**Zeitschrift:** Curaviva : revue spécialisée

**Herausgeber:** Curaviva - Association des homes et institutions sociales suisses

**Band:** 3 (2011)

**Heft:** 4: Vie et mort en EMS : accompagner jusqu'au dernier souffle

**Artikel:** Considérations psychanalytiques sur la vieillesse et la fin de vie : "L'enjeu est de rester un sujet en devenir"

**Autor:** Mori, Paola / Bergeret-Amselek, Catherine

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-813867

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 09.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

## Considérations psychanalytiques sur la vieillesse et la fin de vie

# «L'enjeu est de rester un sujet en devenir»

**Se réconcilier avec son passé dégage de l'énergie pour être pleinement vivant dans le temps qui reste à vivre et ne pas mourir avant terme, nous dit la psychanalyste Catherine Bergeret-Amselek. Elle a fait des crises existentielles, dont la sénescence, sa spécialité.**

Propos recueillis par Paola Mori

**En entrant dans un établissement médico-social, on commence une nouvelle étape de sa vie, qui sera aussi la dernière. Quelles sont les angoisses des résidents à ce moment-là?**

Catherine Bergeret-Amselek – L'entrée en institution active l'angoisse de mort et la peur de l'abandon, car elle constitue une profonde rupture d'avec la vie d'avant. Tel un petit oiseau tombé du nid, la personne doit se séparer de tout son univers, pour se retrouver propulsée dans un monde inconnu et dépersonnalisant. Ce déracinement provoque un véritable traumatisme. Dans ce nouveau lieu, commence aussi un nouveau temps de la vie qui n'a pas la même durée. Le temps passe de plus en plus vite alors que nous allons de plus en plus lentement. Ce besoin de prendre son temps est d'autant plus effrayant que notre horloge biologique nous signale que le temps est compté et qu'il s'agit chaque jour d'un compte à rebours menant fatalement à la mort. Toutefois, si une partie de nous se dit que nous entrons en maison de retraite ou en maison de soins pour y mourir, une autre partie ne veut pas le savoir. Nous nous croyons immortels dans l'inconscient. L'idée de ne plus être là un jour est irreprésentable.

**«L'important est de continuer à avoir du plaisir et de la joie jusqu'au bout de la vie.»**

Catherine Bergeret-Amselek, psychanalyste

Photo: màd

**Vous parlez de l'horreur de la mort…**

Oui, car la perspective de la mort convoque, outre la peur du vide, celle d'un néant vertigineux, d'un anéantissement. L'horreur de la mort, c'est précisément cette peur de tomber dans le gouffre pour toujours, de retourner vers le non-être. Cette crainte est plus violente chez les individus qui ont été victimes d'un environnement précoce non sécurisant.

**De quoi les grands vieillards ont-ils le plus peur face à la mort qui se profile à l'horizon ?**

Ils ont davantage peur de la fin de vie que de la mort. Ils ont peur de mourir en souffrant, d'offrir aux autres un spectacle dégradant. Ils ont honte d'être dépendants, d'avoir besoin de demander. Ils ont l'impression de perdre leur statut d'adulte et craignent que la vie ne soit plus vivable. La mort reste abstraite. Comme disait Epicure: «Quand la mort est là, nous sommes déjà partis, et tant qu'elle n'est pas là, c'est de la vie dont nous devons nous occuper. »

**Comment ne pas être dans la mort avant la mort?**

Tout l'enjeu est de rester un sujet en devenir, en mouvement, de continuer d'apprendre et de grandir à l'intérieur de soi, et ce

jusqu'à son dernier souffle. Le grand âge, c'est aussi exister ailleurs que dans son image. On se tourne alors vers les plaisirs simples de la vie quotidienne comme déguster un bon repas, admirer un ciel bleu, sentir, se sentir exister. On découvre des valeurs que l'on oublie quand est dans la vie active, car on est alors dans le faire et l'avoir et non pas dans l'être. La vieillesse offre une expérience de centration sur soi et de méditation. Elle invite à cultiver un espace de solitude fondamentale qui n'est pas l'isolement, mais la capacité à être seul avec soi, et aussi à être seul avec l'autre. Rester un sujet en devenir quand on a 80–90 ans et que l'on est confronté à la maladie, à la douleur et au handicap représente un combat de tous les jours.

