

Réseau Bien Vieillir Rencontre du 13 juin 24

L'isolement social

SWITCH
TIHANGE CHANGE



Solitude des personnes âgées

Sarah Schroyen (ULiège, Switch)

Introduction

Narro
vita.

Profitez de vos proches,
Ils ont encore beaucoup à vous transmettre...

Vidéo: <https://youtu.be/SsAMEWeeTxg?si=mYxqYzjHPmQd0u9b>

Définition

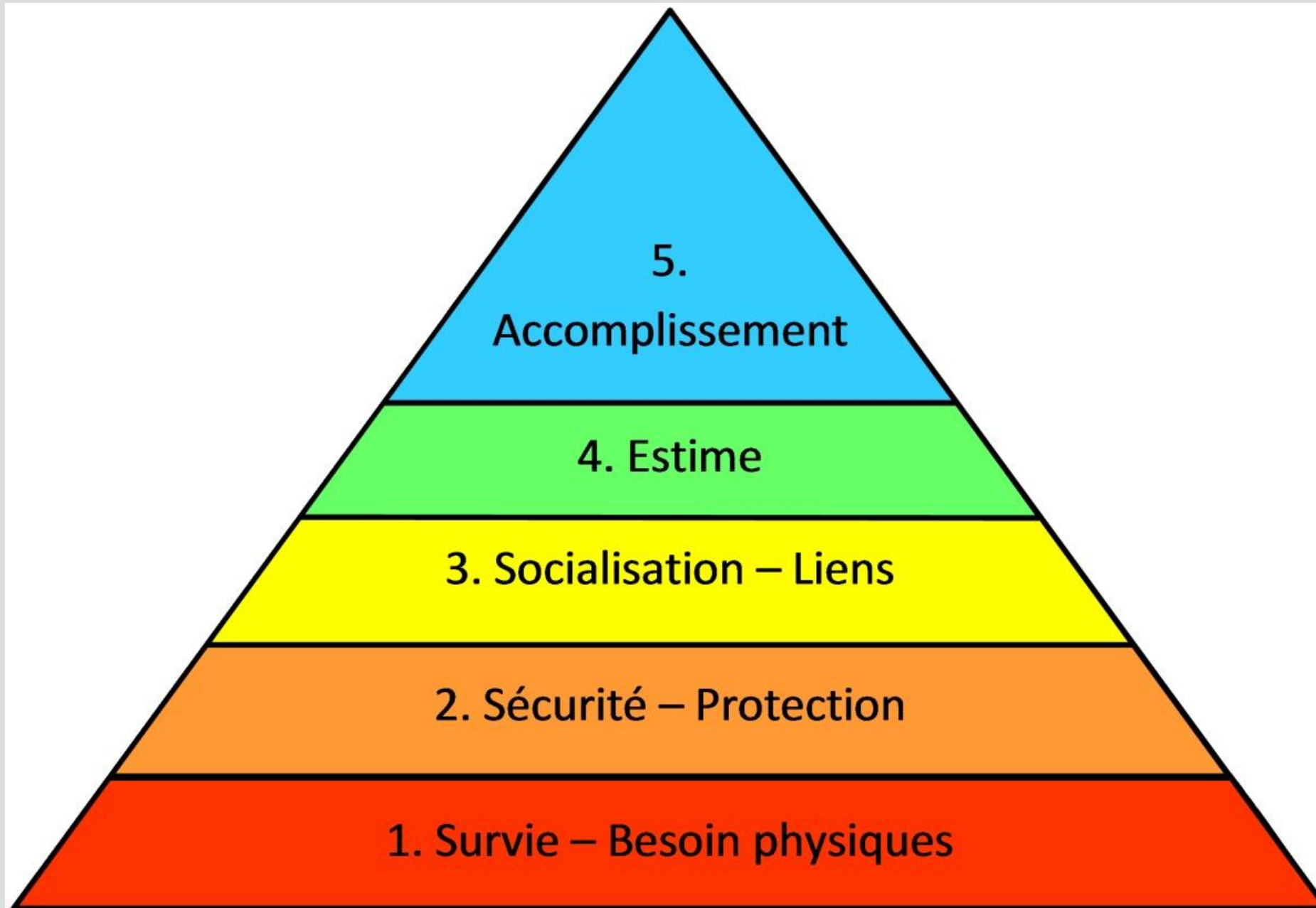
✓ **Solitude** = sentiment négatif subjectif, associé à la perception d'un manque de contacts sociaux (**solitude relationnelle**) ou l'absence d'un compagnon spécifique souhaité (**solitude émotionnelle**).



✓ **Isolement social** = situation objective dans laquelle la personne a de faibles contacts sociaux avec d'autres personnes.

✓ **Solitaire** = isolement social qui implique une distanciation volontaire d'un réseau social.

Contact sociaux: un besoin fondamental



Contact sociaux: un besoin fondamental

« Alors, quelle vie protège-t-on aujourd'hui? La réponse est claire : c'est ma vie **biologique**, qui va de toute manière vers sa fin. J'aimerais, plus que tout, "mourir vivante", c'est-à-dire habitée encore de cette palpitation et de ce souffle que nourrissent jour après jour **les liens avec autrui**, les rencontres, les paroles échangées. »

