

DE L'USAGE DE LA TEMPORALITE DANS LA DEMARCHE CLINIQUE

©Carine GIBOWSKI (2009). En ligne sur detour.unice.fr
Master 2 de psychologie clinique et gérontologique

Résumé :

Nous nous proposons d'observer la fonction de la temporalité dans le maintien de la sécurité de base de l'organisme, en étudiant dans un premier temps comment l'individu construit son rapport au temps. Nous verrons ensuite comment cette temporalité s'exprime dans le fonctionnement à l'âge adulte au travers d'un exemple clinique.

Mots Clés :

Temporalité, structuration psychique, temps, désir, projet, objectif

Fasciné par l'écoulement du temps, l'Homme a toujours voulu en percer le mystère. L'entêtement humain à vouloir maîtriser le cours du temps s'exprime dans diverses disciplines : philosophie, physique quantique, biologie, médecine... Mais si nombreux sont les outils permettant d'étudier cette confrontation de l'Homme avec le temps objectif, qu'en est-il de ses rapports avec son temps subjectif, celui relatif à sa personne et à sa trajectoire ?

Nous nous proposons d'observer la fonction de la temporalité dans le maintien de la sécurité de base de l'organisme, en étudiant dans un premier temps comment l'individu construit son rapport au temps. Nous verrons ensuite comment cette temporalité s'exprime dans le fonctionnement à l'âge adulte au travers d'un exemple clinique.

La temporalité structurante pour notre identité : le rapport de notre structure psychique avec l'écoulement du temps.

Le temps au stade de la différenciation Moi/Autre

Selon Piaget (1967), l'enfant commence réellement à faire l'expérience du temps vers l'âge de deux ans. Dans les premiers moments, c'est la notion de durée psychologique qui se construit et est rattachée à l'action propre. Ainsi, l'écoulement du temps dépend du résultat produit par l'activité, selon l'équation : plus vite = plus de choses faites = plus de temps. Ainsi, de la même façon que l'enfant avait appris à construire son activité en fonction de l'espace, il intègre petit à petit le facteur temps à son activité. D'abord de façon rudimentaire, par la loi de l'effet, le petit humain saisit petit à petit l'existence d'un avant et d'un après, différenciant les conditions initiales et le résultat obtenu. En même temps que s'opère cette construction du temps, s'ébauche la différenciation Moi/Autre. La construction de la dimension temporelle s'accompagne de la conscience d'un Moi (et d'un Autre) qui produit une action et existe indépendamment de la situation. Dans un mouvement de différenciation/restructuration du Moi et de l'Autre, l'enfant va opérer cette temporalité sur lui-même et sur les autres, et par exemple faire l'expérience qu'il existe des personnes plus âgées que d'autre. Il s'inscrit ainsi dans une temporalité, mais une temporalité concrète, soumise à l'expérience directe du milieu. Ce temps que l'on pourrait qualifier d'opérateur est donc étroitement lié à l'activité et prend corps par les changements produits par elle sur le milieu.

Avec l'accès à la pensée opératoire, l'enfant apprend à anticiper ses actions et les résultats qu'il pourrait obtenir. C'est une étape particulièrement importante dans la gestion de son désir, puisque l'élaboration de son rapport au temps va lui permettre de gérer la frustration de ne pas

obtenir immédiatement ce qu'il souhaite. En effet, avec l'élaboration de la différenciation Moi/Autre, l'enfant va placer sa sécurité de base dans la relation affective à l'autre : dans un premier temps, ce sont les parents qui assurent la temporalité de l'enfant, en inscrivant son activité dans le temps (ne serait-ce que par le respect de l'heure du coucher). C'est donc par la frustration que l'enfant fait l'expérience du temps, mais cette frustration reste externe, imposée par l'Autre. La possibilité d'anticiper mentalement ses actions, de les différer, va permettre à l'enfant de faire des choix en fonction des résultats envisagés. Ainsi, l'inscription de l'activité propre dans le temps s'accompagne de l'ébauche de la position de sujet. L'enfant apprend petit à petit à être le sujet de sa propre frustration. Mais comme nous l'avons vu, cette temporalité opératoire est vécue comme une succession d'étapes. Avec l'accès à la pensée abstraite et la notion de temporalité, un travail d'unification, d'intégration du temps va pouvoir s'opérer. L'enfant évolue donc de la perception de sa propre histoire de vie comme une succession d'évènements vers la prise de conscience qu'il est le dénominateur commun de chacun de ses moments de vie.

