

ENQUÊTE

Isolement et **vie** relationnelle

ENQUÊTE

1 Synthèse du Rapport général par Anne-Carole Bensadon

Le vieillissement attendu de la population conduit à faire de l'isolement et la solitude des personnes âgées un enjeu de société. Plusieurs Organisations Non Gouvernementales – l'Association des Cités du Secours Catholique, la Croix Rouge Française, la Fédération de l'Entraide Protestante, le Fonds Social Juif Unifié, les Religieuses dans les Professions de Santé, le Secours Catholique, la Société de Saint-Vincent de Paul et les Petits Frères des Pauvres- ont souhaité créer un collectif spécifique dédié à cette problématique, pour mieux l'analyser et rechercher des réponses concrètes adaptées aux besoins et aux attentes des personnes âgées.

Dans ce rapport, le collectif « Combattre la solitude », en s'appuyant notamment sur une enquête réalisée auprès d'environ 5000 personnes âgées comportant des entretiens individuels de plus d'une heure, présente différents éléments visant à mieux appréhender la solitude et l'isolement des personnes âgées. Les résultats de ce travail témoignent de l'intérêt de poursuivre les travaux du collectif, notamment pour définir un indicateur composite d'isolement et de solitude, à l'instar de ce qui a pu être réalisé dans d'autres pays. La question des solidarités familiales est également abordée dans le souci d'éviter toute idée reçue dans ce domaine et de leur accorder la place qu'elles méritent. Enfin, les stratégies proposées par le collectif tiennent compte des actions menées par les pouvoirs publics dans ce domaine, des initiatives publiques et privées et surtout du regard des personnes âgées interrogées sur l'environnement et les solidarités existantes et souhaitées.

Les résultats de ce travail témoignent de l'intérêt de poursuivre les travaux du collectif, notamment pour définir un indicateur composite d'isolement et de solitude

SOLITUDE ET ISOLEMENT

DES PERSONNES AGÉES

Alors même que la baisse de la mortalité diffère l'entrée dans le veuvage, la proportion de personnes habitant seules est trois fois plus forte qu'en 1962 du fait de la diminution des cohabitations intergénérationnelles. L'isolement résidentiel constitue ainsi le mode de vie le plus courant chez les personnes de plus de 60 ans. Les écarts d'espérance de vie entre hommes et femmes contribuent à une société où, le plus souvent, « les femmes vieillissent seules, les hommes vieillissent à deux ». Une femme sur cinq âgée de 75 ans et plus vit en couple ce qui est le cas de 2 hommes sur 3 aux mêmes tranches d'âges.

Mais l'isolement social ne coïncide pas forcément avec cet isolement résidentiel et les résultats de l'enquête corroborent les données de la littérature sur l'accroissement de l'isolement social avec notamment l'avancée en âge, un niveau socio-économique faible et des problèmes de santé ou de handicaps.

L'analyse de l'enquête « Isolement et vie relationnelle des personnes âgées » montre comment de cet isolement peut naître un sentiment de solitude, parfois à l'origine d'une souffrance. Cela oriente les pistes d'action contre la solitude vers un repérage des paramètres à l'origine de l'isolement pour prévenir la solitude. Il faut toutefois noter que l'enquête, axée autour des déterminants de l'isolement, contribue à forger ces résultats, alors qu'il est possible de retrouver des situations où le fait de vivre seul aggrave la solitude et provoque des mécanismes d'isolement.

Les différents mécanismes à la base de la solitude ont fait l'objet de nombreuses études. RS Weiss différencie la solitude résultant d'un isolement affectif avec souvent la perte d'un être cher de la solitude liée à l'isolement social. L'analyse multicritères de l'enquête permet de mettre en évidence un groupe de personnes qui sont isolées et se sentent très souvent seules. Elles n'ont pas ou plus de conjoint, ont des problèmes de santé invalidants et sortent peu de chez elles. **D'après les données, les personnes âgées de 79 à 83 ans connaissent les plus grands changements dans leur trajectoire de vie.**

Outre l'avancée en âge, la perte d'un être cher (en particulier du conjoint) et les problèmes de santé, on retrouve au travers de la littérature, des expériences internationales, comme de l'enquête « Isolement et vie relationnelle », différents facteurs qui semblent être à l'origine de la solitude et notamment :

- ▶ le manque d'estime de soi,
- ▶ le fait de ne pouvoir compter sur quelqu'un en cas de besoin,
- ▶ l'éloignement de la famille,
- ▶ un faible niveau de ressources.

Il faut souligner que le fait de ne pouvoir sortir de chez soi apparaît comme un des mécanismes essentiels favorisant la solitude.

L'enquête donnait la parole aux personnes âgées sur ce qu'elles considéraient comme les raisons de la solitude au travers de différentes réponses possibles. La perte d'un être cher est le plus souvent citée (37,5 %), puis l'éloignement de la famille (30,7 %), la maladie et /ou le handicap (27,5 %), l'incompréhension et le manquer d'écoute (16,9 %).

SOLIDARITÉS FAMILIALES

Les changements multiples qui ont affecté la famille tant sur le plan démographique qu'économique et culturel n'ont pourtant pas ôté à la famille son rôle de référence comme lieu de relation entre les générations.

L'analyse des données de l'enquête « Isolement et vie relationnelle » témoigne du caractère particulier des relations avec la famille. La possibilité de demander des services aux voisins ou aux amis permet d'atténuer le sentiment de solitude mais moins que si on peut compter sur la famille. On retrouve, s'agissant des relations familiales, l'importance du manque de liens véritablement intimes et de l'absence de relations émotionnelles étroites, décrit par RS Weiss comme un des mécanismes à la base de la solitude.

Les propos recueillis lors de l'enquête ne donnent pas de légitimité pour exprimer les attentes de l'ensemble des personnes âgées. Il y a autant de réponses que de personnes ce qui impose de proposer des solutions qui prennent en compte l'individuel au sein même de solutions collectives.

1. Prendre en compte la diversité des solitudes

Toutes les solitudes ne sont pas équivalentes et l'évaluation globale des personnes âgées doit donner toute sa place à l'isolement.

2. Passer du « faire pour » ou « faire avec »

La richesse de l'analyse qualitative témoigne du rôle majeur que les personnes âgées souhaitent jouer dans le choix de leur mode de vie. Croire dans leur capacité à bouger les choses évite de se borner à mettre en place un processus d'assistance émanant de l'extérieur et force à construire, avec les intéressés, des réponses appropriées.

3. Renforcer la coordination au niveau individuel : « les gestionnaires de cas »

Des liens complexes existent entre santé des personnes âgées, isolement et solitude. Les programmes d'actions mis en place dans ce domaine par les pouvoirs publics constituent certainement des atouts pour mieux prendre en charge les personnes âgées. Toutefois, le vieillissement attendu de la population amène notamment à envisager un renforcement des coordinations. Le " gestionnaire de cas " est intégré dans un tissu de proximité. Il joue un rôle de coordination mais également de veille et permet de rendre la prévention effective au niveau de la personne âgée elle-même. Il peut être capable de déceler un changement d'Etat qui nécessite de faire appel à tel professionnel de santé mais surtout a de la personne une vision globale qui tient compte de la situation réelle dans laquelle elle se trouve à un moment donné et des évolutions de ces situations. Son positionnement vis-à-vis des différents intervenants potentiels facilite la synergie entre ces différents acteurs au service de la personne et constitue très probablement un atout dans la prévention et la lutte contre l'isolement.

