

---

## Souffrir la perte de ses capacités: une expérience dévoilant la nature paradoxale de l'existence humaine

---

Alain Dubois  
Jimmy Ratté  
*Université Laval*

---

### RÉSUMÉ

L'article propose de comprendre la personne vivant la perte de ses capacités à partir d'une perspective existentielle. Il part tout d'abord du désir de l'être humain de vivre en niant l'existence de sa vulnérabilité, en référence au concept du projet d'immortalité de Becker (1973). Par la suite, l'expérience inévitable de la finitude est présentée comme une remise en question, un bouleversement de cette illusion d'invulnérabilité. Privée de la protection de cette manière habituelle de concevoir et d'interagir avec le monde, la personne a accès à la nature paradoxale de son existence (Schneider, 1999). Ce processus de dévoilement se manifestant par des expériences formulées en des termes contradictoires est à la fois une source de détresse et de développement.

### ABSTRACT

The article proposes an understanding of an individual's experience of loss of capacity from an existential perspective, starting from the human desire to live in denial of the existence of vulnerability, referring to the concept of Becker's immortality project (1973). The inescapable experience of finitude is then presented as a kind of questioning, often drastic, of the illusion of invulnerability. Deprived of the protection of the usual way of conceiving and interacting with the world, the individual gains access to the paradoxical nature of existence (Schneider, 1999). The revelation process manifests itself in experiences described in contradictory terms, both as a source of distress and of development.

La souffrance nous confronte à des aspects de l'existence auxquels nous accordons habituellement peu de place dans notre vie quotidienne. En effet, souffrir est considéré pour la grande majorité d'entre nous comme une expérience exceptionnelle qu'il est possible idéalement d'éviter ou de contrôler dans le pire des scénarios. Une telle attitude nous conforte dans la possibilité de mener une vie satisfaisante qui dépend d'une certaine manière des conséquences de nos décisions et de nos actions.

L'accompagnement d'une personne souffrant la perte de ses capacités nous montre cependant une toute autre histoire. Qu'elle soit confrontée à des handicaps, à la maladie, ou à d'autres types de changements brutaux imposés par des événements traumatiques, cette dernière nous dévoile la vulnérabilité inhérente à l'existence humaine. La relation d'accompagnement auprès d'une personne ayant à vivre de telles épreuves devient alors un lieu privilégié de sensibilisation avec une dimension négligée de l'existence humaine, une occasion de plonger dans l'expérience souffrante de confrontation à la finitude.

Afin de poser des repères conceptuels pouvant guider notre exploration, l'article proposera de comprendre la personne qui vit de tels deuils à partir d'une pers-

pective existentielle. La première partie abordera le conflit entre la vulnérabilité fondamentale de l'être humain et son désir de se protéger de celle-ci en la niant. La seconde traitera de l'expérience de la souffrance comme une remise en question souvent drastique des moyens de protection mis en place par la personne. La troisième partie explorera les aspects paradoxaux de l'existence humaine qui sont dévoilés par l'expérience de la souffrance.

LE PROJET D'IMMORTALITÉ :  
UNE NÉCESSAIRE PROTECTION CONTRE LA SOUFFRANCE

S'inspirant de la philosophie existentielle européenne, la psychologie existentielle place les dimensions tragiques de l'existence au cœur de la compréhension de la personne humaine (Deurzen-Smith, 1997; May, Angel, & Ellenberger, 1958; Schneider & May, 1995; Yalom, 1980). Heidegger (1927/1986), un précurseur de cette perspective en psychologie et en counseling, rappelle que la vie humaine se terminera inexorablement par la mort; elle tend vers la mort. Bien que cela soit l'une des rares certitudes de l'existence, la mort occupe généralement peu de place dans les préoccupations humaines. C'est là le point de départ de la réflexion de l'anthropologue américain Ernest Becker : l'être humain est l'une des rares créatures vivantes à être consciente de sa propre mort, pourtant il vit néanmoins son existence quotidienne non seulement en négligeant, mais surtout en niant, sa nature mortelle (Becker, 1973). Cela est possible, selon lui, grâce à la construction d'un monde symbolique qui a pour fonction de protéger l'humain de la conscience quotidienne de sa finitude.

