

Christian HESLON

Maître de conférences HDR en psychologie des âges de la vie (UCO-Angers)

Chercheur INETOP-Psychologie de l'orientation (CRTD, CNAM Paris)

Réseau UNESCO-UNITWIN Lifelong Interventions for Decent Work (Wroclaw, Pologne & Lausanne, Suisse)

<https://recherche.uco.fr/chercheur/126/christian-heslon>

Clinique de la vie adulte

Cours de Master 1 en « Psychologie Clinique Développementale »
Faculté SHS / UCO-Angers

OBJECTIFS

- Connaître les modèles psychologiques des âges de la vie adulte,
- Comprendre les crises et incertitudes actuelles des adultes contemporains,
- Soutenir et accompagner leurs transactions psychiques.

CONTENUS

Introduction : la délicate définition de l'« âge adulte » (05/02)

1/ Nouvelles spatialités et temporalités (05/02)

2/ Les divers âges de la vie adulte (19/02)

3/ Questions de générations (12/03)

4/ Les aménagements identitaires au cours de la vie adulte (26/03) 5/ Faire couple et famille aujourd'hui (09/04)

6/ Se former et travailler tout au long de la vie adulte (23/04) Conclusion : Une vie plus longue, plus mobile et plus connectée

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Cours magistral, diaporamas, lectures accompagnées, études de cas

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Un écrit de 3h, sans document, sur une question réflexive

BIBLIOGRAPHIE

- Bee, H. ; Boyd, D. (2011). *Les âges de la vie. Psychologie du développement humain*. Montréal : ERPI. (3^{ème} édition).
- Binet, A. ; Simon, Th. (1904). Méthodes nouvelles pour le diagnostic du niveau intellectuel des anormaux. *L'Année Psychologique*, 1904/11, 191-244.
- Boutinet, J-P. (1998). *L'immaturation de la vie adulte*. Paris : PUF.
— (2010). *Grammaires des conduites à projet*. Paris : PUF.
— & Heslon, C. (2010). Le *life-designing* face aux aléas postmodernes du conseil en orientation. *L'orientation Scolaire et Professionnelle*, 39/1. p.53-71.
- Bril, J. (2000). *Le meurtre du fils. Violence et générations*. Paris : In Press.
- Bydlowski, M. (1998). *La dette de vie. Itinéraire psychanalytique de la maternité*. Paris : PUF .
- Canault, N. (2007). *Comment paye-t-on les fautes de ses ancêtres ? L'Inconscient trans-générationnel*. Bruxelles : Desclée de Brouwer.
- Carrère, E. (2009). *D'autres vies que la mienne*. Paris : P.O.L.
- Castarède, M-F ; Dock, S. (2015). *Le nouveau choc des générations*. Paris : Plon.
- Chamahian, A. ; Lefrançois, C. Dir. (2012). *Vivre les âges de la vie. De l'adolescence au grand âge*. Paris : L'Harmattan.
- Dupuy, J-P. (2004). *Pour un catastrophisme éclairé*. Paris : Seuil.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the Life Cycle*. New-York : International Universities Press.
- Ernaux, A. (2008). *Les années*. Paris : Gallimard.
- Freud, A. (1956). La contribution de la psychanalyse à la psychologie génétique. *Revue Française de Psychanalyse*, 07/09-56.
- Gibello, B. (1984). *L'enfant à l'intelligence troublée*. Paris : Dunod.
- Goldsmith, R. E. ; Heiens, R. A. (1992). Subjective Age : a Test of Five Hypotheses. *The Gerontologist*, 32/3, p.312-317.
- Gauchet, M. (2004). La redéfinition des âges de la vie. *Le Débat*, 2004/5, 27-44.
- Guichard, J. ; Huteau, M. (2006). *Psychologie de l'orientation*. Paris : Dunod. (2^{ème} édition).
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental Tasks and Education*. Londres : Longman Group U. K.