4. Amplifier les relations de voisinage

Les témoignages recueillis lors de l'enquête « isolement et vie relationnelle » ainsi que la littérature montrent que les personnes âgées développent déjà elles-mêmes des stratégies pour amplifier les relations de voisinage. « (...) J'écoute la voisine et je fais exprès de sortir sur le pallier en même temps qu'elle. En immeuble, c'est bien parce qu'on est obligé de se parler. Il faut prendre le

temps de rencontrer les gens. C'est très long de tisser des liens (...) »

Le recours aux différents modes de voisinage pourrait faire l'objet de mécanismes catalyseurs, ce que demandent très clairement les personnes interrogées. L'opération « immeubles en fêtes – la fête des voisins » constitue un exemple tout à fait intéressant dans ce domaine. Cette expérience qui a rassemblé plus de 4 500 000 participants, selon les promoteurs, montre l'importance de l'initiative privée dans ce domaine mais également tout l'intérêt du soutien de telles manifestations par les pouvoirs publics. Les collectivités territoriales, conseils généraux et mairies ont certainement un rôle majeur à jouer du fait de leur légitimité et de la confiance qu'ils suscitent, favorisant ainsi la participation à ce type de rencontre. L'autre élément à souligner est le caractère ouvert de ce type d'échange qui n'apparaît pas réservé à une classe d'âge donnée et ne fédère pas les personnes autour d'une activité qu'elles seraient obligées de pratiquer. Le seul critère retenu est celui du lieu géographique. La dimension territoriale apparaît avec donc primordiale.

5. Renforcer le capital social

Le capital social peut être défini très schématiquement comme l'ensemble des relations sociales dont dispose un individu. Ce capital se construit tout au long de la vie et témoigne là encore de l'importance de la prévention, y compris dans ce domaine. Porter attention au capital social, favoriser, par des actions concrètes vers des publics d'âges divers, les situations qui permettent à l'ensemble des personnes d'accumuler, tout au long de la vie ce capital social constitue certainement un atout pour lutter contre l'isolement. Il semble que les européens qui ont davantage de capital humain et de capital économique aient davantage de capital social. Le capital humain auquel il est fait référence se constitue à partir des expériences de la vie et de l'éducation. Cette composante mérite donc une attention particulière sur laquelle nous reviendrons

6. Promouvoir l'échange intergénérationnel

Diverses études insistent sur le rôle d'Internet comme outil susceptible de faciliter les liens entre les générations. Au cours d'un séminaire de recherche, des intervenants ont souligné que l'avancée en âge ne détériore pas l'espérance d'emploi des Nouvelles Technologies de l'Informations de la Communication et que les aînés peuvent apprendre à condition d'en voir l'intérêt. Les expériences présentées confortent dans l'idée de développer le plus possible des projets globaux et non destinés uniquement aux personnes âgées, comme si elles ne pouvaient avoir accès aux mêmes types de savoirs que le reste de la population. Outre la mixité générationnelle et l'occasion de rencontres diversifiées, ils sont en eux-mêmes porteurs d'un message de refus de toute ségrégation liée à l'âge qui va au-delà de la simple intention.

7. Garder l'accès à un système éducatif

Dans le domaine éducatif, tout se passe comme si avec l'âge de la retraite, l'accès à l'éducation, présente tout au long du parcours de vie s'interrompait « naturellement ». Ce lien de l'éducation tout public avec la période dite « active » amène à la création de réseaux d'échanges de savoirs spécifiques, du type université du 3^e âge, accréditant l'idée que seule une action éducative spécifique peut convenir à un public plus âgé. Il s'agit certes d'un progrès puisque des échanges fructueux sont possibles dans ce cadre. Néanmoins, cette construction de réponses par tranche d'âge est un des exemples de la difficulté à considérer la capacité des personnes âgées à produire tout au long de leur vie, de même que le fait que la Validation des acquis de l'expérience ne s'adresse pas aux personnes âgées pour qualifier le sens de leur production. Différentes initiatives valorisent désormais l'expérience des personnes âgées qui peuvent raconter leurs métiers passés à des enfants dans des écoles, mais ce type d'échange n'est pas encore assez diffusé, pas assez valorisé.

Nous avons tenté de mieux comprendre l'isolement et la solitude des personnes âgées et de mener les questionnements auprès d'elles en prenant le temps de l'échange. Le choix n'est pas celui de la représentativité mais celui de l'attention à la parole de l'autre. Cette écoute est souhaitée par les personnes âgées qui insistent sur les valeurs « d'attention », « de compréhension », « de respect », « d'écoute ».

Dans le contexte familial, l'âge n'apparaît pas comme le seul critère d'identification des personnes or le regard porté sur les personnes âgées ne semble pas le même selon qu'elles font parti ou non du cercle familial. Le changement de regard sur les personnes âgées, indispensable à la mise en œuvre de stratégies opérationnelles efficaces pour lutter contre l'isolement et la solitude est l'affaire de tous. La solidarité ne peut se concevoir comme un don unilatéral, c'est dans l'échange qu'elle trouve tout son sens et son efficacité. Ces valeurs fédératrices pourraient favoriser la construction d'une éthique collective permettant ainsi que la réponse vienne de tous. C'est dans ce contexte que le bénévolat organisé, animé et formé par les ONG apportera sa pleine contribution.



ENQUÊTE

Isolement et **vie** relationnelle

ENQUÊTE

2 Analyse statistique par France Souêtre-Rollin et Dominique Saint-Macary

Nombreuses sont les études sur la solitude des personnes âgées. L'épisode de la canicule de 2003 a brutalement réveillé l'opinion sur cette réalité. D'autre part, l'allongement de la durée de la vie et le vieillissement des classes d'âge nombreuses de l'après-guerre fait aujourd'hui de ce sujet une question de société centrale. L'intérêt de cette enquête est d'avoir été initiée par un collectif d'associations qui toutes rencontrent ou côtoient des personnes âgées, soit dans leurs accueils, soit à domicile, soit dans les structures qu'elles gèrent (maisons de retraite, foyers,...). Leur connaissance de cette population et leur expérience des difficultés qu'elle rencontre ont permis d'adapter au mieux le questionnaire. En outre, l'enquête a d'emblée été conçue comme une action contre la solitude : les bénévoles qui l'ont menée ne sont pas des enquêteurs professionnels ni des observateurs, mais des personnes de proximité qui ont pris le temps de parler de solitude avec les personnes âgées, le questionnaire servant de guide d'entretien. L'enquête a été menée de novembre 2005 à janvier 2006 auprès de 4 989 personnes de 60 ans et plus. 46 % d'entre elles étaient connues de l'une ou l'autre des associations membres du collectif, 32 % ont été rencontrées à l'occasion de l'enquête, 22 % enfin sont des bénévoles. Cet échantillon correspond à la connaissance de terrain des associations et touche en particulier des publics qui échappent aux enquêtes habituelles (personnes sans domicile, personnes vivant en établissement). La grande variété des situations étudiées permet d'affiner la connaissance sur ce sujet et surtout devrait conduire à imaginer des formes d'action et d'intervention mieux adaptées que ce qui existe aujourd'hui, à partir des souhaits exprimés par les personnes elles-mêmes.

