

Module 1 :
LES CYCLES DE LA VIE ET LE DÉVELOPPEMENT DE LA PERSONNE.

I. DEFINITION

Le cycle de la vie (en biologie) est la période de temps pendant laquelle se déroule une succession de phases qui composent la vie complète d'un organisme vivant.

Le cycle de la vie se décompose en plusieurs phases qui marquent le développement même à l'intérieur du cycle. Il commence par la naissance et se termine par la mort.

- La naissance : elle marque le début du cycle de la vie. C'est à partir de ce moment qu'il va pouvoir entamer son cycle et commencer à vivre et côtoyer ses semblables.
- La croissance : c'est la phase où ils vont croître en taille et en maturité afin de bien intégrer la vie sociale et y jouer un rôle.
- La reproduction : elle contribue à la perpétuation des espèces.
- Le vieillissement : c'est une phase de déclin dans le cycle de la vie, ils perdent leur force et tendent vers leur fin.
- La mort : c'est la phase qui met fin au cycle de vie de l'homme.

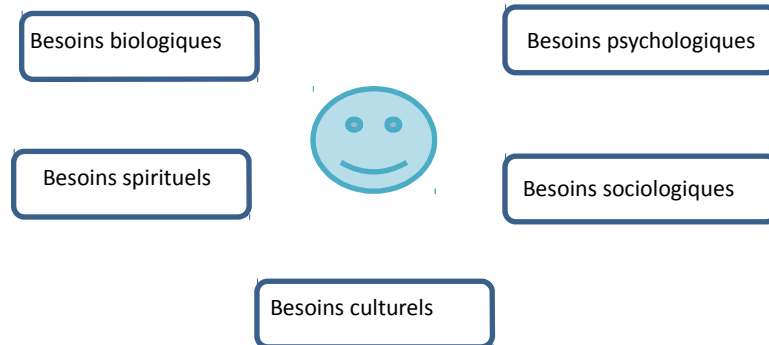


La succession de ces différentes phases marque la singularité de l'individu. Chaque étape est « obligatoire » car indispensable pour passer à la phase suivante, cependant chaque personne évolue de façon à devenir unique.

Ces différentes périodes sont marquées par des moments de crise lors des transitions. Chaque passage à l'étape suivante fait appel à un deuil (la perte) de la période précédente.

La **personne** est un être-humain sans distinction de sexe (Larousse).

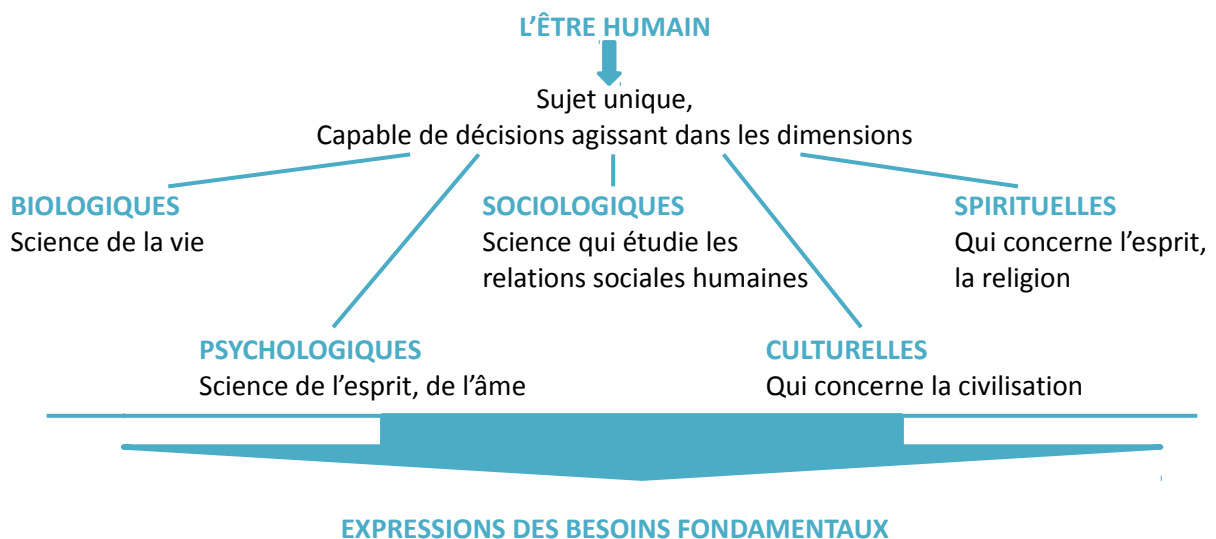
Chaque personne possède sa propre personnalité (notion de singularité, unique). Pour vivre et se réaliser, elle exprime des besoins d'ordre variable, mais commun à autrui, et agit dans différents dimensions. On parle d'un être bio-psycho-social.



