

# Après 60 ans, une personne sur trois est concernée par la solitude

Robert Rochefort

*La solitude sera-t-elle la maladie du prochain siècle ? Le vieillissement démographique et la montée des divorces peuvent le faire craindre. L'enquête sur « La solitude des personnes âgées », initiée par le GERHSE, en collaboration étroite avec les services sociaux des Caisses de retraite AGIRC et ARRCO, en association avec le CRÉDOC, révèle qu'une personne sur trois de plus de soixante ans et vivant à son domicile reconnaît souffrir de solitude au moins de temps en temps. En recoupant les déclarations et les conditions de vie effectives, il est absolument certain qu'environ une personne sur cinq (19 %) cumule les trois facteurs majeurs que sont l'isolement familial, une vie personnelle difficile et des problèmes de santé. S'il n'est pas aisé d'empêcher l'apparition de ces causes de solitude, une prévention peut toutefois être organisée pour favoriser la vie sociale. Cette enquête prouve qu'il reste beaucoup à faire dans ce domaine, même si depuis vingt ans, la situation des personnes âgées s'est beaucoup améliorée.*

## Entre 20 et 30 % des personnes de 60 ans et plus souffrent de solitude

Qu'est-ce que la solitude ? Certainement une souffrance qui, sans être le triste privilège de l'âge, devient plus fréquente en vieillissant du fait des ruptures que la vie impose : perte d'activité professionnelle ou sociale, perte du conjoint, réduction d'autonomie dans les déplacements. Pour le docteur Beck, gériatre, conseiller scientifique du GERHSE pour cette enquête effectuée par le Département d'évaluation des politiques sociales du CRÉDOC, la solitude peut se définir par la présence persistante d'un « sentiment douloureux d'un manque ». Dès lors, il devient nécessaire, pour en définir la prévalence, de mesurer les conditions de vie objectives des personnes potentiellement concernées,

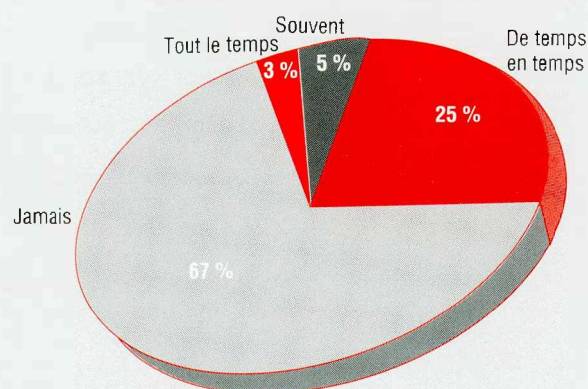
tout autant que l'appréciation qu'elles formulent à leur égard. Mieux comprendre les causes d'apparition de la solitude doit également permettre de la prévenir et de la combattre. L'enquête menée auprès de 800 personnes âgées de 60 ans et plus vivant à leur domicile a été réalisée dans ce but.

Une personne sur trois reconnaît souffrir de solitude au moins de temps en temps. Ceux qui disent en souffrir « souvent » ou « tout le temps » constituent une minorité non négligeable de 8 %.

S'il est important, l'avis des enquêtés n'est pas suffisant, compte tenu de la délicatesse du sujet abordé et de la subjectivité des réponses. Appelés à formuler leur avis, les enquêteurs ont estimé que, de leur point de vue, 22 % des personnes questionnées souffraient de solitude. L'écart entre les déclarations des enquêtés et le jugement des enquêteurs porte essentiellement sur la population souffrant « occasionnellement » de soli-

### Une personne sur trois souffre de solitude

« Vous arrive-t-il de souffrir de solitude ? »



Source : CRÉDOC

tude : dans un cas sur deux, l'enquêteur a déclaré la personne souffrant de solitude, et dans l'autre cas, n'en souffrant pas. En revanche, dans les cas de solitude accentuée (« tout le temps » et « souvent ») ou d'absence de solitude (« jamais »), les jugements de l'enquêteur et de l'enquêté se rejoignent quasi parfaitement.

