

Les notions fondamentales en gérontologie

Avant toute chose il me paraît primordial de nous entendre sur un certain nombre de points, parmi lesquels figurent les notions de vieillissement, de vieillesse et de personne âgée.

Le vieillissement

Lorsque nous parlons de vieillissement à quel processus faisons-nous référence et dans quel registre ? Car pour le vigneron le vieillissement n'est pas porteur des mêmes qualifications que pour le garagiste, l'antiquaire, le démographe, le médecin. De même le vieillissement pourra prendre un sens antinomique selon le contexte culturel. S'il est de connotation négative dans les pays dits développés, comme ceux de l'Europe, il est particulièrement positif dans d'autres comme en Afrique. Le vieillissement est ainsi tantôt synonyme de perte, de dégradation et d'affaiblissement, tantôt synonyme d'acquisition et de maturation. L'âge ne permet-il pas d'acquérir la sagesse, l'expérience et même de la qualité comme pour les vins ? Et si les handicaps physiques peuvent s'accroître, ce qui n'est pas systématique, ces mêmes handicaps peuvent surgir à tout moment de la vie. Il nous faut aussi revenir sur l'idée faussement répandue, que le vieillissement concernerait seulement les vieux. Ce qui du même coup nous met à l'abri des dévastations qu'on lui octroie, puisque nous ne nous mettons pas dans cette catégorie. Ne nous leurrons pas : le vieillissement nous concerne tous et cela dès l'instant où notre existence a commencé sous sa plus petite forme. Il n'est pas à prévenir comme certaines publicités le suggèrent, il est déjà là. Vieillir est synonyme de vivre parce que nous vieillissons comme nous vivons et non comme nous avons vécu. Cependant ce que nous pouvons éventuellement ralentir, ce sont certains désordres pathologiques touchant le corps dans sa dimension locomotrice ou physiologique, mais c'est une toute autre affaire en ce qui concerne notre rapport psychologique au vieillissement. Car il est synonyme de mort et notre rapport psychologique au vieillissement dépend de notre aptitude à appréhender l'âge, sous-entendu la fin de sa vie ou sa propre mort. Comme l'a fait dire Oscar Wilde à son personnage Dorian Gray, « le plus difficile n'est pas de vieillir mais c'est de rester jeune ». Aussi, et pour donner l'approche conceptuelle la plus rigoureuse et la plus large possible de cette notion de vieillissement, j'ai proposé la définition suivante :

Le vieillissement est un processus qui commence dès la conception pour se terminer à la mort, il est fait d'une succession de pertes et d'acquisitions.

Cette définition nous permet déjà d'éviter un des éléments d'opposition entre vieux et jeunes, lequel nous laisse entendre que seuls les vieux vieillissent. Par ailleurs, elle permet de mettre l'accent sur l'aspect positif du vieillissement quand on le place du côté des acquisitions. Si nous voulons modifier les images négatives liées à ce processus naturel, cessons nous-mêmes de

l'assimiler à la dégradation. Les sportifs savent bien qu'avec l'âge les performances sont réduites, mais leur expérience compense les déficits, puis peut leur donner accès à une transmission reposant sur les acquis.

Reconnaître cet état de fait c'est inscrire la population dite âgée dans une continuité et non dans une rupture. Les effets négatifs de l'âge sur le corps ne surgissent pas d'un coup, ils mettent des années à s'installer et parfois même leur origine se situe dans la petite enfance. Penser le vieillissement comme un processus normal qui accompagne toute notre vie, c'est aussi et surtout inscrire chaque individu dans sa propre histoire, dans une évolution marquée par des pertes et des acquisitions. C'est aussi répondre aux exigences d'un public de plus en plus nombreux qui ne souhaite ni être dévalorisé ni être marginalisé. Parce que la frontière entre adulte, jeune retraité, parents, grands-parents, vieux, est de plus en plus floue. D'autres critères apparaissent comme activité et inactivité, mobilité et statisme, immédiateté et projet.