Le développement de la personne est influencé par différents facteurs :

- biologiques : l'héritage familial est inscrit dans nos gènes. Pas de contrôle de l'individu.
- historiques et contextuels : l'environnement social et familial ou le contexte dans lequel on vit (guerre...).
- personnels : changements de vie, événements traumatiques, hygiène de vie, état de santé...

L'expression des besoins fondamentaux dans 5 dimensions :



II. LES DIFFÉRENTS CYCLES DE LA VIE DE LA PERSONNE

1. DÉVELOPPEMENT FŒTAL

Au cours de la grossesse, on repère différentes étapes dans le développement du fœtus. Celles-ci se différencient selon les 3 périodes de la grossesse.

- Premier trimestre :

C'est la phase de l'embryogenèse : une figure humaine apparaît à la fin de ce cycle et les fonctions vitales sont élaborées avec le développement progressif de tous les organes.

Au 1er jour, l'embryon mesure 150 millièmes de millimètres.

Dès le début du 2ème mois de grossesse, son cœur bat déjà.

A la fin du 3ème mois :

- les doigts se replient,
- le nerf optique est fonctionnel,
- les papilles gustatives évoluent : distinction du sucré et du salé,
- 1ers mouvements de succion,
- mesure 15 cm (tête/talon).

- Deuxième trimestre :

L'embryon devient fœtus. Ses organes sont productifs et fonctionnent ensemble. La respiration s'ébauche, les nerfs se forment et le câblage du cerveau se poursuit. La rétine est sensible à la lumière même s'il garde les yeux fermés.

Il réagit aux mouvements de sa mère, se mobilise beaucoup lorsqu'il est éveillé (donne des coups de pieds...).

Il suce volontairement son pouce.

Ses sens s'éveillent :

- goût : identification de l'acidité et de l'amertume,
- audition : perçoit le son de la voix de sa mère, surtout le rythme et l'intonation (au début, est plus réceptif aux sons graves).

A la fin du 6ème mois, il mesure 32 cm.

- Troisième trimestre :

Les traits de l'embryon se peaufinent, sa respiration se coordonne et ses yeux s'ouvrent à partir de la fin du 7ème mois.

Croissance : son poids triple jusqu'au jour J et il prend 2 cm par semaine, le 7ème mois puis environ 1 cm par mois.

Il est considéré comme « à terme » à la fin du 8ème mois de grossesse.

2. ENFANCE

Le développement d'un enfant se fait par stades, le plus souvent dans le même ordre. **Chaque enfant évolue à un rythme qui lui est propre (ne pas stigmatiser en pensant qu'un retard est pathologique).**

L'enfance est une période de croissance et de vie consacrée aux apprentissages : développement moteur important. Le développement de la personnalité, correspondant à l'ensemble de toutes les caractéristiques de l'individu, se fera aux niveaux sensorimoteur (aptitudes sportives ou artistiques...), cognitif (aptitudes intellectuelles), émotif (tempérament anxieux, colérique...).

- Le développement psychomoteur : augmentation de la taille et du poids, développement des capacités motrices, cognitives, du langage, de la notion de temps...
- Le développement sensoriel : vue, audition, goût, odorat, toucher.
- Le développement intellectuel : liens entre les différentes perceptions.
- Le développement psycho-affectif : communication avec l'entourage, le langage. Importance particulière des échanges affectifs et des stimulations. Comprend différents stades de développement : oral, anal, phase œdipienne, période de latence.
- Le développement social : état civil, nom, filiation, notion de groupes complémentaires (famille et société).

- **Le développement psychomoteur**

Les activités motrices dépendent des possibilités mentales de l'enfant. Le développement répond à deux lois fondamentales :

- La loi céphalo-caudale : maintien de la tête → du tronc → des jambes,
- La loi proximo-distale : maintien du tronc → des épaules → des bras → des mains.

- **De la naissance à 2 ans**

Le nouveau-né possède dès sa naissance des réflexes archaïques qui contrôlent ses mouvements saccadés. Il a également des mouvements de protection/d'évitement (sursaut) et une orientation vers le stimulus (fouissement, succion).

