

Université de Montréal

**Vieillir et croître à travers les déclin, un défi  
spirituel avant tout. Une étude phénoménologique**

par

Raymonde Cossette

Programme de sciences humaines appliquées

Faculté des études supérieures

Thèse présentée à la Faculté des études supérieures  
en vue de l'obtention du grade de  
Philosophiæ Doctor (Ph.D.)  
en sciences humaines appliquées

décembre, 1998

© Raymonde Cossette, 1998





Université de Montréal  
Faculté des études supérieures

Cette thèse intitulée:

**Vieillir et croître à travers les déclins, un défi  
spirituel avant tout. Une étude phénoménologique**

présentée par:

Raymonde Cossette

a été évaluée par un jury composé des personnes suivantes:

examineur externe	Jean-Marc Larouche
membre interne du jury	Margaret C. Kiely
directrice de thèse	Jacinthe Pepin
co-directeur de thèse	Frédéric Leemann
président-rapporteur	Solange Lefebvre
représentant du doyen	Lise Baroni

Thèse acceptée le 7 avril 1999

## Sommaire

Malgré le nombre croissant d'écrits théoriques qui soutiennent l'hypothèse d'une croissance durant la vieillesse dont le substrat serait une croissance spirituelle, la recherche sur ce phénomène en est à ses débuts. Cette étude avait pour but de décrire phénoménologiquement l'expérience de croissance à travers les déclinis durant la vieillesse, telle que perçue par des personnes âgées aux prises avec plusieurs déclinis. Elle voulait aussi examiner la place que la spiritualité occupe dans cette expérience de croissance.

La méthode phénoménologique a été choisie parce qu'elle donne accès au sens et permet d'accéder aux fils qui relient la conscience à l'expérience. Dix personnes âgées, sept femmes et trois hommes, vivant en centre d'hébergement et de soins de longue durée, ont formé l'échantillon principal. Les données ont été analysées selon les étapes de la méthode scientifique descriptive proposées par Giorgi (1975; 1985; 1997). Les résultats de cette analyse descriptive ont ensuite été présentés en empruntant à la méthode phénoménologique herméneutique.

L'analyse des données a révélé que l'expérience de croître à travers les déclinis durant la vieillesse est caractérisée par trois expériences paradoxales: faire l'expérience d'accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force, faire l'expérience d'accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus

intensément la vie et faire l'expérience de s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel. L'approfondissement de ces thèmes essentiels a conduit à proposer une synthèse de la structure typique de ce phénomène:

Confrontée aux pertes, à celles qu'elle vit déjà et à celles qui se profilent à l'horizon, la personne âgée qui vit de la croissance s'engage résolument à relever les défis de sens que lui pose son existence, de façon à transcender les pertes. Cette démarche la conduit à accepter délibérément les pertes tout en affirmant sa force, à accueillir sereinement la mort tout en appréciant plus intensément la vie et à s'engager positivement dans sa solitude tout en enrichissant son univers relationnel.

Une réflexion sur cette structure de l'expérience de croître à travers les déclinis durant la vieillesse à partir de ses caractéristiques essentielles a établi que cette expérience repose sur la capacité de la personne âgée à produire du sens. De plus, cette expérience de croissance se fonde principalement sur une expérience de transcendance faisant en sorte que cette croissance devienne un défi spirituel avant tout.

Les résultats de cette étude supportent les théories qui proposent que l'ouverture à une transcendance serait une caractéristique importante du développement dans l'âge avancé. Aussi, en faisant ressortir que des parcours de vie semblables ne conduisent pas nécessairement vers les mêmes trajectoires développementales durant la vieillesse, l'étude donne un appui aux théories contextualistes-dialectiques du développement.

## Table des matières

Sommaire	ii
Table des matières	iv
Liste des tableaux	vii
Remerciements	viii
En guise d'introduction	x
<u>Chapitre premier: Le phénomène à l'étude</u>	1
Le but et les questions de recherche	12
<u>Chapitre II: La recension des écrits</u>	14
Croissance et spiritualité: perspectives philosophiques et théologiques	16
L'élan vital selon Henri Bergson	17
L'affinité fondamentale selon Pierre Teilhard de Chardin	18
L'exigence de transcendance selon Gabriel Marcel	19
L'ouverture au Tu fondamental selon Martin Buber	20
La préoccupation ultime selon Paul Tillich	21
Vers une définition de la spiritualité	22
Croissance et spiritualité: perspectives issues des sciences humaines et des sciences de la santé	24
Facteurs maturationnels, intégration et transcendance	25
la satisfaction des besoins jusqu'à l'auto-réalisation de soi	25
la découverte de soi jusqu'à l'inconscient collectif	27
le développement de l'identité jusqu'à l'intégrité de l'ego	28
le développement de la pensée jusqu'à la sagesse	30
Facteurs contextuels, recherche de sens et transcendance	34
la volonté de sens	34
la résolution des contradictions	36
la construction et la quête de sens	37
Croissance et spiritualité: perspectives issues des sciences sociales	41
Contexte socio-historique, croissance et transcendance	41
le rejet social de l'idée de transcendance	42
l'affaiblissement de la culture et la victimisation de la vieillesse	43
la transformation sociale de l'idée de transcendance	44
Contexte scientifique, croissance et transcendance	47

Croissance et spiritualité durant la vieillesse: état des connaissances empiriques	49
Vieillesse et expérience d'un sens	50
sens de la vieillesse	50
sens de la santé, du bien-être, de l'autonomie et sens de la vie	55
sens et ajustement	59
Vieillesse et spiritualité	61
vieillesse, activités religieuses et ajustement	62
vieillesse, croyances et pratiques religieuses et santé	63
vieillesse et croissance spirituelle	64
<u>Chapitre III: La méthode</u>	72
L'approche phénoménologique	73
L'application de la méthode	78
Les étapes préliminaires	78
La collecte des données	81
les milieux et la méthode d'échantillonnage	81
les collaborateurs	84
L'analyse des données	88
reconstituer la description du phénomène	89
tirer un sens général	93
identifier les unités de signification	93
approfondir les unités de signification	95
décrire la structure du phénomène	96
La validation intersubjective	100
Les considérations d'ordre éthique	105
Les forces et les limites de l'étude	107
<u>Chapitre IV: Les résultats</u>	109
Les thèmes essentiels et les thèmes reliés	110
Faire l'expériences d'accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force	115
accepter délibérément les pertes	115
faire preuve de réalisme et de maturité	117
avoir des raisons d'accepter	121
affirmer sa force	126
démontrer sa détermination et son courage	127
rester maître de sa vie	129
Faire l'expérience d'accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie	133
accueillir sereinement la mort	135
être prêt(e) à mourir en tout temps	136
avoir des explications satisfaisantes	138

apprécier plus intensément la vie	141
goûter le moment présent	142
aimer et se sentir aimé(e)	145
demeurer dans le coup	152
Faire l'expérience de s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel	157
s'engager positivement dans sa solitude	159
identifier les bienfaits de la solitude	160
questionner ou approfondir ses croyances	161
enrichir son univers relationnel	168
se rapprocher de l'autre	169
se rapprocher de la nature	175
se rapprocher du Divin	177
La structure du phénomène de croissance à travers les déclinés durant la vieillesse	181
La part de la spiritualité dans la croissance à travers les déclinés durant la vieillesse	183
<u>Chapitre V: La discussion des résultats</u>	190
Vieillesse et expérience de sens	192
Accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force	192
Accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie	200
S'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel	207
Vieillesse et croissance spirituelle	220
Implications et conclusion	226
Références	231
Appendice A: Guide d'entrevue	245
Appendice B: Lettre d'introduction	247
Appendice C: Explications du projet	249
Appendice D: Formule de consentement	251
Appendice E: Récits reconstitués	254
Appendice F: Structures typiques individuelles du phénomène de croissance	260
Appendice G: Approbation par un comité d'éthique	265

## Liste des tableaux

Tableau I	Caractéristiques socio-démographiques des personnes âgées vivant de la croissance (entrevues principales).	86
Tableau II	Caractéristiques socio-démographiques des personnes âgées vivant une croissance (entrevues de soutien).	87
Tableau III	Caractéristiques socio-démographiques des personnes âgées vivant surtout du déclin.	88
Tableau IV	Caractéristiques essentielles de l'expérience de croître à travers les déclinés durant la vieillesse.	112

## Remerciements

L'auteure désire exprimer sa reconnaissance à sa directrice de thèse, madame Jacinthe Pepin, professeure agrégée à la Faculté des sciences infirmières, pour sa direction compétente, sa fine compréhension du sujet de recherche, ses suggestions éclairées qui ont contribué significativement à enrichir cette thèse ainsi que pour son soutien chaleureux. Elle veut également remercier son co-directeur, monsieur Frédéric Lesemann, directeur INRS-culture et société, dont les commentaires judicieux et stimulants ont été déterminants pour conduire à l'achèvement du projet.

Surtout, l'auteure veut exprimer sa profonde gratitude envers les 22 personnes âgées qui ont si généreusement et ouvertement partagé avec elle leurs réflexions sur la croissance et le déclin durant la vieillesse. Elle conservera un souvenir inoubliable de ces rencontres profondément enrichissantes.

L'auteure tient à remercier deux organismes subventionnaires, le FCAR (1993-1996) et le FRSQ (1992-1993), qui ont favorisé la réalisation du projet grâce à l'octroi de bourses d'étude.

Enfin, l'auteure remercie les membres de sa famille qui l'ont soutenue et encouragée tout au long de sa démarche et qui ont accepté, sans jamais maugréer, de collaborer aux changements dans l'organisation de la vie familiale que ce long projet a exigés. Elle

remercie plus particulièrement son conjoint qui a su trouver les mots qui lui ont donné le courage de continuer dans les heures sombres.

"L'archétype de l'homme âgé qui a suffisamment contemplé la vie est éternellement vrai. À tous les niveaux de l'intelligence ce type apparaît et est identique à lui-même, qu'il s'agisse d'un vieux paysan ou d'un grand philosophe comme Lao-tseu. Ainsi, l'âge avancé est...une limitation, un rétrécissement. Et pourtant, il est tant de choses qui m'emplissent: les plantes, les animaux, les nuages, le jour et la nuit, et l'éternel dans l'homme. Plus je suis devenu incertain au sujet de moi-même, plus a crû en moi un sentiment de parenté avec les choses. Oui, c'est comme si cette étrangeté qui m'avait si longtemps séparé du monde avait maintenant pris place dans mon monde intérieur, me révélant à moi-même une dimension inconnue et inattendue de moi-même" (Jung, 1961/1973, p.408).

---

Chapitre premier  
**Le phénomène à l'étude**

En Occident, les progrès combinés de la médecine, de la technologie, de l'hygiène et des conditions de vie ont contribué à une élévation considérable de l'espérance de vie. D'abord célébrée comme une victoire sur la mort, cette nouvelle abondance de vie est vite apparue comme un cadeau empoisonné (Moody, 1988). Pour plusieurs aînés, l'espérance de vie en bonne santé n'ayant pas, en effet, suivi la courbe de l'espérance de vie, les années arrachées à la mort s'avèrent des années d'incapacité (Carette, 1998; Légaré et Martel, 1996). En regard des valeurs privilégiées par les sociétés occidentales (jeunesse, beauté, autonomie, productivité, performance), cette période de pertes et de déclin apparaît vide de sens et sans aucun attrait (Moody, 1988; Kimble, 1990).

L'époque contemporaine offre en effet peu de symboles positifs qui puissent soutenir une démarche de sens durant la vieillesse (Acklin, 1986; Gutmann, 1992; Kimble, 1990; Lemieux, 1990; Moody, 1986). Durant les dernières décennies, dans un souci de redorer l'image de la vieillesse, la gérontologie a multiplié les efforts en vue de remplacer la perspective misérabiliste qui dominait dans les écrits par une perspective de ressources (Tornstam, 1992). Ce nouveau scénario met l'accent sur l'autonomie de la personne âgée et sur les nombreuses ressources dont elle dispose pour demeurer active et en santé (Cole, 1984; Midlarsky et Kahana, 1994; Tornstam, 1992). Les nouvelles vedettes de l'âge d'or sont ces belles personnes à cheveux gris, resplendissant de joie de vivre, s'alimentant sainement, filant sur leur voilier ou leur planche à voile, escaladant une montagne, exécutant une danse

aérobique, enfourchant gaillardement une bicyclette et se prélassant l'hiver sous des climats plus cléments. Prolonger indéfiniment une enviable "liberté 55", tel semble être notre projet de société pour une vieillesse réussie.

Selon Tornstam (1992), cette rassurante perspective de ressources ne serait en fait qu'une version améliorée de la perspective misérabiliste, à la différence près que cette fois-ci, c'est la personne âgée elle-même qui, faute d'avoir su exploiter efficacement ses ressources, devient responsable des misères de son vieillissement (Tornstam, 1992). Sournoisement, cette représentation dorée de la vieillesse ouvre aussi la porte à de nouveaux stéréotypes, les aînés apparaissant comme un groupe futile, égocentrique et égoïste (Midlarsky et Kahana, 1994). Qui plus est, elle invite subtilement les personnes âgées à refouler leur vieillir en détournant leur attention des défis propres à cette étape de vie (Cole, 1984; Moody, 1988). Les aînés en vacances prolongées, dont la seule responsabilité est de se maintenir en santé, finissent par se croire à l'abri des déclin du vieillissement. Lorsque malgré tout ceux-ci surviennent, et en l'absence d'un modèle social de la vieillesse qui reconnaisse des possibilités de croissance même lorsque les déclin se multiplient, la vision qui resurgit alors est celle d'une vieillesse sans attrait, d'une vieillesse à la remorque de la société et qui, de surcroît, porte la responsabilité de son échec. Dans le discours des milieux socio-sanitaires et politiques, la vieillesse en perte d'autonomie fait en effet surtout figure de poids social: fardeau pour les familles épuisées, fardeau pour le

ystème de santé qui ne peut répondre à la demande de soins, fardeau pour les contribuables qui ne peuvent plus assumer les coûts de ces soins (Aronson, 1990; Carette, 1998; Jaffe et Miller, 1994; Lemieux, 1990; Walker, 1993).

Dans ce contexte, il n'est guère étonnant qu'une majorité de chercheurs des sciences humaines et des sciences de la santé orientent encore leur champ d'étude vers les déficits, les problèmes, les incapacités et les dysfonctionnements reliés à la vieillesse ainsi que vers les problèmes d'adaptation psycho-sociale qui en découlent (Lefrançois, 1998; Mitchell, 1993; Schroots, 1995). En effet, au fur et à mesure que les pertes physiques, affectives et sociales s'accroissent, que les ressources s'épuisent, que l'éventail des stratégies diminue et que la mort devient plus imminente, on peut s'attendre à ce qu'une majorité d'aînés présente des problèmes d'adaptation psychologique. Aussi, l'accroissement des comportements d'auto-destruction dans le groupe des personnes âgées, tels l'alcoolisme, la toxicomanie et le suicide, n'a pas lieu de surprendre (Létourneau, 1994; Meyers et Alexopoulos, 1988; Valente et Sellers, 1990), pas plus d'ailleurs que les données épidémiologiques de la psychiatrie rapportant que, en milieu d'hébergement, là où les personnes âgées vivent le plus de pertes, la prévalence de sentiments dépressifs se situe entre 30% et 45% (études recensées dans de Leo et Diekstra, 1990, et dans Steiner et Marcopulos, 1991).

En dirigeant les projecteurs sur les personnes âgées ayant de la difficulté à s'ajuster aux déclin, la recherche en gérontologie maintient dans l'ombre celles qui n'en présentent pas, négligeant par la même occasion d'étudier les processus de croissance propres à la vieillesse (Schroots, 1995). Ainsi, dans ces dernières données de la psychogériatrie, ce qui passe inaperçu, c'est le fait que plus de la moitié des personnes âgées qui vivent des déclin multiples ne présentent pas de sentiments dépressifs. Même en considérant que la détresse des personnes âgées est probablement sous-évaluée (Koenig, George et Siegler, 1988; Rapp et Davis, 1989; Vézina, Landreville, Bourque et Blanchard, 1991), le nombre élevé de personnes qui réussissent à s'adapter positivement aux pertes devrait éveiller l'intérêt des chercheurs. L'Écuyer (1994), lors des entrevues qu'il a effectuées en vue d'étudier le développement du concept de soi de l'enfance à la vieillesse, s'est dit étonné de l'orientation positive des émotions et de la sérénité générale manifestées par les personnes âgées résidant en centres d'accueil. De leur côté, Bouffard, Bastin et Lapierre (1991) rapportent que les personnes âgées en perte d'autonomie vivant à domicile se donnent davantage de buts et sont plus ouvertes sur l'avenir que leurs pairs plus autonomes. Toutes ces données soulèvent une question: de quelle façon un grand nombre de personnes âgées vivant des déclin réussissent-elles à donner à leur vie un sens qui soutient leur étonnante combativité?

Une telle question laisse entrevoir la possibilité que dans l'expérience des déclin de la vieillesse il y ait des gains peu

visibles que la recherche actuelle ne met pas en évidence. Baltes (1987) a développé la notion de *gain/perte* en psychologie du vieillissement. Il suggère que le développement, à n'importe quel moment du cycle de vie, est toujours le résultat combiné de caractéristiques de croissance et de déclin. Il n'y aurait pas de gain qui ne s'accompagnerait d'une perte. En contrepartie, chaque perte renferme un potentiel de croissance (Rentsch, 1997).

Des auteurs provenant des sciences humaines et des sciences de la santé ont proposé des théories selon lesquelles la croissance se poursuivrait tout au long de la vie (Erikson, 1963; Frankl, 1963; Jung, 1933; Labouvie-Vief, 1990; Maslow, 1971; Parse, 1992; Reker et Wong, 1988; Reed, 1991a; 1991b). Selon ces théories, la vieillesse serait une étape propice pour s'ouvrir à une expérience de transcendance intra-, inter-, ou transpersonnelle, laquelle incite à analyser la réalité à partir d'un cadre de sens élargi. Tornstam (1994; 1996) a introduit le concept de "gérotranscendance" pour qualifier cette caractéristique du développement adulte. Par ailleurs, philosophes et théologiens ont défini la spiritualité comme une aspiration vers la transcendance en vue de devenir pleinement humain (Bergson, 1919; Buber, 1969; Marcel, 1951a; 1951b; Teilhard de Chardin, 1962; Tillich, 1969).

Ce rapprochement entre les humanités et la science suggère que les distinctions entre croissance et spiritualité deviennent de plus en plus ténues à mesure que la personne vieillit. Abondant dans ce sens, Moberg (1990) affirme que parmi toutes les dimensions de

l'être humain, celle qui offre le plus de potentiel pour la croissance durant la vieillesse est la dimension spirituelle. De telles réflexions remettent à l'ordre du jour l'étude du thème de la spiritualité comme dimension de sens et de croissance durant la vieillesse. Elles ouvrent peut-être une piste pour orienter cette réflexion collective, que réclament instamment des auteurs en sciences humaines et sociales, visant à redonner un cadre social de sens qui favoriserait l'actualisation des potentialités de croissance des personnes âgées (Acklin, 1986; Bolle de Bal, 1990; Cole, 1986; Grand'Maison, 1994; Gutmann, 1992; Lefebvre, 1995; Lemieux, 1990; Moody, 1986; Whitehead et Whitehead, 1990; Zuniga, 1990).

L'interrogation de la chercheuse pour les aspects de croissance et de spiritualité durant la vieillesse est née principalement de son expérience clinique comme enseignante en soins infirmiers dans les milieux de soins prolongés et de réadaptation gériatrique. La force morale de plusieurs vieillards, capables de composer avec des situations qui apparaissent aux yeux des bien-portants comme insurmontables, a suscité sa curiosité autant que son admiration. Certaines de ces personnes âgées, malgré une grande décrépitude physique, réussissent même à inverser le sens de la relation d'aide avec leurs soignants, lesquels vont se ressourcer à leur contact. À chaque fois que l'occasion d'un échange se présentait, la chercheuse a tenté d'aller aux sources de cette force. Une constante alimentait l'univers de sens de ces aînés: une

foi profonde, exempte de dogmatismes et de préjugés, dirigeait leur vie.

Pour son mémoire de maîtrise, l'étude de la spiritualité des personnes âgées a été abordée par la chercheuse comme une ressource contribuant à une meilleure adaptation (Cossette, 1989). Recourant à une méthode quantitative, elle a étudié le lien entre la motivation religieuse intrinsèque et le moral de 77 personnes âgées vivant en hébergement. La forte corrélation positive entre ces deux variables l'a incitée à poursuivre ses recherches sur la spiritualité des personnes âgées. Dans la présente étude, la chercheuse veut se distancer de la perspective d'analyse du stress et de l'adaptation et des méthodes quantitatives pour privilégier une approche permettant d'étudier la spiritualité comme une expérience de croissance. En optant pour une étude qualitative, elle veut aussi répondre à un besoin exprimé par les sujets âgés de son étude précédente en leur offrant la possibilité de transmettre leurs savoirs librement, sans être contraints par les limites qu'impose l'utilisation d'un instrument de mesure validé. De telles études sont identifiées comme un des besoins de la recherche gériatrique (McFadden, 1996; Schroots, 1995).

Sur le plan épistémologique, cette étude de la spiritualité des aînés comme expérience de croissance adopte une perspective phénoménologique. Cette perspective reconnaît trois principes fondamentaux: l'être humain est un organisme biologique confronté aux limites du temps et de l'espace; c'est aussi un "être dans le

monde" en relation ouverte avec son environnement physique, social, culturel et historique; enfin, l'humain est créateur et donne un sens aux situations qui s'offrent à son expérience (Kenyon, 1988). Dans cette optique, l'individu est un acteur important de son développement par sa capacité de "produire du sens". Dans la vieillesse, le déclin biologique, la perte des soutiens affectifs et l'abandon des rôles sociaux soulèvent des contradictions qui questionnent le sens cohérent de l'expérience humaine. La "liberté de l'acteur" peut alors se manifester par la production d'un cadre d'analyse qui intègre ces contradictions dans une perspective de sens qui ouvre sur l'humanité et sur l'Infini. Ainsi formulée, la croissance dans la vieillesse deviendrait un défi spirituel (Bianchi, 1982; Sherman et Webb, 1994).

La recherche empirique documentant une telle croissance chez les personnes âgées reste embryonnaire. Quelques rares chercheurs ont élargi le cadre d'étude de la spiritualité des aînés au-delà de la religion. Recourant à une méthode de théorisation ancrée ("grounded theory"), Hungelmann et ses collaboratrices (1985) ont décrit le bien-être spirituel des personnes âgées comme un processus de croissance et d'intégration dynamique qui conduit à la réalisation du but et du sens ultime de la vie. Par ailleurs, en étudiant les ressources développementales des personnes âgées, Reed (1986; 1989; 1991c) a découvert qu'un facteur particulier, qu'elle nomme facteur de transcendance, s'avère une ressource de croissance particulièrement significative lors de la vieillesse. Cette ressource a aussi été mise en évidence par Tornstam (1994; 1997).

Les données qu'il a recueillies révèlent que plusieurs personnes âgées développent une perception plus cosmique de la réalité, s'engagent dans une solitude positive et vivent plus de tolérance et d'acceptation dans leurs relations avec autrui.

Par ailleurs, sans que leur intérêt de recherche soit précisément la croissance ou la spiritualité, une série d'études qualitatives portant sur différents aspects de l'expérience de la vieillesse mettent en évidence un processus dynamique de changement et de production de sens. Que ce soit à travers le sens global qu'elles donnent à l'expérience de vieillir (Futrell, Wondolowski et Mitchell, 1993; Jonas, 1992; Mitchell, 1994; Rendon, Sales, Leal et Piqué, 1995; Wondolowski et Davis, 1988), ou à travers celui plus spécifique de prendre la vie au jour le jour (Mitchell, 1990), de vivre le paradoxe restriction/liberté (Mitchell, 1995), de vivre l'autonomie en demeurant avec un proche (Major, 1993), de vivre la santé (Thorne, Griffin et Adlersberg, 1986; Wondolowski et Davis, 1991) et le bien-être (Ruffing-Rahal, 1989), ou que ce soit lorsqu'elles décrivent les expériences qui donnent un sens à leur vie (Trice, 1990) ou expliquent leur ajustement (Faucher, 1993; Wagnild et Young, 1990), les personnes âgées témoignent de l'harmonisation dans leur vie du paradoxe déclin/croissance qui les fait accéder à un potentiel de croissance.

Parmi les recherches recensées, aucune n'a exploré directement l'expérience de croissance pendant la vieillesse telle qu'elle est perçue par les personnes âgées vivant plusieurs déclin,

lacune que ce projet veut combler. Ces aspects de croissance, que nombre de théoriciens ont décrits comme une transcendance, qui se dessinent dans l'expérience de sens des personnes âgées, sont-ils ressentis comme tels par les principaux intéressés? Les personnes âgées, dont les ressources sont mobilisées par leur lutte contre les déclinis et qui vivent dans un contexte socio-historique gérontophobe, sont-elles dans des conditions favorables pour percevoir une telle croissance? Il semble qu'à ce stade de la recherche gérontologique, il soit temps de se mettre à l'écoute de ces vieillards qui vivent une croissance à travers les pertes en les invitant à décrire eux-mêmes cette expérience afin d'en découvrir les caractéristiques essentielles.

En plus de contribuer aux connaissances sur les théories du développement humain, une meilleure compréhension de ce que signifie croître en vieillissant à travers les déclinis présente un intérêt pour plusieurs disciplines appliquées, notamment les sciences infirmières, le travail social, la psychologie appliquée et la médecine. Considérer le potentiel de croissance jusqu'à la fin de la vie redonne une marge de manoeuvre aux intervenants en gérontologie, particulièrement à ceux qui oeuvrent en milieux d'hébergement et de soins de longue durée, lesquels peuvent diriger leur attention non plus seulement vers les interventions palliatives mais aussi vers celles qui stimulent ces potentialités. Reconnaître et soutenir les manifestations de croissance pourrait être une nouvelle avenue de l'intervention gérontologique.

### Le but et les questions de recherche

Cette recherche vise à décrire phénoménologiquement l'expérience de croissance durant la vieillesse à partir du point de vue de personnes âgées aux prises avec plusieurs déclin. Elle veut mettre en relief le rôle dynamique que joue la personne âgée dans la poursuite de sa croissance et servir de tremplin à la transmission d'un tel savoir.

L'expérience de croissance est définie dans cette étude comme la perception de changements positifs identifiables reliés à la vieillesse, tels que décrits par les répondants âgés.

L'approche phénoménologique postule que le processus de production de sens se réalise dans un contexte spécifique, socio-culturel et historique, et est indissociable de ce contexte. Cette recherche s'intéresse donc à la croissance de personnes âgées vivant dans le contexte socio-culturel et historique nord-américain. La chercheure reconnaît volontiers que les réponses données par les personnes âgées et le questionnement même de la recherche sont colorés par ce contexte.

Deux questions sous-tendent la recherche phénoménologique proprement dite:

-Quelles sont les caractéristiques essentielles de l'expérience de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclin?

-Quelle est la structure générale de l'expérience de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclinis?

La réponse à ces deux questions permettra de déterminer dans quelle mesure cette expérience de croissance se rapproche d'une expérience de croissance spirituelle et de répondre à la dernière question de la recherche:

- Quelle part la spiritualité occupe-t-elle dans l'expérience de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclinis?

---

Chapitre II

**La recension des écrits**

Dans une perspective interdisciplinaire, le dépouillement des écrits a poursuivi l'objectif de cerner le phénomène de croissance durant la vieillesse ainsi que sa relation avec le phénomène de spiritualité ou de transcendance à travers les écrits théoriques et empiriques. Les mots clefs de croissance, transcendance, spiritualité et vieillesse ont guidé cette recherche.

Plusieurs auteurs se sont fait récemment les défenseurs d'un retour aux humanités pour saisir le vieillissement dans toute sa complexité (réflexions présentées dans Cole, Achenbaum, Jakobi et Kastenbaum, 1993; dans Cole et Gadow, 1986 et dans Kenyon, Birren et Schroots, 1991). Dans cet esprit, une étude qui s'intéresse à la trilogie vieillesse, croissance et spiritualité peut difficilement faire l'économie d'un retour aux disciplines dont l'objet est de réfléchir sur la nature de l'homme et sur ses relations à l'univers. La revue des écrits retournera donc aux sources philosophiques et théologiques afin de définir la spiritualité et les concepts qui lui sont sous-jacents. Les éléments qui forment la base de ces définitions, à savoir la fonction de sens, la fonction de croissance de la spiritualité, ainsi que les dimensions intra-, inter-, et transpersonnelles de la transcendance, serviront de points d'ancrage pour discuter de la relation entre croissance et spiritualité durant la vieillesse à partir de perspectives issues des sciences humaines et des sciences de la santé et dans le contexte socio-culturel occidental.

Dans un premier temps, le thème croissance et spiritualité est donc examiné du point de vue des humanités afin de clarifier le sens qui sera donné aux concepts de spiritualité et de transcendance dans ce texte. Dans un deuxième et troisième temps, ce même thème est considéré spécifiquement durant la vieillesse, d'abord sous le regard des sciences humaines et des sciences de la santé, puis dans l'optique des sciences sociales. Enfin, l'état des connaissances empiriques sur la croissance et la spiritualité durant la vieillesse est présenté.

#### **Croissance et spiritualité: perspectives philosophiques et théologiques**

Les philosophes et les théologiens abordés dans cette section sont des auteurs contemporains incontournables: le nom de l'un ou de l'autre apparaît dès qu'un écrit sur la spiritualité ou la transcendance retourne aux sources philosophiques ou théologiques: Bergson et Teilhard de Chardin ont abordé l'étude de la spiritualité du point de vue de l'observateur, en adoptant une approche scientifique pour étudier l'évolution de l'univers et démontrer que l'ouverture à une expérience de transcendance est le point culminant du processus évolutif de l'être humain. Marcel, Buber et Tillich apportent le point de vue de l'acteur, en cherchant à comprendre, de l'intérieur, la démarche qui conduit un individu à s'engager dans une expérience de transcendance. À un moment de l'histoire de la science où les paradigmes de l'observateur et de l'acteur s'affrontent pour démontrer que leur base épistémologique

est la plus adéquate pour expliquer les comportements humains, il semblait intéressant de mettre les deux perspectives à contribution.

#### L'élan vital selon Henri Bergson

Bergson (1919; 1932) voit "dans l'évolution entière de la vie sur notre planète une traversée de la matière par la conscience créatrice, un effort pour libérer, à force d'ingéniosité et d'invention, quelque chose qui reste emprisonné chez l'animal et qui ne se dégage définitivement que chez l'homme" (Bergson, 1919, p.18). L'hypothèse de Bergson est que la vie est entraînée par un élan irrésistible vers une efficacité de plus en plus grande. Cet élan vital qui cherche à se libérer des entraves de la matière, c'est l'énergie spirituelle, qui se distingue des autres formes d'énergie par la faculté qu'elle a de tirer d'elle-même plus qu'elle ne contient. Le triomphe de la vie culmine dans la créativité. L'oeuvre que l'humain est appelé à réaliser, c'est la création de soi par soi, la croissance de la personnalité par un effort qui tire beaucoup de peu et contribue à enrichir le monde. La personne la plus créatrice est celle qui "est capable d'intensifier l'action des autres hommes et d'allumer des foyers de générosités" (Bergson, 1919, p.25).

Pour Bergson (1932), la société joue un rôle essentiel dans le développement de l'humain en ce qu'elle peut tenter de l'assujettir et de brimer sa capacité auto-créatrice ou, au contraire, favoriser son potentiel créateur. Le philosophe distingue deux morales. La première, essentiellement d'ordre social, est une

morale close qui régit les règles de vie imposées par le groupe. Cette morale répond à un instinct de conservation et forme des sociétés fermées sur un groupe restreint d'individus, incapables de s'ouvrir à l'humanité. La deuxième, d'ordre mystique, est une morale ouverte, qui doit lutter littéralement contre sa nature pour se laisser traverser par l'Amour souverain qui est à l'origine de la vie, qui ouvre le coeur à tous les hommes.

#### L'affinité fondamentale selon Pierre Teilhard de Chardin

À l'instar de Bergson, Teilhard de Chardin (1962) aborde la spiritualité dans le contexte de l'évolution de la vie. Contrairement à son prédécesseur, il rejette l'hypothèse d'un univers entièrement formé de déterminismes, d'où se seraient développés, au hasard, des éléments spontanés, et propose l'hypothèse contraire d'un cosmos initialement formé de "libertés" élémentaires, d'un univers à étoffe spirituelle. S'appuyant constamment sur la biologie et la physique, Teilhard de Chardin tente de prouver que toute l'histoire de l'évolution de l'univers n'est que le lent et progressif rassemblement d'une conscience diffuse, échappant graduellement aux conditions matérielles, pour répondre à une force qui l'attire vers le Centre.

Le long processus de spiritualisation de la matière n'est que la réalisation de la pleine nature de l'être humain, de sa nature spirituelle. L'énergie spirituelle est localisée dans les zones d'activités libres; elle forme l'étoffe de l'intellect, de la volonté, de l'affect donnant un sens à ce qui est vécu. Au cours de

l'évolution, l'émergence de la pensée a donné accès aux réalités morales et a marqué l'atteinte d'un niveau supérieur de conscience où les forces physico-morales se ressentent comme une affinité fondamentale reliant les individus les uns aux autres et au centre Oméga. Cette affinité fondamentale à laquelle se réduisent toutes les activités de l'univers, Teilhard la nomme amour. L'amour est une force de cohésion qui aspire au Centre et qui se révèle à la conscience de l'homme de trois manières: par le sens sexuel, cette force d'attraction de l'homme et de la femme qui réalise la synthèse des principes masculin et féminin dans l'édification de la personnalité; par le sens humain, cette force de cohésion qui attire les molécules humaines les unes vers les autres; enfin, par le sens cosmique, ce sentiment confus mais puissant d'être relié au Tout qui nous enveloppe. Pour devenir pleinement humain, c'est-à-dire libre, l'être humain doit s'ouvrir à cette force d'attraction qu'est l'amour.

#### L'exigence de transcendance selon Gabriel Marcel

C'est d'un point de vue phénoménologique que Gabriel Marcel (1951a; 1951b) aborde sa réflexion sur le mystère de l'être. Le questionnement sur la nature de l'être semble universel et répond, selon Marcel (1951a), à une exigence de transcendance. L'exigence de transcendance se ressent comme la certitude de ne pas être réduit à un ici, qui serait un lieu d'exil fortuit, par opposition à un certain Centre qui est le lieu réel et qui ne peut être évoqué que comme un au-delà. Malgré tout ce qu'on peut donner comme preuve à l'humain qu'il est chargé de déterminismes, celui-ci se ressent

comme un être libre. Phénoménologiquement, cette conscience d'être libre est une réalité. Pourtant, en essayant de comprendre le mystère de l'être, l'humain se heurte à un paradoxe: toute conscience étant "conscience de", comment peut-il porter un jugement d'existence sur son "moi" sans que celui-ci devienne objectivé, ce qui équivaldrait à la négation de l'être? La résolution de cette contradiction se trouve dans l'affirmation que ce qui permet à l'humain de poser des jugements d'existence sur son "moi" est qu'il se perçoit comme un ego parmi d'autres avec lesquels il ressent "une communauté profondément enracinée dans l'ontologique, sans laquelle les liens humains seraient inintelligibles" (Marcel, 1951b, p.20). Le "je" n'existe que dans un rapport intersubjectif, dans l'amour. Ainsi, le chemin vers la profondeur passe par la reconnaissance de l'unité sous-jacente qui relie l'être humain à d'autres êtres.

#### L'ouverture au Tu fondamental selon Martin Buber

Marcel (voir préface dans Buber, 1969) reconnaît à Buber (1969) le mérite d'avoir étoffé cette notion d'intersubjectivité des ego. Pour résister au non-être, Buber (1969) affirme que les êtres humains doivent refouler les empiètements du Cela et s'engager dans la relation. Le mot *Je-Cela* constitue le monde de l'expérience (expérimentation et utilisation) alors que le mot *Je-Tu* fonde le monde de la relation. Le *Cela* se développe souvent au détriment de l'aptitude à la relation; il est voué à la disparition car il est régulé par des lois immuables, les lois de la matière et de l'évolution, contre lesquelles toute résistance est inutile. Le *Je* est le domaine des sentiments. La rencontre de deux *Je* ne fonde pas

la relation. Pour qu'il y ait relation, il faut s'ouvrir au Tu fondamental, au centre vivant qui relie les êtres vivants les uns aux autres dans des liens de vivante réciprocité. C'est cet acte d'ouverture qui donne vie à l'humanité au delà du temps et de l'espace, qui connecte à ce vrai lieu dont parle Marcel, à cette demeure cosmique de l'homme.

Comme Teilhard de Chardin, Buber (1969) identifie trois sphères où la relation se manifeste. Dans la sphère de la vie avec la nature, la relation de réciprocité est obscurément ressentie et se heurte aux limites d'une communication non explicite. La deuxième sphère, celle de la vie avec les hommes, est le monde de la relation réciproque et explicite. La troisième sphère est celle de la communion avec les essences spirituelles. La relation s'y dévoile peu à peu, sans que le langage soit nécessaire. Chaque fois que l'être humain s'ouvre au Je-Tu, il ressent la présence du Tu éternel. Toute relation, en se prolongeant, rencontre le Tu éternel.

#### La préoccupation ultime selon Paul Tillich

Tillich (1967; 1969) aborde la spiritualité dans une perspective existentielle qui fonde la foi sur le courage d'être, lequel permet d'affronter l'angoisse de l'existence. Tillich conçoit la spiritualité comme une démarche humaine fondamentale et universelle, une visée de la conscience vers la profondeur, vers un sens ultime. La préoccupation ultime est ce qui donne la direction et l'unité à toutes les autres préoccupations de sens et, par là, à la personnalité. Elle est le centre qui structure tous les éléments

de la vie personnelle; c'est l'élément intégrateur de la personnalité, du corps, de l'âme et de l'esprit.

S'engager dans la profondeur, c'est affronter courageusement la possibilité du non-être qui se ressent comme angoisse: l'angoisse de la fatalité et de la mort (angoisse ontologique), l'angoisse de l'absurde et du vide (angoisse spirituelle) et l'angoisse de la culpabilité et de la damnation (angoisse morale). S'engager dans la profondeur, c'est s'affirmer comme partie intégrante d'un tout qui transcende le soi et le monde. Lorsqu'il se coupe de sa verticalité et qu'il opte pour l'horizontalité, l'homme moderne s'enferme derrière une muraille qui le rend incapable de communiquer avec soi, avec les autres et avec l'Absolu. La notion d'horizontalité chez Tillich rejoint celle du *Je-Cela* de Buber.

#### Vers une définition de la spiritualité

Ces auteurs, certes, se distinguent par leurs vues sur le fondement de la spiritualité, ancrée dans le principe même de la vie selon Bergson, dans une liberté cosmique diffuse selon Teilhard de Chardin, dans l'intersubjectivité selon Marcel et Buber ou dans le courage d'être selon Tillich. Mais un point de convergence réunit toutes ces thèses: il existerait une impulsion universelle vers la transcendance, vers des dimensions qui dépassent le moi, quelle que soit la forme que prend cette impulsion (élan vital, attraction fondamentale, exigence de transcendance, ouverture au Tu fondamental, préoccupation ultime). La transcendance se ressent sur un plan intrapersonnel comme le sentiment de la présence en soi d'un

centre intégrateur. Elle se vit en même temps sur un mode interpersonnel, c'est-à-dire comme le sentiment profond d'être intimement lié à la communauté humaine et à la nature. Enfin, la transcendance ouvre à une expérience transpersonnelle, en faisant communier avec l'Universel, l'Absolu, l'Ultime.

Deux fonctions du spirituel ressortent de ces thèses: une fonction de croissance et une fonction de sens. La fonction de croissance est plus développée chez Bergson et Teilhard de Chardin, pour qui l'ouverture à la transcendance permet d'actualiser tout le potentiel humain, tant individuel que collectif. La fonction de sens prédomine chez Marcel, Buber et Tillich, selon qui la transcendance permet d'échapper au non-être et d'intégrer l'expérience humaine dans un cadre de sens cohérent.

Ce recours aux écrits philosophiques et théologiques permet de préciser le sens qui sera donné dans cette étude à certains concepts clefs. La spiritualité est définie comme une aspiration vers la transcendance en vue d'intégrer les différentes facettes de l'expérience humaine dans un tout cohérent et d'actualiser toutes les potentialités de croissance. La transcendance est entendue ici au sens phénoménologique, non pas comme l'affirmation d'une réalité transcendantale mais comme une expérience, c'est-à-dire comme le sentiment profond d'être intimement lié à des dimensions qui font dissoudre les frontières du moi.

**Croissance et spiritualité: perspectives issues des  
sciences humaines et des sciences de la santé**

La croissance humaine est la conséquence d'un développement multidimensionnel complexe. Celui-ci a été étudié sous plusieurs angles: développement biologique, développement de la personnalité et de l'identité, développement cognitif, développement moral et religieux, développement social. Dans les sciences humaines et de la santé, plusieurs théories réfutent les thèses qui affirment que le développement est achevé après l'adolescence ou le début de l'âge adulte et soutiennent plutôt qu'il se poursuit tout au long du cycle de vie (Birren et Bengtson, 1988; Commons, Armon, Kohlberg, Grotzer et Sinnott, 1989a et 1989b).

Ces nouvelles théories reconnaissent que la croissance est le résultat d'un processus d'interaction multidimensionnel (Dixon et Lerner, 1988). Trois types de facteurs peuvent influencer ces interactions: les facteurs liés à l'âge, les facteurs liés à des événements de la vie et les facteurs socio-historiques. Certaines théories du développement mettent davantage l'accent sur les changements liés à l'âge et proposent un développement ordonné, procédant par étapes successives et cumulatives, vers une organisation de plus en plus efficace. D'autres font une plus grande place aux événements non-normatifs et suggèrent que le développement suit une trajectoire unique, résultant d'une démarche en vue de donner un sens aux contradictions, lesquelles surgissent à travers le dialogue entre toutes les dimensions de l'expérience humaine.

Quelle que soit l'orientation privilégiée, nombre de ces théories font une place à la transcendance dans le processus du développement humain.

Facteurs maturationnels, intégration et transcendance.

Plusieurs théoriciens du développement mettent de l'avant un principe de croissance organismique. Dans ces théories, le développement est décrit comme le résultat de l'interaction dynamique entre l'individu et son milieu. L'organisme a un plan de développement prédictible qui peut être actualisé lorsque les interactions avec le milieu sont favorables. Toutes les potentialités de croissance existent donc au départ mais ne se développent pas simultanément, l'accent étant mis sur une dimension ou sur l'autre selon le stade de développement. Plus l'individu se développe, plus ses différentes dimensions forment un tout intégré. La croissance procède par étapes de plus en plus complexes au fur et à mesure que de nouvelles habiletés organiques (psycho-sexuelles, cognitives ou psycho-sociales) émergent.

la satisfaction des besoins jusqu'à l'auto-réalisation de soi

En psychologie humaniste, Maslow (1970; 1971; 1972) soutient que le processus de croissance est centré sur l'auto-réalisation du potentiel humain. Sans souscrire au principe de maturation organismique, Maslow se rattache à cette école en ce qu'il reconnaît un processus séquentiel de croissance qui résulte de l'interaction entre l'individu et son milieu. C'est à partir de l'observation de personnes âgées manifestant un accomplissement humain qu'il a

élaboré sa célèbre pyramide des besoins. Son hypothèse veut qu'il existe, enracinée dans l'instinct de chaque être humain, une impulsion vers l'actualisation de ses potentialités en vue de devenir pleinement humain. Cette impulsion n'est autre que le soi qui veut émerger. Pour y arriver, les besoins instinctuels et de protection, à la base de la pyramide des besoins, doivent d'abord être satisfaits et, à chaque fois qu'ils ne seront pas comblés, la satisfaction des autres besoins sera différée. Si les besoins inférieurs de survie se manifestent comme des motivations pour combler un déficit ou un manque, les besoins supérieurs d'actualisation, quant à eux, se ressentent comme des motivations de croissance. L'impulsion vers l'actualisation est une poussée qui vise à ce que chacun des choix posés par un individu en soit un de progression et non de peur. L'auto-réalisation est un processus continu vers l'abandon des mécanismes de défense en vue d'apprendre à resacraliser, c'est-à-dire à voir le sacré, l'éternel, le symbolique, à être capable de se transcender. Maslow (1971) définit la transcendance comme le niveau de conscience le plus élevé et le plus inclusif, une façon d'être et d'interagir avec soi, les autres significatifs, les humains en général, les autres espèces, la nature et le cosmos. Dans cette théorie, les facteurs contextuels jouent un rôle aussi important que les facteurs personnels pour faire en sorte qu'un individu progresse vers la satisfaction des besoins supérieurs de croissance. Plus particulièrement, Maslow maintient que les besoins spirituels sont ceux qui se manifestent le plus subtilement et qu'ils peuvent être facilement étouffés dans un contexte socio-culturel qui n'en favorise pas l'actualisation.

la découverte de soi jusqu'à l'inconscient collectif

Jung (1933) est un des premiers psychanalystes à avoir considéré le développement de la personnalité de la naissance à la vieillesse. Il s'oppose ainsi à Freud, qui soutient que la personnalité est largement déterminée par les expériences de la petite enfance. Jung affirme que pour devenir pleinement autonome et intégré, l'humain doit cheminer dans son processus d'individuation qui le conduit du moi au Soi. Il divise les étapes de la vie en quatre phases: l'enfance, la jeunesse, la maturité et la vieillesse. La période de la maturité, qui débute à la quarantaine et se termine vers soixante ans, est marquée par l'intégration des dimensions féminines et masculines présentes en chacun et par la disparition progressive des masques sociaux au fur et à mesure que s'accroissent l'intériorité et la connaissance de soi. La vieillesse est l'époque de la solidarité et de l'intégration de sa spiritualité. Une meilleure connaissance de soi permet, en effet, d'atténuer la couche d'inconscient personnel qui voile l'inconscient collectif. En atteignant cet inconscient, l'individu transcende les limites du temps et de l'espace et prend conscience de sa relation à l'humanité depuis le début des temps et pour l'éternité. L'ouverture au Soi révèle l'image du divin en chaque individu, le faisant ainsi accéder à un ordre qui le dépasse. Jung maintient qu'il est souhaitable pour l'équilibre mental de la personne âgée de considérer la mort comme une transition dans le processus de la vie, lequel s'étend au-delà du connu.

le développement de l'identité jusqu'à l'intégrité de l'ego

Si Jung a eu le mérite de proposer une vue du développement qui s'étend tout au long de la vie, c'est à Erikson (1963) que l'on doit la première théorie psychanalytique du développement de l'identité qui décrit plus spécifiquement le développement adulte. Erikson a élargi le cadre d'analyse du développement de l'ego en proposant une théorie qui tient compte à la fois du développement psychosexuel et des crises psychosociales. Le trajet développemental traverse huit étapes hiérarchiques, chacune présentant deux tendances opposées. Pour poursuivre sa croissance, l'individu doit réussir à maintenir la balance vers le pôle positif. La résolution d'une crise se solde par l'acquisition d'une vertu. Chaque crise non résolue ralentit le trajet développemental, puisque chaque nouvelle crise exige de mettre à nouveau à l'épreuve, mais dans un contexte différent, les qualités acquises antérieurement. Au fur et à mesure de sa croissance, l'individu acquerra l'espoir, la volonté, la capacité de se diriger, la compétence, la fidélité, l'amour, la sollicitude et la sagesse. Durant la vieillesse, les pôles à intégrer pour accéder à la sagesse sont l'intégrité et le désespoir. Selon Erikson, la personne qui peut prétendre avoir contribué à maintenir l'ordre dans le monde en prenant soin des autres et des choses récoltera le fruit de toutes les étapes qu'elle a traversées en atteignant l'intégrité du moi (ego). L'intégrité du moi est un état d'esprit qui se traduit par un amour de l'ego humain (et non de soi), lequel infuse un ordre et un sens spirituel au monde et conduit à accepter sa vie comme ayant contribué significativement à cet ordre. Erikson (Erikson, Erikson et Kivnick, 1986) affirme que

le sens du "Je" dans la vieillesse a une dernière occasion de transcender les limites du temps et de l'espace pour s'ouvrir à une identité intersubjective, un sens du "Nous" dont la personne âgée peut devenir un témoignage vivant. Cette consolidation de l'identité fait transcender la mort. La théorie d'Erikson a contribué à établir un pont entre le développement de la personnalité et celui de la spiritualité. Acklin (1986) soutient que les trois dernières étapes de cette théorie fournissent la base épigénétique du concept de transcendance. Aden (1976) et Fowler (1981) ont fondé les assises de leur théorie du développement de la foi sur la théorie d'Erikson.

Peck (1968) reproche à Erikson d'avoir englobé de façon non spécifique toutes les crises développementales de la deuxième moitié de la vie dans la seule crise intégrité/désespoir. Pour rendre compte des défis de croissance dans l'âge adulte, Peck suggère d'ajouter six crises qui doivent être résolues positivement pour atteindre l'intégrité de l'ego. Trois de ces défis concernent l'adulte âgé: la différenciation du moi contre la préoccupation du rôle de travailleur, la transcendance du corps contre la préoccupation du corps, la transcendance du moi contre la préoccupation du moi. Ces crises peuvent être vécues dans des séquences différentes selon les individus. La première crise, *la différenciation du moi contre la préoccupation du rôle de travailleur*, est provoquée par la retraite. La résolution positive de cette crise exige que la personne retraitée trouve en elle la confirmation de sa valeur. Par ailleurs, la confrontation avec l'inconfort physique, le déclin des capacités fonctionnelles et la

maladie font surgir la crise *transcendance du corps contre préoccupation du corps*. Pour s'adapter à la réalité du vieillissement du corps, la personne âgée doit apprendre à évaluer le plaisir et le confort davantage à partir de relations interpersonnelles satisfaisantes ou d'activités créatives qu'en référence à son bien-être physique. Enfin, la crise *transcendance du moi contre préoccupation du moi* se rapporte plus spécifiquement à la crise intégrité/désespoir de Erikson. Pour les personnes qui résolvent positivement cette crise, la générosité et l'altruisme forment des remparts contre la peur de la mort en leur donnant la certitude d'avoir contribué à construire un futur qui assure leur pérennité.

#### le développement de la pensée jusqu'à la sagesse

Plusieurs théoriciens de l'intelligence ont reconnu la présence chez l'adulte de stades de développement de la pensée qui vont au-delà du stade piagétien des opérations formelles. En réfutant les modèles traditionnels qui proposaient un développement achevé à la fin de l'adolescence, ces auteurs ont mis en évidence un processus développemental de la pensée propre à l'adulte, le niveau de développement post-formel, qui fait appel à une pensée relativiste.

Souscrivant à cette hypothèse, Labouvie-Vief (1989; 1990) considère que l'adulte qui a atteint le niveau post-formel établit une interaction dynamique entre deux modes de connaissance: le logos et le mythos. Le logos constitue la connaissance objective,

rationnelle, mécanique et précise. Le mythos est la connaissance subjective, imaginative, émotive, la connaissance ressentie par le sujet pensant. Labouvie-Vief reproche à Piaget d'avoir dévalorisé le mode du mythos pour rendre un culte au logos. Le premier mode de connaissance que l'enfant expérimente est celui du mythos; par la suite, il se ferme progressivement à son expérience intérieure afin de pouvoir comprendre le monde extérieur et le catégoriser d'une manière fiable et sécurisante. La connaissance objective élabore des catégories statiques et une construction dualiste de la réalité, tout étant noir ou blanc, vrai ou faux. Selon Labouvie-Vief, la tâche de l'adulte est de réintégrer le mythos en assouplissant la rigueur du logos, car l'adulte qui analyse la réalité en recourant uniquement aux opérations formelles de la pensée logique demeure à un niveau d'abstraction élémentaire qui le rend incapable de faire face à certains problèmes reliés au vieillissement. Labouvie-Vief propose trois niveaux de développement logique chez l'adulte. Au niveau intrasystémique, l'individu coordonne les éléments d'un système d'abstraction simple (langage, symboles et normes) qui mettent l'accent sur la stabilité et la certitude. Au niveau intersystémique, il reconnaît la coexistence de différents systèmes d'abstraction qui dialoguent et s'opposent (esprit et corps, soi et autrui, raison et émotion, etc.) et apprend à tolérer les conflits. Au dernier niveau, celui de l'intégration, il développe une flexibilité qui lui fait valoriser les différences et choisir des principes d'auto-direction qui orientent vers une action mature. Aux deux derniers niveaux, l'adulte réintègre progressivement le mythos. Ce faisant, il peut donner un sens aux contradictions qui se

multiplient dans sa vie. Pour Labouvie-Vief, l'émergence du symbolique est un signe de maturité qui donne à l'adulte la possibilité de continuer à produire un sens en accordant une place à la profondeur émotionnelle et aux préoccupations spirituelles. La sagesse qui résulte de la réintégration des deux modes de connaissance permet à l'individu vieillissant de maintenir la tension paradoxale entre une pensée à la fois immanente et transcendante.

À l'instar de Labouvie-Vief, d'autres auteurs suggèrent que la pensée post-formelle est le processus cognitif sous-jacent à l'acquisition de la sagesse (pour une revue de ces théories, voir Sternberg, 1990). La sagesse est la caractéristique du développement adulte qui a le plus retenu l'attention des théoriciens de l'intelligence. Nombre d'entre eux reconnaissent que cette qualité est le résultat de l'intégration, non seulement de processus cognitifs, mais aussi de processus affectifs et réflexifs (Clayton et Birren, 1980; Holliday et Chandler, 1986; Kramer, 1990). Achenbaum et Orwoll (1991) proposent un modèle qui synthétise plusieurs théories de la sagesse. Selon ce modèle, le processus qui conduit à la sagesse se développe aux plans intra-, inter- et transpersonnels et se manifeste dans les pensées, les sentiments et les actions. Le niveau transpersonnel se caractérise par une auto-transcendance, la reconnaissance des limites de sa connaissance et de sa compréhension, ainsi que par des préoccupations d'ordre philosophique et spirituel. Selon Sinnott (1994), de telles affirmations posent une question aux théoriciens de l'intelligence:

comment expliquer que des concepts tels la sagesse, la transcendance, les réalités multiples et un sens "supérieur" de la vie puissent apparaître dans des modèles cognitifs? Cette question indique, à son avis, qu'il est temps de chercher à intégrer les réalités de la spiritualité et du développement cognitif.

Dans ces théories issues de la psychologie cognitive, de la psychologie humaniste et de la psychanalyse, la fonction de croissance de la transcendance est mise de l'avant. Celle-ci est inscrite dans les possibilités du développement organique dont elle constitue l'étape ultime. En ce sens, ces auteurs se rapprochent plutôt des thèses de Bergson et de Teilhard de Chardin. Comme dans les conceptions de la philosophie et de la théologie, la transcendance est ici l'aboutissement d'un processus intrapersonnel qui se vit sur un mode interpersonnel et ouvre au transpersonnel. Un reproche souvent adressé à ces théories est qu'elles laissent peu d'espoir pour une croissance durant la vieillesse (Lerner, 1984; Riegel, 1979). En effet, pour que le potentiel de croissance à cette étape de la vie puisse se réaliser, il faut que l'individu ait résolu positivement toutes les étapes précédentes de son développement et que la société évolue en même temps que l'individu de manière à créer un contexte favorable à cette croissance. Quand le contexte est défavorable, le développement est compromis (Clayton, 1975). Ces conditions font en sorte que seuls quelques individus pourront avoir accès aux dernières étapes de leur croissance.