- Heslon, C. (2007). *Petite psychologie de l'anniversaire*. Paris : Dunod.
- (2008). S'orienter dans le transitoire au fil de l'âge : de l'anticipation à l'opportunité. *Éducation Permanente*, 176, 2008/3. p.37-50.
- (2009). L'adulte face à son âge. Défis et défis du vieillir jeune. In J-P. Boutinet et alii (dir.). *Où sont passés les adultes ? Routes et déroutés d'un âge de la vie*. Paris : Téraèdre.
- dir. (2011). Vie plus longue [mode d'emploi] ? *Cultures & Sociétés. Sciences de l'Homme*, n°19-2011, 145 p.
- & Boutinet, J-P. (2013). « Formation de l'adulte vieillissant : déni de l'âge ou émergence d'une nouvelle anthropologie du bien vieillir ? ». *Gérontologie & Société*, n°147, 12/13. p.37-48.
- (2016). How to Introduce Subjective Aging Psychology into Lifelong Guidance and Counselling ? In J. Guichard, V. Drabik-Podgórna & M. Podgóorny (eds.). *Counselling and Dialogue for Sustainable Human Development*. Torun : Wydawnictwo Adam Marszalek. p.123-132.
- et al., dir. (2017). « Les âges de la vie au travail. Repenser les carrières et les générations pour repenser le travail ». *Carriérologie*, 13, 3/4. p.299-466.
- (2018). L'autoformation dans la société de l'accélération: quels points d'attention ? *Éducation Permanente*, 215, 2008-2.
- (2019). Âges de la vie. In C. Delory-Momberger. *Vocabulaire des histoires de vie et de la recherche biographique*. Toulouse : Érès. p.17-19.
- (2021, juillet). Valeurs et fonctions de la mémoire des plus âgés. *Soins Gérontologie*, 150, 18-20.
- (2021). *Psychologie des âges de la vie adulte. Vie plurielle et quête de soi*. Dunod.
- Houde, R. (1999). *Les temps de la vie. Le développement psychosocial de l'adulte*. Montréal : Gaëtan Morin. (3^{ème} édition).
- Husserl, E. (1928). *Leçons pour une phénoménologie de la conscience intime du temps*. Paris : PUF. (rééd. trad. 1996).
- Kastenbaum, R. et alii (1972). The Ages of Me Toward Personal and Interpersonal Definitions of Functional Aging. *Aging and Human Development*, 3, 2. 197-211.
- Lhotellier, A. (2001). *Tenir conseil. Délibérer pour agir*. Paris : Seli Arslan.
- Mannheim, K. (1928). *Le problème des générations*. Paris : Armand Colin. (rééd. trad. 2011).
- Neugarten, B. L. (1996). *The Meanings of Age : Selected Papers*. Chicago : The University of Chicago Press.
- Piaget, J. (1936). *La naissance de l'intelligence chez l'enfant*. Neuchâtel : Delachaux & Niestlé.
- Pujo-Menjouet, L. (2019). *Le jeu de l'amour sans le hasard. Mathématiques du couple*. Équateurs.

Ricoeur, P. (1990). *Soi-même comme un autre*. Paris : Seuil.

Savickas, M. *et al.* (2010). Life-designing. A Paradigm of Career Construction in the 21st Century. *L'Orientation Scolaire et Professionnelle*, 39/1, p.5-39.

Sutter, J. ; Berta, M. (1991). *L'anticipation et ses applications cliniques*. Paris : PUF.

Tap, P. (1993). *Identité individuelle et personnalisation*. Toulouse : Privat.

Wallenhorst, N. & Wulf, C., dir. (2021). *Dictionnaire de l'avenir. Contribution à une anthropologie prospective*. Vrin.

Williams, D. (1999). *Life Events and Career Change : Transition Psychology in Practice*. <http://www.eoslifework.co.uk/transpac.htm>. (mise en ligne : 2008).