Dans cette étude, nous distinguons classiquement deux situations :

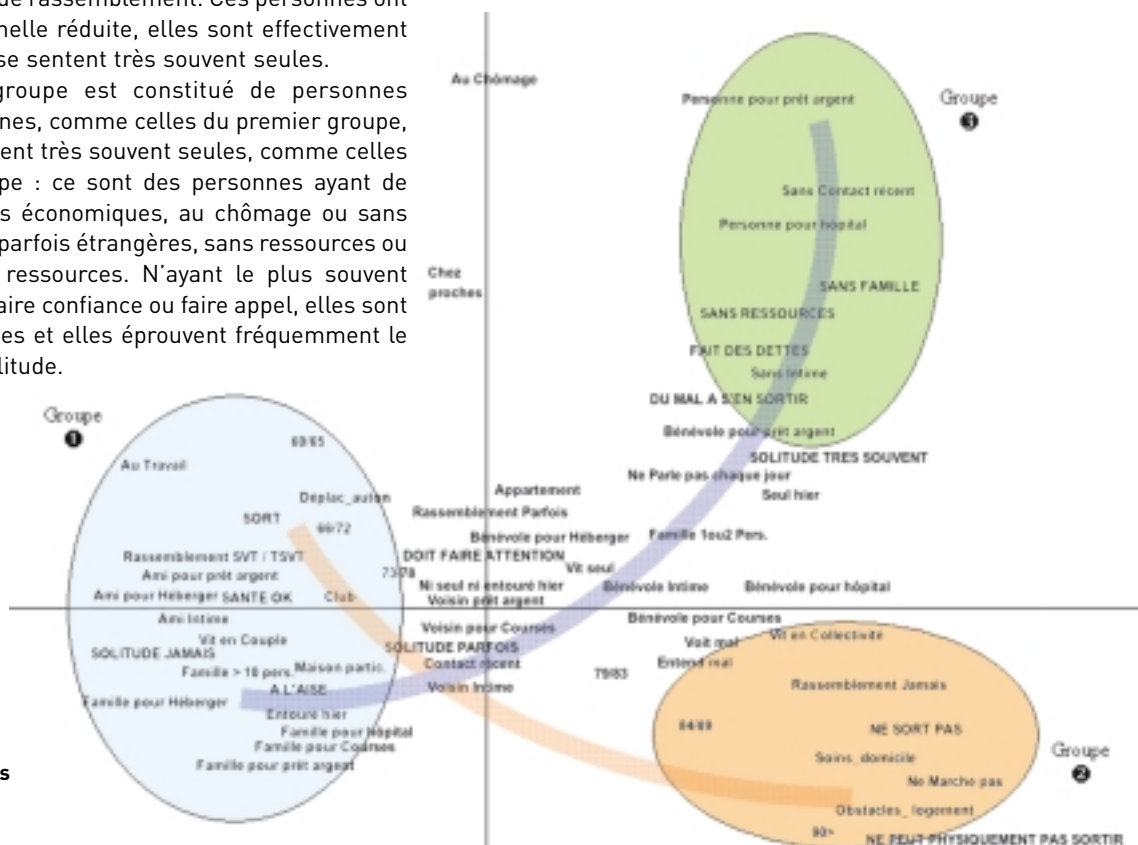
- ▶ l'isolement, situation objective. On peut l'observer et la décrire à travers plusieurs critères factuels tels que : vivre seul ou peu entouré, avoir peu ou pas de relations ni même de contacts...
- ▶ la solitude ou plutôt le sentiment de solitude, situation subjective. Nous l'avons appréhendée à travers la question: « Vous arrive-t-il de vous sentir seul, très souvent, souvent, de temps en temps, jamais ou presque ». En invitant à estimer la fréquence et non l'intensité du sentiment, on a favorisé une meilleure objectivité des réponses.

LES PERSONNES QUI SE SENTENT SEULES SONT, LE PLUS SOUVENT, RÉELLEMENT ISOLÉES

Notre enquête met en évidence la configuration de trois profils d'isolement/solitude :

- ▶ Un premier groupe souffre peu de solitude : ce sont des personnes parmi les moins âgées, vivant souvent en couple, sans enfant au foyer, habitant une maison particulière, n'ayant pas de problème financier, fréquentant des lieux de rassemblement ou faisant partie d'un groupe, club ou autre, n'ayant pas de problème de santé et sortant régulièrement de chez elles. Ce sont typiquement de jeunes retraités actifs parmi lesquels les bénévoles sont nombreux. Ils ont une vie relationnelle plutôt riche et ne souffrent pas de solitude.
- ▶ Un groupe rassemble les personnes les plus âgées : elles n'ont pas ou plus de conjoint(e), elles ont des problèmes de santé invalidants et sortent peu de chez elles. Elles ne fréquentent en particulier jamais ou presque un lieu de rassemblement. Ces personnes ont une vie relationnelle réduite, elles sont effectivement isolées et elles se sentent très souvent seules.
- ▶ Un troisième groupe est constitué de personnes relativement jeunes, comme celles du premier groupe, mais qui se sentent très souvent seules, comme celles du second groupe : ce sont des personnes ayant de graves difficultés économiques, au chômage ou sans domicile stable, parfois étrangères, sans ressources ou avec de faibles ressources. N'ayant le plus souvent personne à qui faire confiance ou faire appel, elles sont réellement isolées et elles éprouvent fréquemment le sentiment de solitude.

Cartographie des caractéristiques



Explication de la carte ci-dessous

L'analyse multicritères traite simultanément les réponses des personnes à plusieurs questions de l'enquête (ici, 24 questions particulièrement significatives). Elle permet de projeter ces réponses sur une seule carte. La position des réponses sur la carte délimite des ensembles et courants cohérents.

Ici par exemple, sur un axe nord-ouest/sud-est (souligné en orange), on repère, en une trajectoire continue, la réduction d'autonomie qui accompagne le vieillissement progressif : à la succession des tranches d'âge est constamment associée l'aggravation des difficultés de la vie et des problèmes de santé. Dans une représentation graphique de ce type, les caractéristiques les plus significatives d'un profil sont celles qui figurent loin du centre de la carte ; à l'inverse, celles qui sont regroupées au centre sont peu discriminantes, certaines étant quasiment neutres c'est-à-dire communes à des profils différents. C'est ici le cas de la réponse "Doit faire attention" s'agissant des ressources financières.

Les personnes elles-mêmes se situent par rapport à ces axes et à ces espaces en fonction de leurs réponses. Par la correspondance de leurs réponses individuelles, elles constituent pour l'observateur des groupes définis par les caractéristiques qu'elles partagent. On peut alors parler de types ou de profils.

Le groupe ③ : l'exclusion relationnelle à caractère économique

Ce type de solitude n'est pas propre aux personnes âgées ; en effet les personnes de plus de 60 ans qui sont en difficulté financière sont relativement rares : dans notre échantillon, à partir de 65 ans, 10 à 12 % seulement des personnes interrogées disent avoir du mal à s'en sortir et il est exceptionnel qu'elles fassent des dettes ou soient sans ressources. Chez les personnes de 60 à 65 ans, ces difficultés sont deux fois plus fréquentes. La pauvreté des personnes âgées a été bien réduite dans les années soixante. Elle n'a pourtant pas été totalement éradiquée et, selon les associations, semble aujourd'hui en augmentation. Le sentiment de solitude qui atteint ces personnes est aigu. L'évolution démographique actuelle, avec les incertitudes qui pèsent sur les retraites, pourrait donner une nouvelle ampleur à ce problème. Une nouvelle pauvreté pourrait naître aussi de l'impossibilité pour un grand nombre de personnes âgées d'accéder à des services destinés à leur faciliter la vie, mais d'un coût trop élevé pour elles.