Facteurs contextuels, recherche de sens et transcendance.

Plutôt que d'inscrire le développement dans la poursuite d'un ordre de plus en plus efficace, d'autres théories considèrent le désordre comme le moteur du changement. Pour les théoriciens qui adoptent une telle perspective, la personne et son environnement sont engagés dans un processus dialectique au cours duquel les conflits inhérents à la vie peuvent être transformés en énergie porteuse de changement. Le développement suit une trajectoire peu prévisible qui fait moins de place à la continuité et à l'accumulation. Dans le processus de croissance, l'accent est mis sur la capacité individuelle propre aux êtres humains de donner un sens au désordre à travers le dialogue continu entre toutes les dimensions de l'expérience humaine. La vieillesse est une période où les contradictions entre toutes les dimensions se multiplient, pouvant provoquer des changements positifs ou négatifs.

la volonté de sens

Sans se réclamer de cette école, Frankl (1963) soutient plusieurs postulats qui font de lui un de ses précurseurs. Psychiatre juif qui a vécu l'expérience des camps nazis, il retient de cette pénible expérience que les besoins supérieurs de croissance peuvent être satisfaits alors même que les besoins de survie et de sécurité sont menacés. Frankl rejette donc l'hypothèse d'une hiérarchie des besoins humains, telle que proposée par Maslow, et d'un principe directeur d'actualisation du soi. Il affirme que la réalisation de la nature humaine passe par l'auto-transcendance et l'oubli de soi plutôt que par l'actualisation de soi. Selon Frankl,

il existe en chaque être humain un inconscient spirituel, qui se présente comme une volonté de sens ("will to meaning"), que l'humain est libre d'accepter ou de refuser. Cette volonté de sens crée une tension, plutôt qu'un équilibre, qui pousse l'individu à faire des choix, lesquels peuvent contribuer à rendre la vie signifiante ou vide de sens. En actualisant le sens potentiel des situations rencontrées dans sa vie, la personne progresse vers l'auto-transcendance et s'approche de la conscience d'un sens profond. Frankl identifie trois domaines où l'être humain peut répondre à sa volonté de sens: il peut donner un sens à sa vie dans l'accomplissement d'une oeuvre ou d'une action humanitaire; il peut faire l'expérience de la beauté, de la bonté, de la vérité et de l'amour dans ses contacts avec les autres, avec la nature ou avec d'autres cultures; enfin, lorsqu'il affronte une épreuve incontournable qui ne peut être transformée, il peut donner un sens à la souffrance en se transformant lui-même. Quelles que soient les contraintes qui s'exercent sur lui, l'individu peut toujours sauvegarder sa liberté spirituelle et son indépendance d'esprit. Bien que son approche se situe surtout dans une perspective existentielle (sens dans la vie), Frankl (1975) soutient qu'un sens dernier (sens de la vie), un supra-sens, peut être découvert. Ce but ultime vers lequel l'inconscient pointe naturellement est Dieu. Ce Dieu, toutefois, n'est celui d'aucune religion et il appartient à chaque individu de trouver le symbole qui exprimera le mieux le supra-sens de sa vie.

la résolution des contradictions

Dans le domaine du développement cognitif, Riegel (1976; 1979) est l'un des premiers à avoir proposé l'hypothèse du désordre comme fil conducteur de croissance. Contrairement à celle de Piaget, sa théorie du développement ne met pas l'accent sur les plateaux au cours desquels un équilibre est atteint, mais sur des changements continus à travers différentes dimensions progressant simultanément. Selon cette théorie, la croissance est le résultat du dialogue unique et réciproque entre toutes les dimensions de l'expérience humaine, la dimension biologique-interne, la dimension psychologique-interne, la dimension physique-externe et la dimension culturelle-sociale. L'absence de synchronisme entre deux ou plusieurs dimensions crée une tension d'où peut surgir le changement. Cette approche, qui postule que toute situation d'interaction entre l'individu et son environnement est susceptible d'être modifiée, libère un potentiel de croissance à n'importe quelle étape de la vie, indépendamment du niveau de développement antérieur. Selon Riegel, la vieillesse est une période propice aux changements car les contradictions sont nombreuses. En effet, les crises provenant de la dimension biologique interne, telles la maladie ou la baisse de capacité fonctionnelle, sont rarement synchronisées avec la dimension psychologique-interne. Pour résoudre la contradiction, l'individu doit procéder à une réinterprétation qui rétablit le synchronisme. Éventuellement, si la réinterprétation peut permettre une synchronisation prospective, alors même les incapacités et la mort peuvent prendre un sens.

la construction et la quête de sens

Reker et Wong (1988) proposent une théorie du sens personnel qui s'inspire des écrits de Frankl et de Riegel. Selon cette théorie, le développement apparaît comme un processus continu de changement dans les constructions personnelles de la réalité résultant d'une interaction réciproque entre les processus biologiques et psychologiques de l'organisme et les contextes social, culturel et historique dans lesquels celui-ci évolue. Dans cette théorie, le sens personnel agit comme une variable cognitive médiatrice qui attribue une interprétation aux expériences de vie et qui intègre les contradictions. En même temps, le sens personnel intervient comme une variable motivationnelle qui guide, dirige et renforce les comportements. Selon Reker et Wong, il existe plusieurs niveaux de sens personnel. Au niveau élémentaire, les préoccupations de sens sont hédonistes et concernent la satisfaction des besoins, le plaisir et le confort. Au second niveau, le sens est produit par un accomplissement personnel. Au troisième niveau, l'individu s'éloigne de ses intérêts personnels pour adopter des préoccupations altruistes. Enfin, au niveau le plus élevé, il développe des valeurs qui transcendent l'expérience immédiate pour intégrer un sens cosmique et ultime. Le mouvement dans ce continuum de sens résulte du dialogue entre des dimensions conflictuelles qui provoque un changement dans les valeurs personnelles ou sociales. Durant la vieillesse, lorsque les ressources physiques, psychologiques et sociales diminuent, certaines valeurs longtemps priorisées peuvent devenir dysfonctionnelles et une réorientation peut survenir. La

personne âgée peut aussi être moins influencée par les valeurs sociétales et rechercher une direction intérieure.

Ces théories du développement humain qui donnent préséance au sens dans le processus de changement rejoignent les nouvelles perspectives infirmières de l'être humain à la poursuite de la santé. Les infirmières ont reconnu depuis longtemps que la recherche de sens est au coeur de l'expérience de la souffrance et de la maladie et, conséquemment, au coeur du processus de guérison, sinon physique, du moins psychique (Travelbee, 1971). Avec ces théories infirmières, la recherche de sens et la transcendance deviennent intégrées au processus développemental de la santé. S'inspirant de la vision de l'être humain unitaire de Martha Rogers (1970) et de la phénoménologie existentielle, la théorie l'Être-en-devenir de Parse (1981; 1992; 1997) est fondée sur trois concepts clés: le sens, la rythmicité et la transcendance. La théoricienne conceptualise la personne comme un être ouvert, libre de donner un sens aux situations qu'elle rencontre. Le sens est continuellement construit par chaque individu à tous les niveaux de l'univers, créant la réalité du moment et révélant peu à peu le sens ultime de la vie. La santé est "l'Être-en-devenir" qui se co-constitue avec l'univers dans son unicité et sa diversité à travers des patrons paradoxaux de relation, que Parse conçoit comme les processus rythmiques naturels de la vie. Ainsi, par les choix qu'il pose, l'individu se rapproche à la fois des autres, d'idées, d'objets et d'événements, en même temps que ces mêmes choix l'éloignent d'autres personnes et d'autres idées, objets et événements (connecting/separating). Chaque

situation offre l'occasion de développer des habiletés et confronte simultanément à des limites (enabling/limiting), révélant une partie de soi en même temps qu'elle en voile une autre (revealing/concealing). La personne et son environnement évoluent multidimensionnellement et simultanément au rythme de ces relations paradoxales en co-transcendant selon les possibilités du moment, c'est-à-dire en créant de nouvelles façons de vivre et d'être avec soi, les autres et l'environnement, dans un processus continu de transformation qui conduit vers de nouvelles possibilités.

La recherche de sens est aussi un concept central de la théorie de l'auto-transcendance proposée par Reed (1991a; 1991b; 1992; 1996). S'inspirant d'une approche contextualiste du développement, de thèses psycho-sociales sur l'auto-transcendance et des nouvelles théories infirmières (Newman, 1986; Parse, 1992; Watson, 1985), Reed affirme elle aussi que la quête de sens fait partie intégrante de la démarche de développement et de maintien de la santé. La personne et l'environnement interagissent dans une dynamique qui transforme en énergie les conflits et les défis inhérents à la vie, de façon à provoquer des changements innovateurs. Reed affirme que la capacité d'auto-transcendance est un élément-clé dans le processus de changement. La maladie et la vieillesse sont des situations qui font ressentir cruellement les limites du corps, du temps et de l'espace. Le dialogue entre la personne et son contexte engendre alors des conflits qui peuvent donner l'impulsion vers le développement d'une forme d'auto-transcendance. Reed (1992) définit la spiritualité comme la

propension à faire du sens par le sentiment d'être intimement en relation avec des dimensions qui dépassent le soi et ce, d'une façon qui transforme et rend plus fort. La transcendance peut se vivre au niveau intrapersonnel (sentiment d'une interconnexion qui se ressent en soi), au niveau interpersonnel (sentiment d'être lié aux autres et à la nature) et au niveau transpersonnel (sentiment d'être lié à l'Invisible).

Ces théories, issues de la psychiatrie, de la psychologie et des sciences infirmières, mettent l'accent sur la fonction de sens de la transcendance. Selon ces auteurs, l'ouverture à une perspective transcendantale est une option de sens qui peut surgir du processus dialectique entre toutes les dimensions qui constituent l'expérience humaine, option que chacun est libre de choisir. Les expériences énigmatiques de la vie, telles la maladie, la souffrance, la vieillesse et la mort, sont des éléments dialogiques perturbateurs qui peuvent conduire à choisir une telle perspective. Ces thèses rejoignent celles de Buber, Marcel et Tillich. La liberté de choix, la responsabilité de ses choix et la dimension intersubjective y structurent aussi l'expérience d'être et de croître des individus. La transcendance, parce qu'elle donne un sens aux paradoxes de l'existence, permet à l'individu de poursuivre son développement. Comme dans les écrits des philosophes et des théologiens, la transcendance se ressent aux niveaux intrapersonnel, interpersonnel et transpersonnel. Par ailleurs, le développement respecte un tracé unique et peu prévisible. Ces approches redonnent une liberté à l'individu dans son scénario développemental, qui est

moins contraint par des déterminismes bio-psychiques et socio-culturels.

**Croissance et spiritualité: perspectives issues des  
sciences sociales**

Que ce soit en résolvant positivement des crises maturationnelles ou en donnant un sens au désordre provoqué par des crises situationnelles, l'individu porterait en lui des possibilités de croissance qui peuvent le conduire jusqu'à une auto-transcendance. Mais, comme toutes ces théories du développement l'ont démontré, cette croissance personnelle est indissociable du contexte socio-culturel et historique dans lequel elle s'inscrit et, qui plus est, la génération de connaissances scientifiques sur une telle croissance dépend aussi largement de ce contexte.

Contexte socio-historique, croissance et transcendance

Une des conséquences des progrès historiques en matière de technologie médicale, de condition de vie et de politiques de la santé et du bien-être social a donc été cet allongement de la vie qui interpelle la gérontologie. Pendant que les théoriciens et chercheurs des sciences humaines et des sciences de la santé unissent leurs efforts pour proposer des théories du développement qui rendent justice au potentiel de croissance tout au long de la vie, de leur côté, sociologues et anthropologues scrutent les facteurs socio-culturels et historiques qui influent sur le cours de ce développement.

le rejet social de l'idée de transcendance

Selon Moody (1986; 1988), un des facteurs de contradiction auxquels se heurte la personne âgée dans son processus de développement est qu'elle évolue dans un contexte culturel qui a éliminé l'idée de transcendance. La modernité, en rejetant l'hypothèse d'une source transcendante de sens, a modifié la démarche de sens en la faisant passer peu à peu d'une perspective qui transcendait le monde à une perspective inscrite dans le monde même. Progressivement, l'idée d'un sens cosmique a donc fait place à celle d'un sens collectif: le sens du progrès de l'humanité dans l'histoire. Le vingtième siècle a vu décliner à son tour l'idée d'un sens collectif, ramenant le sens de "la" vie à son plus bas dénominateur, le sens de "ma" vie. Finalement, même cette dernière interrogation a été confinée à la période de la fin de vie, période durant laquelle la perspective imminente de sa mort susciterait chez la personne âgée le besoin de s'assurer que sa vie a eu un sens. Moody observe que cette perte de l'idée de transcendance a fait s'accroître l'angoisse du vide et la peur de la mort contre lesquelles le seul antidote possible est la fuite dans une activité fébrile. Dès lors, le défi pour la personne âgée est de réussir à donner un sens à sa vie dans un contexte de non-sens général. Or, d'après Moody, toute quête sérieuse du sens conduit rapidement à chercher un niveau de sens collectif et historique: la survie et le destin de l'espèce humaine. Finalement, ce sens collectif ne peut être soutenu que s'il se rattache à un contexte de sens plus large, un sens cosmique.

l'affaiblissement de la culture et la victimisation de la vieillesse

Le rejet de l'idée de transcendance est aussi un thème développé par Gutmann (1992). Cet anthropologue soutient que l'élimination de l'idée de transcendance a provoqué un affaiblissement de la culture. Gutmann prétend que la fonction de la culture est de canaliser les tendances narcissiques individuelles vers des idéaux sociaux qui permettent à l'humanité d'assurer sa continuité. Il identifie cinq composantes de la culture qui coagissent avec l'individu pour répondre à ses besoins de sécurité, de communauté et de continuité. La première composante est le mythe fondateur, une culture se constituant toujours autour du sacré, c'est-à-dire autour d'un mythe qui explique les relations de l'homme à l'Invisible. Les autres composantes de la culture, les traditions, les institutions, les rites et le système de gradation par âge, servent à assurer la transmission du mythe. Les personnes âgées sont les premiers bénéficiaires d'une culture forte, car elles détiennent une position privilégiée leur permettant de s'approcher des éléments sacrés de la culture. En faisant le pont entre le visible et l'invisible, elles acquièrent un statut social de sages, le respect des plus jeunes et le sentiment d'être reliées à un ordre surnaturel. Ces privilèges les aident à conserver un contrôle intrapsychique qui les protège des atteintes à l'intégrité de soi (déclin des forces physiques, pertes de rôles, etc.). Or, selon Gutmann, la culture technologique a fait sauter cet écran protecteur des cultures traditionnelles en s'attaquant directement au mythe fondateur. Les miracles accomplis par la technologie ont amené à

questionner la puissance des sources surnaturelles. L'urbanisation, en favorisant le mélange des cultures et des classes sociales ainsi que la libre circulation des idéologies, a provoqué une confrontation et une remise en question des valeurs. Petit à petit, ces dernières ont quitté la sphère sociale pour devenir individuelles et privées, faisant disparaître progressivement les idéaux communs. Ayant perdu leur statut de héros, les personnes âgées sont devenues des victimes. Gutmann affirme qu'une société décultivée est automatiquement gérontophobe. Malgré tout, la plupart des aînés réussiraient à conserver une bonne santé mentale en préservant la forme intériorisée de leur culture en dépit de la perte de sa forme extériorisée.

#### la transformation sociale de l'idée de transcendance

Contrairement à Gutmann et Moody, Balandier (1988; 1990) fait une lecture plus positive des sociétés modernes. C'est dans un mouvement de progression et non d'opposition qu'il étudie le passage de la société des traditions à la société moderne. Comme Riegel, Balandier se fait le défenseur du désordre plutôt que de la stabilité comme élément moteur du changement. Il affirme que le mythe n'a pas seulement comme fonction de donner un ordre au monde, mais qu'il doit aussi faire place au désordre en tentant de le circonscrire et de le transformer de façon positive. Le mythe reparaît dès que la rationalité perd sa capacité d'expliquer le monde, puisque c'est souvent dans l'ordre du sacré que l'individu trouve un sens au désordre. Balandier suggère que la modernité a libéré le sacré de la domination des religions afin de lui

permettre, peut-être, de retrouver sa qualité première, cette forme d'énergie diffuse issue de la vie collective à la recherche de son sens. Pour poursuivre son mouvement vers l'avant, la société moderne doit identifier les métamorphoses du symbolique qui sont déjà présentes mais qu'elle est encore maladroite à dépister. Alors que Moody et Gutmann semblent craindre que la plasticité de l'être humain ne soit menacée par un contexte défavorable, Balandier mise davantage sur la liberté et la créativité de l'individu et de la société et soutient que l'idée de transcendance trouve aujourd'hui de nouvelles voies d'expression.

Des tentatives pour identifier les nouvelles manifestations de la pensée symbolique commencent à se manifester. Dans son esquisse pour un modèle du rapport au don, Godbout (1992) conçoit le don comme une des formes de symbolisation moderne qui restitue le sacré. L'époque moderne a réduit le lien social à un rapport marchand et coupé l'individu de son passé et de la transcendance. Pour résister à l'angoisse du vide que ces ruptures ont fait naître, le don se déploie dans le domaine de la valeur du lien, dans ce qui n'a pas de prix. Sans être régi par le hasard, le don circule dans un certain désordre qui échappe aux lois du marché. Il fonctionne comme un réseau enchevêtré noyé dans la profondeur des liens personnels et de leur poids historique. Le don fait prendre conscience d'une appartenance à l'humanité qui transcende le temps et l'espace. Il ouvre l'individu non seulement au collectif mais aussi à l'universel, il relie la société au monde, il réintègre l'humanité dans le cosmos.

De plus en plus d'auteurs reconnaissent la présence du sacré "au coeur du social" et en décrivent les visages multiples. Comme Balandier (1990), Ménard (1991) observe que l'échec de la rationalité à répondre adéquatement aux questions de sens suscite une nouvelle ouverture à l'expérience du sacré dont, par ailleurs, la modernité a quelque peu fait perdre "le mode d'emploi". Dans cet esprit, Voyé (1991) explique l'apparition des mouvements religieux "charismatiques" et de nombreuses sectes comme le résultat de "transactions" plus ou moins réussies entre la modernité et la tradition. Pour Larouche (1991), c'est par la quête de sens et l'éthique de l'altérité que la société moderne résiste à la sécularisation. Dans le rapport québécois de la recherche-action Le défi des générations (Grand'Maison, Baroni et Gauthier, 1995) portant sur les enjeux sociaux et religieux du Québec d'aujourd'hui, Grand'Maison (1995) décrit des cheminements spirituels diversifiés et des traits marquants de la spiritualité qui montrent que l'idée de transcendance est bien vivante dans la société québécoise d'aujourd'hui, tout en ayant subi de profondes mutations. Contrairement à Gutmann, Grand'Maison est d'avis que les valeurs n'ont pas quitté la sphère sociale mais qu'elles sont plutôt en révision et en recomposition. En ce qui concerne plus spécifiquement les personnes âgées, le dossier La part des aînés (Grand'Maison et Lefebvre, 1994) de cette vaste recherche-action transmet des témoignages qui indiquent un élargissement des centres d'intérêt des aînés, une ouverture à la communauté, une préoccupation pour les autres, une gratuité et un don de soi. De plus, ce document met en

lumière plusieurs profils socio-religieux chez les personnes âgées qui manifestent que l'idée de transcendance a subi des transformations même dans ce groupe d'âge (Lavoie, 1994).

Si l'idée de transcendance a évolué et que ses nouvelles formes commencent à être décrites, la gérontologie, quant à elle, tarde à s'y intéresser.

#### Contexte scientifique, croissance et transcendance

Tornstam (1992) affirme que la victimisation de la vieillesse a eu des conséquences sur l'évolution des connaissances en gérontologie. À son avis, la connaissance empirique repose souvent sur des postulats qui viennent de la société, de la culture et de l'histoire et qui sont acceptés comme des vérités par les scientifiques. En ce qui concerne la gérontologie, ces prémisses non vérifiées scientifiquement seraient fondées sur les valeurs de productivité, d'efficacité et d'indépendance de la société occidentale, laissant présumer que toute personne qui ne satisfait pas à ces idéaux doit nécessairement en souffrir. Selon Tornstam, ces a priori ont contribué à nourrir la perspective gérontologique du vieillard misérable et, plus récemment, sa contrepartie raffinée, celle du vieillard riche en ressources pour lutter contre une vieillesse misérable. Derrière ces deux vues, les mêmes présupposés se dessinent, à savoir l'adhésion au culte de l'efficacité et de la productivité. Qui plus est, ce culte a renforcé davantage le besoin d'expliquer et de catégoriser les phénomènes, lequel a contribué à

établir la primauté de la vision positiviste en science, laissant peu de place aux autres approches scientifiques.

En acceptant de mettre en sourdine ces présomptions, la gérontologie pourrait considérer d'autres points de départ, issus notamment de la philosophie ou de l'anthropologie. Tornstam (1994; 1996; 1997) soutient que les écrits de Jung (1933), d'Erikson (1963; 1986), de Peck (1968), de Gutmann (1976) et de Chinen (1985; 1986) laissent poindre une nouvelle théorie, celle de la gérotranscendance, à laquelle le paradigme actuel de la gérontologie peut difficilement faire place. Selon cette théorie, le vieillissement serait caractérisé par un potentiel général vers la transcendance, c'est-à-dire vers un changement dans la perspective d'analyse du monde. Cette perspective s'éloigne de plus en plus d'une perception matérialiste et pragmatique du monde pour privilégier une vision plus cosmique et transcendante, laquelle s'accompagne d'une plus grande satisfaction dans la vie.

Dans ces perspectives de la sociologie et de l'anthropologie, la démarche de sens se déplace de la sphère individuelle à la sphère collective. Les dimensions intra-, inter- et transpersonnelles de la transcendance sont intimement soudées: la transcendance personnelle n'a de sens que si elle s'inscrit dans une expérience collective qui ouvre à l'Universel. La capacité de la société à nourrir la fonction de sens de la transcendance influence non seulement la croissance de l'individu mais aussi l'évolution des connaissances scientifiques.

**Croissance et spiritualité durant la vieillesse: état  
des connaissances empiriques**

Le rejet, au début du siècle, de l'expression traditionnelle de la transcendance par les intellectuels et les scientifiques, l'exacerbation de l'angoisse existentielle, la victimisation de la vieillesse et la gérontophobie qui en a découlé ainsi que la difficulté du paradigme actuel de la gérontologie à faire place à la transformation de l'idée de transcendance comptent donc parmi les facteurs socio-historiques qui ont freiné le développement des connaissances sur une croissance durant la vieillesse dont l'essence serait de nature spirituelle. Le contraste entre l'abondance des écrits théoriques qui suggèrent une telle croissance et la pauvreté des recherches pour en vérifier l'existence est remarquable. Par ailleurs, plusieurs chercheurs ont abordé indirectement ce phénomène. Certains, en explorant l'univers de sens dans la vieillesse ont livré des résultats qui témoignent d'une croissance. Quelques rares chercheurs ont étudié directement la croissance spirituelle en élargissant le champ d'étude de la spiritualité des aînés, longtemps confiné à la religion, aux phénomènes de bien-être spirituel et de transcendance. Toutes ces études contribuent à documenter l'hypothèse d'une croissance durant la vieillesse qui reposerait en grande partie sur une expérience de transcendance.

### Vieillesse et expérience d'un sens

Plusieurs études qualitatives se sont penchées sur l'expérience de sens des personnes âgées. Certaines ont produit des résultats qui démontrent que les personnes âgées, lorsqu'elles réussissent à donner un sens à ce qu'elles vivent, découvrent de nouvelles possibilités qu'elles exploitent. Cette capacité de produire du sens, elles l'ont communiquée à travers leur perception de l'expérience de vieillir, de prendre la vie au jour le jour, de vivre le paradoxe restriction/liberté, d'être en santé et de ressentir un bien-être en dépit des changements, d'être autonomes tout en cohabitant avec des proches, ou encore en identifiant des expériences qui donnent un sens à leur vie, en racontant ce qui les rend résistantes dans les épreuves ou adaptées et heureuses en institution.

### sens de la vieillesse

Une première série d'études se penche sur le sens global que les aînés donnent à leur vieillesse. Ces études sont majoritairement phénoménologiques et infirmières (Futrell, Wondolowski et Mitchell, 1993; Jonas, 1992; Major, 1993; Mitchell, 1990; 1994; 1995; Rendon, Sales, Leal et Piqué, 1995; Wondolowski et Davis, 1988). Plusieurs sont guidées par la théorie de l'Être-en-devenir de Parse (1981; 1992) et adoptent une méthode phénoménologique. Des spécialistes en recherche phénoménologique s'insurgent contre l'utilisation d'un cadre conceptuel qui guide la recherche, affirmant que cette pratique trahit le principe du "bracketing", cette mise entre parenthèses des connaissances sur l'objet d'étude (Cohen et Omery,

1994; Morse, 1994a). Certains chercheurs qui retiennent le cadre d'analyse de Parse vont jusqu'à adopter sa méthode de recherche, transposant les résultats de leur analyse en des propositions précises qui découlent des énoncés du modèle et s'exprimant dans le même langage hermétique, voire ésotérique, caractéristique de cette théoricienne (Major, 1993). En dépit de ces réserves, les études guidées par la théorie de Parse apportent une contribution appréciable à la compréhension de l'expérience de vieillir et démontrent que la croissance est indissociablement liée au déclin. Les gains associés aux pertes dans l'expérience du vieillissement sont mis en évidence à travers les rythmes paradoxaux fragilité/vitalité, similitude/différence et restriction/liberté.

Dans cette lignée, Wondolowski et Davis (1988) ont demandé à 100 personnes très âgées (80 ans et plus), vivant à domicile dans de grands centres urbains, de raconter une situation durant laquelle elles avaient eu l'impression de vieillir. Trois thèmes regroupent les éléments communs aux descriptions: découvrir l'harmonie ("unfolding euphony"), découvrir de nouvelles possibilités ("creative transfiguring"), transcender par la pensée ("transcendent voyaging"). À partir de ces thèmes, Wondolowski et Davis décrivent l'expérience de vieillir de ces personnes très âgées comme un processus de transformation vers de nouvelles possibilités à mesure que se développe une harmonie intérieure nourrie par des moments de transcendance. En omettant de rappeler que les nouvelles possibilités se découvrent en réaction aux limites qu'imposent le vieillissement, tel que la présentation des résultats de l'analyse

de données le démontre, cette définition contribue à véhiculer une image idéalisée de la vieillesse qui illustre l'âgisme positif de notre époque. L'expérience exaltante qui caractérise le vieillir de ces personnes très âgées, confrontées aux déclinis progressifs et vivant à proximité de la mort, occulte la réalité des déclinis.

Pour sa part, Mitchell (1994) a analysé 600 narrations de vieillards canadiens âgés de 65 ans et plus sur la signification qu'ils accordent au fait d'être un aîné. Les participants, dont environ les deux cinquièmes sont des hommes, proviennent de différents milieux (rural et urbain) et vivent dans des environnements variés (résidences privées, appartements, institutions). La synthèse des thèmes révèle qu'être un aîné signifie s'engager dans le présent avec plus de sagesse en prenant son parti des vicissitudes de la vie et en profitant de l'allègement du rythme de la vie. Selon l'analyse de la chercheure, tout indique que le changement dans le rythme de vie, sur un fond de réflexions rétrospectives quotidiennes, fait surgir chez la personne vieillissante un émerveillement et une gratitude devant la vie à mesure que l'anticipation de nouvelles possibilités ravive un sentiment d'union aux autres et qu'un engagement altruiste stimule l'affirmation de soi. Cette synthèse, tout en mettant l'accent sur les aspects de croissance, a le mérite de rappeler que vieillir c'est aussi faire face aux vicissitudes de la vie.

Lors d'une analyse secondaire de ces narrations, Mitchell (1993) a approfondi trois phénomènes récurrents: les analogies, les

paradoxes et l'humour. À son avis, les analogies auxquelles recourent nombre de personnes âgées pour évoquer la vieillesse (voyage, saisons, arbres, etc.) font référence à la force, au courage, à la découverte, à la sagesse, à la liberté et à une récompense à venir. Par ailleurs, deux paradoxes émergent de ces récits, *se sentir semblable en même temps que différent* et *vivre les restrictions en même temps que l'expansion*. Mitchell considère que la présence de ces paradoxes contredit l'hypothèse de Kaufman (1986) d'un soi dans la vieillesse qui se percevrait identique à ce qu'il était ("ageless self") et qui s'inscrirait davantage dans une continuité que dans un devenir. La nature de ces rythmes paradoxaux complexes indiquerait plutôt, selon Mitchell, que les personnes âgées se perçoivent à la fois en continuité avec ce qu'elles ont toujours été et en changement, dans la mesure où les limitations de la vieillesse leur ouvrent de nouvelles possibilités de croissance. Enfin, l'humour occupe une place importante dans les récits de ces vieillards. Ils y affirment que celui-ci est un atout essentiel durant la vieillesse. Ils s'en servent autant pour rire d'eux-mêmes et de leurs faiblesses que pour semer la joie autour d'eux.

Dans une étude subséquente, Mitchell (1995) a dirigé son attention plus spécifiquement sur le paradoxe restriction/liberté auprès de 3 hommes et 9 femmes de plus de 75 ans, vivant à domicile ou dans un complexe résidentiel avec services multiples. Son analyse démontre que l'expérience vécue de restriction/liberté est ressentie par ces personnes comme une anticipation de leurs limites en même temps qu'une prise de conscience de leur liberté de s'auto-diriger;

la soumission aux changements renforce chez elles la détermination d'aller de l'avant. En apprenant à vivre avec les limites, ces participants âgés se sont ouverts de nouvelles portes. Ces acquis concernent l'apprentissage de nouvelles façons de vivre et de conserver leur énergie pour les choses importantes, la découverte de l'humour, le renforcement de la foi et l'atteinte d'un état de paix et de confiance.

Enfin, la chercheure canadienne (Mitchell, 1990) a approfondi l'expression "prendre la vie au jour le jour" communément évoquée dans les récits des personnes âgées. Dix personnes de 75 ans et plus, recrutées dans différents milieux de vie (communauté, unité de soins de courte durée, centre d'hébergement) ont partagé leur expérience de vivre au jour le jour. Trois thèmes traduisent cette expérience. *S'affirmer dans ses relations* exprime l'importance d'aider les proches et d'apprécier chaque moment passé en leur compagnie. Sous le thème *entrevoir de nouveaux horizons à travers le retrécissement de l'univers actuel* apparaît le sentiment paradoxal de se sentir restreints à différents niveaux en même temps que libres de dépasser ces limites pour continuer leur développement. Enfin, le thème *cheminer allégrement vers l'avant* dévoile que vivre au jour le jour est la meilleure façon de ne pas s'en faire pour le lendemain et de saisir toutes les occasions quotidiennes de changer.

Les thèmes paradoxaux qui structurent l'expérience de vieillir dans ces études canadiennes et américaines sont aussi présents dans d'autres études phénoménologiques réalisées hors du

contexte nord-américain. Ainsi, pour 9 hommes et femmes âgés de 71 à 83 ans vivant à Valencia en Espagne, vieillir est la confirmation de victoires obtenues par une détermination énergique face aux obstacles à l'efficacité (Rendon, Sales, Seal et Piqué, 1995). Au Népal, 5 femmes et 20 hommes de plus de 50 ans ont affirmé que vieillir c'est se centrer sur les nécessités de survie en même temps qu'apprécier plus intensément les occasions de célébrer avec les autres significatifs, alors que la diminution des capacités donne droit à plus de répit et confère un statut honorable aux yeux des autres; quant au changement dans les habitudes, il crée à la fois un confort-inconfort dans la mesure où ce qui se perd dévoile de nouvelles possibilités (Jonas, 1992). Enfin, en Écosse, 30 hommes et 70 femmes de plus de 80 ans ont décrit leur expérience de vieillir comme une intensification de leur engagement dans la vie à mesure que les transformations apportent une maturité qui permet d'affronter l'incontournable avec une solide sérénité (Futrell, Wondolowski et Mitchell, 1993). Ces résultats laissent croire à une certaine universalité dans l'expérience de vieillir.

#### sens de la santé, du bien-être, de l'autonomie et sens de la vie

Une autre série d'études aborde le sens que les personnes âgées donnent à leur expérience de la santé, de l'autonomie et du bien-être. Ces études révèlent que la santé, l'autonomie et le bien-être des personnes âgées représentent un processus dynamique dont le sens se construit continuellement au fur et à mesure des changements imposés par la vieillesse. La prise de conscience de leurs ressources personnelles, le sentiment d'utilité et l'altruisme

occupent une place importante dans toutes ces expériences et contribuent à donner un sens positif à la vie de ces aînés.

Utilisant une approche phénoménologique, Thorne, Griffin et Adlersberg (1986) ont demandé à 15 personnes âgées en bonne santé et vivant dans la communauté de décrire le sens qu'elles donnent à la santé et au bien-être. Selon le résultat de l'analyse des données, la santé et le bien-être sont vécus à trois niveaux hiérarchiques. Au niveau le plus superficiel, ils sont décrits en termes de *confort* et d'*habiletés*. Par ailleurs, les limites et la perte de capacité sont acceptables aux yeux des aînés dans la mesure où elles n'interfèrent pas avec la capacité de maintenir des relations significatives et de contribuer à la vie sociale en continuant à assumer des rôles. *Les relations et la compétence* constituent donc le deuxième niveau de description de la santé et du bien-être. Enfin, au dernier niveau, *le sentiment d'un sens* est ce qui permet de se sentir en santé malgré l'inconfort et les incapacités, les changements dans le style de vie et dans les relations interpersonnelles. Tant qu'ils peuvent donner un sens à ce qu'ils vivent, ces aînés peuvent absorber les changements. Selon les chercheurs, le sentiment d'un sens englobe les deux autres niveaux et devient le concept central qui définit la santé.

Dans une autre étude phénoménologique, Wondolowski et Davis (1991) ont interrogé 108 hommes et femmes, âgés de 80 ans à 100 ans et plus et vivant de façon autonome dans la communauté, sur le sens qu'ils donnent à la santé. Trois thèmes structurent l'expérience de

santé de ces aînés. Le sentiment d'une vitalité durable ("abiding vitality") traduit cet aspect de l'expérience de santé de la personne âgée qui se ressent comme la découverte d'une énergie insoupçonnée qui fait naître en elle une confiance en sa capacité de contourner tous les obstacles. En continuant à trouver des voies d'accomplissement ("generating fulfillment") dans le cadre plus étroit du moment présent et en valorisant l'altruisme et les relations interpersonnelles, la personne âgée construit quotidiennement sa réalité de la santé. Enfin, dans les moments de réflexions ("rhapsodic reverie"), la personne âgée transcende le temps en vivant le moment présent en relation avec le réconfort des souvenirs agréables du passé et l'anticipation sereine de ce qui est à venir. Wondolowski et Davis définissent la santé de ces personnes âgées comme un élan de vitalité émanant de moments de "rêveries rhapsodiques" qui conduisent à un accomplissement. Ici encore, la synthèse proposée par les chercheurs voile une partie fondamentale de l'expérience de la santé racontée par les participants, laquelle se construit en relation avec les changements dans les capacités et le rythme de vie.

Pour sa part, Ruffing-Rahal (1989) a étudié l'expérience de bien-être de 27 personnes autonomes, âgées de 62 à 90 ans, comme indicateur d'un processus de construction quotidienne personnelle et signifiante de la santé. L'échantillon a été constitué de personnes volontaires dont la majorité sont veuves et vivent seules à domicile. Les participants ont été recrutés parmi un groupe de personnes identifiées comme manifestant un bien-être par des

infirmières de centres de promotion de la santé pour personnes âgées d'une grande région métropolitaine. Les indicateurs de ce qui "manifeste un bien-être" ne sont pas spécifiés par la chercheuse. Une méthode d'analyse de théorisation ancrée a conduit à l'identification de trois thèmes principaux: l'activité, l'affirmation et la synthèse. Selon Ruffing-Rahal, le bien-être comme expérience qualitative se traduit par un engagement quotidien dans des activités significatives, la perception d'une continuité positive de la vie et la réconciliation des expériences négatives dans un cadre qui leur donne sens. Dans une étude ultérieure, Ruffing-Rahal (1998), se référant à Jung (1965), postule que le bien-être, tel que défini par ces trois thèmes fondamentaux, constitue le véhicule qui conduit à l'individuation.

Major (1993), quant à elle, a voulu comprendre l'expérience d'autonomie de 4 femmes, âgées de 81 à 90 ans, cohabitant avec un proche. Trois thèmes décrivent cette expérience: "être capable moralement comme physiquement", "être encore quelqu'un" et "choisir au-delà des changements". Le premier thème, être capable moralement comme physiquement, rapporte un aspect de l'expérience qui se vit avec soi dans la prise de conscience de ses forces. Le deuxième, être encore quelqu'un, décrit un aspect de l'expérience qui désigne la capacité de s'affirmer dans des échanges de réciprocité avec les autres. Enfin, choisir au-delà des changements signifie pour ces femmes âgées, le fait de vivre l'expérience d'autonomie à la fois en relation avec soi, en prenant conscience des changements et en donnant un sens à leur choix, et en relation avec les autres en

tenant compte de l'entourage dans l'exploration de nouvelles possibilités.

Enfin, Trice (1990) a étudié phénoménologiquement la structure d'expériences qui donnent un sens à la vie des aînés. Onze personnes âgées de 65 à 87 ans, autonomes et vivant à domicile, ont participé à l'étude. Les répondants devaient décrire des expériences durant lesquelles ils avaient eu le sentiment que leur vie avait un sens. Les résultats indiquent que la générativité et l'altruisme sont au coeur de l'expérience de sens de ces aînés. Les quatre thèmes communs aux descriptions révèlent que: 1) chaque expérience implique une préoccupation pour les autres, 2) à chaque fois, la personne âgée a eu le sentiment d'être utile, 3) dans tous les cas, les participants ont entrepris une action concrète pour être utiles et 4) le sentiment dominant de l'expérience en est un de valorisation. Un dernier thème qui apparaît fréquemment, mais pas constamment, est l'impression que Dieu ou un Être supérieur dirige l'expérience ou est à son origine.

#### sens et ajustement

Une dernière série d'études explore l'ajustement dans la vieillesse. Ces études donnent accès au cheminement qui conduit une personne âgée à créer du sens malgré les pertes de façon à s'y ajuster positivement.

À l'aide d'une méthode de théorisation ancrée, Wagnild et Young (1990) ont étudié la résistance ("resilience") manifestée par

24 femmes âgées de 67 à 92 ans, vivant dans la communauté, comme manifestation d'un ajustement réussi. Les femmes de cette étude ont été recrutées parce qu'elles avaient surmonté positivement et rapidement une perte récente (deuil d'une personne proche ou éloignement du milieu de vie, détérioration subite de l'état de santé). De l'analyse des données résultent cinq thèmes. Le premier, *l'équanimité*, décrit les ajustements cognitifs que les répondantes effectuent pour accepter sereinement leur sort. Le deuxième, *la persévérance*, réfère à leur détermination de continuer la bataille pour reconstruire leur vie et demeurer engagées. Le troisième thème, *la confiance en soi*, révèle que la perte a été l'occasion pour ces femmes de se découvrir une force et des habiletés insoupçonnées, qui les ont aidées à bâtir une plus grande confiance en elles. Sous le thème *faire du sens*, elles ont exprimé leur capacité à dériver un sens de leur expérience et à donner un nouveau sens à leur vie en général. Enfin, la confrontation avec cette perte significative a été l'événement qui a forcé la rencontre avec *la solitude existentielle* qui constitue le dernier thème de l'étude. Cette solitude a favorisé chez les répondantes une acceptation de soi, une harmonie intérieure et une créativité nouvelle.

Pour sa part, Faucher (1993) a étudié les auto-verbalisations et le dialogue intérieur de 32 vétérans âgés québécois vivant en institution, évalués et s'évaluant eux-mêmes comme bien adaptés et relativement heureux, en vue d'identifier les stratégies cognitives que les personnes âgées adoptent pour s'ajuster à la vieillesse. L'analyse qualitative des données a permis d'identifier 18

stratégies cognitives différenciées regroupées sous trois styles prédominants: le dynamisme cognitif, le réalisme cognitif et l'altruisme cognitif. Le dynamisme cognitif est le style principalement utilisé par ces vétérans. Selon Faucher, "il représente les forces cognitives que l'individu oppose aux contradictions pour servir non seulement de contrepoids mais aussi de levier vers un mieux-être" (p.124). Le deuxième style, le réalisme cognitif, met l'accent sur "le pouvoir libérateur et pacificateur de l'évaluation réaliste et pragmatique pour l'atteinte d'une attitude consentante nécessaire à la tolérance de la frustration" (p.125). L'altruisme cognitif représente un style d'adaptation visant "le bien-être des autres et la collaboration entre être humains pour l'atteinte d'un idéal humanitaire" (p.126).

En somme, les aînés qui se donnent des horizons de sens démontrent qu'ils continuent d'être engagés dans un processus de croissance. Le paradoxe limites/possibilités est au coeur de la phénoménologie du vieillir, faisant en sorte que lorsqu'un sens est produit, les changements imposés par les limites favorisent une réflexion positive sur soi, sur sa vie et sur la vie en général, qui conduit à une harmonie avec soi, laquelle débouche sur une détermination ferme à vivre, à aimer et à donner. Des changements semblables sont signalés dans des études qui s'intéressent à l'expérience spirituelle des personnes âgées.

### Vieillesse et spiritualité

Même si le groupe des aînés est celui qui a reçu le plus d'attention en ce qui concerne les effets de la spiritualité ou de la religion sur leur santé physique ou mentale (Blazer et Palmore, 1976), Reed (1991b) constate qu'il y a autant d'articles qui réclament plus de recherches sur la spiritualité des personnes âgées que d'articles dans lesquels une telle recherche est présentée. Pour sa part, McFadden (1996) rapporte qu'une recension des études de trois revues gérontologiques importantes révèle que sur 2127 études quantitatives réalisées entre 1985 et 1991, 78 comportaient une variable religieuse et 14 seulement utilisaient un instrument de mesure multidimensionnel.

### vieillesse, activités religieuses et ajustement

Durant les décennies 1960 et 1970, alors que l'enthousiasme régnait devant la perspective d'une vie plus longue, la recherche gérontologique provenait surtout des sciences sociales. Cette recherche était quantitative et largement influencée par la théorie du désengagement de Cumming et Henry (1961) et par celle de l'activité, le plus souvent attribuée à Havighurst (1968). Ces deux théories proposent des thèses opposées pour expliquer un ajustement réussi à la perte de rôles durant la vieillesse. Dans ce contexte, lorsque rarement la spiritualité figurait dans une étude, c'était sous la forme d'une activité religieuse (participation à des activités religieuses formelles) pouvant contribuer ou non à un meilleur ajustement durant la vieillesse (Payne, 1990). Les études conduites à cette époque ont produit des résultats contradictoires,

qu'on a expliqués par un manque de précision dans la définition de la variable "religion" et, conséquemment, par l'utilisation d'instruments de mesure inadéquats (Koenig, 1990; Moberg, 1965; Sanua, 1977). L'aspect rituel institutionnel, celui qui a été le plus souvent mesuré, ne représenterait qu'une dimension de la religiosité et ne serait pas toujours un bon indicateur de la profondeur et de la maturité des croyances religieuses (Mindel et Vaughan, 1978).

#### vieillesse, croyances et pratiques religieuses et santé

Dans les décennies 1980 et 1990, les problèmes de santé reliés au vieillissement de la population sont devenus plus visibles et, peu à peu, le vieillir est devenu un des objets d'étude des sciences de la santé (Payne, 1990). Cette recherche est également dominée par une épistémologie néo-positiviste et l'utilisation de méthodes quantitatives. Les quelques études qui incluent la dimension spirituelle s'en tiennent à l'aspect religieux et adoptent souvent un cadre théorique du stress et de l'adaptation. La variable "religion" y est étudiée le plus fréquemment comme une dimension du soutien social ou comme une stratégie d'adaptation en relation avec le moral ou le bien-être. En général, ces études recourent à des instruments de mesure qui tiennent davantage compte de la maturité des convictions religieuses et intègrent la dimension subjective et objective de l'expérience religieuse, s'appuyant tantôt sur le concept de motivation religieuse d'Allport (Allport, 1961; 1966; Allport et Ross, 1967), tantôt sur celui du bien-être spirituel de Paloutzian et Ellison (1982), tantôt encore sur plusieurs de ces

concepts (Koenig, Smiley et Gonzales, 1988). Cette recherche semble avoir produit suffisamment de résultats persistants et d'analogies pour soutenir l'hypothèse d'une relation causale entre les croyances et les pratiques religieuses, d'une part, et le bien-être physique et mental des personnes âgées, d'autre part (voir la revue des écrits dans Cossette, 1996a; dans Koenig, 1994; et dans McFadden, 1996). De plus, les stratégies d'adaptation de nature religieuse seraient les plus fréquemment utilisées par les personnes âgées pour les aider à affronter leurs problèmes (voir la revue des écrits dans Cossette, 1996b, sous le thème "dépression"). Toutefois, la polémique sur les effets de la religion n'est pas éteinte et semble même se ranimer, comme en témoignent des études récentes (Atchley, 1997; Strawbridge et coll., 1998) qui invitent à la prudence avant de conclure à un effet bénéfique de la religion dans la vie des personnes âgées.

#### vieillesse et croissance spirituelle

Même si elle semble indiquer un effet bénéfique des croyances et des pratiques religieuses sur la santé mentale et physique des aînés, toute cette recherche ne donne pas d'indice d'une croissance spirituelle comme telle durant la vieillesse. Avec cet objectif en tête, quelques chercheurs ont voulu vérifier si les individus devenaient plus religieux en vieillissant. Des études transversales, utilisant plusieurs mesures de religiosité, ont démontré que le déclin de la santé et une plus grande difficulté à se déplacer pour assister aux offices religieux pouvaient réduire la participation aux activités religieuses formelles chez les aînés mais que leurs

activités religieuses informelles demeuraient aussi significatives, sinon plus importantes (Ainlay et Smith, 1984; Mindel et Vaughan, 1978). Toutefois, selon Hunsberger (1985), la religion deviendrait plus importante seulement pour les personnes âgées déjà religieuses. L'étude longitudinale bien connue de Blazer et Palmore (1976), réalisée sur une période de 18 ans, révèle que les activités religieuses des personnes âgées (n=272) déclinent avec le temps mais que l'intérêt pour la religion demeure stable. D'autres études longitudinales soutiennent l'hypothèse d'une stabilité dans les croyances et les pratiques religieuses des personnes âgées à travers le temps (Atchley, 1997; Glamser, 1988; Koenig et coll., 1992; Shand, 1990).

Koenig (1994) rappelle que dans le domaine des changements en regard des croyances et des pratiques religieuses, les généralisations concernant la stabilité ou l'instabilité doivent être considérées avec prudence, car ces conclusions risquent d'occulter des changements dramatiques sur une base plus individuelle. De son côté, McFadden (1996) reproche aux instruments standardisés de manquer d'efficacité quand il s'agit d'élucider les trajectoires de changements chez les personnes âgées et suggère que les entrevues en profondeur pourraient être plus appropriées pour répondre à cet objectif.

Dans cet esprit, quelques chercheurs, provenant majoritairement des sciences infirmières, ont opté pour une approche compréhensive plutôt qu'explicative du phénomène de la spiritualité.

Ce changement de paradigme a libéré l'étude de la spiritualité du cadre étroit de la religion et commence à donner un aperçu des autres manifestations de l'idée de transcendance durant la vieillesse et d'une ouverture à un cadre de sens élargi.

Pionnières dans ce domaine, Hungelmann et ses collègues (1985) ont adopté une approche de théorisation ancrée ("grounded theory") pour décrire le bien-être spirituel des personnes âgées. Elles ont interrogé 31 personnes âgées de 65 à 85 ans, de différentes confessions ou athées, manifestant une intégrité spirituelle aux yeux des investigatrices ou d'autres personnes, et présentant un état de santé variant d'une bonne santé physique à la maladie terminale. Les chercheuses ont aussi procédé à 150 heures d'observation participante dans les différents milieux de vie des personnes recrutées (hôpitaux, résidences privées et complexes résidentiels avec services). Aucune explication n'est donnée concernant les critères retenus pour évaluer l'intégrité spirituelle des sujets. L'analyse des données a révélé deux composantes: toutes les activités ou les qualités mentionnées par les participants pour décrire leur perception du bien-être spirituel réfèrent soit à des relations (avec soi, avec la nature et les autres et avec un Autre ultime), soit à un processus de croissance dans le temps (passé, présent et futur). Le concept d'une union harmonieuse ("harmonious interconnectedness") est apparu comme le construit théorique qui unifie le mieux les thèmes extraits de l'analyse des données. Hungelmann et ses collègues ont défini le bien-être spirituel des personnes âgées comme le sentiment d'une union harmonieuse entre

soi, les autres ou la nature et un Autre ultime qui existe à travers et au-delà du temps et de l'espace. Il se réalise dans un processus dynamique de croissance qui conduit à la réalisation du but et du sens ultime de la vie.

Après une revue exhaustive des théories du développement dans l'âge adulte, Reed (1986) a conçu un instrument, le DRLA ("Developmental Resources of Later Adulthood"), pour étudier le lien entre les ressources développementales des personnes âgées et leur santé mentale. L'instrument a été vérifié auprès de 130 personnes âgées. L'analyse factorielle a révélé qu'un facteur particulier, nommé facteur de transcendance, s'avère une ressource de croissance particulièrement significative durant la vieillesse. Les items contenus dans le facteur de transcendance représentent des activités et des démarches qui orientent les personnes âgées vers des buts qui dépassent leurs intérêts personnels. L'auto-transcendance est définie comme une extension des limites conceptuelles de soi qui se réalise intérieurement par des activités introspectives, extérieurement à travers des préoccupations altruistes et temporellement en infusant le présent de ses perceptions du passé et de l'avenir. Les études conduites par Reed (1986; 1989; 1991c) rapportent une relation positive entre l'auto-transcendance et une meilleure santé mentale chez les personnes âgées.

Poursuivant sa démarche, la chercheuse (1991c) a voulu connaître les modes d'auto-transcendance que privilégient les personnes très âgées pour favoriser leur bien-être. Au cours d'une

entrevue semi-structurée, elle a demandé à 55 personnes âgées de 80 à 97 ans (36 femmes et 19 hommes) et vivant d'une manière autonome à domicile de répondre à trois questions générales portant sur a) les changements qui se passent en eux et avec les autres; b) leur perception du passé, du présent et de l'avenir; c) et leur façon de voir les modifications dans leur image corporelle et leurs capacités physiques. L'introjectivité (activités de croissance personnelle incluant les activités spirituelles), la générativité (activités altruistes), la transcendance corporelle (flexibilité devant les changements) et l'intégration temporelle (acceptation positive du passé et du présent, anticipation positive du futur) sont, dans l'ordre, les patrons d'auto-transcendance auxquels recourent le plus fréquemment ces personnes âgées en regard de leur bien-être émotif.

La transcendance, en tant que ressource développementale durant la vieillesse, a aussi suscité l'intérêt de Tornstam (1992; 1994; 1996; 1997). En vue de vérifier sa théorie de la gérotranscendance, il a interrogé des personnes d'origine suédoise, dont l'âge varie de 52 à 97 ans, pour examiner les changements développementaux dans leur vision du monde et dans leurs attitudes personnelles. Dans un premier temps, 500 personnes ont écouté la lecture d'un texte décrivant la gérotranscendance. Les 50 participants recrutés sont ceux qui ont reconnu ce phénomène dans leur développement personnel et qui ont accepté de partager leur expérience. Les changements signalés par plusieurs concernent trois dimensions de la gérotranscendance: la dimension Cosmique, le Social incluant les relations personnelles, et le Soi. En ce qui a trait à

la dimension Cosmique, les répondants ont signalé un intérêt croissant pour les générations précédentes ainsi qu'un attrait pour des activités plus contemplatives. Sur le plan Social et relationnel, ils ont découvert le plaisir d'une solitude positive et notent que leurs relations avec les autres sont caractérisées par plus d'acceptation et de tolérance. Au niveau des changements dans le Soi, ils ont pris conscience de leur égocentricité et ont développé une vision moins narcissique. Comme Mitchell (1993), Tornstam (1997) conteste l'hypothèse de Kaufman (1986) et conclut que ces changements indiquent que le soi des personnes âgées change et se développe encore.

Cette thèse d'un concept de soi dynamique et ouvert chez la personne âgée, d'un soi qui n'est pas achevé mais en continuel devenir, est aussi soutenue par Sherman et Webb (1994). Ces chercheurs ont étudié les réminiscences de personnes âgées. Leur impression générale tirée de l'analyse de rapports, d'observations rétrospectives et de réminiscences de 300 personnes âgées de 60 à 102 ans est que le sens du soi est central dans le phénomène de réminiscence autant que dans l'expérience de la vieillesse en général. Dans plus de la moitié des récits étudiés, le soi des personnes âgées effectue un voyage qui prend sa source dans un attachement au physique, au social et au matériel, pour s'engager progressivement dans un processus de découverte et de compréhension de soi qui le conduit éventuellement à se percevoir comme un "étant" faisant partie du tout de l'Être. Sherman et Webb concluent que

l'itinéraire du soi durant le vieillissement constitue un voyage spirituel.

Les résultats de ces études suggèrent la présence d'une croissance spirituelle durant le vieillissement qui se manifeste comme une expérience de transcendance. En cheminant dans une solitude positive, la personne âgée développe des relations harmonieuses avec les autres d'abord, prenant la forme d'un engagement et d'un altruisme plus intense, mais aussi avec soi et sa vie, avec la nature et avec l'Universel.

Cette revue des écrits apporte un appui théorique et empirique à l'hypothèse d'une expérience de croissance durant le vieillissement dont le substrat serait de nature spirituelle. Par ailleurs, aucune étude n'a exploré directement l'expérience de croissance telle que vécue par des personnes âgées aux prises avec plusieurs déclinis. C'est à cette connaissance que la présente recherche phénoménologique veut contribuer. Elle privilégie une perspective dialectique qui voit le développement comme le résultat du dialogue réciproque et continu entre l'individu et son environnement. Les contradictions qui naissent de ce dialogue créent un désordre qui sollicite le système de sens afin que ce désordre puisse être expliqué d'une manière cohérente. Le vieillissement, parce qu'il multiplie les contradictions, est une période de dialogue mouvementé qui peut favoriser une ouverture à un cadre de sens transcendant de façon à rendre les pertes sensées. Cette recherche veut donc donner la parole à des personnes âgées aux prises avec de

nombreux déclins afin de connaître leur perception d'une croissance et de déterminer dans quelle mesure cette expérience de croissance en est une d'auto-transcendance.

Chapitre III

**La méthode**

Ce chapitre décrit le cheminement qui a été suivi pour répondre aux questions de la recherche. La base théorique de la méthode y est d'abord présentée, puis l'application concrète, étape par étape, qui en a été faite dans cette recherche ainsi que les mesures mises en oeuvre pour assurer la validité de l'étude. Enfin les considérations éthiques et les limites de l'étude sont discutées.

