

**Exposé du 5 juin 2009, Dubendorf**

**François Höpflinger ([www.hoepflinger.com](http://www.hoepflinger.com))**

## **Représentations de la vieillesse et réalités de l'âge**

### **Ambivalence de l'âge - coexistence d'images négatives et positives**

En Europe, la vieillesse a de tout temps fait l'objet d'une ambivalence existentielle: alors que d'un côté, elle était associée à la déchéance physique et mentale, à la fragilité et à la proximité de la mort, elle évoquait aussi, de l'autre côté, l'expérience et le développement (sagesse) mental et spirituel. Souvent, les affirmations négatives et en partie discriminatoires formulées à l'égard des aînés reflètent non seulement une vision dévalorisante des personnes âgées, mais aussi la peur de son propre avenir, chacun, chacune étant conscient du caractère inéluctable du vieillissement, tout du moins physique. Il arrive de plus en plus fréquemment que des aînés pallient les représentations négatives de la vieillesse en s'excluant de la catégorie des "vieux". Au cours de ces dernières décennies, les discours publics se sont peu à peu désintéressés des personnes âgées dépendantes et nécessiteuses de soins pour se concentrer sur les vieux de type pique-assiette, qui vivent aux dépens des plus jeunes générations. Venant contrebalancer cette vision basée sur les coûts des aînés, est alors apparu le concept de la vieillesse productive, selon lequel il faudrait davantage exploiter les ressources, l'expérience et les compétences des générations plus âgées.

Les nouvelles représentations dégagées dans les milieux de la gérontologie - comme le "vieillissement réussi" - ont été et sont rapidement reprises par les médias, sans que leur diffusion ne fasse disparaître les représentations déficitaires pour autant. Depuis les années quatre-vingt-dix, on observe ainsi une coexistence des thèses orientées vers les activités et de celles axées sur les déficits. Autrement dit: au lieu de se substituer aux images négatives de la vieillesse, les représentations positives de l'âge sont plutôt venues les compléter et la combinaison de ces deux perspectives varie en fonction de la manière dont un thème est abordé ou de la position des personnes considérées. Les représentations les plus récentes des aînés - dans lesquelles on retrouve des termes comme "vieillissement réussi" ou "jeunes vieux" - prônent généralement une dissolution des différences et des frontières intergénérationnelles : les "jeunes vieux" y sont par exemple décrits comme étant aussi innovateurs, actifs et à la mode que les plus jeunes et les personnes qui réussissent leur vieillissement se basent sur les modèles de performance suivis par les jeunes générations.

### **Différenciation des dernières étapes de la vie - troisième et quatrième âges**

L'allongement de l'espérance de vie - des femmes et des hommes plus âgés - et, en partie aussi, les retraites anticipées ayant entraîné un prolongement de la phase post-professionnelle, la division classique entre population active et retraités est devenue trop vague. C'est la raison pour laquelle on établit souvent aujourd'hui une distinction entre le troisième et le quatrième âge, le troisième se référant principalement aux jeunes retraités alors que le quatrième correspond plutôt aux personnes d'un âge très avancé. En plus de la position sur le marché de l'emploi, l'état de santé fonctionnel est donc de plus en plus souvent utilisé comme critère pour classer les gens dans les différentes phases de la seconde moitié de leur vie. Les adultes vieillissants peuvent ainsi, par exemple, être classés dans les catégories suivantes:

