

« INQUIÉTUDE, ANXIÉTÉ, ANGOISSE »
Conférence semaine de santé mentale à VIROFLAY

Par le **Dr MAISONDIEU**

Pour le Dr MAISONDIEU, **la peur** peut être utile pour se protéger des dangers. C'est un affect normal et le moteur de l'existence car elle permet d'avancer.

Par contre, **l'angoisse** est une peur sans objet qui peut être paralysante et souvent mauvaise conseillère. Nous retrouvons l'angoisse dans :

- **la vieillesse**
- **dans les phénomènes de précarité et de chômage**

Un parallèle peut être fait.

La vieillesse génère l'angoisse face à la mort. Cette peur peut être remplacée par déplacement par la peur de perdre la tête. Cette angoisse, déplacée sur une autre angoisse peut déboucher sur une pathologie évoquant un syndrome démentiel de type **ALZHEIMER**, du fait de la confrontation à la finitude.

L'angoisse de la mort est d'autant plus forte que la personne âgée la voit venir. Aujourd'hui on a tendance à évacuer la mort de notre vie quotidienne (les cimetières sont excentrés, moins de cortèges et de ritualisations.) Alors qu'hier, la « bonne mort » était celle où l'on se voyait mourir entouré des siens, de nos jours on souhaite mourir subitement sans préparation.

Tout se passe comme s'il y avait une mort plus spécifique aux personnes âgées : « seuls les vieux sont mortels ». Par conséquent, la vieillesse n'est plus un âge de la vie mais **une maladie**. (Ex : les revues incitantes à « rester jeune ») Pour être acceptées et s'accepter soi-même, les personnes âgées ont le devoir de se présenter comme des jeunes ou comme des petits vieux bien sages et bien propres.

JANKELEVITCH écrit que la jeunesse est « l'âge où il y a tout à espérer et rien à regretter » et la vieillesse, « l'âge où il y a tout à regretter et rien à espérer »

La connaissance de la jouissance et de l'angoisse se fait très précocement et engendre **chez le petit enfant** la reconnaissance de l'autre et la reconnaissance de soi. Dans le miroir, l'enfant se reconnaît comme un être entier et jubile de cette découverte. Il reconnaît sa mère comme distincte de lui et qui peut donc venir à lui manquer.

L'enfant connaît l'angoisse, le désespoir, le manque, l'abandon du fait de sa **dépendance à l'autre**.

La personne âgée, elle, découvre, non plus avec jubilation, mais avec angoisse qu'elle est vieille. Les autres ne veulent plus la reconnaître, ni elle-même, car la vieillesse est vue non pas dans ses qualités mais dans son déficit. Elle est annonciatrice de la mort.

Si la personne âgée ne peut plus se reconnaître ainsi que son entourage, elle a **plusieurs solutions** :

- **Le suicide** :

qui est plus important ici que chez les jeunes. On se tue pour ne pas se voir mourir. Ici l'image est préférée à l'être.

- **La survie par le mensonge** :

Je ne veux pas voir que je suis vieille alors je me cache en me maquillant. Ce **maquillage** n'est pas un maquillage de séduction au service de la communication mais un camouflage pour passer inaperçu.

- **L'entrée dans la démence** :

Je refuse de me voir et qu'on me voit, je ne me reconnais plus dans ce que je suis, si bien que je me réfugie dans la désorientation. La démence est une manœuvre contra phobique, contre la peur de mourir.

*On se trouve donc dans une « impasse psychique »
Qu'est ce qui peut rendre la vieillesse acceptable ?
La revendication des qualités de la grande vieillesse.*

Un parallèle peut être fait avec l'exclu :

Lui, est une personne mais qui n'a pas sa place dans la société, qui est en trop. Il est normal qu'il soit anxieux, qu'il dorme mal ou qu'il ait mal au dos... Ce n'est pas une anxiété pathologique qui doit recevoir une réponse médicamenteuse. Le médicament ne va pas le soulager. C'est l'exclusion qu'il faut faire cesser.

Il souffre **d'absence de cadre sécurisant**, par exemple par l'absence de logement, et **de honte** qui peut se rapprocher de la honte de la personne âgée qui ne veut pas s'imposer. Une honte qui engendre le mépris et le rejet :

« Je ne veux pas le voir comme mon semblable, je ne veux pas m'identifier à lui. »

Ce rejet, né de l'angoisse, pousse l'exclu ou la personne âgée à provoquer la pitié.

La pitié engendre l'élan du cœur et attire le regard et doit laisser la place à la compassion.