



**HAL**  
open science

## Anniversaires et psychologie des âges de la vie

Christian Heslon

► **To cite this version:**

Christian Heslon. Anniversaires et psychologie des âges de la vie. Le Journal des psychologues, 2008, 261, pp.45-49. 10.3917/jdp.261.0045 . halshs-03144457

**HAL Id: halshs-03144457**

**<https://shs.hal.science/halshs-03144457v1>**

Submitted on 30 Mar 2022

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

## ANNIVERSAIRES ET PSYCHOLOGIE DES ÂGES DE LA VIE

[Christian Heslon](#)

Martin Média | « [Le Journal des psychologues](#) »

2008/8 n° 261 | pages 45 à 49

ISSN 0752-501X

Article disponible en ligne à l'adresse :

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

Distribution électronique Cairn.info pour Martin Média.

© Martin Média. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

# Anniversaires et psychologie des âges de la vie

*Christian Heslon*



Maitre de conférences  
qualifié en psychologie  
Chargé d'enseignement  
UCO Angers  
Chercheur  
au laboratoire  
de psychologie  
de l'université d'Angers

***Occasion de convivialité, l'anniversaire jalonne nos avancées en âge. Son rituel accompagne les transitions de la vie, là où les rites de passage d'hier marquaient les changements de statut. Entre commémoration et reprise, dates et fêtes anniversaires ont pourtant des effets psychiques méconnus, qui éclairent la psychologie des âges de la vie sous l'angle de l'« âge subjectif ».***

*« Comme à chaque anniversaire depuis ses trente ans, Ruth se leva le 3 au matin avec un cafard noir qui lui dévorait les entrailles. »  
Lucia Etxebarria (2001, p. 118).*

## L'anniversaire, une mode récente

L'anniversaire est aujourd'hui tellement en vogue qu'on en oublie, d'une part, qu'il s'agit d'une mode récente et, d'autre part, que les dates anniversaires ne sont pas sans effets psychiques. L'ouvrage de Françoise Lebrun (1987) et l'article de Jean-Claude Schmitt (2007) soulignent cette dimension anthropologique méconnue de l'anniversaire. En effet, l'anniversaire individuel de naissance fut d'abord prétexte à d'orgiasques agapes dans l'antiquité latine, avant d'être condamné en tant que péché d'orgueil par l'église catholique qui lui substitua, sous l'impulsion de saint Augustin, la fête du saint patronymique pendant près de mille ans ! Il fallut attendre que la réforme protestante conteste le culte des saints et que l'âge d'état civil devienne un puissant régulateur des parcours de vie pour voir réapparaître l'anniversaire de naissance à l'époque moderne, au XVII<sup>e</sup> siècle en terres

protestantes et au XX<sup>e</sup> siècle en terres catholiques. C'est pourquoi les langues anglo-saxonnes distinguent l'anniversaire de naissance (*birthday, Geburtstag*) des autres anniversaires (*anniversary, Gedenkstag*). Et c'est ainsi que, jusque dans les années 1950, les anniversaires des enfants étaient très peu fêtés en France, voire interdits dans les institutions catholiques. Longtemps réservé aux enfants, aujourd'hui encore réfuté par l'islam, le bouddhisme et les témoins de Jéhovah, l'anniversaire ne s'étend en France à tous les âges qu'à partir des années 1970. Car les seuls anniversaires traditionnellement reconnus par l'église catholique étaient ceux de la naissance et de la mort du Christ (Noël et Pâques) et ceux du sacrement du mariage (noces d'argent à vingt-cinq ans de mariage, noces d'or à quarante ans).

Or, l'anniversaire est aujourd'hui devenu omniprésent. Il envahit les agendas, les médias, les publicités, la vie culturelle et politique, les romans et le cinéma. Les commémorations s'empilent et se