*1ère phase de vieillissement: seniors exerçant encore une activité lucrative (50 et +)* - Bien que les personnes se trouvant dans cette phase de leur vie exercent encore une activité lucrative, elles se situent déjà au seuil de la transition vers la phase post-professionnelle. Avec le système des retraites anticipées, de nombreux employés quittent la vie active, ou en sont exclus, avant 65 ans déjà (à noter également que la mode des retraites anticipées a contribué à ce que des collaborateurs de 50/55 ans soient déjà considérés comme des anciens sur leur lieu de travail). Dans de nombreux cas, la période précédant de peu la retraite correspond au moment où les enfants sortent du nid et à la naissance des premiers petits-enfants, et donc à la découverte d'un nouveau rôle familial, celui de grand-père ou grand-mère. C'est souvent aussi à ce moment-là que l'on est confronté aux problèmes de vieillissement, de dépendance et au décès de ses propres parents; il n'est pas rare que ces processus déclenchent bien des questionnements au niveau religieux-spirituel (mais qui sont rarement thématiques dans l'église). Etant donné que les personnes se trouvant dans cette phase de leur vie disposent souvent d'un revenu relativement élevé - suite au départ des enfants, mais aussi à des héritages - les seniors encore actifs (50 et +) sont devenus une cible importante pour les agences immobilières, les banques et des sociétés spécialisées dans le bien-être. A l'inverse, l'invalidité ou le chômage dans certains groupes d'actifs plus âgés se traduisent par une augmentation des risques vers la fin de la vie professionnelle et ont un effet délétère au moment du passage vers la phase post-professionnelle.

*2e phase de vieillissement: retraités en bonne santé (aussi appelé troisième âge)* - Cette étape de la vie - relativement récente en termes socio-historiques - est caractérisée par une libération de l'activité lucrative et, plus souvent qu'à l'époque, par une assez bonne situation économique garantie par le système de prévoyance. De nombreux retraités - mais bien évidemment pas tous peuvent ainsi bénéficier relativement longtemps d'une vieillesse en bonne santé, ce qui leur permet d'organiser cette première phase de la retraite de manière indépendante, en fonction de leurs propres besoins, et d'en profiter. La durée de cette phase de "cc liberté tardive" varie fortement d'une personne à l'autre et la durée du "cc troisième âge" dépend de plusieurs facteurs tels que, par exemple, les ressources financières et psychiques ainsi que les contraintes physiques subies durant les phases antérieures de la vie. Au plan social, la retraite en bonne santé est loin d'avoir été définie et demeure quelque chose de très flou. D'aucuns s'efforcent toutefois de plus en plus de lui attribuer des critères sociaux plus clairs en créant des nouveaux modèles de vieillesse active, productive et créative, notamment pour faire en sorte que les aînés en bonne santé assument une responsabilité sociale ou intergénérationnelle.

*3e phase de vieillissement: phase de fragilité (frailty) (aussi appelée quatrième âge)* - Suivant les sollicitations professionnelles et biographiques subies antérieurement et suivant la constitution génétique, les limitations et les déficits liés à l'âge interviennent plus ou moins tôt. Chez une personne qui a mené une vie saine et eu un travail physiquement peu contraignant, les risques, déficits et limitations fonctionnelles dus à l'âge augmentent généralement surtout à partir de 80 ans. La phase de fragilisation est une période durant laquelle les problèmes de santé et les limitations fonctionnelles rendent l'indépendance non pas impossible, mais difficile. Les limitations fonctionnelles - comme la baisse de l'ouïe, les déficiences visuelles, les difficultés à marcher, le risque accru de chute - exigent une adaptation des activités quotidiennes (comme le renoncement à des voyages fatigants ou à la conduite automobile). Pour les femmes et les hommes se trouvant dans cette phase de fragilité, il est particulièrement important que leur environnement et les compétences qui leur restent soient ajustés en fonction de leurs besoins, mais aussi, de plus en plus, qu'elles puissent bénéficier d'une aide extérieure pour certaines activités quotidiennes (p. ex. pour le

nettoyage et les achats). La difficulté de cette phase consiste à surmonter les limites et les restrictions posées par un corps vieillissant - alors que les capacités mentales et cognitives sont souvent encore bonnes. C'est une phase de la vie dans laquelle le bien-être psychique est fortement déterminé par des facteurs de "cc force mentale" (qui sont notamment aussi étroitement liés avec les valeurs religieuses et spirituelles que l'on a dans la vie).