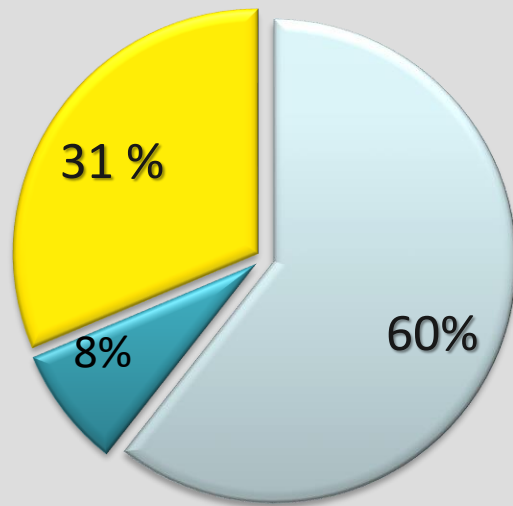
Contact sociaux: un besoin fondamental

« Une question lue récemment m'a percutée : jusqu'où nous faudra-t-il arrêter de vivre pour ne pas mourir ? Nous affirmons vouloir les protéger. De quoi les sauvons-nous si pour les prémunir d'un mal, la mort physique, nous les exposons à un mal plus redoutable encore peut-être, celui de l'inappétence de vivre, la mort "existentielle" ? Ne prenons-nous pas en ce moment le risque d'offrir à nos aînés une mort lente en les "aff-(âme)-ant", en les sevrant de l'essentiel ? »

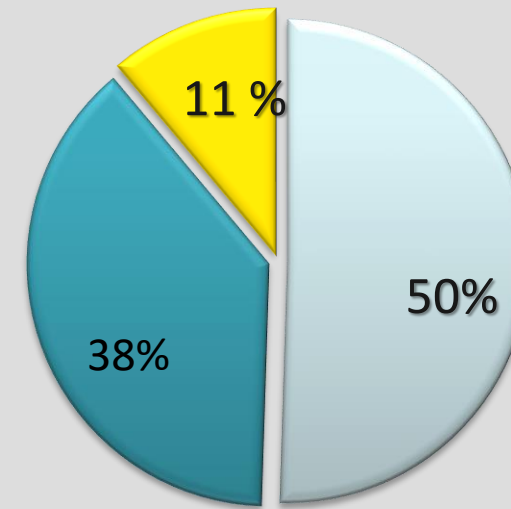
Quelques chiffres...

✓ Enquête en Belgique (2012):

N = 1507 (58% femmes)



■ Flandre ■ Bruxelles ■ Wallonia



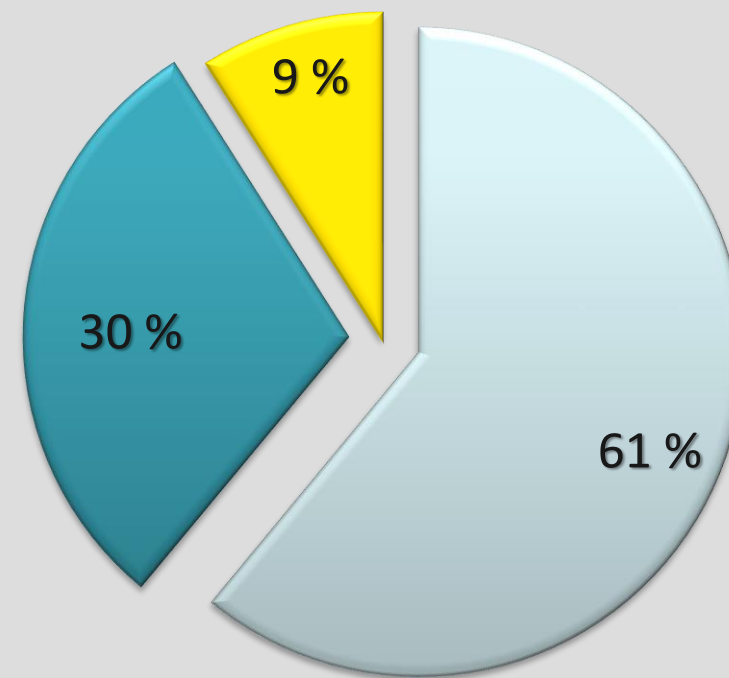
■ 65-74 ans ■ 75-84 ans ■ 85ans et +

Quelques chiffres...

✓ Enquête en Belgique (2012):

N = 1507 (58% femmes)

Vous sentez-vous seuls ?