## Santé, argent, vie affective : les causes de la solitude sont multiples

Parmi la centaine de questions posées à l'enquêté, huit se distinguent comme

*vivre décemment et qui force à s'imposer régulièrement des restrictions sur certains postes de consommation* : 41 % des personnes sont dans ce cas.

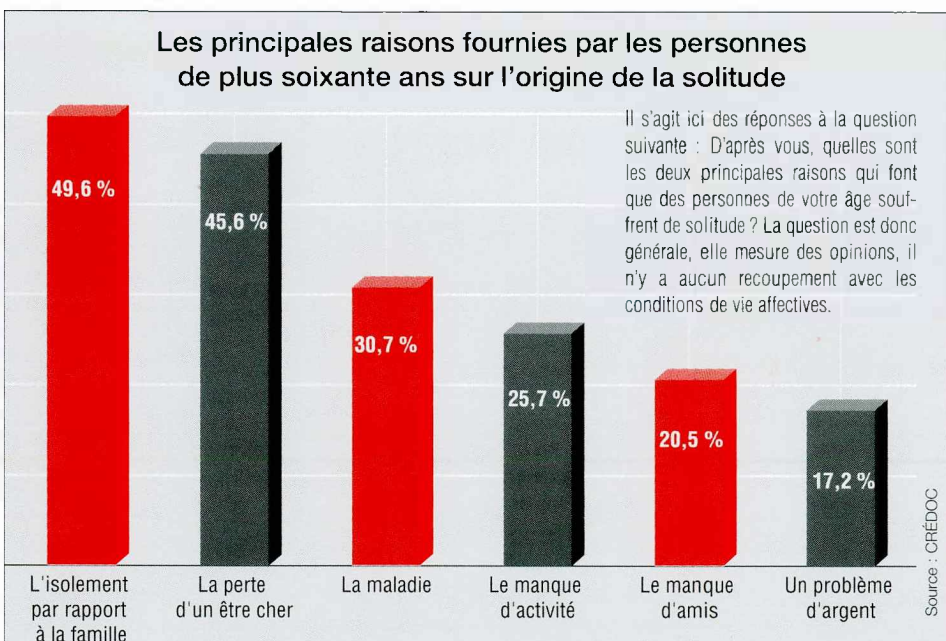
On le voit, les facteurs qui apparaissent déterminants ont trait à l'intensité du lien familial, à la vie affective, à la santé et aux ressources monétaires. En tenant compte de ces différents facteurs, la population des plus de 60 ans vivant à domicile peut être répartie en six groupes dont heureusement le principal, qui en regroupe exactement 50 %, ne présente, à un moment donné, aucun facteur de déclenchement du sentiment de solitude. A l'opposé, 19 % des personnes cumulent trois facteurs à la fois, il s'agit de ceux qui sont les plus atteints par la solitude. Entre les deux, quatre situations

En effet, pour 41 % des personnes interrogées ayant des enfants, au moins l'un d'entre eux réside dans la même ville, et dans 35 % des cas, le plus proche réside dans une ville différente mais avec un temps de trajet inférieur à une heure.

Les plus jeunes des retraités voient plus souvent leurs enfants. Ils ne sont pas obligés d'attendre leur visite. La plupart du temps, ils peuvent se déplacer eux-mêmes. Cela est moins vrai après 85 ans, quand l'autonomie est ralentie ; 63 % d'entre eux continuent tout de même à bénéficier de rencontres hebdomadaires. Enfin, cela va de soi, la fréquence des contacts décroît avec l'éloignement géographique.

Les rapports avec les petits-enfants sont devenus aujourd'hui un élément très important du tissu familial. Lorsque les enfants sont vus au moins une fois par semaine, 81 % des petits-enfants le sont aussi. En revanche, lorsque les enfants ne sont vus que deux ou trois fois par an, les petits-enfants sont vus avec la même fréquence dans 77 % des cas. On ne constate pas de rattrapage, mais au contraire un effet d'amplification. Ainsi, les personnes âgées « fâchées » avec leurs enfants n'ont guère de chance d'avoir des relations intenses avec la génération suivante.

S'ils sont essentiels, enfants et petits-enfants ne constituent pas les seuls interlocuteurs au sein de la famille. Dans plus d'un cas sur deux, les personnes interrogées voient souvent un autre membre de leur famille. Le plus fréquemment, il s'agit d'un frère ou d'une sœur, d'un beau-frère ou d'une belle-sœur.