Le groupe ② : l'exclusion relationnelle liée à l'âge

Beaucoup plus fréquente dans notre échantillon et plus au coeur du sujet de l'enquête, l'exclusion liée à l'âge. Peu à peu et inéluctablement, le vieillissement isole de différentes façons qui concourent toutes au même résultat : avec la perte du conjoint et des proches, avec l'apparition et la croissance des problèmes de santé, la perte d'autonomie et la réduction progressive de la vie relationnelle dressent autour des personnes âgées un mur de clôture et de solitude.

LES TROIS ÉTAPES DU VIEILLISSEMENT

Une étude fine permet de déterminer qu'il existe une tranche d'âge « charnière » qui va de 79 à 83 ans : avant 79 ans, on est encore le plus souvent dans la jeunesse de l'âge ; après 83 ans, on entre progressivement dans le grand âge. C'est pendant cette période intermédiaire que se produisent les plus grands changements, parmi

lesquels dans de nombreux cas le décès du conjoint ; c'est aussi à ce moment de la vie que s'altèrent la vitalité et l'intégrité physique : difficultés pour voir, entendre, se déplacer, perte d'autonomie. Parfois légères au début, ces détériorations sont cependant irréversibles et deviennent de plus en plus handicapantes.

La solitude apparaît ainsi comme une « souffrance ajoutée » : à la douleur morale de perdre son conjoint, aux douleurs physiques qui deviennent plus présentes, à l'épreuve de la perte d'autonomie s'ajoute la souffrance de se sentir seul sans pouvoir toujours y remédier par soi-même.

Hommes et femmes ne traversent pas ces trois étapes de façon identique : à âge égal, en particulier, les hommes vivent bien plus souvent en couple que les femmes. Ce fait n'est pas propre à notre échantillon, toutes les études le montrent : les hommes se remettent en couple bien plus souvent que les femmes lorsque leur union se trouve rompue, y compris à un âge relativement avancé. Le fait de vivre seul ou en couple jouant un très grand rôle dans la fréquence du sentiment de solitude, celle-ci est plus grande chez les femmes très âgées que chez les hommes très âgés. Mais si l'on compare les hommes et les femmes d'âge égal et de même situation matrimoniale, cette différence n'existe plus : hommes et femmes sont aussi exposés à souffrir de solitude les uns que les autres.

L'impossibilité de sortir de chez soi expose fortement au sentiment de solitude : l'autonomie de déplacement est la source d'une liberté parce qu'elle offre la possibilité de maîtriser l'isolement de fait. Certaines personnes qui ne peuvent pas sortir de chez elles le pourraient cependant si leur logement ou leur environnement ne présentaient pas des obstacles : un immeuble sans ascenseur, par exemple, enferme petit à petit les personnes à mobilité réduite chez elles. De même l'absence de bancs dans les rues limite fortement leur périmètre de sortie et donc leurs possibilités de contacts. Et cette limitation imposée à une autonomie défendue coûte que coûte ne peut qu'accroître la frustration et le sentiment de solitude.

79-83 ans, l'âge charnière

	Vivent seuls (par opposition à « en couple »)	Ont au moins un problème physique ¹	Ne sortent pas régulièrement	Se sentent seuls souvent ou très souvent
60 à 65 ans	63,7 %	42,1 %	16,6 %	31,4 %
66 à 72 ans	68,4 %	45,4 %	18,8 %	28,2 %
73 à 78 ans	82,3 %	57,3 %	28,7 %	33,5 %
79 à 83 ans	89,8 %	70,9 %	42,6 %	39,1 %
84 à 89 ans	94,2 %	79,1 %	52,4 %	43 %
90 et plus	95,6 %	88,6 %	69,8 %	44 %

1. Dans les problèmes physiques, nous ne tenons pas compte du « mauvais moral ».

LES RELATIONS INDIVIDUELLES ET LES RELATIONS DE GROUPE

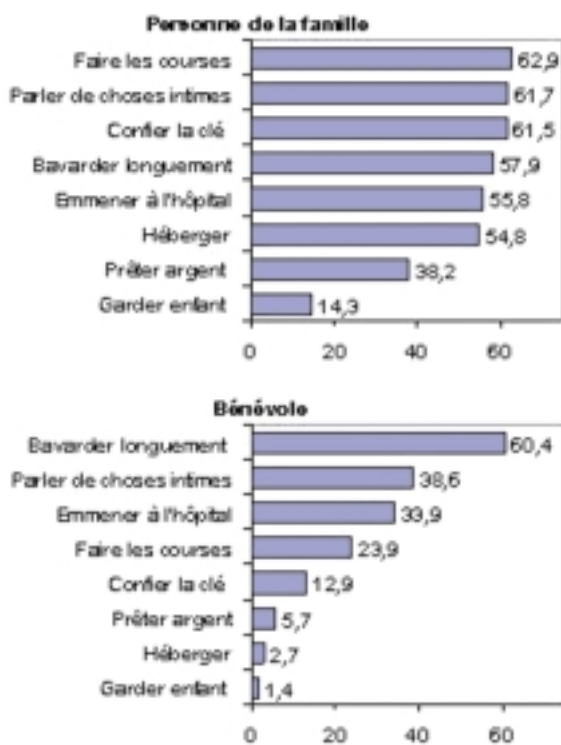
AIDENT À COMBATTRE LA SOLITUDE

Avoir une famille nombreuse et présente atténue beaucoup le sentiment de solitude

Plus de neuf personnes âgées sur dix disent avoir de la famille, en dehors des personnes qui vivent avec elles ; un tiers d'entre elles se sentent seules souvent ou très souvent, contre plus de la moitié de celles qui n'ont pas de famille. Plus encore que l'existence d'une famille, c'est le nombre de personnes la composant qui est déterminant pour la vitalité relationnelle : chez ceux qui n'ont qu'un ou deux parents (15,5 % des personnes interrogées), le sentiment de solitude est trois fois plus fréquent que chez ceux dont la famille compte au moins une dizaine de personnes (36,1 % des personnes interrogées). En effet, plus la famille est nombreuse, plus les occasions de contacts le sont aussi. Mais avec l'âge, le nombre de parents diminue : ainsi 23 % des plus de 84 ans ont des familles ne comptant qu'une ou deux personnes, contre 18 % des 79-83 ans et 14 % des 60-78 ans.

Parmi toutes les relations que les personnes sont susceptibles d'entretenir, la famille joue un rôle à part car on peut presque tout demander à quelqu'un de sa famille : contacts, visites, échanges sur tous les sujets y compris intimes, mais aussi services et dépannages. Le graphique ci-dessous illustre cette prééminence de la famille par rapport aux bénévoles : dans plus de la moitié des cas, c'est à la famille que s'adressent les personnes interrogées pour un service ou une relation de confiance ; les bénévoles sont beaucoup moins souvent sollicités ; les amis et les voisins, non représentés ici, sont dans des situations intermédiaires.

Relations avec la famille et avec les bénévoles : à qui peut-on s'adresser pour...



Lecture : pour faire leurs courses, 62,9 % des personnes interrogées peuvent s'adresser à une personne de leur famille et 23,9 % à un bénévole.