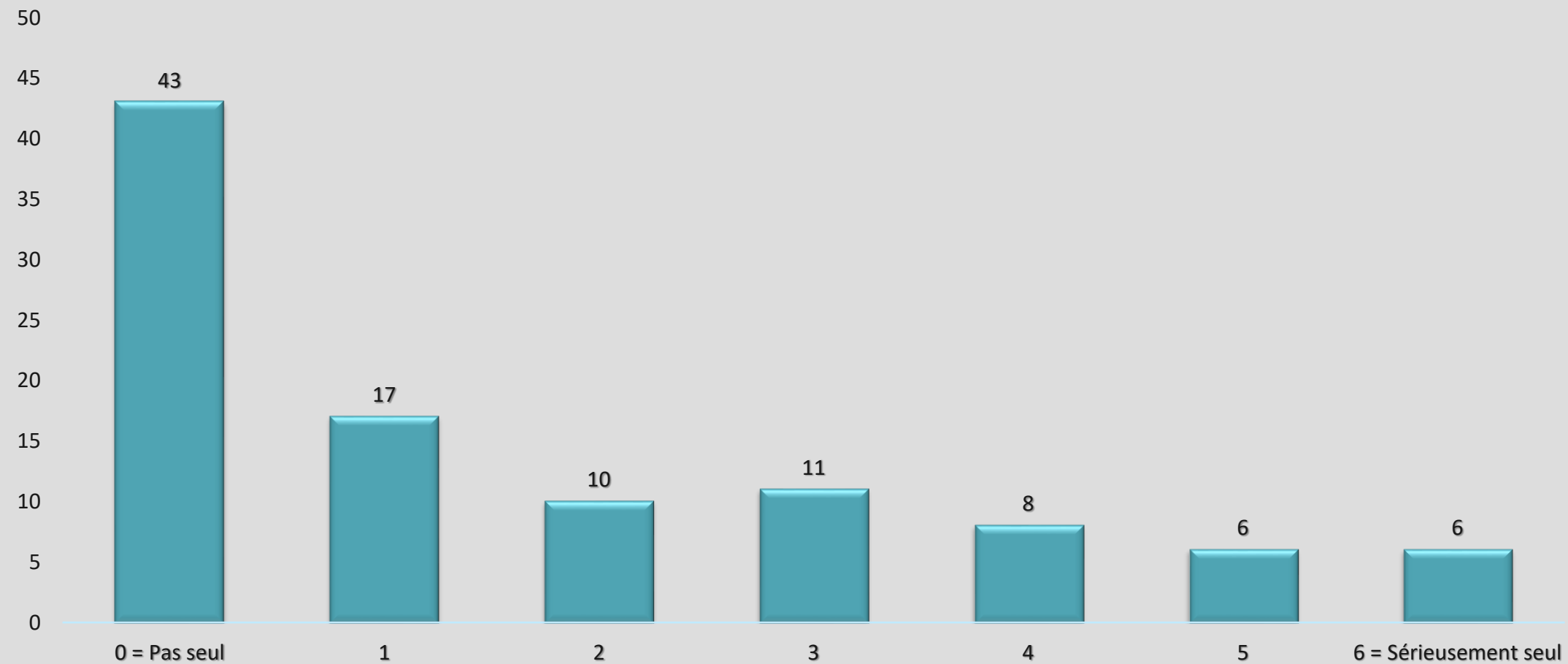
■ Jamais ■ Parfois ■ Souvent

Quelques chiffres...

✓ Enquête en Belgique (2012):

N = 1507 (58% femmes)

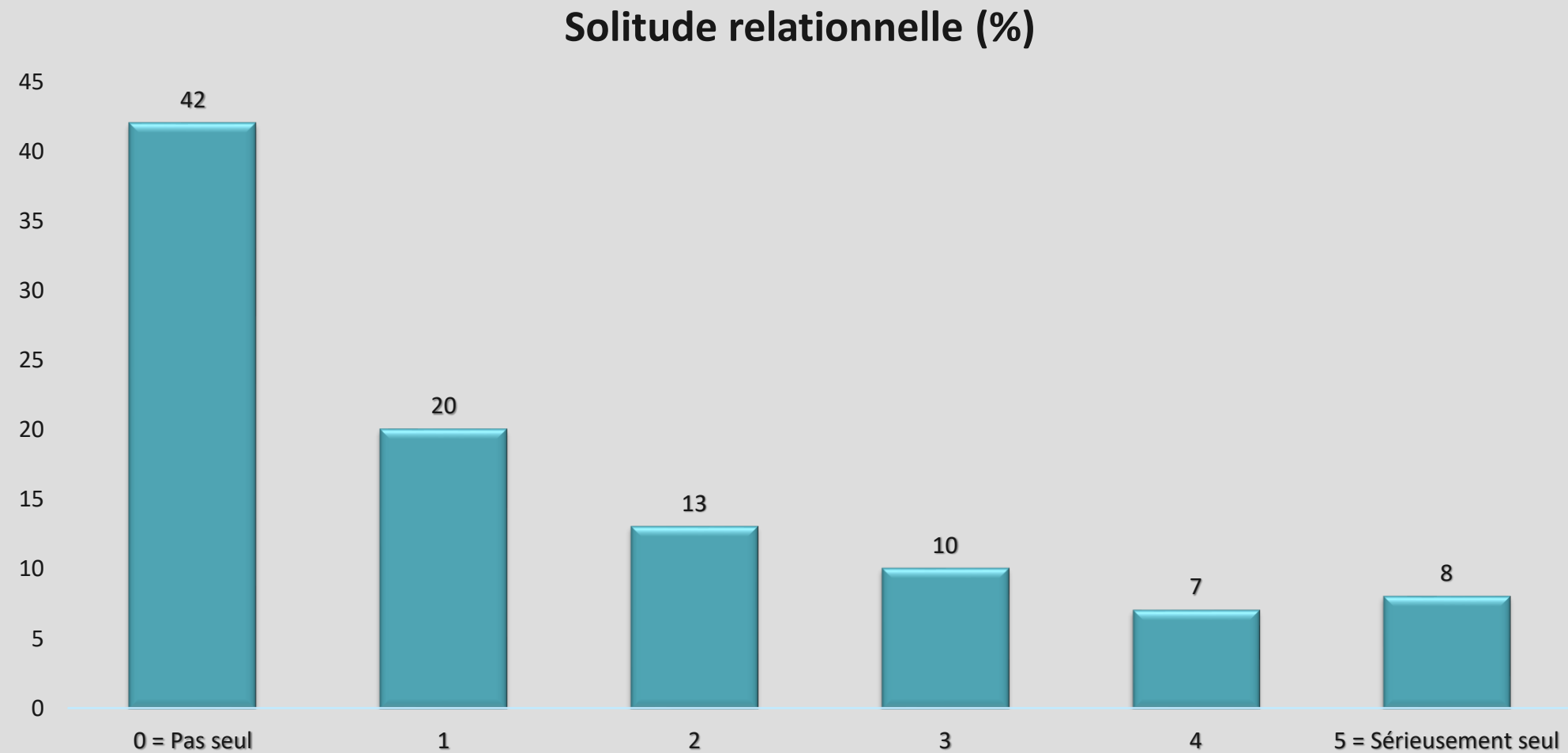
Solitude émotionnelle (%)



Quelques chiffres...

✓ Enquête en Belgique (2012):

N = 1507 (58% femmes)



Quelques chiffres...

