

# Formation et transitions liées à l'avancée en âge

---

**Nathalie Muller Mirza**  
**(Université de Genève)**

*Apprendre toute la vie, un enjeu de société*

**30 mars 2026 - Lausanne**

# Introduction

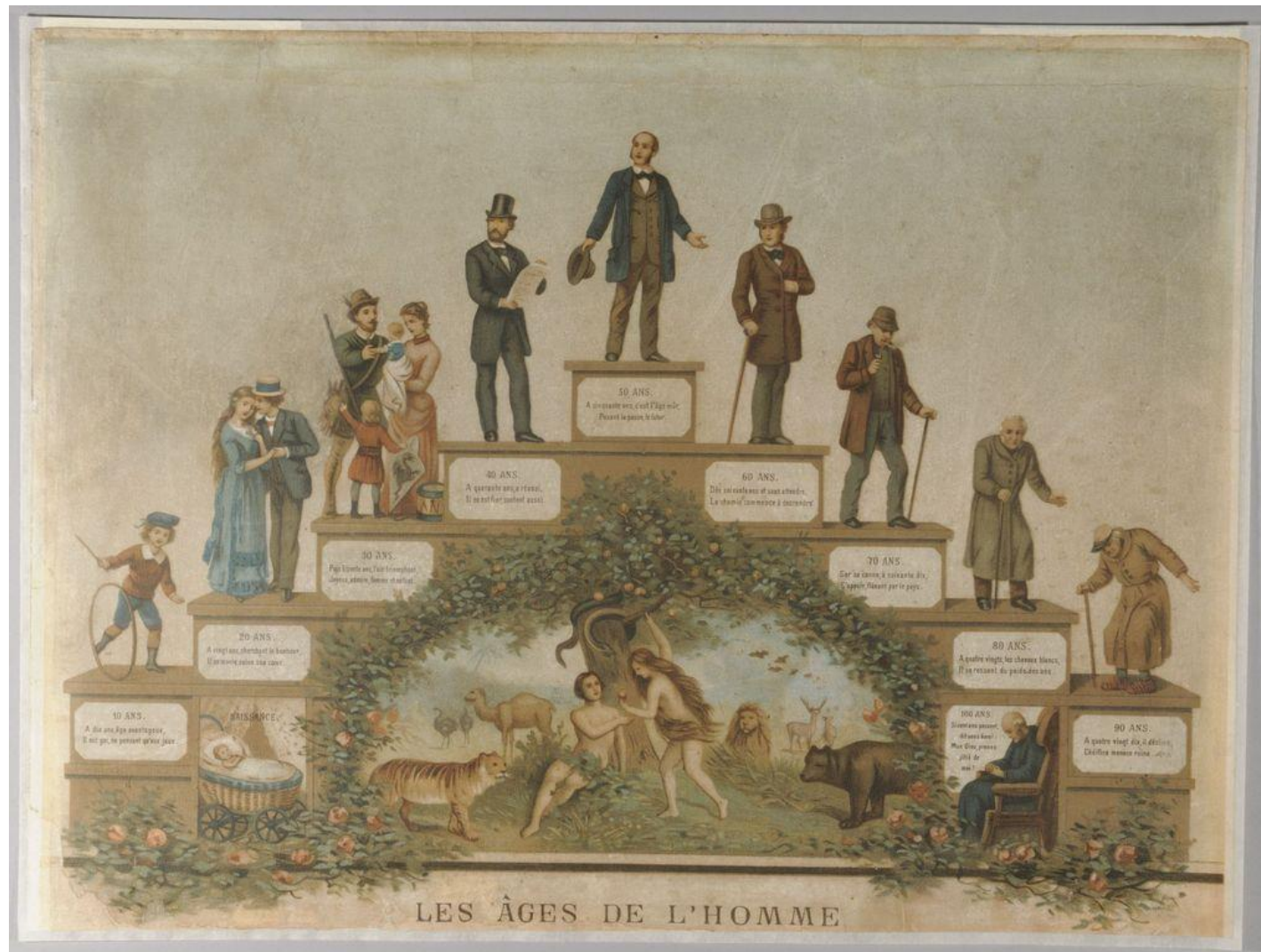
Formation, développement, apprentissage...

Une approche « psychosociale » ou  
socioculturelle en psychologie

Un intérêt pour les interstices...

# Des questions

- En quoi l'avancée en âge - et en particulier l'après-retraite - peut-elle être une période de développement et de formation, plutôt qu'un simple déclin ?
- Et quel sens profond prennent pour les personnes les occasions d'apprentissage et de développement ?



# Trois raisons (au moins) pour remettre en question cette représentation

1. Transformation démographique majeure (EVSI)
2. Une vision trop réductrice (médicale, économique, productivité)
3. La réalité est plurielle

# Proposition

- Sortir d'une vision décliniste
- Considérer la personne dans toutes ses dimensions
- Et surtout : **écouter les personnes concernées, leurs expériences vécues.**

# Une approche «socioculturelle en psychologie du développement et de la formation

Le développement se réalise:

- dans un **monde social**
- à travers des **relations**
- et à l'aide de **ressources** culturelles.