### **L'approche phénoménologique**

Cette étude a pour but de décrire phénoménologiquement l'expérience de croissance durant la vieillesse à partir du point de vue de personnes âgées ayant subi de nombreuses pertes. Si la phénoménologie a fait sa première apparition significative dans l'histoire avec Hegel, c'est grâce à Husserl (1970) qu'elle prendra son essor et formera école (Omery, 1983). Cette épistémologie tente de joindre l'extrême objectivité et l'extrême subjectivité en situant la connaissance dans l'interaction sujet-objet (Spiegelberg, 1982). La phénoménologie affirme que le noème, objet pensé, ne saurait être dissocié de la noèse, acte de la conscience pensante. Elle ne statue pas sur l'existence réelle de l'objet, qui peut aussi bien être objet réel, qu'objet perçu ou imaginaire (Giorgi, 1997). Ainsi, dans la présente étude, notre intention n'est pas d'établir si les personnes recrutées vivent réellement une croissance ou si une telle croissance est possible, mais bien de dégager la signification du phénomène telle qu'elle est vécue par ces personnes âgées et telle qu'elle se révèle à travers leurs récits. Ce qui

intéresse le phénoménologue, c'est la dimension significative de l'expérience et du comportement humain.

La phénoménologie de Husserl se caractérise par les concepts clés que sont l'intentionnalité, la réduction phénoménologique et l'intersubjectivité (Spiegelberg, 1982). Pour Husserl (1970), la conscience est toujours visée intentionnelle d'un objet, et il y a autant de manières de viser intentionnellement l'objet qu'il y a de manières pour l'objet d'être donné. Ce que cherche le phénoménologue, c'est à identifier ces fils intentionnels qui unissent la conscience à l'objet. L'appréhension du phénomène se réalise par la méthode dite de la réduction phénoménologique qui vise à en dégager les essences.

Cette réduction s'opère en deux volets. Un premier volet, la réduction phénoménologique proprement dite, que Husserl (1970) nomme "épochè", exige du chercheur qu'il suspende son jugement sur toutes les croyances concernant l'existence du phénomène. Cela implique de purger sa conscience de tout a priori, de tout préjugé, de tout élément hérité de la pensée scientifique. Une façon courante d'opérer cette réduction est d'identifier et d'articuler logiquement ses hypothèses sur le phénomène avant de les mettre de côté de façon à réduire les biais lors de la collecte des données (Cohen et Omery, 1994; Janesick, 1994; Oiler-Boyd, 1989; Morse, 1994b). Pour ce faire, le chercheur doit effectuer un tour d'horizon, le plus complet possible, de son sujet de recherche et identifier les écrits avec lesquels il est davantage en accord idéologique.

Pour répondre aux exigences de la réduction phénoménologique, le phénomène de croissance durant la vieillesse a d'abord été examiné selon plusieurs perspectives théoriques et disciplinaires. Ensuite, les indices empiriques d'une telle croissance ont été recherchés à travers les études sur la spiritualité des personnes âgées et celles qui explorent les expériences de sens durant la vieillesse. Le chapitre deux témoigne de cette démarche. La présentation des postulats théoriques qui sous-tendent cette recherche a clos cette revue des écrits. Cette identification des hypothèses théoriques que je privilégiais a précédé l'élaboration du guide d'entrevue, de façon à ne pas orienter les questions ou les réponses éventuelles dans le sens de mes croyances sur le phénomène.

Le deuxième volet de la méthode de Husserl, la réduction eidétique, consiste à dévoiler les multiples facettes sous lesquelles l'objet se présente à la conscience. Dans une étude qui requiert la participation d'autrui, le savoir qui se livre au chercheur n'est pas le produit de son travail mais bien le résultat de la démarche de collaboration qu'il établit avec la personne qui livre son expérience. C'est dans l'intersubjectivité, c'est-à-dire dans l'ouverture de la conscience du chercheur à celle de son collaborateur, dans la rencontre de leurs subjectivités, qu'il sera possible de comprendre le phénomène qui se présente à leurs consciences respectives (Deschamps, 1993). Cette démarche appelle l'intimité et s'accommode mal d'une présentation sur le mode impersonnel. Aussi, dans ce chapitre et dans le suivant, qui

rapporte les résultats de cette démarche intersubjective, j'ai choisi de m'exprimer au "je" pour mieux rendre compte du contexte de la recherche et du climat de complicité qui s'est installé avec mes collaborateurs.

La participation de plusieurs personnes âgées, ayant fait ou faisant l'expérience de pertes à différents niveaux, vivant à domicile et en institution, et présentant des caractéristiques socio-démographiques variées, garantit autant qu'il est possible de le faire que le phénomène a pu être appréhendé sous ses multiples facettes. Par ailleurs, c'est en réfléchissant phénoménologiquement sur les données recueillies, c'est-à-dire en dépassant les couches superficielles de compréhension pour aller vers une compréhension profonde, que les essences se sont dévoilées.

En dégageant les essences, Husserl prétendait atteindre la structure pure du phénomène qui existe en soi, indépendamment des subjectivités individuelles. L'idée d'une phénoménologie transcendantale sera contestée par Heidegger (1962), suivi en cela par les philosophes existentialistes français Sartre, Merleau-Ponty et Ricoeur, qui centrent la réflexion phénoménologique non plus sur la conscience mais sur l'existence. Selon cette vue, l'expérience vécue n'est elle-même qu'une interprétation et ne peut être dissociée de ses contingences culturelles et historiques. Giorgi (1997), quant à lui, distingue la phénoménologie scientifique qui étudie les structures sous leurs essences concrètes, socialement et culturellement ancrées, et la phénoménologie philosophique qui

s'intéresse au sens ultime et universel des phénomènes. Selon les écoles auxquelles elle se rattache, la phénoménologie scientifique à son tour met l'accent soit sur la description du phénomène soit sur son interprétation. Certains chercheurs privilégient en effet une méthode descriptive qui s'inscrit davantage dans la tradition de Husserl, alors que d'autres choisissent une approche herméneutique qui se réclame de Heidegger et des philosophes existentialistes (Giorgi, 1997; van Manen, 1990).

La présente étude se veut scientifique en ce qu'elle ne prétend pas atteindre aux essences ultimes de l'expérience de croissance durant la vieillesse mais à ses essences concrètes, telles qu'elles sont ressenties par des personnes âgées, dont la longévité, l'état de santé, les modes de vie et les croyances sont liés à leur contexte socio-historique. Il va également de soi que la question de départ s'est imposée à l'intérieur de ce contexte socio-culturel et historique précis. Par ailleurs, en ce qui concerne la méthode de recherche, la démarche suivie emprunte à la fois à la méthode descriptive et à la méthode herméneutique. Dans un premier temps, les données sont en effet analysées selon une méthode descriptive, de façon à minimiser les risques d'interprétation uniquement subjective. Les résultats de cette analyse descriptive sont ensuite livrés sous un mode herméneutique, en y ajoutant mes réflexions, en identifiant les différences entre l'expérience de croissance des personnes qui fréquentent le centre de jour et celle des résidents qui vivent en hébergement et en comparant les données

recueillies auprès des aînés qui se sentent croître avec celles des personnes qui sont centrées sur leurs déclin.

### **L'application de la méthode**

Le protocole de recherche qui suit a été appliqué de façon à recueillir et analyser les données qui permettent de répondre aux trois questions de la recherche.

#### Les étapes préliminaires

Dans un premier temps, un guide d'entrevue incluant des questions d'ordre socio-démographique et une question ouverte destinée à explorer le phénomène à l'étude a été élaboré. Comme le sujet de la croissance durant la vieillesse peut produire un effet de désirabilité sociale, et que des personnes âgées auraient pu craindre de paraître négatives en affirmant ne pas vivre une telle expérience, un préambule à la question a été rédigé afin de minimiser cet effet. Ce préambule se lisait ainsi:

"Certaines personnes décrivent la vieillesse comme une série de pertes et de déclin alors que d'autres pensent qu'elle comporte aussi des gains ou des occasions de croître, de se développer. Cette perception dépend de l'expérience de chacun, de sorte qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Dans votre cas, diriez-vous que la vieillesse est surtout une période de déclin ou qu'elle comporte aussi des occasions de croissance?"

Par la suite, la question phénoménologique proprement dite était introduite. En phénoménologie, la formulation de la question doit donner accès au monde de l'expérience et ne pas diriger vers une opinion ou un point de vue (Giorgi, 1997). Aussi, lorsque le

collaborateur répondait qu'il vivait surtout du déclin, la question prévue était: "*Parlez-moi de votre expérience de la vieillesse*" suivie au moment opportun de "*Vous est-il arrivé dans les dernières années de vivre une expérience durant laquelle vous avez eu le sentiment de croître? Si oui, pouvez-vous me la décrire?*". Dans le cas où le collaborateur affirmait vivre de la croissance, la question qui faisait suite était: "*Comment décririez-vous cette croissance?*".

Une étude pilote a été conduite auprès de deux personnes âgées résidant dans un centre d'hébergement du secteur privé de la santé, dans le but de tester les questions et l'efficacité du préambule, de raffiner la technique d'entrevue et d'identifier les écueils à éviter. Le hasard a voulu qu'une de ces personnes reconnaisse vivre surtout de la croissance alors que l'autre a insisté surtout sur ses déclin. Cette dernière a fait part de son accablement devant les déclin continus, de sa perte du goût de vivre et d'un sentiment profond d'injustice. La personne qui vivait de la croissance a parlé de sa foi, de son amour de la vie et des autres et de sa soif d'apprendre. Ces récits contraires ont mis en évidence l'utilité de prendre en compte l'expérience des personnes vivant surtout du déclin pour éclairer davantage la compréhension du phénomène de croissance. Plusieurs experts en méthode qualitative suggèrent de rechercher des cas contraires pour donner plus de poids aux conclusions de l'analyse des données sur le phénomène étudié (Brink, 1989; Huberman et Miles, 1993; Morse, 1994a).

L'entrevue avec la répondante qui vivait surtout du déclin s'est déroulée facilement, celle-ci ayant un débit verbal fluide et racontant son expérience en détail. Par contre, la personne qui vivait de la croissance s'exprimait succinctement, nécessitant que j'intervienne régulièrement afin de faire préciser une idée ou pour faire poursuivre le récit. Cette entrevue m'a fait voir la nécessité de prévoir d'avance des questions qui favoriseraient l'exploration du phénomène chez des personnes moins loquaces. Ces questions ont été ajoutées au guide d'entrevue. La version finale de ce guide est présentée à l'appendice A.

Lors de cette entrevue, j'ai vécu une expérience troublante. Alors que j'écoutais la personne qui me racontait son expérience de croissance, je me suis surprise à douter des propos qu'elle tenait, à ne pas croire qu'elle puisse réellement ressentir une telle croissance tout en faisant face à une maladie dégénérative qui lui faisait vivre déclin après déclin. En prenant du recul sur cet épisode, j'ai compris que mon jugement sur le phénomène n'était pas entièrement suspendu. J'ai dû clarifier certains postulats implicites qui n'avaient pas retenu mon attention et qui étaient à l'origine de cette réaction. Insidieusement, la documentation que j'avais consultée avait contribué à me former une image de ce que devrait être une personne qui vit de la croissance durant sa vieillesse. Les écrits se bornent à décrire les caractéristiques d'une telle croissance, faisant oublier que cette croissance se vit chez une personne qui demeure avant tout un être humain, ayant ses traits de personnalité propres, ses qualités et ses défauts. En

d'autres termes, les sages incarnés ne sont pas entièrement conformes à l'idéal du sage. Ainsi, je m'attendais naïvement à ce que ces personnes âgées, qui disaient vivre de la croissance, me soient nécessairement sympathiques, que leurs propos soient nuancés et cohérents du début à la fin, sans que ne s'y glisse aucun élément discordant. Dans le cas présent, l'enthousiasme manifesté par cette dame me semblait excessif compte tenu de sa situation et me faisait douter de la sincérité de son témoignage. Ce préjugé faisait obstacle à cette rencontre intersubjective qui doit se produire entre le chercheur et son collaborateur. L'étude pilote m'a fait prendre conscience de la nécessité de mettre aussi "entre parenthèses" mon image idéale de la personne âgée qui vit de la croissance afin d'être entièrement réceptive à la signification que les participants donneraient à leur expérience de croissance.

#### La collecte des données

Les données ont été constituées à partir d'entrevues de type semi-structuré d'une durée moyenne d'une heure qui ont été enregistrées sur bande audio. Ces entrevues se sont déroulées sur une période de cinq mois.

#### les milieux et la méthode d'échantillonnage

Les répondants ont été recrutés dans quatre centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) du réseau public québécois du secteur de la santé. Ces milieux ont été retenus parce qu'ils reçoivent une clientèle de personnes en perte d'autonomie modérée ou importante. Outre la perte d'autonomie, les personnes

âgées hébergées ont vécu la perte de leur milieu de vie naturel, souvent consécutive à un deuil affectif (mort ou maladie du proche avec qui elles cohabitaient, refus ou réticence des enfants à cohabiter avec leur parent), la perte de leurs rôles sociaux et très souvent la perte de contrôle sur leur environnement.

Un des milieux héberge 125 personnes âgées alors que les trois autres en accueillent entre 60 et 80. Tous offrent des services de soins infirmiers et de réadaptation, des services religieux et de pastorale ainsi que des services récréatifs. La première résidence, située dans un grand centre urbain, accueille une clientèle cosmopolite. Les deuxième et troisième, sises dans des petits centres urbains, desservent une clientèle plus homogène, composée surtout de personnes âgées francophones d'origine québécoise. Le quatrième centre est localisé en milieu rural et reçoit une clientèle semblable aux deux précédents.

Des entrevues ont aussi été conduites dans un centre de jour affilié au deuxième CHSLD. Ce centre de jour offre des services de réadaptation et d'occupation thérapeutique à des personnes âgées en perte d'autonomie et vivant dans la communauté. En recrutant des personnes vivant à domicile, mon objectif était d'obtenir des données sur le phénomène de croissance durant la vieillesse alors que les pertes ne bouleversent pas encore complètement le mode de vie. Morse (1989) suggère de rechercher des participants qui vivent des expériences différentes afin de mieux saisir le phénomène dans toute son étendue.

La méthode d'échantillonnage retenue a été celle de l'échantillon d'intention, c'est-à-dire un échantillon constitué de personnes pouvant contribuer significativement à la compréhension du phénomène étudié (Morse, 1989; 1994a). Dans le cas présent, il s'agit de personnes âgées qui avaient les capacités intellectuelles de réfléchir sur le phénomène de croissance à travers les déclinis de la vieillesse et qui étaient disposées à livrer le contenu de leurs réflexions.

Les critères d'inclusion pour l'étude ont été les suivants: être âgé de 70 ans et plus, être mentalement compétent, être capable de s'exprimer en français et de discourir facilement et présenter un état de santé qui permette de supporter une entrevue de 60 minutes. La sélection des participants s'est déroulée de la façon suivante:

- 1) Après un contact téléphonique, un document contenant une lettre d'introduction (appendice B), un abrégé du projet, le guide d'entrevue, une lettre d'explication à l'intention des personnes admissibles à l'étude (appendice C) ainsi que la formule de consentement pour participer à la recherche (appendice D) ont été envoyés aux responsables des soins infirmiers des centres qui ont accepté de soumettre la demande de recherche à un comité d'approbation.
- 2) Une fois la demande acceptée, une liste des participants admissibles a été établie dans chaque centre par le ou la responsable ou l'un de ses adjoints.
- 3) Chaque personne dont le nom apparaissait sur la liste a été contactée par une personne connue, en l'occurrence le ou la responsable du centre ou l'infirmière (ier) responsable de l'unité de soins, pour se faire expliquer brièvement le projet et requérir son consentement à me recevoir. Lorsque la réponse était positive, la feuille d'explication du projet et la formule de consentement lui étaient remises.
- 4) J'ai ensuite contacté par téléphone chacune des personnes volontaires afin de planifier une rencontre. Lors de cette rencontre, le but de l'étude a été réexpliqué et je me suis assurée que l'objet de la recherche ainsi que la participation attendue étaient bien compris avant de faire remplir la formule de consentement dont une copie était remise aux participants.

les collaborateurs

Au total 22 personnes ont accepté de participer à l'étude, dont 7 fréquentent le centre de jour. Les entrevues conduites auprès des résidents hébergés se sont déroulées dans leur chambre. Dans tous les cas, il s'agissait d'une chambre privée. Un avis, indiquant qu'une entrevue se déroulait, était affiché sur la porte de la chambre afin d'éviter le plus possible que la conversation ne soit interrompue. Les personnes du centre de jour ont été rencontrées dans un local de ce centre ou à leur domicile, selon leur convenance.

Sur les 22 participants, quatre ont répondu spontanément qu'ils vivaient sans contredit une expérience de croissance et pouvaient décrire aisément cette croissance. Douze répondants ont affirmé vivre beaucoup de positif. Parmi ceux-ci, six avaient de la difficulté à développer leur pensée alors que les six autres discourent facilement et logiquement. Les entrevues de ces six dernières personnes ainsi que celles des quatre qui ont reconnu immédiatement vivre une expérience de croissance constituent les données principales sur lesquelles l'analyse est basée. Les données recueillies auprès des autres personnes qui ont dit vivre beaucoup de positif durant leur vieillesse ont été utilisées comme données de soutien lors de la présentation des résultats. Ces entrevues m'ont aussi permis de reconnaître que la saturation des données était obtenue, c'est-à-dire lorsque les données se répétaient et qu'aucune nouvelle donnée n'apparaissait (Morse, 1994a). Dorénavant, ces seize personnes sont identifiées comme les collaborateurs. Enfin, six

personnes ont décrit leur vécu comme étant surtout une expérience de déclin. Les données de leurs entrevues ont contribué à enrichir la présentation des résultats par la comparaison avec les cas contraires. Tous les participants sont identifiés par des prénoms fictifs qu'ils ont eux-mêmes choisis ou que j'ai choisis pour eux.

Mesdames Antoinette, Berthe, Isabelle, Laura, Laurette, Marie et Sylviane ainsi que messieurs Charles, Georges et Louis forment l'échantillon principal. Leurs caractéristiques socio-démographiques apparaissent au tableau 1. Une seule de ces personnes n'est pas d'origine canadienne-française. Tous ces collaborateurs vivent en centre d'hébergement et leur état de santé reflète les principaux problèmes rencontrés dans la population âgée: paralysie de la moitié du corps (hémiplégie) consécutive à un accident vasculaire cérébral (AVC), angine, bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO), diabète, hypertension artérielle (HTA), fracture (Fx) de la hanche, maladies dégénératives du système ostéo-articulaire (arthrite, arthrose) et nerveux. Sauf en ce qui concerne mesdames Isabelle et Laura qui sont très autonomes, ces problèmes affectent leur autonomie fonctionnelle dans les activités quotidiennes de se laver, d'éliminer, de se vêtir et de se déplacer. Les différences dans leur niveau de scolarité assurent que cet échantillon n'est pas intellectuellement élitiste. Toutes ces personnes âgées ont reçu une éducation religieuse catholique et se disent croyantes. Depuis quelques années l'une d'entre elles est devenue Témoin de Jehovah et une autre a rejoint les rangs de l'Église évangélique chrétienne.

Une dernière personne, considérant que toutes les religions conduisent à Dieu, préfère se déclarer de "religion universelle".

**Tableau I** Caractéristiques socio-démographiques des personnes âgées vivant de la croissance (entrevues principales)

No.	Âge	Milieu	État civil	Nombre enfants	Problèmes de santé	Religion	Scolarité
1	86	CHSLD	Veuve	0	Angine Arthrite	Témoins de Jéhovah	09 ans
2	89	CHSLD	Femme célibataire	0	Fx. de la hanche BPCO	Catholique romaine	11 ans
3	79	CHSLD	Veuf	0	AVC Hémiplégie	Catholique romaine	07 ans
4	91	CHSLD	Veuf	3	Diabète BPCO	Catholique romaine	07 ans
5	78	CHSLD	Veuve	2	Maladie de Crohn Iléostomie	Catholique romaine	09 ans
6	85	CHSLD	Veuve	3	HTA./ Goître Otosclérose	Catholique romaine	10 ans
7	81	CHSLD	Veuve	9	Maladie dégénérative du système nerveux	Église évan- gélifique chrét.	08 ans
8	77	CHSLD	Veuf	3	AVC Hémiplégie	Catholique romaine	université
9	70	CHSLD	Divorcée	3	Maladie dégénérative du système nerveux	Religion universelle	08 ans
10	74	CHSLD	Veuve	2	BPCO Arthrose/ Diabète	Catholique romaine	aucune

Mesdames Emma, Marguerite, Paulette, Thérèse et messieurs Henri et Roger constituent le groupe de personnes qui ont dit vivre du positif sans pouvoir décrire aisément leur expérience. Leur profil socio-démographique est présenté au tableau 2. Toutes ces personnes sont canadiennes-françaises. Certaines caractéristiques

les distinguent des personnes constituant l'échantillon principal. Tout d'abord, ce groupe est majoritairement composé de personnes fréquentant le centre de jour. Elles vivent donc encore dans leur milieu naturel, plusieurs avec leur conjoint. Leurs problèmes de santé, quoique comparables à ceux des membres de l'échantillon principal, n'affectent pas leur autonomie fonctionnelle de façon significative, à l'exception de monsieur Roger qui dépend davantage de son entourage. Enfin, ce groupe est plus homogène en regard de la continuité avec la tradition religieuse, toutes ces personnes âgées étant catholiques romaines, croyantes et pratiquantes.

**Tableau II** Caractéristiques socio-démographiques des personnes âgées vivant une croissance (entrevues de soutien)

No.	Milieu	Âge	État civil	Nombre enfants	Problèmes de santé	Religion	Scolarité
11	Domicile	78	Mariée	5	Iléostomie Diabète/Angine	Catholique romaine	09 ans
12	Domicile	78	Marié	5	Arthrite BPCO	Catholique romaine	04 ans
13	Domicile	74	Séparée Veuve	4	Diabète Angine/Infarctus	Catholique romaine	04 ans
14	CHSLD	83	Femme célibataire	0	Trouble d'équilibre	Catholique romaine	06 ans
15	Domicile	70	Marié	1	AVC /Hémiplégie Diabète	Catholique romaine	Université
16	Domicile	88	Veuve	2	Infarctus Angine	Catholique romaine	03 ans

Les caractéristiques socio-démographiques des personnes qui ont rapporté surtout une expérience de déclin figurent au tableau 3. Ce groupe se compose de mesdames Hélène, Rose et Yvette et de

messieurs Gérard, Hector et Maurice. Une de ces personnes est canadienne-anglaise et de confession anglicane alors que les autres sont canadiennes-françaises et catholiques. Ces personnes présentent un profil semblable à celui des personnes composant l'échantillon principal en ce qui concerne la perte d'autonomie. Quatre de ces personnes se disent peu croyantes. Aucune n'a rapporté une expérience de croissance durant les dernières années.

**Tableau III** Caractéristiques socio-démographiques des personnes âgées vivant surtout du déclin

No.	Milieu	Âge	État civil	Nombre enfants	Problèmes de santé	Religion	Scolarité
17	Domicile	71	Marié	2	AVC / Hémiplegie Diabète	Catholique romaine	06 ans
18	CHSLD	87	Veuf	6	Angine Fx de la hanche	Catholique romaine	11 ans
19	CHSLD	81	Divorcée	9	Angine Infarctus	Anglicane	09 ans
20	Domicile	74	Marié	2	AVC / Hémiplegie Diabète / Infarctus	Catholique romaine	Université
21	CHSLD	96	Femme célibataire	0	BPCO / Angine Trouble d'équilibre	Catholique romaine	13 ans
22	CHSLD	87	Veuve	5	Angine Infarctus	Catholique romaine	04 ans

#### L'analyse des données

L'analyse des données s'est déroulée selon les étapes proposées par Giorgi (1975; 1985; 1997) et les précisions apportées par Deschamps (1993). Cette méthode est une adaptation de la méthode philosophique de Husserl pour répondre à des fins d'analyse

scientifique (Giorgi, 1997). Elle comporte quatre étapes précédées d'une étape préliminaire:

- 1) reconstitution de la description du phénomène à partir des données recueillies (étape préliminaire);
- 2) saisie du sens général de la description du phénomène;
- 3) divisions des données en unités de signification;
- 4) approfondissement du sens des unités de signification en les traduisant dans le langage des sciences humaines;
- 5) synthèse et intégration des unités de signification transformées jugées essentielles en une description de la structure du phénomène.

Même si les étapes de l'analyse sont présentées en séquence, il faut comprendre que le processus d'analyse ne respecte pas une trajectoire linéaire. L'analyse s'est enclenchée dès que la collecte de données a débuté. Plus les entrevues progressaient, plus mes questions d'éclaircissement tenaient compte de l'analyse intuitive des données des entrevues précédentes et plus l'intuition du sens se faisait pressentir. C'est cette circularité entre la collecte et l'analyse qui, après un certain nombre d'entrevues, m'a donné la certitude que la saturation des données était atteinte.

#### reconstituer la description du phénomène

Deschamps (1993) attire l'attention sur l'importance de cette étape préliminaire sur laquelle Giorgi est peu loquace. Idéalement, les meilleurs témoignages sont des écrits que les sujets produisent

en se centrant sur le phénomène à l'étude de sorte que la reconstitution devient inutile. Dans le cas d'entrevues qui se doivent d'être le moins directives possibles, le risque de s'éloigner du sujet est plus grand, si bien que de grandes portions du témoignage peuvent être sans rapport avec le phénomène. En ce qui me concerne, je laissais le récit suivre son cours, m'intéressant à toutes les données qui m'étaient présentées, faisant préciser les idées, saisissant au vol une occasion de rediriger l'attention sur le phénomène. Plusieurs personnes âgées ont fait de longues digressions que je n'ai pas interrompues mais qui allongeaient inutilement le verbatim. Dans ce contexte, la reconstitution de la description du phénomène s'est avérée une étape ardue.

Une transcription verbatim du contenu des enregistrements obtenus auprès de chaque participant a d'abord été effectuée par une dactylographe ayant de l'expérience dans ce domaine. J'ai ensuite lu attentivement chaque témoignage retranscrit en écoutant les cassettes audio pour m'assurer de la fidélité de la transcription, apporter les corrections nécessaires et ajouter des données paralinguistiques, tels les sourires, les gestes, les mimiques, que la transcriptrice n'avait pu saisir à l'audition.

Tel que mentionné précédemment, les données d'intérêt en phénoménologie concernent le "lebenswelt", le monde de l'expérience vécue (Deschamps, 1993). Or cette étude, dont l'objet était la croissance durant la vieillesse, donnait souvent lieu à l'énoncé de lieux communs ou de points de vue. Les récits sont donc étayés de

données qui ne relèvent pas de l'expérience proprement dite, qui sont de l'ordre des réflexions, des hypothèses ou des déductions, concernant la vieillesse, les croyances religieuses ou la vie éternelle. Deschamps (1993) suggère d'isoler les données conceptuelles dans la description du phénomène et de les utiliser, non pas pour décrire l'expérience, mais pour en cerner les caractéristiques et les principales composantes. Dans le cas présent, plusieurs données d'ordre conceptuel à prime abord étaient ensuite réintégrées comme des données d'expérience dans le récit de la personne. Dans la mesure où les hypothèses, déductions, conceptions ou réflexions rendaient plus explicite la manière dont la personne vivait sa croissance, elles ont été retenues dans le récit. Par exemple, une réflexion du type *"Pour que la vieillesse soit une étape utile, il faut trouver de nouveaux chemins, s'ouvrir à de nouvelles valeurs"* a été considérée comme une donnée pertinente dans la reconstitution du récit de madame Marie parce qu'elle est suivie d'une donnée d'expérience: *"Une valeur qui a changé pour moi aujourd'hui, qui est plus importante, c'est le silence"*.

Pour reconstituer fidèlement les récits, j'ai d'abord relu la transcription corrigée d'un premier verbatim. Ensuite, j'ai souligné toutes les données qui me semblaient reliées à l'expérience de croissance. Au niveau paralinguistique, les rires, les sourires, les touchers ont été soulignés. Par la suite, les données qui se complétaient ont été regroupées et celles qui étaient redondantes, éliminées. Enfin, le témoignage a été reconstitué en éliminant mes questions ainsi que les données qui identifiaient le collaborateur

de façon trop évidente et en lui donnant la forme d'un récit continu. Pour être fidèle au témoignage original, cette reconstitution a été rédigée à la première personne du singulier et en respectant le plus fidèlement possible le langage parlé du collaborateur. Trois récits reconstitués sont présentés à l'annexe E. En publiant ces récits, je veux répondre au désir exprimé par ces collaborateurs de transmettre leur savoir à d'autres. Certains extraits ont été éliminés afin de préserver leur anonymat.

L'expérience de croissance en vieillissant est unique. Chaque histoire est enracinée dans le cheminement de toute une vie et aucune ne peut ressembler à une autre. Ces témoignages sont touchants et empreints de sérénité. Pourtant, après chaque entrevue, je ressentais une grande tristesse et du découragement. Je me suis questionnée longtemps sur l'état d'abattement dans lequel me plongeaient ces rencontres qui, par ailleurs, me comblaient en regard de mon intérêt de recherche. J'ai fini par comprendre que je captais le sentiment de deuil qui accompagne l'expérience de croissance à travers les déclin multiples. Comme l'a exprimé madame Marie, les pertes ne font plus mal quand elles sont acceptées, mais elles sont toujours là, laissant une tristesse résiduelle. Quant au découragement, il provenait de cette prise de conscience du défi énorme que présente la croissance durant la dernière étape de vie, défi qui m'apparaissait presque inhumain à relever. Madame Berthe a bien raison de parler de "renoncements héroïques", car ce sont bien des héros qui s'expriment dans ces récits.

tirer un sens général

Après la reconstitution de la description du phénomène commence véritablement le processus d'extraction des caractéristiques essentielles. La première étape consiste à lire la description du phénomène pour en saisir le sens général. Dans le cas présent, c'est au moment même où je me livrais à la lente reconstitution du récit que le sens général de l'expérience de croissance vécue par chaque collaborateur se révélait, de sorte que les deux étapes se sont réalisées simultanément.

identifier les unités de signification

L'étape suivante consiste à délimiter les unités de signification naturelles après avoir transposé le récit à la troisième personne du singulier. Selon Deschamps (1993), cette transposition d'un style personnel de langage à un style impersonnel inaugure le mouvement de l'analyse qui doit partir du vécu pour remonter progressivement vers le concept. Ces unités de signification sont les constituants ou les thèmes centraux qui précisent la structure individuelle du phénomène. Ils sont liés au contexte de l'expérience unique du collaborateur (Giorgi, 1975).

Pour identifier les unités de signification, les récits ont donc été adaptés à la troisième personne du singulier. Chaque récit ainsi adapté a ensuite été relu lentement, en le scindant à chaque fois qu'une transition dans le sens se faisait sentir. Un extrait du récit reconstitué de madame Antoinette illustre ce procédé:

"Moi, j'ai toujours continué à me développer. Depuis que j'suis petite, j'ai toujours accepté tout ce qui m'est arrivé. Ne pas accepter, c'est s'arrêter. Donc, pour ne pas m'arrêter, j'acceptais. Aujourd'hui, j'accepte encore beaucoup. Quand on vieillit, la vie nous demande d'accepter encore plus de choses sinon c'est pas possible de passer dans la vieillesse. Alors moi je croyais, et c'est la vérité, je croyais que vieillir c'était être beaucoup plus en paix, plus tranquille. Or, j'ai constaté que c'est le contraire; c'est alors que toutes les difficultés s'amènent sur vous. C'est pas une période de paix. Alors, si je n'veux pas me tourmenter, il faut bien que j'le prenne! Par exemple, j'ai des grosses douleurs, j'le dis et on me soigne. Alors je me dis: "Ben ça va passer". Et en effet, ça passe. Mais, y faut bien l'accepter. Pas toujours dire: "Ah! Tu sais pas comme j'ai vieilli!" Les gens qui vieillissent mal sont ceux qui n'acceptent pas c'qu'ils ont, qui veulent en avoir plus. Ils ne savent pas calculer, ils ne savent pas s'adapter, ils sont envieux. L'envie, ça gâche la vie. Pour accepter, il faut le décider. Il faut de la volonté. Des fois, j'me dis: "Ben c'est quand même étonnant que j'ai toujours été comme ça et que j'ai toujours tout accepté". Ma mère aussi était comme ça. Elle m'a bien élevée.

À première vue, une seule unité de signification se dégage de cet extrait. Une lecture attentive révèle que l'acceptation est vécue sur deux plans, le plan de la rationalisation et le plan de la perception de soi. Deux unités de signification ont été identifiées.

Madame Antoinette a toujours continué à se développer. Depuis qu'elle est petite, elle a toujours accepté ce qui lui est arrivé. Elle affirme que ne pas accepter, c'est s'arrêter. Aujourd'hui, elle accepte encore beaucoup. En vieillissant, elle constate qu'il faut accepter encore plus de choses sinon la vieillesse sera très difficile à traverser. Contrairement à ce qu'elle avait cru, cette étape n'est pas un temps de paix et de tranquillité mais une période agitée durant laquelle toutes les difficultés s'amènent vers elle. Si elle ne veut pas se tourmenter continuellement pour un problème, il faut bien qu'elle le prenne. Par exemple, quand elle a de grosses douleurs, elle le dit et on la soigne. Elle se dit: "ça va passer" et, en effet ça passe. Mais il faut bien qu'elle l'accepte et ne se plaigne pas toujours d'avoir vieilli. Les gens qui vieillissent mal sont ceux qui n'acceptent pas ce qu'ils ont, qui veulent en avoir plus. Ils ne savent pas calculer, ils ne savent pas s'adapter. Ils sont envieux. L'envie, ça gâche la vie.

Pour accepter, il faut le décider. Il faut de la volonté. Elle s'étonne parfois d'avoir toujours eu cette capacité d'accepter et pense qu'elle le doit à sa mère.

approfondir les unités de significations

L'étape suivante consiste à développer le contenu des unités de signification en transformant le langage du collaborateur en langage des sciences humaines sans toutefois perdre de vue l'expression concrète originale (Deschamps, 1993). À partir de l'extrait qui précède, cette transformation s'est opérée de la façon suivante:

<u>Unités de signification naturelles</u>	<u>Unités de signification approfondies</u>
<p>Madame Antoinette a toujours continué à se développer. Depuis qu'elle est petite, elle a toujours accepté ce qui lui est arrivé. Elle affirme que ne pas accepter, c'est s'arrêter. Aujourd'hui, elle accepte encore beaucoup. En vieillissant, elle constate qu'il faut accepter encore plus de choses sinon la vieillesse sera très difficile à traverser. Contrairement à ce qu'elle avait crû, cette étape n'est pas un temps de paix et de tranquillité mais une période agitée durant laquelle toutes les difficultés s'amènent vers elle. Alors, si elle ne veut pas se tourmenter pour un problème, il faut bien qu'elle le prenne. Par exemple, quand elle a de grosses douleurs, elle le dit et on la soigne. Elle se dit: "ça va passer" et en effet, ça passe. Mais il faut bien qu'elle l'accepte et ne se plaigne pas toujours d'avoir vieilli. Les gens qui vieillissent mal sont ceux qui n'acceptent pas ce qu'ils ont, qui veulent en avoir plus. Ils ne savent pas s'adapter, ils envient les autres et gâchent leur vie.</p>	<p>Madame Antoinette poursuit sa croissance en vieillissant. La condition essentielle à son développement est l'acceptation de ce qui lui arrive. Refuser d'accepter équivaut à un arrêt de croissance. La vieillesse, loin d'être une étape de repos, est un temps où les épreuves se multiplient, sollicitant sans trêve sa capacité d'accepter. Avec réalisme, madame Antoinette a compris qu'accepter ses problèmes est la meilleure façon de réduire l'attention qu'elle leur porte et d'en minimiser l'impact dans sa vie. Lorsqu'elle se compare à ceux qui vieillissent mal, elle constate aussi qu'accepter ce que la vie lui donne la protège de l'envie et de l'amertume et lui fait apprécier ce qu'elle a.</p>
<p>Pour accepter, il faut le décider. Il faut de la volonté. Elle s'étonne parfois d'avoir toujours accepté et pense qu'elle le doit à sa mère.</p>	<p>Accepter exige de la détermination. Elle se sent privilégiée d'avoir reçu de sa mère cette force qui la rend capable d'accepter.</p>

décrire la structure du phénomène

La dernière étape du processus d'analyse conduit à élucider le sens de l'expérience en procédant à une description de la structure générale du phénomène, laquelle contient explicitement ou implicitement toutes les unités de signification (Deschamps, 1993). Cette opération se réalise en deux étapes.

Chaque unité de signification approfondie d'un récit est d'abord scrutée pour en dégager le sens et observer sa relation aux autres unités et au sens global. Une description de la structure typique du phénomène, qui s'adapte étroitement au vécu de cette personne, est alors rédigée. Puis, une description générale de la structure du phénomène, qui réalise la synthèse de l'ensemble des structures individuelles et des unités de signification, est produite.

Pour rédiger la description individuelle de la structure typique du phénomène, j'ai rassemblé toutes les unités de signification approfondies d'une entrevue donnée dans un texte suivi. J'ai comparé ce texte avec celui de la reconstitution initiale du témoignage. Cette analyse comparée avait pour but de m'assurer une fois de plus qu'aucune donnée significative n'avait été perdue au cours des différentes étapes d'approfondissement et, le cas échéant, de les réintroduire. Une réflexion continue sur les unités de signification a fait apparaître la trame logique qui les unissait les unes aux autres, dégageant ainsi la structure typique

du phénomène pour ce collaborateur. La structure typique de l'expérience de croissance de madame Antoinette illustre cette étape:

Pour madame Antoinette, la croissance dans la vieillesse commence par l'acceptation. Accepter est la condition essentielle à la poursuite de son développement. Refuser d'accepter marque l'arrêt de la croissance. Contrairement aux personnes âgées qui n'acceptent pas, madame Antoinette vieillit sans amertume, en appréciant ce qu'elle a sans envier les autres. La vieillesse, loin d'être pour elle une étape de repos, est un temps où les épreuves se multiplient, sollicitant sans trêve sa capacité d'accepter. Accepter exige de la détermination. Il lui faut le décider, cesser de se plaindre, de s'apitoyer sur son sort et diriger son attention ailleurs que sur ses problèmes. Elle se considère privilégiée d'avoir reçu de sa mère cette force de caractère qui la rend capable d'accepter ce que la vie lui donne.

Cette philosophie est sa recette pour continuer d'apprécier la vie et s'y engager pleinement. Elle aime la vie. Elle aime rire et faire rire. Cela l'aide à dédramatiser les situations et à se sentir jeune. Elle est satisfaite de sa vie et d'avoir toujours travaillé fort. Aujourd'hui, elle se sent heureuse dans son milieu d'hébergement. Elle y demeure active malgré ses limites et participe à la vie communautaire en assumant plusieurs responsabilités. Elle est entourée par des animaux et de belles plantes. Ce contact permanent avec la vie de la nature est essentiel à ses yeux. Tout en aimant la vie, Madame Antoinette ne craint pas la mort. Elle la voit comme un temps de repos en attendant la résurrection et la vie éternelle.

Lorsque les épreuves résultent de la méchanceté ou de la convoitise des autres, il faut savoir pardonner pour continuer sa route. Madame Antoinette s'est libérée de la rancœur qui l'empêchait d'avancer en pardonnant à ceux qui lui avaient causé un préjudice d'ordre matériel. Elle y est parvenue en remettant en question ses valeurs matérielles pour choisir des valeurs plus durables. De cette façon, elle a pu identifier les retombées positives de cet épisode dans sa vie.

L'altruisme est une valeur qui a toujours dirigé sa vie. Aider, dit-elle, c'est une façon d'évoluer spirituellement et de croître. En ce sens, Madame Antoinette se dit avancée dans sa croissance. De plus, elle vit présentement une véritable renaissance spirituelle car elle a trouvé dans ses croyances religieuses des réponses à des questions qui l'intriguaient depuis longtemps. Cette démarche l'a réconciliée avec la justice divine. Elle attribue son bonheur actuel à la sérénité que lui fait vivre sa religion, laquelle donne un sens à sa vie. Elle souhaite que d'autres personnes découvrent les mêmes vérités qu'elle a trouvées mais elle accepte que d'autres

croyances puissent conduire au même bonheur. L'important, dit-elle, c'est d'avoir la foi.

Les descriptions de la structure typique du phénomène de croissance pour les collaborateurs dont les récits figurent à l'appendice E sont présentées à l'appendice F.

Le point culminant du processus d'analyse des données est le dévoilement de la structure typique générale du phénomène. Pour réaliser cette dernière étape, j'ai créé un document intitulé "analyse continue". Après l'analyse de chaque entrevue, chacune des unités de signification approfondie de l'expérience de ce collaborateur était enregistrée dans ce document en l'accompagnant d'expressions synthétisant les propos du collaborateur. Par exemple, dans l'extrait du récit de madame Antoinette, l'unité de signification accepter rationnellement les épreuves a été enregistrée comme thème général, accompagnée des illustrations "refuser d'arrêter", "accepter davantage en vieillissant" et "accepter pour passer au travers", "accepter pour ne pas se tourmenter", "constater chez l'autre les effets du refus d'accepter"; l'unité se sentir forte en acceptant a été illustrée par les expressions "décider", "avoir de la volonté", "se sentir privilégiée d'avoir cette force". Avec la progression du processus d'analyse, ces illustrations étaient elles-mêmes regroupées sous des thèmes secondaires. Lorsqu'une illustration se répétait dans plus d'un témoignage, les numéros auxquels correspondaient ces entrevues étaient ajoutés à côté de l'illustration (par exemple l'illustration "constater l'universalité des pertes" s'applique aux entrevues 4-14-

16-24). Les thèmes généraux et les thèmes secondaires ont été formulés et reformulés au fur et à mesure que l'analyse des entrevues les précisait. La présentation schématique de ce document d'analyse donnait un tableau d'ensemble qui mettait en évidence les relations entre les éléments. De cette façon, les regroupements se visualisaient plus facilement et éclairaient à leur tour d'autres possibilités, jusqu'à ce que six thèmes essentiels et quatorze thèmes reliés émergent définitivement. Ce document d'analyse est présenté dans le prochain chapitre.

Selon Giorgi (1985), les thèmes essentiels constituent les éléments qui décrivent la structure générale et devraient être le plus possible indépendants du contexte des expériences individuelles. En approfondissant la réflexion sur les six thèmes essentiels, il est apparu évident qu'ils dialoguaient deux à deux. C'est ainsi que l'expérience de croissance durant la vieillesse s'est structurée autour de trois essences fondamentales, chacune comportant une réponse à un défi de croissance et sa retombée positive dans la vie de la personne âgée. Ces trois essences donnent la réponse à la première question de la recherche portant sur les caractéristiques essentielles.

L'identification des caractéristiques essentielles de l'expérience de croissance à travers les déclinis durant la vieillesse a en même temps révélé la structure typique générale de cette expérience, répondant ainsi à la deuxième question de la recherche. Enfin, une réflexion sur cette structure et ses essences,

en relation avec les écrits théoriques, a permis de situer la part de la spiritualité dans cette expérience et de répondre à la dernière question de la recherche. Les réponses à ces trois questions feront l'objet du prochain chapitre.

### **La validation intersubjective**

Le processus d'analyse des données a été validé à différentes étapes. L'utilité de recourir à la validation intersubjective en recherche qualitative ne fait pas l'unanimité. Certains experts mettent en doute la pertinence d'une validation qui se fait en dehors du contexte, trahissant par là l'esprit même de ce type de recherche dont l'objectif est justement la prise en compte du contexte pour comprendre le sens (Morse, 1994a; Sandelowski, 1993). Aussi ai-je pris soin de retourner au contexte chaque fois qu'un point de discussion était soulevé par l'une ou l'autre des juges.

La saisie des données pertinentes ainsi que la reconstitution du récit de la première entrevue ont fait l'objet d'une validation intersubjective et interdisciplinaire auprès de deux chercheurs ayant une expérience en méthode qualitative. Une des juges, candidate au doctorat en études pastorales, a une formation universitaire en andragogie et la deuxième, diplômée en service social, est titulaire d'un doctorat interdisciplinaire en sciences humaines appliquées. Les deux juges ont pris connaissance du projet de thèse, du verbatim ainsi que de la reconstitution du témoignage de l'entrevue de madame Laurette. Leur mandat était de relever les

éléments pertinents à l'expérience de croissance et de porter un jugement sur la fidélité de la reconstitution du phénomène. J'ai rencontré les deux juges pour partager nos perceptions. Il n'y a pas eu de divergence importante entre les juges en ce qui concerne l'identification des données significatives et la reconstitution de la description du phénomène. Toutefois, elles ont signalé des données qui auraient mérité d'être explorées davantage.

À la suite de ces échanges, j'ai sollicité une deuxième rencontre auprès de madame Laurette afin de lui soumettre le verbatim de l'entrevue ainsi que la reconstitution du récit et de compléter la collecte de données en tenant compte des suggestions des juges. Elle a approuvé la reconstitution du récit, disant s'y reconnaître parfaitement. Au cours de ce deuxième entretien, madame Laurette a attiré mon attention sur toutes les oeuvres qui ornaient sa chambre et qui témoignaient de sa créativité afin de mieux me faire comprendre le sacrifice que lui impose la perte de l'usage de ses mains. Elle a aussi demandé d'ajouter à son récit que le rire et l'humour jouent un rôle important dans sa vie. Ces mises au point m'ont incitée à être davantage attentive à l'environnement et au paralinguistique dans les entrevues subséquentes.

Fort de ces apprentissages, j'ai procédé à deux autres entrevues et en ai reconstitué la description. Le verbatim de ces entrevues ainsi que leur reconstitution ont été remis aux deux collaborateurs une semaine avant qu'une deuxième rencontre ne soit planifiée. Ils devaient juger si la reconstitution était fidèle à

leur témoignage et réfléchir à ce qu'ils voudraient y ajouter. Madame Isabelle a fait deux corrections mineures au verbatim. Elle a précisé qu'elle était demeurée quelques mois et non quelques semaines chez sa fille et, bien qu'elle ait dit croire en la réincarnation dans son témoignage initial, elle préférait que je dise qu'elle n'était pas certaine de croire à ça mais qu'elle trouvait que cela avait de l'allure. Elle a approuvé la reconstitution du récit, ajoutant que cet exercice lui avait fait prendre conscience du chemin qu'elle avait parcouru. Madame Antoinette s'est déclarée satisfaite de la reconstitution du récit qui reflétait fidèlement ce qu'elle avait dit. Le fait de voir "ses idées ainsi ramassées" l'aidait à y voir plus clair. Elle a affiché ce texte sur un mur de sa chambre afin de le faire lire à d'autres et "de ne pas oublier que c'est quand je pense de cette manière que tout va bien". Selon Swanson-Kauffman et Schonwald (1989), de tels commentaires, qui indiquent que la personne a eu l'occasion d'exprimer ce dont elle était vaguement consciente, sont garants de la qualité de l'exploration phénoménologique. Le processus de validation a été répété auprès de deux autres participantes. Le commentaire de Madame Marie a été qu'elle me choisirait comme biographe si elle voulait raconter l'histoire de sa vie. Elle n'avait aucun élément à ajouter à sa description. Quant à madame Berthe, une charmante vieille dame érudite, elle s'est offusquée de lire la reconstitution du récit dans le langage parlé et m'a semoncée parce que, disait-elle, je ne faisais pas la différence entre le français parlé et le français écrit. Elle s'est dite très inquiète pour l'avenir d'une formation universitaire qui

encourageait de tels procédés. J'ai fait amende honorable en lui présentant une nouvelle reconstitution du récit, rédigée sous une forme plus littéraire, qu'elle a agréée sans modification et en me disant que je devais me sentir plus fière de ce travail. Les récits des cinq dernières entrevues ont été reconstitués sans être validés.

L'étape d'approfondissement des unités de signification a été validée auprès de cinq participantes et de trois chercheuses ayant de l'expérience en méthode qualitative. Une infirmière-chercheuse qui possède une formation de niveau doctoral en sciences infirmières s'est jointe aux deux autres juges-chercheuses. Les questions posées aux juges ont été: "L'approfondissement des unités de signification est-il fidèle au message original?" "Y aurait-il lieu d'approfondir davantage?" Les deux premières juges ont étudié l'approfondissement de trois unités de signification de l'entrevue de madame Laurette. La juge formée en andragogie et en études pastorales a approuvé l'approfondissement des trois unités. La juge formée en service social a souligné une phrase, dans une des unités approfondies, qui lui semblait modifier le sens du témoignage original. Après discussion et en retournant au contexte, la phrase a été reformulée. La juge formée en sciences infirmières s'est penchée sur l'approfondissement de toutes les unités de signification de l'entrevue de madame Marie. Elle a suggéré d'aller encore plus en profondeur. Par la suite, elle a regardé les approfondissements des unités de signification pour les entrevues de monsieur Charles et de madame Sylviane qu'elle a jugés fidèles au message original et suffisamment approfondis. La question adressée aux cinq

collaboratrices était: "Le langage transformé traduit-il fidèlement vos propos?" Mesdame Antoinette, Berthe, Isabelle, Laurette et Marie ont toutes répondu par l'affirmative.

Enfin, la formulation des structures typiques individuelles de l'expérience de croissance a été soumise à une validation. La juge formée en sciences infirmières et un "comité de sages" ont participé à cette validation. Le "comité de sages" était constitué de deux enseignantes-infirmières retraitées, âgées de plus de 65 ans et ayant une formation universitaire de deuxième cycle. En soumettant le résultat de cette étape d'analyse à des juges qui étaient elles-mêmes engagées dans le processus de vieillissement, je voulais m'assurer que des données importantes du point de vue d'un aîné n'avaient pas été ignorées ou mal interprétées lors de la rédaction de la structure typique individuelle du phénomène. Les trois juges ont étudié la reconstitution du récit dans le langage original pour les entrevues de monsieur Charles et de madame Sylviane ainsi que la structure qui en avait été dégagée. De l'avis des trois juges, la structure dégagée reflétait fidèlement l'expérience rapportée par ces deux collaborateurs. Enfin, une répondante, madame Berthe, a aussi commenté la structure du phénomène pour son expérience de croissance. Elle a approuvé cette structure sans modifications.

### Les considérations d'ordre éthique

Plusieurs précautions ont été prises pour protéger la dignité et les droits des participants à cette étude. Le projet de recherche a été approuvé par un comité d'éthique de la recherche d'un centre universitaire gérontologique (appendice G). La procédure pour requérir le consentement a respecté les règles de l'éthique. Les personnes âgées étaient d'abord approchées par une personne connue auprès de laquelle elles se sentaient à l'aise de refuser de participer à la recherche. Le but et le déroulement de la recherche ont été expliqués par écrit et ensuite verbalement avant que le consentement écrit ne soit demandé. À quatre reprises, ce consentement écrit a été perçu comme menaçant par les personnes recrutées. J'étais familière avec cette réaction, qui s'était présentée dans une étude précédente (Cossette, 1989). Le fait que les personnes âgées répugnent à s'engager par écrit est d'ailleurs un problème fréquemment mentionné par les chercheurs en gérontologie et la pratique d'accepter le consentement oral est courante (Gueldner et Hanner, 1989; Preski et Burnside, 1992; Ryden, 1984). Après avoir acquis la certitude que la réticence tenait bien à la signature et non à la participation, j'ai jugé que le consentement verbal était éthiquement acceptable pour ces répondants.

Le caractère confidentiel des entrevues a été scrupuleusement respecté lors de la transcription des verbatim et dans toutes les étapes de la validation intersubjective, la secrétaire et les

différents juges n'ayant accès à aucune donnée qui puisse leur faire identifier la personne, ou le centre d'hébergement.

Raconter une expérience de vie dont la toile de fond est une série de pertes peut susciter des réactions émotives. Comme je l'ai mentionné précédemment, ces deuils peuvent être résolus mais leur évocation fait ressurgir de la tristesse. À quelques reprises, l'enregistrement a été interrompu parce que le collaborateur pleurait. À chaque fois, il m'a rassurée en me disant "qu'on est plus braillard en vieillissant" et que l'évocation de souvenirs heureux ou malheureux fait souvent "déborder la coupe", qu'il en avait l'habitude et que "ça passait vite". Dans tous les cas, l'entrevue ne s'est poursuivie que lorsque le participant m'a signifié fermement son désir de continuer.

C'est aussi par souci éthique que j'ai procédé aux entrevues de tous les volontaires. Afin d'éviter que ces derniers ne ressentent un sentiment d'incompétence, j'ai écouté le récit de toutes les personnes qui n'avaient une croissance durant leur vieillesse, même si deux ou trois cas contraires auraient suffi à enrichir l'analyse de mes résultats, et de trois personnes qui ne répondaient pas aux critères de sélection pour des raisons de problèmes cognitifs.

### **Les forces et les limites de l'étude**

Cette étude fait accéder à une compréhension approfondie du phénomène de croissance durant la vieillesse à partir de la conscience qu'en ont des personnes âgées vivant plusieurs pertes. Sans présumer que la description du phénomène soit complète, l'effort investi en vue d'obtenir un échantillon suffisamment important, composé de personnes des deux sexes, ayant des modes de vie et des caractéristiques socio-démographiques variés, vivant des expériences de croissance et de déclin, assure que le phénomène a été saisi sous plusieurs facettes, ce qui donne plus de poids et de richesse à sa description. Les caractéristiques essentielles identifiées et la structure dévoilée ajoutent non seulement aux connaissances théoriques sur l'expérience de croissance, mais aussi à celles de l'expérience du déclin et de la vieillesse en général.

Par ailleurs, malgré les tentatives pour obtenir des participants d'appartenance religieuse et culturelle différentes, le peu d'hétérogénéité de l'échantillon en ce qui a trait à ces deux variables socio-démographiques fait en sorte que les résultats reflètent surtout la perception de croissance chez des personnes âgées canadiennes-françaises ayant reçu une éducation religieuse catholique. C'est donc dans le contexte culturel occidental nord-américain, avec une prédominance de l'identité canadienne-française-catholique, qu'il faut saisir les résultats de cette étude.

Quant à la non-représentativité de l'échantillon en regard de la population générale des personnes âgées ou des personnes âgées en hébergement, la chercheuse ne s'en défend pas. Il va de soi qu'une telle étude privilégie l'approfondissement de la connaissance au détriment de sa généralisation. En ce sens, l'échantillon retenu répond aux critères qui permettent de prétendre à une bonne compréhension du phénomène.

Enfin, comme les histoires ont été épurées des éléments qui n'éclairaient pas l'expérience de croissance, elles peuvent contribuer à idéaliser l'expérience de croissance en laissant dans l'ombre des parties du récit qui démontrent que cette expérience n'est pas statique, qu'elle comporte des moments forts mais peut aussi s'accommoder de certaines incohérences sans menacer le fil conducteur d'une volonté de sens et de croissance.

Chapitre IV

**Les résultats**

Ce chapitre décrit l'expérience de croissance à travers les déclinis durant la vieillesse et donne la réponse aux trois questions de la recherche: 1) quelles sont les caractéristiques essentielles de l'expérience de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclinis? 2) quelle est la structure générale de l'expérience de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclinis? 3) quelle part la spiritualité occupe-t-elle dans l'expérience de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclinis?