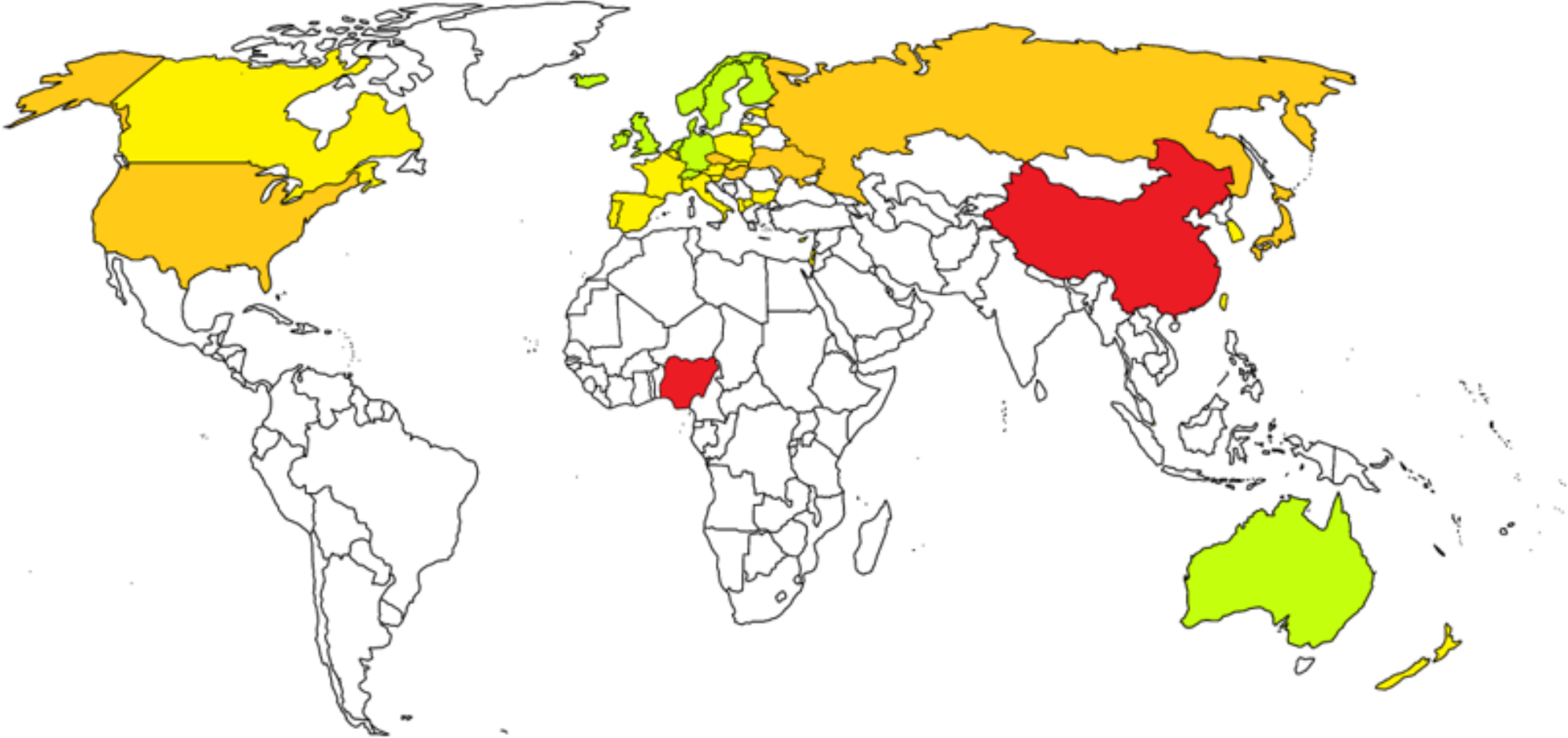
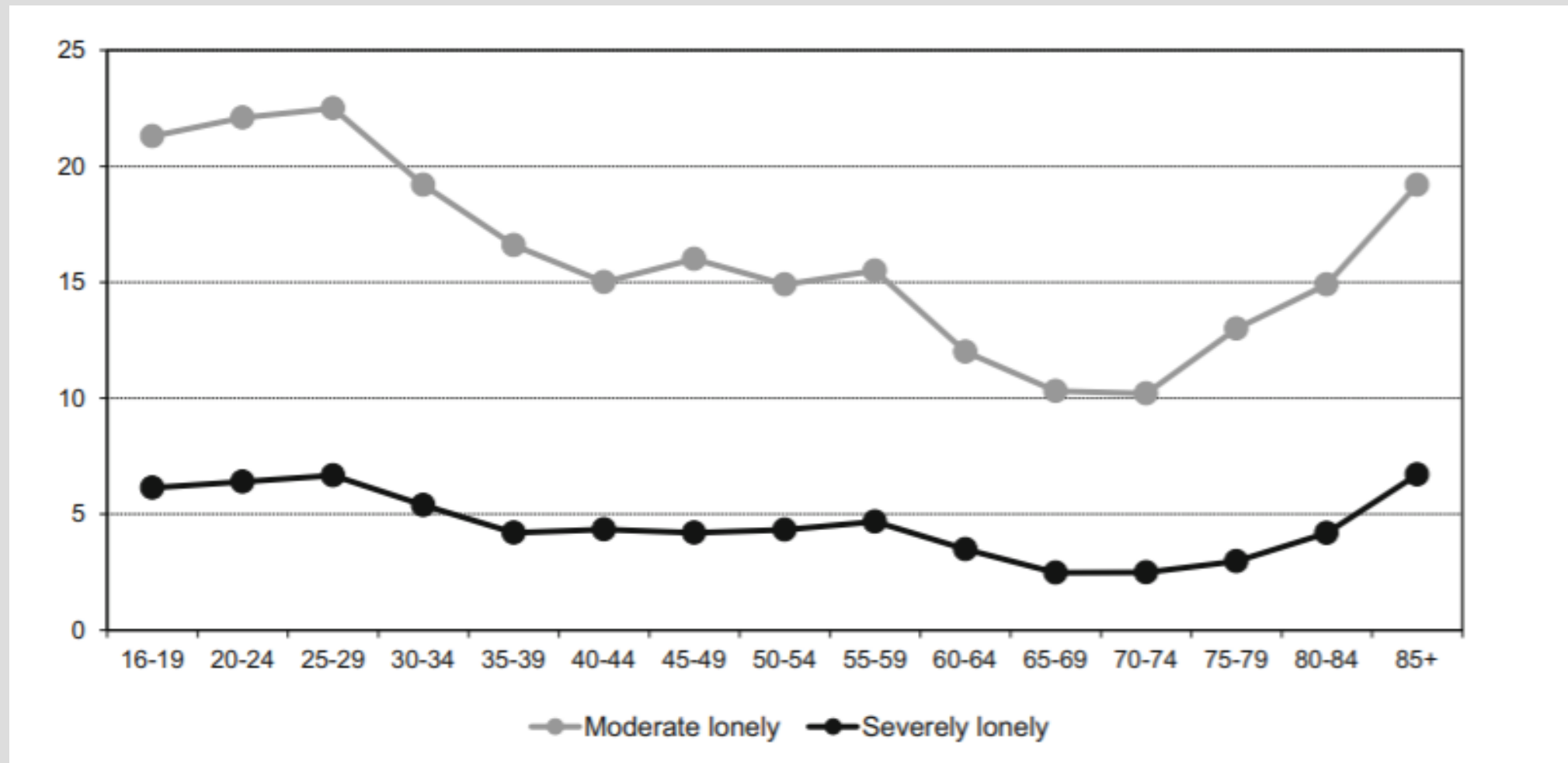