Fréquenter un lieu de rassemblement ou appartenir à un groupe réduit l'isolement et le sentiment de solitude

À côté de ces contacts personnels et identifiants, les relations possibles pour les personnes âgées sont celles qu'offre l'environnement social, sous la forme de groupes, clubs, associations, lieux de rassemblements... Plus de la moitié des personnes interrogées sont membres d'un groupe ou d'un club et plus du tiers fréquente souvent un lieu de rassemblement ouvert à tous. Si elles n'échappent pas totalement à la solitude, elles l'éprouvent beaucoup moins souvent que celles qui n'ont pas ces habitudes.

À âge égal, les femmes participent plus souvent que les hommes à des activités collectives : à titre d'exemple, 70 % des femmes de 60 à 78 ans contre 56 % des hommes de la même tranche d'âge font partie d'un groupe, club ou autre. En outre, de façon générale, les femmes « aiment voir du monde » (57 %) davantage que les hommes (47 %). Mais la fréquentation d'un groupe ou club décroît fortement avec l'âge, passant de 66 % pour les 60 - 78 ans à 46 % pour les 79 - 83 ans et 37 % pour les plus âgés. La perte d'autonomie physique isole et expose au sentiment de solitude.

Composition de l'échantillon

1. Par âge et sexe

	Non réponse	Homme	Femme	Total
Non réponse	5	58	67	130
Jusqu'à 65 ans	12	233	586	831
de 66 à 72 ans	19	254	763	1036
de 73 à 78 ans	13	201	801	1015
de 79 à 83 ans	9	114	654	777
de 84 à 89 ans	12	87	653	752
90 et plus	9	52	387	448
Total	79	999	3911	4989

2. Par lieux de vie

Non réponse	16
Maison particulière	2349
Appartement dans un immeuble	1715
Logement en collectivité dont Hôtel, pension : 30 Foyer, résidence : 345 Maison de retraite : 416	849
Chez des proches	35
Sans domicile stable	25
Total	4989

Études statistiques

Les femmes vieillissent seules, les hommes vieillissent à deux. Un bilan européen. INED - Population & Sociétés n° 419 janvier 2006
Vivre seul, sentiment de solitude et isolement relationnel. Jean-Louis Pan Ké Shon. INSEE Première n° 678, octobre 1999
Isolement relationnel et mal-être. Jean-Louis Pan Ké Shon. INSEE Première n° 931, novembre 2003
Le sentiment de solitude chez les personnes âgées de 60 ans et plus. P. Croutte. CREDOC - Collection des Rapports n°R147, juillet 1994.
La famille, pilier des identités. INSEE Première n°937, décembre 2003.
Refaire sa vie de couple est plus fréquent pour les hommes, INSEE Première n°797, Juillet 2001. Source : enquête sur l'histoire familiale.
L'enquête Handicap Invalidité Dépendance (HID, INSEE 1999) a donné lieu à de nombreuses publications de la DREES (Direction de la Recherche, des Études, de l'Évaluation et des Statistiques du Ministère de la Santé et des Solidarités).

ENQUÊTE

Isolement et **vie** relationnelle

3 Analyse des entretiens par Marika Richetto

Dans notre société qui prend de l'âge, le sujet du vieillissement est devenu récurrent. Sans nul doute, le phénomène de la canicule en 2003 a contribué à l'inscription d'un problème nouveau sur la scène publique, celui de l'isolement des personnes âgées. Le collectif Combattre la solitude, composé de plusieurs ONG et associations de solidarité, a engagé un échange avec près de 5000 personnes de 60 ans et plus sur ce thème. Les éléments de cette synthèse, qui constituent l'approche qualitative de leurs réponses, se veulent contributifs du repérage des besoins, d'une meilleure appréhension des expériences d'isolement et de solitude, pour mieux en prévenir les conséquences néfastes sur la qualité de vie. Il apparaît que parler de son isolement, c'est avant tout parler de soi, de ses rapports au monde, des vicissitudes qui peuvent naître et perdurer. Notamment, les discours sont empreints de solitude, sentiment de souffrance qui apparaît au détour de multiples dysfonctionnements sociopolitiques alors mis en exergue.

DES VALEURS HUMAINES ESSENTIELLES

Face à leur vécu négatif de l'image stigmatisée de la personne âgée, du sentiment « *de rejet* » ou de « *n'être plus qu'un malade* » ou « *qu'un dossier* », les personnes nous ramènent à ce qu'est pour elles l'essentiel : la considération humaine. En effet, les hommes et les femmes rencontrés posent les valeurs démocratiques « *d'attention* », « *de solidarité* », « *de justice* », « *de compréhension* », « *de liberté* », « *de respect* », et « *d'écoute* » comme garantes principales du bien vieillir.

En outre, les personnes âgées expriment que « *la communication est le principal atout pour rompre la solitude* » et que la société doit permettre à chacun la possibilité de s'impliquer dans des relations et de s'affirmer dans ce qu'il a d'unique.

LA VIE SOCIALE AU DEHORS

Les témoignages montrent combien il convient d'agir dans une dimension socio-politique globale. Dans des contextes de vie où l'isolement est un fait, la santé et la situation économique fragilisées, où le logement n'offre plus les repères et la décence nécessaire, où l'accès à l'espace public n'est pas garanti, le désir de s'impliquer et de s'intégrer socialement reste indemne. Or, être isolé et souffrir de solitude ne permet pas de « *vivre normalement, avec les autres, comme les autres* ». Les personnes isolées n'ont pas les moyens nécessaires pour accéder à la vie extérieure, s'y ajuster et finalement composer avec elle. Certaines d'entre elles qualifient même leur quotidien de « *survie* ».

Les réponses actuelles ne restaurent que partiellement la qualité de vie. En outre, le manque de moyens, tant humain que financier, comme l'inexistence des conditions requises pour accéder à la vie sociale sont mis en lumière.

DES DEMANDES QUI REMETTENT EN QUESTION LE STATUT DE CITOYEN

« *Vivre décemment* », « *avoir un logement digne de ce nom* », « *accéder aux soins* », « *être considéré* », « *ne pas être obligés de se priver* », « *accéder aux services publics* », sont autant de demandes des personnes interrogées. Du fait de leur isolement, cela risque de mettre à mal l'exercice de leur citoyenneté. Les priorités que se donnent les systèmes de protection sociale et la solidarité nationale elle-même ne satisfont pas toujours « *L'accès de tous aux droits de tous, par la mobilisation de tous* » (Rapport Economique et social, 2003). Dès lors, elles ressentent comme fragile leur accès aux droits sociaux. Sans que cela soit précisément dit, la citoyenneté même apparaît remise en question.

UNE LUTTE NÉCESSAIRE POUR VAINCRE LA SOLITUDE

Les récits de vie recueillis montrent que les personnes en situation d'isolement luttent au quotidien pour atténuer, voire en annihiler les effets. Notons à ce propos que, quels que soit les fondements et la forme de ce combat, les personnes se positionnent toujours, à un moment donné, comme actives dans ces agissements.

DES ENJEUX CLAIREMENT POSÉS : REFUS DE LA VIEILLESSE ET SAUVEGARDE DE L'AUTONOMIE

Deux enjeux principaux de cette lutte quotidienne sont notés :

- ▶ S'affirmer comme personne non vieille, au sens stigmatisant du terme : les personnes ne se sentent pas vieilles et ne veulent pas le devenir. L'une d'entre elles nous dit « *je ne suis pas vieille, je ne m'en rends pas compte. C'est quand les autres me disent que j'ai du courage à mon âge. Alors, là, je me sens vieille, mais c'est à cause des autres. Alors je continue d'avancer, pour leur montrer que ça peut aller* ».
- ▶ Sauvegarder une part d'autonomie, même restreinte, et la signifier. Cela revient à choisir cette part de liberté, dans la mesure de ses possibilités, pour continuer en partie à gérer son quotidien : « *Mes courses, je ne peux plus, mais on me les fait, mais c'est moi qui fais la liste* », « *J'ai une personne qui vient pour me faire le ménage. Ben, au départ, je lui ai expliqué comment faire pour qu'elle sache mes habitudes. Elle sait que si elle fait bien, ça va, sinon, je lui répète comment il faut faire* ».