La vieillesse

L'autre notion que je souhaite explorer quelque peu est celle de vieillesse. Celle-ci est beaucoup plus complexe et subtile à définir, d'où souvent sa confusion avec le vieillissement, celui-ci ayant été rejeté, comme nous l'avons vu, au bout des années. Il n'y a pas de repère physiologique, social, sauf arbitraire, qui nous permettrait de marquer son commencement. A partir de quel âge entre-t-on dans la vieillesse ? Voilà une question des plus délicates sinon malicieuse. Bien des artistes septuagénaires sont dans un état de jeunesse enviable par plus d'un jeune retraité imposé par anticipation économique. Comme il y a plus d'un homme politique qui ait l'âge des vieillards soumis aux contraintes, et parfois maltraitances des maisons de retraite, alors que leurs activités physiques dépassent de beaucoup celles de quelques jeunes à la dérive. Si la vieillesse est plus un état d'esprit qu'un nombre d'années, le témoignage de quelques-uns semble situer son avènement à partir d'un événement vécu comme une perte non suivie d'une acquisition, associé à l'image de la mort à venir, sous-entendu à la perte narcissique de sa propre image unifiée, dont on n'aurait pas encore entrevu dans le miroir, la dégradation à venir, ou morcellement du corps. « L'âge nous vient par surprise » disait Goethe. De même Maud Mannoni a écrit : « Quand la vieillesse vous tient, c'est toujours de façon inattendue. » Toutes ces constatations issues du vécu, m'ont conduit à la définition suivante de la vieillesse :

La vieillesse est un état qui surgit brusquement à l'occasion d'un événement vécu comme une perte et non suivie d'une acquisition.

Sur le plan de la clinique j'ai pu aussi définir la vieillesse comme un état dépressif faisant suite à une perte narcissique liée à l'âge. La vieillesse n'est pas inéluctable au bout de la vie. D'autant si l'on meurt jeune !

Cet autre point précisé peut nous permettre d'éviter les amalgames et les idées préconçues qui ne correspondent qu'à des stéréotypes projectifs. Ainsi les trois temps de l'âge qui ont été classiquement repérés sont ceux de la jeunesse, puis de l'âge adulte et enfin de la vieillesse, ou troisième âge. Sur le plan social ils ont été définis de la manière suivante : le temps de l'apprentissage, le temps de l'activité et le temps de la retraite. Par contre les positions d'enfants, de parents et de grands-parents correspondaient au registre familial, les grands-parents étant assimilés aux personnes âgées. Ces différentes distinctions sont devenues fort contestables. L'apprentissage se fait à tout âge, ne serait-ce qu'avec l'évolution des technologies. La précarité va de plus en plus concerner toutes les générations. L'encensement des forces vives et la recherche d'une jeunesse éternelle ont changé les mentalités et les images. Attribuer des comportements spécifiques à ces différentes catégories, dont il faudrait encore préciser les limites, c'est uniformiser les comportements, c'est-à-dire ignorer l'individu dans sa différence, et c'est ne pas prendre en compte une dynamique constante en perpétuelle transformation à l'intérieur même de chaque catégorie. Ainsi il y a bien des jeunes plus adultes que leurs parents et bien des vieux qui n'en demeurent pas moins des adultes.

La personne âgée

Nous voici maintenant parvenus à une autre définition, plus scabreuse encore, celle de la personne âgée. Appellation datant du milieu de notre siècle, venue soit-disant effacer l'outrage

que les expressions « vieux » et « vieille » faisaient à une catégorie sociale d'individus laissés sur la touche. Expressions tellement chargées d'images négatives et péjoratives, qu'elles sont devenues presque des jurons. En fait elles ne sont que le reflet de notre rejet du vieillissement, dont on a retenu que les effets destructeurs dans un monde où la jeunesse reste le seul espoir d'une économie dont la productivité est l'unique valeur qui mérite intérêt. Les limites entre les âges ne sont plus données selon les positions dans l'échelle familiale ou sociale, et autres critères plus aléatoires encore, comme la dépendance. Mais par des objectifs commerciaux qui ont trouvés un soutien scientifique dans les aberrations médicales et statistiques, nous laissant entendre un futur recul du vieillissement. Comme si celui-ci n'était pas la vie même. Reculer le vieillissement serait-il une autre façon de vouloir reculer la mort ou de supprimer la vie ? L'âge se réduirait à un compte d'années sans marques sur et dans le corps. Nous pourrions enfin mourir de vieillesse en bonne santé et sans altération de notre image idéale conservée à travers le temps. Est-ce bien rassurant ?