Dans un premier temps, les thèmes essentiels et les thèmes associés qui forment la trame de cette expérience sont présentés. Ils sont ensuite synthétisés dans une description générale de la structure typique du phénomène de croissance durant la vieillesse. Enfin, la part qu'occupe la spiritualité dans cette expérience de croissance est discutée.

#### **Les thèmes essentiels et les thèmes reliés**

L'identification des essences fondamentales de l'expérience de croître en vieillissant donne la réponse à la première question de recherche:

- 1) Quelles sont les caractéristiques essentielles de l'expérience de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclinis?

L'analyse des données obtenues à la suite des entrevues auprès des personnes qui ont dit vivre une croissance a permis

d'isoler six thèmes fondamentaux autour desquels se structure l'expérience de croissance durant la vieillesse: accepter délibérément les pertes, affirmer sa force, accueillir sereinement la mort, apprécier plus intensément la vie, s'engager positivement dans sa solitude et enrichir son univers relationnel.

Ces thèmes essentiels dialoguent deux à deux, dans une logique de perte et de gain, laissant deviner que la croissance durant la vieillesse réside dans l'habileté de la personne âgée à réaliser un gain à partir d'une perte. Ainsi, l'expérience de croître à travers les déclinis durant la vieillesse se livre sous trois essences fondamentales: faire l'expérience d'accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force, faire l'expérience d'accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie et faire l'expérience de s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel. Quatorze thèmes secondaires sont reliés aux thèmes essentiels. Les thèmes essentiels, les thèmes reliés et leurs illustrations sont présentés au tableau 4. Les chiffres qui apparaissent à la suite des illustrations correspondent à un numéro assigné à chaque collaborateur.

**Tableau IV** Caractéristiques essentielles de l'expérience de croître à travers les déclinis durant la vieillesse

<b>Faire l'expérience d'accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force</b>	
<b>Thèmes essentiels</b>	<b>Thèmes reliés et illustrations</b>
accepter délibérément les pertes	<p>faire preuve de réalisme et de maturité</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.constater l'inévitabilité des pertes 4-8-10-11-16-24</li> <li>.constater l'universalité des pertes 4-14-16-24</li> <li>.accepter l'ordre des choses 10-11-14-16</li> <li>.constater l'inutilité du refus 4-8-10-14-16</li> <li>.refuser d'être malheureux 8-9-10-12-24</li> <li>.constater les effets du refus chez l'autre 8-11-16-24</li> </ul> <p>avoir des raisons d'accepter</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.être satisfait de sa vie 4-8-10-11-13-14-24</li> <li>.avoir eu sa part de joie 4-10-13-14</li> <li>.accepter la volonté de Dieu 4-10</li> <li>.faire confiance au dessein de Dieu 4-10-13-14</li> <li>.se mériter le ciel 10-12-24</li> <li>.racheter ses fautes 16</li> <li>.faire son purgatoire ou son enfer 9-12-24</li> <li>.être réceptif à ce qu'il y a à apprendre 14-24</li> <li>.se perfectionner 4-14-24</li> </ul>
affirmer sa force	<p>démontrer sa détermination et son courage</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.avoir de la volonté, du coeur au ventre 8-9-10-12</li> <li>.se parler fort 9-10</li> <li>.ne pas s'écouter 8-9-10</li> <li>.ne pas s'apitoyer sur soi 4-8-10-11</li> <li>.ne pas démissionner 4-9-16</li> <li>.voir le bon côté des choses 8-10-11-12-13-14-16-24</li> <li>.se dire que ça pourrait être pire 10-11-13</li> <li>.vaincre le négatif et la peur 14</li> <li>.mettre l'accent sur ce qui reste 13-16</li> <li>.apprécier ce qu'on a 9-11-13-14</li> <li>.ne pas s'accrocher 4-14-24</li> <li>.ne pas envier les autres 8-14</li> </ul> <p>rester maître de sa vie</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.s'affirmer 11-13-16-24</li> <li>.continuer à se battre 10-14-16</li> <li>.continuer à améliorer son sort 10-16-24</li> <li>.tirer le meilleur parti de ce qu'on a 4-10-12-16-24</li> <li>.prendre ses décisions 4-11-14-16</li> <li>.quitter ses biens et son chez-soi 4-8-9-11-13-14-24</li> </ul>

<b>Faire l'expérience d'accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie</b>	
<b>Thèmes essentiels</b>	<b>Thèmes reliés et illustrations</b>
accueillir sereinement la mort	<p>être prêt à mourir en tout temps</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.accepter l'ordre naturel des choses 11-16-24</li> <li>.constater l'inévitabilité de la mort 4-24</li> <li>.ne pas avoir peur 4-8-9-10-11-12-13-24</li> <li>.s'apprivoiser doucement 14</li> <li>.avoir exprimé ses volontés 12-16</li> <li>.avoir réglé ses affaires 13-16</li> </ul> <p>avoir des explications satisfaisantes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.être récompensé dans l'au-delà pour sa bonne conduite 4-8-10-12-16-24</li> <li>.avoir la certitude d'une vie meilleure dans l'au-delà 4-8-10-12-14-16-24</li> <li>.accepter l'incertitude 9-11</li> <li>.croire en l'éternité 8-10-12-16-24</li> <li>.croire en une forme de continuité 9-11-13-14</li> <li>.avoir approché la mort de près 4-12</li> </ul>
apprécier plus intensément la vie	<p>goûter le moment présent</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.s'intéresser plus à la vie qu'à la mort 9-11</li> <li>.aimer la vie, la trouver belle 4-8-10-11</li> <li>.utiliser l'humour, aimer rire et faire rire 4-8-10-11-12-14</li> <li>.apprécier les petits plaisirs 4-8-10</li> <li>.être disponible à ce qui arrive 10-24</li> <li>.vivre au jour le jour 10-14</li> <li>.profiter même de la nuit 24</li> <li>.se sentir jeune 8-11-16-24</li> </ul> <p>aimer et se sentir aimé(e)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.se sentir entouré(e) 4-8-11-13-14-16-24</li> <li>.se sentir soutenu(e) par ses proches 11-13-16-24</li> <li>.maintenir un contact étroit 4-9-11-12-13-14-16</li> <li>.réduire ses attentes 4-12-16</li> <li>.continuer de donner aux enfants 11-12-13</li> <li>.s'inquiéter pour l'avenir des proches 11-12-13</li> <li>.souffrir à la place de l'autre 10-13</li> <li>.éviter du souci aux siens 14-24</li> <li>.ne pas brimer la liberté des siens 9-11-12-14-16</li> <li>.être fier de ses petits-enfants 11-13-14</li> <li>.vouloir leur transmettre des valeurs 11-14</li> <li>.pardonner 4-8</li> </ul> <p>demeurer dans le coup</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>.décider de demeurer actif selon ses capacités 4-8-9-10-11-12-13-14-16-24</li> <li>.se trouver des intérêts 4-8-9-10-11-12-14-16-24</li> <li>.suivre le progrès 14-16</li> <li>.se tenir au courant de l'actualité 13-14-16</li> <li>.être créatif 4-9-11-12-16-24</li> <li>.assumer des responsabilités 4-8-9-11-24</li> <li>.se donner des rôles 9-11-16-24</li> <li>.vouloir transmettre son savoir 14-16-24</li> <li>.continuer à apprendre, à se développer 8-9-12-14-24</li> <li>.vouloir aller jusqu'au bout 9-14</li> </ul>

<b>Faire l'expérience de s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel</b>	
<b>Thèmes essentiels</b>	<b>Thèmes reliés et illustrations</b>
s'engager positivement dans sa solitude	<ul style="list-style-type: none"> <li>identifier les bienfaits de la solitude</li> <li>.avoir du temps pour réfléchir 4-9-12-14-16-24</li> <li>.développer sa vie intérieure 14-24</li> <li>.écrire 12-24</li> <li>.faire un bilan 4-12-14</li> <li>.changer sa façon de penser, son dicton, sa philosophie de vie 4-8-11-12-13</li> <li>.questionner ses valeurs 8-12-14-24</li> <li>.aller vers le meilleur 4-12-13-16</li> <li>.apprendre à mieux se connaître 12-14-24</li> <li>questionner ou approfondir ses croyances</li> <li>.se poser plus de questions 9-14</li> <li>.douter, remettre en question 9-11-13</li> <li>.rejeter certains enseignements 8-9-11-12-13-14-16-24</li> <li>.prier ou méditer davantage 4-13-24</li> <li>.s'approprier les enseignements 9-11-13-14</li> <li>.trouver des réponses 4-8-10-14-24</li> <li>.accepter de ne pas comprendre 9-13</li> <li>.accepter les croyances des autres 4-8-14</li> <li>.continuer de se perfectionner 4-8-10-13-14-24</li> </ul>
enrichir son univers relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>se rapprocher de l'autre</li> <li>.être plus tolérant, plus conciliant, moins prompt, plus aimable 4-10-16-24</li> <li>.réfléchir avant de parler 11-13-24</li> <li>.vouloir être meilleur 13-14</li> <li>.apprendre à ne pas juger 14-24</li> <li>.être plus à l'écoute 10</li> <li>.apprendre au contact des autres 12</li> <li>.être plus conscient de la misère autour de soi 4-9-11-13</li> <li>.être moins égoïste 4-9-10-11-13-24</li> <li>.aider davantage 4-8-9-10-11-12-13-24</li> <li>.découvrir la réciprocité dans le don 10-11-24</li> <li>.étendre sa compassion à plus de monde 4-10-13</li> <li>.se sentir responsable envers les générations qui suivent 13-16</li> <li>se rapprocher de la nature</li> <li>.découvrir son interdépendance avec les autres et les espèces vivantes 8-16</li> <li>.sentir une communion avec la nature 8-9-11-16</li> <li>se rapprocher du Divin</li> <li>.sentir une présence en soi 4-14-24</li> <li>.sentir l'amour de Dieu autour de soi 10-12-13-</li> <li>.se sentir guidé 4-10-14-24</li> <li>.se sentir libre de faire ses choix 4-10-14-24</li> <li>.ne pas douter de Sa miséricorde 4-10-24</li> <li>.demander et sentir Son soutien 4-10-24</li> <li>.Lui parler directement 4-10-12-13-14-24</li> <li>.Lui parler continuellement 4-10-12-13-14-24</li> <li>.Lui faire ses confidences 10-12</li> <li>.se sentir important à Ses yeux 10</li> </ul>

Faire l'expérience d'accepter délibérément les pertes en même temps  
qu'affirmer sa force.

Comme Oedipe devant le sphynx, la personne âgée qui affronte plusieurs pertes rencontre cette énigme à résoudre: comment vivre les déclin sans perdre sa dignité? N'ayant d'autre choix que de s'incliner devant l'inévitable, elle comprend qu'il lui reste la liberté de choisir comment vivre sa perte. Le gain de croissance se trouve dans l'attitude qu'elle adopte devant la perte.

Ce que la personne âgée peut gagner en faisant l'apprentissage du déclin réside dans la fierté qu'elle ressent à accepter sans abdiquer. Accepter sans baisser les bras, n'est pas une attitude passive, c'est un processus qui demande un effort de rationalisation: il faut faire preuve de lucidité et trouver une justification qui donne un sens à l'inacceptable. Une fois que le sens est donné, il faut faire appel à sa volonté, manifester son courage et rester maître de sa destinée. La présentation des deux thèmes essentiels, *accepter délibérément les pertes* et *affirmer sa force* ainsi que de leurs thèmes reliés permet de saisir toute la complexité de ce défi de croissance.

accepter délibérément les pertes

Accepter! Les seize répondants qui ont dit vivre de la croissance ont identifié cette tâche.

Ne pas accepter, c'est s'arrêter...Quand on vieillit, la vie nous demande d'accepter encore plus de choses, sinon ce n'est pas possible de passer à travers la vieillesse (madame Antoinette).

La première condition pour avancer, c'est d'accepter (madame Berthe).

C'est le premier pas qu'on fait, y faut accepter ses maladies (madame Laurette).

Apprendre à accepter, ça fait partie de la vieillesse (monsieur Louis).

*"Il faut le décider"*, affirme catégoriquement madame Antoinette. La décision d'accepter les pertes est la pierre angulaire de cette expérience de croissance, c'est l'épreuve initiatique, celle qui, tant qu'elle n'est pas réussie, ferme la porte à toutes les possibilités de croissance.

Ce qui caractérise les pertes que vit la personne âgée, par rapport à celles qui se présentent tout au long de la vie, c'est qu'elles n'ont jamais de cesse, qu'elles se succèdent et s'accumulent continuellement, qu'elles se ressentent comme une régression et qu'elles conduisent inéluctablement à la mort. Vieillir sollicite sans trêve la capacité d'accepter d'une personne dont les ressources physiques, psychologiques et sociales sont par ailleurs affaiblies.

Alors moi je croyais, et c'est la vérité, je croyais que vieillir, c'était être beaucoup plus en paix, plus tranquille. Or, j'ai constaté que c'est le contraire; c'est alors que toutes les difficultés s'amènent sur vous (madame Antoinette).

La vieillesse nous donne plus de mérite parce qu'elle comporte plus d'épreuves (madame Berthe).

Ce qui est le plus difficile à accepter, c'est de perdre ma voix et mes mains. C'est de plus en plus difficile de me faire comprendre...Aujourd'hui, j'peux pas manger, j'peux pas écrire, j'peux rien faire. Je décline tout l'temps (madame Laurette).

Le défi d'accepter prend alors tout son sens. Il ne s'agit plus d'accepter une perte isolée en considérant toutes les promesses que la vie offre encore, mais bien d'accepter sans condition avec la perspective des autres pertes qui s'annoncent.

faire preuve de réalisme et de maturité.

Quel cheminement a conduit ces personnes âgées à faire le choix d'accepter? C'est d'abord en invoquant le principe de réalité et de "bon sens" qu'elles expriment leurs raisons d'accepter. Elles regardent la réalité en face et constatent l'inutilité de refuser puisque, de toute manière, elles ne peuvent se soustraire aux déclinis. Subir des pertes en vieillissant, c'est normal, il faut s'y attendre, d'autres sont passés par là avant elles et aujourd'hui c'est à leur tour. Refuser d'accepter, c'est se rendre malheureux inutilement.

Alors, si je ne veux pas me tourmenter, il faut bien que je le prenne! (madame Antoinette).

Mais il faut bien comprendre qu'il n'y a personne qui peut vieillir sans avoir quelques épreuves (madame Berthe).

Que voulez-vous que j'y fasse? Y'a rien à faire. C'est parti, c'est parti (monsieur Charles).

J'ai pas l'choix, j'suis ben obligée d'accepter. J'peux pas dire: "J'en veux pas, j'vas m'noyer" (rires) (madame Laurette).

Bien sûr, tout le monde perd des choses en vieillissant. On n'a pas le choix (monsieur Louis).

J'avais 65 ans quand c'est arrivé. Fallait pas penser que j'allais rester toujours jeune (monsieur Roger).

Pour plusieurs collaborateurs, l'acceptation se vit sur un mode de continuité. Ils ont une longue pratique derrière eux. Ils

ont toujours accepté ce que la vie leur offrait et continuent encore, même s'ils admettent qu'accepter devient de plus en plus exigeant, qu'ils se découragent à l'occasion et qu'ils doivent refaire le choix d'accepter.

Depuis que je suis toute petite, j'ai toujours accepté tout ce qui m'est arrivé...Aujourd'hui, j'accepte encore beaucoup (madame Antoinette).

J'ai toujours accepté. J'accepte encore. C'est vrai que c'est dur pour moi parce que j'suis un type très actif...Quand ça va pas, j'me parle. Souvent j'me parle. Ben oui, j'me parle dur. Faut pas s'écouter. Si on s'écoute, tout va à l'envers (monsieur Charles).

Parfois, j'ai des doutes. Mes choix sont plus difficiles. J'me dis à quoi ça me sert de tant travailler, tant d'efforts! Pis tant pis! Je r'commence à travailler (à lutter contre les déclinis) (madame Marie).

Les pertes faut les prendre comme ça vient. J'ai toujours accepté, j'accepte encore plus (madame Thérèse).

Chez certains aînés, le processus d'acceptation est en cours. Leur récit témoigne du combat ardu qu'ils doivent mener pour y arriver. Les propos sont souvent contradictoires. Le fait de se raconter les aide parfois à voir le chemin qu'ils ont parcouru.

Ah! Vieillir, c'est pas facile, madame. Ce que j'trouve le plus difficile, c'est d'avoir l'impression de recommencer à zéro, d'être comme un bébé, et de dépendre des autres...C'est humiliant!...Mais je m'améliore sur d'autres choses. Depuis que j'ai commencé à perdre des capacités, j'suis plus reconnaissant de ce que j'ai... J'essaie de voir le positif, pis j'demande à Dieu de m'aider à l'faire...(monsieur Georges).

D'autres collaborateurs, comme c'est le cas de madame Isabelle et de madame Sylviane, ont d'abord été incapables d'accepter. Les épreuves ont dépassé leurs forces et elles ont vécu une période de dépression. Leurs histoires donnent un aperçu de

l'effort que doit fournir la personne vieillissante pour faire le choix d'accepter, confirmant du même coup la nécessité d'exercer ce choix pour poursuivre sa croissance.

J'ai déprimé quand j'ai eu ma maladie... Ça m'a pris du temps à remonter... Un moment donné, j'me suis parlé. J'me suis dit: "ça fait assez longtemps que ça dure". Et j'ai commencé tranquillement à accepter ma situation, à sortir de ma chambre et à m'occuper (madame Isabelle).

J'voulais plus vivre. J'avais pas des maladies pour mourir, mais j'voulais mourir... Aujourd'hui, on dirait que j'accepte plus la vie comme elle est. Dernièrement, j'ai eu deux pneumonies coup sur coup. Pour une fois, j'aurais pu mourir, mais j'avais décidé que j'voulais vivre et de tirer le meilleur parti de c'qui m'arrive (madame Sylviane).

Certains d'entre eux fixent des limites à leur acceptation. Ainsi, si madame Laura accepte volontiers les pertes reliées à son vieillissement parce qu'elles sont inévitables, elle refuse catégoriquement d'accepter la mort de sa fille dont la perte ne s'inscrit pas dans cette logique.

C'est pas dans l'ordre des choses que les enfants partent avant les parents...J'suis en révolte. Je l'accepte pas pis j'veux pas l'accepter. J'veux vivre ma colère (madame Laura).

Madame Laurette a aussi perdu deux enfants. Alors que tout au long de l'entretien elle a parlé sans retenue de son vécu, affirmant qu'elle acceptait avec une sérénité déconcertante les lourdes pertes physiques qu'elle subit, elle a fermé la porte lorsqu'est venu le temps de parler de ces expériences difficiles. À la question: "*Comment avez-vous vécu ces deuils?*" elle répondra: "*J'aime autant pas parler de ça*".

L'analyse des entrevues de personnes qui disent vivre surtout une expérience de déclin durant leur vieillesse confirme l'importance de relever le défi d'accepter. Leurs propos manifestent une incapacité d'accepter ou une impuissance:

J'ai pas le choix, c'est imposé (monsieur Gérard).

Dépendre des autres, ça peut pas s'accepter (madame Hélène).

Dépendre des autres, ça peut pas s'accepter, seulement on n'a pas le choix. J'le fais pas voir, mais j'suis très malheureuse (madame Louise, étude pilote)

Quémander pis attendre après tout l'monde, j'peux pas accepter ça (monsieur Maurice).

Vivre dans des endroits comme ici, ça peut pas s'accepter, on est renfermé, on peut pu rien faire, on est tout seul (madame Yvette).

Les mêmes mots, employés également par les participants qui vivent du déclin et par ceux qui vivent de la croissance reflètent une réalité bien différente. Le "J'ai pas le choix" de monsieur Gérard et de madame Louise et celui de madame Laurette ou de monsieur Louis, sont porteurs de sens contraires. D'un côté, le caractère irrémédiable des déclin fait naître un sentiment d'impuissance, de résignation passive alors que, de l'autre, il stimule l'esprit de combat. Madame Laurette et monsieur Louis exercent un choix: ils décident d'accepter en refusant de tout perdre et en cherchant à en tirer le meilleur parti possible.

Être réaliste, c'est aussi évaluer la possibilité d'être plus malheureux en refusant d'accepter. En observant autour d'eux des personnes qui, comme monsieur Gérard, madame Hélène, madame Louise,

monsieur Maurice et madame Yvette, sont incapables d'accepter, les aînés qui vivent une croissance constatent que cette attitude ne fait que rendre les choses plus difficiles.

Les gens qui vieillissent mal sont ceux qui n'acceptent pas c'qu'ils ont, qui veulent en avoir plus. Ils ne savent pas calculer, ils ne savent pas s'adapter, ils sont envieux (madame Antoinette).

Ceux qui n'acceptent pas cherchent une porte qu'ils ne trouveront pas (monsieur Louis).

Ceux qui acceptent pas se rendent malheureux (monsieur Roger).

Devant cette évidence, la seule voie valable que peut emprunter la personne âgée lucide est de choisir d'accepter et de trouver des justifications qui facilitent ce choix.

avoir des raisons d'accepter.

le fait d'avoir eu une vie bien remplie semble être une condition qui conduit à accepter plus facilement les déclin. Toutes les personnes qui ont dit vivre beaucoup de positif durant leur vieillesse portent un jugement favorable sur leur vie et affirment n'entretenir aucun regret. Elles ont profité en temps opportun des plaisirs de la vie, elles ont eu leur part de bon temps et sont prêtes à renoncer à ce qui n'est plus.

Ceux qui acceptent pas, c'est les gens plus jeunes, qui ont pas fait leur vie. Moi, j'ai vécu. J'ai fait ma vie pis j'ai pas de regret. J'ai fait ma jeunesse...J'suis contente de ma vie pis, si j'étais encore capable, j'le referais mais j'suis plus capable (madame Laurette).

Pour moi le détachement a commencé vers la cinquantaine. Les voyages, la bonne bouffe, ça s'est détaché tranquillement...et je crois que j'encouragerais les gens à vivre le plus possible, ça facilite le détachement après, on est moins frustré...J'ai vécu ma vie sociale autant qu'il m'a plu, ça aide à vivre la vieillesse. La sérénité je crois qu'il faut l'avoir dès le

début, apprendre à apprécier les choses au moment présent et chaque chose en son temps (madame Marie).

Pour plusieurs collaborateurs, la réussite de leur vie se mesure en fonction du respect des valeurs socio-culturelles qui l'ont rendue signifiante: travailler fort, maintenir les liens sacrés du mariage, remplir ses obligations de mère ou de soutien de famille, transmettre des valeurs religieuses.

J'ai toujours travaillé très fort toute ma vie. Je suis satisfaite de ma vie...Même quand j'étais fatiguée, rendue à bout, je n'savais pas m'arrêter (madame Antoinette).

J'ai toujours travaillé toute ma vie...vingt-huit ans à une place et treize ans à l'autre. J'suis pas un changeux de job. J'me suis marié. J'avais une bonne femme. J'ai eu quarante ans de mariage...J'aimais ma femme, j'avais une belle maison (monsieur Charles).

J'ai travaillé fort, j'ai bien gagné ma vie, j'ai fait vivre ma famille. J'ai fait un bon mariage qui a duré. J'ai toujours accepté c'que la vie m'a donné (monsieur Georges).

Avant, j'étais infatigable. J'ai toujours été active pis pressée par le temps...Après mon mariage, j'ai élevé mes enfants pis j'ai travaillé avec mon mari dans son commerce (madame Laura)

J'ai élevé mes enfants. J'les ai tous aimés. J'leur ai donné ce que j'ai pu...j'ai élevé mes enfants catholiques (madame Laurette).

Selon Erikson (1963), la crise intégrité/désespoir est résolue efficacement lorsque la personne âgée peut affirmer que sa vie a été nécessaire, appropriée et signifiante. Ces personnes âgées ont coché "oui" aux trois qualificatifs. Derrière les critères d'évaluation de leur vie, une constante apparaît: toute leur vie, elles ont forgé les armes avec lesquelles elles font face aux pertes d'aujourd'hui. Leur histoire de vie est cohérente et donne un sens à leur présent.

Seule exception à la règle, madame Sylviane n'invoque pas le bilan d'une vie satisfaisante pour justifier l'acceptation de son vécu actuel. Enfance difficile, mariage "obligé", rudesse du conjoint, piètre estime d'elle-même sont les repères douloureux autour desquels elle tisse son récit de vie.

Avant, je dépendais de mon mari. J'pouvais pas me développer. Fallait que j'lui demande tout. Y m'donnait jamais d'argent. C'est lui qui faisait les dépenses, qui achetait la nourriture, les vêtements. Moi, j'étais une femme de ménage (madame Sylviane).

Étrangement, la vie en hébergement lui a offert les conditions de vie favorables à son développement personnel. *"Mes plus belles années, j'les vis depuis que j'ai soixante-dix ans"*. Elle connaît désormais une véritable renaissance qui modifie positivement sa perception d'elle-même et allège son bilan de vie.

L'analyse des cas contraires jette sur cet aspect de la satisfaction de vie un éclairage intéressant. Les personnes qui n'acceptent pas les pertes évaluent aussi positivement leur vie que celles qui vivent une croissance, mais ce bilan positif constitue un obstacle à l'acceptation. Ces personnes sont tournées vers leur passé et vivent dans le regret de ce qui n'est plus.

J'ai fait une belle vie. J'ai beaucoup voyagé. J'avais assez d'argent...Quand j'ai rien à faire, j'pense trop au passé pis j'ai des regrets (monsieur Hector).

J'ai été mariée deux fois. J'ai eu la chance d'avoir deux bons maris et de bons enfants. J'étais heureuse. J'pense souvent à ma vie passée. J'pleure beaucoup (madame Yvette).

C'est rare que j'me sens heureux. Avant, j'allais à la pêche, j'voyageais beaucoup. J'étais respecté comme homme d'affaires.

J'menais la belle vie. Maintenant j'ai tout perdu (monsieur Maurice).

Ce qui retient l'attention dans ces évocations du passé c'est que le regard du conteur est dirigé sur la perte plutôt que sur la réalisation. Ainsi, alors que monsieur Georges s'enorgueillit d'avoir réussi "un bon mariage qui a duré" et que mesdames Laura et Laurette sont fières "d'avoir élevé leurs enfants", madame Yvette a perdu ses maris et sa vie de famille. De même, alors que messieurs Charles et Georges évoquent leur réussite financière en regard de retombées durables sur leur estime de soi, "avoir travaillé fort", "avoir bien fait vivre leur famille", messieurs Henri et Maurice la considèrent en fonction de bénéfices évanouis: les loisirs, les voyages, la considération sociale. L'angle d'analyse que la personne âgée retient pour faire son bilan de vie apparaît ici déterminant pour conduire vers l'acceptation de la vie passée, présente et à venir ou vers une nostalgie et une fixation sur ce qui n'est plus.

Mais le plus souvent, c'est dans leur système de croyances religieuses que les collaborateurs ont trouvé les explications qui donnent un sens à leurs déclin et les dirigent vers l'acceptation. Pour les grands croyants que sont mesdames Berthe, Laurette, Marie et Sylviane et messieurs Charles, Georges et Louis, cette justification subordonne toutes les autres raisons d'accepter.

Chez madame Laurette, monsieur Charles et monsieur Georges, l'attitude qui soutient l'acceptation est une confiance fondamentale en Dieu. Qu'importe le fardeau et qu'importe que le sens de la

souffrance échappe à leur compréhension, ces personnes ne doutent pas que leur expérience s'inscrit dans un dessein logique qui dépasse le plan terrestre. Fortes de cette foi, elles comprennent que la souffrance qui n'est pas acceptée ne s'efface pas pour autant tout en devenant, de surcroît, inutile.

Si le bon Dieu voulait pas m'en donner (des enfants), c'est parce qu'Y voulait pas. Y savait ce qu'Y faisait...C'est lui qui mène... Que voulez-vous qu'on fasse?...C'que le bon Dieu fait, j'Lui reproche pas. C'était mon dû, c'était mon tour d'être malade (monsieur Charles).

Pourquoi les infirmités, pourquoi la vieillesse? On comprend pas, mais c'est sûr qu'y'a une raison. Il faut avoir la sagesse d'accepter de pas comprendre (monsieur Georges).

Y'est Maître en haut. Y sait qu'est-ce qu'Y fait (madame Laurette).

À la lumière de leur expérience de la vie en général, et de la vieillesse en particulier, plusieurs de ces personnes ont révisé leur conception du purgatoire ou de l'enfer. Les épreuves terrestres sont tellement exigeantes qu'elles ne peuvent avoir d'autre but que de servir à purifier ou à réparer des erreurs. Or, n'est-ce pas là le sens qu'elles ont retenu du purgatoire et de l'enfer? Selon l'intensité des épreuves et dans la mesure où elles les acceptent, ces personnes vivent leur purgatoire ou leur enfer sur la terre.

Avec ce que j'endure, je fais mon purgatoire sur la terre!(madame Berthe).

J'suis certaine que le purgatoire, on le fait sur la terre (madame Isabelle).

L'enfer, pis le purgatoire, c'est sur la terre (madame Marguerite).

Je crois pas au diable. L'enfer, ça se vit sur la terre. On a des épreuves pis faut passer à travers, c'est ça l'enfer (madame Paulette).

De toute façon, l'enfer on le vit sur la terre. Si on traverse nos épreuves, y'a que le Ciel qui nous attend (madame Sylviane).

Pour mesdames Berthe et Marie, la souffrance a un sens qu'il faut découvrir. Chaque expérience est nécessaire et doit donner lieu à des apprentissages précis qu'il faut identifier afin de progresser dans sa croissance spirituelle.

Il faut suivre sa route et être réceptif à ce qu'on a à apprendre... Le croyant a l'avantage de savoir que sa souffrance n'est pas inutile, qu'elle l'aide à connaître une vie spirituelle plus équilibrée... Les souffrances sont là pour nous perfectionner. Quand vous avez compris ça, ça change votre façon de voir la vie! (madame Berthe)

Par exemple, j'aime pas ça être ici, en hébergement, mais j'apprends énormément...J'apprends sur le vieillissement, sur le manque d'autonomie, sur la mort (madame Marie).

Une fois que la démarche de sens est complétée, que des réponses acceptables ont été trouvées et que la décision d'accepter a été prise, la personne âgée comprend que l'acceptation volontaire porte en elle des bénéfices insoupçonnés.

#### affirmer sa force

Dans tous les récits transparait cette fierté d'avoir réussi une épreuve difficile. Regardant avec tristesse et pitié leurs pareils qui n'acceptent pas, ces aînés prennent conscience qu'accepter n'est pas à la portée de tous et qu'il faut être fort pour y parvenir. En dépit d'une tendance dans leur éducation religieuse à faire équivaloir "accepter" et "se résigner" et faisant fi du peu de considération associé au verbe "accepter" dans une société orientée vers la performance et l'actualisation de soi, ils ont redonné à l'acte d'accepter toutes ses lettres de noblesse. Ces

collaborateurs ont conscience d'avoir eu un choix à faire entre subir ou décider. Ils ont transmis leur certitude de faire partie d'une catégorie d'êtres forts. C'est en communiquant les preuves de leur ténacité et de leur courage, en réussissant l'exploit de rester maîtres d'une vie dont le contrôle paraît pourtant leur échapper, que nos collaborateurs affirment leur force.

démontrer sa détermination et son courage.

Les mots qui expriment leur victoire sur l'impuissance et le découragement transmettent la perception positive que ces personnes qui vivent de la croissance ont d'elles-mêmes. Il faut "avoir beaucoup de vouloir", "se prendre en main", "se parler fort", "ne pas s'écouter" "ne pas lâcher", "avoir du coeur au ventre", "vaincre le négatif et la peur".

Pour accepter, il faut le décider. Il faut de la volonté (madame Antoinette).

Accepter, ça prend du caractère. Il faut se parler, ne pas se décourager et se laisser aller (madame Emma).

Y faut pas s'écouter et ne pas se laisser arrêter par les problèmes (monsieur Henri).

S'il y a quelque chose à vaincre c'est le négatif, le négatif et la peur. J'ai vaincu les deux, je crois. Alors quand on a vaincu, ça veut pas dire que les choses disparaissent, mais elles n'ont pas la même intensité (madame Marie).

Faut beaucoup de vouloir parce que c'est pas facile avec les épreuves, ça vient pas tout seul (madame Sylviane).

Accepter ne veut pas dire que les collaborateurs ont renoncé à lutter contre les pertes. Au contraire, ils manifestent une grande combativité. Face à une perte, il faut d'abord réagir, se battre

jusqu'au bout, prendre tous les moyens pour améliorer sa qualité de vie.

Évidemment, on ne choisit pas la souffrance. On essaie de la soulager, on se bat contre elle. Comme présentement, j'ai de terribles douleurs. Je ne lâche pas mon médecin. Je demande des examens, je discute des possibilités de traitement, j'essaie de nouveaux médicaments (madame Berthe).

J'accepte mais j'me laisse pas aller. Faut mettre du piquant, faut avoir du coeur au ventre. Y'a été un temps, j'parlais moins que ça. J'me suis dit en moi-même: "Charles, faut que tu parles comme du monde". J'me suis pris en main, me v'là aujourd'hui! (monsieur Charles).

J'suis tout déformé mais j'fais quand même de la peinture. Si tu te laisses aller, tu diminues (monsieur Henri).

Quand t'es paralysé, c'est sûr que t'essaies de guérir. Moi, j'me suis pas laissé aller, j'ai fait tout c'qui fallait faire. J'travailles encore pour trouver des moyens d'être plus autonome. Je cherche toujours à m'améliorer (monsieur Louis).

Au début, je m'suis battue contre ma maladie et, d'une certaine manière, j'me bats encore, c'est-à-dire que j'me laisse ni décourager ni aller (madame Marie).

Même quand la limite de la réadaptation est atteinte, il faut trouver des moyens de minimiser la perte. Les seize personnes qui ont affirmé vivre une croissance ont indiqué qu'elles ont opéré des réajustements dans leur système cognitif de façon à minimiser l'impact des pertes dans leur vie quotidienne. Ces changements dans la façon de penser exigent de la volonté et se manifestent dans leur capacité à rediriger leur attention sur les aspects positifs, à mettre l'accent sur leurs capacités résiduelles, à rechercher les avantages de chaque situation et à modifier leur système de valeurs en conséquence.

Il faut voir le bon côté des choses et faire du bien avec ce qui nous arrive de mal (madame Berthe).

Quand j'ai mal, pis que j'ai d'la misère à marcher, j'me dis que j'suis encore chanceux de pouvoir marcher ou de pouvoir manger tout seul. J'apprends à remercier Dieu de ce que j'ai plutôt que de pleurer sur ce que j'ai pas (monsieur Georges).

Y'en a des pires que moi. C'est mieux d'être en fauteuil roulant pis d'avoir gardé sa tête parce qu'avec ta tête, tu peux aller où c'que tu veux (monsieur Henri).

J'm'arrange pour que ça aille bien. J'vois le bon côté des choses. J'ai perdu une jambe pis un bras mais j'ai gardé ma tête (monsieur Louis).

Non seulement les collaborateurs sont capables d'apprécier ce qu'ils ont sans exiger davantage mais ils poussent le courage jusqu'à ne pas envier ceux qui sont mieux nantis qu'eux.

L'envie, ça gâche la vie (madame Antoinette).

Aujourd'hui, j'vois partir des gens en voyage, j'leur souhaite de bien s'amuser. J'ai pas d'envie...La sérénité je crois qu'il faut l'avoir dès le début, apprendre à apprécier les choses au moment présent et chaque chose en son temps (madame Marie).

Il faut entendre les intonations de fierté qui ponctuent les récits pour comprendre à quel point ces aînés sont conscients de leur force. Avec cette philosophie de vie, ils sont en effet armés pour faire face à toutes les difficultés en se gardant toujours une possibilité d'exercer un contrôle.

rester maître de sa vie.

Des récits des personnes qui vivent de la croissance se dégage en effet une impression de maîtrise de leur vie qui n'est pas sans surprendre, compte tenu de la dépendance progressive qui caractérise leur existence. Elles saisissent toutes les occasions

d'exercer un choix et de prendre des décisions. Quand c'est nécessaire, elles sont encore capables de s'affirmer.

Je fais tout pour améliorer mon sort et, croyez moi, je suis capable de me faire entendre (madame Berthe).

Quand les choses marchent pas à mon goût, j'le dis mais pas toujours comme j'voudrais (monsieur Georges).

J'suis une ronnoise (meneuse) (rires). Quand Laura parle, on l'écoute. J'suis une personne qui sait ce qu'elle veut (madame Laura).

J'continue de gérer mes affaires. J'prends mes décisions (monsieur Louis).

Un des moyens les plus sûrs de conserver la maîtrise de sa vie est de savoir prendre les décisions avant que celles-ci ne soient imposées. Dans certains cas, ces décisions exigent beaucoup de renoncement.

Ainsi, l'accumulation des déclin fait planer au-dessus de la tête de toute personne vieillissante le spectre de l'hébergement. Comme le révèlent les témoignages des personnes qui fréquentent le centre de jour, la préoccupation d'un placement éventuel est encore pire que sa concrétisation. Ces aînés espèrent pouvoir l'éviter ou le retarder, ils cherchent des alternatives. Ainsi, depuis qu'elle doit payer en partie ses médicaments, Madame Marguerite dit vivre dans l'anxiété de devoir quitter sa maison parce qu'elle ne "joint plus les deux bouts" et ne se sent vraiment pas prête à aller vivre en centre d'accueil. Pour sa part, Monsieur Maurice observe à la dérobée son épouse, de vingt ans plus jeune, en scrutant les moindres signes qui lui confirmeraient qu'elle a l'intention de le placer car, "à sa place, il ne s'embarrasserait pas longtemps d'un

*vieux inutile et maussade". De son côté, Monsieur Roger réalise que la santé de sa femme décline et craint qu'elle n'ait bientôt plus la force de s'occuper de lui. Quant à Monsieur Henri, il espère que sa fille concrétisera son projet d'ouvrir un centre d'accueil car, s'il était obligé de quitter sa maison, il s'y sentirait plus en famille. Enfin, madame Emma fait le pari que sur cinq enfants, "jamais j'croirai qu'il n'y en aura pas un qui aura assez de coeur pour me garder".*

Les personnes âgées qui vivent en hébergement ont franchi cette étape. Pour celles qui connaissent une croissance, le sentiment dominant qui ressort de l'analyse des données est la fierté d'avoir fait les choses comme il faut. Encore là, elles ont eu à faire un choix entre subir ou réagir. Décider avant que d'autres ne le fassent à leur place a été le meilleur moyen de protéger leur dignité. La décision du placement s'est imposée comme la meilleure alternative, en considérant leur bien-être et celui des proches. Certaines ont compris que l'offre de cohabitation que leur faisaient leurs enfants présentait un risque pour leur estime de soi et ont refusé de se sentir un fardeau. Plusieurs s'enorgueillissent d'avoir pris la décision du placement sans consulter leurs proches.

*J'ai quitté ma maison, ça a été très difficile mais j'y étais pas bien. J'me sentais insécure. J'étais toute seule... J'avais hâte de me trouver un centre (madame Isabelle).*

*C'est moi qui ai décidé de m'en venir ici. J'ai visité des endroits pis j'ai fait ma demande ici. J'ai vendu ma maison et, en même temps, j'ai dû me faire opérer pour un cancer... Quand le centre m'a appelée pour me dire qu'il y avait une place, mes enfants étaient pas d'bonne humeur que j'aie fait mes démarches sans leur en parler (rires) (madame Laura).*

Ce centre-là, c'est moi qui l'ai choisi. Mes filles l'ont trouvé pour moi, mais j'avais bien précisé ce que je voulais. Je suis bien ici (monsieur Louis).

C'est moi qui ai choisi ce centre et qui ai pris la décision d'y entrer (madame Marie).

Une fois que le deuil du domicile est accepté, se détacher de ses biens semble être une formalité. C'est avec stoïcisme que les collaborateurs disent avoir laissé leurs avoirs derrière eux.

J'avais un bel appartement et de beaux meubles de style. J'ai tout quitté, et ça m'a fait moins que rien. Il fallait que ça se fasse. Qu'est-ce que vous voulez, je ne pouvais plus rester là, pourquoi s'apitoyer inutilement? (madame Berthe).

Quand j'ai vendu ma maison, j'ai dit (à mes enfants): "partagez-vous ça, moi j'en ai pu besoin" (monsieur Georges).

Quand j'suis arrivée ici, on m'a donné trois jours pour tout vendre mon ménage. J'suis restée froide. J'ai dit à mes enfants: "prenez ce que vous voulez" (madame Laurette).

Cette sérénité contraste avec l'amertume des personnes qui vivent surtout du déclin. Parmi celles qui résident en centre d'hébergement, aucune n'a pris la décision du placement. La plupart ont été mises devant les faits, alors que les démarches étaient complétées et que la nouvelle résidence était trouvée. D'autres ont été consultées mais gardent l'impression qu'elles n'avaient pas vraiment le choix. Même si, rationnellement, certaines admettent qu'il n'y avait pas d'autre solution, c'est à contrecœur et sous la pression des proches qu'elles se sont résignées à la vie en hébergement et, conséquemment, l'adaptation au nouveau milieu de vie se fait difficilement.

Ici, y nous traitent comme des enfants. Y calculent qu'un vieux c'est fait pour être exploité. Pis y'a pas une place qui est mieux que l'autre. C'est toute du pareil au même (monsieur Hector).

Y sont ben fins ici. J'ai rien à redire. Y font leur possible. Y voudraient que j'aime ça. On peut pas aimer ça! C'est pas chez toi pis ça peut pas le devenir. Y'a rien qui peut remplacer ta maison. J'reste dans ma chambre le plus possible. J'sors juste pour les repas (madame Hélène).

Se détacher de ses possessions, c'est tellement difficile, ça se décrit pas! Même après quatre ans, j'y pense encore tout le temps. J'ai pas fini mon deuil. J'me demande si ceux qui ont mes biens en prennent soin. Mes nièces me disent: "Ma tante, arrêtez d'y penser, vous vous faites du mal pour rien". Mais c'est plus fort que moi (madame Rose).

Accepter de perdre son milieu de vie naturel exige une grande force morale. Les personnes qui vivent de la croissance en sont conscientes et en tirent une fierté. Elles ont compté sur leurs propres ressources pour traverser cette épreuve difficile qui succédait à celle, déjà très accablante, de la perte de leur autonomie. Ayant réussi l'épreuve initiatique d'accepter délibérément les pertes en même temps que d'affirmer leur force, elles découvrent d'autres occasions de croissance.

Faire l'expérience d'accueillir sereinement la mort en même temps  
qu'apprécier plus intensément la vie

Si les aînés ont clairement reconnu que l'acceptation est le début du processus de croissance, la suite, qui est la conséquence de la victoire sur la résignation passive, est moins nettement perceptible à leurs yeux.

En décidant d'accepter les pertes, la personne vieillissante accepte automatiquement la fin prochaine de sa vie. Sachant que la mort est la seule issue du processus de dégénérescence physique, et

ayant réussi à sauvegarder sa dignité, le héros âgé pourrait être tenté de contempler sa victoire et de réclamer le repos du guerrier. Or se laisser glisser tout doucement vers la mort n'est pas le chemin qu'empruntent les personnes âgées qui vivent de la croissance. Elles sont interpellées par une autre énigme à résoudre: comment accueillir positivement la mort sans perdre le goût de vivre?

Accepter de perdre pour perdre encore davantage ne pourrait être la seule option que la vie offre à un esprit rationnel. Pour qu'elle soit acceptable, la perte doit cacher un gain qu'il faut découvrir. Comme madame Sylviane l'a exprimé, quand on attend la mort en égrenant péniblement ses jours, on est descendu bien bas.

Faut que tu décides que ça vaut la peine de vivre. Avant de le décider, j'suis descendue bien bas. J'voulais plus vivre (madame Sylviane).

Au contraire, en constatant que désormais le temps leur est compté, les personnes âgées qui se disent en croissance ressentent une urgence de vivre qui leur fait apprécier chaque moment de leur existence.

C'est seulement quand tu tombes malade que tu réalises que la vie c'est important, qu'il faut pas la gaspiller (monsieur Roger).

Les seize collaborateurs ont exprimé un engagement ferme dans la vie en même temps qu'une belle indifférence vis-à-vis de la mort. N'ayant plus de temps à perdre, ils regardent d'abord la mort en face en se disant prêts à mourir en tout temps, développent une

hypothèse satisfaisante sur l'au-delà puis détournent définitivement leur regard vers la vie. Ils apprennent alors à goûter chaque minute de leur vie en continuant d'investir dans leurs relations affectives et à cultiver des centres d'intérêt jusqu'au bout. En accueillant sereinement la mort, ces personnes âgées apprennent à vivre comme en témoigne l'analyse des thèmes essentiels *accueillir sereinement la mort* et *apprécier plus intensément la vie* ainsi que des thèmes secondaires qui leur sont associés.

#### accueillir sereinement la mort

La mort n'est pas au centre des préoccupations des personnes âgées qui vivent de la croissance. Elles n'ont pas évité le sujet et l'ont toutes abordé à un moment ou l'autre de leur récit, mais ne s'y sont pas attardées. C'est presque toujours moi qui, saisissant au vol une allusion, ai dirigé la conversation sur ce thème. La question "ça vous fait peur?" suscitait invariablement une réaction de surprise, tellement une telle idée semblait saugrenue. Les collaborateurs répondaient volontiers aux questions mais, le plus vite possible, ils dirigeaient la conversation sur des aspects de leur expérience qui leur semblaient plus dignes d'intérêt. Une fois que l'étape de l'acceptation est franchie, accueillir la mort sans résistance semble aller de soi. Ces personnes âgées ont dépassé le stade de la peur. Elles savent qu'elles peuvent mourir en tout temps, elles sont prêtes, elles y ont réfléchi et se sont donné des explications satisfaisantes.

être prêt(e) à mourir en tout temps.

Le même réalisme qui fait accepter les pertes de la vieillesse conduit à en accepter l'issue fatale. La mort fait partie de la vie et, quand elle s'inscrit au terme de la vieillesse, et surtout au terme d'une série de déclin successifs, elle arrive en temps et lieu. Les collaborateurs manifestent une étonnante sérénité devant cette perspective. Ils sont prêts à affronter la mort quand elle se présentera sans pourtant être pressés de la voir arriver.

Si la Providence veut que je meure demain matin, c'est correct. On ne choisit pas, n'est-ce pas? La jeunesse est le temps d'apprendre à vivre et la vieillesse est le temps d'apprendre à mourir. Je n'ai pas peur de la mort. Quelle que soit ma condition, je sais que j'aurai la grâce en conséquence (madame Berthe).

J'ai pas peur de mourir mais j'ai peur de souffrir. Mes affaires sont en règle. J'suis prêt (monsieur Henri).

J'ai pas peur de mourir mais j'y pense pas souvent. La mort viendra bien en son temps. J'ai réglé toutes mes affaires. J'ai fait mes testaments, le biologique et le légal. Mes affaires sont en ordre. J'suis prêt..(monsieur Louis).

J'ai pas peur de mourir. J'suis prête. J'ai demandé de pas être branchée (madame Sylviane).

Très peu d'aînés ont exprimé une crainte de la mort. Plusieurs affichent même une désinvolture à son endroit. Ils sont en état d'accueil permanent.

La mort m'est tout a fait égale (madame Antoinette).

La mort, ça m'dérange pas. J'ai pas peur de mourir du tout (monsieur Charles).

Des fois, j'Lui demande de v'nir me chercher mais Y m'répond pas (rires). La mort me fait pas peur, j'la demande (madame Laurette).

Certains collaborateurs expliquent leur sérénité face à la mort en suggérant que le fait d'avoir vécu assez longtemps rendrait le renoncement plus facile.

J'suis content de m'être rendu là, pis j'suis prêt pour l'autre étape. J'ai pas peur de mourir. Je demande à Dieu de venir me chercher avant que j'dépérisses trop (monsieur Georges).

La mort me fait pas peur. J'la demande. J'me suis rendue assez loin. J'suis curieuse de voir ce qu'il y a l'autre bord (madame Paulette).

Monsieur Georges, madame Isabelle et monsieur Henri espèrent mourir rapidement. Plus que la mort, ce sont les souffrances qu'ils craignent. Madame Marie est la seule qui a admis avoir encore peur de mourir.

C'est une évolution qui est à ses débuts. J'peux pas prédire qu'est-ce qui va y avoir mais je crois que la mort va cesser d'être si terrible...La mort me fait moins peur à présent, mais encore elle me fait peur. Dire adieu au physique, c'est pas facile. On peut le dire mais de là à le faire! Quitter les choses qu'on connaît pour l'inconnu, ça fait peur (madame Marie).

Contrairement aux autres collaborateurs, Madame Marie a abordé plus longuement la question de la mort. C'est une personne qui s'interroge beaucoup et qui est une fine analyste. La vie en hébergement stimule chez elle une démarche spirituelle qui l'aide à se préparer sereinement à cette échéance.

On se bat continuellement pour notre vie sans jamais penser à la vie éternelle, qui est la vraie vie (madame Marie).

À l'instar des personnes âgées qui vivent de la croissance, celles qui connaissent surtout une expérience de déclin affirment

ne pas avoir peur de mourir. Elles en ont même parlé plus souvent et plus longuement. Monsieur Gérard, monsieur Hector, madame Hélène et madame Yvette y aspirent, espérant être délivrés d'une vie qui ne présente plus d'intérêt. *"Vivre comme ça, c'est déjà être mort"*, dira madame Louise, lors de l'étude pilote. Seule Madame Rose craint la mort. Elle a une peur bleue de mourir subitement et, surtout, de mourir seule. Elle dit que *"c'est une toccade"*. Elle y pense tous les jours et fait régulièrement des cauchemars à ce sujet.

Qu'elles l'accueillent sereinement ou non, les personnes âgées qui sont confrontées aux déclin progressifs du vieillissement ne peuvent ignorer la mort et les questions de sens qu'elle leur adresse.

avoir des explications satisfaisantes.

Chacune des personnes qui vit de la croissance a élaboré son hypothèse sur ce qui arrive après la mort. Pour certaines, en vieillissant, l'hypothèse est devenue plus floue, fourmillant de doutes et de contradictions. Pourtant, cette incertitude entourant la mort ne trouble pas leur confort. Que la mort garde ses secrets est une réalité qu'elles acceptent sans discuter. Ces personnes s'accommodent des questions sans réponses en refusant de perdre leur temps en conjectures et en développant une attitude de confiance devant l'inconnu.

Je l'sais pu trop ce qu'il y a après. On n'a qu'à vivre ce qu'on a à vivre et on verra bien (madame Emma).

J'pense parfois à la mort mais j'm'arrête pas à ça longtemps...Des fois j'doute qu'il y a quelque chose après la mort. C'est peut-être le néant? Est-ce que ça finit la vie éternelle? Y a-t-il quelque chose qui peut-être éternel? D'un autre côté, l'âme peut pas mourir comme le corps. Comme on aura jamais de réponses, j'me dis que le plus simple c'est de vivre ce qui me reste à vivre le mieux possible, de pas lâcher (madame Isabelle).

La mort ne me fait pas peur. C'est la fin de ce que je suis mais ce qui arrive à l'âme, je l'sais pas. J'm'intéresse plus à la vie (madame Laura).

Après la mort, j' imagine qu'il y a quelque chose, parce que c'est Dieu qui nous a créés. Mais, je s'rais ben en peine de vous dire quoi (monsieur Roger).

D'autres collaborateurs ne se satisfont pas de demi-réponses. Ils ont longuement réfléchi à la question de l'après-vie et se sont donné des réponses personnelles qui s'éloignent des enseignements religieux traditionnels tout en satisfaisant leur foi.

Je crois que la mort c'est la fin de l'individu, qu'y'a pas d'autre vie après. Quand je meurs, c'est la fin de tout pour moi. Y'a trop de gens qui sont morts, s'il y avait quelque chose d'autre, on le saurait. Par contre, j'crois qu'on meurt pas comme espèce. J'crois pas à la fin du monde. C'est comme ça qu'on continue à vivre. Y'a un plan directeur, la vie n'est pas venue de rien. Y'a Dieu au départ, mais Son plan c'est pas pour moi, c'est pour l'espèce (monsieur Georges).

Je crois que la vie continue après la mort, mais que, comme je suis, je vais disparaître à jamais. Ce qui survit, c'est une énergie (madame Marie).

Enfin, pour certains qui sont parfaitement en accord avec les enseignements de leur religion, l'hypothèse est précise et rassurante. La mort, tout comme les pertes, s'inscrit logiquement dans le plan Divin. Ils sont "de passage" sur la terre, ils sont seulement "prêtés". Ces personnes sont certaines d'accéder à la félicité d'une vie éternelle car elles ont respecté leurs préceptes religieux.

Après la mort, pour moi, c'est l'éternité bienheureuse. On ne peut pas tuer une âme, l'âme est immortelle! Je vais rencontrer les gens que j'aimais. J'aurai la vision de Dieu. Ce sera le bonheur parfait (madame Berthe).

J'ai pas peur de mourir parce que je sais de quelle manière je m'en vais. J'suis pas dans l'péché (madame Laurette).

Pour moi, y'a pas de doute qu'il y a une vie éternelle. J'suis pas inquiet parce que j'ai fait une bonne vie et j'suis certain d'être près de Dieu (monsieur Louis).

En plus de la confiance que donnent les croyances religieuses, des expériences personnelles intenses peuvent conduire à approcher la mort avec sérénité. Quatre personnes ont frôlé la mort et ont raconté une expérience de mort imminente ("near death experience"). Certaines affirment n'en avoir jamais parlé auparavant. Trois d'entre elles ont connu un moment d'extase qu'elles se remémorent avec plaisir.

J'ai été dans l'tunnel. J'voyais ma femme pis mes enfants, j'entendais tout c'qu'y disaient. C'était assez beau. J'ai pas ouvert les portes et j'ai pas rencontré personne faque j'suis pas certain qu'y'a quelque chose. La seule chose que je sais, c'est que mourir, c'est beau (monsieur Henri)

J'sais que c'est beau après la mort parce que j'y ai été quand j'étais plus jeune pis que j'ai failli mourir en accouchant. Y'avait des fleurs partout. J'étais bien. J'voulais pas revenir (rires) (madame Laurette).

J'ai déjà été dans l'tunnel. J'me suis rendue à la lumière. J'sais que c'est beau. Y me semble qu'il y a quelque chose de beau qui nous attend (madame Sylviane).

Pour madame Isabelle, l'expérience a été terrifiante. Au début, elle craignait d'en parler. Personne ne lui avait dit qu'elle avait fait un arrêt cardiaque lors de son opération et elle ne savait comment interpréter cette sortie hors du corps, cette rencontre avec des ombres menaçantes, ces insectes qui grimpaient partout sur les murs qu'elle traversait, ces gémissements qu'elle

entendait. Ayant eu la confirmation, par son médecin, qu'elle avait été réanimée, elle en a déduit qu'elle avait vécu une expérience aux frontières de la mort. Bien que cet épisode ait été traumatisant, elle en retient la certitude d'une forme de continuité après la mort et affirme ne pas avoir peur de mourir.

Ayant compris qu'elles peuvent mourir à tout moment et s'étant donné des hypothèses qui leur font accueillir sereinement la mort, les personnes qui vivent de la croissance décident de profiter de tout ce que la vie leur offre encore. La mort est de peu d'intérêt en regard de la vie.