PLAN DE COURS

Réseau (P)Âges :

- <https://recherche.uco.fr/equipe/74/2s2t>

Introduction : la délicate définition de l'« âge adulte »

- De la néoténie à la désynchronisation des maturités adultes

https://www.persee.fr/doc/rfsoc_0035-2969_1964_num_5_4_6400

- Maturités physique, sociale, psychique ?

<https://www.cairn.info/l-immaturite-de-la-vie-adulte--9782130488668.htm>

- Autonomie ou interdépendance ?

<https://www.arte.tv/fr/videos/RC-020578/en-therapie/>

- De la responsabilité de soi à la responsabilité d'autrui

http://www.education-permanente.fr/public/articles/articles.php?id_revue=1706

- Un adulte accompagné ?

<https://www.cairn.info/penser-l-accompagnement-adulte--9782130562115-page-73.htm>

1/ Nouvelles spatialités et temporalités (05/03)

1.1. Les temporalités actuelles du présent vs passé (tradition) & avenir (modernité)

Tableau 1 – Trois types de temporalités

1.2. Les crises de la vie adulte

(parentalité, milieu de vie, ménopause et andropause, retraite...)

<https://www.arte.tv/fr/videos/RC-019813/mum/>

Krisis, crisis, wei-ji

<https://recherche.uco.fr/sites/default/files/fichiersbibliographiques/fichier-126-5103-1726-.pdf>

1.3. Vitesse, accélération et mobilités géographiques, professionnelles, affectives

http://www.education-permanente.fr/public/articles/articles.php?id_revue=1751

<https://vimeo.com/470164644>

1.4. Entrée dans la vie adulte, milieu de vie, seniorité

Fig. 1 – Un nouveau panorama de l'existence

___/___/___/___/___/___/___

Bébé Enfance Adolescence Vie Âge Seniorité Temps adulte émergente de responsabilité du risque de dépendance

2/ Les divers âges de la vie adulte (19/02)

2.1. Étapes

https://www.odilejacob.fr/catalogue/psychologie/psychanalyse/syndrome-de-peter-pan_9782738108401.php

<http://www.gallimard.fr/Catalogue/GALLIMARD/Du-monde-entier/La-vie-mensongere-des-adultes>

<https://www.franceculture.fr/emissions/personnages-en-personne/antoine-doinel-ou-le-papillon-qui-ne-pouvait-pas-vieillir>

/ De la conquête de l'autonomie à la vie de couple

2.1. Le départ dans la vie : différences sociales et de genre

2.2. Le désiré, le possible, le souhaitable : orientation de vie et éducation

sentimentale 2.3. Études et césures : apprendre autrement à faire et à aimer

2.4. Crise du quart de vie et « adultes émergents »

/ De la parentalité au milieu de vie

3.1. Le couple parental : parier la régénération contre la répétition 3.2. Matrifocalité et vicissitudes du désir d'enfant

3.3. Adolescence des enfants, milieu de vie des parents

3.4. Le mitan de vie chez les femmes et chez les hommes

/ De la ménopause-andropause à la retraite

4.1. L'oubli de la ménopause et l'andropause par la psychologie

4.2. Le retour des amours d'avant : vers une « seconde adolescence » ? 4.3.

Remplacer le travail

4.4. Hédonisme ou eudémonisme ?

/ De la séniorité au risque de dépendance

5.1. Survivre à ses parents

5.2. Reconquête du temps et réduction de l'espace

5.3. De la passion généalogique à la psychologie trans-générationnelle 5.4. Quand le corps ou le couple font défaut

2.2. Âge subjectif, calendrier intime et anticipation

<https://www.cairn.info/revue-le-journal-des-psychologues-2008-8-page-45.htm>

<https://www.cairn.info/revue-le-journal-des-psychologues-2010-9-page-28.htm>

3/ Questions de générations (12/03)

3.1. Quatre générations en quête de vie plurielle

/ L'amour et le sexe / Le couple et la famille

6.1. Du couple « hétéro-normatif » à la réinvention du couple et du mariage 6.2. Le

couple face à la durée : fidélité, polygamies, poly-amour...