En attendant, l'appellation « personne âgée » s'est à son tour chargée d'images négatives qui ont marginalisé les intéressés. Lesquels ne voulaient plus s'y reconnaître ; aussi les défenseurs d'un marché prometteur de l'âge d'or ont ressorti des dictionnaires une nouvelle étiquette à l'apparence flatteuse : les seniors. Examinons cette proposition d'un peu plus près.

Tout d'abord notons que l'expression « personne âgée » a fait perdre aux vieux leur sexe, puisque homme et femme y sont confondus. La « personne âgée » est unisexe ou sans sexe. Ceci est parfaitement conforme à la morale judéo-chrétienne qui met à l'index les rapports sexuels en dehors d'un projet de procréation. Par ailleurs cela permet de bien définir le prospect, comme on dit dans le jargon actuel. Car l'entrée dans le groupe des personnes âgées correspond à l'âge de la retraite. Soixante ans est le moment béni de la carte vermeille, sorte de carton jaune avant le rouge qui nous exclura définitivement de ce monde. Quoique depuis deux à trois ans j'entends de plus en plus avec effroi, évoquer la cinquantaine comme la ligne blanche à franchir pour bénéficier des marques d'intérêt que nous vaut un marché en pleine expansion. Pour des raisons de marketing évidentes, il fallait bien changer de nom la cible pour ne pas la rater. C'est ainsi qu'a dû naître le senior tout fringant dans ses habits neufs. Le mot se dit d'un sportif d'un âge intermédiaire entre celui des juniors et celui des vétérans. En quelque sorte nous réinventons le troisième et le quatrième âge. Son origine latine est moins dopée puisqu'elle signifie « être vieux », comme comparatif de senex qui veut dire vieillard.

Heureusement les Anglais ont su redonner au mot une signification mâle dont le signifiant n'est pas anodin non plus. En effet si la « personne âgée » a perdu son sexe, le senior a perdu son féminin, sinon à le lui redonner sur un air de castagnettes. Après l'égalité jusqu'à la confusion des sexes et leur négation, voici le temps du machisme qui reprend ses droits sur, justement, celles qui ont promu à l'époque le féminisme. Comment sera reçu le message dans notre inconscient collectif ? Le commercial prendra-t-il le pas sur le culturel ? En tout cas, si toutes ces approches, aussi bien intentionnées soient elles, définissent une catégorie d'individus, elles ne définissent en rien l'individu lui-même qui lui appartient, je dirais même qu'elles le nient.

Approche psychologique spécifique de la personne âgée et marginalisation

Tenter de vouloir cerner un profil psychologique commun à cette catégorie sociale c'est de facto reconnaître que les vieux sont globalement différents et donc à part, ou marginaux. Jusqu'au jour où leur nombre sera plus important et ce sera la jeunesse qui sera marginalisée. En affirmant que la personne âgée n'existait pas, j'ai voulu souligner qu'il n'y avait pas une nouvelle espèce d'individus ayant des traits communs liés à l'âge, une espèce d'entité spécifique nommée « personne âgée ». Par contre les personnes âgées existent et correspondent à une catégorie sociale d'hommes et de femmes battant la retraite. Car l'appellation nous échoit dès l'instant où la cessation d'activité, passée la soixantaine, nous a mis hors combat. Mais ce n'est ni le temps libre ni l'âge qui font une identité commune. Chaque retraité, jeune ou vieux, conserve sa personnalité, son tempérament, ses goûts, ses intérêts pour le monde extérieur. Déjà Cicéron disait en 44 avant J.-C : « On entend dire encore que les vieillards sont d'humeur acariâtre, tourmentés, irascibles et grincheux - et même avarés, en cherchant bien. Mais ce sont là des défauts inhérents à chaque individu, pas à la vieillesse ». On entend toujours, deux mille ans après, les mêmes inepties sur les vieux, toujours dues à nos projections, parfois à notre rejet.