#### apprécier plus intensément la vie

Tous les témoignages des collaborateurs manifestent une étonnante soif de vivre. Encore ici, ils ont conscience d'avoir eu un choix à exercer. Ils peuvent décider de vivre ou de végéter.

Ça dépend de chacun de prendre la vie comme il veut en vieillissant. Moi, j'la prends sur le bon sens (rires) (monsieur Charles).

Déjà, en prenant le parti d'accepter les pertes, ils ont acquis l'habileté de diriger leur regard sur ce qui est, plutôt que sur ce qui n'est plus. Mettant à profit ce gain, ils découvrent que la vie renferme encore des promesses.

Moi, j'trouve que c'est gai de vieillir (madame Antoinette).

La vie, j'la vois belle (monsieur Charles).

J'suis heureuse. J'aime pas quand quelqu'un dit: "c'est triste la vie". La vie, quand on veut, est pas triste. Y'a

des épreuves, mais dans l'ensemble, c'est beau la vie. C'est un don de Dieu (madame Laura).

Mais j'aime encore la vie (madame Laurette).

En attendant, j'aime encore bien la vie (monsieur Louis).

La célébration de leur vie, qui apparaît objectivement assez terne, est un des aspects les plus étonnants et touchants des récits. En disant oui à la vie, ces aînés découvrent des possibilités que d'autres sont incapables de voir. Le dynamisme et la créativité dont ils font preuve malgré leurs limites soulèvent l'admiration. Ils poursuivent leur développement en apprenant à goûter le moment présent, en continuant d'aimer et de se sentir aimé(e)s et en demeurant dans le coup jusqu'au bout.

goûter le moment présent.

Pour en arriver là, les collaborateurs ont opéré des changements de façon à pouvoir apprécier la vie jusqu'au bout. Ils ont réduit leurs attentes et sont revenus à l'essentiel: vivre au jour le jour. Vivre au jour le jour, c'est profiter de chaque moment et refuser de gaspiller son temps en ruminant le passé ou en s'inquiétant pour le lendemain.

(La vie) j'la vis au jour le jour. Hier, c'est hier, c'est passé. Aujourd'hui, ce qui arrive, j'le sais pas (monsieur Charles).

Ce qu'il faut développer, c'est de ne pas penser à ce qui nous attend. Il faut prendre la vie au jour le jour, pas penser à demain si on veut pas s'fatiguer. J'apprécie ce que chaque jour me donne pis si c'est pas fameux, j'me dis que ça pourrait être pire. Partie comme ça, j'vas vivre longtemps (rires) (madame Paulette).

Mes valeurs ont changé. Avant, ma valeur principale était l'argent. Aujourd'hui, c'est de vivre pleinement chaque jour. J'vis 24 heures à la fois. Aujourd'hui je sais où je suis, demain, je l'sais pas (monsieur Roger).

Vivre au jour le jour, c'est aussi savoir apprécier les plaisirs simples, se mettre en état d'accueil et de disponibilité à l'égard de tout ce qui sort de la routine.

J'm'attendais pas à ça (entrevue) aujourd'hui. C'est des choses qui me surprennent. Même au centre ici, y'a du nouveau tous les jours. Il se passe beaucoup d'choses. On voit du nouveau monde, des gens qu'on a jamais vus pis qu'on reverra peut-être jamais. J'suis heureux, j'suis bien dans ma peau (monsieur Charles).

J'aime le soleil. Quand y fait soleil, j'suis de bonne humeur. J'aime sentir les rayons du soleil sur ma peau (madame Laurette).

L'humour et la bonne humeur font partie du quotidien de ces personnes âgées qui vivent de la croissance. Ce sont leurs meilleurs alliés pour dédramatiser les situations et refuser de leur accorder de l'importance. Rire de tout et de rien, rire dans sa tête en pensant à ce qu'on va dire, rire pour se sentir bien, rire pour le plaisir de voir rire les autres, toutes les raisons pour rire sont bonnes. Les entrevues ont été ponctuées des rires de ces vieillards dont les histoires, par moments, auraient été insoutenables sans cette soupape.

J'ai toujours été une personne qui aime rire. Même quand ça va mal, j'trouve le moyen de rire et j'aime aussi faire rire (madame Antoinette).

Même si j'ai de la peine, j'ris pareil. Rire, ça coûte pas cher. J'essaie de sourire autant qu'possible (monsieur Charles).

Les gardes-malades disent que j'suis une lumière ici parce que j'ris tout l'temps. J'ai toujours des folies dans la tête, j'les fais rire et j'me fais rire aussi. J'aime rire, ça me fait tellement de bien! (madame Laurette).

J'aime faire rire les autres, faire des farces. J'ai écrit une quarantaine de poèmes sur le sourire. Les gens me disent: "lâche pas ton beau sourire". C'est ma marque de fabrique.

C'est le plus beau maquillage qu'on met le matin en se levant (madame Sylviane).

Leur sens de l'humour les garde jeunes. Je me suis fait rappeler à plus d'une reprise que l'âge du corps n'a rien à voir avec celui du coeur. Ces personnes âgées ne se sentent pas vieilles. Dans leur façon de voir, être vieux est synonyme de mal vieillir, de refuser de faire les apprentissages liés à la vieillesse, c'est être plaignard, envieux, c'est manquer de charité envers son prochain, c'est se replier sur soi ou être inactif.

Quand vous riez, vous vous gardez jeune. J'me sens pas vieille sauf quand j'ai des douleurs: là, je réalise que je ne suis plus aussi jeune (madame Antoinette).

Je ne pense jamais à mon âge. Je ne me sens pas vieillir. J'ai à peine le temps de me peigner, j'ai rarement le temps de me regarder dans un miroir (rires). L'âge, c'est une abstraction (madame Berthe).

Tu peux être vieille à cinquante ans. J'me sens pas vieille mais j'suis un peu plus sage que j'étais...Par exemple, quand je vois des personnes âgées qui sont pas charitables dans leurs paroles, qui sont envieuses ou médisantes, qui critiquent ou se plaignent tout le temps, là j'trouve qu'elles sont vieilles (madame Laura).

Premièrement, j'me sens pas vieux. C'est vous, les jeunes, qui dites que j'suis vieux mais vous êtes "dans les prunes". Depuis mon accident, j'suis moins autonome et j'perds un peu de mémoire, mais j'me sens pas vieux. D'abord, j'suis trop occupé pour me sentir vieux (monsieur Louis).

La vieillesse en tant que réalité observable n'a de sens que pour l'observateur. Pour l'observé qui a construit son identité au fil des ans, cette réalité ne rejoint sa perception de soi que si elle cesse de lui être étrangère en devenant, d'une manière ou d'une autre, ressentie (avoir de la douleur, se plaindre, être amère etc). Pour les personnes qui vivent surtout du déclin, celles qui sont "vieilles", au sens de madame Laura ou de monsieur Louis, la vie ne

présente pas, en effet, les mêmes attraits et elles ressentent durement les effets de la vieillesse. Elles connaissent une vieillesse "misérable" et sont rendues "au bout du rouleau" (madame Hélène) ou n'ont "plus de goût à rien" (monsieur Gérard). Leurs jours s'écourent lents et monotones.

Y'a pas de positif à vieillir; tout ce qu'il y a de positif, c'est qu'il y en a moins à souffrir (monsieur Hector).

Ces propos rappellent l'écart qui sépare les personnes âgées qui vivent de la croissance de celles qui subissent la vieillesse comme une série de déclin. N'ayant pas franchi l'étape de l'acceptation, ces dernières en sont réduites à "mourir leur vie", un peu plus chaque jour.

aimer et se sentir aimé(e).

Apprécier plus intensément la vie, c'est réaliser que dans un avenir rapproché il faudra quitter ceux qu'on aime. Les collaborateurs manifestent une surprenante satisfaction en ce qui concerne les relations avec leurs proches. De toute évidence, ils ont décidé de mettre au rancart tout ce qui pourrait ternir ces relations. Ils apprennent à pardonner. Ils apprécient ce qui leur est offert sans demander davantage. Ayant abaissé leur niveau d'exigence et ajusté leurs attentes en fonction de leur réalité, ils vivent en harmonie avec leur entourage.

La famille demeure le pont le plus significatif qui les relie au monde et qui contribue à donner un sens à leur vieillesse. Ces

personnes âgées apprécient pleinement chaque moment passé en compagnie des êtres qu'elles chérissent, se sentent entourées et savent qu'elles peuvent compter sur les leurs en cas de coup dur.

Mes enfants sont ben importants. Après ma foi, c'est eux-autres qui m'aident le plus. Mes enfants et mes petits-enfants m'entourent bien (monsieur Georges).

Ce qui me rend le plus heureux, c'est de voir ma famille autour de moi (monsieur Henri).

Tout ce que je demande, c'est de voir mes enfants et mes petits-enfants. Les enfants c'est ben important...J'sors beaucoup. J'visite mes enfants. J'aime quand on a des réunions de famille (madame Isabelle).

Ma famille c'est très important. J'ai été choyée d'être élevée dans une famille unie et d'avoir une enfance heureuse. J'ai essayé de donner la même chose à mes enfants. Mes filles et moi, on se téléphone tous les jours et j'les visite souvent (madame Laura).

Si elles (ses filles) veulent venir me voir, elles viennent. Si elles veulent pas, elles sont libres. Mais elles viennent. J'me sens pas délaissé, au contraire (monsieur Louis).

Ces parents vieillissants se préoccupent encore du bonheur de leurs enfants, en dépit du fait que la situation de ces derniers semble bien meilleure que la leur. La générativité continue d'occuper une place importante dans leur expérience de croissance. Contribuer à rendre leurs enfants plus heureux en leur donnant le plus possible fait partie de leur plaisir.

J'm'inquiète pour les autres. Pour mes enfants d'abord...Ce qui me rassurerait le plus, ça s'rait de laisser à mes enfants assez d'argent pour qu'y puissent vivre humblement. J'leur donne tout ce que j'ai (monsieur Georges).

Alors, j'me suis dit que j'pouvais le développer plus (son sourire) en donnant. Avant, j'pouvais pas aider mes enfants comme j'voulais, mon mari m'empêchait. Maintenant, j'donne tout ce que je peux à mes enfants pour qu'y soient heureux (madame Sylviane).

L'oubli de soi est au coeur des relations que ces personnes âgées entretiennent avec leurs proches. Il se traduit par leur volonté de souffrir et de se sacrifier pour l'autre, de lui épargner des soucis et de ne pas entraver sa liberté en lui devenant un fardeau.

Ma femme était ben malade, est décédée y'a quelques mois. J'suis heureux d'la savoir là...Elle ne souffre plus. Y'a seulement moi qui souffre. Elle, elle est heureuse (monsieur Charles).

J'suis content que ma femme soit morte avant moi. J'aurais pas aimé qu'elle assiste à la vente de notre maison, ça lui aurait brisé le coeur. Déjà de voir que nos enfants avaient pas les mêmes valeurs que nous autres, pour la religion, le mariage pis tout ça, ça la rongait. C'est ça qui l'a tuée (monsieur Georges).

J'suis restée quelques mois chez ma fille pendant qu'on faisait les démarches pour me trouver une place. J'aurais pas voulu habiter tout l'temps chez mes enfants. Je sentais que j'dérangeais (madame Isabelle).

J'suis restée chez ma fille pour ma convalescence. Mon gendre avait fini un appartement dans leur sous-sol pour moi. Ils pensaient que j'allais m'installer chez eux. J'ai dit: "vous avez des adolescents, ça marchera pas". Ils m'ont dit: "qu'est-ce que tu vas faire?" J'ai dit: "inquiétez-vous pas" (madame Laura).

J'aurais pas voulu demeurer chez l'une de mes filles, parce que premièrement ça leur aurait fait du tort, pis aussi j'préfèrais être seul (monsieur Louis).

J'passais mon temps malade pis j'voyais mes filles qui s'inquiétaient pis qui faisaient des plans. Y'était pas question que j'm'en aille chez l'une ou l'autre, j'aurais pas voulu (madame Marie).

J'suis contente qu'il y ait des centres comme ça pour les personnes âgées....Quand j'ai dû quitter ma première résidence, avant que je me retrouve une place, j'suis restée chez ma fille. C'est pas pareil comme d'être dans tes affaires. Pis dans un centre, t'as quelqu'un qui est payé pour avoir soin de toi. Tandis que ta fille, tu la déranges. Elle a déjà sa famille, son travail, sa vie à vivre. Toi, t'as vécu la tienne (madame Sylviane).

Cette capacité d'abnégation est aussi sollicitée régulièrement dans leurs rapports avec autrui. Les maladresses et parfois même les méchancetés à l'endroit des vieillards sont fréquentes. Excuser, pardonner, oublier, sont des verbes que la personne âgée doit apprendre à conjuguer au présent, sans misérabilisme.

Pour se sentir bien, il faut se débarrasser de ses rancunes. Par exemple, y'a des personnes qui m'ont fait beaucoup de mal... Et j'me suis trouvée, avec mon mari malade et moi aussi, sans un sou. Alors, je suis venue ici (centre d'hébergement) et...ils nous ont acceptés, même sans un sou...j'me suis dit que peut-être, si j'avais eu l'argent, c'est possible que je n'aurais pas été heureuse comme ça. Vous comprenez? ...C'est en pensant comme ça que j'ai pu oublier le mal qu'on m'a fait (madame Antoinette).

Pardonner, c'est une autre manière de vieillir. Y faut pardonner si on veut être pardonnés. Pis la vieillesse, c'est une bonne école parce que y'a plus de choses à pardonner. Si vous êtes blessé, mettons en parole, ça fait mal. Ben, y faut pas que ça fasse mal. Faut que j'pardonne, faut pas être coléreux. Au début c'est difficile pis ça devient une habitude (madame Laurette).

J'ai pas de rancune. J'pardonne facilement. J'me dis: "demain, c'est un autre jour". Je repars à zéro. C'est oublié. J'suis pas parfaite moi non plus. Si je veux qu'on me pardonne, faut que je pardonne aussi (madame Paulette).

C'est souvent dans le contact avec leurs petits-enfants que plusieurs des collaborateurs, particulièrement ceux qui résident encore à domicile ou qui sont suffisamment autonomes pour se déplacer facilement, éprouvent le plus de satisfaction. Une complicité lie grands-parents et petits-enfants. Leurs contacts sont empreints d'humour, de chaleur et d'amour.

J'me sens plus complice avec mes petits-enfants qu'avec mes enfants. Ils sont plus aimants, ils me font chaud au coeur. Ils me demandent conseil et je sens qu'ils sont intéressés à ce que je leur dis (monsieur Henri).

Mes petits-enfants m'adorent et je leur rends bien. Mes petites-filles me taquent. J'ai du plaisir avec elles. J'ai des arrière-petits-enfants. Ils sont tellement beaux et fins mes petits (madame Laura).

Nos petits-enfants c'est toujours les plus fins. Me semble que les miens sont plus intelligents que les autres (monsieur Roger).

Les grands-parents expriment de l'inquiétude pour l'avenir de leurs petits-enfants et se préoccupent de l'abandon des valeurs traditionnelles qui laisse ces derniers sans balises pour se diriger.

Les jeunes aujourd'hui, y font pitié. Y'ont pas assez de règles pour les guider (madame Emma).

Y'a plus d'amour! Quand y'a de l'amour, y'a de la force. Les parents divorcent pour tout et pour rien (monsieur Henri).

J'suis inquiet pour leur avenir. Y'a bien des valeurs qui ont changé, comme la religion, et pour moi, c'est pas un progrès, c'est une perte. Y va falloir que quelque chose change (monsieur Roger).

Je m'inquiète pour mes petits-enfants. Y'a tellement de dangers qui les guettent avec toutes les "gangs". Les parents sont trop occupés, ils ont pas assez de temps pour les écouter. La vie est plus dure aujourd'hui pour les parents pis les enfants (madame Thérèse).

Certains ont aussi manifesté le désir de s'impliquer dans l'éducation de leurs petits-enfants. Ils veulent transmettre des valeurs en héritage.

Y'en a une (arrière-petite-fille) qui est moins fine mais j'suis après la dompter. On l'a trop gâtée cette enfant-là. Moi, j'la réprimande. Elle me dit: "mamie, t'es dérangeante". Oui, j'suis dérangeante. Elle pourrait bien m'envoyer chez l'diable. Mais non! J'pense qu'elle sait que je l'aime (madame Laura).

J'donne pas de conseils, mais à mes petits-enfants je dis: "vous avez la liberté de choisir, de choisir votre vie comme moi j'ai choisi la mienne". Les choix se font tout l'temps d'la vie. On choisit not'mari, on choisit nos amis. Personne nous force....La sagesse que je développe ne sert pas à grand chose, mais par contre, j'me dis ça sert à moi. J'voudrais la

transmettre à mes petits-enfants mais ça me prend tellement de temps à m'exprimer qu'on n'a jamais le temps de se parler de choses sérieuses (madame Marie).

Contrairement aux personnes âgées qui ressentent une croissance, celles qui vivent leur vieillesse comme une expérience de déclin sont souvent amères en parlant de leurs relations affectives.

Mes anciens copains font des projets, comme pour la pêche, pis y m'invitent pas; ça me blesse terriblement. J'aime mieux plus les voir. Des amis comme ça, tu peux t'en passer (monsieur Maurice).

Plusieurs expriment de la déception en constatant l'égoïsme des gens qui les entourent. Une bonne partie de leur ressentiment concerne la décision du placement.

Avant on traitait mieux nos parents, on les gardait avec nous-autres. Les enfants traitaient mieux leurs parents. Aujourd'hui, y pensent rien qu'à voyager. Les enfants se débarrassent de leurs vieux, y'a pas d'autres mots pour le dire (monsieur Hector).

Madame Hélène a vécu dix ans chez son fils, sa bru et leurs deux enfants avant d'être "placée". Elle avait son appartement au sous-sol et prenait le repas du soir en leur compagnie. À deux reprises, elle a subi des attaques d'angine alors qu'il n'y avait personne à la maison pour la secourir. La deuxième fois, elle a été hospitalisée et son médecin lui a fait comprendre qu'elle ne pouvait plus demeurer sans surveillance. Ses enfants ont entrepris les démarches et avant qu'elle n'ait eu "*le temps de se retourner, elle s'est retrouvée dans ce centre*". Elle ajoute que de toute façon, les enfants n'avaient pas le choix d'agir ainsi parce qu'elle n'aurait

jamais accepté d'elle-même d'être placée. La situation est semblable pour monsieur Hector qui cohabitait avec son fils célibataire depuis six ans. Une mauvaise chute a réduit son autonomie au point qu'il doit recevoir une assistance quotidienne que son fils ne peut lui donner. À sa sortie de l'hôpital, il a été admis dans un centre d'hébergement. Monsieur Hector est rempli d'amertume et considère qu'une de ses filles aurait pu le garder.

Décus et blessés par leurs proches, ces aînés qui se sentent mal aimés vivent une solitude qu'aucune présence ne peut combler et se replient sur eux-mêmes. Pourtant, d'un point de vue objectif, ils sont autant entourés par leur proches, sinon davantage, que ne le sont les personnes âgées qui se déclarent soutenues par les leurs. Madame Hélène passe une fin de semaine par quinzaine chez son fils ou chez sa fille. Ceux-ci viennent la chercher régulièrement pour magasiner et lui téléphonent tous les jours. Quant à monsieur Hector, son fils l'amène souper chez lui une à deux fois par semaine et chacune de ses filles lui rend visite une fois par semaine, de sorte qu'il a de la compagnie presque tous les jours sans compter les conversations téléphoniques. Enfin, madame Yvette, n'accepte pas l'hébergement parce qu'elle "est toute seule"; pourtant elle reçoit chaque jour la visite d'un de ses enfants, qui viennent à tour de rôle, et maintient des contacts téléphoniques quotidiens avec les autres.

Par ailleurs, madame Laurette, qui se dit parfois "trop entourée" par ses enfants, et monsieur Louis, "qui ne se sent pas

délaissé, au contraire", reçoivent des visiteurs seulement la fin de semaine et des appels téléphoniques deux à trois fois la semaine. Plusieurs des collaborateurs qui vivent une croissance n'ont plus de famille. Ils n'ont pourtant pas exprimé ce sentiment d'abandon que les personnes qui vivent du déclin ressentent. Ces répondants comblent leur besoin d'affection dans les amitiés.

J'ai aussi la chance d'avoir de bonnes amies sur qui je peux compter dans l'adversité. Pour nous aider dans la vie, l'important c'est d'avoir des amis. C'est la plus grande richesse que vous pouvez avoir. En vieillissant, on les apprécie davantage (madame Berthe).

J'ai des amis partout parc'que j'ai un bon sourire et parc'que j'ris tout le temps (monsieur Charles).

À la lumière de ces données, il semble que la satisfaction en regard des relations affectives ne soit pas liée à l'attention dont fait l'objet la personne âgée, mais bien plutôt à sa capacité d'ajuster ses attentes à la réalité en faisant preuve d'indulgence et en profitant pleinement de ce qui lui est offert sans exiger davantage. Un des moyens les plus efficaces que nos collaborateurs ont trouvé pour ne pas vivre dans l'attente est de remplir leur vie d'activités significatives.

demeurer dans le coup.

Non seulement les personnes âgées qui vivent de la croissance ont encore le goût de vivre et se disent comblées affectivement, mais elles continuent à se sentir partie prenante de la société.

Les journaux et la télévision sont les moyens privilégiés de rester en contact avec l'extérieur. Ces personnes âgées se tiennent au courant des grands événements. Elles ont leurs opinions. L'entrevue qu'elles m'accordent est une des occasions qu'elles saisissent de partager ces opinions et de faire savoir qu'elles sont au courant de ce qui se passe dans le monde.

Je regardais le journal encore à matin. Y payent 45 millions par année, depuis 1990, pour louer des logements qu'y'a personne dedans. Y'a pas d'employé, y'a pas personne! Pourquoi tant dépenser d'argent pour gaspiller? C'est gaspiller ça, madame! Pourquoi y donnent pas ça aux pauvres là? Nos pauvres qu'on a, nos enfants qui vont à l'école, qui mangent seulement pas le matin pour aller à l'école, ça me révolte (monsieur Georges).

J'me crois plus optimiste que mes filles face à la vie. J'suis optimiste parce que j'vois que tout progresse. La science découvre beaucoup de choses, comme par exemple le corps éthérique. Vous savez, autrefois, le halo qu'on voyait sur la tête du Christ. Aujourd'hui on dit que tous les corps dégagent une certaine lumière. Y suffit de bien r'garder. Avant, c'était un signe de sainteté, aujourd'hui, tout l'monde en a (rires) (madame Marie).

J'me tiens à date. Je saute jamais les nouvelles. C'est important de se tenir au courant. J'comprends pas ça quand j'en vois ici qui s'intéressent à rien pis qu'y sont au courant de rien. Y s'intéressent juste à leurs petites affaires. Ça leur f'rait pas tort de r'garder autour d'eux. On est dans l'monde, on peut pas l'ignorer! (madame Paulette).

Demeurer dans le coup, c'est exploiter son potentiel de croissance au maximum. Les collaborateurs consacrent leur énergie à des activités de développement personnel. Ces aînés continuent à apprendre, apprivoisent les nouvelles technologies, rattrapent le temps perdu. Ils en retirent une fierté et une satisfaction personnelle qui contribuent à maintenir leur estime de soi.

Tout m'intéresse. Comme là, jviens de recevoir un agenda électronique. J'apprends à y inscrire mes rendez-vous et les numéros de téléphone. Hier soir, j'suis descendu dehors pour observer la comète. J'suis content d'avoir vu ça avant de

mourir... J'enregistre des émissions qui traitent des problèmes d'environnement (monsieur Louis).

Il y en a des choses à apprendre. Des fois, je relis des livres que j'ai lus quand j'étais plus jeune pis j'réalise que j'avais pas compris. Et puis j'ai l'impression que j'avais à l'école la nuit parce que j'trouve des réponses quand je me réveille. On continue toujours à progresser. Alors, y faut pas s'arrêter, y faut continuer à se développer. Faut avoir les yeux ouverts et voir ce qui se présente à soi (madame Marie)

Mes plus belles années, j'les vis depuis que j'ai soixante-dix ans...Quand j'étais dans l'autre centre, j'avais accepté de faire du bénévolat pour recueillir des fonds. Y fallait remplir des rapports, mais j'savais pas écrire. J'avais une amie charitable qui me montrait à écrire...Après, les gardes-malades m'ont encouragée à m'inscrire à des cours de français. J'me suis abonnée pis j'ai passé mon premier niveau. J'ai signé mon premier chèque à soixante-dix ans...C'était important d'écrire parce que j'avais plein de poèmes dans ma tête que j'pouvais pas mettre sur papier sans d'mander aux autres (madame Sylviane).

Cultiver des centres d'intérêt, se tenir occupé, demeurer actif en dépit des limites sont les recettes d'une vie qui garde ses attraits. Les collaborateurs ont un horaire rempli. Ils ont toujours quelque chose à faire. Trouver un moment pour réaliser l'entrevue n'a pas toujours été facile. Sous une forme déguisée, la productivité continue toujours d'être une valeur structurante dans leur vieillesse.

Il n'y a pas assez d'heures dans une journée pour faire tout ce que je voudrais. Je confectionne de nombreux tricots...Je travaille même la nuit...Je me couche de bonne heure et je me réveille vers minuit...Je n'ai mal à nulle part à ce moment là et j'écris...Pour moi, la réussite de la vieillesse consiste à donner un sens positif à sa vie et à tenir compte que le travail est le secret de la longévité (madame Berthe).

Ce qui m'aide, c'est de faire des choses...J'fais tout' de mes mains. J'lis beaucoup aussi et j'fais des mots croisés (madame Isabelle).

C'est pas toujours facile de rester positif. Alors, j'me tiens occupée. J'reste pas enfermée dans ma chambre. En plus de visiter les malades, j'avais voir mes amis. Le reste du temps, j'lis des "suspenses" ou j'tricote (madame Laura).

J'me tiens occupée..s'il y a quelque chose à faire, comme des décorations, on me d'mande. "Madame Laurette, aidez-nous à faire ça, ça va occuper les autres". J'leur dis quoi faire parce que mes mains veulent. On peut passer des semaines à travailler (madame Laurette).

Aussi surprenant que cela paraisse, pour certains d'entre eux, la vie en hébergement a suscité un engagement social dont ils n'avaient jamais ressenti le besoin jusque-là. Ces personnes âgées s'impliquent activement dans leur milieu de vie. Elles se sont donné de nouveaux rôles en se mettant au service des gens qui les entourent. Elles en retirent un sentiment d'utilité.

Je suis responsable d'arroser les plantes de la maison. Je m'occupe aussi du jardin. C'est moi qui achète la terre et puis les fleurs et tout, c'est moi qui fais tout ça (madame Antoinette).

Ce que je craignais le plus en arrivant ici, c'était l'inaction. Peu de temps après mon admission, j'ai accepté les fonctions de ... Aujourd'hui, j'ai perdu encore beaucoup d'autonomie et je ne peux plus remplir ces tâches, mais je ne suis pas inactive pour autant! (madame Berthe).

J'ai été élue présidente du comité des résidents. J'suis sur le conseil d'administration. Et pis j'fais tout ici. J'passe la malle (courrier). Quand il y a de nouveaux arrivants, c'est moi qui leur souhaite la bienvenue. J'm'occupe de faire chanter la messe quand y'a un décès (madame Isabelle).

J'suis responsable des plaintes pour la salle à manger. S'ils ont des critiques, c'est à moi que ça vient. J'fais des rapports. On m'a aussi nommée comme représentante des malades sur l'exécutif du centre (madame Laurette).

Kaufman (1986) est d'avis que les comportements humanitaires observables, comme l'implication communautaire, peuvent être des moyens que les personnes âgées utilisent pour continuer de répondre aux valeurs sociales de performance et d'accomplissement personnel. Ces aînés qui vivent de la croissance ont exprimé cette satisfaction d'être performants et entendent bien se rendre au bout du chemin. Il

n'est pas question pour eux d'abandonner en cours de route. La vie leur offre encore suffisamment de défis et d'imprévus pour motiver leur engagement à vivre. C'est la vie qui prendra la décision de les quitter et non l'inverse.

J'vois pas l'jour où j'vas arrêter... (madame Isabelle)

C'est par curiosité que je tiens à vivre (rires). C'est plus pour moi-même que pour les autres, pour voir jusqu'où ça mène, ce voyage-là...J'me dis que j'vais peut-être mourir demain, peut-être pas, mais il ne sera pas dit que j'me serai arrêtée en chemin... (madame Marie).

Transmettre leurs savoirs est un objectif qui tient à coeur à plusieurs collaborateurs. Certains appréciaient manifestement cette tribune que je leur offrais pour prendre la parole en recevant une écoute attentive.

Si j'avais un conseil à donner à des personnes âgées pour bien vieillir, ça s'rait de s'intéresser à bien des choses. Faut pas s'arrêter, faut pas s'écouter, faire tout ce qu'on peut faire, aller jusqu'au bout (madame Isabelle).

J'essaie d'aider les autres en parlant de mes croyances. Si la personne est intéressée, j'lui dis qu'il y a un Dieu, pis de demander l'aide de Dieu et d'offrir ses souffrances...J'partage mes idées de croyante (madame Laurette).

J'voudrais aussi que les gens arrêtent de polluer l'air et de se détruire avec la cigarette. J'en parle beaucoup autour de moi. J'en parle à tous ceux qui veulent m'écouter. J'leur prête des cassettes sur des émissions que j'ai enregistrées et j'ajoute mes réflexions (monsieur Louis).

On a prolongé la vie physique mais on n'a pas gagné sur la maladie. À quoi ça sert cette vie végétative si on lui reconnaît pas une valeur? Il me semble que le savoir que je développe pourrait être utile à quelqu'un. J'pourrais encore donner intellectuellement (madame Marie).

J'aime écrire des poèmes. C'est mes réflexions. J'en ai qui parlent du temps, d'autres de la vieillesse. Mon plus grand bonheur, ça s'rait d'en voir publier quelques-uns (madame Sylviane).

Sans aucun doute, les aînés qui ont franchi l'étape de l'acceptation continuent à croître et à se développer. Ils ont répondu avec succès à cette autre énigme que leur posait leur vieillesse. Ils ont découvert qu'en accueillant sereinement la mort ils recevaient le cadeau d'une vie plus intensément vécue. Mais l'expérience de croissance ne s'arrête pas là. D'autres potentialités sont actualisables.

Faire l'expérience de s'engager positivement dans la solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel

Avec la retraite, les maladies, la diminution d'autonomie, le décès du conjoint, de frères et de soeurs, d'amis et souvent le changement de milieu de vie, l'univers social et spatial de la personne âgée se rétrécit de plus en plus et elle doit s'habituer à vivre de plus en plus seule. Elle se trouve alors devant une nouvelle énigme à résoudre: comment vivre la solitude sans se sentir isolée?

Tant que le niveau d'activité ou d'interactions sociales le permet, il lui est possible d'être moins consciente de ce défi de croissance. Aussi n'est-il pas étonnant que les personnes âgées qui fréquentent le centre de jour aient été moins loquaces sur cet aspect de leur croissance. Certes, elles en ont parlé, ont identifié clairement des acquis, mais sans atteindre le niveau de compréhension manifesté par les personnes âgées hébergées. Encore accaparées par les exigences de leur vie domestique, disposant d'une

plus grande diversité d'occupations et conservant une vie sociale plus active, les personnes âgées qui vivent à domicile sont moins centrées sur leur expérience profonde. Pour celles qui résident dans un centre d'hébergement, la nécessité de demeurer socialement vivantes tout en étant coupées du monde s'impose davantage.

Ce qui est le plus dur à accepter quand on est en hébergement, c'est qu'on n'est plus rien, qu'on sert plus à rien. Comme moi, depuis que je suis ici, j'existe plus pour la société, c'est comme ça! J'vois beaucoup de femmes qui étaient la femme de..., la mère de....Elles ont pas développé leur identité alors c'est pas dans des milieux comme ici qu'elles vont le faire. Moi, j'le vis pas comme ça parce que j'suis consciente de ma valeur mais ça m'empêche pas de voir qu'on est mort pour la société (madame Marie).

La solution de croissance réside pour ces personnes dans la capacité d'utiliser les temps inévitables d'isolement pour réfléchir sur leur expérience humaine et approfondir leur relation à l'autre, à la nature et à l'Infini. En acceptant de faire une place à la solitude, la personne âgée qui vit de la croissance gagne une plus grande réceptivité à son univers relationnel.

Alors que dans les deux premiers défis de croissance les gains sont communiqués sans être clairement identifiés comme tels, c'est vraiment en faisant référence à ce défi de croissance que tous les collaborateurs ont reconnu des changements positifs. Ces nouveaux acquis, ils les ont décrits en regard de leur façon de voir l'autre et la nature et en regard de leur foi.

Les thèmes essentiels *s'engager positivement dans sa solitude* et *enrichir son univers relationnel* de même que les thèmes

secondaires qui leur sont reliés décrivent cette expérience de croissance.

s'engager positivement dans sa solitude

Toutes les personnes rencontrées, qu'elles regardent positivement ou négativement leur expérience de la vieillesse, reconnaissent que celle-ci est une étape propice à la réflexion. Confrontée à la fin de sa vie et aux pertes successives, la personne âgée réalise qu'il lui est difficile d'échapper à la solitude. "Avoir plus de temps pour penser", "essayer de ne pas trop penser", "se tenir occupé pour chasser les idées noires", "ne pas penser à ce qui nous attend", "avoir plus de temps pour lire", "écrire ses réflexions" sont autant d'expressions qui démontrent que l'activité réflexive, qu'elle soit bienvenue ou crainte, est au coeur de l'expérience du vieillissement.

La personne âgée qui vit positivement sa vieillesse ne peut pas, quant à elle, ne pas s'engager progressivement et courageusement, pour emprunter l'expression de Tillich (1967), dans sa profondeur. Ce temps dont elle dispose, elle doit le mettre à son service. Pour y parvenir, il lui faut d'abord donner un sens positif à la solitude. À quoi sert en effet tout ce temps dont elle dispose malgré elle, tout ce temps après lequel elle a soupiré plus jeune alors qu'elle courait après le temps, qu'elle en réclamait davantage pour s'occuper d'elle-même, pour voyager, pour s'amuser, pour se détendre? Qu'a-t-elle à faire aujourd'hui de ce surplus de temps à passer seule avec elle-même? Comme pour les autres défis de

croissance, pour que cette solitude soit profitable, il faut qu'elle puisse s'inscrire dans un processus logique.

identifier les bienfaits de la solitude.

Les personnes âgées qui vivent de la croissance n'en sont plus à un paradoxe près et réussissent encore une fois à se donner des explications qui satisfont leur esprit rationnel. Plusieurs collaborateurs considèrent que ce temps de réflexion est une occasion d'approfondir leur connaissance de soi et d'identifier les erreurs de parcours. S'ils se sont déclarés dans l'ensemble satisfaits de leur vie, ils n'en ont pas moins identifié des zones grises et veulent aborder la dernière partie de leur vie en se donnant des orientations précises: devenir meilleur, mettre leur expérience au service des autres, corriger ce qui peut l'être.

La vieillesse passe à réfléchir. On pense à notre jeunesse pis on dit: "j'm'en vais sur la fin de mes jours pis faut que j'change mon dicton de vie, que j'aïlle pour le meilleur" (madame Laurette).

C'est certain qu'en vieillissant on regarde plus les bêtises qu'on a fait, pis on voudrait pas qu'les autres fassent la même chose (monsieur Louis).

J'me dis qu'y m'en reste peut-être pas long pis qu'y faut que ce soit profitable. J'essaie de toujours faire mon possible, aujourd'hui aussi bien qu'hier et si possible mieux (madame Paulette).

En vieillissant, j'apprends à mieux me connaître, à regarder c'que j'ai fait, à voir mes erreurs. Nos erreurs, on peut pas les reprendre mais on peut se corriger. Moi en tout cas, j'apprends beaucoup. Je cherche à m'améliorer (madame Sylviane).

Cette démarche d'introspection est centrée sur le questionnement des valeurs privilégiées jusque-là. Les moments de solitude font prendre conscience que certaines valeurs plus

essentielles, notamment la vie relationnelle et spirituelle, doivent devenir désormais prioritaires.

(La vieillesse) est un temps où nécessairement "l'agir et l'avoir" cèdent le pas à "l'être" (madame Berthe).

Pour que la vieillesse soit une étape utile, il faut trouver de nouveaux chemins, s'ouvrir à de nouvelles valeurs. Ce qui m'aurait fait fâcher quand j'étais plus jeune ne me choque plus aujourd'hui. Des choses qui étaient importantes le sont moins, d'autres qui étaient moins importantes le sont davantage (madame Marie).

Les personnes qui ressentent une croissance s'ouvrent à leur vie intérieure, y trouvant ressourcement et soutien. La solitude est reçue avec toute la chaleur que l'on réserve à une amie chère.

J'ai besoin de mon espace solitude pour aller chercher en moi mes réserves d'énergie. Je me réserve un temps quotidien pour méditer (madame Aline, étude pilote)

En vieillissant, la solitude est devenue une alliée. Elle me permet de développer ma vie intérieure. Je lis beaucoup et j'écris mes réflexions sur la vieillesse, la souffrance, la mort et sur la foi (madame Berthe).

Une valeur qui a changé pour moi, qui est plus importante aujourd'hui, c'est le silence. Je suis très seule. Pour moi, la solitude c'est positif. Ce que j'appelais plus jeune "l'ennui", ça n'existe plus, dans le sens qu'on n'est jamais seul quand on a une vie intérieure remplie (madame Marie).

questionner ou approfondir ses croyances.

Cette solitude est mise à profit pour clarifier leur compréhension des enseignements religieux. Les expériences de la douleur, de la maladie, de la perte d'autonomie et l'imminence de la fin de vie font ressurgir des questions qui avaient été laissées en suspens jusque-là et qui ne peuvent plus être éludées dorénavant. Les personnes âgées qui vivent une croissance sont à la recherche de réponses dans l'ordre du transcendant qui pourraient donner un sens

à ce qu'elles vivent et rendre plus cohérentes leurs expériences présentes.

Pour moi, il va de soi que notre corps est animé d'un principe de vie qu'on appelle l'âme. C'est précisément cette puissance en nous qui ne vieillit pas (madame Berthe).

J'ai beaucoup de questions qui ont pas d'réponses. On s'en pose plus en vieillissant, on a plus le temps de penser (madame Isabelle).

J'me pose une question, pis oup, quelqu'un m'apporte ou me parle d'un livre, et c'est ce livre-là qu'il me fallait. J'lis beaucoup. J'peux pas dire que j'ai trouvé toutes les réponses à mes questions, mais j'en ai trouvé quelques-unes (madame Marie).

Dans le passé, elles ont reçu des explications qui présentaient des lacunes ou des incohérences. Ces explications sont mises à l'épreuve aujourd'hui afin de procéder à une réappropriation plus personnelle. En cours de route, des croyances sont rejetées parce qu'elles ne résistent pas à l'examen critique que les collaborateurs en font.

Évidemment mes croyances ont bien changé avec le temps. Les enseignements que j'ai reçus sur le purgatoire et l'enfer, ça fait longtemps que c'est oublié! (madame Berthe).

Je crois à Dieu pis à la Sainte-Famille, mais j'ai laissé tomber tous les saints, sauf sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus. Elle, j'crois à elle, parc'qu'on connaît sa vie et qu'elle a été bonne (monsieur Georges).

J'ai été élevée catholique, mais le ciel, l'enfer, pis le diable avec sa fourche, j'crois plus à ça. On est moins naïf quand on vieillit (madame Isabelle).

...les folleries du Petit catéchisme, j'ai mis ça de côté. Dire que j'ai enseigné ça! (madame Laura).

Pour monsieur Georges, cet exercice a provoqué une rupture avec les autorités de sa religion sans toutefois que ses croyances soient remises en question.

J'crois plus (davantage) en Dieu mais j'crois pus (je ne crois plus) à la religion. J'ai pas besoin des prêtres pour me dire quoi faire...J'passe directement à Dieu (monsieur Georges).

Certains collaborateurs, sans couper le lien avec l'institution religieuse, se distancient pourtant de pratiques ou de positions adoptées par leurs autorités religieuses.

Mais, je le fais à ma façon. À mon âge, c'est difficile d'apprendre les enseignements mot à mot comme le font les plus jeunes. Et puis, j'trouve pas que ça fait réfléchir. J'préfère comprendre ce qu'on m'explique et le dire à ma mode (madame Antoinette).

Pis, y'a beaucoup de choses dans la religion catholique concernant les femmes avec lesquelles j'suis pas d'accord. Comme la contraception, moi j'suis pour ça (madame Isabelle).

Seulement, y'a une chose que j'aime pas, c'est que quand Dieu s'est fait homme, on aurait dû avoir une femme. Les femmes sont meilleures que les hommes. Dans c'temps-là, c'était peut-être correct que ce soit un homme, mais aujourd'hui j'comprends pas qu'les femmes puissent pas diriger l'Église. Tant qu'à moi, y devrait avoir rien que (seulement) des femmes. J'trouve que l'Église évolue pas sur ce plan-là (monsieur Louis).

Des enseignements religieux sont réinterprétés à la lumière de l'expérience de vie. Par exemple, comme on l'a vu plus tôt, des catholiques donnent maintenant un autre sens aux notions de purgatoire et d'enfer. Ce processus de réflexion critique dirige la personne âgée vers une foi nuancée qui lui fait reconnaître que d'autres croyances peuvent être valables en autant qu'elles aident les personnes qui y croient à être plus heureuses et plus tolérantes envers les autres.

J'doute pas de ma foi, mais j'accepte que d'autres aient leurs croyances. Y'a pas une seule bonne manière de croire. On a tous notre manière de croire. En autant que nos croyances nous aident à pardonner, c'est ça qui est important (madame Laurette).

Je crois sincèrement que chaque personne, quand elle va mourir, va voir ce qu'elle a cru! C'est écrit dans la Bible: "il y a plusieurs maisons dans la maison de mon père". On se fait une idée et on a une réponse affirmative à nos idées; mais lorsqu'on veut aller plus loin, on découvre qu'il y a plusieurs maisons, qu'il y a plusieurs vérités qui sont bonnes (madame Marie).

Non seulement d'autres croyances sont jugées acceptables, mais elles peuvent être étudiées avec intérêt. Ainsi, l'idée de réincarnation paraît séduisante aux yeux de mesdames Isabelle, Laura et Marguerite parce qu'elle pourrait offrir des réponses plausibles à quelques-unes de leurs interrogations. Elles demeurent cependant prudentes vis-à-vis de cette croyance et n'élaborent pas leur hypothèse, ne voulant vraisemblablement pas prendre le risque de vivre un inconfort spirituel inutile puisqu'elles n'auront pas de certitude.

J'm'intéresse à la réincarnation. J'trouve que ça a plus d'allure que le ciel pis l'enfer. Les épreuves servent à nous perfectionner. Si t'as pas assez d'une vie, ben tu reviens. J'suis pas encore certaine de croire à ça, mais ça m'intéresse (madame Isabelle).

J'crois à la réincarnation. J'ai eu des expériences très fortes de déjà vécu. J'pouvais décrire un lieu où j'n'avais jamais mis les pieds. J'crois à ça, mais j'élabore pas là-dessus (madame Laura).

La réincarnation, me semble que ça a du bon sens. On a tellement à faire pour s'aimer les uns les autres que ça n'a presque pas de bon sens d'avoir si peu de temps pour y arriver. Vous allez peut-être me trouver folle de penser à ça? (madame Marguerite).

Le cadre rationnel religieux s'assouplit donc de plus en plus pour devenir plutôt un instrument d'épanouissement qu'une source

d'anxiété. En quelques occasions, la reconnaissance de la validité d'autres croyances conduit la personne âgée à questionner l'utilité de s'associer à une confession spécifique. Cette décision est réfléchie et ne provoque aucun malaise spirituel.

J'suis rendue à me poser des questions pas mal métaphysiques. Comme par exemple: Dieu a toujours existé, alors Dieu a existé avant Pierre. Qui Il était avant pour d'autres? Alors j'me dis, c'est le même Dieu, Il est universel, c'est le même pour tous (madame Marie)

Plusieurs collaborateurs sont engagés intensément dans une démarche spirituelle. Mesdames Berthe, Laurette et Marie ont reconnu d'emblée que leur expérience de croissance était spirituelle avant tout. Les trois dames ont des limites physiques importantes et vivent en centre d'hébergement. Elles admettent que ces circonstances ont stimulé leur croissance spirituelle.

Si je n'avais pas eu ma maladie et les séquelles qui ont suivi mon intervention chirurgicale, peut-être que je n'aurais pas avancé autant spirituellement (madame Berthe).

Y'a des pertes en vieillissant mais y'a un gain enrichissant. Moi, j'ai la foi. Ma foi est différente aujourd'hui. Est plus profonde...Avant j'pensais moins à Dieu. J'avais pas l'temps. Après m'être occupée de mes enfants, ma prière était faite (rires)...Aujourd'hui, j'ai le temps de lire la Bible. J'lis surtout des psaumes. J'les lis avec attention pour mieux m'approcher de Dieu (madame Laurette).

Si j'étais pas venue ici, au centre, jamais j'me poserais les questions que je me pose là (madame Marie).

Pour certains collaborateurs, comme mesdames Antoinette, Berthe, Laurette, Sylviane et monsieur Charles, la foi s'alimente à une pratique religieuse personnelle et institutionnelle assidue. Pour d'autres, comme madame Emma, monsieur Henri, madame Marie et madame Paulette, la foi et la pratique institutionnelle sont des

réalités dissociées. Ils intensifient plutôt leur pratique personnelle. Ils "ne sont pas bigotes", ni "mangeux de balustres".

Quel que soit le moyen qu'elles privilégient pour exprimer leurs croyances, les personnes qui sont engagées dans un processus de maturation spirituelle ne se contentent pas d'une foi tiède et sont conscientes que celle-ci doit être constamment nourrie pour les armer contre le doute, l'incompréhension et le découragement. L'approfondissement des enseignements religieux n'est jamais terminé.

J'ai adopté des maîtres spirituels. J'en choisis un le matin, selon les jours, tout dépend de comment je me sens (madame Berthe).

J'ai encore ben d'l'ouvrage à faire sur moi. La foi ça se cultive mais ça prend de la volonté. Plus vous êtes enfant de Dieu, plus Satan vous travaille, plus il essaie d'vous faire douter. Dieu c'est la lumière, Satan c'est les ténèbres. C'est quand on comprend pas pis qu'on essaie pas de comprendre. Dieu est mort sur la croix pour racheter nos péchés, mais y faut s'aider (madame Laurette).

Vous savez, à un certain âge on ne se satisfait pas de dire "j'ai la foi", mais faut savoir en quoi on croit et où on va, comment on va y aller et avec quel bagage. Est-que c'est un bagage sérieux? (madame Marie).

Les données recueillies lors des entrevues auprès des personnes qui ne perçoivent pas de croissance n'indiquent pas qu'elles sont engagées dans une démarche spirituelle. Monsieur Hector dit être croyant *"mais jusqu'à un certain point"*. Il ajoute: *"ce n'est pas ça qui me soutient"*. Madame Hélène a pratiqué sa religion pour transmettre cette valeur à ses enfants. Aujourd'hui que ceux-ci sont adultes, elle a cessé sa pratique et dit qu'elle ne

croit *"plus beaucoup"*. Monsieur Gérard n'est *"pas tellement croyant"*, il croit *"en lui-même"*. Monsieur Maurice refoule l'invitation qu'il ressent à clarifier ses croyances car il a peur de ce qu'il pourrait découvrir. Ses *"croyances religieuses ont pas mal diminué"*. Il doute qu'il y ait un Être suprême et ajoute qu'il voudrait *"croire qu'il n'y a personne en haut car ça serait plus simple: on retournerait poussière"*. À la question: *"Pourquoi ça serait plus simple de retourner poussière?"* il répond que *"c'est un peu achalant cette idée qu'il faudrait répondre de ses actes"*. Il avoue avoir eu certains comportements dont il n'est pas fier aujourd'hui, entre autres, dans sa manière de traiter les femmes. Pour sa part, madame Yvette est très croyante. Elle n'identifie pas de changement dans sa foi car elle a toujours été croyante. Elle dit prier un peu plus qu'avant car elle a davantage besoin de soutien. Cela ne l'empêche pas de se sentir très malheureuse mais elle est certaine que *"ça serait bien pire si elle n'avait pas la foi"*. Sa foi lui fait renoncer au suicide. Elle *"attend une récompense"* et elle a *"peur de la perdre si elle se suicidait"*. Ce commentaire semble indiquer que sa foi relève davantage d'une motivation extrinsèque, au sens qu'Allport (1961; 1966) donne à ce concept, en ce qu'elle semble remplir une fonction utilitaire plutôt que de diriger sa vie. Madame Rose fait exception à la règle. Elle affirme vivre une croissance spirituelle. Elle sent qu'elle approfondit sa foi, que c'est *"moins à la légère qu'avant"*. Elle réfléchit davantage sur les textes religieux qu'elle lit et s'intéresse aux autres religions. Elle dit y apprendre beaucoup de choses et affirme qu'il *"y a plusieurs façons d'avoir la foi"*. Elle dit se sentir

"plus près de Dieu". Madame Rose se désole de ne pas être à la hauteur de ses croyances en refusant d'accepter sa condition de vie et surtout la perte de ses biens matériels et en entretenant une peur panique de la mort. Elle voudrait être plus raisonnable.

Les personnes qui vivent de la croissance ne connaissent pas cet inconfort qui vient de la difficulté à produire un sens. À travers leurs réflexions, l'expérience de solitude n'est pas perçue seulement comme sensée, mais elle devient désormais nécessaire, voire même désirée. En donnant un sens à la solitude, ces personnes approfondissent leur expérience relationnelle et se découvrent en relation continue avec tout ce qui les entoure.

#### enrichir son univers relationnel

Le récit des collaborateurs qui vivent une croissance montre qu'ils réfléchissent sur les relations qu'ils entretiennent avec leurs semblables, leur environnement et l'Ultime. Un premier pas dans la compréhension de leur expérience relationnelle leur fait découvrir autrui. Ils deviennent ainsi plus sages, plus altruistes, plus solidaires. En regardant autour d'eux, plusieurs découvrent la nature et prennent conscience d'être liés à leur environnement. Enfin, à mesure qu'ils s'engagent dans leur solitude, ils lèvent le voile sur le chemin qui les conduit à Dieu. Ainsi, en même temps que leur vie sociale se restreint, les personnes âgées qui vivent de la croissance s'approchent de l'autre, de la nature et du Divin.

se rapprocher de l'autre.

La constatation d'un changement positif dans la relation à l'autre est un gain rapporté par quatorze des seize personnes qui vivent positivement leur expérience de vieillir. Quel que soit le milieu de vie, la détérioration de l'état de santé et la dépendance progressive dirigent leur regard et leur réflexion vers cet autre sur lequel elles doivent désormais compter. Les personnes en perte d'autonomie deviennent alors plus conscientes du lien d'interdépendance qui unit les humains entre eux et de la nécessité de développer la solidarité pour survivre.

J'me dis qu'on est tous égaux. Est v'nue au monde tout nue comme moi. Est pas plus fine que moi pis j'suis pas plus fine qu'elle. Dans des endroits comme ici, t'as deux possibilités: ou tu t'entraides ou tu te manges (madame Paulette).

Ma manière de voir les autres est très différente. J'étais un gars assez "straight". J'avais pas besoin des autres pis je jugeais facilement. Mais là, j'ai reçu beaucoup d'aide. J'ai découvert qu'on avait besoin les uns des autres (monsieur Roger).

Aider, s'entraider sont des impératifs pour ces personnes âgées en croissance. C'est avant tout par leur capacité d'aimer et d'aider qu'elles ont le sentiment de grandir. Pour les croyants, aider, c'est évoluer spirituellement. La foi ne peut survivre dans l'égoïsme, elle doit être nourrie par le don.

Même avant ma diminution d'autonomie, j'étais déjà pas mal avancée spirituellement parce que j'ai passé ma vie à donner. J'ai toujours donné plus que je n'ai reçu. C'était dans ma nature et je ne l'ai jamais regretté, parce que je suis mon intuition. Je suis d'accord avec la maxime qui dit que "la foi sans les oeuvres est une foi morte" (madame Berthe).

Nous sommes sur la terre pour nous aider les uns les autres. Tant que je serai capable, je vais aider (madame Emma).

Aider les autres, c'est ce qui est le plus important pour moi pour les années qu'il me reste à vivre. J'me dis qu'on est sur la terre pour être ensemble. Faut embarquer avec les autres (madame Sylviane).

Dans les récits, la sagesse se définit comme l'acquisition d'une maturité dans la manière d'interagir avec autrui. Plusieurs des acquis identifiés se traduisent par une plus grande habileté à vivre des rapports harmonieux avec l'autre. Les collaborateurs se sont dits plus tolérants, plus conscients de la portée de leurs paroles ou de leurs gestes, soucieux de prendre le temps de réfléchir avant de parler, de ne pas juger l'autre et de reconnaître ses qualités plutôt que de mettre l'accent sur ses défauts.

Mes rapports avec les autres ont changé. Je suis moins prompte. Je réfléchis davantage avant de parler, je ménage leurs sentiments, je tâche de ne pas juger, de ne pas faire mal (madame Berthe).

Être plus sage, c'est peut-être penser plus avant de parler. C'est apprendre à se servir de sa tête et être reconnaissante de c'qu'on a (madame Laura).

Les gens qui nous entourent, des fois on les voit pas. Si une personne est plus méchante, souvent y suffit de chercher le bon, pis on le trouve. Il n'est pas toujours facile à trouver, mais c'est agréable quand on l'a trouvé. Tout de suite après qu'on l'a trouvé, on dirait que l'autre veut nous montrer ce qu'il a de bon! Pis là tu te dis "comment ça se fait que j'avais pas vu ça avant!" (madame Marie).

Être plus sage, c'est aussi se mettre à l'écoute de l'autre et apprendre à son contact. Pour les personnes qui vivent en centre d'hébergement, la cohabitation avec d'autres résidents et le personnel donne des occasions quotidiennes d'apprendre.

Être sage, c'est savoir écouter les autres et en faire notre profit même si on nous dit des bêtises (madame Aline, étude pilote).

Avec les autres, j'ai pas le même tempérament. J'suis plus à l'écoute. Avant, j'me fichais des autres, j'pensais à moi premièrement, c'est tout (madame Laurette).

La perte d'autonomie m'a donné l'occasion de penser plus aux autres (monsieur Louis).

Quand on vit avec les autres, comme ici, on a beaucoup à apprendre d'eux. J'apprends à plus écouter. J'essaie pas d'avoir toujours raison. J'apprends tous les jours, si vous saviez. Mais j'apprends pas juste des résidents, j'apprends du personnel, de ma famille, surtout de ma fille la plus vieille, ça nous a rapprochées (madame Sylviane).

Parfois, les aspirations de croissance se heurtent aux limites personnelles. Quelques aînés se désolent de ne pas développer aussi rapidement qu'ils le voudraient leur capacité d'amour.

Et pis j'aimerais ça être plus fin, plus sage en vieillissant. Des fois, j'suis trop prompt. J'réfléchis pas assez avant de parler...J'me choque, pis j'le regrette après, parce que j'veux jamais blesser volontairement (monsieur Georges).

Je souffre réellement de pas aimer les autres autant que j'voudrais aimer, mais, au moins, je ne juge pas personne. J'essaie de devenir plus sage (madame Marie).