succèdent, qu'elles soient politiques (les quarante ans de Mai 1968), culturelles (le centenaire de la naissance de Simone de Beauvoir), historiques (le bicentenaire du *Dos de mayo* 1808), identitaires (les quatre cents ans de la fondation de la ville de Québec) ou anecdotiques (les quarante ans de McDonald). Cette emphase commémorative répond certes à l'actuelle obsession mémorielle : devoir de mémoire, histoires de vie, bilan de compétences, validation des acquis de l'expérience, traçabilité, archivage des données, conservation muséale, etc. L'historien nord-américain William Johnston (1993) fit du culte des anniversaires dans la culture contemporaine un symptôme de notre impossibilité à nous projeter dans l'avenir devant l'approche de l'an 2000. Mais ce culte anniversaire n'en finit pas de s'étendre, jusqu'à l'anniversaire individuel de naissance fêté à tout âge avec de plus en plus d'engouement. Il est pour le moins remarquable que, dans une culture qui valorise la jeunesse et redoute la vieillesse,

on soit si empressé de fêter son âge. Car l'anniversaire individuel ne met pas en jeu la seule mémoire. Il a surtout pour fonction de jalonner l'avancée en âge d'année en année : *annus-versus*, « là où verse l'an ». Ce faisant, il marque l'inéluctable éloignement de la naissance, donc l'inéluctable rapprochement de la mort. Pourquoi, dès lors, tellement le fêter ?

## Les effets psychologiques méconnus de l'anniversaire

C'est que l'anniversaire est aussi décompte de la durée de vie. Or, les normes d'âge imposaient un ensemble de conduites définies par l'âge d'état civil jusque dans les années 1970 : âges de la scolarité, de la majorité, de la conscription, du mariage et du travail. Ces normes donnèrent lieu à toute une psychologie du développement adulte, faite de tranches d'âge standardisées dont Renée Houde a dressé le panorama (1999). Mais on peut désormais, à tout âge, se marier et se remarier, procréer et reprocréer, se former et se reconverter professionnellement. Ce brutal effacement des normes d'âge est repéré par Éric Deschavanne et Pierre-Henri Tavoillot dans leur *Philosophie des âges de la vie* (2007). Mais ils négligent peut-être à quel point les notions de « maturité », d'une part, et de « vie adulte », d'autre part, s'en trouvent métamorphosées. Car, face à la dérégulation des normes d'âge, c'est désormais moins l'âge que l'on a que celui auquel on s'identifie qui compte et que l'on compte. C'est ainsi que l'« âge subjectif » l'emporte sur l'âge chronologique.

### Syndrome d'anniversaire et paradoxe de l'anniversaire

Josephine Hilgard (1953) fut la première à décrire le « syndrome d'anniversaire » à partir de corrélations statistiques entre date de décompensation psychotique et dates anniversaires biographiques. Le syndrome d'anniversaire est maintenant un classique de la psychogénéalogie, depuis sa vulgarisation par Anne Ancelin-Schützenberger (1993). La psychologie clinique note ainsi maintes illustrations de ces répétitions de date dont l'origine tiendrait à la répétition d'un événement traumatique initialement survenu à cette date, avant d'être transformé par la suite en secret de famille. Mais, ainsi que je l'ai montré (Heslon, 2007), l'abondante

\* Je mentionne l'essentiel de ces travaux de recherche dans *Petite psychologie de l'anniversaire paru chez Dunod, en 2007.*

littérature consacrée au syndrome d'anniversaire ignore généralement le « paradoxe de l'anniversaire », issu des statistiques et de la cryptologie. Ce paradoxe veut que la probabilité pour qu'un groupe de vingt-trois personnes prises au hasard comporte deux individus ayant la même date anniversaire de naissance est d'une chance sur deux. Cette probabilité atteint neuf chances sur dix dans un groupe de soixante personnes prises au hasard ! Ainsi, la probabilité de coïncidences de dates anniversaires dans un même arbre généalogique est considérablement plus élevée que l'intuition le laisse penser. Du coup, les répétitions transgénérationnelles de dates sont bien peu significatives statistiquement. Elles n'en demeurent pas moins significatives subjectivement, au gré des identifications entre membres d'une même famille et des réinterprétations successives qu'engendre tout roman familial au fur et à mesure des naissances, des unions, des séparations et des décès qui le jalonnent.

### Birthdays blues, birthday stress et réactions aux anniversaires

Quoi qu'il en soit, le syndrome d'anniversaire est loin de constituer la seule manifestation des effets psychologiques de l'anniversaire. C'est ainsi que de nombreuses recherches anglo-saxonnes et nord-américaines, cultures familières de l'anniversaire depuis plus longtemps que les pays catholiques latins comme le nôtre, portent depuis plus de trente ans sur le *birthday blues*, le *birthday stress* et d'autres types de réactions aux anniversaires\*.

