

# « À mon âge, à quoi bon vivre ? »

La revitalisation psychique par  
la réanimation du corps érotique

22 janvier 2026

*Docteur Jérôme Fredouille*

*Médecin adjoint*

*Responsable de l'Unité de psychiatrie générale de l'âge avancé*

*Service de psychiatrie gériatrique*

*Département de psychiatrie*

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## Le vieillissement psychique : un processus émaillé de crises

*Peuvent se succéder à l'occasion de la faillite ou du désétayage des organisateurs psychiques (internes ou externes).*

### (1) Le corps

- Accident : **dimension traumatique, vécu de discontinuité**
- Maladie : **idem, par déni de l'évolution antérieure**
- Vieillissement corporel
  - Ménopause
    - **Irréversibilité du temps**
    - **Réinvestissements (Cf. Madeleine Gueydan)**
  - Pertes sensorielles : presbytie, presbyacousie, etc.
  - Sexualité :
    - **Impuissance (♂), perte de séduction (♀)**
    - **Réaménagements relationnels au sein des couples**

(2) Le social (étayage important et muet du psychisme)

(3) Le générationnel

(4) La mort ou l'éloignement des proches

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## Le vieillissement psychique : un processus émaillé de crises

*Peuvent se succéder à l'occasion de la faillite ou du désétayage des organisateurs psychiques (internes ou externes).*

(1) Le corps

(2) Le social (étayage important et muet du psychisme)

- Retraite : **sentiment d'inutilité** - investissements associatifs ou de loisirs
- Domicile : **intrusion de personnes étrangères à la famille** - restauration d'une sécurité perdue
- EMS : **perte d'une part de son identité** - restauration d'une certaine sociabilité

(3) Le générationnel

- Arrivée des petits-enfants : **marqueur temporel puissant** - réinvestissement de la famille et par la famille
- Arrivée des arrière-petits-enfants : **sentiment de relégation, d'inutilité** - gage de continuité

(4) La mort ou l'éloignement des proches

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## Le vieillissement psychique : un processus émaillé de crises

*Peuvent se succéder à l'occasion de la faillite ou du désétayage des organisateurs psychiques (internes ou externes).*

(1) Le corps

(2) Le social (étayage important et muet du psychisme)

(3) Le générationnel

### (4) La mort ou l'éloignement des proches

- Famille
  - Enfants, conjoints, parents, employés de maison
  - Parfois resserrement des liens
- Amis ou voisins de même génération
  - Perte d'une complicité, d'une compréhension du monde partagée avec un proche ayant traversé une même période (guerre, soulèvement, crise politique, etc.)
  - Retrouvailles de personnes de mêmes origines géographiques en EMS
- Animal de compagnie (importance souvent négligée)
  - Tristesse immense et vécus de solitude
  - Quelques EMS acceptent les animaux de compagnie

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## Une fréquente et profonde (auto)disqualification

- Sentiment de ne plus avoir d'intérêt pour ses proches
  - Dépendance insupportable
  - Sentiment de ne plus être utile à la société
  - Le lien spontanément établi avec un corps vieilli, parfois malade, défaillant, objet de dégoût
  - Effondrement de l'amour de soi, qui peut conduire certains à souhaiter disparaître
- *Quand on est vieux, peut-on retrouver l'amour de soi ?*

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## Aux origines premières de l'amour de soi ?

- **Le corps biologique** : gouverné par l'instinct, par le besoin. Entre autres, celui de se nourrir.
- La tétée porteuse du plaisir de la tétée. Jouissance de mordre, de détruire, jubilation de la maîtrise, tendresse de l'amour dans le rapport à la mère.
- **Subversion libidinale** (Dejours) des fonctions biologiques au profit de l'économie érotique.
- Avènement du **corps érotique**... ce qui conduit à explorer la question de la sexualité infantile.