*4' phase de vieillissement: dépendance et fin de vie* - Cette phase de la vie est caractérisée par une dépendance due à la dégradation de la santé. Vivre de manière autonome devient alors quasiment impossible et les personnes se trouvant dans cette phase ont besoin de l'assistance de tiers pour effectuer des choses toutes simples du quotidien. C'est à cette phase que l'on fait généralement référence lorsque l'on parle de la vieillesse en termes négatifs. Techniquement, toutes les personnes âgées ne vont pas forcément devenir dépendantes au crépuscule de leur vie, mais le risque de nécessiter des soins - et donc d'être dépendantes d'autrui pour des actes élémentaires -, souvent associé à la multimorbidité, augmente très nettement lorsqu'elles atteignent un âge très avancé. Le risque de souffrir de troubles organiques cérébraux s'accroissant également rapidement à un âge élevé, un bon tiers des personnes de plus de 90 ans sont atteintes de démence. Du fait que l'on ait réussi à retarder la prise en charge des personnes dépendantes en raison de leur état physique sans parvenir à empêcher l'apparition des démences séniles, la proportion des personnes très âgées ayant besoin de soins et souffrant de troubles organiques cérébraux est en hausse, ce qui représente un défi particulier pour le personnel chargé des soins et de l'accompagnement en fin de vie.

L'identification de différentes phases de la vieillesse, dans une société où les gens vivent souvent longtemps, entraîne progressivement le développement de deux cultures de la vieillesse différentes, dotées chacune de ses propres priorités sociales et de ses propres défis socioethniques, parfois totalement opposés. On observe ainsi d'un côté l'émergence d'une culture du troisième âge (seniors, retraités en bonne santé) : pour les femmes et les hommes en bonne santé, actifs et compétents se trouvant dans la seconde moitié de leur vie - et notamment dans la phase post-professionnelle de leur vie - la participation, le maintien des compétences et l'exercice d'activités sociales ayant un sens sont considérés comme des éléments essentiels. Dans cette phase de la vie, les contacts variés avec d'autres générations, mais aussi - en raison d'une demande croissante - l'obligation de s'investir pour d'autres générations, traduisent une culture positive de la vieillesse. Une culture positive et active du troisième âge est de plus en plus souvent considérée comme un pilier central du contrat générationnel dans notre société démographique vieillissante, car seule une meilleure utilisation sociale des compétences (croissantes) des aînés en bonne santé peut permettre de répondre aux défis démographiques. De l'autre côté, on assiste à un renforcement de l'ancrage institutionnel d'une culture du quatrième âge (fragilité, dépendance, fin de vie). Parmi les principaux éléments - traditionnels - de cette seconde culture de la vieillesse basée sur une détérioration du bilan gain-perte de la vie, on compte la solidarité, l'assistance et l'égard, mais aussi une reconnaissance du caractère mortel de la vie. C'est d'abord une culture de la solidarité et du soutien à l'égard des personnes âgées devenues dépendantes, mais c'est aussi une culture de la vieillesse qui reconnaît les limites du possible. Formulé ainsi, il apparaît clairement que dans la culture du quatrième âge, les termes liés aux prestations habituellement employés dans le jargon social n'ont plus aucun sens, d'où des dilemmes éthiques inévitables, notamment lorsqu'il s'agit de choisir entre maintien de l'autonomie et assistance, entre sécurité et autonomie, entre interventions médicales et mort dans la dignité. Les discours théologiques et ecclésiastiques qui ne tiennent pas compte de cette différenciation des diverses phases de la vieillesse (et qui abordent la vieillesse d'une manière globale) sont dépassés.

## **Dynamique accrue de la seconde partie de la vie - vers un rajeunissement socio-culturel du ce troisième âge »**

Alors qu'à l'époque, le vieillissement était accepté passivement, il est aujourd'hui de plus en plus souvent compris comme un processus que l'on peut gérer de manière active, comme l'indiquent les concepts gérontologiques de plasticité. Les processus d'individualisation, de pluralisation et de dynamisation des représentations de la vie et des parcours de vie que l'on rencontre en premier lieu chez les jeunes adultes s'appliquent de plus en plus nettement aussi aux phases ultérieures de la vie, et notamment au troisième âge (seniors, retraités en bonne santé). Pour un groupe considérable de femmes et d'hommes âgés - mais non pas pour la totalité d'entre eux -, les nouveaux modèles de vieillesse active et créative se traduisent aussi par une réorganisation significative des activités post-professionnelles, notamment dans le milieu du ce troisième âge 1), des retraités en bonne santé. Depuis les années 1980, le style de vie des personnes âgées de 65 à 74 ans, voire parfois de plus de 75 ans, en Suisse a clairement évolué vers une gestion plus active de la vie.