Le *birthday blues* concerne la fragilisation psychique aux alentours de la date anniversaire de naissance, fragilisation qui peut aller jusqu'à la dépression, voire au suicide. Dans sa forme la plus courante, il s'agit seulement d'une légère déprime liée à certains caps d'âge, tels le changement de décennie (trente ans, quarante ans, cinquante ans) ou le fait d'atteindre l'âge auquel une personne chère est décédée. Mais il peut aussi s'agir de véritables crises d'angoisse, par exemple chez des femmes de trente ans sans enfant ou chez des hommes de soixante ans qui prennent leur retraite après avoir fortement investi leur activité professionnelle. Les études statistiques menées à ce propos montrent, par ailleurs, que les suicides chez les moins de vingt-cinq ans et les plus de soixante-quinze ans sont significativement corrélés à leur date anniversaire de naissance.

Le *birthday stress* désigne, quant à lui, les corrélations entre dates de décès et dates de naissance, en particulier :

- chez les hommes de plus de cinquante ans, dont les accidents vasculaires mortels sont plus fréquents trois jours avant leur date anniversaire qu'à n'importe quelle autre période de l'année ;

- chez les femmes qui meurent plus fréquemment dans la semaine du jour de leur anniversaire de naissance qu'aux autres semaines de l'année, quels que soient leur âge et la cause du décès.

Enfin, de nombreuses études portent sur toute une palette de « réactions aux anniversaires », moins tragiques mais tout autant avérées. On a ainsi établi les effets positifs des fêtes anniversaires sur l'estime de soi, certains auteurs allant même jusqu'à parler des implications thérapeutiques de ces célébrations quand d'autres mentionnent les bienfaits des commémorations d'anniversaires de décès sur les processus de deuil. De même, les études en marketing ont établi que les consommateurs sont plus disposés à acheter autour de leurs dates anniversaires, ce qui explique pourquoi la méthode du *next-birthday respondent* conduit magasins et commerçants à adresser des offres spéciales à leur anniversaire.

## Anniversaires et âge subjectif

Bien que mis en évidence depuis une trentaine d'années par tout un corpus de recherches anglo-saxonnes, ces phénomènes restent méconnus des psychologues et du grand public français. C'est d'autant plus étonnant que la psychanalyse, pourtant propagée en France et dans les pays de langue latine, n'a jamais ignoré les calculs inconscients menés à partir des chiffres d'âge et des dates. Le fait qu'elle soit née en terres allemande et autrichienne, terres du protestantisme propice à l'anniversaire, explique peut-être que les Latins que nous sommes, plus durablement empreints de la condamnation catholique de l'anniversaire comme péché d'orgueil, n'y aient jusqu'alors guère prêté attention. Pourtant, le mot français « chiffre », qui s'applique tant aux dates qu'aux âges, dérive de l'arabe *sifr* (zéro, vide) pour désigner à la fois l'unité numérique du calcul arithmétique et diverses énigmes à déchiffrer : blason héraldique, code crypté ou initiales des noms des époux entrelacés sur les broderies du trousseau nuptial. De plus, nous constatons à quel point Sigmund Freud fut très attentif aux effets de dates et de chiffres sur son inconscient. Le psychanalyste Philippe Grimbert le relève également dans l'un de ses ouvrages (1999), où il relate de nombreuses anecdotes où l'on voit

S. Freud prédire les évolutions conjointes de sa théorie et de son cancer au moyen de chiffrages d'âge qui l'obsèdent. Il en résulte que les dates anniversaires et les nombres d'âge opèrent comme des signifiants au sens de Jacques Lacan. Ce qui explique que, si l'inconscient ignore le temps chronologique, il n'en reste pas moins éminemment réactif aux rythmes que scandent notamment les chiffres d'âge et de date.