Becker (1973) voit ainsi la personne humaine comme cherchant à oblitérer sa vulnérabilité de sa conscience, et cela, dès son enfance. En effet, le très jeune enfant est confronté à des expériences comme la douleur, l'insatisfaction, et la frustration, et ce, malgré le désir de ses parents de le protéger de la souffrance. De plus, le jeune enfant vit dans un état de dépendance vis-à-vis de ses parents : il a besoin de leurs soins pour réduire à tout le moins l'inconfort lié à l'expérience de sa vulnérabilité. De ce fait, la relation de l'enfant à ses parents est colorée par un espoir de soulagement : à défaut de se sentir puissant, il les idéalisera et les verra puissants.

Interprète contemporain de la pensée de Becker, Liechty (1995, 2005) insiste sur la réinterprétation de la notion de transfert à partir de ce pouvoir de protéger de la souffrance que le jeune enfant attribue à ses parents. Cet auteur redéfinit la notion d'objet transférentiel en référence à cette réalité relationnelle entre l'enfant, ses parents, et la souffrance potentielle liée à la vulnérabilité humaine. Selon Liechty, les premiers objets relationnels—les parents ou leurs substituts—sont des personnes investies du pouvoir illusoire de protéger de la souffrance, de l'anxiété, et, par le fait même, de toute expérience symbolisant la vulnérabilité et la fragilité. L'enfant se développant sur le plan de sa capacité à symboliser son expérience, il lui devient possible de généraliser ce pouvoir protecteur à d'autres personnes. Les « objets transférentiels » incluent alors graduellement toutes personnes pouvant

le rassurer et, plus particulièrement, les figures d'autorité sociale proposant des manières d'agir réduisant l'aléatoire de différents aspects de l'existence. Le mouvement vers des objets qui symbolisent la protection se poursuivant, ce sont peu à peu les institutions sociales et les cultures balisant la compréhension du monde qui sont investies du pouvoir protecteur attribué initialement aux objets parentaux. Il est dès lors question des règles de vie d'abord présentes dans la famille, des prescriptions régissant les milieux de vie (e.g., morale, lois), des principes régulant la vie en société, et des institutions religieuses symbolisant la stabilité, même après la mort (Liechty, 1995, 2005).

Selon Becker, le développement d'une conception de soi et du monde stable s'élabore ainsi à partir de deux dimensions fondamentales. D'une part, cette conception tire son origine d'une dimension incarnée, habitée par les émotions et les besoins de la personne, lui rappelant du même coup sa nature mortelle et limitée. D'autre part, l'homme possède une dimension symbolique, se voulant immortelle, dont le développement dépend à la fois d'élaborations cognitives et de construits culturels (Becker 1964, 1969, 1973). La conception de soi et du monde émerge ainsi des relations significatives englobant, d'une part, le sentiment de vulnérabilité de la personne et intégrant, d'autre part, des objets transférentiels porteurs d'un pouvoir protecteur symbolique. Selon Becker (1964, 1973) et ses écrits regroupés dans Liechty (2005), « l'estime de soi » est la manifestation affective, chez la personne humaine, de la reconnaissance d'une participation au monde symbolique assurant une protection : être un membre reconnu d'un groupe social donné correspond à être « un bon citoyen », « un bon pratiquant », ou « un bon travailleur ». De plus, détenir un rôle social a pour fonction de rehausser l'estime de soi.