La vie en centre d'hébergement donne des occasions de développer l'altruisme. Toutes les personnes hébergées qui rapportent une croissance ont noté un progrès dans ce sens. Le fait de côtoyer quotidiennement la misère des autres, de voir des personnes plus malades, physiquement, intellectuellement ou moralement, stimule le désir de soulager la détresse autour de soi.

En vieillissant, le caractère s'améliore, on devient plus aimable parce qu'on aime plus (davantage) les gens à force de demeurer avec eux. Surtout ici, c'est des malades. Moi en tout cas, j'aime plus les gens maintenant qu'avant. On devient moins égoïste en vieillissant, beaucoup moins. Faut pas seulement s'écouter, faut écouter les autres aussi. Les autres, c'est très important. J'essaie d'être aimable avec le monde, être gentil avec eux (monsieur Charles).

J'rends des services à ben du monde. C'est quelque chose de nouveau dans ma vie. Quand j'étais plus jeune, j'ai fait partie de mouvements, mais pas plus que ça. Aujourd'hui, j'suis plus portée vers les autres parce que j'vois qu'il y a tellement de choses à faire. J'vois la misère des autres. J'aime ça leur rendre service quand ils ont besoin. C'est devenu naturel d'aider (madame Isabelle).

Moi, j'ai la santé et j'en remercie Dieu. Alors, j'essaie d'aider ceux qui sont malades. Ici, au centre, y'a beaucoup de malades. Ça m'fait d'la peine de les voir comme ça (pleurs). J'les visite tous les jours. J'leur dis un bon mot, j'm'informe de leur santé. J'pense que ça les aide. En vieillissant, on a plus l'occasion d'aider les autres (madame Laura).

Aujourd'hui, j'aide, parce que je vois que les gens autour de moi ont besoin, y sont déprimés pis moi j'peux leur apporter du courage (madame Laurette).

En aidant, plusieurs d'entre elles ont découvert une réciprocité dans le don. Donner-recevoir-rendre, ce cycle du don décrit par Godbout (1992), elles le vivent au quotidien. Les aînés donnent sans rien attendre en retour et y gagnent pourtant une meilleure estime d'eux-mêmes qui les stimule à donner encore davantage.

Je donne aux autres et je reçois en retour, parce que je me sens valorisée (madame Berthe).

J'aide beaucoup et on m'aide beaucoup. C'est réciproque. J'ai aidé beaucoup dans l'temps que j'étais au (nom de l'endroit). C'étaient des gens âgés....Ils voulaient me payer. J'disais: "non, c'est un service." Un service, on paye pas ça. Aujourd'hui, ça m'est remis. Si j'avais pas rendu service, peut-être qu'on me rendrait pas service. C'est un échange. J'ai pas donné pour recevoir. On donne, point final. Aujourd'hui, ça m'est remis. J'en suis content (monsieur Charles).

Mais j'le fais pas seulement pour eux, ça me rapporte aussi, ça me valorise (madame Laura).

D'autres prennent conscience de la réciprocité dans le don parce qu'ils doivent aujourd'hui apprendre à recevoir. C'est un apprentissage difficile.

C'est difficile en perdant ses capacités, c'est d'accepter de recevoir. J'ai été habituée à donner, pis là j'apprends à plus recevoir qu'à donner (madame Sylviane).

J'trouve ça difficile de voir ma femme qui doit se débrouiller tout seule, qui fait les choses que j'faisais avant pis qui doit s'occuper de moi en plus. J'voudrais pouvoir l'aider (monsieur Roger).

Les personnes hébergées ont dû apprendre à réinventer le don dans le cadre étroit de la vie en institution. Les contacts entre résidents sont en effet assez limités dans les milieux d'hébergement. Aider l'autre se résume souvent à de petits gestes isolés sans que des liens observables d'interdépendance se créent. La majorité des participants qui vivent en institution, qu'ils ressentent de la croissance ou du déclin, ont déploré cette distance qui s'établit entre les résidents. Les obstacles à la naissance de liens affectifs sont nombreux: handicaps au niveau du langage d'abord, restriction de la mobilité pour plusieurs, peur de l'envahissement du territoire privé, probabilité trop grande de vivre un deuil à brève échéance, etc. Certains résidents, comme monsieur Hector, ont vécu le deuil d'une amitié naissante et préfèrent désormais s'en protéger en restant isolés.

Les personnes qui vivent de la croissance contournent ces obstacles en s'approchant de l'autre à distance. Plusieurs des comportements altruistes rapportés sont de l'ordre de la pensée ou de l'action indirecte: écrire des pensées au babillard, penser davantage aux autres, se préoccuper des autres, prier pour les autres, s'attrister du malheur des autres. De cette façon, une fois que l'intérêt pour l'autre est éveillé, la sollicitude peut englober

un nombre de plus en plus grand d'individus. Ne se heurtant plus aux limites de l'espace, les préoccupations altruistes s'étendent désormais à tous les malades, tous les chrétiens, tous les déshérités de la terre, tous les semblables...

Autrefois, je voulais réformer mes semblables; maintenant, je cherche plutôt à les comprendre (madame Berthe).

J' prie pas juste pour moi. J' prie pour les autres. Chaque soir, j' dis une prière pour tous les malades du centre. J' prie pour ma famille aussi. J' prie même pour la planète, si vous voulez savoir. Ça aussi c' est mieux qu' avant. J' m' intéresse à l' actualité, et c' qui arrive dans les autres pays, toutes les guerres, pis tant de morts, ça m' dérange ben plus qu' avant (monsieur Georges).

J' demande dans mes prières de protéger mes enfants, leur famille, mes soeurs, mes frères. Mais quand j' dis mes soeurs, mes frères, c' est en Jésus-Christ. C' est pas particulier. C' est tout l' monde, tous les chrétiens (madame Laurette).

Parfois, la solidarité franchit même les limites du temps. Certains collaborateurs ont développé un sens de la responsabilité intergénérationnelle. Les moments de solitude les ont amenés à réfléchir sur l'insouciance de leur génération et des précédentes à l'égard des richesses collectives et sur les dangers qui menacent la survie de la planète. Ce faisant, ils deviennent préoccupés non seulement de l'héritage qu'ils transmettent à leurs descendants immédiats mais aussi de celui qu'ils lèguent aux générations futures.

Moi, ma contribution (à la survie de l'espèce) j' la donne de mon vivant. On est responsable de nos actes pour ceux qui nous suivent (monsieur Georges).

Il y a une chose qui m'attriste, c' est qu' on est en train de tuer notre Terre. La disparition de la couche d' ozone et le gaspillage des ressources, ça m' inquiète pour ceux qui suivent. Au Brésil, ils coupent, ils coupent, ça n' a pas d' bon sens! Y' a des arbres qu' on connaît pas pis qu' on connaîtra jamais parce

qu'y disparaissent. J'voudrais que le monde se réveille pis qu'y conservent leur nature (monsieur Louis).

J'suis inquiète quand je pense à l'avenir. La couche d'ozone, pis tous les produits chimiques qu'on envoie dans le sol, pis la dette nationale. C'est ben beau de faire des enfants, mais quel héritage on est en train de leur laisser (madame Marguerite).

Ainsi, à mesure qu'elles progressent dans leur solitude, les personnes âgées qui vivent de la croissance découvrent qu'elles font partie intégrante d'une mosaïque humaine de plus en plus étendue, qui dépasse le temps et l'espace. Éventuellement, c'est à tout ce qui est vivant qu'elles se sentent reliées.

se rapprocher de la nature.

La vie en centre d'hébergement n'est souvent pas propice à un rapprochement avec la nature. La plupart des répondants qui vivent en institution ont peu de contacts avec leur environnement naturel. Malgré tout, chez quelques-uns d'entre eux, ce nouvel environnement a favorisé un rapprochement avec les éléments naturels et les espèces vivantes.

Ainsi, depuis qu'il vit en centre d'hébergement, monsieur Louis est souvent seul dans sa chambre. Ses réflexions l'ont rendu plus sensible au lien d'interdépendance qui l'unit à toutes les espèces vivantes. Ce rapprochement a fait naître chez lui un engagement pour la protection de l'environnement. Cette cause lui tient à coeur et donne un nouveau sens à sa vie.

C'est probablement parce que ma perte d'autonomie me donne plus de temps pour réfléchir que j'suis plus conscient de la nature. J'observe plus les oiseaux, les animaux, les plantes. Regardez (montre la fenêtre), y'a un couple d'oiseaux qui a fait son nid

juste sous ma fenêtre. Les oeufs sont proches d'éclore. J'les regarde faire tout l'temps. Me semble qu'on est tous dans l'même bateau. Eux autres aussi y vont disparaître si on fait pas attention (monsieur Louis).

Pour sa part, madame Isabelle a choisi un centre d'hébergement éloigné de l'agitation urbaine qu'elle avait toujours connue. Cet isolement a éveillé son intérêt pour la nature. Elle prend plaisir à la contempler et retire un apaisement de cette communication silencieuse.

Et pis depuis que j'suis ici, j'ai découvert la nature. Moi j'suis une femme de la ville. J'me disais: "j'vas m'ennuyer là, loin des magasins pis du métro". Mais j'oublie que j'suis loin comme ça de la ville. On dirait qu'en vieillissant, on s'approche de la nature, c'est vrai, on file comme ça. En ville on voit rien, le soir. Comme hier soir c'était la pleine lune, j'éteins toutes les lumières pis j'm'asseois et j'admire la lune. Je l'aime elle. Elle m'apporte beaucoup de paix (madame Isabelle).

Quant à madame Antoinette, c'est tout simplement avec la vie qu'elle se sent reliée lorsqu'elle communique avec la nature.

La nature c'est très important pour moi, c'est la vie. Je m'entoure de plantes parce que c'est vivant. J'ai toujours eu des animaux avant mais j'ai dû m'en défaire avant d'entrer ici (madame Antoinette).

Se ressourcer au contact de la nature a toujours été une priorité pour madame Laura. Elle en a tenu compte dans le choix de son lieu de résidence. À travers l'observation de son environnement, elle se sent reliée à l'Infini.

Mon idée de Dieu c'est que c'est un être Infini que je sens dans la nature. J'ai choisi ma chambre du côté du bord de l'eau. Regardez la vue que j'ai. Je regarde couler la rivière. C'est beau. La nature, c'est important. Il faut que je sois en contact avec la nature (madame Laura).

Pour ces personnes âgées, la solitude est une porte d'entrée qui leur permet d'étendre leur expérience relationnelle à toute la vie qui les entoure et à l'immensité. Elle fait pressentir un univers relationnel encore plus large.

se rapprocher du Divin.

Neuf des seize personnes âgées qui ont reconnu vivre une croissance ont reconnu que l'approfondissement de leur foi est l'acquis principal de leur vieillesse. Pour plusieurs d'entre elles, l'entrevue a favorisé la prise de conscience de la place que la foi occupait dans leur expérience de croissance.

Ma religion c'est très important. Je crois que c'est ça qui fait que je suis heureuse comme ça (madame Antoinette).

Ma foi est plus forte en vieillissant (monsieur Charles).

Ma foi est une des choses qui s'est améliorée en vieillissant. Elle est plus forte (monsieur Georges).

Aussi, j'suis devenu plus croyant. Ma foi avait diminué, mais là, elle a remonté (monsieur Louis).

Qu'est-ce qu'on développe en vieillissant? Me semble que ça doit avoir affaire avec la foi. Moi en tout cas, ma foi est plus forte (madame Marguerite).

C'est dans leur foi que ces personnes trouvent le soutien nécessaire pour affronter les déclin.

Si j'avais pas eu la foi, j'me s'rais suicidé (monsieur Charles).

Y faut essayer d'accepter pis d'mander d'être aidé. Moi j'ai la foi (madame Laurette).

Ces collaborateurs vivent en intimité avec le Divin. Ils ressentent concrètement Sa présence dans leur vie. Il est tantôt un

"Amour" ou un "Esprit" qui les entourent, tantôt Il se ressent comme une présence en soi. Il est un ami, un confident. Ces personnes âgées s'adressent directement à Lui, en toute simplicité, et se sentent accueillies.

J'parle au Bon Dieu tous les soirs quand j'me couche; j'Y parle comme j'parle à ma femme (monsieur Charles).

J'suis toujours en contact avec Dieu. J'prie continuellement. J'prie en marchant, en me rendant à la toilette, quand j'suis assis. J'remercie le bon Dieu de ma nuit, de ma journée. Dieu, c'est un esprit. J'Le sens près de moi (monsieur Georges).

Ma conception de Dieu a changé. Dieu, c'est un amour qui m'entoure. Je Le sens près de moi. J'Lui parle comme à un ami (madame Laurette).

L'ennui est remplacé par une présence intérieure, une présence qui n'est pas tangible, que j'suis obligée de me rappeler souvent. Cette présence, c'est moi tout en n'étant pas moi, comme un trésor dont j'peux jouir mais dont je ne tire pas les ficelles (madame Marie).

J'suis très croyante. Mon Sacré-Coeur, c'est mon ami pour le restant de mes jours, c'est mon confident (madame Sylviane).

Aux yeux de ces croyants, tout ce qui vient de Dieu est bon et aucun malheur ne peut Lui être attribuable. Il est un soutien inconditionnel, Il donne tout et n'exige rien. Les moments de communication avec Lui apportent paix et sérénité.

Sans Dieu que serais-je? On n'est rien. Tout ce que nous avons, c'est grâce à Lui (Monsieur Charles).

Quand je passe l'avant-midi dans ma Bible, j'suis tranquille. J'parle presque pas, ça m'apaise, j'suis moins anxieuse (madame Laurette).

Dieu n'est pas responsable de nos épreuves. Ce sont les gens qui par leur ignorance se rendent la vie dure (madame Marguerite).

Y en a qui disent que j'suis trop catholique. Y m'disent: "tu peux pas devenir plus catholique que l'pape!"(rires). Mais c'est ma croyance, ça m'donne beaucoup, c'est mon soutien (madame Sylviane).

Le simple fait de communiquer avec Dieu les rend plus forts. Ils se sentent comblés par cette simple communication et ressentent de moins en moins le besoin de demander des faveurs. Quand ils le font, ils acceptent volontiers de passer au second plan pour que d'autres puissent bénéficier de ce qu'ils ne reçoivent pas.

Je d'mande (à Dieu) de moins en moins pour moi. J'm'inquiète pour les autres (monsieur Georges).

Ma foi c'est une ressource, mais pas pour me sortir du pétrin, juste pour être plus fort (monsieur Louis).

Souvent, Y m'donne pas c'que je demande pour moi, mais Y m'donne presque toujours ce que je demande pour les autres. C'est correct comme ça (madame Marguerite).

J'lui raconte tout, j'lui d'mande pour moi pis pour les autres aussi. J'y dis: "si tu peux pas me l'donner à moi, ben donne-le aux autres" (madame Sylviane).

Plus les personnes âgées qui vivent une croissance spirituelle s'approchent du Divin, plus elles deviennent convaincues que leurs expériences de vie s'inscrivent dans un plan directeur et qu'elles sont secondées dans leur effort pour le découvrir et le suivre. Elles ont un chemin spécifique à suivre, une mission à remplir. Elles se sentent dirigées vers ce qui est bon pour elles.

Il faut suivre son intuition. On pense que c'est notre intuition mais c'est la Providence qui nous guide. On est guidé, on a un chemin à suivre. Il faut être réceptif (madame Berthe).

Faut travailler pour avoir c'qu'on veut avoir. Faut marcher droit autant qu'possible. S'ils nous ont mis sur la terre, c'est pour quelque chose. C'est pour gagner notre pain, pour mériter le ciel. Faut prendre les bons chemins (monsieur Charles).

J'ai l'impression que tout ce que je vis est nécessaire, comme si une main invisible me conduisait (madame Marie).

Même si Dieu leur apparaît comme le Maître de leur destinée, les personnes interrogées se sentent entièrement libres et responsables de diriger leur vie à leur guise, et de respecter ou non Sa volonté. La foi est un autre lieu où peut s'exercer la "liberté de l'acteur". Chacun est libre d'être à l'écoute de la voix qui le guide vers Dieu.

Mais, on a la volonté libre. On est tous Adam et Eve. Si on avait été à leur place, on aurait fait la même chose. Le Bon Dieu ne peut pas forcer notre amour. L'amour ça se force pas. Il nous a donné l'intelligence et la liberté de faire le choix. Alors, il faut essayer de faire les choix qui sont bons pour nous (madame Berthe).

Dieu nous laisse libres, toujours libres. On peut se tromper, on se r'prend. Si on se r'prend pas, on est libres (monsieur Charles).

Des choix, on en fait du matin au soir. Chaque personne a en elle autant de bon que de mauvais. On peut choisir le bien, mais le mal est latent, y'est là. Dieu te laisse la liberté. Quelle pente tu choisis, c'est ton choix. T'as la liberté de choisir (madame Marie).

Cette conscience d'être libre et responsable de ses erreurs rend humble. L'expérience de toute une vie confirme à ces aînés qu'ils ont, à plusieurs reprises, emprunté de mauvais chemins. Ils savent qu'ils sont encore vulnérables mais ont une confiance inébranlable en la miséricorde de Dieu qui accorde le pardon aux hommes de bonne volonté.

Moi j'essaie de pas m'tromper, mais j'suis pas parfait, mais j'essaie pis Il le sait (monsieur Charles).

Si vous vous trompez pis vous demandez pardon, vous êtes pardonnés! Faut pas dire "j'm'en vais sur le mauvais bord" et se décourager. Faut se relever pis marcher. Moi, je lis une phrase le matin quand j'me réveille: "Éclaire ma route, illumine mon chemin, guide mes pas". C'est ma prière (madame Laurette).

En s'engageant dans leur expérience profonde pour s'approcher d'autrui, de la nature et du Divin, les personnes âgées qui vivent de la croissance comblent l'espace relationnel laissé vacant par l'appauvrissement progressif de leur univers social à mesure qu'elles sont exclues de la société et que les pertes affectives s'accumulent dans leur vie.

Ayant résolu avec succès les défis de croissance que les déclin ont fait surgir, ces personnes âgées deviennent le témoignage éloquent de ce que signifie devenir pleinement humain.

#### **La structure du phénomène de croissance à travers les déclin durant la vieillesse**

L'identification des caractéristiques essentielles de l'expérience de croître à travers les déclin de la vieillesse a permis de dégager la trame qui les unit et d'apporter ainsi une réponse à la deuxième question de recherche:

Quelle est la structure générale de l'expérience de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclin?

La personne âgée qui vit de la croissance en dépit des déclin s'engage dans un processus de réflexion qui la conduit à résoudre les défis de sens que lui pose son existence de façon à découvrir le gain qui se cache derrière la perte. Ce phénomène de croissance se structure autour de trois expériences paradoxales fondamentales: accepter délibérément les pertes en même temps

qu'affirmer sa force, accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie, et s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel. Chacune de ces expériences comporte un défi, accepter délibérément les pertes, accueillir sereinement la mort et s'engager positivement dans sa solitude, qui est relevé lorsque la personne âgée réussit à donner un sens positif à des expériences considérées généralement comme négatives.

L'expérience de croissance prend assise sur l'aptitude de la personne âgée à faire face aux pertes qui se succèdent dans sa vie et à la dépendance qui s'installe progressivement, sans renoncer à sa dignité. En choisissant d'accepter volontairement les pertes sans abdiquer, elle affirme aux yeux de tous sa détermination, sa ténacité, son courage et sa compétence à diriger sa vie. Ayant franchi cette épreuve de passage, elle est armée pour résoudre les autres défis que sa vieillesse fait surgir. Un de ces défis concerne l'omniprésence de la mort dans sa vie. Comment être prêt à mourir en tout temps sans renoncer à vivre? Curieusement, c'est en prenant conscience que sa vie achève qu'elle en découvre toute la valeur. En cessant de résister à la mort, elle fait tomber l'écran des valeurs superficielles qui lui voilait le sens de la vie. C'est donc en rendant hommage à la vie, en goûtant tout ce qu'elle lui offre et en s'y engageant jusqu'au bout qu'elle se prépare à la quitter sereinement. Mais, à mesure que les pertes s'accumulent et l'isolent de la société, un autre défi de sens se pose à elle: comment poursuivre cette expérience intersubjective qui fait foi de son

humanité dans un monde dont elle est progressivement exclue? La réponse à cette énigme que lui pose son existence, elle la trouve en pénétrant dans sa solitude pour s'y découvrir intimement liée à l'autre, à la nature et au Divin.

À partir de cette description détaillée de la structure typique du phénomène de croissance à travers les déclinis durant la vieillesse, la synthèse suivante est proposée:

Confrontée aux pertes, à celles qu'elle vit déjà et à celles qui se profilent à l'horizon, la personne âgée qui vit de la croissance s'engage résolument à relever les défis de sens que lui pose son existence, de façon à transcender les pertes. Cette démarche la conduit à accepter délibérément les pertes tout en affirmant sa force, à accueillir sereinement la mort tout en appréciant plus intensément la vie et à s'engager positivement dans sa solitude tout en enrichissant son univers relationnel.

**La part de la spiritualité dans la croissance à travers les déclinis durant la vieillesse.**

L'identification des caractéristiques essentielles du phénomène de croître à travers les déclinis en vieillissant et de leur structure sous-jacente permet maintenant de répondre à la troisième question de la recherche:

Quelle part occupe la spiritualité dans le phénomène de croissance de personnes âgées vivant plusieurs déclinis?

Pour déterminer la place du spirituel dans ce phénomène de croissance, il est utile de rappeler la définition de la spiritualité qui a été proposée au deuxième chapitre de cette thèse:

La spiritualité est une aspiration vers la transcendance en vue d'intégrer les différentes facettes de l'expérience humaine dans un tout cohérent et d'actualiser toutes les potentialités de croissance.

Les thèmes essentiels que notre analyse des données a mis en lumière font deviner que la croissance à travers les déclinis durant la vieillesse est à plusieurs égards une expérience de transcendance.

En premier lieu, il apparaît évident que l'expérience d'accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force et celle d'accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie exigent d'opérer une transcendance corporelle, au sens que Peck (1968) a donné à ce concept. En choisissant de diriger leur regard vers leurs forces et non vers leurs déclinis physiques, nos collaborateurs cessent de définir leur bien-être en termes de confort physique et d'hédonisme. Ils misent plutôt sur leur bon sens, leur détermination, leur humour et leur créativité pour redéfinir ce bien-être en fonction de la satisfaction qu'ils retirent de leurs relations affectives et de l'accomplissement d'activités significatives.

Ces mêmes expériences d'accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force et d'accueillir sereinement la mort en

même temps qu'apprécier plus intensément la vie témoignent de leur capacité de réaliser une transcendance temporelle, telle que cette forme de transcendance a été définie par Reed (1992). En effet, les aînés qui partagent une expérience de croissance analysent leur présent à la fois en relation avec les souvenirs d'un passé réconfortant et l'anticipation sereine de ce qui est à venir. En répondant que leur vie dans son ensemble est signifiante, ils atteignent cette intégrité du moi, au sens eriksonnien, qui leur donne l'assurance que tout a un ordre et un sens. Ce faisant, ils deviennent des exemples vivants de ce sens du "nous" (Erikson, Erikson et Kivnick, 1986) qui les rend plus conscients de leur interdépendance avec les autres humains et de leur responsabilité envers les générations qui suivent. De cette façon, ils pourraient atténuer la couche d'inconscient personnel qui leur voile l'inconscient collectif décrit par Jung (1933), lequel leur ferait transcender les limites du temps et de l'espace pour prendre conscience de leur relation à l'humanité depuis le début des temps et pour l'éternité.

L'expérience de s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel exige, quant à elle, un "courage d'être". Ce courage, tel que Tillich (1967, 1969) le conçoit, nos collaborateurs l'affichent en s'engageant dans leur profondeur pour répondre à leur "préoccupation ultime" au risque d'y découvrir le non-sens. Or, tout au contraire, plus ils pénètrent dans leur solitude, plus ils prennent conscience d'un sens profond. C'est d'abord, comme l'a suggéré Godbout (1992), en redécouvrant la

valeur du lien et du don qu'ils résistent au non-sens. Ayant réexaminé leurs valeurs, ils affirment leur intention de privilégier le monde de la relation. Ils s'ouvrent alors à cette expérience intersubjective, célébrée par Buber (1969), Marcel (1951a et 1951b) et Teilhard de Chardin (1962). Toutes les sphères de la relation identifiées par Buber (1969) et Teilhard de Chardin (1962), la sphère de la vie avec la nature, la sphère de la vie avec les hommes et la sphère de la communion avec les essences spirituelles, sont approfondies par nos collaborateurs en vue de donner un sens à leur expérience de croissance.

La force qui les conduit à accepter délibérément les pertes, à accueillir sereinement la mort et à s'engager positivement dans la solitude s'alimente à une volonté de sens inépuisable. Ce sens à leur vie, les personnes âgées qui vivent une croissance le trouvent d'abord dans l'attitude positive qu'elles adoptent face aux épreuves, confirmant ainsi la validité de l'hypothèse de Frankl (1963). Devant l'inévitable, elles choisissent de se transformer elles-mêmes, en devenant plus fortes, plus stoïques et plus engagées dans la vie. Elles donnent aussi un sens à leur vie en faisant l'expérience de la beauté, de la bonté et de l'amour dans leur contact avec les autres, la nature et le Divin.

Toute cette démarche de sens qui soutient l'expérience paradoxale de croître à travers les déclinis confirme la sagesse des aînés, sagesse qu'ont reconnue les théoriciens de l'intelligence. Plus particulièrement, nos collaborateurs démontrent qu'ils

intègrent les modes de pensée du mythos et du logos, définis par Labouvie-Vief (1989; 1990), en appuyant leur raisonnement à la fois sur la connaissance objective et pragmatique et sur la connaissance symbolique et mythique pour en arriver à croître à travers les déclinis. C'est en faisant une place de plus en plus importante au mythos, qu'ils réussissent à donner un sens positif aux expériences négatives du déclin physique, des pertes sociales et affectives, de la solitude et de la mort.

Confirmant l'hypothèse théorique de Parse (1981), les personnes âgées qui vivent de la croissance évoluent avec leur environnement au rythme de relations paradoxales dans un processus continu de transformation. Les thèmes essentiels "accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force" et "accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie" confirment la validité du patron paradoxal habilitation/limitation ("enabling/limiting") proposé par la théoricienne alors que le thème "s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel" donne un appui au patron rapprochement/éloignement ("connecting/separating"). Au cours de ce processus paradoxal de croissance, les collaborateurs ont prouvé qu'ils ont cette capacité, décrite par Reed (1991a; 1992), de transformer en énergie les conflits et les défis inhérents à leur vie de façon à provoquer des changements innovateurs. Selon Reed, un des changements innovateurs plus susceptibles de se produire durant la vieillesse est l'ouverture à une expérience d'auto-transcendance. Les individus âgés qui ont communiqué une

expérience de croissance manifestent les différents modes de transcendance identifiés par les philosophes et théologiens: la transcendance intrapersonnelle (sentiment d'une présence en soi), la transcendance interpersonnelle (sentiment d'être intimement lié aux autres et à la nature) et la transcendance transpersonnelle (sentiment d'être lié à l'Invisible).

Par ailleurs, la diminution de leurs ressources physiques et sociales a suscité chez nos collaborateurs une réorientation des valeurs qui a initié un mouvement dans le continuum de sens personnel que Reker et Wong (1988) ont conceptualisé. Ayant renoncé au sens eidétique (les voyages, la bonne bouffe, les biens), ils ajustent leurs exigences en ce qui a trait à un accomplissement personnel pour chercher davantage un sens altruiste et cosmique. À travers leur cheminement, ils ont fait part de changements dans leur soi, lequel se détache de plus en plus des préoccupations physiques, matérielles et sociales pour s'engager dans une auto-découverte et une exploration de son univers relationnel qui le conduit à se percevoir comme faisant partie d'un tout plus grand. Les personnes âgées qui se perçoivent en croissance suivent un itinéraire analogue au voyage spirituel qu'ont décrit Sherman et Webb (1991).

Ainsi, la personne âgée qui vit des déclin multiples, de par sa position particulière sur le continuum naissance-mort, semble être conviée de façon plus insistante à s'engager dans un voyage initiatique dont le but est la production d'un sens à la vie qui intègre les sens personnel, collectif et cosmique. Au cours de ce

périple, les collaborateurs ont fait la preuve de leur capacité "d'intégrer les différentes facettes de leur expérience dans un tout cohérent et d'actualiser toutes leurs potentialités de croissance" en répondant à cette "aspiration vers la transcendance". Au terme de cette réflexion, la réponse à la dernière question de recherche est donnée. Croître à travers les déclinis durant la vieillesse se révèle être un défi avant tout spirituel.

Chapitre V

**La discussion**

Le but de cette recherche était de décrire phénoménologiquement l'expérience de croissance durant la vieillesse à partir du point de vue qu'en ont les personnes âgées aux prises avec plusieurs déclin.

Pour les collaborateurs âgés qui ont participé à cette étude, le processus de croissance s'enracine dans celui du déclin, ce dernier questionnant le sens, le premier donnant la réponse qui révèle les possibilités. Trois essences, regroupant six thèmes fondamentaux, caractérisent cette expérience: faire l'expérience d'accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force, faire l'expérience d'accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie et faire l'expérience de s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel.

En plus d'avoir mis en évidence ces trois expériences paradoxales, l'étude a montré que l'acceptation des pertes n'est pas un défi de croissance parmi d'autres, mais celui qui donne accès aux autres expériences de croissance. Elle a aussi révélé que l'accentuation des pertes et la vie en établissement favorisent, chez la personne âgée en croissance, l'appriovissement de sa solitude et la conscience de la richesse de son univers relationnel. Enfin, les résultats ont fait ressortir que plus les pertes s'accumulent, plus les aînés doivent solliciter leur système de sens transcendant et leur capacité d'auto-transcendance pour trouver des réponses qui leur permettent de poursuivre leur croissance, faisant en sorte que

cette expérience de croissance constitue un défi spirituel avant tout.

Ce chapitre discute d'abord des résultats de la recherche à la lumière d'études qualitatives qui ont approfondi l'expérience de sens des personnes âgées sous différents angles, puis en regard d'études qui ont exploré l'hypothèse d'une croissance spirituelle durant la vieillesse. Cette discussion est suivie de recommandations pour la pratique, l'enseignement et la recherche interdisciplinaire et de la conclusion de la thèse.

### **Vieillesse et expérience de sens**

Croître à travers les déclinis durant la vieillesse est apparu comme la résolution harmonieuse des défis de sens que soulève la vieillesse, de façon à découvrir et réaliser les gains que recèlent les pertes. Chacun des thèmes essentiels est examiné en regard des résultats obtenus dans d'autres études qualitatives qui témoignent de la capacité des personnes âgées à produire du sens.

#### Accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force

Le thème de l'acceptation a été mentionné à plus d'une reprise dans les écrits théoriques comme un moyen de s'ajuster aux pertes (Lacroix, 1995; Tournier, 1971; Whitehead et Whitehead, 1990). Ce que la présente étude affirme avec plus d'insistance, c'est que le fait d'accepter les pertes constitue le fer de lance de l'expérience de croissance à travers les déclinis. De plus, pour

qu'elle soit porteuse de croissance, cette acceptation doit résulter d'un choix délibéré. En orientant le récit sur la force qu'exige l'acceptation volontaire plutôt que sur la perte, les collaborateurs refusent de projeter une image misérabiliste et démontrent qu'ils gardent la tête haute en dépit de leurs capacités déclinantes. Transformer la perte en gain est un exploit qui dépasse un simple "ajustement" et qui mérite d'être considéré à sa juste valeur. Aucune des études recensées n'a fait ressortir avec autant d'évidence que l'attitude devant les pertes est l'épreuve initiatique qui ouvre ou ferme la porte à la croissance lorsque les déclins dus à l'âge se succèdent.

Le processus qui conduit à cette acceptation délibérée repose sur une démarche cognitive dont le but est de donner un sens aux pertes. L'importance de donner un sens qui puisse rendre la perte acceptable est signalée dans d'autres études. Ainsi, cette habileté explique en partie la résistance des femmes âgées que Wagnild et Young (1990) ont interrogées. L'analyse des données fait ressortir que l'habileté de ces femmes à identifier les retombées positives de la perte dans leur vie (meaningfulness) est un des facteurs qui expliquent la rapidité avec laquelle elles ont surmonté une perte importante. Par ailleurs, la capacité de trouver du sens apparaît au coeur de l'expérience de la santé des aînés qui ont participé à l'étude de Thorne, Griffin et Adlersberg (1986). Ces chercheurs concluent que le sentiment de sens structure l'expérience de la santé de leurs répondants. Dans la mesure où ils sont capables de donner un sens à ce qu'ils vivent, les aînés interrogés dans cette

étude ont affirmé qu'ils peuvent absorber les changements tout en se percevant "en santé". Enfin, "donner un sens à ses choix" est un des thèmes qui décrit l'expérience d'autonomie de femmes très âgées qui cohabitent avec leurs proches (Major, 1993). Devant les pertes, ces femmes évaluent de nouvelles options, font les choix qui leur semblent les meilleurs en tenant compte des autres et donnent un sens à ces choix en s'appuyant sur une démarche réaliste qui les fait renoncer à l'idéal et accepter positivement ce qui est possible.

Comme celle des femmes rencontrées par Major (1993), la démarche de sens de nos collaborateurs s'appuie d'abord sur le "bon sens". À leurs yeux, "faire preuve de réalisme" est une valeur sociale positive, une preuve de maturité et de santé mentale. Ils sont fiers d'appartenir à cette catégorie d'individus qui sont capables de regarder la réalité en face et qui comprennent qu'il serait puéril de la nier; en même temps, l'observation chez l'autre des effets négatifs du refus d'accepter leur confirme qu'ils ont choisi la bonne voie. Outre ce réalisme pragmatique, d'autres rationalisations, qui font cette fois appel à la pensée symbolique, soutiennent leur décision d'accepter. Les symboles de sens sociaux (accomplissement de leurs rôles de travailleurs, de parents, de conjoints et de pourvoyeurs) et religieux (justifications basées sur les croyances religieuses) sont des repères qui facilitent le processus d'acceptation en leur permettant d'interpréter la perte de façon positive.

Dans une étude sur les stratégies cognitives d'adaptation des personnes âgées, Faucher (1993) s'est intéressée aux auto-verbalisations de vétérans âgés bien adaptés vivant en hébergement et qui se disent relativement heureux. Le réalisme est aussi un des styles cognitifs qui caractérisent le discours intérieur de ces vétérans. Selon la définition qu'en propose la chercheuse, ce style est composé, à un pôle positif, de stratégies qui visent l'acquisition d'une perspective objective et réaliste devant les faits de la vie et, à un pôle négatif, de stratégies non fondées sur une vérification empirique des faits, lesquelles font percevoir la réalité sous un angle plus avantageux. Pour Faucher, qu'elles se situent à un pôle ou à l'autre, toutes ces stratégies sont signes de maturité et favorisent l'adaptation. À l'instar des vétérans qui ont participé à l'étude de Faucher et selon la terminologie de la chercheuse, nos collaborateurs ont eu recours, du côté positif, aux stratégies cognitives de la constatation directe de la réalité (constater l'universalité des pertes, constater l'inévitabilité des pertes), de l'idéation d'acceptation (accepter l'ordre des choses) et de l'idéation utilitaire (constater l'inutilité du refus; refuser de se rendre plus malheureux). Du côté négatif, ils ont utilisé l'idéation de gratitude (avoir eu sa part de bon temps), la comparaison positive (constater les effets du refus chez l'autre) et l'idéation religieuse (accepter la volonté de Dieu, faire confiance au dessein de Dieu, mériter le ciel, se perfectionner, etc.).

Outre le "bon sens" et le soutien de la foi, la satisfaction que donne le sentiment d'avoir accompli son devoir et d'avoir

profité de la vie est identifié par plusieurs collaborateurs comme un facteur facilitant l'acceptation des déclin. L'évocation des souvenirs heureux et des difficultés surmontées dans le passé est un exercice réconfortant qui allège leur présent. Cet effet bénéfique est aussi rapporté dans d'autres études. Ainsi, l'évaluation positive de leur vie occupe une place importante dans l'évaluation du bien-être des personnes âgées (Ruffing-Rahal, 1989), elle contribue à donner un sens positif à leur expérience de la vieillesse (Mitchell, 1994) et elle est un critère déterminant dans leur perception de la santé (Wondolowski et Davis, 1991).

Un des résultats surprenants de notre recherche est que l'évaluation satisfaisante de sa vie ne facilite pas nécessairement le processus d'acceptation des pertes chez la personne âgée. Pour les répondants qui vivent surtout du déclin, ce bilan positif est invoqué comme une justification de la non-acceptation du présent. Ces données semblent contredire l'hypothèse épigénétique d'Erikson (1963) en ce qui a trait à la résolution de la crise intégrité de l'ego contre désespoir car, même en répondant que leur vie antérieure a eu un sens, ces personnes en abordent la dernière partie avec désespoir. Erikson explique ce désespoir par le fait que la personne âgée, en même temps qu'elle prend conscience des échecs de sa vie, réalise que le temps qui lui reste est trop court pour en changer le cours. Pourtant, madame Sylviane, tout en faisant un bilan négatif de sa vie, réussit à surmonter son désespoir et profite de sa dernière étape de vie pour rattraper le temps perdu. Ces résultats apportent un appui aux approches contextualistes et

dialectiques du développement. En effet, la satisfaction ou l'insatisfaction face à sa vie semble n'être qu'un des aspects qui participent au dialogue intérieur entre toutes les dimensions de l'expérience de l'aîné. D'autres facteurs contextuels peuvent empêcher la personne âgée de produire un sens réconciliateur ou la diriger vers une expérience de sens.

Considérant les efforts qui doivent être consentis pour en arriver à décider d'accepter, il n'est pas étonnant que l'expérience d'accepter délibérément les pertes soit considérée par les collaborateurs comme un des moments forts de leur expérience de croissance à travers les déclinis. Choisir d'accepter les pertes, même lorsqu'elles conduisent à l'hébergement, n'est pas une option qui a endormi leur esprit de lutte. Une fois le sens donné, la décision d'accepter est prise en évaluant son coût à sa juste valeur et le gain en estime de soi devient proportionnel à l'effort investi. Les répondants qui se perçoivent en croissance clament haut et fort qu'ils sont déterminés, courageux et qu'ils demeurent maîtres de leur vie envers et contre tout. Plus les limites deviennent contraignantes et affectent leur autonomie fonctionnelle, plus ils doivent miser sur leurs ressources personnelles pour ne pas se laisser abattre et continuer la bataille.

Dans leur façon d'affirmer leur force, ils manifestent ce même dynamisme cognitif que les vétérans de l'étude de Faucher (1993) utilisent pour s'adapter aux pertes. Cette force cognitive que nos collaborateurs exercent en vue d'atteindre un mieux-être, au

sens que Faucher donne à ce style cognitif, ils la démontrent en recourant aux stratégies de l'auto-détermination (avoir de la volonté, du coeur au ventre, s'affirmer, continuer à se battre, ne pas démissionner, continuer à améliorer son sort, prendre ses décisions, quitter ses biens et son chez-soi), de la focalisation sur le pouvoir de la réflexion (se parler fort, ne pas s'écouter), de la focalisation sur le positif (voir le bon côté des choses, se dire que ça pourrait être pire, tirer le meilleur parti de ce qu'on a, mettre l'accent sur ce qui reste, vaincre le négatif) et de la relativisation des attentes (apprécier ce qu'on a, ne pas envier les autres, ne pas s'accrocher). Comme dans l'étude de Faucher, la stratégie d'auto-détermination est celle qui est le plus souvent utilisée par nos collaborateurs, manifestant leur volonté de s'auto-diriger et de continuer à se développer. Les sujets recrutés par Faucher vivaient aussi en centre d'hébergement et étaient en perte d'autonomie. Le fait que dans les deux cas les ressources personnelles d'adaptation soient davantage sollicitées pourrait expliquer que ces personnes âgées soient plus conscientes de leur volonté.

La perte d'autonomie marque en effet un point tournant dans l'expérience de la vieillesse, l'indépendance étant une valeur fondamentale dans la culture nord-américaine (Dorfman, 1994; Henderson, 1966; Kaufman, 1986). Dans l'étude de Wondolowski et Davis (1988), les personnes très âgées autonomes ont communiqué une expérience du vieillir bien différente de celle racontée par nos collaborateurs. Dans cette étude, les expressions qui illustrent le

thème "découvrir l'harmonie" témoignent d'une vitalité et d'une jeunesse très inspirantes pour les générations qui suivent ("being told that I'm sexy", "others telling me I'm young", "I can run, walk fast; I have pep", "I feel indestructible most of the time", "I can still hit, throw and catch a ball, but only make 2nd base on a triple-base hit"). Les pertes, même si elles apparaissent dans les données, sont évoquées en sourdine dans l'expérience de la vieillesse rapportée par ces répondants âgés. Ces données confirment que tant que la condition physique le permet, l'expérience de la vieillesse s'inscrit en continuité avec celle de l'âge adulte dans la poursuite des mêmes objectifs de santé et de performance et que l'estime de soi du vieillard se mesure alors à sa capacité de retarder les déclin et d'être encore "autonome". Ces résultats donnent un aperçu de la force que doivent déployer les personnes âgées en perte d'autonomie pour conserver leur estime de soi.

Dans la présente étude, l'analyse des données regroupées sous le thème "affirmer sa force" révèle que la perte d'autonomie a conduit à une redéfinition de cette expérience de vieillir. Étrangement, la rencontre inévitable avec la perte devient un moteur de croissance. Ce résultat paradoxal se retrouve dans d'autres études. L'omniprésence des pertes est le pivot autour duquel les femmes âgées cohabitent avec un proche définissent leur expérience d'autonomie (Major, 1993). Entre autres, le thème "être capable moralement comme physiquement" décrit le cheminement qui les conduit à se percevoir autonomes en dépit d'une autonomie chancelante. Par ailleurs, les répondants âgés qui ont décrit leur expérience du

bien-être dans l'étude de Ruffing-Rahal (1989) affirment qu'en acceptant avec stoïcisme les aspects difficiles de leur vie, tout en maintenant leur détermination à aller de l'avant, ils atteignent une harmonie qui explique leur bien-être. Enfin, l'expérience paradoxale d'accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force s'apparente au paradoxe restriction/liberté décrit par Mitchell (1995). En prenant conscience de leur liberté de rester maîtres de leur vie en dépit des limites, les participants âgés de l'étude de Mitchell ont reconnu cette contradiction qu'en même temps qu'ils se soumettaient aux pertes, ils renforçaient leur détermination d'aller de l'avant. Ce thème appuie la théorie de Frankl (1963) en démontrant qu'une attitude positive devant les épreuves incontournables constitue un moyen efficace de donner un sens à la vie.

Accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus  
intensément la vie

Accueillir la mort avec sérénité en donnant résolument un sens à la vie qui reste est la voie empruntée par les collaborateurs pour résister à l'angoisse du vide et de la disparition. La même démarche de sens qui les a conduits à accepter volontairement les pertes sans renoncer à leur dignité soutient cette expérience de croissance. Cette fois encore, ils donnent d'abord un sens à la perte, en l'occurrence la mort, avant de découvrir le gain qu'elle voile. En cessant de résister à la mort, ils apprennent à apprécier chaque instant de leur vie. Erikson, Erikson et Kivnick (1986) ont

observé un cheminement semblable en étudiant l'histoire de vie de 29 octogénaires:

"For perhaps all of our informants, the notion of a personal future is openly and directly tied to the recognition that death may well not be far off. Those cited above view the time that remains as a valuable resource, to be used well for as long as it lasts" (Erikson, Erikson et Kivnick, p.64).

Pour accueillir la mort avec sérénité, les répondants âgés qui vivent une croissance font de nouveau appel au réalisme cognitif décrit par Faucher (1993). Du côté du pôle positif, ils recourent à la constatation directe de la réalité (constater l'inévitabilité de la mort) et à l'idéation d'acceptation (accepter l'ordre naturel des choses), alors que du côté du pôle négatif, ils font appel à l'idéation religieuse pour développer une hypothèse réconfortante sur l'après-vie (être récompensé pour sa bonne conduite, avoir la certitude d'une vie meilleure, croire en l'éternité, croire en une forme de continuité). En élaborant ces hypothèses qui les assurent d'une forme de pérennité, les collaborateurs réussissent à transcender la mort.

Le thème de la mort est aussi indissociable de la vieillesse que le sont les déclinés physiques. Plusieurs études révèlent que l'anxiété face à la mort diminue à mesure qu'une personne avance en âge (études rapportés dans Kalish, 1986; dans Marshall, 1980; et dans Wass et Myers, 1982). Si la peur de la mort s'amointrit en vieillissant, cet apprivoisement ne traduit pas nécessairement une sérénité sous-jacente. Au contraire, plusieurs aînés accueillent

positivement la mort parce qu'ils n'ont plus goût à la vie (Reker, Peacock et Wong, 1987). Gubrium (1993) a conduit une étude ethnographique pour explorer les horizons de sens de personnes âgées demeurant en centre d'hébergement. Il a interrogé 58 résidents présentant des pertes d'autonomie allant de modérée à importante sur des aspects touchant la destinée, la vie quotidienne en hébergement, le sens accordé à la "maison" et à la famille, la perception de soi, la santé, le vieillissement et la mort. Un des thèmes qui résulte de son analyse de données est "la préoccupation de la mort". Ce thème regroupe des témoignages caractérisés par un profond désappointement devant la vie et par des pensées récurrentes face à la mort. Plusieurs de ces résidents se disent prêts à mourir parce que leur vie actuelle est sans intérêt ou parce que leur anticipation de l'avenir ne leur donne pas le goût de continuer.

Dans notre étude, les personnes qui vivent leur vieillesse surtout comme une expérience de déclin attendent aussi la mort comme une délivrance. Chez ces aînés, le fait d'accueillir la mort sans résistance manifeste davantage une résignation passive qu'elle n'est le résultat d'un processus décisionnel actif. Ces personnes âgées qui accueillent la mort comme un moindre mal se distinguent de celles qui se perçoivent en croissance par leur incapacité d'intégrer positivement le passé dans le présent. Elles vivent dans le regret de ce qui n'est plus, refusant d'accepter le présent et encore moins un futur qui prolonge ce présent insensé. La mort est au centre de leurs préoccupations.

À l'opposé, les personnes qui ressentent une croissance abordent le présent avec la certitude tranquille que leur vie a eu et a toujours un sens, lequel leur fait entrevoir l'inconnu avec optimisme. Cependant, une fois qu'elles ont accepté la mort sans résistance, elles refusent de lui sacrifier une minute du temps qui leur reste. Le thème "apprécier plus intensément la vie" démontre qu'elles se tournent résolument vers la vie pour en goûter chaque moment. Cette détermination à se concentrer sur le moment présent a retenu l'attention de Mitchell (1990), qui a exploré l'expérience de prendre la vie au jour le jour comme un phénomène typique de la vieillesse. Les thèmes qui résultent de son analyse des données se reconnaissent dans notre thème "faire l'expérience d'accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie". Mitchell rapporte en effet que la personne âgée qui vit au jour le jour approche la mort avec un désintéret paisible en s'engageant dans la poursuite d'activités significatives qui donnent un sens à sa vie. Ces activités que privilégient les personnes interrogées par Mitchell sont les mêmes que celles qui alimentent le goût de vivre de nos collaborateurs: entretenir des liens significatifs, être utile et donner le plus possible aux proches, continuer d'apprendre, se fixer des buts quotidiens en dépit du déclin des capacités physiques, ne pas s'en faire pour le lendemain en profitant du moment présent, aimer la vie et la rendre plus gaie en utilisant l'humour.

Dans le défi d'accueillir la mort en même temps qu'apprécier la vie comme dans celui d'accepter les pertes en même temps

qu'affirmer sa force, le raisonnement qui conduit à donner un sens à la perte s'appuie sur le réalisme cognitif et celui qui aide à en réaliser le gain repose surtout sur le dynamisme cognitif. Cet engagement ferme envers la vie en dépit des obstacles qui se multiplient exige des collaborateurs qu'ils fassent de nouveau appel, en reprenant la terminologie de Faucher (1993), à leur auto-détermination (décider de demeurer actif, se trouver des intérêts, être créatif, assumer des responsabilités, vouloir aller jusqu'au bout, etc.), à la relativisation des attentes (se sentir soutenu et entouré, réduire ses attentes), à la focalisation sur le positif (trouver la vie belle, apprécier les petits plaisirs, être disponible à ce qui arrive) et à l'idéation humoristique (utiliser l'humour, aimer rire et faire rire).

Le recours plus fréquent à l'humour est un acquis rapporté à plusieurs reprises par les individus âgés qui donnent un sens positif aux expériences associées à la vieillesse (Faucher, 1993; Mitchell, 1990; 1994; 1995; Wagnild et Young, 1990; Wondolowski et Davis, 1988). Intriguée par la récurrence de ce thème dans les récits des personnes âgées, Mitchell (1993) l'a scruté plus attentivement. Le résultat de son analyse révèle que les aînés utilisent l'humour comme un outil personnel pour survivre et dédramatiser leur fragilité et comme un instrument de partage en tant que catalyseur de joie et d'amusement. Cette analyse rejoint les conclusions qui se dégagent de notre étude. Nos collaborateurs recourent à l'humour pour rendre les choses plus faciles, pour rire

de leurs faiblesses et, à des fins altruistes, pour semer la joie autour d'eux.

En s'engageant intensément dans la vie qui reste, les personnes âgées qui se perçoivent en croissance affirment ne pas se sentir "vieilles". Elles partagent en cela la perception des aînés rencontrés par Kaufman (1986). C'est à la suite de cette affirmation que la chercheuse a proposé son hypothèse d'un soi sans âge ("ageless self") durant la vieillesse, d'un soi qui se perçoit davantage en continuité avec ce qu'il était dans l'âge adulte. Pourtant, même s'ils ne se sentent pas vieillir, nos collaborateurs n'en affirment pas moins qu'ils changent (apprendre à vivre au jour le jour, être créatif, continuer à apprendre, à se développer, se sentir plus altruiste, devenir plus croyant). Ce faisant, ils communiquent ce même sentiment paradoxal rapporté par Mitchell (1993), de se sentir semblables en même temps que différents, ce qui tend à appuyer la conclusion de cette dernière voulant que le soi des personnes âgées soit à la fois en continuité avec ce qu'il était en même temps qu'en évolution.

L'expérience d'accueillir sereinement la mort tout en appréciant plus intensément la vie renvoie au paradoxe vitalité/fragilité décrit pour la première fois par Gadow (1983). D'après cette auteure, selon le sens que la personne âgée donnera à la prise de conscience de sa fragilité croissante, elle orientera son regard vers les possibilités qui naissent de ces restrictions en s'engageant dans la vie ou, au contraire, elle considérera que son

potentiel est désormais aliéné par les limites et se désintéressera de ce qui lui reste à vivre. Pour apprécier l'expérience de la vieillesse, il faut pouvoir composer avec cette dualité fragilité/vitalité.

D'autres études phénoménologiques rapportent cette cohabitation harmonieuse de la fragilité et de la vitalité dans l'expérience de la vieillesse (Futrell, Wondolowski et Davis, 1993; Jonas, 1992; Mitchell, 1994; Rendon, Sales, Leal et Piqué, 1995). La majorité de ces études ont recruté des personnes âgées qui vivent encore dans leur milieu naturel et sont relativement autonomes. L'éventail des possibilités d'engagement qui s'offre encore à ces aînés est assez large. En ce qui concerne nos collaborateurs, ces possibilités sont considérablement limitées par la diminution de leurs capacités physiques et par le milieu institutionnel où ils vivent. Une des contributions de notre étude est d'avoir mis en relief l'acharnement héroïque des personnes âgées qui vivent de la croissance en dépit de multiples déclin à continuer à infuser de sens une vie en apparence insensée.

Cette capacité presque inépuisable de produire du sens est propre aux personnes qui se perçoivent en croissance et serait sans doute demeurée dans l'ombre dans une étude qui, comme celle de Parse, Coyne et Smith (1985), aurait exploré le sens de vieillir dans une population de personnes âgées hébergées, sans égard à la croissance ou au déclin. Les thèmes relevés dans cette étude brossent en effet un sombre tableau de la vie en hébergement. Les

participants y font l'expérience d'être assujettis au système, accomplissent des activités pour passer le temps et perçoivent la maison d'hébergement comme l'antichambre de la mort, laquelle est au centre de leurs préoccupations et de leurs intérêts. Ces perceptions sont partagées par nos répondants qui vivent surtout une expérience de déclin. À l'inverse, ceux qui ressentent une croissance donnent raison à Parse (1981; 1992) et à Reed (1991a; 1992) en faisant la preuve qu'ils transforment les défis que soulèvent les déclin en énergie porteuse de changement. Demeurer engagé dans la vie jusqu'au bout alors que la mort est omniprésente et qu'on est coupé d'une grande partie de ce qui nourrissait son attachement à la vie est un exploit dont il faut mesurer l'ampleur et qui devrait recevoir autant de visibilité et susciter autant d'admiration que les performances sportives des personnes âgées!

S'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel

La solitude existentielle fait partie intégrante de l'expérience humaine. Dans les grandes épreuves, quel que soit le soutien qu'il reçoit, l'être humain rencontre sa solitude. Nos collaborateurs constatent que les pertes associées au vieillissement les confrontent à plus de solitude. Cette rencontre avec soi, lorsqu'elle est acceptée, fait accéder à un gain en favorisant une ouverture à la richesse de son expérience relationnelle.

L'acceptation de son isolement progressif repose une fois de plus sur l'habileté de la personne âgée à lui donner un sens. Les

collaborateurs font de nouveau appel à leur réalisme cognitif pour y arriver. Cette fois-ci, la stratégie cognitive dominante, du côté positif, est l'idéation utilitaire, en ce sens que les collaborateurs découvrent l'utilité de cette solitude ("faire son bilan", "changer sa façon de penser, son dicton de vie, sa philosophie de vie", "aller vers le meilleur", "questionner ses valeurs"), alors que du côté des stratégies qui ne s'appuient pas sur la vérification empirique des faits, l'idéation religieuse (questionner ou approfondir ses croyances) occupe la place centrale. Il semble que plus l'expérience de la perte s'intensifie, plus le cadre de sens doit faire place à ce "mythos", décrit par Labouvie-Vief (1989; 1990), pour expliquer la réalité d'une manière cohérente. Qui plus est, même les idéations utilitaires reposent sur des préoccupations d'ordre spirituel en ce qu'elles concernent un désir d'axer sa vie sur des valeurs humaines fondamentales.