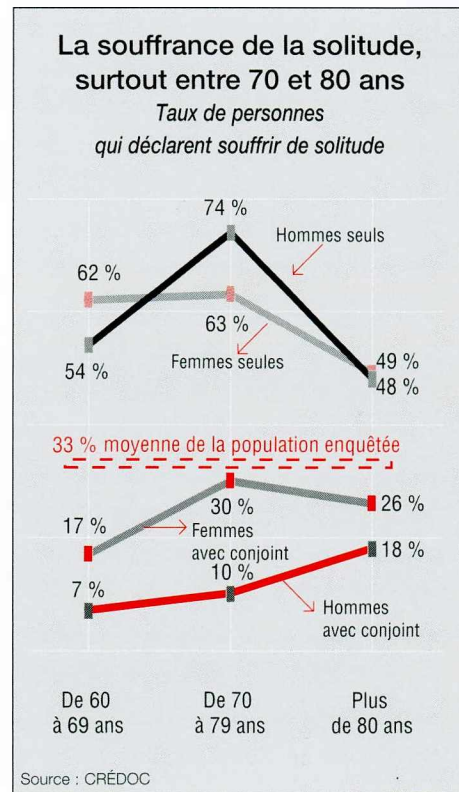


étant des facteurs très liés à l'état de solitude, au point d'en être très souvent soit la cause, soit le révélateur. *Vivre seul sans conjoint ni autre personne* : 37 % des personnes sont dans ce cas. *Le sentiment déclaré de se sentir seul* : 9 % sont dans ce cas plusieurs fois par jour et 18 % de temps en temps dans la semaine. *La vie sentimentale depuis la retraite* : 14 % la perçoivent comme difficile et 27 % comme une succession de périodes agréables et de moments difficiles. *L'espacement des rencontres avec les enfants* : 11 % des enquêtés ne les voient que deux à trois fois par an, 2 % ne les voient jamais. *La fréquence des contacts avec la famille* : 32 % l'estiment insuffisante. *La présence, au cours des quatre semaines précédant l'enquête, d'un état dépressif* : 19 % des personnes en ont souffert. *La prise régulière de médicaments* : 26 % en prennent tous les jours pour dormir, 61 % prennent plusieurs fois par jour d'autres médicaments. *Un budget insuffisant pour*

intermédiaires regroupant 7 à 9 % des personnes concernées constituent des situations intermédiaires dans lesquelles certains facteurs de risques sont perceptibles.

## Des contacts avec la descendance satisfaisants dans deux cas sur trois

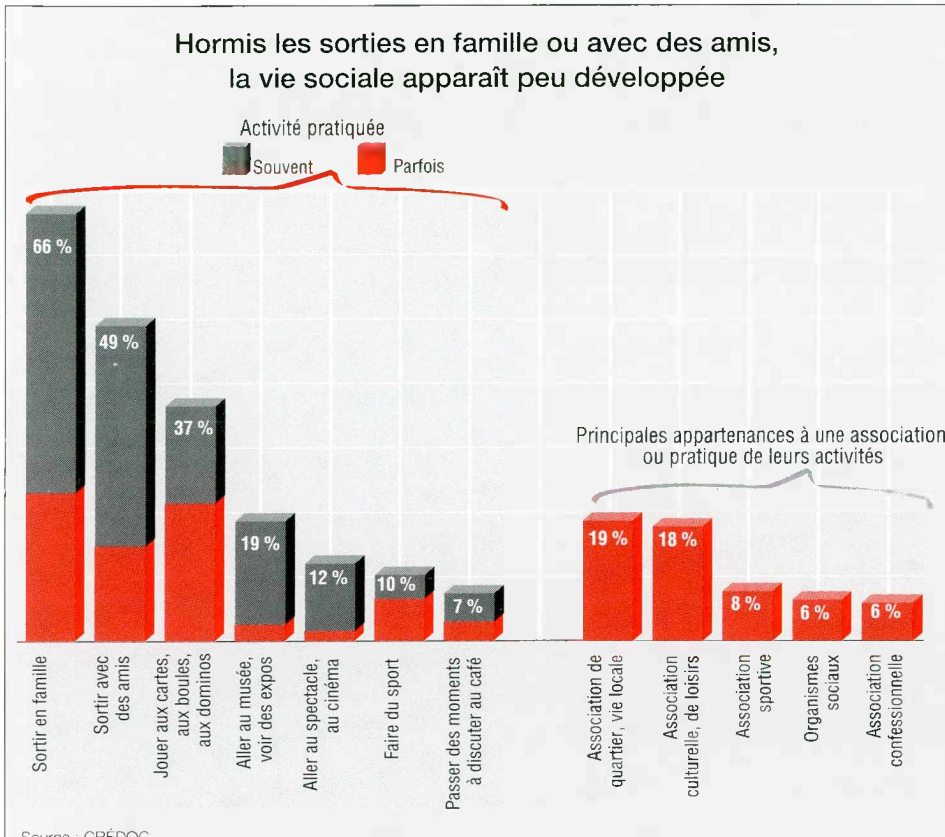
Neuf personnes enquêtées sur dix ont des enfants et quatre fois sur dix, elles en ont au moins trois. Les personnes aujourd'hui âgées de plus de 60 ans sont en effet les parents du papy-boom ! La fréquence des contacts entre les deux générations est forte. Dans 73 % des cas, la personne voit au moins l'un de ses enfants une fois par semaine et dans 15 % des cas, au moins une fois par mois. Cela s'explique par la relative proximité entre les lieux de résidence.