Le temps au stade de la différenciation Identité/Altérité

Michel Cariou (1995, p.144) nous dit que « la temporalité permet d'unifier dans une même représentation ce qui jusque là se vivait dans les termes d'avant, pendant, après ». Avec l'entrée dans l'adolescence, la personne acquiert progressivement la possibilité de faire passer les représentants symboliques qu'il a intériorisés à un autre niveau, celui de la pensée abstraite. Cet accès au champ de l'abstraction va modifier son rapport au milieu par le mécanisme de différenciation/ restructuration qui va l'amener à redéfinir son Moi et l'Autre, non plus en termes de conduites, mais en termes de concepts qu'elles sous-tendent. Dès lors, le milieu auquel l'enfant va s'adapter est un milieu idéologique créé, différencié à partir des différents concepts qu'il va être en mesure d'élaborer. Parmi ces concepts, celui de la temporalité va lui permettre de donner une nouvelle dimension à son Identité, celui de la permanence de son être au-delà de l'activité concrète qu'il produit. Cette temporalité consciente (en opposition à la temporalité concrète du stade précédent) va permettre à l'adolescent d'élaborer un projet de vie, visant des objectifs sociaux en accord avec l'idéologie sociale à laquelle il a désormais accès. Il va alors développer une capacité à investir son énergie vitale dans des objectifs intermédiaires afin d'atteindre son objectif final plus sûrement. En ce sens, l'élaboration du projet permet de rendre réaliste un objectif lointain et d'assurer ainsi la continuité de l'être à travers le temps : les objectifs intermédiaires

permettent au sujet de produire une activité en lien avec le milieu actuel et l'objectif visé. En d'autres termes, par le projet, la temporalité va venir organiser l'action.

Cependant, comme nous l'avons vu, inscrire son activité dans la temporalité n'est possible que si l'enfant a appris à gérer lui-même la frustration de ne pas aller directement à la satisfaction, et donc de faire des choix. En effet, élaborer un projet de vie donne accès à deux nouvelles possibilités : inscrire son action dans le temps et élaborer sa position subjective en faisant des choix. Dans la mesure où le désir naît du projet et relève d'un choix (puisque le sujet choisit de ne pas être satisfait dans l'immédiat), en construisant son projet, l'enfant élabore son désir dans le temps. En ce sens, le désir est l'opposé du passage à l'acte.

Avec l'accès à la pensée abstraite, l'enfant va pouvoir opérer une différenciation entre le temps opératoire (le temps de l'activité que nous pouvons organiser) et le temps existentiel (temporalité passive contraignant que nous subissons). L'élaboration du projet de vie va alors lui permettre d'accorder ces deux formes de rapports au temps, puisqu'elle lui permet de désirer, c'est-à-dire d'accepter l'écoulement du temps et par là même sa condition humaine. Le sujet est alors en accord avec la réalité du milieu et peut envisager son avenir avec sérénité. En cela, la façon dont est construite la temporalité psychique à l'âge adulte devient un indice pertinent du niveau d'intégration du psychisme.

L'absence d'un projet ou la réalité du temps qui passe : illustration clinique d'un mode de rapport au temps dysfonctionnel chez le sujet âgé.

Après avoir décrit la façon dont notre rapport au temps peut venir structurer notre Identité, il est temps à présent d'observer ce qui se passe lorsque l'élaboration de la temporalité est carencée. Nous proposons d'observer ce phénomène particulier qu'est l'étayage de la perspective temporelle sur le conjoint au travers de l'étude du fonctionnement de Mme B., déjà cité plus haut. La question de l'organisation de la chronologie de Mme B. s'est posée au cours de trois éléments cliniques particulier :

1. Au sujet de l'absence de son mari, Mme B. déplore en effet l'impossibilité, aujourd'hui, de faire des projets : « c'est lui qui décidait de tout, il m'aimait tellement » ;
2. Mme B. fait également part de son incapacité à inscrire dans son vécu les événements difficiles qui ont entourés la mort de son mari. Selon elle, elle planait, elle ne comprenait pas ce qui se passait.

3. Lors d'un entretien, nous aurons l'échange suivant :

- On ne pensait pas qu'on finirait comme ca.
- C'est-à-dire ?
- Je n'avais jamais pensé que je vieillirais
- Portant vous vieillissez depuis votre naissance.
- Personne ne me l'a jamais dit.