### Âge chronologique et âge subjectif

Ainsi, quand un homme ou une femme fête ses quarante-cinq ans, il ou elle se trouve vraisemblablement à un moment clé de son existence. Soit que ce moment clé se soit déjà révélé sous la forme d'un deuil, d'une rupture conjugale, de l'envie d'une reconversion professionnelle ou de l'entrée dans un nouveau processus de formation, soit qu'il ou elle tire un bilan mitigé de sa vie affective, conjugale, familiale ou professionnelle. Soit, encore, que cet âge évoque pour lui ou pour elle la nécessité d'une seconde jeunesse, la promesse de la fin d'emprunts devenus trop lourds, le rapprochement de l'âge auquel son parent du même sexe est décédé, la fin de la quarantaine ou l'approche de la cinquantaine, etc. Quoi qu'il en soit, il ou elle aura tendance à établir une sorte de bilan de vie et à se projeter un avenir. De tels questionnements peuvent évidemment se produire à trente-huit ans ou à soixante-deux ans. C'est ici qu'interviennent les théories de l'âge subjectif. Toujours méconnues en France, elles ont pourtant fait l'objet de nombreuses études américaines et européennes. Ces études établissent qu'après l'âge de trente ans, la plupart des adultes se vivent comme étant bien plus jeunes qu'ils ne le sont. Les échelles de mesure de l'âge subjectif prouvent ainsi que la plupart des personnes ayant entre trente et quatre-vingts ans se vivent comme ayant dix, quinze, vingt, voire vingt-cinq ans de moins que leur âge. D'une part, la tendance à se rajeunir subjectivement est encouragée par notre culture du « vieillir jeune » qui délaisse et se détourne de l'extrême vieillesse. D'autre part, plus on avance en âge, plus le temps semble passer vite, donnant l'impression de n'avoir vécu qu'un an ou deux quand cinq ou dix ans viennent de s'écouler. C'est Denis Guiot (2001) qui importa, en France, les théories de l'âge subjectif à propos des conduites de consommation des seniors dont la plupart échappent à leur « cible générationnelle » pour acheter des produits de consommation initialement destinés à des acheteurs bien plus



*Continuer d'affirmer sa jeunesse subjective.*

jeunes. Rien d'étonnant à cela, puisque nous nous sommes affranchis des normes d'âge d'état civil qui voulaient hier que l'on se mariât à vingt ans, que l'on procréât à vingt-cinq et que l'on s'installât dans sa vie à trente : liberté nous est offerte de rejouer à tout âge nos vies affectives, conjugales, familiales et professionnelles ! Liberté, certes, liberté nouvelle affranchie des normes d'âge et des codes de bonne conduite. Mais liberté également coûteuse psychiquement, qu'il s'agisse d'affronter les douleurs de la séparation, les crises du divorce, les affres du licenciement, les déstabilisations psychologiques qu'occasionnent les reconversions professionnelles ou les incertitudes multiples des existences postmodernes...

### L'anniversaire comme célébration de l'âge subjectif

Quoi qu'il en soit, fêter son âge à chacun de ses anniversaires revient autant à célébrer ses réussites et ses échecs au regard

de son âge chronologique qu'à continuer d'affirmer sa jeunesse subjective. Car on fête surtout son âge quand il est subjectivement vécu comme étant inférieur à l'âge chronologique. C'est cette tendance, dite de « rajeunissement d'âge subjectif », qui explique au moins autant que le besoin d'estime de soi ou de la quête narcissique l'actuel engouement pour les fêtes anniversaires. Mais cette tendance à se rajeunir, pour durable et dominante qu'elle soit au regard des durées croissantes de nos vies, finit toujours par succomber. À un deuil, une rupture, une perte, une catastrophe, un accident, un imprévu irrémédiable, un impondérable. À moins qu'un narcissisme suffisant et une bonne dose de résilience ne maintienne contre vents et marées la forte dose de confiance qui, seule, permet de se séparer sans succomber. C'est de cela dont parle la fête anniversaire : de séparation et de coupure, à commencer par celle du cordon ombilical. De même, les bougies sont elles allumées pour être soufflées, le gâteau confectionné

pour être partagé, le cadeau empaqueté pour que son ruban soit coupé, la chanson entonnée pour séparer la personne fêtée du chœur des convives. C'est dans ces dilemmes qu'avance la fête anniversaire : vivre ou mourir, capituler ou récapituler, expier ou jouir. C'est-à-dire craindre de se répéter (forme névrotique et pulsion de mort) ou aspirer à se reprendre (forme rédemptrice et pulsion de vie). C'est ainsi que l'âge que l'on fête n'est jamais celui que l'on a : la fête anniversaire sur-affirme l'âge subjectif au regard de l'objectivité apparente de celui d'état civil.