## Vivre seul accentue nettement le besoin de relations familiales

Au total, pour 66 % des enquêtés, la fréquence des relations avec leur famille est satisfaisante. Mais dans 32 % des cas, les personnes déclarent « ne pas voir assez souvent leur famille ».

En réalité, les personnes dont les enfants résident loin (plus d'une heure de trajet) sont celles qui ont le moins souvent des contacts téléphoniques avec eux. Est-ce pour une raison de coût ? Il paraît peu vraisemblable que cela constitue l'explication principale. L'absence de rencontre révèle le plus souvent une distanciation des relations affectives, au moins voulue par l'une des



L'expression de ce manque dans les relations familiales est particulièrement répandue chez les femmes qui vivent sans conjoint (41 %) et s'accroît encore pour celles d'entre elles qui vivent toutes seules (43 %). Dans des situations comparables, les hommes ne semblent pas autant souffrir de cette absence de relations familiales en tout cas, pas davantage que la moyenne. Plus que celle du conjoint, c'est la présence d'une personne qui semble déterminante. Dès que la personne ne vit pas seule, elle ne semble pas trop souffrir d'un manque de relations avec sa famille.

On pourrait penser qu'en cas d'éloignement géographique entre les générations, le téléphone supplée l'absence de rencontres. Aujourd'hui les personnes âgées n'accusent plus de retard d'équipement : 98 % des enquêtés sont raccordés et une personne sur deux utilise quotidiennement son appareil. Dans 81 % des cas, les relations téléphoniques parents/enfants sont au moins hebdomadaires. Ce taux chute toutefois à 52 % pour ce qui est des coups de fil hebdomadaires avec les petits-enfants.

deux parties, que ne rattrape pas le lien téléphonique.

## Pour prévenir la solitude, intensifier l'activité sociale

Certes, l'écoute de la télévision ou de la radio, la lecture ou la présence d'animaux domestiques (cf. encadré page 4) constituent autant d'occasions de ne pas s'ennuyer. Cela ne remplace pas le contact humain que permet l'activité sociale ou familiale. Celle-ci existe déjà à des degrés divers, mais elle mérite d'être développée. Bien entendu, les relations sociales commencent dans la cage d'escalier. Ainsi, une personne sur deux discute avec l'un de ses voisins au moins une fois par jour (ce qui veut dire aussi qu'une sur deux n'en a pas l'occasion) et qu'un peu plus de 60 % voient un ami au moins une fois par semaine. Tout compte fait, ces contacts directs ne sont pas si fréquents.