La façon dont un individu conçoit le temps qui passe et celle avec laquelle il saisit le chemin qu'il a parcouru est corrélative de son propre niveau d'élaboration. On distingue effectivement des différentes manières d'aborder cette notion à l'âge adulte, qui renvoient à des carences élaboratives différentes. Nous l'avons vu, dans la trajectoire fonctionnelle normale de l'individu, la personne prend conscience de l'effet du temps qui passe sur elle-même et organise son activité en fonction de cette notion. Cependant, Mme B. semble avoir vécu toute sa vie dans un présent perpétuel (« je ne pensais pas que je vieillirais »). Le vieillissement n'est donc pas perçu comme la continuité logique de sa vie, comme l'action directe du temps qui passe. Le faible niveau d'intégration du psychisme de Mme B. laisse à supposer que son rapport au temps n'a pu s'élaborer que de façon rudimentaire. Comme nous l'avons évoqué, Mme B. s'est structurée sur la base d'une différenciation Moi/Autre carencée. Ainsi, la notion de la permanence du Moi existe, et également celle de l'Autre (cela vient percuter le moment de déréalisation vécu lors de l'enterrement de son mari), mais cette permanence reste externe, étayée sur des signes concrets de la présence de soi et de l'Autre. Le niveau de stabilité de l'Identité de Mme B. ne lui permet pas d'aborder la question du vieillissement, des changements n'ayant pas été envisagés par la personne ni intégrés par elle, son continuum identitaire est rompu.

Comme nous l'avons évoqué, c'est la temporalité psychique qui assure le continuum identitaire à travers le temps. En cela, lorsque le fil de ce que l'on est est rompu, apparaissent des moments où la course du temps devient insensée : lorsque l'on ne se reconnaît plus, le temps s'arrête. Mme B. ne peut alors plus intérioriser son vécu. Dans ces conditions, de quelles façons Mme B. a pu élaborer son désir en projet de vie ? Mme B. exprime clairement son incapacité à élaborer un projet de vie à proprement parlé. Elle est essentiellement centrée sur un rapport au temps opératoire, qui consiste à saisir qu'il existe un avant et un après, mais qui ne lui permet pas d'assumer une continuité identitaire. Elle n'est pas en mesure d'anticiper les conséquences de ses actes, et a donc des difficultés à gérer la frustration (elle a développé des comportements de type achats compulsifs). Par ailleurs, « c'est [son] mari qui faisait les projets ». Etant prise de myopie

lorsqu'elle regarde vers l'avenir, nous faisons l'hypothèse que Mme B. s'est étayée sur une personne ayant élaborée a minima sa temporalité. Encore une fois, Mme B. a fonctionné toute sa vie sur un mode indifférencié, s'étayant massivement sur le rapport qu'elle entretenait avec son époux : incapable d'élaborer son désir en projet de vie, Mme B. a chargé M. B. de l'élaborer pour elle. Comme pour le reste, Mme B. a étayé son rapport au temps sur lui, ce qui lui donne le sentiment d'être « totalement prise en main ». Ainsi, aujourd'hui, la perte de son mari correspond à l'annihilation de son avenir : Mme B. n'est pas en mesure de se projeter dans le futur sans lui. Mme B. lui faisait une confiance aveugle pour prendre les bonnes décisions en ce qui les concernaient tous les deux. Aujourd'hui, alors que son mari est décédé, Mme B. se retrouve face à la réalité de son manque d'élaboration : individuellement, singulièrement, Mme B. n'a jamais intégré l'idée du temps qui passe et la nécessité d'organiser son vécu en rapport avec cette donnée. Le temps n'est pas structurant, et son cours est évacué de l'intégrité psychique de Mme B. Seulement aujourd'hui, elle se retrouve confrontée à cette réalité : elle est plongée dans un milieu où l'on ne peut pas nier l'évidence du temps qui passe.

Conclusion :

Pour une personne telle que Mme B., l'impossibilité de s'inscrire dans le temps et de désirer par elle-même, rend difficile l'autonomisation. De ce fait, une démarche d'étayage temporelle qui peut être envisagée, en permettant à Mme B. de se fixer de nouveaux objectifs établis par un élément extérieur à elle et qu'elle investit de manière privilégié. Par les rendez-vous qu'il fixe, le fils de Mme B. joue ce rôle et permet à sa mère de se réinscrire dans sa trajectoire vitale. L'institution a également un rôle à jouer en rythmant le quotidien de Mme B. par des horaires de repas et d'animations strictes.

Le temps psychique, celui que nous nous construisons, a une visée structurante. Mais a contrario du temps mesurable, il peut parfois se distordre ou s'arrêter, laissant dans son sillon un sentiment d'étrangeté. Le temps reste donc une donnée énigmatique qui peut s'avérer précieuse dans une prise en charge psychologique. L'usage de la temporalité dans la compréhension du fonctionnement de l'Autre est un outil précieux à l'élaboration du projet thérapeutique.