DIVERSES MANIÈRES DE MENER SA LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT

À travers les témoignages, divers types de lutte sont repérables.

L'un se traduit par l'anticipation. En connaissance des risques et par un fort besoin d'être sécurisé, des personnes prévoient un palliatif ou un soutien possible pour des problèmes pouvant subvenir. Les personnes qui appréhendent ainsi leur combat décident de cesser une activité, avant même qu'une rupture s'impose à elles.

Le second pourrait se nommer la lutte libératrice, paradoxale en ce sens qu'elle est sous-tendue par la recherche de la mort, ressource ultime pour pallier une peine profonde (décès d'un conjoint notamment). Des personnes préservent le minimum vital pour ne pas souffrir (physiologiquement), mais se laissent socialement partir peu à peu : « *je mange, parce qu'il faut manger, mais tout le reste, je le refuse ; ce que je veux, c'est rejoindre mon mari, il m'attend et moi aussi* ».

Enfin, des personnes font preuve de créativité dans leur manière de lutter. Elles connaissent leurs besoins, et créent peu à peu, seules ou avec de l'aide, un petit réseau, « *un système D* » qui permet de les satisfaire : « *Je me rends compte que je suis isolé, mais j'apprends à vivre avec. Quand j'ai un problème, j'accepte de demander de l'aide, ou de dire oui si on m'en propose. Maintenant, j'ai plusieurs personnes à qui demander de l'aide. C'est quand même parfois difficile* ».

MISE EN ŒUVRE DU PROCESSUS DE LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT

Malgré la restriction certaine du réseau social, l'échange apparaît toujours comme une garantie. D'abord, il s'agit d'accepter de s'impliquer dans un échange, sans forcément avoir le besoin de recevoir, en vue de le rendre pérenne : « *Je dis toujours oui, quand on me demande, même si je n'ai pas besoin spécialement, pour qu'on revienne me demander. Le jour où j'aurai vraiment besoin, ils seront là comme ça* ».

Les personnes montrent une certaine maîtrise de l'échange. C'est leur manière à elle de s'affirmer encore autonome : « *J'ai peu de chose à donner, mais quand même. J'ai peu de personne autour de moi, mais si je demande à cette personne, c'est que je veux que ce soit elle qui m'aide. Et puis je donne ce que j'ai à qui je veux* ».

Enfin, l'intégration dans une structure de soutien constitue une base essentielle à la mise en œuvre du processus de lutte. La recherche de réseaux de soutien, la sollicitation ou l'acceptation du premier contact, la réception d'une réponse rapide, la perception d'être considéré au point de désirer y retourner ou revoir quelqu'un, sont quelques unes des modalités qui garantissent la continuité du combat et l'émergence de ses apports.

UN PROJET DE VIE À CONCRÉTISER

Entamer un processus de lutte contre l'isolement ne saurait se réduire à la manière de le conduire. Qu'est-ce qui motive finalement cette volonté de rester debout ? « *J'aime la vie, même si c'est difficile, j'aime la vie, je me lève le matin et je dis merci d'être en vie* ». À travers les témoignages, on apprend qu'il n'y a pas de réponse unique pour rester en vie et se battre. C'est, entre autre, « *se sentir important pour quelqu'un, à défaut d'être utile* », c'est « *savoir qu'un événement est prévu ou qu'il peut arriver* », c'est la possibilité d'échanger, c'est « *choisir* » dans un panel d'activités proposées pour ne pas tomber dans le piège de la consommation, c'est avoir le soutien nécessaire mais non destructeur d'autonomie.

S'il est une chose essentielle à retenir de ces propos, c'est bien que les personnes s'affirment là, à des degrés divers, comme autonomes : elles réussissent à entretenir des parts de liberté en gérant les choses autrement ». Certes, « *je ne peux plus faire grand-chose, mais je tiens bon pour qu'on me laisse faire ce que je veux* ». Il s'agit donc bien plus d'entendre et prendre en compte leurs possibilités de gérer leur vie que de définir pour elles des domaines d'autonomie préconstruits. Cela revient, pour l'entourage solidaire à connaître ces domaines insoupçonnés d'autonomie et à déployer les conditions requises pour leur exercice.

LES PERSONNES ÂGÉES ENVISAGENT DE MEILLEURS LENDEMAINS

Dans une vision prospective, les personnes âgées proposent des actions. Nous retiendrons :

- ▶ Inverser la tendance actuelle pour « *aller vers les personnes seules et non attendre qu'elles viennent demander de l'aide* » ;
- ▶ Agir rapidement, régulièrement et ensemble « *J'ai appelé...mais on m'a rappelé trois semaines après, je n'avais plus besoin de rien* » ; « *Les services de la mairie pourraient venir régulièrement dans l'hôtel pour parler aux gens, écouter leurs besoins, leur permettre de renouer avec leurs proches, se coordonner avec les associations pour leur permettre des activités* » ;
- ▶ Former et informer : « *Former les gens qui travaillent autour de nous* » ; « *Informer sur tout ce qui existe* » ;
- ▶ Offrir chaque jour et à chaque période de l'année des réponses possibles : « *l'été, les périodes de fêtes (Noël, Pâques), c'est plus difficiles, tout est fermé* » ; « *il existe beaucoup de choses, mais il faut des choses pour le dimanche. Il arrive que ce jour là, on cause à personne, même pas de visites, c'est mortel...* » ;
- ▶ Favoriser les rencontres entre les âges : « *Créer des lieux de rencontres où se mélangent les jeunes et les vieux, et permettent aux acteurs présents d'échanger leurs expériences et de découvrir leurs compétences respectives* » ;
- ▶ Associer le développement des transports adaptés et un accompagnement humain adéquat : « *Mettre plus de transports adaptés aux personnes âgées...* » ; « *avec des bénévoles qui nous accompagnent* » ;
- ▶ Garantir un logement décent : « *Offrir des logements moins chers pour avoir autre chose que quatre murs où on devient malade de la tête* » ;
- ▶ Aménager le territoire : « *mettre des bancs dans les rues pour s'asseoir* », « *faciliter les commerces de proximité* » ;
- ▶ Garantir l'accès à la vie sociale pour les personnes à mobilité réduite : « *La mairie propose des activités, mais pour les personnes valides* » ;
- ▶ Garantir un meilleur niveau de vie : « *l'accessibilité des actions aux personnes à revenus modestes* ».

De manière générale, il convient de « *faire prendre connaissance au plus grand nombre que la solitude existe, et ensuite agir... Parler et concrétiser dans des actes* ».

Pourrons-nous relever ce défi ?



