

Quand et comment sentons-nous que nous vieillissons?

Vieillir est une expérience partagée, notre lot commun, et, parmi les étapes parfois difficiles de notre vie, le sentiment de vieillir a la particularité d'être parfois soudain, déclenché par une perte, deuil, maladie, séparation, parfois discontinu, présent/absent.

Comment aborder ce vieillir alors que ce qui est perdu peut laisser la place à un lieu vacant ? Vieillir c'est apprendre à vivre autrement, dans un corps qui change, dans une culture qui refuse les signes extérieurs de vieillissement.

Le vieillissement du corps engage une perception de soi corporelle traversée par des pertes irrémédiables, dont l'impact agit sur la pensée et la mémoire de soi. Tenus à distance jusqu'alors, ces pertes, ces manques et leur perception, leur vécu, vont organiser la vie psychique et physique du sujet. . De la première ride à la perte d'autonomie, nous attendons un parcours de renoncement, de transformation et de sublimation, si nous pouvons nous appuyer sur une solide identité

Nous proposons de réfléchir aux dimensions plurifactorielles du vieillissement, à la symbolique du corps, à la dimension transférentielle/contre-transférentielle du vieillir ensemble patient/thérapeute, à l'inscription dans le temps et dans l'espace du corps vieillissant, à la persistance d'une mémoire narrative, soutien de l'identité, à la liberté conservée d'être, de choisir, de s'engager, d'agir.

A partir d'un retour aux premiers moments de rencontre avec le monde nous construirons un certain regard pour accompagner cette étape inéluctable de la vie, tant c'est la peau , le corps, l'ossature qui sont les signes extérieurs inéluctables de notre destinée de mortel, que le rapport à celui-ci prend ses racines dans les premiers instants, que la façon dont l'autre va contenir cette transformation va augurer d'une mise en mots des fantasmes, sensations, angoisses permettant à la pensée de s'articuler autour d'un self plus unifié et plus authentique, capable de penser le vieillissement d'un Moi-peau dont la face externe pourra se reposer sur une face interne en lien et un pare-excitation constitué. (Didier Anzieu, Le Moi-peau).

Catherine DANIEL
Psychothérapeute, psychanalyste