Au cours des 2 premières années, les capacités d'attention de l'enfant se perfectionnent. Au niveau de la préhension, ses mouvements deviennent volontaires tout en restant imprécis (5 mois), jusqu'à ce qu'il acquiert la pince (à partir de 9 mois). Vers 10 mois, il est en pleine acquisition de la marche (quatre pattes, avec aide puis seul) ; cette étape est indispensable dans le processus de séparation et d'individualisation.

Il développe également des capacités sensorielles :

- audition : la voix de la mère stimule le développement intellectuel et l'activité motrice ;
- goût : préférence pour le sucré ;
- odorat : reconnaît le sein et le cou de sa mère ;
- toucher : se sent en sécurité dans les contacts de peau à peau.

- **A partir de 2 ans**

L'enfant se latéralise avec la marche ce qui lui permet l'affinement de ses mouvements, étape importante pour l'apprentissage de la lecture et de l'écriture.

L'acquisition de la propreté de jour se fait vers 24 mois.

Il poursuit la découverte des limites de son corps et finit par en prendre conscience comme un tout avec la considération de son image. Il arrive à se représenter dans l'espace, donc à s'orienter autour des 6-7 ans.

- **Le développement du langage**

Plusieurs conditions sont nécessaires pour le bon déroulement du développement du langage :

- conditions organiques : système nerveux central, appareil auditif, organes phonatoires, contact visuel ;
- conditions affectives : relations affectives et interactivité dans son environnement, richesse linguistique du milieu dans lequel il évolue.

Avant même l'apparition du langage, l'enfant communique de diverses manières avec son entourage. Deux étapes sont reconnues :

- phase pré-linguistique : chez le nourrisson
cris → gazouillis → babillage → « areuh » (imitation de l'adulte) → premières syllabes

- phase linguistique :
 - de 10 mois à 2 ans : premiers mots → mot-phrase (18 mois = 20 mots, 20 mois = 100 mots) → apparition du « non » → 1ère phrase avec un classement des mots selon leur importance affective → écholalie (= répétition de la fin de la phrase).
 - de 2 ans à 3 ans : enrichissement du vocabulaire (24 mois = 300 mots, 36 mois = 1000 mots) → apparition du « je » : processus d'individualisation → persistance du « parler bébé ».
 - à partir de 3 ans : « pourquoi » → utilise des adjectifs → se prépare à l'apprentissage du langage écrit

- **Développement cognitif**

Il sera nécessaire de faire la différence entre l'assimilation (= répète ce qu'il sait déjà faire) et l'accommodation (= change devant un nouvel objet ou phénomène).

Distinction de quatre principaux stades par Piaget¹ :

- **Stade sensorimoteur** : naissance à 18/24 mois

L'enfant reproduit des comportements innés (*suce volontairement ses doigts*) puis il essaye de reproduire des comportements provoqués par hasard. Il est dans un désir d'innovation, de nouveauté. Son action commence à être pensée. Il essaye également d'imiter des personnes en leur absence.

- **Période préopératoire** : 2 à 7 ans

La capacité de pensée est acquise mais reste centrée sur ses propres expériences.

Il développe et reproduit davantage des jeux d'imitation.

L'enfant assimile les notions de quantité, d'espace, de temps, de symbole et de langage.

- **Stade des opérations concrètes** : 7 à 11 ans

A 7 ans, on parle de l' « âge de raison ». Il est toujours en acquisition mais de façon plus raisonnée :

- réversibilité de la pensée : il a la capacité de transformer une situation mentalement,
- raisonnement sur des problèmes concrets (existence du Père Noël),
- maîtrise de la notion d'espace-temps,
- classification,
- hiérarchisation.

- **Stade des opérations formelles** : 11 à 16 ans jusqu'à l'âge adulte

A présent, l'enfant utilise des signes et des opérations mentales.

¹ Jean William Fritz Piaget (1896-1980) : biologiste, psychologue, logicien et épistémologue suisse connu pour ses travaux en psychologie du développement.

- **Développement psycho-affectif et social**

L'affectivité recouvre l'ensemble des états affectifs qu'ils soient pénibles ou agréables.

Selon Freud², on retrouve cinq stades dans ce développement : oral, anal, phallique (phase œdipienne), de latence et celui de l'adolescence.