Tenter de vouloir faire une distinction entre spécificité et marginalisation, c'est de toute façon reconnaître une différence entre les tranches d'âges. Alors que les modifications portent sur l'évolution culturelle, éducative et l'effet de mode. Parce qu'enfin nous n'avons aucune expérience vécue de la vieillesse et que nous croyons que les gens âgés sont différents de nous, comme nous pensions nos parents aux antipodes de nos préoccupations et de notre façon d'être. Devenus parents à notre tour nous n'avons pas eu le sentiment d'avoir changé

notre monde intérieur, même si nous avons une autre perception et appréhension des choses de la vie. L'expérience des pertes et la prise en compte des réalités tempèrent notre recherche du plaisir, cependant nous gardons toujours en nous l'enfant que nous avons été. Ce que nous attribuons aux vieux correspond bien souvent à une dynamique plus pondérée, l'enthousiasme a perdu un peu de ses illusions et certaines capacités physiques ont diminué. Mais il y a des vieux bien jeunes et des jeunes bien âgés. C'est seulement, comme j'ai pu le définir dans la vieillesse, lorsqu'une perte imprévue surgit brusquement qu'elle peut nous précipiter dans un état de renoncement et de repli sur soi. Les projets deviennent alors incertains, s'envolent. La satisfaction dans le temps présent manque, un retour sur le passé s'opère. L'idée que de son temps la vie était autre et peut-être meilleure marque plus la déception par le présent qu'un vieillissement des neurones. C'est la nostalgie de sa maturité et de la pleine possession de ses moyens qui peut faire rejeter des évolutions jugées factices et superficielles. Je me garderais bien de généraliser ces réflexions à l'ensemble des individus âgés. Et c'est en ce sens que nous ne pouvons parler de la personne âgée comme d'une entité particulière. Il y a des gens de cinquante ans qui se sentent déjà vieux et d'autres toujours jeunes. Il y a des grands-parents heureux de l'être et d'autres qui en refusent le titre. Ainsi, ce qui peut rassembler les uns peut aussi diviser les autres. C'est vrai que je supporte mal qu'une publicité ou un discours, assimile les gens de plus de cinquante ans à des vieux, comme je connais bon nombre d'octogénaires qui refusent de ne se retrouver qu'avec des congénères du même âge. Qui n'a pas entendu cette réflexion d'un parent : « Je ne veux pas aller au club du troisième âge car il n'y a que des vieux ! » Outre les frontières entre générations fixées par la société, 18 ans et la retraite, ou repérées par la physiologie, comme la puberté et la ménopause pour les femmes, il n'y a pas de véritables limites entre les âges. Il s'agit bien plus souvent d'un état d'esprit que d'un état de fait. Ce qui peut apparaître comme spécifique à une catégorie d'âge risque de contribuer à la marginaliser et à déclencher une réaction de rejet des intéressés.

Quel discours tenir dans ce contexte ?

Contrairement à ce que nous pourrions croire, jeunes et vieux sont très traditionnels, chacun suit les modes, les nouvelles pour les uns, les anciennes pour les autres. Ni les uns ni les autres ne les font. Ce sont quelques créateurs marginaux qui les produisent. Chacun vit avec son temps, lequel peut correspondre à un temps présent, passé ou futur, mais dans tous les cas c'est un temps qui procure, ou a procuré du plaisir. Son temps c'est aussi le temps de sa splendeur, celui que l'on garde en soi.

Chercher un langage spécifique, en fonction de l'âge seul, c'est prendre le risque de louper l'objectif et de ne pas être entendu. Il ne s'agit pas d'inventer un mode de communication adapté aux vieux, mais peut-être de réactualiser ce qui a fait, non pas la spécificité d'une génération, mais les dominantes d'une génération. Ce qui signifie que, comme « la personne âgée n'existe pas » il n'y a pas un discours propre aux seniors, mais plusieurs qu'il s'agit de retrouver ou de maintenir en fonction des habitudes culturelles et sociales, elles-mêmes sensibles aux évolutions de notre époque.