6.3. Faire familles au pluriel, entre échecs et recompositions

6.4. Vers une déconnection de l'amour, du désir, de l'engendrement et du foyer

/ Le travail, l'activité et l'argent

7.1. La fin de la centralité du travail ?

7.2. Alternier activité, formation et répit tout au long de la vie plus longue 7.3. L'adulte

et l'argent : un impensé, pourtant déterminant, en psychologie 7.4. Remédier aux

chaos de carrière : « apprenance » ou « espérance » ?

/ Quête de sens et quête de soi

8.1. Obligations, choix, décisions, cheminements et combats

8.2. Devenir soi-même ou habiter sa vie ?

8.3. Sens et finitude : contributions de la psychologie existentielle 8.4. Vieillir au
risque de la caricatur

/ Le temps, le corps, la mort

9.1. Crise du projet et temporalités du présent

9.2. L'âge comme inscription du temps dans le corps 9.3. Leçons du coronavirus

9.4. Des naissances voulues à la mort choisie

3.2 - Les cinq modèles de l'identité et leur matrice commune

a/ Identité et cycle de vie :

https://books.google.fr/books/about/The_Life_Cycle_Completed_Extended_Versio.html?id=6v8tnTjyEwC&redir_esc=y

<https://www.dunod.com/livres-peggy-pace> <https://www.dunod.com/livres-pamela-levin>

b/ École « toulousaine » (Zazzo, Malrieu, Tap, Guichard, Baubion-Broye, Costalat...)

<https://www.cairn.info/revue-les-cahiers-internationaux-de-psychologie-sociale-2013-3-page-385.htm>

<https://journals.openedition.org/osp/226> <https://www.cairn.info/psychologie-du-travail-et-des-organisations--9782100801411- page-245.htm>

c/ Sociologie (Sainsaulieu, Dubar, Kaufmann, de Singly...)

<https://www.cairn.info/socialisation--9782200601874.htm>

<https://journals.openedition.org/questionsdecommunication/5591>

<https://journals.openedition.org/lectures/24006>

d/ Approches interculturelles : Carmel Camillieri, Marisa Zavalloni, Ingrid Plivard

<https://www.cairn.info/strategies-identitaires--9782130428589.htm>

<https://journals.openedition.org/osp/2368> <https://www.cairn.info/psychologie-interculturelle--9782804189365-page-47.htm>

e/ Lectures existentielles (Frankl, Yalom, Bernaud...)

<https://www.albin-michel.fr/ouvrages/comment-je-suis-devenu-moi-meme-9782226402509> <https://www.cairn.info/introduction-a-la-psychologie-existentielle--9782100759958.htm>

f/ La matrice commune :

3.3 - De l'*agapé* à la *caritas* et au *care* : une éthique de la sollicitude

https://www.researchgate.net/publication/275714106_In_A_Different_Voice_Psychological_Theory_and_Women%27s_Development <https://www.cairn.info/revue-du-mauss-2008-2-page-243.htm> <https://journals.openedition.org/lectures/14765> <https://www.cairn.info/publications-de-Pascale-Molinier--332.htm>

3.4 - Entre authenticité et rupture(s) : devenir soi-même, une condition de l'« âge adulte » ? <https://www.franceculture.fr/philosophie/paul-ricoeur-soi-meme-comme-un-autre> <https://www.philomag.com/livres/etre-soi-meme-une-autre-histoire-de-la-philosophie> https://www.liberation.fr/debats/2019/04/10/claire-marin-nous-sommes-dans-le-deni-de-la-souffrance-qu-une-rupture-provoque_1720570

4/ Les aménagements identitaires au cours de la vie adulte (26/03)

4.1. Passages et rites de passage

Arnold Van Gennep (1909)

<http://www.sudoc.abes.fr/cbs/xslt/DB=2.1//SRCH?IKT=12&TRM=00041719X&COOKIE=U10178,Klecteurweb,D2.1,E5f65e4cd-f4,I250,B341720009+,SY,QDEF,A%5C9008+1,,J,H2-26,,29,,34,,39,,44,,49-50,,53-78,,80-87,NLECTEUR+PSI,R90.12.49.7, FN>