- **Stade oral** : 0-1 an

Pour le nourrisson, l'alimentation a une fonction nutritionnelle et libidinale. Le mécanisme de succion est aussi une activité auto-érotique ; ainsi dès lors que l'alimentation est non-lactée, cela provoque un sentiment de frustration. C'est une période où on met en place l'objet transitionnel : le DOUDOU, qui est un substitut de la mère.

Selon René Spitz³, il existe 3 repères dans cette période :

- le sourire social à 3 mois,
- la peur de l'étranger vers 8 mois, signe de progrès dans la reconnaissance et l'attachement à ses proches,
- le « non » qui exprime l'affirmation de son identité face à autrui 12-18mois.

- **Stade anal** : 12-18mois à 3 ans

L'enfant prend plaisir à retenir ses selles et à déféquer.

Il expose son pouvoir en criant, en jetant, il a une pulsion de détruire.

Il a besoin d'être rassuré en permanence par rapport à son désir d'explorer le monde.

- **Stade phallique de l'Œdipe** : 3-5 ans

L'enfant développe une certaine curiosité sexuelle, son intérêt se porte sur la zone génitale. Il s'interroge sur les différences de sexe et l'origine de la vie (*comment on fait les bébés?*).

Cette période est également synonyme d'angoisse chez le garçon comme chez la fille. Pour l'un, il y a l'angoisse de castration, pour l'autre il s'agit d'une souffrance du fait de ne pas avoir le sexe masculin.

D'où la relation œdipienne = attrait plus prononcé pour le parent du sexe opposé. L'enfant entre dans une sorte de « rivalité » avec le parent du sexe opposé, qui se transformera ensuite en « identification » (plus tard sera comme..., fera le même métier...)

- **Stade de latence** : à partir de 6 ans

A présent, c'est l'apprentissage de la vie de groupe qui prime : l'école, la famille, les copains, le sport, les loisirs... Il a déjà commencé à développer une maturité qui lui permet d'agir selon ses valeurs et les usages du groupe. L'enfant intègre les valeurs morales, il a lui-même sa propre instance jugeante. Il comprend la notion de culpabilité.

Dans la cellule familiale, le contact permanent avec ses différents membres (père, mère, fratrie...) le sécurise, lui permet de s'épanouir et de prendre confiance en lui. Dans la vie en société, l'enfant apprend à agir au sein d'une équipe avec un but commun à atteindre. Il y prend conscience de l'existence de compétition avec les notions de rivalités, de conflits, d'agressivité ainsi que de fraternité, de soutien et d'amitié.

2 Freud (1856-1939) : neurologue viennois, fondateur de la psychanalyse.

3 René Spitz (1887-1974) : psychiatre et psychanalyste américain d'origine hongroise, théoricien de la psychologie de la prise en charge infantile.

3. ADOLESCENCE

L'**adolescence** est une période de croissance et de modifications importantes de nature physique, cognitive et psychosociale. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, l'adolescence se situe dans la tranche d'âge 10-19 ans.

L'adolescence débute à la puberté vers 10 ans pour les filles et 12 ans pour les garçons. Il n'y a pas d'âge de fin fixe mais on considère qu'elle s'achève vers 18-20 ans, avec l'accès à l'indépendance sociale (logement, autonomie financière, fin des études et accès à un métier). Ce passage par l'adolescence est une transition nécessaire et obligée de la situation de dépendance de l'enfance à la situation d'autonomie de l'adulte.

- **Modifications physiques**

- Modification de la morphologie générale du corps : forte croissance staturo-pondérale,
- Modification hormonales avec mise en route de l'appareil reproducteur :
 - Développement de l'activité ovarienne (apparition des règles) et testiculaire (formation des premiers spermatozoïdes et 1ères éjaculations),
 - Apparition de la pilosité ;et mue de la voix (devient plus grave).

- **Transformations intellectuelles et cognitives**

Caractérisée par son identification aux idées : il EST ses idées. L'adolescent porte des jugements dans ses réactions et ne comprend pas qu'il puisse y avoir des points de vue différents.