## Un tiers des logements non adaptés à une perte d'autonomie

La question du logement est particulièrement délicate et constitue une inquiétude pour les plus de 60 ans. Elle a un rapport direct avec la solitude car déménager, c'est risquer de perdre ses relations de voisinage tandis que rester dans un logement inadapté implique que l'on ne puisse plus en sortir, que l'on y soit en quelque sorte cloîtré et en définitive bien seul. La plupart du temps, à cet âge, la stabilité dans le logement est grande puisque, seules 8 % des personnes interrogées ont déménagé dans les cinq années précédant l'enquête. De plus, la satisfaction à l'égard du logement occupé est élevée. Ainsi, 97 % des personnes sont « contentes » de l'aménagement intérieur du logement. De même, 34 % des personnes se déclarent « très satisfaites » et 57 % « satisfaites » de leur cadre de vie quotidien, c'est-à-dire de ce qui entoure leur logement. Pourtant, pour plus d'un tiers des personnes rencontrées, le logement actuel ne serait pas adapté à une perte d'autonomie. Donc un déménagement s'imposerait ce qui viendrait aggraver le désarroi consécutif à la perte d'autonomie. Quant à l'entrée en maison de retraite, malgré les efforts considérables – bien qu'inégaux – réalisés récemment dans les établissements tant publics que privés, elle demeure fortement redoutée. Pour 31 % des personnes, c'est une solution « qu'il faut éviter à tout prix ». On le voit, il reste beaucoup à faire.

## Quelques caractéristiques du groupe le plus touché par la solitude

Essentiellement des femmes vivant seules (77 %) – l'âge est avancé : 29 % de plus de 80 ans – Les personnes déclarent elles-mêmes à 74 % qu'elles sont seules – Une personne sur trois de ce groupe n'a pas d'enfants ou en est sans nouvelle. – L'état dépressif est deux fois plus fréquent qu'en moyenne – 45 % prennent chaque jour des médicaments pour dormir (contre 26 % pour l'ensemble des 60 ans et plus) – Dans près d'un cas sur deux, la vie sentimentale depuis la retraite est qualifiée de difficile, contre 14 %.

## La pratique religieuse

Avec l'avancée en âge, on aurait pu penser assister à un regain de la spiritualité et à une attention plus forte portée à la religion. Cela n'apparaît pas évident dans les chiffres puisque, par rapport à il y a vingt ans, la pratique religieuse est le plus souvent déclarée identique (49 %). Quand elle a évolué, c'est beaucoup plus souvent dans le sens d'une diminution (42 %) que d'une augmentation (9 %). Les personnes retraitées d'aujourd'hui constituent vraisemblablement les générations qui ont vécu avec le plus d'intensité la laïcisation des dernières décennies. Leur parcours les a fait passer d'un temps d'obligation (87 % d'entre elles ont déclaré avoir reçu une éducation religieuse) à une époque de libre choix. Il n'empêche que pour les catholiques (le

calcul n'est pas possible pour les autres religions car l'échantillon ne le permet pas), la pratique religieuse demeure très significativement supérieure à celle des classes d'âge plus jeunes. On compte 22 % de catholiques réguliers dans l'enquête contre 10 % dans l'ensemble de la population. De plus, 32 % se déclarent catholiques occasionnels (contre 27 %). ■

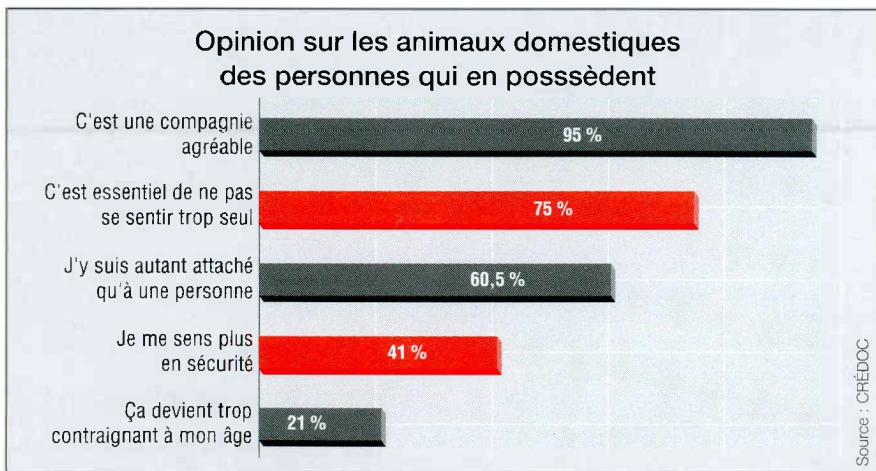
**3615-3616 CRÉDOC**  
(1,27 F la min)

