Géroscopie

COUNTRY:France
PAGE(S) :46
SURFACE :92 %
FREQUENCY :Monthly

CIRCULATION :(12000)
AVE :2,99 K€
AUTHOR :Dr Gérard Ostermann

► 1 October 2026 - N°1

Page Source





Le silence au grand âge

Géroscopie vous propose un moment de réflexion pour vous permettre de faire « un pas de côté », et de souffler un peu, en cette période si agitée et stressante. Nous laissons la parole au Dr Gérard Ostermann, professeur de thérapeutique et psychothérapeute, auteur (Odile Jacob, Albin Michel, Dunod…).


Dr Gérard Ostermann

Dans un monde pressé de tout dire, le grand âge nous rappelle une vérité oubliée : le silence n'est pas un vide à combler, mais *une forme minimale du lien*. Auprès de la personne âgée, il devient *une langue à part entière*.
Le silence est pluriel. Il y a celui, paisible, du vieil homme assis près de la fenêtre, qui n'attend plus rien qu'une présence. Et celui, plus sourd, qui s'installe quand la mémoire se défait, quand les mots glissent et que demeure seul le regard. Là où la parole se retire, le corps prend le relais : la main qui cherche une main, la respiration qui s'accorde, la douleur persistante qui dit ce que la bouche ne peut plus formuler. Le symptôme devient présence adressée, une manière de rester en lien sans parole.

Le silence et le non-dit

Il faut distinguer le silence du non-dit. Le silence est habitable : on peut s'y tenir, y respirer ; il ouvre une clairière où le sujet demeure sans étouffement. Le non-dit, lui, est habité : il occupe, il envahit, il interdit parfois toute circulation. Dans les familles vieillissantes, il dessine souvent une zone interdite : le deuil jamais pleuré, la faute ancienne, l'absent dont on ne prononce pas le nom. Le temps s'y fige. Une famille « arrêtée » autour d'une perte non historicisée tourne en rond ; et le grand âge, en rapprochant l'échéance, ravive ces silences gelés.

Le temps suspendu

Car le silence est aussi une expérience du temps : la souffrance modifie le rapport au passé, au présent et à l'espace. Chez le sujet âgé, le passé envahit le présent, tandis que le futur se rétrécit. Le silence devient alors structure temporelle, organisant l'aujourd'hui autour d'un hier qui insiste. Le nommer – non l'événement, mais le silence lui-même – suffit parfois à remettre du mouvement là où tout semblait arrêté.

Une clinique du « ne pas forcer »

Reste l'essentiel : écouter. Auprès du grand âge, et plus encore aux portes de la mort, le silence n'appelle pas une levée, mais un soin du contexte. Cette clinique du ne pas forcer va à contre-courant des logiques gestionnaires de nos institutions. Elle invite aussi à reconnaître le silence des soignants épuisés : fatigue, lassitude morale, souffrance éthique parfois tue. Se taire auprès de la personne âgée, ce n'est pas l'abandonner : c'est lui signifier que sa parole, même rare, mérite encore du temps. C'est ne pas coloniser sa dernière histoire.
Il s'agit de laisser advenir plutôt que de provoquer.
Auprès de ceux dont les jours sont comptés, le geste le plus humain n'est pas toujours de rompre le silence, mais d'accepter de l'habiter ensemble. Le vieil âge nous l'enseigne avec douceur : il est des présences que seul le silence sait dire, et un dernier lien que nul mot ne remplace.

Dr Gérard Ostermann

All rights reserved