Figure 2. World map showing loneliness estimates including data between 2010 and [2019](#)

- 0-10 % loneliness
- 11-20% loneliness
- 21-30% loneliness
- 31-40% loneliness
- No data

Quelques chiffres...

✓ **Danemark:** N= 33 285, 16-102 ans
UCLA 3-items



Identification



Vous sentez-vous seul ?

Identification

UCLA solitude scale

→ 20 or 3 items

Questions*	Jamais	Rarement	Parfois	Toujours
A quelle fréquence avez-vous l'impression de manquer de compagnie ?				
A quelle fréquence vous sentez-vous mis de côté ?				
A quelle fréquence vous sentez-vous isolé des autres ?				

*Les questions ont été traduites sur base de la version Anglaise

Identification

De Jong Gierveld scale

→ 11 or 6 items

Affirmation*	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Toujours
Il y a toujours quelqu'un à qui je peux parler de mes problèmes quotidiens					
Avoir un ami très proche me manque					
Je ressens un sentiment général de vide					

*Les questions ont été traduites sur base de la version Anglaise

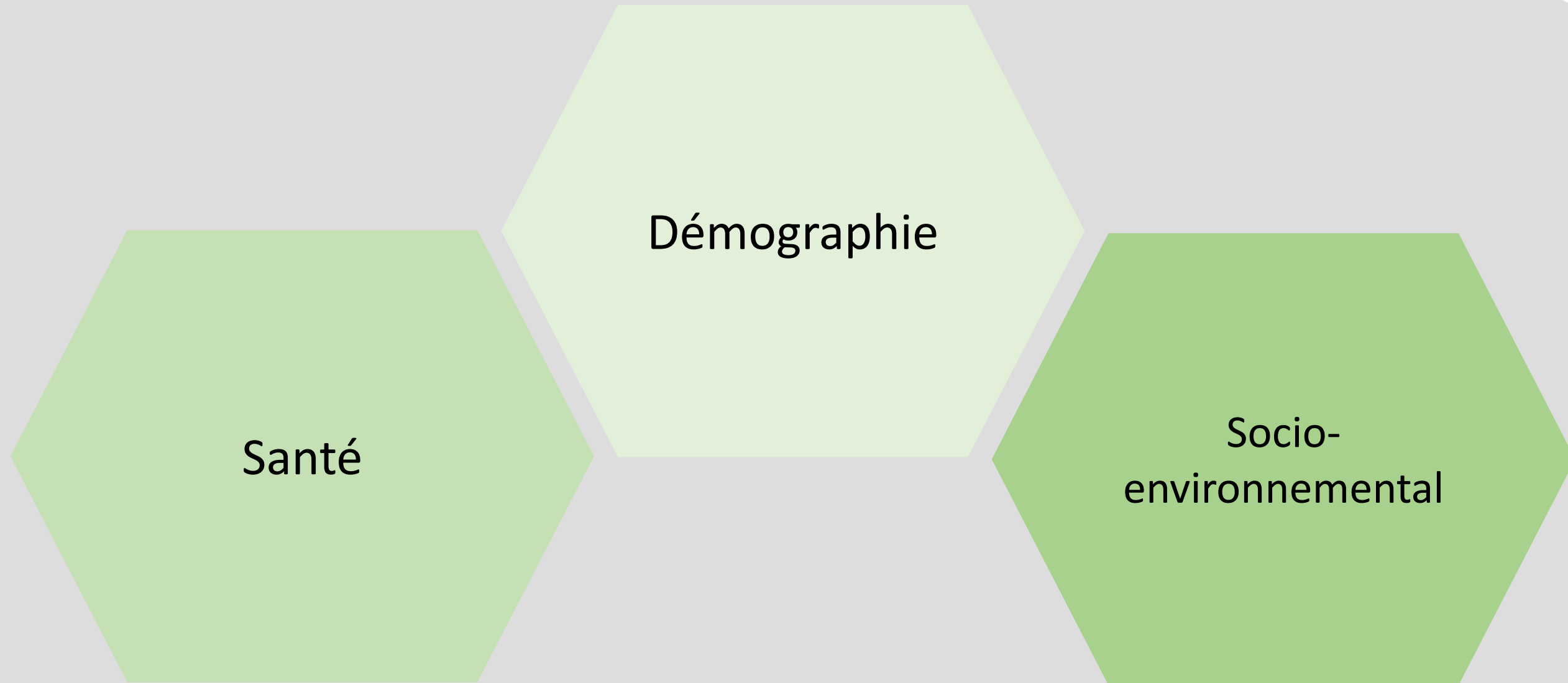
Identification

Observation

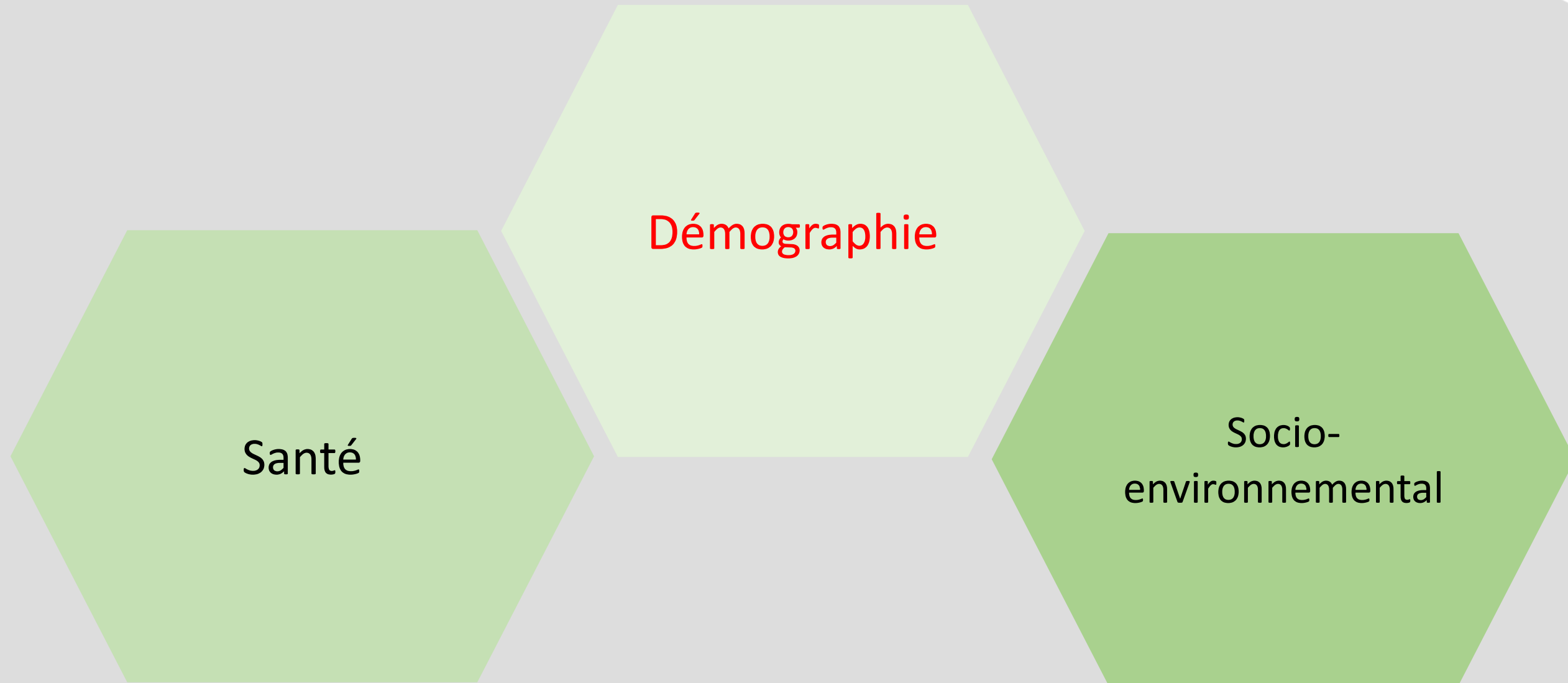


Toutes les personnes qui passent du temps seules
ne ressentent pas forcément de la solitude