**Les principaux chiffres des enquêtes  
du CRÉDOC sur les opinions,  
les modes de vie  
et la consommation des Français.**

## La compagnie des animaux domestiques trompe la solitude

42 % des personnes de plus de 60 ans vivent avec au moins un animal familier au domicile.

Il s'agit un peu plus souvent d'un chien (25 %) que d'un chat (18 %). Dans 9 % des cas, ce sont des oiseaux et dans 4 % des poissons.



La présence d'un animal est plus fréquente en milieu rural qu'en centre urbain : elle varie de 62 % dans les communes de moins de 2 000 habitants à 31 % dans l'agglomération parisienne.

La présence d'un animal est avant tout recherchée pour la compagnie qu'il procure et, dans la majorité des cas, il aide à ne pas se sentir seul au point d'y être autant attaché qu'à une personne (60 %). L'argument utilitariste de la sécurité arrive loin derrière.

Malheureusement, c'est justement lorsque l'âge avance que la vie solitaire est la plus fréquente et que la possession d'un animal domestique devient plus difficile. Le taux passe de 52 % pour les 60-64 ans à 32 % pour les plus de 85 ans. Ainsi, ce sont à peine 30 % des personnes vivant seules qui ont un animal, alors que c'est le cas d'une personne sur deux, dès que la personne n'est pas isolée. 12 % des enquêtés aimeraient posséder un animal, ou un animal de plus. Cette aspiration devrait être davantage reconnue et respectée. Il faut encourager toutes les formules qui permettent des gardes temporaires de l'animal domestique en cas d'hospitalisation ou d'absence de courte durée, de même qu'il faut favoriser dans les institutions d'accueil des personnes âgées la présence d'animaux domestiques, voire la possibilité pour les futurs pensionnaires de s'y installer avec le leur.

## Pour en savoir plus

- Cet article constitue le résumé du rapport du CRÉDOC rédigé par Patricia Crouette, sous la direction scientifique de Robert Rochefort : « Le sentiment de solitude chez les personnes âgées de 60 ans et plus ».

- Un comité de pilotage a réuni les commanditaires et les responsables de cette enquête. Il était composé ainsi : Dr B. Chatel (GERHSE), Pr J. Dauverchain (CHR Montpellier), Dr H. Beck (Paris), Mme G. Laroque (Pdte de la FNG), un représentant du Conseil général des Bouches-du-Rhône et les directeurs de l'Action sociale des caisses : ANEP - AVA PROVENCE - CGRCR - CIPCR - CIRRSE Groupe PRADO - CNRBTPIC - CRICA - Groupe AA - APICIL - ARCIL - Groupe MALAKOFF (CAPIMMEC - IRCOMMEC - IRPSIMMEC) - Groupe MORNAY - IRPELEC. Le GERHSE est le groupe d'Étude et de Recherche sur les Handicaps de la Sénescence.

La FNG est la Fondation nationale de Gérontologie.

- L'enquête a été menée au domicile de 802 personnes âgées d'au moins 60 ans. Afin d'homogénéiser l'échantillon, il a été exclusivement constitué de personnes (ou leur conjoint) ayant réalisé une partie de leur carrière professionnelle en tant que salarié. Les interviews ont été réalisées en mars et avril 1993.

### CRÉDOC Consommation et Modes de Vie

Publication du Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (CRÉDOC)

Directeur de la publication :  
Robert Rochefort

Rédacteur en chef : Yvon Rendu

Relations publiques : Brigitte Ezvan

142, rue du Chevaleret, 75013 Paris  
Tél. : (1) 40 77 85 01

Diffusion par abonnement  
uniquement  
180 francs par an  
Environ 10 numéros

Commission paritaire n° 2193  
AD/PC/DC

Réalisation La Souris : 45 21 09 61