europe".
- COMMISSION EUROPEENNE** (1999) : "Vers une Europe pour tous les âges", COM 221 final, mai.
- COMMISSION EUROPEENNE** (2002) : « La réponse de l'Europe au vieillissement de la population mondiale. Promouvoir le progrès économique et social dans un monde vieillissant ». Madrid. COM (2002) 143 Final, avril 2002.
- COMMISSION NATIONALE D'ETHIQUE** (1998) *Rapport sur le vieillissement n° 59*, 59. Mai 1998.
- DORON, R. et PREVOST, C.** (1991) Rubrique « Conduites » in R. Doron et F. Parot *Dictionnaire de Psychologie*, Paris, PUF.
- DREES** (Direction de la Recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques) (2003) *Vieillir dans quatre mégapoles* : New York, Londres, Paris et Tokyo. Etudes et résultats, n° 260, 8 pages.
- FORETTE, F.** (1997) *Audition par le groupe de travail du CCNE*, 6 Fév. 1996, La révolution de la longévité, Paris, Bernard Grasset.
- HESLON, C.** (2004) *Anniversaires adultes et tournants d'âge subjectif en contexte post-moderne : témoignages de seniors*. Thèse de Doctorat Université de Sherbrooke.
- JANET, P.** (1929) *L'évolution psychologique de la personnalité*, Paris, Chahine.
- LAGACHE, D.** (1951) *La psychologie : conduite, personnalité, groupe*, in *Somme de médecine contemporaine*. Edit. Méd.
- LANGEVIN, A.** (1997) *La construction des bornes d'âges in « Le vieillissement comme processus »*, Revue française des Affaires Sociales, n° hors série, octobre, 37-53.
- LAROCHE, P.** (prés.) (1962) *Politique de la vieillesse*, Paris, La Documentation Française, 438 p.
- LEGRAND, M.** (1997) *Vieillesse et vieillissement : évolution des représentations ? Gérontologie et Société*, 81, juin, 161-172.
- LION, R.** (prés.) (1980) *Vieillir demain, rapport du groupe de travail pour la préparation du VIème Plan (1981-1985)*, Paris, La Documentation Française, 270 p.
- MALRIEU, Ph.** (2003) *La construction du sens dans les dires autobiographiques*. Toulouse, Erès.
- MEYERSON, I.** (1987) *Ecrits, 1920 – 1983. Pour une psychologie historique*, Paris, PUF.
- MEYERSON, I.** (1948) *Les fonctions psychologiques et les œuvres*, Paris, Vrin.
- MILLER, R.A.**, (1994) *The biology of aging and longevity. Principles of Geriatric Medicine and Gerontology*, third edition, edited by W.R. Hazzard, E.L. Bierman, J.P. Blass, W.H. Ettinger, Jr., J.B. Halter, MacGraw-Hill, Inc., New York.
- MONTANGERO, J. et al.** (1993) *Psychologie de la personne âgée, Aspects neuropsychologiques, cognitifs et cliniques du vieillissement*, Paris: PUF.
- MORIN, E.** (1951) *L'homme et la mort*, Le Seuil. Nouvelle édition, coll. Points, 1977.
- NETTO, M. P.** (2002) *Gerontologia, A velhice e o Envelhecimento em Visão Globalizada*. S. Paulo, Ed Atheneu.
- PINEAU, G.** (1987) *Temps et contretemps*. Montréal, Québec : Editions Saint-Martin.
- QUESTIAUX, N.** (prés.) 1971, *Rapport du groupe de travail pour la préparation du VIème Plan (1971-1975)*, Paris, la Documentation Française, 333 p.
- RICKI – RUSTING** (1990), *Les causes du vieillissement*, Pour la science, 1990, 84, 54-61.
- RIECOEUR, P.** (1990) *Soi-même comme un autre*, Paris, Seuil.
- ROBINE, J.-M., ALLARD, M. & RITCHE, K.** (1995) *Santé et longévité*, Pour la science, 209, 92-93, 1995.
- SÉRGIO, Manuel** (2003) *Alguns olhares sobre o corpo. Epistemologia e Sociedade*, Lisboa, Instituto Piaget.
- VALLIN, J.** (1995) *Espérance de vie : quelle quantité pour quelle qualité de vie ? Congrès Européen de Démographie*, Milan 4-8 septembre 1995, INED, Dossiers et Recherches n°49, Oct.
- VELLAS, Pierre.** (1974) *Les Chances du Troisième âge. Médecine ouverte*, Stock.
- VEYSSET, Bernadette.** (1989) *Dépendance et vieillissement. Logiques Sociales*, Paris: L'Harmattan.
- WIDLÖCHER, D.** (1973) *Le développement de la personnalité. Point de vue psychanalytique* in H. Gratiot - Alphonse et R. Zazzo, R. (Eds) *Traité de Psychologie de l'enfant (Tome V)*, Paris, PUF.