- **Transformations psychologiques**

- Image du corps : il doit s'habituer à sa nouvelle image liée aux différentes modifications physiques et à l'apparition de problèmes cutanés (acné).
- Pulsions sexuelles : résurgence de l'intérêt pour la sexualité après une période de latence de plusieurs années. La puberté, c'est l'accès à la maturité sexuelle physique.
- La socialisation : l'adolescent est en recherche d'autonomie mais également d'identité. Il a la volonté de s'affirmer, de s'émanciper et de faire partie d'un groupe ayant les mêmes valeurs et idéaux. De ce fait, il se détache de ses parents et en rejette l'image parentale. Malgré tout, les parents doivent rester disponibles, à l'écoute.
L'adolescent est à la fois en contradiction avec lui-même car il veut être soi-même, mais aussi faire partie d'un ensemble/groupe.
- Instabilité de l'humeur : les émotions ont une grande variabilité : sentiments d'angoisse, de dépression, d'idées obsessionnelles, de passage rapide de l'enthousiasme à l'indifférence.
- « Déni du danger » : l'adolescent présente certaines conduites à risque :
 - Troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie, obésité, carences vitaminiques.
 - Relations sexuelles : 50% des adolescents ont eu leur premier rapport sexuel avant 17 ans.
 - Rapports non protégés // SIDA, IST
 - La moitié des adolescents sexuellement actifs n'utilisent pas de contraception ; méconnaissances du cycle menstruel et découverte tardive de grossesse (40000 naissances/an), interruption volontaire de grossesse (20000 IVG/an).

- Conduites addictives :
 - Tabac : 14% fument régulièrement.
 - Alcool : début de consommation dès les premières années de l'adolescence, caractérisée plus particulièrement par des alcoolisations de groupe, discontinues et entraînant des ivresses. 12% en consomment régulièrement.
 - Médicaments : objectif lutter contre la fatigue, contre la nervosité, pour dormir ou pour maigrir. 17% en prennent régulièrement (13% garçons, 30% filles).
 - Toxicomanie : actuellement caractérisée par la précocité des premières expériences avec la drogue, l'association à des drogues licites (alcool, médicaments) et un changement de motivation (recours devant une situation d'échec). L'utilisation de solvants et de détachants est spécifique à cette période.

4. ÂGE ADULTE

L'âge adulte désigne un individu ayant quitté l'adolescence et ayant terminé son développement. Il marque un engagement dans la vie affective et professionnelle avec la recherche d'un certain équilibre.

En France, la majorité civile est fixée à 18 ans depuis 1974. Auparavant, était à 21 ans et l'est toujours dans certains pays (Argentine, Egypte...) mais plus rare.

Entre 20 et 30 ans, les performances sont maximales. L'intégration dans la société et l'appartenance à différents groupes se mettent en place avec les projets d'avenir.

L'allongement de la scolarité et les périodes de chômage, retarde l'autonomie. Le jeune adulte entre plus tard dans la vie active et fonde un foyer : plutôt vers 30 ans. A partir de 40 ans, un équilibre se crée entre la vie professionnelle et la vie familiale.

Vers 50 ans, l'expérience personnelle de soi passe au premier plan. Il est en fin de période de reproduction et prépare la fin de la vie professionnelle.

5. VIEILLISSEMENT

La vieillesse est la dernière étape de la vie d'une personne, on parle de 3^{ème} âge. C'est un phénomène physiologique naturel entraînant une diminution progressive des capacités de l'organisme à s'adapter à l'environnement.

Le début de la **sénescence** a lieu à l'âge de 60/65 ans. Il s'agit d'un processus de ralentissement de l'activité vitale chez les individus âgés qui peut parfois aboutir à des états de dépendance. Lors de cette période, l'individu cesse son activité professionnelle (retraite) mais compense par des activités de loisirs (sportives, culturelles) ou de bénévolat (associatives, sociales).

Le vieillissement apporte une prise de conscience de l'état mortel de l'individu, des deuils... Celle-ci est variable selon les cultures (pays, évolution au cours des siècles).

Exemples :

- *culture occidentale* : représentations davantage négatives que positives. Jeunesse, beauté et performance priment, le vieillissement est vu comme devant être contrôlé au maximum. Des stéréotypes de maladie, d'inutilité, de non-attractivité, de déclin cognitif, de pauvreté, de dépression...
- *cultures asiatiques* : attitudes plus positives du vieillissement en raison : davantage de respect des plus âgés, rôles attribués valorisés et valorisants, meilleure intégration au sein des contextes familiaux et sociaux.

La population française vieillit. On estime à 200 000 le nombre de centenaires en France en 2060.

ESPÉRANCE DE VIE À LA NAISSANCE, SELON LE SEXE, EN ANNÉES