### Les fonctions du rituel de l'anniversaire

Mais à quoi peut donc bien servir cette fameuse fête anniversaire, en apparence aussi banale qu'anodine ? Et pourquoi accordons-nous aujourd'hui tant d'importance à fêter son âge à tout âge, en toutes circonstances et de multiples manières ? Trois réponses viennent immédiatement à l'esprit. D'abord, l'anniversaire est un prétexte parmi d'autres à faire la fête, une de ces occasions de convivialité dont nous avons tellement besoin en nos sociétés dépressives. Ensuite, l'anniversaire est une excellente raison d'acheter, de dépenser et de consommer, qu'il s'agisse des cadeaux ou des dépenses festives, dont la culture marchande qui est la nôtre s'est évidemment emparée. Enfin, le rituel anniversaire constitue une sorte de microrite substitutif aux grands rites de passage d'autrefois, qui faisaient changer de statut à certaines échéances d'âge (communion, mariage, conscription, diplômes). Sans oublier que la culture générationnelle a favorisé, jusque dans les années 1960, les bals et banquets « de la classe » de conscription. Au contraire de l'anniversaire individuel personnalisé, ceux-ci accompagnaient l'avancée en âge sur un mode collectif, puisqu'une même génération avançait alors du même pas au fil des ans.

### Les interférences entre anniversaires et âge subjectif

Le rituel anniversaire prend alors également des dimensions psychologiques. Ainsi, si le retour annuel de la date anniversaire de naissance peut être à l'origine de questionnements existentiels et de tournants ou bascules de vie, les fêtes anniversaires ont pour vertu ou, du moins, pour visée, de corriger et rééquilibrer ces crises. C'est ainsi que, pour peu que la personne fêtée soit en bonne santé, qu'elle dispose d'un réseau relationnel et affectif porteur, qu'elle se

sente socialement intégrée et que sa date anniversaire de naissance ne coïncide pas avec la date d'un événement traumatique, les fêtes anniversaires s'avèrent consolidatrices de l'estime de soi, pourvoyeuses de narcissisme et compensatrices des pertes qu'inflige nécessairement l'avancée en âge adulte. Elles servent alors non seulement à cicatriser le fameux « traumatisme de la naissance », postulé par le psychanalyste Otto Rank dans les années 1920, dans lequel le cadeau d'anniversaire serait un objet substitutif à la perte du premier objet d'amour qu'est la mère. Le cadeau inscrit, par ailleurs, le fêté et ses hôtes dans la logique du don et du contre-don, dont le sociologue Marcel Mauss montra dans les années 1930 qu'elle est fondatrice de toute socialité. De plus, la fête anniversaire accompagne symboliquement les passages d'âge en une culture qui les confie à de multiples propédeutiques de l'accompagnement des transitions de la vie adulte. C'est ainsi que, confrontant l'âge subjectif à l'âge chronologique, la fête anniversaire réussie favorise l'assimilation psychique de son avancée en âge.

### Anniversaires au féminin, anniversaires au masculin

Pour autant, hommes et femmes réagissent différemment aux dates anniversaires et ne les fêtent pas de la même façon. Ainsi, les femmes sont souvent gardiennes vigilantes des dates, encore plus quand elles sont mères. L'oubli par une mère de l'anniversaire d'un de ses enfants est ainsi un signe diagnostique inquiétant. Chacun sait, par ailleurs, combien les femmes vivent mal que les hommes oublient leurs anniversaires. Le corps féminin est en effet relié au cyclique retour de date du fait du cycle menstruel. Mais si elles n'apprécient guère qu'on néglige leurs dates anniversaires, elles se contentent souvent de discrètes marques d'attention. Leur narcissisme est ailleurs, le plus souvent reporté sur les anniversaires de leurs enfants et petits-enfants. Les hommes abordent, au contraire, leurs dates anniversaires sur un mode narcissique. Ils aiment à cette occasion combattre par l'affirmation narcissique le passage du temps qu'ils vivent sur un mode plus linéaire que cyclique. Autrement dit, là où le féminin s'accommode de l'avancée en âge qui l'inscrit durablement dans le cycle renouvelé de la vie et de la mort, le masculin tend, au contraire, à défier les défis et les naufrages de l'âge. Il oppose tous les signes de sa puissance aux menaces d'impuissance que l'âge véhicule. Enfin, il semble que le féminin apprécie la surprise anniversaire plus que le masculin,