Ce serait justement la dualité fini et infini, corporel, et symbolique de l'homme qui présiderait à l'élaboration d'une conception de soi et du monde qui met en place les bases du déni de la fragilité humaine. Cette thèse de Becker (1973) repose sur l'importance grandissante de l'identification de la personne aux objets transférentiels, une fois devenue adulte. Ainsi, pour l'adulte humain, la conception de soi et du monde fait référence à des croyances valorisées dans un contexte culturel donné. Becker prend en considération des ensembles sociaux en interrelation comme la famille, l'ethnie, et la nationalité. La configuration des croyances inhérente à un sous-groupe social forme ainsi un univers symbolique qui donne un sens aux actions. Associées à l'illusion d'une protection contre la finitude, ces croyances deviennent les constituants d'un *projet d'immortalité*. Ce construit, mis de l'avant par Becker (1973), réfère à un ensemble de valeurs et de manières d'agir et de penser portant l'espoir d'une « bonne vie », d'une vie dans laquelle il est possible de dominer les dimensions aléatoires de l'existence, celles qui seraient potentiellement dangereuses, en édifiant et en partageant l'illusion que ces croyances sont les meilleures et qu'elles assurent une forme d'immortalité.

Selon Becker (1973), le projet d'immortalité définit un héroïsme quotidien valorisant l'impression d'être en contrôle de sa vie par ses actions et ses interprétations de ce qui doit advenir. La personne se représente alors sa dimension incarnée et

vulnérable comme une matière pouvant être domestiquée, pour ne pas dire arraisonnée. La maladie et ultimement la mort deviennent des incidents contrôlables qu'elle soumet aux règles porteuses d'une illusion d'invulnérabilité. La personne reconnaît certes rationnellement l'existence de la souffrance et de la mort, mais il lui est possible de vivre sans être envahie par l'angoisse du surgissement inopiné et aléatoire des manifestations de la finitude de la condition humaine. La mort et la souffrance n'existent en quelque sorte que pour ceux qui ne partagent pas le même projet d'immortalité, ce qui a pour effet d'assurer un clivage complet avec l'expérience de l'arbitraire de la vie (Liechty, 2005).

Considérant les racines culturelles du projet d'immortalité, le conformisme idéologique est le prix à payer pour entretenir l'illusion de la protection contre l'angoisse liée à la fragilité humaine. Becker (1973) conçoit que le contenu du projet d'immortalité émerge des interactions de la personne avec différents objets transférentiels, que ceux-ci soient des personnes significatives ou des institutions. Que ce soit dans ses représentations concrètes (c.-à-d., héritage, progéniture, legs à sa descendance) ou dans ses représentations symboliques (c.-à-d., rédemption, réincarnation, ascension de l'âme), l'immortalité est une notion baignant dans une idéologie donnée. Ainsi, faire partie d'un groupe social, ou d'une culture, constitue une forme d'identification à un ensemble plus grand que soi. Au mieux, cette identification sert de base à l'entraide soutenant la protection du tissu social reliant les individus. Au pire toutefois, cette identification conduit à l'intégrisme, à l'intolérance pour ce qui est différent, et à la guerre pour assurer l'hégémonie d'une idéologie. En effet, ce qui menace cette dernière représente aussi une menace pour le sentiment de sécurité qu'elle procure. Comme nous le verrons dans la prochaine partie, perdre des capacités fonctionnelles prises pour acquises, comme la marche par exemple, représente un bouleversement du projet d'immortalité puisque ce type d'expérience rappelle l'impossibilité de se prémunir contre l'aléatoire de la vie.

#### SOUFFRIR : UNE EXPÉRIENCE DE REMISE EN QUESTION

En s'appuyant sur son projet d'immortalité, la personne humaine est ainsi peu préoccupée par sa vulnérabilité. Elle a des repères stables pour interpréter les différents événements qui surviennent dans sa vie, ainsi que des règles implicites guidant sa conduite, ce qui lui procure un sentiment de maîtrise de son existence. Mais, tôt ou tard, tout humain vivra des expériences de souffrance qui mettront en évidence que son projet d'immortalité est à tout le moins une généralisation excessive, sinon une illusion. Selon la théorie de la gestion de la terreur (Greenberg, Pyszczynski, & Solomon, 2002 ; Solomon, Greenberg, & Pyszczynski, 2004), de telles expériences risquent fort, dans un premier temps, d'alimenter des réactions défensives visant à procurer le retour d'un sentiment de protection contre l'aléatoire de l'existence. Ces psychologues sociaux observent, dans leurs recherches empiriques visant à valider les thèses de Becker, que la personne cherche à maintenir sa conception de soi et du monde dans de telles situations de confrontation, en