Les grands-parents d'aujourd'hui ne sont pas les mêmes que ceux d'hier. Ils portaient le noir, ils portent le jean, demain ils auront un portable à la ceinture, non pas parce que la publicité les aura convaincus de son bien-fondé, mais parce que son usage sera devenu familier.

Ce qui amène le changement ce n'est pas le passage d'une catégorie d'âge à une autre mais c'est l'environnement dans lequel nous vivons et auquel chacun s'adapte en fonction des capacités qui lui sont propres.

Dans ce contexte quel discours tenir vers ceux que l'on nomme seniors ? La difficulté consiste à trouver des critères communs qui puissent réunir une catégorie d'individus, de telle sorte que chacun puisse s'y identifier. Si le trait commun n'est pas l'âge cela veut dire que nous devons nous appuyer, non pas sur la catégorie sociale, dite âgée, mais sur des données autres qui rassemblent le plus grand nombre.

Tout d'abord il me semble qu'il ne faille pas s'adresser aux gens âgés selon une hypothétique psychologie différente, mais davantage en fonction du milieu dans lequel ils ont évolué. Ensuite les vieux ne se distinguent pas des autres par rapport à des comportements spécifiques mais essentiellement par rapport à leur situation sociale (temps libre, stabilité). La situation matérielle n'est pas identique pour tous. Prendre comme critère le pouvoir d'achat c'est exclure une partie de la population âgée et marginaliser l'autre. Car si certaines retraites sont confortables, d'autres restent toujours précaires, limites. De même il faut relativiser une distinction qui se ferait en fonction de capacités physiques plus réduites qu'autrefois. Celles-ci dépendent des performances individuelles prises en compte; par exemple si un sportif âgé est moins performant qu'autrefois, il peut toujours l'être davantage face à un sédentaire plus jeune. Et lorsqu'il ne peut plus prétendre à l'exercice même d'une activité, la faute n'en incombe pas forcément aux années mais aussi aux handicaps.

Pour conclure

Je rappellerai, en m'inspirant de Cicéron, qu'il n'y a pas une spécificité de l'être vieux, nouvellement baptisé senior, mais une spécificité propre à chaque individu, qui peut sur certains aspects être commune à d'autres. Il y a ceux qui rêvent sur un air d'accordéon et ceux qui frémissent sur un air d'opéra. Il y a ceux qui aiment voyager et ceux qui préfèrent lézarder dans leur maison de campagne. Il y a ceux qui cherchent l'exotisme des plats et ceux qui restent attachés à leur cuisine régionale. Etc., etc...

Comme pour tout marketing il s'agit de cibler son public, en fonction du produit proposé, en tenant compte des habitudes, du milieu social, des goûts de chaque groupe visé. En ce qui concerne les seniors il faut, me semble-t-il, prendre aussi en compte les us et coutumes qui ont marqué l'époque caractérisant l'évolution de chacun. Car ces éléments seront différents d'un individu à l'autre, voire d'une décennie à l'autre. En effet nos vingt ans n'ont pas été marqués par les mêmes choses que les vingt ans de nos cadets de dix ans, et cette différence peut

rester toute une vie. En quelque sorte, faire des prévisions d'avenir sur les seniors c'est renouer avec ce qui a pu passionner les uns et les autres et dont le souvenir persiste, comme si le temps pouvait toujours recommencer. Ce ne sont pas des discours qu'il faut inventer, mais des émotions qu'il faut retrouver, afin d'éviter les écueils d'une marginalisation devenue dramatique pour toute une catégorie d'exclus de la société de consommation. En s'adressant aux enfants pour faire acheter les parents, c'est encore à l'enfant présent en nous que nous nous adressons. Et cet enfant demeure toujours, même dans le cœur du senior.

18 avril 1997