Contrairement aux résultats de notre étude, l'idéation religieuse est une stratégie moins fréquemment utilisée par les sujets interrogés par Faucher (1993). Dans son étude, cette stratégie se classe en effet dans les derniers rangs en fonction des fréquences (13ième rang), alors que pour la majorité de nos collaborateurs, elle est la stratégie sur laquelle s'appuie principalement la démarche de sens qui les conduit à accepter délibérément les pertes, accueillir sereinement la mort et s'engager positivement dans la solitude. Le fait que l'échantillon de Faucher soit constitué uniquement d'hommes, ayant tous en commun l'expérience de la guerre, alors que le nôtre est mixte, avec une

prédominance féminine (7 femmes et 3 hommes), peut expliquer en partie cette différence. Les horreurs d'une guerre peuvent en effet faire douter d'un principe divin en chaque humain. De plus, les femmes sont réputées avoir des croyances religieuses plus fortes et plus mûres que les hommes (Koenig, Kvale et Ferrell, 1988; Levin, Taylor et Chatters, 1994). Par ailleurs, il faut rappeler que Faucher (1993) a approché le phénomène du vieillissement dans une perspective d'adaptation, en dirigeant le regard des aînés vers les auto-verbalisations qui les aident à se sentir bien, et que dans la présente étude il a été regardé sous l'angle d'une croissance, en attirant l'attention des collaborateurs sur ce qui s'améliore. Dans ce contexte, il est possible que ces derniers aient été davantage attentifs à l'importance de leurs croyances spirituelles.

Notre étude a aussi fait ressortir que le cadre de sens transcendant subit des changements et devient de moins en moins contraignant. En laissant le champ libre à leurs réflexions, les personnes âgées qui vivent une croissance opèrent une démarche critique à l'endroit des enseignements religieux qu'elles ont reçus, laquelle se traduit tantôt par des doutes ou un questionnement sur les croyances ou les pratiques, tantôt par un rejet de certaines pratiques, tantôt, et ce pour la majorité d'entre elles, par un approfondissement des croyances et une foi plus forte. Des parcours semblables ont été observés chez les individus âgés qui ont participé à une recherche-action sur les enjeux sociaux et religieux du Québec d'aujourd'hui (Grand'Maison et Lefebvre, 1994). Lavoie (1994) y rapporte que le profil socio-religieux des aînés d'aujourd'hui varie

en fonction de la synthèse qu'ils opèrent entre les traditions, les transformations suscitées par la modernité et les changements qu'ils perçoivent à l'horizon. Selon le résultat de cette synthèse, les personnes âgées présentent des profils qui sont soit en rupture, soit en transition, soit en restructuration, soit encore en continuité avec leur tradition religieuse. Dans notre étude, un de nos collaborateurs s'est dissocié de l'institution religieuse à laquelle il appartient en même temps qu'il affirme que sa foi est plus profonde, s'inscrivant ainsi à la fois dans un profil de restructuration et de rupture avec sa tradition religieuse. Deux autres collaboratrices, en raison de leur intérêt pour la réincarnation et des sentiments contradictoires qu'elles expriment face à leurs croyances, semblent vivre une période de transition. Certains ont opéré une restructuration en réinterprétant les enseignements religieux soit dans un cadre confessionnel différent, soit dans un cadre plus large (religion universelle), alors qu'autres présentent un profil de continuité sereine avec leur tradition religieuse tout en ayant questionné leurs croyances et opéré une restructuration.

Ces résultats contredisent ceux d'autres recherches qui concluent à une stabilité dans les croyances et les pratiques religieuses des aînés à travers le temps (Atchley, 1997; Blazer et Palmore, 1976; Glamser, 1988; Koenig et coll., 1992; Shand, 1990). Bien que la plupart des personnes qui ont formé notre échantillon principal aient rapporté des changements dans leur profil religieux, il est probable que ces changements seraient passés inaperçus dans

une étude quantitative qui aurait recruté un échantillon statistiquement représentatif de la population générale des personnes âgées, celles vivant de la croissance et du déclin confondues. Nos résultats donnent raison à Koenig (1994) lorsqu'il soutient que les généralisations concernant une stabilité dans les croyances et les pratiques religieuses peuvent faire ignorer des changements remarquables sur une base individuelle.

Selon les données que nous avons recueillies, c'est souvent la perte du chez-soi qui rend incontournable la rencontre avec la solitude. Ces données portent à croire que, d'une manière générale, les personnes hébergées, celles qui connaissent le plus de pertes, pénètrent davantage dans leur expérience profonde que celles qui vivent à domicile. Certains de nos collaborateurs ont reconnu que les pertes cumulées avaient eu une fonction catalysatrice dans leur processus de croissance en les invitant à donner un sens à leur solitude. Une conclusion semblable figure dans l'étude de Wagnild et Young (1990). La confrontation avec une perte importante est l'événement qui a forcé la rencontre avec la solitude existentielle chez ces femmes âgées résistantes. Cette solitude a favorisé chez elles une plus grande auto-acceptation, une harmonie intérieure, une créativité nouvelle, un sentiment de liberté et la prise de conscience de leur unicité.

La confrontation aux pertes ne conduit pas nécessairement à une réceptivité positive face à la solitude. Bachelor et Joshi (1986) ont fait témoigner 28 Québécois vivant en centre

d'hébergement, dont la moyenne d'âge est de 81 ans, afin d'étudier la structure générale de l'expérience de la solitude. D'après leur analyse, la personne âgée réagit à la solitude par l'une des quatre attitudes suivantes: la subir, s'y résigner, la contraindre, l'accepter positivement. Selon ces auteurs, les personnes qui acceptent positivement la solitude se prennent en main, sont optimistes et assument davantage de responsabilités face à leur vie. Dans notre étude, les personnes qui vivent surtout du déclin subissent leur solitude. Elles se sont plaintes d'isolement, d'ennui et ont exprimé leur déception d'être négligées par leurs proches. À l'opposé, celles qui vivent une croissance accueillent positivement leur solitude et, comme pour les répondants qui acceptent positivement la solitude dans l'étude de Bachelor et Joshi, celle-ci devient pour elles une source de réflexions personnelles, de connaissance de soi et de croissance.

Dans les études qui ont recruté majoritairement des personnes âgées autonomes ou en santé, le thème d'une solitude positive est rarement formulé explicitement, même s'il se devine à travers les extraits de témoignages qui ponctuent les textes. Par exemple, dans la recherche conduite par Ruffing-Rahal (1989), les activités méditatives quotidiennes font partie des activités qui contribuent à expliquer le bien-être des personnes âgées. Par contre, Mitchell (1994), en analysant les narrations de vieillards canadiens sur le sens d'être un aîné, fait spécifiquement référence à une expérience qui se rapproche de celle de "s'engager positivement dans sa solitude tout en enrichissant son univers relationnel". Un des

thèmes que propose la chercheure décrit le sentiment de gratitude qui s'accroît à mesure que les aînés approfondissent leurs relations à la nature, à l'univers et à la vie. Le fait qu'une proportion (non précisée) des personnes recrutées par Mitchell vit en institution et soit davantage retirée de la vie sociale peut avoir favorisé l'émergence de ce thème.

L'essentiel de l'activité réflexive de nos collaborateurs concerne leur univers relationnel. Ils réfléchissent sur les relations qu'ils entretiennent avec autrui, avec la nature et avec Dieu. Sous le thème relié "se rapprocher de l'autre", ils témoignent d'une plus grande conscience de leur humanité et de celle des autres. Ils se disent plus sages, meilleurs, plus tolérants, moins prompts, désireux d'apprendre au contact des autres, plus compatissants, plus aidants et plus conscients de leur solidarité avec l'espèce humaine. De fait, l'accroissement des préoccupations altruistes est l'aspect de la croissance le plus fréquemment rapporté par nos collaborateurs. D'autres études phénoménologiques soulignent l'importance de l'altruisme comme facteur générateur de sens dans la vie des personnes âgées (Jonas, 1992; Major, 1993; Mitchell, 1990; Thorne, Griffin et Adlersberg, 1986; Ruffing-Rahal, 1989; Wondolowski et Davis, 1991). Trice (1990) a exploré plus spécifiquement les expériences qui donnent à la personne âgée le sentiment que sa vie a un sens. Toutes les expériences rapportées concernent des actions altruistes. Contrairement aux comportements manifestés par les répondants âgés autonomes qui ont formé l'échantillon de Trice, les comportements altruistes de nos

collaborateurs en perte d'autonomie, s'ils se concrétisent parfois par une aide tangible (visiter les malades, pousser une chaise roulante), sont le plus souvent de l'ordre des pensées altruistes (penser davantage aux autres, prier pour les autres, s'attrister du sort des autres). Cette forme d'altruisme est aussi celle que privilégient les vétérans âgés bien adaptés qui ont collaboré à l'étude de Faucher (1993). Pour 21,8% d'entre eux, l'altruisme cognitif est le style cognitif primordial d'adaptation.

Selon Erikson, Erikson et Kivnick (1986), une des particularités de la générativité des aînés est que ceux-ci doivent accepter à la fois d'avoir des préoccupations altruistes et d'être l'objet des préoccupations altruistes des autres. Ce paradoxe donner/recevoir dans l'expérience de la vieillesse a été signalé dans quelques études qualitatives (Jonas, 1992; Major, 1993). Nos collaborateurs ont affirmé qu'apprendre à recevoir n'est pas une tâche facile dans un contexte social où l'autonomie est reine. Pour y parvenir, ils ont mis l'accent sur la réciprocité dans le don. Mesdames Berthe, Isabelle et Laura, comme les personnes âgées qui ont participé à l'étude de Trice (1990), réalisent qu'en donnant elles reçoivent une valorisation. Madame Sylviane et monsieur Georges veulent continuer à donner le peu qu'ils ont en compensation de ce qu'ils reçoivent. Monsieur Charles a beaucoup donné et reçoit aujourd'hui. Cette réciprocité dans le don se manifeste aussi dans le désir de certains collaborateurs de transmettre aux générations qui suivent un aussi bel héritage que celui qu'ils ont reçu de leurs aînés. Par le pouvoir transcendant de la pensée, ils ressentent une

solidarité de plus en plus large avec tous les humains, une solidarité qui traverse les limites du temps et de l'espace. Donnant raison à Godbout (1992), ces vieillards résistent à l'angoisse du vide en prenant conscience du cycle éternel du don qui les rattache à l'humanité et au cosmos. Malheureusement, ce défi de demander l'aide sans se sentir diminué apparaît insurmontable aux yeux des participants qui vivent surtout du déclin. "Dépendre de tout le monde", "quémander après les autres", "c'est inacceptable", nous ont dit monsieur Gérard, madame Hélène et monsieur Maurice.

"Se rapprocher de la nature" est une autre voie qu'empruntent nos collaborateurs pour enrichir leur expérience relationnelle. Même si les conditions de la vie en hébergement restreignent les contacts avec la nature, quatre des dix collaborateurs ont témoigné d'une intimité plus grande avec elle. Ce thème d'un rapprochement avec la nature figure rarement de façon explicite dans les études qui explorent l'expérience de sens durant la vieillesse. Par contre, la nature est au centre des métaphores et des analogies qu'utilisent les aînés pour décrire leur expérience de la vieillesse. Dans l'étude de Wondolowski et Davis (1988), sous le thème "transcender par la pensée", les participants âgés comparent l'expérience de vieillir à celle "d'escalader une montagne jusqu'à ce que l'on aperçoive la vue à partir du sommet", "de voyager le long d'une rivière qui se termine par une chute" ou "de naviguer vers des eaux profondes inexplorées". Des analogies semblables alimentent les "rêveries rhapsodiques" qui structurent l'expérience de la santé d'autres aînés interrogés par les mêmes chercheurs (Wondolowski et

Davis, 1991). Cette récurrence des métaphores et des analogies avec la nature est aussi présente dans les narrations que Mitchell (1993) a recueillies. Les vieillards de son étude ont comparé la vieillesse aux moissons, à un coucher de soleil, à l'hiver, aux fleurs, aux arbres et aux rivières. Ces images semblent indiquer que le soi vieillissant se perçoit en fusion symbolique avec les éléments naturels.

Enfin, la solitude, lorsqu'elle est accueillie positivement, favorise un rapprochement avec le Divin. En étant plus attentifs à leur vie intérieure, nos collaborateurs ont affirmé sentir davantage la présence de Dieu dans leur vie, d'un Dieu d'amour, de compassion et de miséricorde, d'un Dieu qui les accompagne et les guide tout en respectant leur liberté. Par contre, les participants qui vivent leur vieillesse plutôt comme une période de déclin ne rapportent pas un tel rapprochement. Certains, malgré des croyances sincères, n'arrivent pas à sentir les effets de la présence réconfortante de Dieu dans leur quotidien. Encore une fois, ce résultat prêche en faveur des théories contextualistes et dialectiques du développement. Tous les aînés qui ont participé à notre étude, à deux exception près, qu'ils vivent de la croissance ou ressentent surtout du déclin, ont reçu une éducation religieuse catholique dans un contexte socio-culturel et historique semblable. Ces caractéristiques communes ne les dirigent pourtant pas vers une même trajectoire. Pour les personnes qui vivent une croissance, les croyances religieuses sont appropriées et intégrées dans une spiritualité mûre qui contribue de façon significative à donner un

sens à leur expérience de déclin alors que les mêmes croyances sont de peu de secours pour les personnes qui ne se perçoivent pas en croissance.

Les études qui ont approfondi l'expérience de sens de personnes âgées, dont la majorité sont encore autonomes, ne signalent pas une intimité plus grande avec le Divin. Cependant, les références à Dieu et à la foi sont fréquentes dans les extraits de témoignages qui y sont rapportés. Le plus souvent, l'intensification de la foi et la proximité avec Dieu sont englobées dans un thème plus large. Ainsi, dans l'étude de Jonas (1992), le thème "se centrer sur les nécessités de survie en même temps que savourer les occasions de célébrer avec les autres significatifs" inclut l'importance accordée à la célébration des fêtes religieuses. De même, la présence de fortes croyances spirituelles et religieuses est signalée dans tous les thèmes de l'expérience de bien-être rapportée par Ruffing-Rahal (1989). Enfin, les personnes âgées qui ont décrit leur expérience de vivre le paradoxe restriction/liberté (Mitchell, 1995) affirment qu'elles exercent leur liberté de choix en poursuivant une croissance dont les fruits sont, entre autres, de devenir plus croyantes et plus confiantes et de trouver la paix de l'esprit. Seule l'étude de Gubrium (1993), qui explore les horizons de sens de personnes âgées vivant en centre d'hébergement, propose un thème spécifique relatif aux croyances religieuses ("loving God"). Pour plusieurs résidents âgés qui ont participé à cette étude, la foi subordonne toutes les expériences de vie et leur donne un sens.

Dans l'ensemble, l'expérience paradoxale de s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel, même si elle se retrouve dans d'autres études, notamment en ce qui a trait à l'ouverture à autrui, reçoit un éclairage plus marqué dans notre étude. Cette particularité peut s'expliquer par le fait qu'une telle expérience semble être catalysée par la perte d'autonomie et la vie en hébergement.

En somme, l'analyse comparée des résultats de la présente étude avec ceux d'autres études qualitatives qui ont exploré l'univers de sens des personnes âgées permet de faire ressortir à la fois des similitudes et des différences.

Au chapitre des similitudes, chacun des six thèmes essentiels de notre étude a été signalé dans plusieurs de ces études qualitatives, laissant deviner une parenté étroite entre l'expérience de sens et l'expérience de croissance. La croissance durant la vieillesse apparaît liée à la capacité de produire un sens positif, un sens qui libère le potentiel de croissance à travers les déclinis. Plus particulièrement, la capacité d'accepter les pertes en prenant conscience de sa force et celle de regarder la mort en face tout en maintenant un intérêt ferme envers la vie semblent être les fils conducteurs qui relient les résultats de ces différentes expériences de sens entre elles. Ce sont ces capacités qui font en sorte que la personne âgée puisse dresser un bilan positif de sa vieillesse en dépit des obstacles (Jonas, 1992; Mitchell, 1990;

1994; 1995; Futrell, Wondowloski et Mitchell, 1993; Rendon, Sales, Leal et Piqué, 1995; Wondolowski et Davis, 1988), être résistante dans les épreuves (Wagnild et Young, 1990), se percevoir en santé, autonome, ressentir un bien-être malgré les déclinis (Major, 1993; Thorne, Griffin et Adlersberg, 1986; Ruffing-Rahal, 1989; Wondolowski et Davis, 1991) et se décrire comme adaptée et heureuse même en institution (Faucher, 1993).

Au chapitre des différences avec d'autres études, la discussion a fait ressortir le fait que le soi des personnes âgées se perçoit à la fois en continuité avec le soi adulte en même temps qu'il continue à changer, nuancant ainsi l'hypothèse émise par Kaufman (1986) d'un soi qui serait davantage en continuité avec le soi adulte. Notre étude soulève aussi un doute sur l'universalité de l'hypothèse d'Erikson (1963) voulant qu'en répondant que sa vie a été nécessaire et signifiante la personne âgée s'éloigne du pôle désespoir pour s'approcher de l'intégrité de l'ego. Nos résultats sont aussi en contradiction avec l'hypothèse d'une stabilité dans les croyances et les pratiques religieuses, du moins en ce qui concerne le groupe des personnes âgées en perte importante d'autonomie et qui se perçoivent en croissance. Enfin, notre étude met davantage l'accent sur les expériences de croissance relatives à une solitude positive et à un rapprochement avec la nature et le Divin.

### Vieillesse et croissance spirituelle

Les thèmes essentiels qui constituent l'expérience de croître à travers les déclinis durant la vieillesse, à savoir: accepter délibérément les pertes en même temps qu'affirmer sa force, accueillir sereinement la mort en même temps qu'apprécier plus intensément la vie et s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel, sont présents dans des recherches qui ont étudié la croissance spirituelle durant la vieillesse, suggérant que cette croissance à travers les déclinis durant la vieillesse serait surtout ressentie comme une croissance spirituelle.

Si l'expérience de s'engager positivement dans sa solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel apparaît de façon nuancée dans les études qui ont abordé l'univers de sens des personnes âgées, elle occupe une place centrale dans celles qui ont examiné plus spécifiquement leur croissance spirituelle. Ainsi, plusieurs des changements rapportés par nos collaborateurs sous ce thème concordent avec ceux qui ont été relevés par Tornstam (1997) lors de son exploration du concept de gérotranscendance. Rappelons que dans cette étude les changements concernaient trois dimensions de la gérotranscendance: la dimension cosmique, le social et le soi. En ce qui a trait à la dimension cosmique, nos collaborateurs, comme ceux de Tornstam, ont signalé un attrait plus grand pour les activités méditatives (prier, méditer sur un texte, contempler la nature, réfléchir sur sa condition, écrire ses pensées), une prise

de conscience de leur interdépendance avec la nature et de leur responsabilité envers les générations à venir, ainsi que le sentiment d'une plus grande intimité avec le Divin. Sur le plan social et relationnel, à l'instar des personnes interrogées par Tornstam, nos collaborateurs ont reconnu dans leur vie les bienfaits d'une solitude positive et ont signifié que leurs relations avec les autres se caractérisent par plus de tolérance et d'altruisme. Au niveau des changements dans le soi, ils ont manifesté aussi une vision moins narcissique d'eux-mêmes en démontrant leur souci de s'oublier pour ne pas entraver le bonheur d'autrui et en se disant plus humbles et désireux d'apprendre au contact des autres.

Cette aptitude à la transcendance ne se reconnaît pas seulement à travers l'expérience de s'engager positivement dans la solitude en même temps qu'enrichir son univers relationnel, mais elle se manifeste également dans les autres thèmes de notre étude. Les différents modes d'auto-transcendance identifiés par Reed (1991c) sont présents dans toutes les facettes de cette expérience de croissance. La transcendance corporelle, définie par Reed comme une souplesse devant les changements, est identifiable dans la présentation des thèmes essentiels "accepter délibérément les pertes" et "affirmer sa force". La générativité, en tant que préoccupation envers les autres et les générations qui suivent, apparaît dans la description des thèmes reliés "aimer et se sentir aimé(e)" et "se rapprocher de l'autre". L'introjectivité, décrite comme l'expression d'activités de croissance personnelle et spirituelle, est manifeste dans la lecture du thème essentiel

"s'engager positivement dans sa solitude". Enfin, la transcendance temporelle, qui se manifeste par une acceptation du passé, du présent et une anticipation sereine du futur, traverse les thèmes essentiels "accepter délibérément les pertes", "accueillir sereinement la mort" et "apprécier plus intensément la vie". Nos résultats et ceux de Reed diffèrent cependant quant à la récurrence de ces modes de transcendance. Dans notre étude, toutes les personnes qui vivent une expérience de croissance ont transcendé les limites corporelles, ont opéré une intégration positive du passé, du présent et du futur, sont engagées dans des activités de croissance personnelle ou spirituelle et manifestent des préoccupations altruistes. Dans l'étude de Reed, les activités de croissance personnelle et spirituelle sont privilégiées par 75% des sujets alors que les comportements altruistes sont présents chez 73% d'entre eux et que 63,5% manifestent une flexibilité devant les changements. Quant à l'acceptation positive du passé, elle est présente chez 65% des participants alors que seulement 43,1% sont satisfaits de leur présent et 38,1% sont sereins vis-à-vis du futur. Le fait que les répondants âgés de l'étude de Reed soient encore autonomes, à l'aube de déclin qu'ils appréhendent sans doute dans l'avenir, peut expliquer qu'ils soient moins nombreux à manifester de la souplesse face aux changements corporels et à accepter positivement le présent et le futur.

Non seulement l'auto-transcendance se profile à l'horizon comme une ressource importante dans l'expérience de croissance de la personne âgée qui affronte plusieurs déclin, mais elle pourrait en

constituer le fondement. Sans s'intéresser spécifiquement à la vieillesse mais plutôt à la proximité de la mort, Coward (1990) a conduit une étude phénoménologique en vue d'analyser l'expérience d'auto-transcendance de femmes atteintes d'un cancer envahissant du sein. Cinq femmes vivant à domicile, seules ou avec leur conjoint, dont l'âge varie entre 48 et 72 ans, ont décrit une ou des situations durant lesquelles elles avaient vécu une auto-transcendance, celle-ci étant définie par la chercheuse comme une expérience conduisant à un sentiment de bien-être et d'union avec d'autres qui donne un sens à la vie. L'analyse des données a mis en évidence quatre éléments qui caractérisent cette expérience: 1) elle est déclenchée par un événement négatif qui oblige la personne à découvrir de nouveaux buts pour surmonter son désespoir et redonner un sens à sa vie; 2) elle exige des efforts soutenus, dont le plus difficile est d'accepter les situations qui ne peuvent être changées, en vue de développer de nouvelles habiletés; 3) ces expériences ont un pouvoir curatif car, en contrepartie de la volonté et des efforts déployés, la personne accroît son estime d'elle-même et se sent soulagée de la douleur, de la peur et des regrets associés à la mort; 4) enfin, l'auto-transcendance se ressent autant en donnant de l'aide qu'en la recevant. Selon Coward, il ressort des commentaires recueillis l'impression forte d'une union, avec les autres femmes cancéreuses, avec les vieux amis, avec les beautés de la nature et avec Dieu, qui conduit à infuser la vie d'un sens nouveau, lequel fait apprécier tous les petits moments et stimule l'altruisme. Ces résultats présentent plusieurs similitudes avec ceux que nous avons obtenus. La différence principale entre les

deux expériences tient au fait que, dans le cas de la vieillesse, l'événement déclencheur est lié à la maturation plutôt qu'à une situation particulière et, de ce fait, s'apprivoise plus progressivement. Par ailleurs, les autres éléments qui décrivent l'expérience d'auto-transcendance sont aussi des descripteurs significatifs de l'expérience de croissance à travers les déclinis durant la vieillesse.

Qui plus est, cette expérience de croître à travers les déclinis durant la vieillesse se rapproche intimement de celle qu'ont racontée les personnes âgées qui ont décrit un état de bien-être spirituel dans l'étude conduite par Hungelmann et ses collègues (1985). L'analyse des données réalisée par ces chercheuses révèle deux thèmes majeurs, l'harmonie et l'union, lesquels intègrent six catégories de données relatives au temps (passé, présent, futur) ou aux relations (avec un Autre Ultime, avec les autres ou la nature et avec soi). Sous le thème "l'harmonie et l'union dans les relations", les personnes croyantes ont exprimé leur besoin de maintenir une étroite communication avec un Être suprême. De plus, indépendamment du fait qu'elles soient croyantes ou athées, elles ont affirmé que le fait de maintenir des relations de réciprocité avec des personnes significatives était fondamental à leur bien-être spirituel. Ces relations avec les autres incluaient les relations avec les animaux et la nature. L'harmonie avec soi s'est manifestée par un fort sentiment d'acceptation de soi et de sa vie. En dépit des limites physiques, des échecs et de la maladie, ces aînés ont dit accepter les événements de leur vie avec sérénité en conservant une estime de

soi élevée. Ces personnes âgées, même celles qui étaient en phase terminale de leur vie, prenaient leurs décisions et conservaient une attitude positive. Dans la présentation du thème "l'harmonie et l'union à travers le temps", le bien-être spirituel, décrit comme un état actuel de paix et d'harmonie, a été relié aux expériences passées ainsi qu'aux buts et aux espoirs dans l'avenir. En dépit de l'adversité, ces vieillards, comme l'ont fait nos collaborateurs, se sont dits satisfaits du présent et réconciliés avec leur passé. L'intégration du temps dans le présent s'est manifestée par une plus grande appréciation des moments qui restent et par une sérénité face à la mort. Ce processus de croissance s'est projeté aussi dans le futur, quand ils ont exprimé leur espoir de continuer de s'améliorer, de ne pas lâcher. Pour les croyants, l'espoir d'une continuité après la vie influençait leur présent. Encore une fois, les résultats de cette étude concordent avec les nôtres sur plusieurs points. Tous les thèmes de notre étude sont également présents dans la description de cet état de bien-être spirituel. Dans l'expérience de croissance que nous avons décrite, l'importance de l'acceptation comme condition d'avancement et le cheminement dans la solitude sont davantage soulignés. Pour le reste, il semble que pour décrire un état de bien-être spirituel ou pour décrire une expérience de croissance à travers les déclin, les aînés fassent appel aux mêmes repères significatifs.

Au terme de cette discussion, deux conclusions s'imposent. En comparant nos résultats avec ceux des études qualitatives qui ont décrit des expériences de sens chez les personnes âgées, il ressort

que sens et croissance durant la vieillesse sont des phénomènes indissociables et que plus les pertes s'accroissent, plus cette capacité de sens est sollicitée et doit élargir son cadre référentiel pour produire du sens. La seconde partie de la discussion permet d'avancer que cette expérience de croissance est fondée principalement sur une expérience d'auto-transcendance qui se ressent comme un état de bien-être spirituel.

### **Implications et conclusion**

Cette étude avait pour but de décrire phénoménologiquement l'expérience de croissance à travers les déclinis durant la vieillesse, telle que perçue par des personnes âgées aux prises avec plusieurs déclinis. L'analyse des données donne un appui aux théories dialectiques du développement et aux théories qui soutiennent qu'un élargissement du cadre de sens vers une transcendance est un attribut développemental important durant la vieillesse.

La méthode phénoménologique a permis d'atteindre une compréhension profonde de l'expérience de croître à travers les déclinis qui aurait été impossible avec d'autres méthodes. Ainsi, compte tenu de la compréhension que la chercheuse avait de ce phénomène au début de sa recherche, il est à peu près certain que le thème "accepter les pertes" n'aurait pu apparaître si elle avait eu recours à un questionnaire plus structuré. Il est aussi peu probable que les paradoxes qui structurent cette expérience de croissance aient pu émerger hors de cette longue démarche intersubjective

qu'exige la recherche qualitative en général, et la méthode phénoménologique en particulier.

Les résultats de cette recherche ont des implications pour la pratique, l'enseignement et la recherche interdisciplinaire en gérontologie.

Sur le plan de la recherche, l'étude soulève des questions auxquelles il faudra répondre dans l'avenir. Ainsi, l'expérience de croissance à travers les déclin présente-t-elle les mêmes caractéristiques essentielles chez des personnes âgées issues d'autres cultures ou chez des personnes âgées se réclamant d'autres appartenances religieuses? Qu'en est-il pour les individus âgés athées? Ces caractéristiques essentielles de l'expérience de croissance à travers les déclin durant la vieillesse sont-elles également tributaires de la vieillesse et des déclin ou sont-elles davantage reliées aux déclin? Dans le même ordre d'idées, ces caractéristiques se retrouveraient-elles dans une population de malades chroniques plus jeunes ou dans une population de personnes plus jeunes en phase terminale de leur vie? Une telle croissance, qui fait appel à une démarche cognitive, est-elle impossible chez des personnes présentant des troubles cognitifs sévères? Toutes ces questions devront retenir l'attention des chercheurs qui s'intéressent au phénomène de la croissance durant la vieillesse.

Sur le plan de l'enseignement, les résultats de cette étude devraient encourager les responsables de programme dans les

disciplines de la santé, des sciences humaines et sociales et de la gérontologie à scruter leur curriculum pour s'assurer que les étudiants reçoivent une formation qui les prépare à faire face aux préoccupations de sens et de spiritualité que les aînés expriment régulièrement. Dans les programmes qui débouchent sur l'intervention auprès des aînés, les formateurs devraient nuancer cet âgisme positif qui fait croire que le seul succès valable de l'intervention gérontologique est la victoire sur les déclin et qui laisse les intervenants désarmés quand celle-ci est perdue. Sans renoncer à l'objectif éminemment souhaitable de retarder les déclin, la gérontologie doit aussi former des intervenants capables de reconnaître la croissance à travers les déclin, de la soutenir et de la valoriser, au moins tout autant qu'ils valorisent les victoires sur le vieillissement biologique.

Sur le plan de la pratique, enfin, les résultats démontrent que les personnes âgées aux prises avec de nombreux déclin, qui les privent de leur autonomie, se tiennent un discours intérieur intense pour en arriver à poursuivre leur croissance. Partager leurs réflexions avec la chercheuse a eu un effet cathartique pour plusieurs d'entre elles, en les aidant à rassembler leurs idées, à y voir plus clair et surtout à devenir encore plus conscientes de leur force et du chemin parcouru. Plusieurs vieillards qui vivent des déclin multiples ont besoin d'un coup de pouce dans leur effort pour donner un sens à ce qu'ils vivent. Dans les milieux d'hébergement, les tribunes qui leur sont offertes pour partager leurs réflexions et faire place aux préoccupations d'ordre spirituel

sont rares. Les intervenants offrent de l'aide pour répondre aux besoins plus évidents mais négligent souvent de nourrir les forces ou de favoriser l'émergence des potentialités. Un premier pas à faire est de faire preuve de créativité pour soutenir la démarche de sens et de croissance des personnes âgées, en formant, par exemple, des groupes de paroles où les paradoxes déclin et force, mort et vie, solitude et relation, pourraient être approfondis. Les professionnels de la gérontologie doivent aussi devenir plus attentifs aux indices de la confusion dans le dialogue intérieur, laquelle peut s'extérioriser par des propos vindicatifs à l'endroit des proches, des intervenants ou des autorités religieuses, par un découragement ou des pleurs, et tenter de créer un espace pour l'écoute dans leur horaire, même surchargé. Au moment opportun, diriger l'attention de la personne âgée vers des aspects de croissance qui peuvent être voilés par les déclin pourrait faire partie de l'arsenal des interventions en gérontologie.

À notre connaissance, aucune recherche n'a abordé directement la phénoménologie de l'expérience de croissance durant la vieillesse ni celle, encore plus spécifique, de la croissance à travers les déclin multiples. En centrant l'étude du phénomène sur les personnes âgées qui vivent plusieurs pertes, l'objectif était de mettre en évidence les possibilités de croissance alors que le champ perceptuel est envahi par la présence obsédante de la perte. En ce sens, l'expérience partagée par nos collaborateurs est porteuse d'espoir pour les personnes âgées qui pénètrent plus profondément dans l'expérience de déclin.

Dans le contexte du vieillissement de la population, il devient impérieux de s'intéresser aux individus âgés qui racontent une histoire de croissance en dépit des pertes afin de livrer un message réconfortant à ceux qui amorcent la dure réalité des déclin. Le fait que ces collaborateurs soient des personnes "ordinaires", au sens qu'elles ne sont reconnues ni pour avoir contribué de façon exceptionnelle à la vie politique, sociale ou culturelle, ni pour leur apport particulier à l'avancement des sciences, rend cette croissance plus accessible à tout individu qui tente d'arbitrer le débat tumultueux qui se livre en lui entre ses dimensions conflictuelles. L'étude a démontré que la capacité humaine de créer du sens à travers le non-sens est illimitée lorsqu'elle s'ouvre à la transcendance. Ces vieillards que nous avons rencontrés ont prouvé hors de tout doute qu'ils sont de la race des adultes "ulysséens" (Thériault, 1998) par la façon exceptionnelle dont ils réussissent à grandir à travers les déclin.

Dans un moment de l'histoire où nous sommes saisis par les questions éthiques relatives à la vieillesse, où les intervenants qui oeuvrent auprès des personnes âgées en perte d'autonomie s'acharnent à ajouter de la qualité à leur vie, il semble que la création d'un espace pour le sens et la croissance à travers les déclin pourrait être un des nouveaux défis de la gérontologie.

## Références

## Références

Achenbaum, W.A., Orwoll, L. (1991). Becoming wise: A psycho-gerontological interpretation of the *Book of Job*. International Journal of Aging and Human Development, 32, 21-39.

Acklin, M. W. (1986). Adult maturational processes and the facilitating environment. Journal of Religion and Health, 25 (3), 198-207.

Aden, L. (1976). Faith and the developmental cycle. Pastoral Psychology, 24, 215-230.

Ainlay, S.C., Smith, D.R. (1984). Aging and religious participation. Journal of Gerontology, 39, 357-363.

Allport, G.W. (1961). Pattern and growth in personality, New York: HRW.

Allport, G.W. (1966). The religious context of prejudice. Journal for the Scientific Study of Religion, 5, 447-457.

Allport, G.W., Ross, J.M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. Journal of Personality and Social Psychology, 5, 432-443.

Aronson, J. (1990). Old women's experiences of needing care: choice or compulsion? La revue canadienne du vieillissement/Canadian Journal on Aging, 9, 234-247.

Atchley, R.C. (1997). The subjective importance of being religious and its effect on health and morale 14 years later. Journal of the Aging Studies, 11 (2), 131-141.

Bachelor, A., Joshi (1986). La méthode phénoménologique de recherche en psychologie. Québec: Les Presses de l'Université Laval.

Balandier, G. (1988). Le désordre: éloge du mouvement. Paris: Fayard.

Balandier, G. (1990). Sociétés traditionnelles. Dans P. Brenot (dir.), Sociétés: de l'animal à l'homme (pp.117-133). Paris: L'Harmattan.

Baltes, P.B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. Developmental Psychology, 23, 611-626.

Bergson, H. (1919). L'énergie spirituelle. Paris: P.U.F.

Bergson, H. (1932). Les deux sources de la morale et de la religion. Paris: Alcan.

Bianchi, E.C. (1982). Aging as a spiritual journey. New York: Crossroad.

- Birren, J.E., Bengtson, V.L. (dir.). (1988). Emergent theories of aging. New York: Springer Publishing Co.
- Blazer, D., Palmore, E. (1976). Religion and aging in a longitudinal panel. The Gerontologist, 16, 82-85.
- Bolle de Bal, M. (1990) Devoir vieillir et vouloir devenir: la reliance, enjeu initiatique. Revue internationale d'action communautaire, 23/63, 47-55.
- Bouffard, L., Bastin, E., Lapierre, S. (1991). Extension temporelle des buts et âge chronologique au cours de la vieillesse. La revue canadienne du vieillissement/Canadian Journal on Aging, 10, 271-288.
- Brink, P.J. (1989). Issues in reliability and validity. Dans J.M. Morse (dir.), Qualitative nursing research: A contemporary dialogue (pp.151-168). Rockville, Maryland: Aspen Publishers Inc.
- Buber, M. (1969). Je et Tu (traduit par G.Bianchis). Paris: Aubier Montaigne (édition originale, 1923).
- Cappeliez, P. (1988). Quelques considérations sur la prévalence et l'étiologie des états dépressifs de la personne âgée. La revue canadienne du vieillissement/Canadian Journal on Aging, 7, 417-430.
- Carette, J. (1998). Chronique des occasions manquées. Le Gêrontophile, 20 (2), 19-23
- Chinen, A.B. (1985). Fairy tales and transpersonal development in later life. The Journal of Transpersonal Psychology, 17 (2), 99-122
- Chinen, A.B. (1986). Elder tales revisited: Forms of transcendence in later life. The Journal of Transpersonal Psychology, 18 (2), 171-193.
- Clayton, V. (1975). Erikson's theory of human development as it applies to the aged: Wisdom as contradictive cognition. Human Development, 18, 119-128.
- Clayton, V., Birren, J.E. (1980). The development of wisdom across the life-span: A reexamination of an ancient topic. Dans P.B. Baltes et O.J. Grim, jr. (dir.). Life-span development and behavior, vol. 3 (pp.103-135). New York: Academic Press.
- Cohen, M.Z., Omery, A. (1994) Schools of phenomenology: Implications for research. Dans J.M. Morse (dir.), Critical issues in qualitative research methods (pp.136-156). Thousand Oaks: Sage.
- Cole, T.R. (1984). Aging, meaning, and well-being: Musings of a cultural historian. International Journal of Aging and Human Development, 19, 329-336.
- Cole, T.R. (1986). The "enlightened." view of aging: Victorian morality in a new key. Dans T.R. Cole et S.A. Gadow (dir.). What

does that mean to grow old? Reflections from the humanities (pp.115-130). Durham: Duke University Press.

Cole, T.R., Achenbaum, W.A., Jakobi, P.L., Kastenbaum, R. (dir.). (1993). Voices and visions of aging: Toward a critical gerontology. New York: Springer Publishing Co.

Cole, T.R., Gadow, S. (dir.) (1986). What does that mean to grow old? Reflections from the humanities. Durham: Duke University Press.

Commons, M.L., Armon, C., Kohlberg, L., Grotzer, T.A., Sinnott, J.D. (dir.). (1989a). Adult development, vol. 1. New York: Praeger.

Commons, M.L., Armon, C., Kohlberg, L., Grotzer, T.A., Sinnott, J.D. (dir.). (1989b). Adult development, vol. 2. New York: Praeger.

Cossette, R. (1989). Relation entre la motivation religieuse et le moral des personnes âgées en institution selon une perspective infirmière. Mémoire de maîtrise inédit. Faculté des Sciences infirmières, Montréal: Université de Montréal.

Cossette, R. (1996a). La personne âgée et son besoin d'agir selon ses croyances spirituelles. Dans S. Lauzon et E. Adam (dir.) La personne âgée et ses besoins: interventions infirmières (pp.579-623). Saint-Laurent (Qué.): ERPI.

Cossette, R. (1996b). La personne âgée et son besoin de se vêtir et de se dévêtir. Dans S. Lauzon et E. Adam (dir.) La personne âgée et ses besoins: interventions infirmières (pp.481-528). Saint-Laurent (Qué.): ERPI.

Coward, D.D. (1990) The lived experience of self-transcendence in women with advanced breast cancer. Nursing Science Quarterly, 3 (4), 162-169.

Crozier, M., Friedberg, E. (1977) L'acteur et le système. Paris: Éditions du Seuil.

Cumming, E., Henry, W. (1961). Growing old. The process of disengagement. New York: Basic Books.

de Leo D., Diekstra, R. F. W. (1990). Depression and suicide in late life. New York: Hogrefe & Huber Publishers.

Deschamps, C. (1993). L'approche phénoménologique en recherche. Montréal: Guérin Universitaire.

Dixon, R.A., Lerner, R.M. (1988). A history of systems in developmental psychology. Dans M.H. Bornstein et M.E. Lamb (dir.) Developmental psychology: An advanced textbook (2ième éd.), (pp.3-50). Hillsdale (N J): Lawrence Erlbaum Associates.

Dorfman, R.A. (1994). Aging into the 21st century: The exploration of aspirations and values. New York: Brunner/Mazel Publishers.

Erikson, E.H. (1963). Childhood and society, (2ième éd.) New York: Norton.

Erikson, E.H., Erikson, J.M., Kivnick, H.Q. (1986). Vital involvement in old age. New York: W.W. Norton & Company.

Faucher, A. (1993). Stratégies cognitives d'adaptation de personnes âgées bien adaptées. Thèse de doctorat inédite. Faculté des études supérieures. Montréal: Université de Montréal.

Fowler, J.W. (1981). Stages of faith: The psychology of human development and the quest for meaning. San Francisco: Harper & Row.

Frankl, V.E. (1963). Man's search for meaning: An introduction to logotherapy. Boston: Beacon Press.

Frankl, V.E. (1975). Le Dieu inconscient. (traduit par M. Neusch et J. Feisthauer). Paris: Édition du Centurion. Édition originale 1974.

Futrell, M., Wondolowski, C., Mitchell, G.J. (1993). Aging in the oldest old living in Scotland: a phenomenological study. Nursing Science Quarterly, 6 (4), 189-194.

Gadow, S. (1983). Frailty and strenght: The dialectic in aging. The Gerontologist, 23 (3), 144-147.

Giorgi, A. (1975). An application of phenomenological method in psychology. Dans A. Giorgi, C. Fisher and E. Murray (dir.), Duquesnes studies in phenomenological psychology, vol.2 (pp.82-103). Pittsburg, PA.: Duquesnes University Press.

Giorgi, A. (1985). Sketch of a psychological phenomenological method. Dans A. Giorgi (dir.) Phenomenology and psychological research (pp.8-22). Pittsburg, PA: Duquesnes University Press.

Giorgi, A. (1997). De la méthode phénoménologique utilisée comme mode de recherche qualitative en sciences humaines: théorie, pratique et évaluation. Dans J. Poupart, J-P Deslauriers, L-H Groulx, A. Laperrière, R. Mayer et A.P. Pires (dir.). La recherche qualitative. Enjeux épistémologiques et méthodologiques (pp.341-364). Montréal: Gaëtan Morin Éditeur.

Glamser, F.D. (1988). The impact of retirement upon religiosity. Journal od Religion and Aging, 5 (1), 27-37.

Godbout, J.T. (1992). L'esprit du don. Montréal: Boréal.

Grand'Maison, J. (1994). Apport des aînés. Dans J. Grand'Maison et S. Lefebvre (dir.) La part des aînés (pp.255-282). Sherbrooke: Fides

Grand'Maison, J. (1995). Orientations culturelles, sociales, morales et spirituelles. Dans J. Grand'Maison, L. Baroni et J-M Gauthier (dir.). Le défi des générations: enjeux sociaux et religieux du Québec d'aujourd'hui (pp.18-85). Montréal: Fides.

Grand'Maison, J., Baroni, L., Gauthier, J-M. (dir) (1995). Le défi des générations. Enjeux sociaux et religieux du Québec d'aujourd'hui. Sherbrooke: Fides.

Grand'Maison, J., Lefebvre, S. (dir.) (1994). La part des aînés. Sherbrooke: Fides.

Gubrium, J.F. (1993). Speaking of life: Horizons of meaning for nursing home residents. New York: Aldine de Gruyter.

Guedner, S.H., Hanner, M.B. (1989). Methodological issues related to gerontological nursing research. Nursing Research, 38 (3), 183-185.

Gutmann, D. (1976). Alternatives to desengagement: The old men of the highland druze. Dans J.F. Gubrium (dir.). Time, roles and self in old age. New York: Human Sciences Press.

Gutmann, D. (1992). Culture and mental health in later life revisited. Dans J.A. Birren, R.B. Sloane et G.D. Cohen (dir.), Handbook of mental health and aging (2ième éd.), (pp.75-97). San Diego: Academic Press.

Havighurst, R. (1968). A social-psychological perspective on aging. The Gerontologist, 8, 67-71.

Heidegger, M. (1962). Being and time. New York: Harper and Row.

Henderson, V. (1966). The nature of nursing. New York: MacMillan.

Holliday, S.G., Chandler, M.J. (1986). Wisdom: Explorations in adult competence. Basel, Switzerland: Karger.

Huberman, A.M., Miles, M.B. (1994). Data management and analysis methods. Dans N.K. Denzin et Y. S. Lincoln (dir.) Handbook of qualitative research (pp.428-444). Thousand Oaks: Sage Publications.

Hungelmann, J., Kenkel-Rossi, E., Klassen, L., Stollenwerk, R.M. (1985). Spiritual well-being in older adults: Harmonious interconnectedness. Journal of Religion and Health, 24 (2), 147-153.

Hunsberger, B. (1985). Religion, age, life satisfaction and perceived source of religiousness: A study of older persons. Journal of Gerontology, 40, 615-620.

Husserl, E. (1970). L'idée de phénoménologie, tome 11 des Husserliana (traduit par A. Lowit). Paris: P.U.F. (édition originale 1950).

Jaffe D.S., Miller, E.M. (1994). Problematizing meaning. Dans J.F. Gubrium et F. Sankar (dir.), Qualitative methods in aging research (pp.51-64). Thousand Oaks, California: Sage Publications.

Janesick, V.J. (1994). The dance of qualitative research design: Metaphor, methodolatry, and meaning. Dans N.K. Denzin et Y.S.

Lincoln (dir.), Handbook of qualitative research (pp.209-219). Thousand Oak, California: Sage Publications.

Jonas, C.M. (1992). The meaning of being and elder in Nepal. Nursing Science Quarterly, 5 (4), 171-175.

Jung, C.G. (1930). Die lebenswende. Lecture, ges. werke 8. Olten: Walter-Verlag.

Jung, C.G. (1933). Modern man in search of a soul. New York: Harcourt, Brace et Jovanovich.

Jung, C.G. (1965). Memories, dreams, reflections. New York: Vintage Books.

Jung, C.G. (1973). Ma vie: souvenirs, rêves et pensées (traduit par R. Cohen et Y. Le Hay). Paris: Gallimard. (édition originale 1961).

Kalish, R. (1986). Death, grief, and caring relationship (2ième éd.) Monterey, Californie: Brooks/Cole.

Kaufman, S.R. (1986). The ageless self. New York: New American Library.

Kenyon, G.M. (1988). Basic assumptions in theories of human aging. Dans J.E. Birren et V.L. Bengtson (dir.). Emergent theories of aging (pp.3-18). New York: Springer Publishing co.

Kenyon, G.M., Birren J.F., Schroots, J.J.F. (1991). Metaphors of aging in Science and the humanities. New York: Springer.

Kimble, M.A. (1990). Aging and the search for meaning. Dans J.J. Seeber (dir.) Spiritual maturity in the later years (pp.11-29). New York: The Haworth Press.

Koenig, H.G. (1990). Research on religion and mental health in later life: A review an commentary. Journal of Geriatric Psychiatry, 23 (1), 23-53.

Koenig, H.G. (1994). Aging and God. Spiritual pathways to mental health in midlife and later years. New York: The Haworth Pastoral Press.

Koenig, H.G., Cohen, H.J., Blazer, D.G., Pieper C., Meador K.G., Shelp, F., Goli V., DiPasquale, R. (1992). Religious coping and depression in hospitalized elderly medically ill men. American Journal of Psychiatry, 149, 1693-1700.

Koenig, H. G., George, L.K., Siegler, I.C. (1988). The use of religion and other emotion-regulating coping strategies among older adults. The Gerontologist, 28, 303-310.

Koenig, H.G., Kvale J.N., Ferrell, C. (1988). Religion and well-being in later life. The Gerontologist, 28, 18-28.

Koenig, H.G., Smiley, M., Gonzales, J.P. (1988). Religion, health, and aging. New York: Greenwood Press.

Kramer, D.A. (1990). Conceptualizing wisdom: The primacy of affect-cognition relations. Dans R.T. Sternberg (dir.) Wisdom: Its nature, origins and development (pp.279-313). Cambridge: Cambridge University Press.

Labouvie-Vief, G. (1989). Modes of knowledge and the organization of development. Dans M.L. Commons, C. Armon, L. Kohlberg, T.A. Grotzer et J.D. Sinnott (dir.) Adult development, vol 2 (pp.43-62). New York: Praeger.

Labouvie-Vief, G. (1990). Wisdom as integrated thought: historical and developmental perspectives. Dans R.T. Sternberg (dir.) Wisdom: Its nature, origins and development (pp.52-83). Cambridge: Cambridge University Press.

Lacroix, B. (1995). Spiritualité sans frontières. Le Gêrontophile, 17 (2), 39-43.

Larouche, J.M. (1991). Au nom du sens et de l'altérité: la post-sécularisation. Revue internationale d'action communautaire, 26/66, 79-87.

Lavoie, L-C. (1994). Figures types et profils socio-religieux. Dans J.Grand'Maison et S. Lefebvre (dir.) La part des aînés (pp.159-188). Sherbrooke: Fides.

L'Écuyer, R. (1994). Le développement du concept de soi de l'enfance à la vieillesse. Montréal: Les Presses de l'Université de Montréal.

Lefebvre, S. (1995). Générations contemporaines, itinéraires et solidarité. Dans J. Grand'Maison, L. Baroni et J-M Gauthier (dir.), Le défi des générations. Enjeux sociaux et religieux du Québec d'aujourd'hui (pp.89-181). Montréal: Fides.

Lefrançois, R. (1998). La recherche en gèrontologie: perspectives d'analyse et apport méthodologique. Le Gêrontophile, 20 (2), 5-11.

Légaré J., Martel, L. (1996). Les aspects démographiques du vieillissement. Dans S. Lauzon et E. Adam (dir.), La personne âgée et ses besoins (pp.781-802). Saint-Laurent (Qc):ERPI.

Lemieux, R. (1990). Vieillir: une question de sens? Revue internationale d'action communautaire, 23/63, 25-33.

Lerner, R.M. (1984). On the nature of human plasticity. Cambridge University Press.

Létourneau, G. (1994). Gèrontotoxicomanie: la problématique. Le Gêrontophile, 16 (1), 3-7.

- national surveys. Journal of Gerontology: SOCIAL SCIENCES, 49, S137-S145.
- Major, F. (1993). L'expérience d'autonomie de la personne âgée qui vit avec un membre de sa famille. Mémoire de maîtrise inédit. Faculté des études supérieures. Montréal: Université de Montréal.
- Marcel, G. (1951a). Le mystère de l'être, vol.1: Réflexion et mystère. Paris: Aubier
- Marcel, G. (1951b). Le mystère de l'être, vol.2: Foi et réalité. Paris: Aubier.
- Marshall, V.M. (1980). Last chapters: A sociology of aging and dying. Monterey: Brooks/Cole.
- Maslow, A.H. (1970). Religion, values and peak experiences. New York: Penguin Books.
- Maslow, A.H. (1971). The farther reaches of human nature. New York: The Viking Press.
- Maslow, A.H. (1972). Vers une psychologie de l'être (traduit et adapté par M. Hadesque). Paris: Fayard. (édition originale 1968).
- McFadden, S. H. (1996). Religion, spirituality, and aging. Dans J.E. Birren et K.W. Schaie (dir.) Handbook of the psychology of aging (pp.162-177). New York: Academic Press.
- Ménard, G. (1991). Une "façon de parler": le sacré et les résurgences de son "mode d'emploi" dans la culture contemporaine. Revue internationale d'action communautaire, 26/66, 15-23.
- Meyers, B.S., Alexopoulos, G.S. (1988). Geriatric depression. Medical Clinics of North America, 72, 847-863.
- Midlarsky, E., Kahana, E. (1994). Altruism in later life. Thousand Oaks: Sage publications.
- Mindel, C.H., Vaughan, C.E. (1978). A multidimensional approach to religiosity and disengagement. Journal of Gerontology, 33, 103-108.
- Mitchell, G.J. (1990). The lived experience of taking life day-by-day in later life: Research guided by Parse's emergent method. Nursing Science Quarterly, 3, 29-36.
- Mitchell, G.J. (1993). Time and a waning moon: Seniors describe the meaning of later life. The Canadian Journal of Nursing Research, 25 (1), 51-66.
- Mitchell, G.J. (1994). The meaning of being a senior: Phenomenological research and interpretation with Parse's theory of nursing. Nursing Science Quarterly, 7, 70-79.
- Mitchell, G.J. (1995) The lived experience of restriction-freedom in later life. Dans R.R. Parse (dir.) Illuminations. The

- human becoming theory in practice and research (pp.159-194). New York: National League of Nursing Press. Pub. no 15-2670.
- Moberg, D.O. (1965). Religiosity in old age. The Gerontologist, 5, 79-87.
- Moberg, D.O. (1990). Spiritual maturity and wholeness in the later years. Dans J.J. Seeber (dir.) Spiritual maturity in the later years (pp.5-24). New York: The Haworth Press.
- Moody, H.R. (1986). The meaning of life and the meaning of old age. Dans T.R. Cole et S.A. Gadow (dir.). What does that mean to grow old? Reflections from the humanities (pp.11-40). Durham: Duke University Press.
- Moody, H.R. (1988). Abundance of life. New York: Columbia University Press.
- Morse, J.M. (1989). Strategies for sampling. Dans J.M. Morse (dir.), Qualitative nursing research: A contemporary dialogue (pp.117-132). Rockville, Maryland: Aspen Publishers Inc.
- Morse, J.M. (1994a). Designing funded qualitative research. Dans N.K. Denzin et Y. S. Lincoln (dir.) Handbook of qualitative research (pp.220-235). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Morse, J.M. (1994b). Emerging from the data: The cognitive processes of analysis in qualitative inquiry. Dans J.M. Morse (dir.), Critical issues in qualitative research methods (pp.23-43). Thousand Oak, California: Sage Publications.
- Newman, M.A. (1986). Health as expanding consciousness. St-Louis: Mosby.
- Oiler-Boyd, C. (1989). Phenomenological research in nursing: Clarifying the issues. Nurse Science Quarterly, 2 (1), 16-19.
- Omery, A. (1983). Phenomenology: A method for nursing research. Advances in Nursing Science, 5 (2), 49-63.
- Paloutzian, R.G., Ellison, C.W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and quality of life. Dans A. Peplau et D. Perlman (dir.). Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy (pp.224-237). New York: Wiley.
- Parse, R.R. (1981). Man-Living-Health. A theory of nursing. New York: John Wiley & Sons.
- Parse, R.R. (1992). Human becoming: Parse's theory of nursing. Nursing Science Quarterly, 5 (1), 35-42.
- Parse, R.R. (1997). The human becoming theory: The was, is, and will be. Nursing Science Quarterly, 10 (1), 32-38.
- Parse, R.R., Coyne A.B., Smith, M.J. (1985). The experience of aging: An ethnographic study. Dans Parse, R.R., Coyne, A.B., Smith,

M.J. (dir). Nursing Research, qualitative methods (pp.79-89). Bowie (Maryland): Brady Communications Company.

Payne, B.P. (1990). Research and theoretical approaches to spirituality and aging. Generations, 14 (4), 11-14.

Peck, R. (1968). Psychological developments in the second half of life. Dans B. Neugarten (dir.). Middle age and aging (pp.88-89). Chicago: The University of Chicago Press.

Preski, S., Burnside, I. (1992). Clinical research with community-based older women. Journal of Gerontological Nursing, 18 (6), 13-18.

Rapp, S.R., Davis, K.M. (1989). Geriatric depression: Physician knowledge, perceptions, and diagnostic practices. The Gerontologist, 29, 252-257.

Reed, P.G. (1986). Developmental resources and depression in the elderly. Nursing Research, 35, 368-374.

Reed, P.G. (1989). Mental health in older adults. Western Journal of Nursing Research, 11, 143-163.

Reed, P.G. (1991a). Toward a nursing theory of self-transcendence: Deductive reformulation using developmental theories. Advances in Nursing Science, 13 (4), 64-77.

Reed, P.G. (1991b). Spirituality and mental health in older adults: Extant knowledge for nursing. Family Community Health, 14(2), 14-25.

Reed, P.G. (1991c). Self-transcendence and mental health in oldest-old adults. Nursing Research, 40 (1), 5-11.