L'individualisation et la dynamisation des années plus tardives de la vie sont encore renforcées par le vieillissement des nouvelles générations d'aînés, ayant elles aussi de nouvelles représentations de la vie. Le changement structurel et le changement générationnel de la vieillesse vont ainsi de pair. Le vieillissement des premières générations de l'après-guerre (baby-boomers) en particulier amène une transformation radicale du troisième âge (voire du quatrième âge). La génération du baby-boom en Europe occidentale a été profondément marquée, dans ses jeunes années, par la culture de la jeunesse et la mondialisation de la musique. Les adolescents et les jeunes adultes de l'époque ont été confrontés à une dissolution rapide des valeurs familiales traditionnelles, notamment en ce qui concerne les relations sexuelles et la cohabitation avant le mariage. C'est cette génération qui a non seulement vécu, mais aussi activement promu le modèle bourgeois du couple et de la famille. Ils ont ainsi eu moins d'enfants, mais connu plus de divorces que la génération de leurs parents. Durant leur jeunesse et leur vie de jeunes adultes, ils ont aussi assisté au bouleversement du rôle de la femme, et les femmes aujourd'hui âgées de la génération du baby-boom font partie des premières générations de femmes âgées émancipées et indépendantes. Les durs travaux physiques effectués dans les champs et l'industrie s'étant raréfiés, le nombre de femmes et d'hommes de cette génération souffrant, à un âge avancé, de limitations corporelles précoces a diminué. Les femmes et les hommes de ces générations jouissent par conséquent souvent d'une espérance de vie saine relativement longue. Les plus jeunes générations bénéficient en outre d'un développement marqué du système de formation qui leur permet souvent de suivre une formation spécialisée ou des études universitaires d'un niveau plus élevé que leurs parents ou grands-parents. Les générations mieux formées ayant plus de chances de faire carrière, un nombre proportionnellement plus important de femmes et d'hommes des plus jeunes générations ont pu gravir plus facilement les différents échelons professionnels et obtenir de meilleurs postes et des revenus plus élevés. Les salaires plus élevés donnant généralement droit à de meilleures prétentions en termes de rentes, bon nombre des personnes appartenant à ces générations - mais naturellement pas toutes - bénéficient, l'âge venu, d'une meilleure situation économique.

Malgré ces nouveaux modèles de vieillesse active, les représentations déficitaires traditionnelles de la vieillesse n'ont pas disparu. On constate simplement que, de manière générale, les gens se considèrent plus longtemps comme étant jeunes et plus tard comme étant vieux. En fait, au lieu d'observer une tolérance accrue face à la vieillesse, on assiste plutôt à un changement de comportement des aînés qui ont tendance à adopter une 'attitude de jeunes' (ce qui remet fondamentalement en question l'idée de faire coïncider le vieillissement démographique et le