# Construire et donner du sens

- donner du sens à ce que l'on vit
- se sentir reconnu·e
- se sentir appartenir.

# Après la retraite?

Des spécificités:

- une richesse d'expériences accumulées
- un regard sur les transformations du monde
- et souvent, un rapport plus aigu de la finitude.

# L'expérience de transitions...

qui impliquent des remaniements (pertes et reconstructions):

- Sur le plan identitaire
  - *Qui suis-je maintenant ?*
- Sur le plan des savoirs
  - *Que faire de ce que j'ai appris ?*
- Sur le plan du sens de l'expérience
  - *Que vais-je faire de mon temps ?*

# La recherche VIVRA

**«Bien vivre sa retraite avec les autres... Engagements, compétences et qualité de vie à l'ère du lifelong learning»**

Quels sont les savoirs déployés (*compétences*) et quel rôle jouent ces compétences pour les personnes qui s'engagent comme bénévoles et leur bien-être et la société?

Fondation Leenaards (2019-23) « Prix qualité de vie 65+ »

- Vittoria Cesari Lusso
- Farinaz Fassa (Rq)
- Nathalie Muller Mirza
- Marion Repetti

+ collaborateur.trices

- Deux cantons (Vaud et Valais)
- 14 associations
- Plus de 100 participant·es
- Des entretiens; des focus-groups; des calendriers de vie...

*« Je me posais la question... en fait j'ai accumulé pendant un certain nombre d'années des compétences on va dire, pendant ma carrière, et est-ce que c'est nécessaire d'arrêter tout cela le jour J du départ à la retraite ? Et là j'ai trouvé que **c'était un peu dommage de mettre à la poubelle un ensemble de compétences** qui pourraient peut-être **profiter à d'autres**, ça c'était un peu l'objectif. Donc c'est pour ça que j'ai dit « bon je vais peut-être continuer dans le conseil, sur la gouvernance informatique, et utiliser peut-être les compétences que j'ai acquises pour **les partager**.*

- *Mon besoin vital c'est de continuer à **être utile**, c'est ça ! C'est comme ça que je me sens vivant, peu importe quelques ennuis de santé !*
- *Pour moi le plus important est que **l'engagement** ait de la valeur pas seulement pour moi, mais aussi pour les autres. L'aspect humain prime toujours.*
- *Avoir de la **reconnaissance** c'est formidable... rien que d'en parler j'ai les frissons.*
- *Le bénévolat me permet d'exister...*

# Des compétences

- inscrites dans une **trajectoire** biographique singulière qui leur donne sens (marquée par la naissance dans une famille qui autorise, nourrit, ou contraste l'engagement bénévole ; par des choix professionnels et de vie – mariage, enfants, etc. et par des valeurs qui sont perçues comme sous-tendant l'engagement bénévole) ;
- **tissées** dans un faisceau de compétences passées, en lien avec d'autres domaines d'expériences, mais rejouées selon le sens attribué par la personne à la situation, et
- **développées** et considérées comme « nouvelles », apprises et pas seulement mobilisées dans l'activité bénévole pendant la période de la retraite (*mélodie de la vie*).

# Un rôle fort: une quête de sens incarnée dans l'action

- se sentir concerné par le monde
- maintenir une continuité de soi
- transmettre
- créer
- appartenir.

# Les âges plus âgés...

Temps de remaniement, de réélaboration, de développement, et donc de formation au sens fort du terme

Se former à un âge avancé, ce n'est pas seulement acquérir de nouvelles connaissances.

C'est aussi chercher à répondre à des questions profondes :

*que faire de son temps? que faire de ce que l'on a appris ? comment rester relié aux autres ? comment continuer à se sentir vivant·e, utile, reconnu·e ? comment inscrire son existence dans une continuité, tout en acceptant les transformations imposées par le temps qui passe ?*

# Le sens de la formation et la formation comme un travail de sens

par lequel une personne relie son passé, son présent et son avenir possible, relit/relie son histoire, transforme son expérience.

# Au niveau collectif

Importance de reconnaître l'importance et mettre en place des **espaces dialogiques** où les personnes peuvent continuer à apprendre, à transmettre, à créer, à se raconter, à contribuer

Qui ne se limite pas à acquérir des savoirs mais répond à cette sorte de quête d'**élaboration de soi dans et avec le monde et avec les autres, tout au long de la vie.**

# Merci!

# Quelques références

Fassa, F. Cesari Lusso, V. Muller Mirza, N. & Repetti, M. (2025). *Anatomie d'une recherche menée en temps de covid-19 sur le bénévolat des seniors. Rapport final de recherche*. Lives. <https://www.centre-lives.ch/fr/bibcite/reference/122>

Muller Mirza, N. (sous la dir. de) (2026). *Psychologie socioculturelle de l'automne de la vie. Quête de sens, compétences et dynamiques identitaires*. Antipodes (manuscrit sous presse).

Zittoun, T. & Gfeller, F. (sous la dir. de) (2026). *Ageing, learning and development. Sociocultural and psychoanalytical perspectives on growing older*. Springer