**«L'horreur de la mort, c'est justement cette peur de tomber dans le gouffre pour toujours.»**

**Comment peut-on aider les résidents à vivre au mieux ce temps ultime?**
En leur offrant un environnement stimulant, en leur proposant de s'ouvrir à de nouvelles expériences, d'assister à un spectacle, d'avoir des soins esthétiques. Pour que la vie continue, il faut se mettre à la portée du résident qui peut de moins en moins. S'il n'a plus les capacités motrices pour aller voir une exposition, c'est l'exposition qui doit aller à lui. L'important est de continuer à avoir du plaisir et de la joie jusqu'au bout de la vie, même fugitivement.

**Est-ce vraiment possible jusqu'au dernier souffle?**
Les personnes en préagonie peuvent, elles aussi, éprouver encore du plaisir. Les dernières semaines ou jours avant le grand départ, il n'est pas rare qu'elles demandent leur plat préféré pour avoir «un dernier plaisir». L'individu rentre alors «vivant dans la mort» pour reprendre les termes du psychanalyste Donald Winnicott.

**Certaines personnes savent qu'elles vont bientôt mourir et feignent de l'ignorer pour protéger leurs proches. Ce déni arrange ceux qui partent et ceux qui restent. Quel est le danger de ce non-dit réciproque?**
Le risque est de rater une dernière rencontre, voire une dernière réconciliation. Les personnes ayant un conjoint, un enfant capable de les entendre dire qu'elles vont mourir sans qu'ils répondent «mais non, tu vas t'en sortir», peuvent partir non pas seules, mais avec quelqu'un apte à les accompagner dans ce qu'elles vivent. Lors de ces derniers échanges, le proche prononcera des paroles peut-être encore jamais prononcées. Lorsqu'un parent entend de la bouche de son enfant «je t'aime, tu as été une bonne mère, un bon père, grâce à toi, je suis armé pour la vie», il se sent autorisé à partir et à reposer en paix pour toujours.

**Mais tous les proches ne sont pas nécessairement prêts à cette dernière rencontre.**
En effet, tous les proches n'ont pas toujours la force d'assumer ces moments de partage et d'émotion. Face à l'immense douleur de perdre l'être aimé, ils recourent parfois au déni comme mécanisme de défense. Ils préfèrent effacer plutôt que de demander «qu'est-ce que tu ressens? qu'est-ce que tu désires?». Un professionnel pourra alors prendre le rôle d'accompagnant.

**«Pour que la vie continue, il faut se mettre à la portée du résident qui peut de moins en moins.»**

**Votre pratique d'analyste avec des personnes de 65 à 90 ans est assez atypique.**
Une idée très répandue, y compris chez les psychanalystes, consiste à penser qu'un travail analytique après 70 ans serait peu conseillé. Selon moi, il n'est jamais trop tard pour rencontrer un psychanalyste. Le travail que j'effectue avec les plus de 70 ans n'est pas fondamentalement différent de celui avec un adulte plus jeune.

**Qu'apporte au résident la rencontre avec un psychanalyste?**
Elle est susceptible de l'aider à relancer son désir en stimulant une libido qui risque de se figer comme un lac gelé. Avec le grand âge, l'énergie vitale peut se tarir sous l'influence de nombreux facteurs comme les deuils répétés, les blessures narcissiques et l'âgisme ambiant. Un travail analytique permet de mobiliser à travers le transfert toute une libido qui peut alors s'investir sur de nouveaux buts. Cette relance désirante, comme la nomment les analystes, aide l'individu à rester curieux, à s'ouvrir à l'inconnu et à l'imprévisible. Le travail analytique permet aussi aux aînés de ne pas se complaire dans la plainte mais de «transformer les regrets en désirs» pour reprendre une expression du psychanalyste Alain Amselek. Autrement dit, le travail après coup sur les ratages ouvre un espace pour désirer ce qui maintenant est à notre portée.

