

Dans quel temps vit-on ?

Qu'est-ce qui a de l'importance, le présent, le passé, le futur ? Bien que seul le présent existe, on dit souvent que les générations qui nous ont précédé avant 1700 étaient tournées vers le passé : les ancêtres, la tradition, c'étaient la sagesse, l'époque idéale. Il fallait conserver autant que possible les règles de vie qui avaient fait leurs preuves : « Si c'était assez bon pour ton père, ce sera assez bon pour toi ». Dans un tel modèle la famille tourne autour du patriarcat. Notre époque est à l'inverse tournée vers le futur. Le monde idéal va venir, il faut l'inventer... Et ce sont les enfants qui le vivront. Il y a donc un gros investissement de notre société sur les plus jeunes. Si une civilisation peut être tantôt orientée vers l'arrière et tantôt vers le futur, ces fluctuations se produisent aussi au cours d'une vie.

Enfant, adolescent, jeune adulte

« Quand je serais grand je... » Pas de doute les plus petits imaginent le futur et ces projections dans la tranche d'âge suivante ne cessent pas avant qu'elle ne nous fasse plus rêver. Si les plus petits jouent beaucoup, l'école oriente progressivement les apprentissages vers l'acquisition de compétences pour la vie future plus que pour le plaisir présent. Chez l'enfant, l'éducation prépare l'adulte à venir. Le jeune adulte quant à lui tente de faire carrière, doit s'installer et débiter une famille. Il y a ainsi une pression pour « réussir » son futur et il a l'impression que tout se joue maintenant. D'ailleurs la société lui envoie le même message : « tout se joue à l'âge playschool » dit la publicité pour des jeux d'enfants... ou « fait du sport (ou tes devoirs), tu me remercieras plus tard ». Construire cet avenir désirable nécessite beaucoup d'efforts et génère du stress dans le présent. On peut dire que le présent est sacrifié à l'idée d'un futur idéalisé. L'anxiété des lycéens et des étudiants est telle que la société commence à s'en inquiéter.

Séniors

Vers 45 ans, les objectifs de réussites perdent de leur prépondérance. Les salariés quittent la recherche de performance au profit de l'humain. Fini de devoir faire ses preuves et souvent les enfants sont assez grands pour que le parent retrouve du temps pour lui-même. La réduction des perspectives permet souvent de plus profiter de ce qui nous entoure. Ainsi les séniors investissent plus dans les relations sociales, dans la vie locale et dans le présent.

Les personnes âgées

Lorsque les relations sociales s'amenuisent et que les capacités intellectuelles et physiques décroissent, certaines personnes vivent dans le souvenir de leur vie passée : Le temps du bonheur de leur jeunesse. C'est un refuge face à un futur qui ne fait pas envie et un présent qui apporte peu.

Les anomalies du temps

Le trauma

Lors d'un traumatisme, le temps est incorporé. Des années après l'évènement, évoquer le trauma ramène la personne à l'instant du drame. Les émotions surgissent comme si le temps n'était pas passé.

Le Burnout

Le burnout, ou épuisement, se produit lorsque la personne accélère toujours plus car elle ne trouve pas d'issue positive à sa situation mais qu'elle ne peut pas renoncer à lutter car son activité est importante. La personne en burnout est enfermée dans un présent et fonce dans le mur la séparant d'un futur désirable.

Conclusion

Il est habituel de dire « se tourner vers le futur » ou « se retourner sur son passé ». Et en France on a l'avenir devant soi et le passé derrière. Ailleurs, « devant » c'est le passé, car il s'est déroulé, il est donc visible. Le futur est dans notre dos, là où le regard ne porte pas, on ne peut donc pas le connaître. L'espace-temps est donc très variable, à nous de nous positionner selon nos valeurs et nos possibilités.

Nathalie Wienin – Psychologue du travail

<https://www.wienin.fr>