même si tout anniversaire réussi suppose une surprise, métaphore des bonnes ou mauvaises surprises que réservent les années à venir : invitée surprise, cadeau surprise, *surprise party*.

### Le changement de dizaine

Hommes et femmes n'en privilégient pas moins toujours les anniversaires qui les font changer de dizaine : trente ans, quarante ans, cinquante ans, etc., comme si ces changements de dizaine venaient condenser d'un coup toutes les années écoulées. L'âge subjectif progressant moins vite que l'âge chronologique, les dizaines d'années sonnent pour les deux sexes comme les douze coups de minuit des contes de fée : un rappel à l'ordre, une réalisation du temps qui passe, l'urgence d'une décision à prendre. On sait que, du côté masculin, ces décennies sont au principe du démon de midi, de l'andropause et du déficit androgénique lié à l'âge (DALA), autrement dit de la tentation d'aller conquérir une nouvelle compagne plus jeune. On sait moins que, du côté féminin, la ménopause, d'une part, le syndrome du nid vide, d'autre part – c'est-à-dire le départ des enfants de la maison –, occasionnent des questionnements similaires, mais vécus sur un autre mode. C'est pourquoi changer de décennie à l'âge adulte n'est jamais anodin. Soit que cette décennie atteinte condense les années écoulées depuis la précédente avec ses heurts et ses tracas, soit qu'elle se fasse annonciatrice de tourments vraisemblablement à venir, soit encore qu'elle exige et impose un temps de pause et de bilan. Si, depuis saint Augustin jusqu'à la Renaissance, les caps d'âge furent ceux des sept ans, dont survit encore l'âge de raison à sept ans et, jusqu'en 1974, la majorité à vingt et un ans, seuls subsistent maintenant les jubilés de cinquante ans issus de la tradition judéo-chrétienne, pour lesquels sept cycles de sept ans accomplis (soit quarante-neuf ans) faisaient de la cinquantième année celle de l'accomplissement. Mais la décimalisation imposée par la Révolution française s'étendit aussi aux âges de la vie, conférant un fort impact psychologique aux changements de dizaine, même quand ils sont en quelque sorte fêtés par avance (grande fête à quarante-cinq ou quarante-huit ans plutôt qu'à cinquante).

### Conclusion : vers une psychologie des âges de la vie

Comment, dès lors, restituer à la psychologie sa fonction de repérage des crises d'âge, si ce n'est en lui restituant

sa fonction compréhensive ? Il faut, pour ce faire, abandonner toute attitude « stadi-  
 diste », c'est-à-dire référée aux normes  
 d'âge chronologique, au profit d'une lec-  
 ture plus fluide qui prenne en compte l'âge  
 subjectif. L'actuel engouement dont l'an-  
 niversaire de naissance fait l'objet n'est-il  
 pas, dès lors, révélateur de l'aspiration à  
 interpréter son âge à sa manière et s'en  
 faire en quelque sorte le héros, quel que  
 soit le nombre des années vécues et celui  
 de celles restant à vivre (Heslon, 2008) ?  
 Le moment semble ainsi venu de passer  
 de la psychologie du développement du  
 siècle dernier, ou *life-span psychology*, à  
 une psychologie des âges de la vie plus  
 actuelle, qui abandonne les stades, éta-  
 pes, cycles et crises de la vie adulte à des  
 âges normalisés au profit d'une prise en  
 compte des mouvements de l'âge sub-  
 jectif tour à tour inférieur, égal, voire  
 supérieur à l'âge d'état civil. L'analyse des  
 pratiques anniversaires et des réactions  
 individuelles à certains chiffres d'âge et à  
 certaines dates anniversaires remplace-  
 rait alors le découpage de la vie adulte en  
 tranches d'âge standardisées qui ne cor-  
 respondent plus aux réalités des avancées  
 en âge contemporaines. En outre, prenant  
 acte de l'actuel paradoxe des maturités,  
 une telle psychologie des âges de la vie  
 ne raisonnerait plus tant en termes de  
 maturation au fil de l'âge qu'en termes  
 de devenir existentiel. Elle rendrait alors  
 mieux compte des aléas des vies adultes  
 d'aujourd'hui, des différences entre fem-  
 mes et hommes de ce point de vue et des  
 conséquences de l'âge subjectif sur les