ENQUÊTE

Isolement et **vie** relationnelle

ENQUÊTE

4 Contribution de Philippe Pitaud

Professeur à l'Université de Provence,
Directeur de l'Institut de Gérontologie sociale

Aujourd'hui, nous sommes confrontés à une nouvelle situation au sein de nos sociétés modernes, à savoir, le grand isolement d'un nombre croissant d'individus, tous âges confondus, et le sentiment de solitude qui y est souvent attaché. Chaque individu est concerné à un moment donné de sa vie, par l'expérience de la solitude. Dans cette perspective, l'homme, être social, est, par essence, voué à la solitude, expérience alors inhérente à la condition humaine. Sur le plan social, la solitude des aînés, par exemple, résulte de la dynamique des rapports entre la sphère des aînés et celle des autres générations. Or, si les plus vieux n'ont pas ou plus d'occupations identiques aux gens plus jeunes, ils perdent la possibilité d'entretenir des relations avec eux. Ces déséquilibres traduisent maintes situations dans lesquelles peut s'inscrire un individu : soit celui-ci se trouve trop isolé physiquement ou mentalement, soit n'a pas suffisamment de relations, soit est privé de certains types de relations, ou n'a pas de contacts d'assez bonne qualité. Ces déficiences relationnelles peuvent coexister ou non, les déséquilibres peuvent être croissants et peuvent générer différentes expressions de la solitude chez les individus âgés.

Le terme de solitude n'est pas un phénomène, un construit facile à conceptualiser, bien que nous sachions tous intuitivement ce qu'il est.

Il n'existe pas de définition uniformisée de la solitude. La solitude est avant tout une expérience subjective. Elle est bien souvent perçue comme une expérience négative, pénible à vivre qui s'accompagne d'affects négatifs. Elle correspond chez l'individu à la perception d'une déficience de son réseau de relations sociales, si bien qu'une personne peut ressentir de la solitude dans une foule.

La solitude n'est qu'une expression de l'ordre de la relation. Certes l'on peut quantifier le nombre de visites que l'on reçoit de quelqu'un, distinguer la vie solitaire de la vie en couple ou en communauté, analyser le nombre des interactions entretenues avec la famille ou le voisinage, mais là encore, la relation n'est pas automatique entre ce que vit la personne et un éventuel éprouvé de solitude. Le problème est un problème de liens, celui de la nature, celui de la manière dont est assurée la participation de la personne à son milieu. Le navigateur solitaire qui fait le tour du monde, quand bien même il n'aurait pas de contact radio, rencontrerait l'isolement certes mais pas la solitude.

L'on peut choisir de s'isoler, l'on ne choisit jamais la solitude car elle est souffrance, souffrance-signal d'un déséquilibre de la relation organisme-milieu.

L'exploration de situations de solitude bien souvent vécues comme une exclusion rendue encore plus insupportable lorsque la détresse psychologique s'accompagne d'un quotidien douloureux ou qu'elle se transforme en pathologie, source de souffrance nous permet de découvrir un champ d'action infini pour œuvrer à la reconstruction du lien social.

Dans cette enquête, outre qu'elle concerne 5000 personnes âgées réparties sur l'ensemble du territoire national et qu'elle est, à ce titre intéressante au plan quantitatif, les auteurs ont produit une somme de connaissances avant tout utile à l'action immédiate comme à la projection et à la mise en œuvre d'interventions futures en faveur de la reconstruction du lien social.

D'emblée, on reconnaîtra qu'une telle enquête a eu une fonction à caractère thérapeutique dans la mesure où elle a constitué un formidable lieu d'expression en nous rappelant que pour beaucoup de personnes âgées isolées, « dire c'est être » et qu'en parlant de soi, de sa relation aux autres, on s'identifie et on affirme son existence tout en renforçant son estime de soi.

Ce travail met en exergue les parcours identitaires, leurs réaménagements à l'occasion des ruptures qui ont jalonné la vie des interviewés et témoigne de l'importance de l'intégration sociale comme support essentiel à la construction des individualités.

Les personnes apparaissent le plus souvent, avides de contacts, de rencontres et en cela, le rôle des associations, fondement de la vie sociale française, apparaît récurrent. On peut regretter cependant un certain amalgame dans le public, avec certaines structures du type Mairies et CCAS dans leur prolongement, car si la philosophie d'action peut apparaître la même, il n'en n'est souvent rien des pratiques voire de la psychologie des acteurs. Dans le monde associatif, les acteurs sont avant tout des militants et ils le prouvent chaque jour, souvent sans limites. Quand les membres d'une association ont perdu la foi, on se trouve alors en présence de prestataires de services ; c'est alors une autre logique.

Dans cette continuité, l'enquête montre d'abord, un monde qui a changé laissant dans un no man's land social et relationnel, une génération abandonnée à elle-même ou plutôt aux associations de bénévoles dans la mesure où les grandes structures fondamentales des temps anciens comme la famille, le pouvoir religieux et ses représentants...etc... se sont largement affaiblis pour n'être remplacés par rien d'autre pouvant offrir des repères.

Ce travail suggère ainsi différentes pistes à explorer, pistes qui passent par le renforcement de l'action associative car elle apparaît aujourd'hui, plus que jamais, comme la plus proche des attentes des citoyens âgés (mais pas seulement).

Ainsi, les week-ends, les vacances scolaires, le fameux mois d'Août désertique, spécificité française, apparaissent fortement marqués par un vide abyssal qui laisse les plus fragiles d'entre nous sans ressources et témoignent plus que d'autres plages de temps, que la solitude et les souffrances qui en découlent, ne constituent pas simplement le fait d'être seul(e), mais avant tout, d'avoir, pour les laissés pour compte, le sentiment de ne compter pour personne.

Pour conclure, nous soulignerons que la vie est constituée de ruptures comme des crises qui leur sont associées et qui permettent aux individus de produire des stratégies afin d'en surmonter les effets (le travail de deuil au sens freudien).

En ce sens, " la rupture sur le plan sociologique doit être aussi entendue comme crise, une crise qui rend manifeste l'irruption dans le champ du présent d'un ensemble de conflits qui se dérouleront dans des temporalités différentes." (GRAS A -1979)

Dans cette dynamique, on pensera l'existence humaine comme une succession de ruptures déterminantes de nombreux "avants" et de nombreux "après" qui tous, nous inscrivent dans des solitudes dont le dépassement s'inscrit dans un long cheminement personnel; un cheminement qui nous mène au cœur de nous-même en un Compostel intérieur qui n'a pour autre objet que la conquête éperdue et sans doute infinie de soi.

ASSOCIATION DES CITÉS DU SECOURS CATHOLIQUE
CROIX ROUGE FRANÇAISE
FÉDÉRATION DE L'ENTRAIDE PROTESTANTE
FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LA SOCIÉTÉ DE SAINT-VINCENT-DE-PAUL
FONDS SOCIAL JUIF UNIFIÉ
LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES
RELIGIEUSES PRÉSENTES DANS LE MONDE DE LA SANTÉ
SECOURS CATHOLIQUE/CARITAS FRANCE

Le collectif
"Combattre la solitude"

ENQUÊTE

Isolement et **vie** relationnelle

5 Contribution de Dominique Argoud

Maître de conférences, Université Paris XII
Président du comité Personnes Âgées
Fondation de France

Dès l'origine du projet, le comité Personnes Âgées de la Fondation de France a souhaité soutenir ce travail d'enquête car il présentait un double intérêt. Le premier réside dans le portage du projet. Contrairement à ce que l'on observe dans la plupart des opérations de ce type, il n'est pas l'œuvre d'un organisme ou d'une fédération, mais d'un Collectif. Cette singularité mérite d'être signalée car, même si on peut le regretter, il est trop rare que les institutions acceptent de travailler ensemble autour de problématiques qui, pourtant, les concernent toutes. Nous saluons d'autant plus cette coopération qu'elle aura permis un travail beaucoup plus ambitieux que ce qu'aurait pu faire une seule association ; c'est toute la force du collectif ! Et cette force est nécessaire car le public visé échappe en grande partie aux enquêtes traditionnelles. Seules les organisations impliquées étaient en mesure, par leur connaissance du public, d'obtenir un tel retour d'informations.