Reed, P.G. (1992). An emerging paradigm for the investigation of spirituality in nursing. Research in Nursing & Health, 15, 349-357.

Reed, P.G. (1996). Transcendence: Formulating nursing perspectives. Nursing Science Quarterly, 9 (1), 2-4.

Reker, G.T., Peacock, E.J., Wong, P.T.P. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. Journal of Gerontology, 42, 44-49.

Reker, G.T., Wong, P.T.P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. Dans J.E. Birren et V.L. Bengtson (dir.). Emergent theories of aging (pp.214-246). New York: Springer Publishing co.

Rendon, D.C., Sales, R., Leal, I., Piqué, J. (1995). The lived experience of aging in community-dwelling elders in Valencia, Spain: A phenomenological study. Nursing Science Quarterly, 8 (4), 152-157

Rentsch, T. (1997). Aging as becoming oneself: A philosophical ethics of late life. Journal of the Aging Studies, 11, 263-271.

- Riegel, K.F. (1979). Foundations of dialectical psychology. New York: Academic Press.
- Rogers, M.E. (1970). An introduction to the theoretical basis of nursing. Philadelphia: J.A. Davis.
- Ruffing-Rahal, M. A. (1989). Ecological well-being: A study of community-dwelling older adults. Health Values, 13 (1), 11-19.
- Ruffing-Rahal, M.A. (1998). Individuation and varieties of well-being experience among older women. Advances in Nursing Science, 20 (3), 13-20.
- Ryden, M.B. (1984). Morale and perceived control in institutionalized elderly. Nursing Research, 33 (3), 130-136.
- Sandelowski, M. (1993). Rigor or rigor mortis: The problem of rigor in qualitative research revisited. Advances in Nursing Science, 16 (2), 1-8.
- Sanua, V.D. (1977). Religion, mental health and personality: A review of empirical studies. Dans H. Newton-Malony (dir.). Current perspectives in the psychology of religion (pp.173-190). Grand Rapids, Michigan: Wm. B. Eerdmans.
- Schroots, J.F.J. (1995). Psychological models of aging. La revue canadienne de vieillissement/Canadian journal on Aging, 14, 44-66.
- Shand, J.D. (1990). A forty year follow-up of the religious beliefs and attitudes of a sample of Amherst College grads. Research in the Social Scientific Study of Religion, 2, 117-136
- Sherman, E., Webb, T.A. (1994). The self as a process in late-life reminiscence: Spiritual attributes. Aging and Society, 14, 255-267.
- Sinnott, J.D. (1994). Development and yearning: Cognitive aspects of spiritual development. Journal of Adult Development, 1 (2), 91-99.
- Spiegelberg, H. (1982). The phenomenological movement. Boston: Martinus Nijhoff Pub.
- Steiner, D., Marcopulos, B. (1991). Depression in the elderly. Nursing Clinics of North America, 26, 585-600.
- Sternberg R.T. (dir.) (1990). Wisdom: Its nature, origins and development. Cambridge: Cambridge University Press.
- Strawbridge, W.J., Sherma, S.J., Cohen, R.D., Roberts, R.E., Kaplan, G.A. (1998). Religiosity buffers effects of some stressors on depression but exacerbates others. Journal of Gerontology: SOCIAL SCIENCES, 53B, S118-S126.
- Swanson-Kauffman K., Schonwald E. (1989). Phenomenology. Dans B.Sarter (dir.) Paths to knowledge: Innovative research methods for

nursing (pp.97-105). New York: National League for Nursing, Pub. no. 15-2233.

Teilhard de Chardin, P. (1962). L'énergie humaine. Paris: Éditions du Seuil.

Thériault, Y. (1998). Vieillir et grandir: un paradoxe créatif. Le Gérontophile, 18 (2), 3-6.

Thorne, S., Griffin, C., Adlersberg, M. (1986). How's your health? Well senior's perceptions of their health and well-being. Gerontion, 1 (5), 15-18.

Tillich, P. (1967). Le courage d'être (traduit par F. Chapey). Bruxelles: Casterman. (édition originale 1952).

Tillich, P. (1969). La dimension oubliée (traduit par H.Rochais). Bruges: Les Presses Saint-Augustin.

Tornstam, L. (1992). The Quo Vadis of gerontology: On the scientific paradigm of gerontology. The Gerontologist, 32, 318-326.

Tornstam, L. (1994). Gerotranscendence: A theoretical and empirical exploration. Dans L.E. Thomas et S.A. Eisenhandler (dir.). Aging and religious dimension (pp.203-225). Westport, CT: Auburn House.

Tornstam, L. (1996). Gerotranscendence: A theory about maturing into old age. Journal of Aging and Identity, 1, 37-50.

Tornstam, L. (1997). Gerotranscendence: The contemplative dimension of aging. Journal of Aging Studies, 11, 143-154.

Tournier, P. (1971). Apprendre à vieillir. Paris: Delachaux & Niestlé.

Travelbee, J. (1971) Interpersonal aspects of nursing (2ième éd.). Philadelphie: F.A. Davis.

Trice, L.B. (1990). Meaningful life experience to the elderly. Image: Journal of Nursing Scholarship, 22, 248-251.

Valente, S.M., Sellers, J.R. (1990). Effective coping. Dans D.M. Corr et C.A. Corr (dir.), Nursing care in an aging society (pp.247-265). New York: Springer.

van Manen, M. (1990). Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy. London (Ontario): The Althouse Press.

Vézina J., Landreville, P., Bourque, P., Blanchard, L. (1991). Questionnaire de dépression de Beck: étude psychométrique auprès d'une population âgée francophone. La revue canadienne du vieillissement/Canadian Journal on Aging, 10, 29-39.

Voyé, L. (1991). L'incontournable facteur religieux, ou du sacré originaire. Revue internationale d'action communautaire, 26/66, 45-56.

Wagnild G., Young, H.M. (1990). Resilience among older women. IMAGE: Journal of Nursing Scholarship, 22, 252-255.

Walker, A. (1993). Aging and social policy: Reconstructing the meaning of old age. Communication présentée à la 22ième conférence annuelle de l'Association Canadienne de Gériologie, Montréal.

Wass, H., Myers, J.E. (1982). Psychosocial aspects of death among the elderly: A review of the literature. The Personal and Guidance Journal, 61 (11), 131-137.

Watson, J.M. (1985). Nursing: Human science and human care. East Norwalk, CT: Appleton-Century-Crofts.

Whitehead, E.E., Whitehead, J.D. (1990). Les étapes de l'âge adulte: évolution psychologique et religieuse (traduit par J. Chambert). Paris: Centurion (édition originale 1979).

Wondolowski, C., Davis, D.K. (1988). The lived experience of aging in the oldest-old: A phenomenological study. The American Journal of Psychoanalysis, 48, 261-271.

Wondolowski, C., Davis, D.K. (1991). The lived experience of health in the oldest-old: A phenomenological study. Nursing Science Quarterly, 4 (3), 113-118.

Zuniga, R. (1990). La gérontologie et le sens du temps. Revue internationale d'action communautaire, 23/63, 13-23.

Appendice A

**Guide d'entrevue**

## GUIDE D'ENTREVUE

### Nom du répondant:

#### données socio-démographiques

- sexe:
- âge:
- nationalité:
- état civil:
- nombre d'enfants:
- état de santé (principaux problèmes):
- situation financière (précaire-satisfaisante):
- scolarité:
- occupation antérieure:
- religion:

#### préambule

- Certaines personnes décrivent la vieillesse comme une série de pertes et de déclin alors que d'autres pensent qu'elle comporte aussi des gains ou des occasions de croître, de se développer. Cette perception dépend de l'expérience de chacun de sorte qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Dans votre cas, diriez-vous que la vieillesse est surtout une période de déclin ou qu'elle comporte aussi des occasions de croissance?

#### question principale

- Pour les personnes qui vivent de la croissance: comment décririez-vous ou ressentiez-vous cette croissance?
- Pour celles qui disent vivre surtout du déclin: Parlez-moi de votre expérience de la vieillesse... Vous est-il arrivé durant ces dernières années de vivre une expérience durant laquelle vous avez eu le sentiment de croître? Si oui, pouvez-vous me la décrire.

#### questions ponctuelles

- Qu'est-ce qui vous rend le plus heureux? Qu'est-ce qui vous fait vous sentir bien? Est-ce que c'était pareil quand vous étiez plus jeune?
- Qu'est-ce qui vous soutient quand ça va mal? Est-ce que c'était aussi le cas quand vous étiez plus jeune?
- Comment réagissez-vous aux pertes associées à la vieillesse ?
- Votre façon de comprendre le sens de la vie ou de voir la vie est-elle différente aujourd'hui? Si oui, en quoi diffère-t-elle?
- Votre façon de voir ou de comprendre la mort est-elle différente aujourd'hui? Si oui, en quoi diffère-t-elle?
- Y a-t-il des aspects de votre personnalité (qualités personnelles, façon de réagir aux problèmes) qui se sont modifiés en vivant les pertes reliées à la vieillesse? Si oui, décrivez ces changements.
- Y a-t-il des valeurs qui sont devenues plus fortes ou plus importantes en vieillissant? Si oui, lesquelles?
- Vos rapports avec les autres et votre façon de les voir ont-ils changés en vieillissant? Si oui, en quoi?
- Votre rapport avec la nature est-il le même que lorsque vous étiez plus jeune? Si non, en quoi diffère-t-il?
- Votre rapport avec les possessions matérielles est-il le même aujourd'hui? Si non, en quoi est-il changé?
- (pour les croyants) Quelle est votre image de Dieu ou de toute Puissance à laquelle vous croyez? Cette image était-elle la même quand vous étiez plus jeune?
- Croyez-vous en une continuité après la mort? Si oui, comment vous représentez-vous cette continuité?
- Avez-vous des questions que vous aimeriez me poser ou d'autres aspects dont vous aimeriez parler?

Appendice B

**Lettre d'introduction**

Montréal, le 2 février 1996.

Nom du responsable  
Titre  
Nom de l'institution

**Objet:** autorisation pour conduire une recherche doctorale

Madame, Monsieur,

je suis infirmière de formation et candidate au doctorat interdisciplinaire en sciences humaines appliquées de l'Université de Montréal. Pour mon projet de thèse doctorale, je veux explorer l'expérience de croissance dans la vieillesse, telle que perçue par des personnes âgées connaissant plusieurs pertes. L'étude que je projette est qualitative et de type phénoménologique. Je joins un abrégé du projet de thèse qui a été accepté par un jury interdisciplinaire (anthropologie, sociologie, théologie et sciences infirmières). Cette thèse est dirigée par Madame Jacinthe Pepin de la Faculté des sciences infirmières de l'Université de Montréal (tel: \_\_\_\_\_) et co-dirigée par Monsieur Frédéric Lesemann du Département des sciences humaines appliquées de la même université (tel: \_\_\_\_\_).

Je compte diriger des entrevues dans deux ou trois centres d'hébergement et de soins de longue durée auprès de personnes âgées répondant aux critères d'inclusion et d'exclusion énumérés à la page 4 de l'abrégé du projet jusqu'à ce que j'obtienne un échantillon de 10 personnes âgées vivant des expériences de croissance (3 à 4 sujets par centre).

Je sollicite l'autorisation de conduire cette étude dans votre centre. Si ma requête est acceptée, j'aurais besoin de la collaboration d'une personne qui connaisse la clientèle afin d'établir la liste des personnes âgées répondant aux critères d'inclusion et d'exclusion, d'expliquer brièvement le but de l'étude à ces personnes âgées et de requérir leur consentement pour recevoir le chercheur (voir procédure page 4 et 5).

J'espère que vous pourrez agréer ma demande et que vous n'hésitez pas à communiquer avec moi si vous avez besoin d'informations supplémentaires. Il me fera plaisir de vous faire connaître les résultats de ma recherche si vous en manifestez le souhait.

Veillez agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes sentiments les meilleurs,

Raymonde Cossette  
Tel: \_\_\_\_\_

Appendice C

**Explications du projet**

## EXPLICATIONS DU PROJET

Bonjour!

Je me nomme RAYMONDE COSSETTE. Je suis infirmière et je poursuis actuellement des études pour obtenir un doctorat interdisciplinaire en sciences humaines appliquées à l'Université de Montréal.

Je veux comprendre l'expérience de la vieillesse du point de vue des personnes âgées qui disent qu'elle comporte des occasions de grandir, de croître autant que de celles qui y voient surtout du déclin et des pertes. Je voudrais donc rencontrer des personnes qui accepteraient de partager avec moi leur perception de la vieillesse et je souhaiterais que vous soyez une de ces personnes. Votre opinion sur cette question est très importante pour moi.

Ce que j'apprendrai lors de ces entrevues pourrait aider les intervenants à mieux comprendre ce que vivent les personnes âgées comme vous et à être de meilleurs aidants. De plus, le fait de partager votre perception de la vieillesse avec quelqu'un qui a l'intérêt et le temps pour vous écouter pourrait vous permettre de mettre en évidence des aspects de votre expérience sur lesquels vous n'avez pas souvent l'occasion de réfléchir. Il est rare qu'un tel moment de partage ne soit pas agréable pour les deux personnes en cause.

J'aimerais vous rencontrer pendant environ une heure afin de recueillir votre témoignage. Cette rencontre sera prévue à un moment qui vous conviendra. Elle prendra la forme d'un entretien que j'alimenterai par quelques questions simples. Cet entretien sera enregistré à l'aide d'un petit magnétophone à cassette afin de me permettre d'être entièrement à l'écoute de ce que vous avez à partager.

Vous pourrez interrompre l'entretien à n'importe quel moment, si vous vous sentez fatigué(é) ou si vous n'y trouvez pas d'agréments et vous pouvez aussi refuser de répondre à l'une ou l'autre des questions. Je m'engage à respecter entièrement la confidentialité de ce que vous me direz et jamais votre nom n'apparaîtra sur aucun document, ni ne sera mentionné lors de l'enregistrement. Seuls les chercheurs impliqués dans cette recherche pourront écouter les bandes

J'espère avoir le plaisir de vous rencontrer,

Raymonde Cossette: tel: \_\_\_\_\_

Appendice D

**Formule de consentement**

**FORMULE DE CONSENTEMENT POUR MA PARTICIPATION À UN  
PROJET DE RECHERCHE**

Je (nom du répondant) \_\_\_\_\_ consens par la présente à participer au projet de recherche ci-dessous décrit selon les conditions qui y sont stipulées:

**TITRE DU PROJET:** EXPÉRIENCE DE CROISSANCE DANS LA VIEILLESSE TELLE QUE PERÇUE PAR DES PERSONNES ÂGÉES CONNAISSANT PLUSIEURS PERTES

**RESPONSABLE:** RAYMONDE COSSETTE

**OBJECTIF DU PROJET:** DÉCRIRE LA STRUCTURE DE L'EXPÉRIENCE DE CROISSANCE DE PERSONNES EXPÉRIMENTANT DES DÉCLINS ASSOCIÉS AU VIEILLISSEMENT

**NATURE DE MA PARTICIPATION:**

J'accepte de rencontrer la responsable du projet pendant environ une heure et de partager avec elle mes réflexions sur mon expérience de la vieillesse en tentant de préciser si celle-ci comporte des moments de croissance et de développement ou si elle est surtout une expérience de décroissance et de déclin. J'accepte aussi que l'entrevue soit enregistrée sur bandes audio. Si le temps d'entrevue était insuffisant, une autre entrevue pourrait m'être proposée.

**AVANTAGES PERSONNELS POUVANT DÉCOULER DE MA PARTICIPATION:**

Il n'y a aucun avantage tangible pouvant découler de ma participation à ce projet si ce n'est de me donner l'occasion d'échanger dans un contexte agréable sur des aspects de mon vécu et d'apporter ma contribution à une meilleure compréhension de l'expérience du vieillissement.

**INCONVÉNIENTS PERSONNELS POUVANT DÉCOULER DE MA PARTICIPATION:**

Les inconvénients que ma participation à ce projet pourrait m'occasionner seraient de ne pas prendre plaisir à l'entretien ou de ressentir de la fatigue. Dans les deux cas je n'aurai qu'à mettre fin à l'entrevue.

**RISQUE:**

Ma participation à ce projet ne me fait courir aucun risque pour ma santé physique ou mentale.

**INFORMATIONS CONCERNANT LE PROJET:**

Il va de soi que je peux poser toutes les questions qui m'intéressent concernant cette recherche et que j'ai le droit de recevoir des réponses qui me satisfont.

**LIMITE OU RETRAIT DE MA PARTICIPATION:**

Il est entendu que je peux mettre un terme à ma participation à ce projet à n'importe quel moment et que je peux en tout temps refuser de répondre à une question.

**ACCÈS À MON DOSSIER:**

Cette recherche ne nécessite pas que l'investigatrice ait accès à mon dossier .

**CONFIDENTIALITÉ:**

Il est entendu que toutes les informations recueillies par la responsable du projet demeureront strictement confidentielles. Mon nom, ni aucune information permettant de m'identifier, n'apparaîtra sur la transcription écrite (verbatim) des bandes enregistrées. Les extraits de ce verbatim qui pourraient être insérés dans le texte de la thèse ne pourront permettre de m'identifier. La liste des noms des répondants à cette recherche sera conservée dans un fichier à part auquel seule la responsable du projet aura accès. Les bandes enregistrées seront conservées en lieu sûr par la responsable du projet. Leur contenu pourra être utilisé, dans les mêmes conditions de confidentialité et exclusivement par elle, dans la poursuite de son programme de recherche. Les informations et les bandes seront détruites après une période de quinze ans.

Je déclare avoir lu et compris les termes de la présente formule

---

signature du répondant

Fait à \_\_\_\_\_, le \_\_\_\_\_ 19\_\_\_\_.

---

Je (nom du chercheur) \_\_\_\_\_, certifie avoir expliqué au répondant les termes de la présente formule, avoir répondu aux questions qu'il m'a posées, lui avoir aussi indiqué clairement qu'il peut, à tout moment, mettre un terme à sa participation au projet de recherche décrit ci-dessus et n'avoir exercé aucune pression pour obtenir son consentement.

---

signature de la responsable du projet

Fait à \_\_\_\_\_, le \_\_\_\_\_ 19\_\_\_\_.

La responsable du projet peut être rejointe au (adresse et no. de tel). Cette thèse est dirigée par Madame Jacinthe Pepin de la Faculté des sciences infirmières de l'Université de Montréal (tel:\_\_\_\_) et co-dirigée par Monsieur Frédéric Lesemann, directeur INRS-Culture et Société (tel:\_\_\_\_).

Appendice E

**Récits reconstitués**

## Reconstitution de la description du phénomène de croissance en respectant le contexte

### Madame Berthe

"Le sujet de la croissance dans la vieillesse m'intéresse beaucoup et je peux répondre définitivement que je vis de la croissance. Je crois que vieillir, c'est se développer en tout sens, apprendre, évoluer, acquérir de plus amples connaissances. Malheureusement, notre civilisation en est une de "l'agir et de l'avoir" et non de "l'être". Voilà pourquoi la société a dévalorisé la vieillesse, qui est un temps où nécessairement "l'agir et l'avoir" cèdent le pas à "l'être".

En vieillissant, la solitude est devenue une alliée. Elle me permet de développer ma vie intérieure. Je lis beaucoup et j'écris mes réflexions sur la vieillesse, la souffrance, la mort et sur la foi. J'ai adopté des maîtres spirituels. J'en choisis un le matin, selon les jours, tout dépend de comment je me sens. Pour moi, il va de soi que notre corps est animé d'un principe de vie qu'on appelle l'âme. C'est précisément cette puissance en nous qui ne vieillit pas. Évidemment mes croyances ont bien changé avec le temps. Les enseignements que j'ai reçus sur le purgatoire et l'enfer, ça fait longtemps que c'est oublié! Avec ce que j'endure, je fais mon purgatoire sur la terre!

La vieillesse nous donne plus de mérite parce qu'elle comporte plus d'épreuves. La première condition pour avancer c'est d'accepter. "La vieillesse est l'âge des renoncements héroïques". Faut accepter! Évidemment, on ne choisit pas la souffrance. On essaie de la soulager, on se bat contre elle. Comme présentement, j'ai de terribles douleurs. Je ne lâche pas mon médecin. Je demande des examens, je discute des possibilités de traitement, j'essaie de nouveaux médicaments. Je fais tout pour améliorer mon sort et, croyez-moi, je suis capable de me faire entendre. Mais il faut bien comprendre qu'il n'y a personne qui peut vieillir sans avoir quelques épreuves. Quand je suis arrivée ici, ce n'était pas par choix C'est ma soeur qui m'y a fait entrer. Si vous saviez ce que j'ai quitté. J'avais un bel appartement et de beaux meubles de style. J'ai tout quitté, et ça m'a fait moins que rien. Il fallait que ça se fasse! Qu'est-ce que vous voulez, je ne pouvais plus rester là, pourquoi s'apitoyer inutilement? Il faut suivre sa route et être réceptif à ce qu'on a à apprendre. Il faut voir le bon côté des choses et faire du bien avec ce qui nous arrive de mal. Le croyant a l'avantage de savoir que sa souffrance n'est pas inutile, qu'elle l'aide à connaître une vie spirituelle plus équilibrée. Si je n'avais pas eu ma maladie et les séquelles qui ont suivi mon intervention chirurgicale, peut-être que je n'aurais pas avancé autant spirituellement. Les souffrances sont là pour nous perfectionner. Quand vous avez compris ça, ça change votre façon de voir la vie! C'est pour ça que ceux qui n'acceptent pas, c'est triste mais on ne peut pas forcer personne, ça dépend d'elles.

Mes rapports avec les autres ont changé. Je suis moins prompte. Je réfléchis davantage avant de parler, je ménage leurs sentiments, je tâche de ne pas juger, de ne pas faire mal. Autrefois, je voulais réformer mes semblables; maintenant, je cherche plutôt à les comprendre. Même avant ma diminution d'autonomie, j'étais déjà pas mal avancée spirituellement parce que j'ai passé ma vie à donner. J'ai toujours donné plus que je n'ai reçu. C'était dans ma nature et je ne l'ai jamais regretté, parce que je suis mon intuition. Je suis d'accord avec la maxime qui dit que "la foi sans les oeuvres est une foi morte"...Je donne aux autres et je reçois en retour, parce que je me sens valorisée. J'ai aussi la chance d'avoir de bonnes amies sur qui je peux compter dans l'adversité. Pour nous aider dans la vie, l'important c'est d'avoir des amis. C'est la plus grande richesse que vous pouvez avoir. En vieillissant, on les apprécie davantage.

Ce que je craignais le plus en arrivant ici, c'était l'inaction. Peu de temps après mon admission, j'ai accepté les fonctions de (nomme les fonctions). Aujourd'hui, j'ai perdu encore beaucoup d'autonomie et je ne peux plus remplir ces

tâches, mais je ne suis pas inactive pour autant! Il n'y a pas assez d'heures dans une journée pour faire tout ce que je voudrais... Je travaille même la nuit. Je me couche de bonne heure et je me réveille vers minuit. Je travaille deux à trois heures. Je n'ai pas mal nulle part à ce moment là et j'écris. Je me sens inspirée la nuit. Pour moi, la réussite de la vieillesse consiste à donner un sens positif à sa vie et à tenir compte que le travail est le secret de la longévité. Je ne pense jamais à mon âge. Je ne me sens pas vieillir. J'ai à peine le temps de me peigner, j'ai rarement le temps de me regarder dans un miroir (rires). L'âge, c'est une abstraction.

Si la Providence veut que je meure demain matin, c'est correct. On ne choisit pas, n'est-ce pas? La jeunesse est le temps d'apprendre à vivre et la vieillesse est le temps d'apprendre à mourir. Je n'ai pas peur de la mort. Quelle que soit ma condition, je sais que j'aurai la grâce en conséquence! Après la mort, pour moi, c'est l'éternité bienheureuse. On ne peut pas tuer une âme, l'âme est immortelle! Je vais rencontrer les gens que j'aimais. J'aurai la vision de Dieu. Ce sera le bonheur parfait. C'est pour ça que, avant d'arriver là, les souffrances que vous avez sur la terre vous aident à être plus avancé. Mais, on a la volonté libre. On est tous Adam et Eve. Si on avait été à leur place, on aurait fait la même chose. Le Bon Dieu ne peut pas forcer notre amour. L'amour ça se force pas. Il nous a donné l'intelligence et la liberté de faire le choix. Alors, il faut essayer de faire les choix qui sont bons pour nous. Il faut suivre son intuition. On pense que c'est notre intuition, mais c'est la Providence qui nous guide. On est guidé, on a un chemin à suivre. Il faut être réceptif."

### Monsieur Charles

"Ça dépend de chacun de prendre la vie comme il veut en vieillissant. Moi j'la prends sur le bon sens [rires]. La vie j'la vois belle. J'la vis au jour le jour. Hier, c'est hier, c'est passé. Aujourd'hui, ce qui arrive, j'le sais pas. J'm'attendais pas à ça (l'entrevue) aujourd'hui. C'est des choses qui me surprennent. Même au centre ici, y'a du nouveau tous les jours. Il se passe beaucoup d'choses. On voit du nouveau monde, des gens qu'on n'a jamais vus, pis qu'on r'verra peut-être jamais. J'suis heureux, j'suis bien dans ma peau.

J'ai toujours travaillé toute ma vie. J'ai travaillé quarante et un ans et j'ai eu deux jobs: vingt-huit ans à une place et treize ans à l'autre. J'suis pas un changeux de job. J'me suis marié. J'avais une bonne femme. J'ai eu quarante ans d'mariage...J'aimais ma femme, j'avais une belle maison. J'ai tout perdu ça. Que voulez-vous que j'y fasse? Y a rien à faire. C'est parti, c'est parti. Ma femme était ben malade, est décédée y'a quelques mois. J'suis heureux d'la savoir là. Elle est heureuse. Elle ne souffre plus. Y'a seulement moi qui souffre. Elle, elle est heureuse. Elle n'a plus d'mal. J'ai paralysé deux fois. C'était mon dû. Le Bon Dieu voulait ça. C'est lui qui mène. J'pouvais pas rien faire. J'me suis levé un beau matin, ça marchait plus. C'est Lui, c'était Sa volonté. Moi j'pouvais pas rien faire. J'me suis fait soigner la première fois, tout a bien été, j'suis r'venu naturel. La deuxième fois, on s'en allait magasiner avec ma femme. J'ai dit: "Woh! Attends un peu. On s'en va pas". Que voulez-vous qu'on fasse? C'est la volonté de Dieu. J'aurais pu paralyser en conduisant, ça aurait pu être pire. C'que le bon Dieu fait, j'Lui reproche pas. C'était mon dû, c'était mon tour d'être malade. Je l'accepte. J'ai pas l'choix. J'ai toujours accepté, j'accepte encore.

C'est vrai que c'est dur pour moi parce que j'suis un type très actif. J'accepte mais j'me laisse pas aller. Faut mettre du piquant, faut avoir du coeur au ventre. Y'a été un temps, j'parlais moins qu'ça. J'me suis dit en moi-même: "Charles, faut que tu parles comme du monde". J'me suis pris en main, me voilà aujourd'hui. J'me suis toujours pris en main. Quand ça va pas, j'me parle. Souvent j'me parle. Ben oui, j'me parle dur. Faut pas s'écouter. Si on s'écoute, tout va à l'envers.

En vieillissant, le caractère s'améliore, on devient plus aimable parce qu'on aime plus (davantage) les gens à force de demeurer avec eux. Surtout ici, c'est des malades. Moi en tout cas, j'aime plus les gens maintenant qu'avant. On devient moins égoïste en vieillissant, beaucoup moins. Faut pas seulement s'écouter, faut écouter les autres aussi. Les autres, c'est très important. J'essaie d'être aimable avec le monde, être gentil avec eux. J'aime le monde, j'aime à parler, malgré que j'ai d'la difficulté à parler. J'ai des amis partout parc'que j'ai un bon sourire et parc'que j'ris tout le temps. Même si j'ai de la peine, j'ris pareil. Rire ça coûte pas cher. J'essaie de sourire autant qu'possible. J'suis un gars serviable. On me d'mande un service, j'dis oui, tout l'temps. J'suis toujours là, présent. C'est plaisant d'le faire. J'aide beaucoup et on m'aide beaucoup. C'est réciproque. J'ai aidé beaucoup dans l'temps que j'étais au (nom de l'endroit). C'étaient des gens âgés. J'allais les reconduire à l'hôpital. Ils me d'mandaient: "Monsieur Charles, on peut-tu aller là? Monsieur Charles, j'aimerais ça aller à (nom d'une ville), mon mari est malade. Voulez-vous v'nir avec moi?" J'disais toujours oui. J'allais les reconduire à l'hôpital. Ça prenait trois, quatre heures. J'prenais mon temps, j'avais rien à faire. Ils voulaient me payer, j'disais: "non, c'est un service". Un service, on paye pas ça. Aujourd'hui, ça m'est remis. Si j'avais pas rendu service, peut-être qu'on me rendrait pas service. C'est un échange. J'ai pas donné pour recevoir. On donne, point final. Aujourd'hui, ça m'est remis. J'en suis content.

J'suis un très grand croyant. J'suis un type qui manque jamais la messe. À chaque fois que j'vais à la messe, j'communie. Pour passer une bonne journée, pour pas avoir de malheur. Ma foi est plus forte en vieillissant. Si j'avais pas eu la foi, j'me s'rais suicidé. La foi, ça me donne de l'énergie. J'parle au Bon Dieu tous les soirs quand j'me couche; j'Y parle comme j'parle à ma femme. Sans Dieu que serais-je? On n'est rien. Tout ce que nous avons, c'est grâce à Lui. D'accord, on a travaillé pour l'avoir. Faut travailler pour avoir c'qu'on veut avoir. Faut marcher droit autant qu'possible. S'ils nous ont mis sur la terre, c'est pour quelque chose. C'est pour gagner notre pain, pour mériter le ciel. Faut prendre les bons chemins. Dieu nous laisse libres, toujours libres. On peut se tromper, on se r'prend. Si on se r'prend pas, on est libres. Moi j'essaie de pas m'tromper, mais j'suis pas parfait, mais j'essaie pis Il le sait (Dieu le sait). La mort, ça m'dérange pas. J'ai pas peur de mourir du tout. C'est vrai qu'on n'est pas grand chose, on est juste une petite tache sur la terre. Mais envers Dieu, on est très important, autant que Lui est important pour nous autres. "

### Madame Marie

"Moi, j'crois que je vis de la croissance. Les choses n'ont plus la même importance en vieillissant. Pour que la vieillesse soit une étape utile, il faut trouver des nouveaux chemins, s'ouvrir à de nouvelles valeurs. Ce qui m'aurait fait fâcher quand j'étais plus jeune ne me choque plus aujourd'hui. Des choses qui étaient importantes le sont moins, d'autres qui étaient moins importantes le sont davantage. Une valeur qui a changé pour moi, qui est plus importante aujourd'hui, c'est le silence. Je suis très seule. Pour moi, la solitude c'est positif. Ce que j'appelais plus jeune "l'ennui", ça n'existe plus, dans le sens qu'on n'est jamais seul quand on a une vie intérieure remplie. L'ennui est remplacé par une présence intérieure, une présence qui n'est pas tangible, que j'suis obligée de me rappeler souvent. Cette présence, c'est moi tout en n'étant pas moi, comme un trésor dont j'peux jouir mais dont je ne tire pas les ficelles.

Des fois, j'aimerais ça être plus volage (rires). J'me sens à part des autres. Je trouve que j'me pose trop de questions et que je pose trop de questions à la vie. Par exemple, on se bat continuellement pour notre vie sans jamais penser à la vie éternelle, qui est la vraie vie. Il y a la vie physique et la vie éternelle. Alors un moment donné, on a à réfléchir à ça. C'est ben beau d'être croyant mais à quoi on croit? Vous savez, à un certain âge on ne se satisfait pas de dire "j'ai la foi", mais faut savoir en quoi on croit et où on va, comment on va y aller et avec quel bagage. Est-que c'est un bagage sérieux? J'suis rendue à

me poser des questions pas mal métaphysiques. Comme par exemple: Dieu a toujours existé, alors Dieu a existé avant Pierre. Qui Il était avant pour d'autres? Alors j'me dis, c'est le même Dieu, Il est universel, c'est le même pour tous. Je crois sincèrement que chaque personne, quand elle va mourir, va voir ce qu'elle a cru! C'est écrit dans la Bible: "il y a plusieurs maisons dans la maison de mon père". On se fait une idée et on a une réponse affirmative à nos idées; mais lorsqu'on veut aller plus loin, on découvre qu'il y a plusieurs maisons, qu'il y a plusieurs vérités qui sont bonnes.

J'ai découvert ça, mais j crois avoir été guidée, dans le sens que les choses que je pensais m'étaient confirmées par des rêves ou par des choses qui arrivaient. Comme par exemple, les livres que je lis, on dirait qu'ils arrivent toujours au moment où j'en ai besoin. J'me pose une question, pis oup, quelqu'un m'apporte ou me parle d'un livre, et c'est ce livre-là qu'il me fallait. J'lis beaucoup. J'peux pas dire que j'ai trouvé toutes les réponses à mes questions, mais j'en ai trouvé quelques-unes. J'ai l'impression que tout ce que je vis est nécessaire, comme si une main invisible me conduisait. Par exemple, j'aime pas ça être ici, en hébergement, mais j'apprends énormément. Ma vie a pris un tournant que j'm'attendais pas. Être ici a changé le cours de mes questions. J'apprends sur le vieillissement, sur le manque d'autonomie, sur la mort. La maladie, je l'ai, faut que j'vive avec, pis la vieillesse aussi. Si j'étais pas venue ici, au centre, jamais j'me poserais les questions que j'me pose là. J'ai vu l'ouvrage qu'il y avait à faire et comment ça se ferait. Avant, j'avais des certitudes, j'avais l'avenir. Aujourd'hui, je réfléchis tout l'temps sur ma condition. On dirait que j'réfléchis plus à ce qui me touche de près, au moment présent.

C'est une évolution qui est à ses débuts. J'peux pas prédire qu'est-ce qui va y avoir mais je crois que la mort va cesser d'être si terrible. Je crois que la vie continue après la mort mais que, comme je suis, j'vais disparaître à jamais. Ce qui survit, c'est une énergie. J'ai fait l'expérience de cette énergie là, il y a plus de vingt ans alors que je venais de divorcer. J'avais toujours froid et je suis allée recevoir un massage. La massothérapeute m'a dit: "j'vais vous réchauffer". Alors j'me suis couchée sur le ventre. Je voyais pas en arrière de moi mais je sentais une chaleur; j'pensais que c'était une "fan" (chaufferette). Quand j'me suis retournée, j'ai vu qu'elle avait seulement ses mains au-dessus de moi, et que de ses mains sortait cette chaleur, qui était comme une journée de soleil! Alors pour moi c'est cette énergie là qui ne meurt pas. La mort me fait moins peur à présent, mais encore elle me fait peur. Dire adieu au physique, c'est pas facile. On peut le dire mais de là à le faire! Quitter les choses qu'on connaît pour l'inconnu ça fait peur!

Pour moi le détachement a commencé vers la cinquantaine. Les voyages, la bonne bouffe, ça s'est détaché tranquillement. J'ai eu une belle maison, j'ai eu une bonne (domestique) et je crois que j'encouragerais les gens à vivre le plus possible, ça facilite le détachement après, on est moins frustré. Aujourd'hui, j'vois partir des gens en voyage, j'leur souhaite de bien s'amuser. J'ai pas d'envie. Mais c'est difficile de souhaiter quelque chose que vous avez pas eu. Alors je dirais, la jeunesse, le mariage, l'amour physique, tous ces côtés là ont été pleinement satisfaits. J'ai vécu ma vie sociale autant qu'il m'a plu; ça aide à vivre la vieillesse. La sérénité je crois qu'il faut l'avoir dès le début, apprendre à apprécier les choses au moment présent et chaque chose en son temps.

La perte de mon autonomie a été graduelle. En premier j'ai quitté ma maison et j'suis déménagée dans une résidence avec services. Mais à la fin, j'étais rendue avec cinq à six personnes qui s'occupaient de moi. J'passais mon temps malade pis j'voyais mes filles qui s'inquiétaient pis qui faisaient des plans. Y'était pas question que j'm'en aille chez une ou l'autre, j'aurais pas voulu. C'est moi qui ai choisi ce centre et qui ai pris la décision d'y entrer. Depuis que j'suis ici, mes enfants ont la tête tranquille: si je tombe, ils savent que j'ai des soins. En réalité, j'suis venue ici pour les soins. En même temps, j'ai cessé de travailler, j'ai quitté la vie active. C'est un deuil qui est encore là, mais c'est un deuil qui me fait pas souffrir dans le sens qu'il est accepté. Dieu est bon parce que j'ai eu le temps de me préparer. C'est pas arrivé comme un ch'veu sur la soupe.

Au début, je m'suis battue contre ma maladie et, d'une certaine manière, j'me bats encore, c'est-à-dire que j'me laisse ni décourager ni aller. S'il y a quelque chose à vaincre c'est le négatif, le négatif et la peur. J'ai vaincu les deux, je crois. Alors quand on a vaincu, ça veut pas dire que les choses disparaissent, mais elles n'ont pas la même intensité. Là, j'ai décidé d'arrêter de m'en faire, j'vais juste vivre. J'donne pas de conseils, mais à mes petits-enfants je dis: "vous avez la liberté de choisir, de choisir votre vie comme moi j'ai choisi la mienne". Les choix se font tout l'temps d'la vie. On choisit not'mari, on choisit nos amis. Personne nous force. Des choix, on en fait du matin au soir. Chaque personne a en elle autant de bon que de mauvais. On peut choisir le bien, mais le mal est latent, y'est là. Dieu te laisse la liberté. Quelle pente tu chois, c'est ton choix. T'as la liberté de choisir.

Les gens qui nous entourent, des fois on les voit pas. Si une personne est plus méchante, souvent y suffit de chercher le bon, pis on le trouve. Il n'est pas toujours facile à trouver, mais c'est agréable quand on l'a trouvé. Tout de suite après qu'on l'a trouvé, on dirait que l'autre veut nous montrer ce qu'il a de bon! Pis là tu te dis "comment ça se fait que j'avais pas vu ça avant!". Par exemple, j'ai connu un homme qui avait aucune qualité apparente. J'ai appris qu'il est mort en sauvant quelqu'un. Il a donné sa vie pour quelqu'un d'autre! J'me suis dit "Comment ça s'est fait que j'avais pas vu cette générosité là?" Je souffre réellement de pas aimer les autres autant que j'voudrais aimer, mais, au moins, je ne juge pas personne. J'essaie de devenir plus sage.

La sagesse que je développe ne sert pas à grand chose, mais par contre, j'me dis ça sert à moi. J'voudrais la transmettre à mes petits-enfants mais on n'a jamais le temps de se parler de choses sérieuses. Et puis, est-ce que ça intéresse quelqu'un ce que j'ai à dire? Ce qui est le plus dur à accepter quand on est en hébergement, c'est quand on n'est plus rien, qu'on sert plus à rien. Comme moi, depuis que je suis ici, j'existe plus pour la société, c'est comme ça! J'vois beaucoup de femmes ici qui étaient la femme de...la mère de... Elles ont pas développé leur identité alors c'est pas dans des milieux comme ici qu'elles vont le faire. Moi, j'le vis pas comme ça parce que j'ai conscience de ma valeur mais ça m'empêche pas de voir qu'on est mort pour la société. On a prolongé la vie physique mais on n'a pas gagné sur la maladie. À quoi ça sert cette vie végétative si on lui reconnaît pas une valeur? Il me semble que le savoir que je développe pourrait être utile à quelqu'un. J'pourrais encore donner intellectuellement. J'imagine que les gens qui travaillent dans ça (dans les milieux d'hébergement) vont finir par se rendre compte qu'ils ont mal fait leur travail. Il y a déjà de l'amélioration qui s'est fait, ça commence.

J'me crois plus optimiste que mes filles face à la vie parce que j'vois que tout progresse! La science découvre beaucoup de choses, comme par exemple le corps éthérique. Vous savez, autrefois, le halo qu'on voyait sur la tête du Christ. Aujourd'hui on dit que tous les corps dégagent une certaine lumière. Y suffit de bien r'garder. Avant, c'était un signe de sainteté, aujourd'hui, tout l'monde en a (rires). Même la crise que le gouvernement passe, faut qu'elle se fasse. Il y en a qui disent "on a trop dépensé". Moi j'dirais non. Fallait que ça s'fasse. Il fallait du changement. On a peut-être manqué d'expérience, on est peut-être allé trop vite, mais ça s'corrige. Ça fait mal, mais ça s'corrige. Ce qu'il faut corriger, c'est quand on a besoin de deux choses, il ne faut pas en vouloir plus. On en veut toujours plus.

...Il y en a des choses à apprendre. Des fois, je relis des livres que j'ai lus quand j'étais plus jeune pis j'réalise que j'avais pas compris. Et puis, j'ai l'impression que j'vais à l'école la nuit, parce que j'trouve des réponses quand j'me réveille. On continue toujours à progresser. Alors, y faut pas arrêter, y faut continuer à se développer. Faut avoir les yeux ouverts et voir ce qui se présente à soi. C'est pour ça, c'est par curiosité que je tiens à vivre (rires). C'est plus pour moi-même que pour les autres, pour voir jusqu'où ça mène, ce voyage-là. Parfois, j'ai des doutes. Mes choix sont plus difficiles. J'me dis à quoi ça me sert de tant travailler, tant d'efforts! Pis tant pis! Je r'commence à travailler. Pourquoi? J'me dis que j'vais peut-être mourir demain, peut-être pas, mais il ne sera pas dit que j'me serai arrêtée en chemin.

Appendice F

**Structures typiques individuelles du phénomène de  
croissance**

## Description des structures typiques individuelles du phénomène

### Madame Berthe

Pour madame Berthe, il va de soi que la vieillesse est une période de croissance. Elle considère que vieillir c'est de développer en tout sens, évoluer et acquérir plus de connaissances. C'est un temps où "être" devient plus important "qu'agir et avoir". Malheureusement, comme cette évolution va à l'encontre des valeurs de notre culture, elle déplore que la contribution des vieillards ne soit pas reconnue.

Pourtant, Madame Berthe ne doute pas de son utilité sociale. Elle s'implique autant qu'elle le peut dans la vie communautaire. Elle multiplie les activités et avoue manquer de temps pour accomplir tout ce qu'elle a à faire. Elle écrit même la nuit, alors qu'elle a moins de douleurs. Toute cette activité la garde jeune et elle n'a pas conscience de vieillir. Tout en appréciant pleinement la vie, elle se dit prête à mourir en tout temps. La mort ne l'effraie pas, car apprivoiser la mort est un apprentissage inhérent à la vieillesse. Elle croit en un principe immortel de vie et à une éternité bienheureuse que l'on peut mériter par son attitude devant les épreuves. Elle est certaine que Dieu lui donnera la force nécessaire lorsque sa dernière heure sera arrivée.

En vieillissant, la solitude est devenue une alliée qui lui permet de cultiver sa vie intérieure. Madame Berthe lit beaucoup et écrit ses réflexions sur la vieillesse, la souffrance, la mort et sur la foi. Elle a adopté des maîtres spirituels qui l'aident à cheminer et elle s'accorde un temps quotidien de réflexion à partir des écrits de l'un ou de l'autre. Ses croyances ont mûri avec le temps et elle a éliminé celles qui lui paraissaient sans fondement. Elle affirme en riant qu'elle vit son purgatoire sur la terre.

Madame Berthe est d'avis que la vieillesse est propice à une évolution spirituelle parce qu'elle s'accompagne de plus d'épreuves. Elle estime que l'acceptation des épreuves est la condition essentielle pour que cette croissance s'opère. Devant une épreuve, dit-elle, il faut d'abord se battre. Elle est tenace et sait lutter et s'affirmer quand il le faut tout en constatant lucidement que nul ne peut vieillir sans subir quelques pertes. Ainsi, en même temps qu'elle a perdu de l'autonomie, elle a vécu la perte de son logement et de ses biens. Elle a tout quitté sans broncher. Devant l'inévitable, elle refuse de s'apitoyer inutilement et cherche plutôt le bon côté des choses. Elle dirige son attention vers les apprentissages à faire. Avoir la foi donne un sens à ses souffrances. Elle interprète les pertes qu'elle a subies et la détérioration progressive de son état de santé comme des occasions de grandir spirituellement. Cette façon de voir lui donne la force de vivre sereinement toutes les épreuves.

Sa croissance spirituelle lui fait aussi opérer des changements positifs dans ses rapports avec les autres. Elle cherche maintenant moins à les changer qu'à les comprendre. Elle est devenue plus tolérante, réfléchit davantage avant de parler et s'efforce de ne pas juger négativement. Elle tente d'aider les autres mais se garde

bien d'imposer ses idées. Ce besoin d'aider n'est pas nouveau: même avant de subir ses épreuves, elle a toujours cultivé le don. De ce fait, elle était déjà avancée dans son cheminement spirituel. Elle a toujours senti une réciprocité dans ce don car elle y gagnait une valorisation.

Grandir dans les épreuves est un défi de taille, car les être humains ont la volonté libre et se trompent souvent dans les choix qu'ils font. Dieu a donné à chacun l'intelligence et la liberté de choix. Madame Berthe essaie de choisir ce qui est bon pour elle. Elle a la certitude d'être guidée dans ses choix. Elle fait confiance à son intuition qui est la voix de la Providence en elle.

### **Monsieur Charles**

Monsieur Charles prétend que chacun a la liberté de choisir de faire de sa vieillesse une expérience positive ou négative. Lui, il a opté pour voir le bon côté des choses et se dit heureux. Il aime la vie et la trouve belle. Pour ce faire, il la prend au jour le jour et vit résolument le moment présent, sans s'appesantir sur le passé et les regrets. Il saisit toutes les occasions de sortir de sa routine en profitant des petites surprises que chaque journée lui réserve.

Cette disponibilité et cet accueil à la vie découlent de son extraordinaire capacité d'acceptation. Il considère avoir eu sa part de bonheur. Il a travaillé fort dans des emplois stables, a eu un mariage durable et heureux ainsi qu'une vie confortable. Aujourd'hui, les pertes s'accumulent dans sa vie. Il a perdu son épouse bien-aimée, son autonomie et a dû changer de lieu de résidence. Ces deuils se font durement sentir mais il les accepte car il respecte inconditionnellement la volonté de Dieu. Il se console de la mort de sa femme en se disant qu'elle est libérée de ses souffrances. Il regarde les aspects positifs de sa vie et se dit que ça pourrait être pire. Il accepte sans abdiquer, car il continue de lutter contre ses incapacités. Il a toujours été déterminé et refuse de s'apitoyer sur son sort, même s'il est parfois obligé de se secouer pour ne pas se décourager.

En vieillissant monsieur Charles développe davantage sa capacité d'aimer. Le contact avec des personnes malades l'a rendu plus altruiste. Il est plus à l'écoute des gens et tente de leur rendre la vie agréable en gardant ses problèmes pour lui et en étant toujours serviable et de bonne humeur. La retraite lui a donné l'occasion de se mettre au service des personnes moins autonomes. Il a donné sans compter car, à ses yeux, un don qui n'est pas gratuit perd sa valeur. Depuis qu'il a perdu de l'autonomie, il prend conscience de la réciprocité dans le don. Aujourd'hui, c'est à son tour de recevoir et il accepte cette aide comme un juste retour des choses.

Il affirme vivre une croissance spirituelle. Même s'il a toujours été très croyant, sa foi est encore plus forte aujourd'hui. Elle lui donne l'énergie nécessaire pour traverser les épreuves sans sombrer dans le désespoir. Il trouve dans ses croyances religieuses des explications qui l'aident à traverser ses épreuves. Il communique simplement et directement avec Dieu. Il réfléchit sur le sens de son passage sur la terre. Humblement, il reconnaît qu'il doit tout à

Dieu. C'est Lui qui a placé et place encore sur sa route toutes les occasions pour qu'il se développe et acquière des avoirs. Pour actualiser ce potentiel, Monsieur Charles souligne qu'il faut être prêt à travailler fort et à agir dans le droit chemin. Chacun est libre et responsable des choix qu'il fait. Si une personne dévie de son chemin, elle a la liberté de se reprendre ou de rester dans l'erreur. Même s'il est conscient de se tromper parfois et de ne pas être parfait, monsieur Charles est convaincu que Dieu reconnaît ses efforts pour faire les bons choix et marcher dans la bonne direction. La mort ne l'effraie pas car il ne doute pas de son importance aux yeux de Dieu.

### **Madame Marie**

Madame Marie a le sentiment de croître en vieillissant. Pour y arriver, elle a accepté de réfléchir sur son système de valeurs et de s'ouvrir à de nouvelles valeurs. Ainsi, en se retirant de la vie active, elle a découvert la valeur du silence. Elle profite de ses nombreux moments de solitude pour enrichir sa vie intérieure. Ironiquement, l'ennui est disparu de sa vie avec la solitude, car elle a découvert une présence en elle. Cette présence, qui se laisse facilement oublier, elle la définit comme son être profond en relation avec une puissance qui la dépasse. Dorénavant, elle a déplacé son centre d'intérêt de la vie terrestre vers ce qui est, à ses yeux, la vraie vie: la vie éternelle.

La vieillesse, en faisant surgir l'imminence de la mort, suscite un questionnement sur ses croyances religieuses. En approfondissant sa foi, elle est devenue plus critique. Cette réflexion la porte à conclure qu'il existe plusieurs vérités valables. Les croyances sont différentes mais le Dieu de chaque personne est le même pour tous. Madame Marie a la conviction d'être guidée dans son cheminement spirituel parce qu'elle trouve toujours sur son chemin ce dont elle a besoin pour poursuivre sa démarche. Cette croyance l'aide à donner un sens à toutes les expériences qu'elle doit vivre puisque celles-ci se trouvent sur son parcours pour la faire progresser.

De cette façon, elle interprète son expérience de la vie en centre d'hébergement comme une occasion de faire de nouveaux apprentissages. Elle réfléchit sur la vieillesse, la perte d'autonomie et la mort. Ces réalités ne lui laissent pas de répit. A chaque jour, l'évolution de sa condition la place devant de nouveaux choix. Elle a le sentiment que ces apprentissages ont pour but de lui faire apprivoiser la mort. Une expérience antérieure l'a convaincue que les êtres humains sont dotés d'une énergie qui survit à la mort. Malgré cette certitude, elle avoue avoir encore peur de quitter ce qui lui est familier pour aller vers l'inconnu.

Ce qui l'aide à se détacher, c'est qu'elle a bien profité, au moment opportun, des douceurs de la vie. Elle ne ressent ni envie ni amertume. Selon elle, le secret de la sérénité réside dans le fait de savoir apprécier les choses au moment présent, de vivre chaque étape de sa vie en son temps et de ne pas s'accrocher à ce qui n'est plus. Elle remercie Dieu de lui avoir permis d'apprivoiser progressivement la perte d'autonomie. Elle a eu le temps de prendre les décisions que la détérioration de son état de santé imposait. Au

moment voulu, c'est elle qui a décidé de quitter sa résidence. En même temps qu'elle demandait son admission en centre d'hébergement, elle a mis fin à ses activités professionnelles. Elle ressent encore la tristesse de ces deuils sans qu'ils ne la fassent souffrir car ils sont acceptés. Madame Marie affirme que le plus grand défi dans la vie est de combattre le négatif et la peur et elle pense y être parvenue. Au début de son séjour dans ce centre, elle a eu à surmonter le découragement et la peur. Elle a réussi à les vaincre en choisissant de vivre pleinement ce que la vie lui offrait, au jour le jour et sans anticiper pour l'avenir. Cette attitude n'élimine pas ses problèmes mais en diminue l'intensité.

Choisir entre le négatif et le positif est un défi constant tout au long de la vie. Elle voudrait rendre ses petits-enfants conscients de leur pouvoir de choisir leur vie. Chacun porte en soi autant de potentialités mauvaises que de bonnes et a la liberté d'exploiter les unes ou les autres. De même, chaque personne a la liberté de demeurer aveugle ou réceptive aux côtés positifs des gens qui l'entourent. Les êtres humains sont responsables de leurs choix parce que Dieu leur laisse la liberté de choix. Même si elle a réussi à ne plus juger négativement ceux qui l'entourent, Madame Marie aimerait devenir encore plus sage en développant davantage sa capacité d'aimer.

Madame Marie brûle de communiquer la sagesse et le savoir qu'elle développe en milieu d'hébergement et déplore qu'il n'y ait pas de tribune pour que les personnes âgées hébergées puissent se faire entendre. Elle constate que la vie en établissement correspond à une mort sociale. Pour résister à la dépersonnalisation, la personne recluse doit être très consciente de son identité et de sa valeur intrinsèque. Madame Marie a cette conscience. Elle continue de se sentir partie prenante de la société en suivant l'actualité. Elle considère que les choix sociaux qui sont faits sont, dans l'ensemble, favorables au progrès de l'humanité. Elle est indulgente face aux erreurs de parcours et les commente avec humour. Elle demeure émerveillée devant l'avancement des connaissances scientifiques.

En même temps que la société évolue, chaque individu est responsable de poursuivre son développement. Madame Marie est à l'affût de toutes les occasions d'apprendre et de progresser. Elle se dit intriguée par ce qu'elle va découvrir au bout du chemin et c'est ce qui la motive à continuer son voyage, même si elle connaît des périodes de doute où la tentation d'arrêter est grande.

Appendice G

**Approbation par un comité d'éthique**



CENTRE  
HOSPITALIER  
CÔTE-DES-NEIGES

CENTRE  
D'ACCUEIL  
ALFRED-DESROCHERS

266

## RAPPORT DE L'ÉTABLISSEMENT OÙ LA RECHERCHE SERA ENTREPRISE

Centre de  
géro-geriatrie affilié à  
l'Université de Montréal

Le comité d'éthique de la recherche du Centre hospitalier Côte-des-Neiges, a examiné la demande pour le projet intitulé:

L'expérience de croissance de vieillesse telle que perçue par  
des personnes âgées connaissant plusieurs pertes (réf: 960305)

Présenté par: Raymonde Cossette

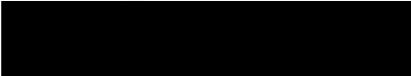
Date: 19 mars 1996

et juge la recherche faisant appel à des sujets humains acceptable au point de vue éthique.

=====

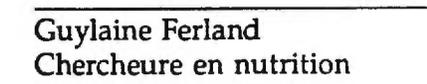
### LE COMITÉ D'ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE EST COMPOSÉ DES MEMBRES SUIVANTS:

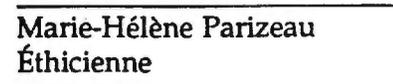
  
Dr Céline Crowe, D.S.P.  
Présidente du comité

  
Louise Francoeur  
Infirmière clinicienne

  
Dr Nathalie Champoux  
Omnipraticienne

  
Dr Marie-Jeanne Kergoat  
Géiatre

  
Guylaine Ferland  
Chercheure en nutrition

  
Marie-Hélène Parizeau  
Éthicienne

  
Francine Fontaine  
Neuropsychologue

4565, chemin Queen-Mary  
Montréal (Québec) H3W 1W5  
(514) 340-1424  
Fax: (514) 340-3500

5325, avenue Victoria  
Montréal (Québec) H3W 2P2  
(514) 731-3891  
Fax: (514) 340-3500

Récipiendaire  
du prix  
sillier-Lachapelle



Prix d'excellence  
affaires sociales  
1989