s'identifiant encore davantage aux modèles culturels intériorisés. De plus, moins bonne est leur estime de soi, plus l'angoisse provoquée par la prise de conscience de leur vulnérabilité est bouleversante. En se basant sur ces observations, il n'est pas surprenant de constater l'importance des résistances dans le processus de réadaptation des personnes ayant soit à intégrer un handicap soit à assimiler la révélation d'une maladie dégénérative (Livneh, 2001). Affirmer leurs convictions, s'ancrer dans une vision de soi et du monde inchangée, même quand les bouleversements sont drastiques, constitue une manière fréquente d'essayer de se protéger d'un trop grand sentiment de vulnérabilité.

Janoff-Bulmann (1992) suggère que la remise en question des fondements de la conception de soi et du monde caractérise pourtant l'expérience traumatique. Celle-ci ébranle les postulats fondamentaux de la personne, lesquels agissent dans l'organisation de son expérience et maintiennent normalement un sentiment de cohérence. Ainsi, ces postulats sont ébranlés à la suite du choc procuré par un événement traumatique. Ce dernier révèle du même coup la nature relative de leur efficacité pour protéger contre la souffrance de la vie. Janoff-Bulmann identifie trois grands postulats fondamentaux, vécus selon différentes variantes individuelles :

1. *La croyance dans la bienveillance du monde.* Ce premier postulat fondamental sous-entend une vision du monde comme étant un endroit sûr, habité par de bonnes personnes, ne représentant habituellement pas un danger pour sa sécurité.
2. *Le lien entre les actions des personnes et leurs conséquences.* Il s'agit en quelque sorte d'une impression de justice et de juste rétribution à la suite d'actions jugées adéquates par la personne concernée. Cette impression repose sur des balises fournies par les institutions sociales et religieuses.
3. *La confiance de la personne en ses moyens pour faire face aux exigences de la vie.* Ce dernier grand postulat implique qu'une personne considère généralement avoir les ressources pour faire face aux difficultés qu'elle rencontrera. Cette certitude est d'ailleurs conçue comme la base de la confiance en soi.

Si nous revenons à l'expérience de la personne subissant un traumatisme, nous pouvons constater que ces grands postulats sont brutalement remis en question. Comment la personne peut-elle croire en la bienveillance du monde lorsque la souffrance devient le centre de sa vie? Quelle impression de justice subsiste devant l'aléatoire des événements qui sont à la source de cette expérience de souffrance? Comment la personne peut-elle avoir confiance en ses moyens lorsqu'elle se sent dépassée et impuissante malgré toutes ses tentatives de recréer l'illusion du contrôle de sa vie?

La souffrance inhérente à la situation de handicap acquis place donc la personne en situation de crise en raison de la perte drastique du sentiment de sécurité sur lequel se fondait sa vie quotidienne (Janoff-Bulmann & McPherson Frantz, 1996). Ce contexte de vie particulier exigera de redéfinir ses repères. Ces derniers devront tenir compte des aspects imprévisibles de l'existence. La personne s'engagera ainsi dans un processus de reconstruction d'un sens de soi impliquant nécessairement la déconstruction de l'illusion d'invulnérabilité (Janoff-Bulmann

& Yopyk, 2004). Comme nous le verrons, cette démarche identitaire impliquera toutefois une oscillation entre l'exacerbation du sentiment de finitude, conduisant à la dépression, et le retour de l'impression d'invulnérabilité ancrée dans la négation de la finitude.