Trois temps (phase liminaire, épreuve, réintégration dans un statut nouveau)

Passages nets et irréversibles de l'avant à l'après

Suppose un après (même après la vie... : temps cyclique)

4.2. Les crises existentielles

- *krisis* grecque = décision opportune (*Wéji* en mandarin = danger + opportunité) -

crisis latine = excès brutal (« piquer sa crise »)

Mais aussi, discriminer, critères (et... classes d'âge !) :

<https://journals.openedition.org/leportique/1703>

Crise si absence de rite et d'accompagnement transitionnel PROGRESSION

4.3. La notion de transition

- *transire* = mourir

CRISE

Répétition

RÉGRESSION

Outre Nancy Schlossberg et Isabelle Olry-Louis

Passage progressif, voire flou, encore de l'avant dans l'après, déjà de l'après dans l'avant

<https://www.eoslifework.co.uk/transprac.htm>

4.4. L'arbre généalogique des transitions TRANSMISSION

TRANSGRESSION

TRANSACTION TRANSCENDANCE

TRANSFORMATION

5/ Faire couple et famille aujourd'hui (09/04)

5.1. Les âges de la vie du couple

- Couple fonctionnel / dysfonctionnel

<https://www.cairn.info/le-couple-et-l-epreuve-du-temps--9782749209524.htm>

- Les « quatre mariages » (*starter marriage, parental marriage, self-marriage, soulmate connecting marriage*) <https://www.pamelapaul.com/books/the-starter-marriage/> https://www.youtube.com/watch?v=_JouFRNwDqc

- Réinventer le couple ? Le sexuel et l'amour

<https://vimeo.com/291525610> <https://www.editions-larousse.fr/livre/il-ny-pas-dage-pour-jouir-9782035989505> <https://www.seuil.com/ouvrage/future-sex-emily-witt/9782021347326>

https://www.lemonde.fr/festival/article/2018/10/05/le-polyamour-c-est-oublier-le-couple-et-inventer-ses-propres-valeurs-d-amour_5365161_4415198.html

5.2. Matrifocalité et recomposition des rôles parentaux

- La « matrifocalité »

<https://www.cairn.info/revue-dialogue-2004-3-page-33.htm>

https://www.youtube.com/watch?v=RhGA_ptzkWI

- L'invention de la parentalité

<https://www.cairn.info/journal-informations-sociales-2007-3-page-94.htm>

<https://www.seuil.com/ouvrage/famille-a-tout-prix-genevieve-delaisi-de-parseval/9782020817288>

- Nouvelles connexions entre couple, parentalité, rôles, genre, âges et foyer(s)

<https://www.cairn.info/publications-de-François-de%20Singly--31867.htm>

- Parents de bébés, de jeunes enfants, d'adolescents, d'adultes en émergence

<https://www.dunod.com/sciences-humaines-et-sociales/famille-aux-differents-ages-vie-approche-clinique-et-developpementale>

5.3. L'adulte responsable de ses descendants et de ses ascendants

- Les nouveaux grands-parents

<https://www.cairn.info/revue-dialogue-2009-4-page-25.htm> <https://www.editions-eres.com/ouvrage/4713/devenir-et-etre-grand-parent-aujourd'hui>

- Les « aidants familiaux »

<https://www.jdpsychologues.fr/tags/aidants-familiaux>

- « Mon petit-fils vient de devenir grand-père ! »

<https://silogora.org/sortir-du-mythe-du-vieillissement-demographique-pour-inventer-une-societe-a-quatres-ou-cinq-generations/>

6/ Se former et travailler tout au long de la vie adulte (23/04)

<https://vimeo.com/500092669/a315732ba9>

6.1. L'apprenance (Carré)

<https://www.dunod.com/sciences-humaines-et-sociales/pourquoi-et-comment-adultes-apprennent-formation-apprenance> <https://www.dunod.com/sciences-humaines-et-sociales/apprenance-un-nouveau-rapport-au-savoir>