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## La sexualité infantile

- Vectorisée par la recherche de l'excitation qui produit des **effets sensuels** dans le corps.
- Elle est amonale. Elle instrumentalise l'autre.
- Ce n'est pas un processus solipsiste.
- il faut en effet un autre, un adulte :
  - qui autorise l'enfant (**séduction structurante**) ou qui le paralyse (**proscription atrophiante**)
  - qui apprend à l'enfant à **dompter la pulsion**, pas à l'éteindre.

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## La sexualité infantile : un processus

- Mise en place des modalités primaires d'organisation de la vie pulsionnelle et des processus **d'appropriation subjective** par l'enfant de sa vie affective et **de ses désirs**.
- La sexualité de l'enfant se distingue de la sexualité de l'adulte par l'absence de capacité orgasmique : « sexuel présexuel » (Green).
- Mais le « sexuel infantile » (Brun) reste actif chez l'adulte (≠ le sexuel de l'enfance) : concerne une manière de se représenter les événements, de travailler à la mise en sens de ces événements.
- Où se localisent les traces de ce sexuel infantile ? Dans le corps érotique !

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## Les accidents de la séduction et leurs conséquences

- Adulte pris **d'aversion** pour l'enfant, pour l'avidité de l'enfant. Vécus de dévoration à l'origine d'une **violence** défensive (Cf. *violence fondamentale* de Bergeret) faite à l'enfant.
- Adulte envahi par **l'excitation** de l'enfant. Vécus de débordements émotionnels à l'origine d'**abus** sexuels de l'enfant.
  - Risque d'un désaccordage
  - Arrêts de développement, agénésie du corps érotique
  - Destructivité retournée sur soi.
  - Désamour de soi.

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

## Le travail, second pilier de la construction de soi

- La psychodynamique du travail distingue (et oppose)
  - *La tâche* : le travail prescrit
  - *L'activité* : le travail effectif
- Le *réel du travail, entre la tâche et l'activité*
  - ce qui résiste à la maîtrise du travailleur.
  - se fait **toujours** connaître au travailleur sur le mode affectif de l'échec.
- Travailler est *d'abord* une souffrance qui s'éprouve physiquement.

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

- La lutte contre le réel du travail

- Pour surmonter l'obstacle né du réel du travail et pour apaiser la souffrance qui lui est indissociable, le travailleur doit s'engager avec endurance dans cette lutte avec la matière.
- Il doit mobiliser son intelligence et sa créativité. Son travail s'écarte alors des consignes : **subversion poïétique** (Ch. Dejours) des ordres du mode opératoire prescrit au bénéfice de la production d'un travail.
- Celle mobilisation passe par un corps à corps avec la matière (sculpteur), avec l'outil (menuisier), avec l'instrument (violoniste).
- Le corps dont il est ici question n'est pas (seulement) le corps biologique. C'est à nouveau le **corps érotique**. « *C'est une manie comme une autre de tripoter de la terre, sous prétexte de travailler* » dit Giacometti.

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

- **Prosopopée et corpspropriation**

- *La matière ne parle pas mais elle réagit, et le travailleur qui la manipule cherchera son point de rupture (Dejours).*
- Un dialogue s'instaure entre le travailleur et sa machine. Il lui parle, il la houspille, il la console. Il lui donne un nom. Il l'aime !
- Une intimité se constitue entre la matière et le travailleur, portée par un fantasme animiste qui traite la matière comme s'il s'agissait d'un être vivant.
- Dans cette relation « inter-subjective »,
  - autant la matière devient habitée par la vie (prosopopée)
  - autant le travailleur s'approprie la matière (corpspropriation – Michel Henry)