SOUFFRIR : UNE EXPÉRIENCE DE DÉVOILEMENT DE  
LA PARADOXALITÉ DE L'EXISTENCE HUMAINE

Privée de la sécurité procurée par une vision d'elle-même et du monde constituant son projet d'immortalité, la personne vivant des pertes de capacités entrevoit dorénavant les événements de son existence à partir d'une perspective dont les fondements sont ébranlés. Elle est dans une situation qui lui dévoile abruptement sa finitude humaine. Les tentatives de retour à l'état antérieur sont vaines, ou à tout le moins d'une efficacité insuffisante, pour reprendre sa vie « comme avant ». Compte tenu de la perte de repères significatifs, l'expérience de soi va d'abord se développer sous la forme de dimensions vécues comme contradictoires, bien que celles-ci soient des manifestations d'une réalité humaine fondamentale. Ceci a d'ailleurs pour effet de susciter une angoisse existentielle importante (May, 1977). L'expérience de l'impossibilité de maîtriser son destin selon des critères définis socialement qui procure à la personne un sentiment d'effcience place en effet celle-ci au cœur d'aspects paradoxaux généralement occultés en d'autres temps de sa vie.

Selon Schneider (1999, 2002, 2004) et Schneider et May (1995), l'existence humaine est une réalité complexe dont les différentes manifestations ne peuvent se réduire à une compréhension s'appuyant sur des conventions sociales. Ces façons conventionnelles de se représenter l'existence, pouvant être associés au projet d'immortalité de Becker (1973) dont il a été question auparavant, suggèrent des manières adaptées pour répondre aux demandes de son milieu de vie. La personne en tire ainsi un sentiment de sécurité donnant l'impression que ces modes de représentations sont véridiques. Or, la plongée dans la subjectivité laisse entrevoir la complexité de l'existence humaine dépassant les catégories cognitives qui balisent l'expérience quotidienne (Schneider, 1999, 2004). Des expériences d'ordinaire contradictoires s'intègrent dans un tissu expérientiel dont les composantes sont entrelacées, ce qui rend impossible de les disjoindre sans perdre leur unité organique. Prenons l'exemple des témoignages de personnes confrontées au cancer, la menace de leur lien à la vie est porteuse d'une expérience de perte et de désespoir, mais aussi d'une redécouverte d'un sens de la vie potentiellement revitalisante.<sup>1</sup>

Aborder l'existence humaine sous l'angle de la paradoxalité est une invitation à dépasser ces contradictions apparentes, malgré l'inconfort que cela suscite fréquemment (Schneider, 1999, 2004). Une telle préoccupation n'est pas nouvelle. Déjà au milieu du 19<sup>ième</sup> siècle, Kierkegaard (1949) invitait ses contemporains non seulement à critiquer une compréhension de l'existence humaine en fonction de repères valorisés culturellement, mais aussi à s'arrêter à l'unité des contradic-

tions pour mieux la comprendre. « La santé n'est-elle pas en somme la pouvoir de résoudre le contradictoire? » écrivait d'ailleurs Kierkegaard (1949, p. 105).

Schneider (1999) a traduit cette réflexion sur la paradoxalité de l'existence humaine dans des termes contemporains et psychologiques. Afin de décrire concrètement la complexité de ce phénomène, il met notamment l'emphase sur deux expériences fondamentales recoupant les modèles de d'autres auteurs. La personne humaine est alors comprise à partir de l'imbrication de ces deux expériences, la contraction et de l'expansion.

La « contraction » (Schneider, 1999, 2002; Schneider & May, 1995) est l'expérience fondamentale d'être petit, vulnérable, et dépassé par les forces de la vie et du destin. Elle se manifeste dans l'impuissance face à une situation, comme dans l'humilité de saisir les limites de sa condition (Schneider, 2004). La rigidité et la sclérose en sont les manifestations extrêmes. Au plan relationnel, la contraction apparaît dans diverses formes d'effacement de soi-même au profit de l'autre personne, ouvrant tout autant à la dépendance qu'à la compassion. Sur le plan de la motivation, la contraction prend la forme de la quête d'organisation, de stabilité, et de sécurité. Ancrée dans sa vulnérabilité, la personne recherche une structure et un soutien constants.