6.2. Aspects existentiels : orientation, motivation, changement

- Le *Life-Design* : « se faire soi »

<https://www.editionsquiplus.com/home/concevoir-et-orienter-sa-vie-les-dialogues-de-conseil-en-life-design-105.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=LsXQFdWHUrA>

- Les « tiers » de carrière

<http://jean.heutte.free.fr/spip.php?article142> <https://ceric.ca/fr/2012/11/le-quatrieme-tiers-de-carriere-nouvel-enjeu-pour-lorientation/>

<https://www.editionsquiplus.com/elaboration-conduite-de-projet/la-dynamique-individu-etude-travail-107.html>

6.3. L'ambiguïté entre travail et réalisation de soi

- Les « retombées du travail »

Jacques Limoges :

<https://www.usherbrooke.ca/etudiants/actualites/chroniques/histoire-dorientation/chroniques-histoire-dorientation-details/article/21186/>

Les « slashers » : <https://www.welcometothejungle.com/fr/articles/slasher-multitasking>

- Un travail, une vie, qui ait « du sens » ?

<https://orius.fr/2016/10/12/estelle-m-morin-donner-un-sens-au-travail/>

<https://www.youtube.com/watch?v=nq2cr1D3bvQ> <http://www.editions-homme.fr/decouvrir-sens-vie/viktor-e-frankl/livre/9782761936231>

<https://www.dunod.com/sciences-humaines-et-sociales/traite-psychologie-existentielle-concepts-methodes-et-pratiques>

- Devenir soi-même ?

<https://www.youtube.com/watch?v=W32OgoVydEw> <https://www.albin-michel.fr/ouvrages/comment-je-suis-devenu-moi-meme-9782226402509>

<https://www.seuil.com/ouvrage/soi-meme-comme-un-autre-paul-ricur/9782020114585> <http://www.gallimard.fr/Catalogue/GALLIMARD/Folio/Folio-essais/XL/Etre-soi-meme>

<https://www.seuil.com/ouvrage/soi-meme-comme-un-roi-elisabeth-roudinesco/9782021480870>

Conclusion : Une vie plus longue, plus mobile et plus connectée

1. Finitude et sens

<https://recherche.uco.fr/sites/default/files/fichiersbibliographiques/fichier-126-4563-1771-.pdf>

2. Les crises et transitions de la vie adulte

5 générations et 7 âges de la vie :

<https://silogora.org/sortir-du-mythe-du-vieillissement-demographique-pour-inventer-une-societe-a-quatre-ou-cinq-generations/>

Âges de la vie et bien-être :

<https://www.insee.fr/fr/statistiques/1372954?sommaire=1372956>

Malaise identitaire ou « vie plurielle » ?

https://www.6play.fr/quadras-p_7042

3. Quels modèles pour aujourd'hui ?

Érik Erikson (intimité/isolement ; générativité/stagnation ; intégrité/désespoir) :

<https://www.norton.com/books/9780393317725>

Daniel Levinson (saisons de la vie des hommes ; saisons de la vie des femmes)

https://www.goodreads.com/book/show/613844.The_Seasons_of_a_Woman_s_Life

Quatre renouvellements féminins nord-américains :

- Sara Lawrence-Lightfoot

<https://www.youtube.com/watch?v=rIGgBLpzqU>

- Gail Sheehy

<https://www.thriftbooks.com/a/gail-sheehy/215150/>

- Michèle Roberge <https://www.septembre.com/livres/tant-hiver-coeur-changement-3-13.html>

- Marisa Zavalloni https://www.puf.com/content/Ego-ecologie_et_identite_une_approche_naturaliste

Quatre tournants (et tourments) de vie et de carrière, au cœur de nos « vies plurielles » - adulte émergent

- milieu de vie (seconde adolescence)

- seniorité-retraite

- entrée dans l'âge de dépendance