**Est-ce une façon de tirer un bilan de toute une vie ?**
Il s'agit de se dégager de ses regrets pour s'ouvrir à du nouveau. Etre dans ces dispositions et cet optimisme au-delà des années est le fruit d'un parcours de sagesse qu'il est souvent difficile de réussir seul, surtout quand les circonstances imposent solitude et maladie. L'aventure analytique peut permettre de ne pas vivre la vieillesse comme un naufrage, mais comme un accomplissement.

**L'analyste devient un réceptacle, en quelque sorte ?**
Oui. L'analyse permet de partager ce qui est trop lourd à vivre avec quelqu'un capable de l'entendre. Le vieux peut déposer toute sa vie dans le «moi auxiliaire» que l'analyste est pour lui. Cette démarche lui permet à la fois de s'entendre, de se sentir contenu, de laisser des traces. La présence d'un autre, disponible pour soi, est d'autant plus précieuse au moment où l'on se trouve au crépuscule de sa vie. Une patiente de 88 ans m'a dit: «Quand on est vieux, on devient transparent pour les autres, avec vous je retrouve une consistance, j'ai l'impression d'exister.»

**Dans quelles circonstances, vous rendez-vous en EMS pour une analyse ?**
Il m'est arrivé d'aller dans un établissement parce que je suivais une personne en analyse depuis un certain temps déjà et qu'elle ne pouvait plus venir à mon cabinet pour des raisons de santé ou de trop grande dépen- >>

Le grand âge, c'est aussi se tourner vers les plaisirs simples de la vie quotidienne comme déguster un bon repas ou admirer un ciel bleu... Photo: Maria Schmid

dance. Ne pas aller la voir aurait été l'abandonner. Il s'agit alors d'aller au lit de la personne, de mettre en place un cadre permettant d'établir une atmosphère sécurisante pour ne par rompre le lien établi en séance, de faire en sorte de prodiguer un environnement qui préserve le sentiment continu d'exister de la personne.

**«Qui peut dire aujourd'hui comment il voudra mourir le moment venu?»**

**Comment aménagez-vous le cadre ?**
J'adapte le dispositif au cas par cas mais toujours en gardant le cadre. Par exemple plutôt que le résident soit allongé sur un divan et moi assise dans un fauteuil derrière lui, il m'arrive de proposer un face à face. Quand on aide une personne très âgée à se relever, on est amené à se toucher; cette proximité charnelle change la qualité du transfert de l'analysant et celui de l'analyste. Fait aussi partie du cadre, la question du paiement des honoraires, qui doit être maintenue même en cas d'absence à une séance.

**Selon vous, peut-on choisir sa mort ?**
Qui peut dire aujourd'hui comment il voudra mourir le moment venu ? Vous, moi ? En ce sens, les directives anticipées peuvent être une bonne chose car elles permettent de prévoir ce qu'on voudrait le jour où l'on n'est plus capable de l'exprimer, bien que l'on ne puisse jamais dire ce que l'on voudra quand on sera près du jour J. Il s'agit surtout de voir comment bien accompagner la vie jusqu'à la fin ! Il est urgent de former les soignants à cette clinique-là et pas seulement dans les soins palliatifs. ●

**Portrait** – Née en 1954, Catherine Bergeret-Amselek travaille depuis 25 ans comme psychanalyste en cabinet privé. Elle est membre de la Société française de psychanalyse freudienne où elle anime un séminaire sur la clinique analytique aux âges clé de la vie. Travaillant essentiellement sur les crises existentielles qui jalonnent notre vie, elle est l'auteur de plusieurs ouvrages sur la naissance, l'adolescence, la maternité, la ménopause, l'entrée en sénescence, ou encore la vieillesse, dont «La vie à l'épreuve du temps» (Desclée de Brouwer, 2009). Elle a également dirigé la publication des actes du colloque «La cause des aînés. Pour vieillir autrement... et mieux» (Desclée de Brouwer, 2010), dont elle prépare déjà la deuxième édition qui se tiendra à Paris en octobre 2012.