La contraction peut prendre plusieurs formes chez la personne confrontée à des limitations fonctionnelles significatives et persistantes. L'impuissance face à la douleur, le désespoir, et la peur de ne pas s'en sortir en sont de bons exemples. La personne en contraction est souvent accompagnée par l'impression d'être dépassée, sans recours face aux forces de l'adversité. Une telle posture l'amène à chercher constamment de l'aide et à s'accrocher à l'autre dans l'espoir qu'il puisse mettre fin à ses tourments. La contraction peut toutefois montrer une couleur plus adaptative. Par exemple, souffrir fait émerger le besoin de prendre un temps d'arrêt, une posture de retour à soi-même qui peut favoriser éventuellement un changement dans le rapport à la vie. Très ancrée dans sa vulnérabilité, une personne peut ressentir la nécessité de se refermer sur elle-même; mais ceci peut également préparer ou accompagner un changement profond dans son être entier.

L'« expansion » (Schneider, 1999, 2002; Schneider & May, 1995) est au contraire l'expérience fondamentale de se sentir grand, invulnérable, et en contrôle des forces de la vie et du destin. Elle se retrouve tant dans le sentiment de pouvoir et de puissance que dans la fierté d'avoir réussi un défi ou d'avoir dépassé ses limites. Le chaos et la désorganisation en sont les manifestations extrêmes. Au plan relationnel, l'expansion apparaît dans l'affirmation de soi et l'attention portée à ses propres besoins et désirs de façon égocentrique. Cette posture relationnelle peut aller jusqu'à la négation de l'autre et, par conséquent, à son exploitation comme un objet. Sur le plan de la motivation, la polarité expansive se manifeste par la quête de dépassement, de mouvement, et de nouveauté. Ancrée dans le besoin de se développer, la personne recherche la découverte, l'aventure, et le changement.

Quelles sont les manifestations plus concrètes de l'expansion chez la personne vivant des pertes fonctionnelles? Sans faire une liste complète et exhaustive, il est possible de relier l'expansion aux réactions agressives comme à l'attitude combative

dans laquelle certains expriment que l'adversité n'aura pas le dernier mot. Il est aussi question de l'engagement dans différentes activités en « faisant comme si » la souffrance n'existait pas. Réagissant ainsi, la personne risque de se perdre, de s'éparpiller dans différentes activités dont le seul but souvent implicite est d'alimenter un sentiment de contrôle, même si celui-ci est illusoire. L'un des potentiels adaptatifs notables de l'expansion toutefois est la découverte de nouveaux aspects significatifs dans la vie, qui étaient jusqu'alors négligés en raison des différentes préoccupations quotidiennes. Ainsi, la perte de capacités chez certaines personnes peut porter à goûter davantage à certaines expériences de la vie.

Privée des repères culturels habituels pour baliser son expérience, perte souvent vécue comme un événement traumatique comme nous l'avons exposée dans les deux premières parties de cet article, la personne est immergée dans son monde expérientiel. Elle vit alors intensément les tiraillements liés à l'alternance entre des expériences de contraction et d'expansion. Il lui est difficile, voire impossible, d'en arriver à une appropriation de son monde expérientiel selon des modes de compréhension conventionnels fondés sur une logique binaire qui ne laisse que fort peu de place à l'intégration de contradictions. Il n'est donc pas surprenant que l'une des deux polarités ressorte davantage de l'expérience de la personne lors de la confrontation à la finitude inhérente à son existence. Selon Schneider (1999), chaque individu développerait d'ailleurs l'une des deux polarités selon le parcours de son histoire, tout particulièrement en réaction à des expériences de souffrance, pour en faire une manière de se protéger de l'aléatoire de la vie. Identifiée exclusivement à la polarité de contraction, la personne se perd dans une impuissance la menant à la dépression. Se collant davantage au mode de l'expansion, elle s'égare au contraire dans une illusion de toute puissance et dans une activité quasi maniaque.