...

Le second intérêt de l'enquête est qu'il se focalise sur un phénomène relativement peu visible. Certes, on dispose déjà d'éléments notamment statistiques sur l'isolement et la solitude et l'on n'est pas surpris d'apprendre que ces phénomènes s'accroissent en fonction de l'âge, du handicap et du milieu socio-économique des personnes. Néanmoins, force est de constater que l'isolement et la solitude sont largement « invisibles » sur l'agenda public. C'est ainsi, par exemple, que le suicide des personnes âgées – qui est fortement corrélé à l'isolement familial et relationnel – est souvent ignoré dans sa réalité comme dans ses causes, alors qu'il s'agit d'un phénomène proportionnellement plus important au grand âge que chez les plus jeunes.

Certes, la canicule de l'été 2003 a permis de prendre conscience de l'existence en France d'un grand nombre de personnes isolées avec les conséquences que l'on sait. Mais les politiques publiques s'inscrivent beaucoup plus dans une logique de prise en charge de la dépendance que dans une logique de soutien des solidarités et du lien social. Même le dispositif de « veille et d'alerte » institué par le législateur s'apparente plus à une procédure administrative qu'à une volonté d'agir en profondeur pour prévenir l'isolement.

Dans le prolongement des travaux commandités par la Fondation de France sur les solidarités de voisinage envers les personnes âgées, les résultats de cette enquête soulignent à leur tour deux enjeux fondamentaux.

En premier lieu, et c'est ce qui explique la difficulté des politiques publiques à apporter une réponse appropriée, « combattre la solitude » ne se décrète pas. L'insistance des personnes interrogées pour vouloir préserver leur autonomie démontre qu'il ne s'agit pas de faire le bien à leur place. Les politiques de « prise en charge » ont eu tendance à assister et à ségréguer les personnes aidées. Ici, les personnes isolées réaffirment avec force leur désir de rester insérées dans des circuits d'échanges les plus « normaux » possible. Agir auprès d'elles suppose donc de prendre en compte les histoires et trajectoires de vie individuelles au risque, sinon, de perturber de fragiles équilibres.

En second lieu, et corrélativement, « combattre la solitude » nécessite une action en amont. Cela revient à remettre en cause la logique curative des politiques sanitaires et sociales pour au contraire repenser le mode d'intervention des acteurs dans une logique plus préventive. Car, dans la plupart des cas, on n'est pas isolé, on le devient. Or l'organisation de la société offre plus ou moins de facilités ou d'obstacles pour que la rencontre puisse s'opérer entre les individus quels que soient leur âge et leur handicap. Par conséquent, prévenir l'isolement et la solitude revient à remettre en perspective l'organisation même et le fonctionnement de la société. Vaste programme !

ENQUÊTE

Isolement et **vie** relationnelle

6 Contribution de Vincent Caradec

Professeur de sociologie à l'université de Lille 3

La réalisation, par le collectif « Combattre la Solitude », d'une enquête associant l'exploitation de près de 5 000 questionnaires et l'analyse d'une trentaine d'entretiens constitue une entreprise qu'il convient de saluer et qui mérite qu'on prenne le temps d'écouter ce qu'elle a à nous dire. Tout d'abord, ce beau travail, qui a été réalisé auprès d'un échantillon non pas représentatif des personnes âgées de plus de 60 ans, mais significatif des diverses situations d'isolement et de vécu de la solitude auxquelles elles sont confrontées, permet de repérer et de différencier deux grandes formes d'isolement/solitude (car, si les deux notions sont à distinguer et ne se recouvrent pas, les deux réalités apparaissent bien corrélées) : l'exclusion relationnelle à caractère économique, qui frappe plutôt des sexagénaires, est d'une autre nature que l'exclusion relationnelle liée à l'avancée en âge qui touche davantage les plus âgés. C'est là un premier résultat majeur, qui se trouve complété par tout un ensemble d'observations sur l'isolement/solitude liée à l'avancée en âge (l'isolement/solitude à caractère économique nécessite, quant à elle, une investigation complémentaire, qu'il est d'autant plus important d'entreprendre que cette réalité se trouve aujourd'hui occultée par l'image des jeunes seniors financièrement à l'aise, tournés vers leurs proches et engagés dans de multiples relations sociales).

L'enquête souligne bien, par exemple, le souci des personnes qui vieillissent de rester autonomes, actrices de leur vie, ou encore l'importance de la perte du conjoint, des problèmes de santé et de l'impossibilité de sortir de chez soi dans l'avènement du sentiment de solitude.

Ces constats font écho aux travaux menés par les sociologues sur la « déprise », notion qui désigne le processus de réaménagement de l'existence qui se produit au cours de l'avancée en âge, au fur et à mesure que les personnes qui vieillissent sont confrontées à des problèmes de santé, à des difficultés physiques croissantes, à une fatigue plus prégnante et à une réduction de leurs « opportunités d'engagement ». Il leur faut alors revoir à la baisse leurs activités et leurs relations sociales. Mais elles le font en s'efforçant de conserver, aussi longtemps que possible, des activités et des relations qui font sens pour elles et qui leur permettent de maintenir une « prise » sur le monde. Le point important est que les mécanismes déclencheurs de la déprise – qui sont de même nature que ceux qui conduisent à l'isolement et la solitude – ne sont pas seulement à chercher du côté des personnes qui vieillissent, mais aussi dans leur environnement : leur environnement matériel (l'exemple des bancs, cité dans le rapport, l'illustre parfaitement : l'absence de bancs dans l'espace urbain constitue un obstacle pour les promeneurs âgés qui ont besoin de prendre régulièrement du repos et contribue à leur repli sur leur espace domestique) et leur environnement relationnel, plus ou moins riche en « opportunités » d'engagement dans des relations sociales. C'est là, dans la création d'un environnement plus favorable, plus riche en « supports », que les associations trouvent leur raison d'être : en essayant, par exemple, de faire prendre conscience aux élus de l'importance de certains aménagements urbains ; en suscitant des espaces et des occasions de rencontres permettant aux personnes âgées isolées de nouer des relations nouvelles ; en les sollicitant lorsqu'elles souffrent de ne plus l'être suffisamment tout en prenant garde de ne pas les enfermer dans une posture passive, en faisant en sorte qu'elles puissent, au contraire, participer à des activités qui correspondent à leurs désirs et sont susceptibles de leur procurer le sentiment qu'elles peuvent encore être utiles.

On peut, sur ce point, revenir à l'enquête. Car – c'est là une de ses originalités – elle a elle-même constitué une occasion de solliciter les personnes qui souffrent de solitude, de les rencontrer, d'échanger avec elles sur la base des questions prévues dans le dispositif d'enquête. Ainsi, le questionnaire a été non seulement un outil de production de connaissances générales sur la solitude, mais aussi un support d'échanges entre les bénévoles des associations partie prenante du Collectif et les personnes que ces bénévoles ont rencontrées, un moyen de mieux les connaître, d'écouter leur point de vue, d'entendre leurs aspirations et, le temps de cet échange, de rompre leur isolement. D'outil scientifique, le questionnaire s'est ainsi transformé en médium du lien social – et cela aussi est à méditer.