vieillesse sociale). Le phénomène consistant à prolonger un mode de vie en partie axé sur les jeunes jusqu'à un âge avancé de la retraite engendre toutefois deux tendances contradictoires. D'un côté, il crée davantage de possibilités de se réorienter durant la seconde moitié de sa vie. La retraite n'est alors plus synonyme de calme et de retrait, mais constitue une étape de la vie remplie de possibilités multiples et colorées de se réinstaller, par exemple, en changeant de logement. La vieillesse n'est pas une phase composée uniquement de déficits et de pertes, mais une étape offrant de nouvelles chances et propice au développement de compétences négligées jusque là - notamment dans le domaine des contacts sociaux, du jardinage, de la formation etc. De l'autre côté, il engendre de nouvelles contraintes sociales visant à repousser, voire combattre, l'âge physique visible. Apprendre toute sa vie, exercer une activité le plus longtemps possible, mais aussi préserver autant que faire se peut sa santé physique et son bien-être sont autant de nouvelles représentations d'un cc vieillissement réussi». Le mouvement 'anti-aging' - dont le but est d'arrêter, ou tout du moins de ralentir, le vieillissement physique - renforce la pression exercée sur chacune et chacun pour qu'elle ou il donne le plus longtemps possible l'impression d'être cc jeune». La dynamique accrue de la seconde moitié de la vie se traduit en outre par une plus grande hétérogénéité des processus de vieillissement. Dans une société dynamique, les processus biologiques, psychiques et sociaux du vieillissement varient donc fortement et l'une des caractéristiques fondamentales du vieillissement actuel est constituée par les différences marquées que l'on peut observer entre des personnes du même âge. Cela s'explique en partie par l'énorme inégalité financière des aînés. Parallèlement aux aînés aisés, en augmentation, il existe toujours un groupe de personnes à faible revenu. De plus, l'évolution vers une vieillesse activement et socio-culturellement plus jeune renforce encore les écarts au niveau psychique et social: alors que les uns s'occupent activement d'organiser et de planifier leur vieillesse, d'autres continuent à la vivre comme une chose inéluctable. Suivant les expériences qu'ils ont faites précédemment, les gens géreront leur vieillesse différemment; sans compter que la seconde moitié de leur vie ne se présentera pas de la même manière selon qu'ils ont vécu des réussites ou au contraire des échecs dans les domaines professionnel, familial et social. Au lieu de rendre les gens plus semblables, l'âge accentue les différences; un point que la gérontologie différentielle souligne depuis de nombreuses années déjà.

La transformation de la vieillesse se répercute aussi sur la politique sociale. Premièrement, les observations faites sur les personnes vieillissantes et âgées aujourd'hui ne fournissant que peu d'indications sur le visage qu'aura le vieillissement demain, il apparaît pratiquement inutile de vouloir établir des scénarios linéaires sur l'avenir de l'âge dans la perspective d'une planification sociale. Deuxièmement, bien que l'on assiste à un vieillissement démographique de la population, lié d'une part au taux de natalité peu élevé (vieillissement démographique par le bas) et d'autre part à l'allongement de l'espérance de vie des femmes et des hommes plus âgés (vieillissement démographique par le haut), ce vieillissement démographique n'entraîne pas un vieillissement social. Dans ces circonstances, il semble douteux de se baser sur l'âge de 65 ans pour définir la cc population âgée»; les offres de l'église destinées aux personnes âgées (comme les après-midis pour les aînés etc.) s'adressent d'ailleurs toujours davantage à des personnes très âgées, et encore. Troisièmement, les jeunes générations savent qu'à bien des égards elles vont (devoir) vieillir différemment de la génération de leurs parents. A l'inverse, les générations plus âgées savent que leurs expériences ne peuvent plus être déterminantes pour les générations suivantes.

## **Discussion finale - un nouveau vieillissement, entre nouvelles libertés et nouvelles contraintes**

L'évolution vers une société de personnes vivant plus longtemps et organisant activement les années plus tardives de leur vie, crée un champ de tensions entre les nouvelles libertés offertes par la vieillesse et les nouvelles contraintes sociales rencontrées avec l'âge. D'une part un nombre croissant de personnes - bien que ce ne soit de loin pas le cas de toutes - ont davantage de chances de bénéficier pendant de longues années d'une vieillesse en bonne santé et d'une sécurité économique leur permettant de profiter de nouvelles libertés individuelles. Les retraités jouissant d'une sécurité financière et d'une bonne santé découvrent ainsi de nouvelles possibilités d'épanouissement, même une fois avancés en âge. L'autodétermination et l'autonomie deviennent ainsi des représentations significatives pour la vieillesse également, ce qui se reflète aussi bien dans le souhait de mener le plus longtemps possible une vie indépendante en restant à la maison que dans l'augmentation du nombre et de la signification des groupes de seniors qui s'organisent entre eux. D'autre part, le vieillissement démographique et les peurs socio-politiques d'un déséquilibre du contrat générationnel conduit à de nouvelles réflexions sur la responsabilité sociale des aînés. Ce phénomène est encore renforcé par des modèles gérontologiques qui mettent en exergue les compétences et les ressources dont disposent les personnes plus âgées, et les représentations des modèles de vieillesse active, voire productive, laissent accroire qu'un niveau d'activité élevé dans des phases avancées de la vie est une condition préalable importante à une vieillesse épanouie et comblée. La nouvelle responsabilité sociale des aînés apparaît notamment clairement dans les discours prônant une hausse de l'âge de la retraite («quiconque est en bonne santé et compétent plus longtemps peut et doit aussi travailler plus longtemps») ou dans une revalorisation de l'engagement civique et du travail bénévole des personnes plus âgées.