Toutefois, lorsque nous nous retrouvons projetés dans une expérience de vie qui suscite une souffrance intense potentiellement traumatique, le clivage entre les aspects paradoxaux de l'être—entre sa propension à la contraction ou à l'expansion—ne tient plus. La nécessité de la synthèse du contradictoire, évoqué par Kierkegaard, se pose alors concrètement dans la vie de la personne. Schneider (2004, 2005) propose d'ailleurs que l'ouverture de toute personne à la « paradoxalité » de son existence est une donnée obligée lorsque la vie se charge mystérieusement de nous confronter à notre être. Cette confrontation, quand elle a lieu, laisse apparaître les rigidités de notre manière d'être-au-monde ainsi que les angoisses qui lui étaient sous-jacentes. Mais du même coup, il devient possible de vivre un moment d'ouverture expérientielle, qui peut constituer une présence à soi sortant des contradictions et du clivage. Un « centre fluide » (Schneider, 2004) peut alors progressivement s'élaborer, intégrant des caractéristiques de la contraction et d'autres de l'expansion. Cette ouverture au paradoxal ne se décrirait du reste pas comme un état constamment possible.

La personne vivant la perte de ses capacités peut ainsi avoir accès à cette posture expérientielle, malgré la détresse inhérente à sa condition. Au-delà de la perte proprement dite, la plongée dans la paradoxalité peut devenir, souvent avec de

l'aide, l'opportunité de développer un nouveau regard sur son existence (voir à ce sujet l'article de Ratté, Caouette, Dubois, & Lesage dans ce numéro spécial). En favorisant et en supportant les moments où elle peut habiter les mouvements paradoxaux de son être, qui ne sont contradictoires que lorsqu'elle se défend, l'aidant pourra offrir à la personne souffrante d'intégrer ses pertes et de redéfinir d'une manière moins défensive ce qui constitue l'essentiel de sa vie. La personne ainsi accompagnée pourra alors développer, non sans difficulté et sans angoisse, une nouvelle perspective unifiant les différentes manifestations de son être-au-monde. Cette posture n'offre pas de certitude de bien-être comme le ferait un nouveau projet d'immortalité, mais plutôt l'opportunité de s'approprier son existence avec ses joies et ses malheurs, sans être en lutte avec soi-même et avec la vie.

#### CONCLUSION

L'article a mis en évidence une perspective existentielle pour mieux comprendre la personne ayant à souffrir la perte de ses capacités. Dépouillée de ses modalités habituelles de protection lui procurant l'illusion de la sécurité et de la stabilité, elle est alors dans une posture dévoilant la vulnérabilité de sa condition d'humain. Cette expérience particulière, s'accompagnant de beaucoup d'angoisse et de refus, comporte néanmoins un potentiel de dévoilement de son être.

En effet, la personne devant se réadapter à la suite d'un traumatisme, ou celle vivant des limitations fonctionnelles significatives et persistantes dues à une maladie dégénérative, est brutalement confrontée à la paradoxalité de l'existence humaine. Celle-ci était jusque-là occultée par sa manière habituelle d'être, que ce soit un style de vie organisé autour de repères valorisés socialement ou encore une identification rigide à la contraction ou à l'expansion. L'ouverture à la nature paradoxale de son existence requiert toutefois qu'elle plonge en elle-même, accompagnée, afin qu'elle découvre et intègre l'entière de son humanité. Ce faisant, elle ouvre une nouvelle avenue pour intégrer ses pertes et pour redéfinir son rapport à la vie.

#### Notes

1. Bien que cela aille à l'encontre du sens commun, les comptes-rendus de recherche rassemblés par Calhoun et Tedeschi (2006) montrent que le phénomène du développement à la suite d'une expérience désorganisée et souffrante va bien au-delà de la simple anecdote.