Corrélat : 3 groupes



Corrélat : 3 groupes

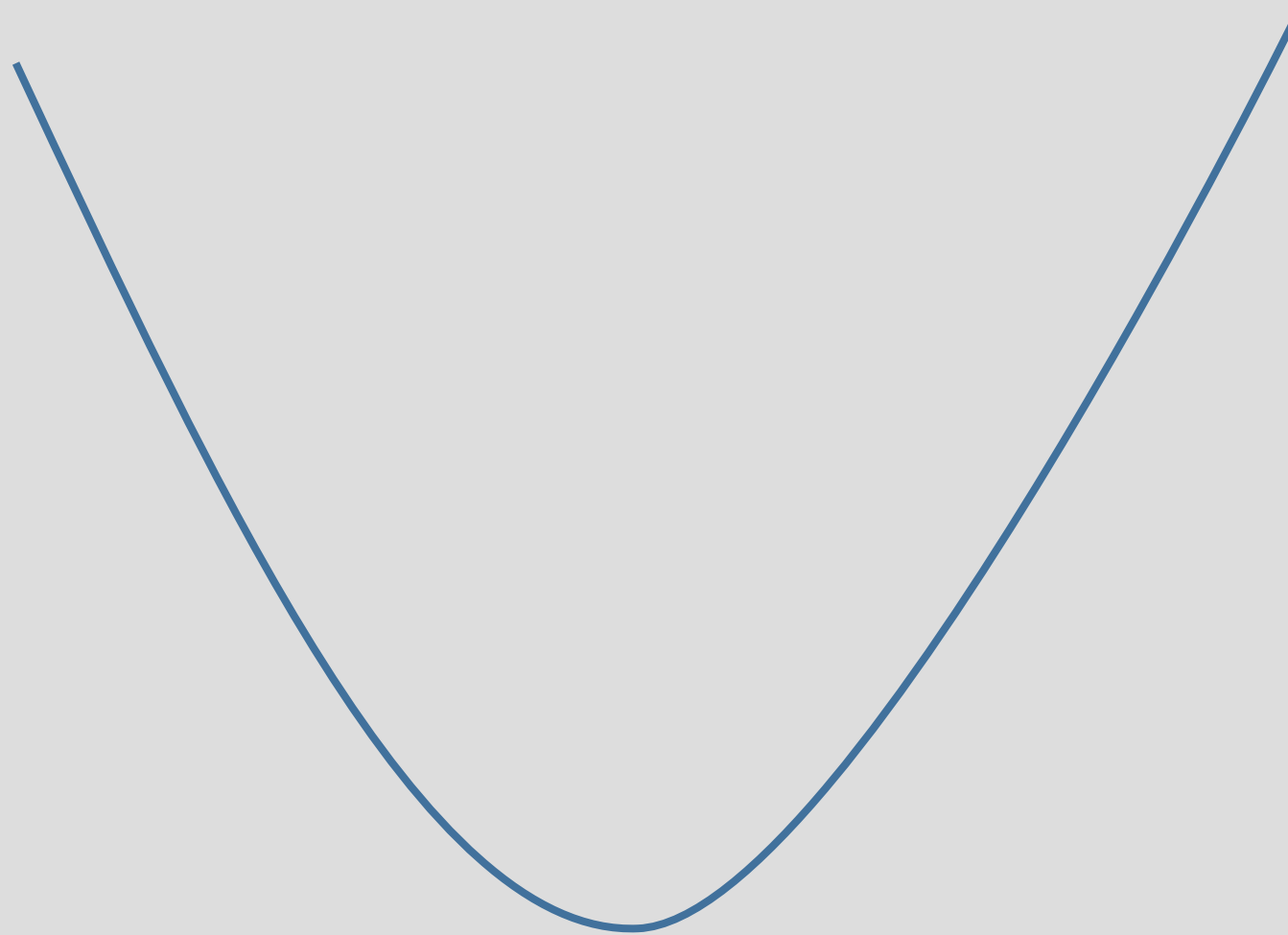


Facteurs démographiques

Age

18-25 ans

75+



= Courbe en U

Facteurs démographiques

Age

Genre



Femme = plus de
solitude



Mesures

Facteurs démographiques

Age

Genre

Statut marital



Non marié = plus de solitude

Facteurs démographiques

Age

Genre

Statut marital

Mode de vie

Vivre seul = plus de solitude

Facteurs démographiques

Age

Genre

Statut marital

Mode de vie

Statut socio-