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

- Fécondité du corps à corps avec la matière
- Une dimension individuelle, personnelle
  - Nouveaux registres de sensibilité (capacité à repérer ce que le profane ne peut percevoir), **intelligence du corps**.
  - Transformation de soi, de la façon d'habiter son corps. Remaniement de l'architecture subjective sans laquelle le travailleur resterait toujours maladroit.
- Une dimension sociale, interpersonnelle
  - « **Perlaboration par le rêve** » de l'expérience du corps aux prises avec le réel
  - Reconnaissance du travail accompli : verticale (jugement d'utilité) et horizontale (jugement de beauté)
- Accroissement de la subjectivité, du pouvoir de s'éprouver soi-même
- **Accroissement de l'amour de soi.**

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

- Subversion et construction de l'identité
- Subversion **libidinale** des fonctions biologiques (les besoins) : au profit des buts de l'économie érotique (le plaisir)
- Subversion **poïétique** de l'ordre du mode opératoire prescrit : au profit de la production d'un travail d'œuvre, source du plaisir de l'accroissement de l'amour de soi.
- Centralité anthropologique de la sexualité et du travail dans la construction de l'identité, **par le truchement du corps érotique**

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

- Ressusciter le corps érotique : comment faire ?
- Importance de la toilette
  - Investissement du corps (vs corps encombrant)
  - Importance du toucher (vs corps dégoutant, répugnant, malodorant)
  - Authentique travail psychique, via le corps
  - Eviter les toilettes enchainées sous (trop grande) contrainte de temps : effets anti-sublimatoires désastreux pour le soignant (pathologies de surcharge, souffrance éthique, la perte de sens) ; effets réifiants, chosifiants, pour le patient.
  - Participe à la restauration de l'image que le patient a de lui, et cette restauration induit son désir d'entretenir cette image ponctuellement restaurée (**y compris par la toilette** qu'il prendra l'initiative de faire lui-même).

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

- Ressusciter le corps érotique (suite)

- Remettre le corps en mouvement, en scène (groupe danse). Ce n'est pas de la distraction. C'est du travail au service de la vie psychique.
- Jouer, s'amuser, « perdre son temps ». Y compris en entretien. Plaisanter, se moquer. Trouver du plaisir à une rencontre
- Utiliser la musique, la danse, le rythme (N. Abraham : « la conscience rythmante » : transformation de la passivité en une spontanéité agissante sous l'effet d'un rythme attendu (entendu – créé pourrait-on dire en paraphrasant Winnicott). [https://www.youtube.com/watch?v=oqDw\\_GCvO5o](https://www.youtube.com/watch?v=oqDw_GCvO5o)

➤ *La relance de la subversion libidinale : un « réaccord d'âge » !*

# Take home message



<https://youtu.be/SUEU8laCpX8?feature=shared>

« À mon âge, à quoi bon vivre ? »

- Quelques références bibliographiques

- Abraham N. (1999). *Rythmes de la philosophie, de la psychanalyse et de la poésie*. Paris: Flammarion.
- Debray R., Dejours C., Fédida P. (2005). *Psychopathologie de l'expérience du corps*. Paris: Dunod.
- Dejours C. (2021). *Ce qu'il y a de meilleur en nous. Travailler et honorer la vie*. Paris: Payo.
- Dejours C. (2017). L'engagement du corps dans l'intelligence à l'épreuve du travail vivant. In: *La créativité au travail (pp. 61-80)*. Cahors: Érès.
- Dejours C. (2001) *Le corps , d'abord. Corps biologique, corps érotique et sens moral*. Paris, Payot, 2001
- Green A. (1997). *Les Chaînes d'Éros. Actualité sur le sexuel*. Paris: Odile Jacob
- Sadoul S., Shadili G., Robin M., Essadek A., Corcos M. (2025). La pratique de l'activité physique adaptée dans un service pour adolescents, *L'information psychiatrique*, 101 (5).
- Talpin J.-M. (2017), *Psychologie clinique du vieillissement normal et pathologique*, 2<sup>e</sup> édition, Malakoff: Armand-Colin
- Thélot J. (2013). *Le travail vivant de la poésie*. Paris: Les Belles Lettres