#### Références

- Becker, E. (1964). *Revolution in psychiatry*. New York : Free Press.
- Becker, E. (1969). *Angel in armor*. New York : George Braziller.
- Becker, E. (1973). *The denial of death*. New York : Free Press.
- Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G. (2006). *Handbook of posttraumatic growth*. Mahwah, NJ : Lawrence Erlbaum Associates.
- Deurzen-Smith, E. van (1997). *Everyday mysteries*. Londres : Routledge.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (2002). A perilous leap from Becker's theorizing to empirical science : Terror management theory and research. Dans D. Liechty (Éd.), *Death and denial* (pp. 3-16). Westport, CT : Praeger.

- Heidegger, M. (1986). *Être et temps* (François Vezin, trad.). Paris : Gallimard. (Original publié en 1927)
- Janoff-Bulmann, R. (1992). *Shattered assumptions*. New York : Free Press.
- Janoff-Bulmann, R., & McPherson Frantz, C. (1996). The loss of illusions: The potent legacy of trauma. *Journal of Personal and Interpersonal Loss, 1*, 133–150.
- Janoff-Bulmann, R., & Yopyk, D. J. (2004). Random outcomes and valued commitments : Existential dilemmas and the paradox of meaning. Dans J. Greenberg, S. L. Koole, & T. Pyszczynski. *Handbook of experimental existential psychology*. New York : Guilford Press, 122–138.
- Kierkegaard, K. (1949). *Traité du désespoir*. Paris : Gallimard.
- Liechty, D. (Éd.). (2005). *The Ernest Becker reader*. Seattle, WA : University of Washington Press.
- Liechty, D. (1995). *Transference and transcendence*. Northvale, NJ : Jason Aronson.
- Lievneh, H. (2001). Psychosocial adaptation to chronic illness and disabilities : A conceptual framework. *Rehabilitation Counseling Bulletin, 44*(3), 151–160.
- May, R. (1977). *The meaning of anxiety*. New York : Washington Square Press.
- May, R., Angel, E., & Ellenberger, H. F. (1958). *Existence*. New York : Simon and Schuster.
- Ratté, J., Caouette, L., Dubois, A., & Lesage, G. (2008). Dimensions fondant l'accompagnement de la personne souffrante en counseling et en psychothérapie : Résultats d'une recherche coopérative. *Canadian Journal of Counselling, 42*(1), 24–44.
- Schneider, K. J. (1999). *The paradoxical self* (2ième éd.). Amherst, NY : Humanity Books.
- Schneider, K. J. (2002). The paradoxical self: An expansive view of death anxiety. Dans D. Liechty, *Death and denial*. Westport, CT : Praeger, 85–91.
- Schneider, K. J. (2004). *Rediscovery of awe*. St. Paul, MN : Paragon House.
- Schneider, K. J. (2005). Biology and awe : Psychology's critical juncture. *The Humanistic Psychologist, 33*(2), 167–173.
- Schneider, K. J., & May, R. (1995). *The psychology of existence*. New York : McGrath-Hill.
- Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (2004). The cultural animal : Twenty years of terror management theory and research. Dans J. Greenberg, S. L. Koole, & T. Pyszczynski, *Handbook of experimental existential psychology* (pp. 13–34). New York : Guilford Press.
- Yalom, I. (1980). *Existential psychotherapy*. New York : Basic Books.

### Présentation des auteurs

Alain Dubois, M.A., est conseiller d'orientation et psychothérapeute accrédité. Il travaille en réadaptation socioprofessionnelle auprès des personnes accidentées et ayant des maladies dégénératives à l'Institut de Réadaptation en Déficience Physique de Québec. Il réalise actuellement un doctorat en counseling à l'Université Laval de Québec.

Jimmy Ratté, Ph.D., est psychologue, psychothérapeute, formateur en psychothérapie et professeur en counseling à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval, Québec, Canada. Il est aussi chercheur associé au Centre de recherche et d'intervention sur l'éducation et la vie au travail (CRIEVAT).

Correspondance aux auteurs Alain Dubois, <alain\_dubois@videotron.ca>, ou Jimmy Ratté, <Jimmy.Ratte@fse.ulaval.ca>.