conduites et choix de vie, conséquences  
 maintenant plus grandes dans les vies  
 affectives, familiales, conjugales et profes-  
 sionnelles que celles des critères de l'âge  
 d'état civil. Une telle approche viendrait en  
 outre guider les multiples pratiques d'ac-  
 compagnement des transitions de la vie  
 adulte d'aujourd'hui, thérapies, coaching,  
 conseils et médiations sur lesquelles Jean-  
 Pierre Boutinet et Gaston Pineau (2007)  
 invitent à se pencher. Cette psychologie  
 des âges de la vie serait enfin à même de  
 saisir les tensions et décalages entre hor-  
 loge biologique, agenda de la vie socio-  
 professionnelle et « calendrier intime »,  
 au sens de Bernice Neugarten (1996). Car  
 ce sont ces tensions et ces décalages qui  
 sont à l'origine des errements et des crises  
 existentielles, conjugales ou profession-  
 nelles que vivent les adultes contempo-  
 rains entre :

- les temporalités du corps (désir d'en-  
 fant, ménopause, difficultés sexuelles,  
 signes précurseurs du vieillissement) ;
- celles de l'environnement social avec  
 ses contraintes croissantes d'urgence,  
 de rapidité, de simultanéité et d'hypo-  
 thèque de l'avenir (qui soumet l'adulte  
 d'aujourd'hui au sentiment de toujours  
 manquer de temps) ;
- et celles du calendrier intime dont  
 chacun se dote, au fur et à mesure, qu'il  
 avance en âge (aspiration à mener à bien  
 certains projets ou voir aboutir certaines  
 espérances avant qu'il ne soit trop tard,  
 c'est-à-dire avant d'être rattrapé par l'âge  
 du corps). ■

## Bibliographie

**Ancelin-Schützenberger A., 1993,** *Aïe, mes aïeux !*, Bruxelles, Desclée de Brouwer.

**Boutinet J.-P., Pineau G. (sous la direction de), 2007,** *Penser l'accompagnement adulte. Ruptures, transitions, rebonds*, Paris, PUF.

**Deschavanne E., Tavoillot P.-H., 2007,** *Philosophie des âges de la vie*, Paris, Grasset.

**Etxebarria L., 2001,** *De l'amour et autres mensonges*, Paris, Denoël, 2003.

**Grimbert P., 1999,** *Pas de fumée sans Freud. Psychanalyse du fumeur*, Paris, Armand Colin.

**Guiot D., 2001,** « Tendances d'âge subjectif : quelle validité prédictive ? », *Recherches en application et marketing*, 16 (1) : 25-43.

**Heslon C., 2008,** *Accompagner le grand âge*, Paris, Dunod.

**Heslon C., 2007,** *Petite psychologie de l'anniversaire*, Paris, Dunod.

**Heslon C., 2005,** « Anniversaires et bascules de vie : entre incidence et coïncidence », *Chemins de formation*, 8 : 48-55.

**Houde R., 1999,** *Les Temps de la vie. Le développement psychosocial de l'adulte*, Montréal, Gaëtan Morin.

**Hilgard J., 1953,** « Anniversary Reactions in Parents Precipitated by Children », *Psychiatry*, 16 : 73-80.

**Johnston W., 1993,** *Postmodernisme et bimillénaire. Le culte des anniversaires dans la culture contemporaine*, Paris, PUF.

**Lebrun F., 1987,** *Le Livre de l'anniversaire*, Paris, Robert Laffont.

**Neugarten B., 1996,** *The Meanings of Age*, Chicago, Chicago University Press.

**Schmitt J.-C., 2007,** « L'invention de l'anniversaire », *Annales, histoire, sciences sociales*, 62 (4) : 793-838.