Les nouvelles représentations de la vieillesse - dans une société où l'on vit longtemps - sont de manière générale fortement orientées vers des modèles sociaux de vie où les aînés doivent être des citoyens à la fois indépendants et coresponsables. Si l'on y regarde de plus près, bon nombre de ces nouveaux modèles (idéalisés) se réfèrent cependant surtout au troisième âge (seniors, retraités en bonne santé). Le quatrième âge (fragilité, phase de dépendance) n'est en effet que rarement concerné, tant il fait encore l'objet de représentations déficitaires classiques toujours fortement ancrées dans les mentalités.

### **Bibliographie**

Backes, G. M.; Amrhein, L. (2008) Potenziale und Ressourcen des Alter(n)s im Kontext von sozialer Ungleichheit und Langlebigkeit, in: H. Künemund, K. A. Schroeter (Hrsg.) Soziale Ungleichheiten und kulturelle Unterschiede in Lebenslauf und Alter. Fakten, Prognosen und Visionen, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften: 71-84. Clemens, W.; Höpflinger, F.; Winkler, A. (Hrsg.) (2005) Arbeit in späteren Lebensjahren. Sackgassen, Perspektiven, Visionen, Sern: Haupt Verlag. Erlinghagen, M.; Hank, K. (Hrsg.) (2008) Produktives Altern und informelle Arbeit in modern en Gesellschaften. Theoretische Perspektiven und empirische Befunde, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. Göckenjan, G. (2000) Das Alter würdigen. Altersbilder und Bedeutungswandel des Alters, Frankfurt: Suhrkamp. Höpflinger, F. (2008) Generationenwandel des dritten Lebensalters - sozio-kulturelle Verjüngung in einer demografisch alternden Gesellschaft, Psychotherapie im Alter, 5. Jahrgang, Nr. 20, Heft 4: 401-412. Höpflinger, F. (2009) Einblicke und Ausblicke zum Wohnen im Alter. Age Report 2009, Zürich: Seismo. Höpflinger, F.; Stuckelberger, A. (1999) Demographische Alterung und individuelles Altern, Zürich:

«Représentations de la vieillesse et réalités de l'âge»

Professeur François Höpflinger

7 sur 7

Seismo (2.Auflage: 2000) Hummel, C. (2003) La vieillesse, un âge obsolète? L'improbable projet des alchimistes du XXIème siècle, in: S. Cavalli, J.-P. Fragnière (eds.) L'avenir - Attentes, projets, (dés)illusions, ouvertures. Hommages à Christian Lalive d'Epinay, Lausanne: Réalités sociales.

Karl, F. (2007) Altersforschung: Brückenschlag zu den Jugendstudien der 1950 und 1960er Jahre?, in: H.-W. Wahl, H. Mollenkopf (Hrsg.) Altersforschung am Beginn des 21. Jahrhunderts, Berlin: AKA Verlag: 83-98.

Lalive d'Epinay, Ch.; Spini, D., et al. (2008) Les années fragiles. La vie au-delà de quatre-vingts ans, Quebec: Presse de l'université Laval.

Perrig-Chiello, P.; Höpflinger, F.; Suter, C. (2008) Generationen - Strukturen und Beziehungen. Generationenbericht Schweiz, Zürich: Seismo.

Spichiger P. (2006) BabyBoomer, gfs-Zürich, Markt- & Sozialforschung (mimeo.)