économique

Moins d'argent =
plus de solitude



Facteurs démographiques

Age

Genre

Statut marital

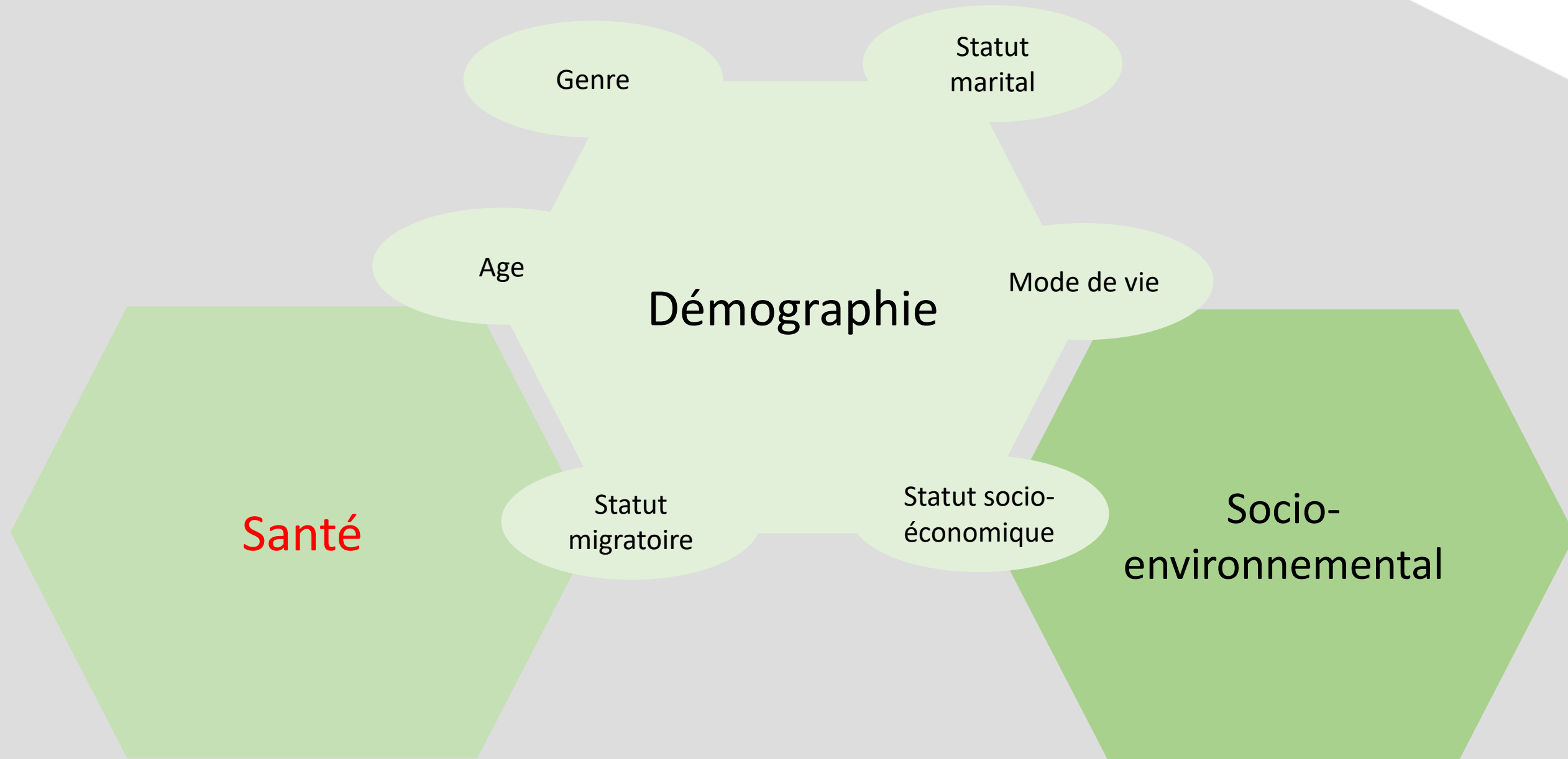
Mode de vie

Statut socio-
économique

Statut
migratoire

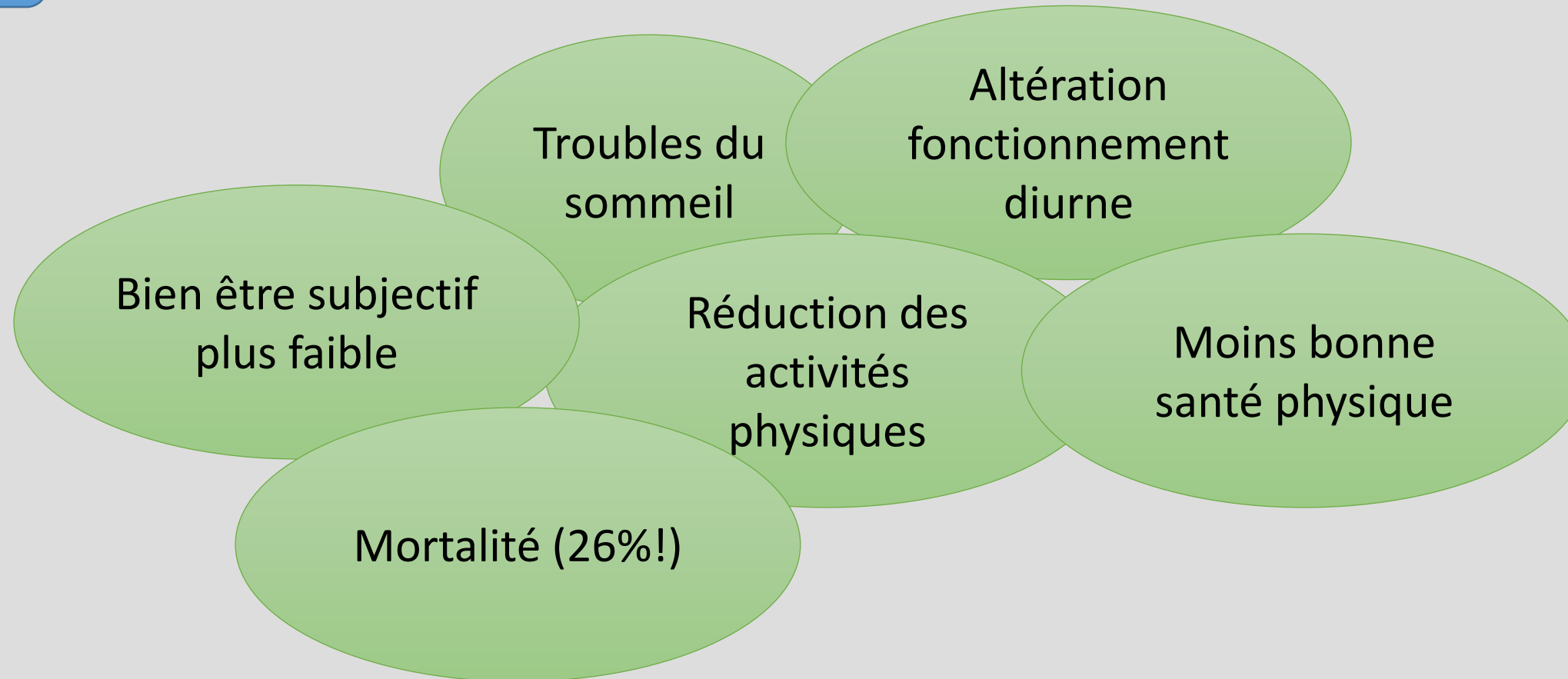
Migrants = plus de solitude

Corrélat: 3 groupes



Facteurs de santé

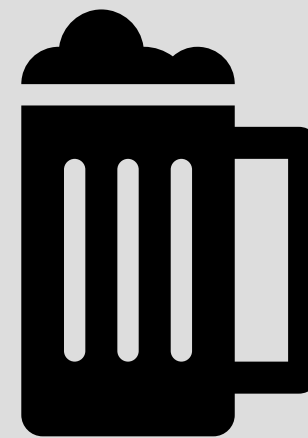
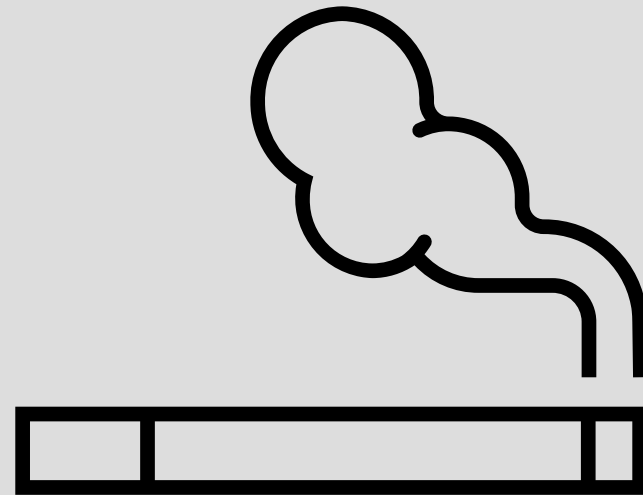
Santé
physique



Facteurs de santé

Santé
physique

Comportements
de santé à risque

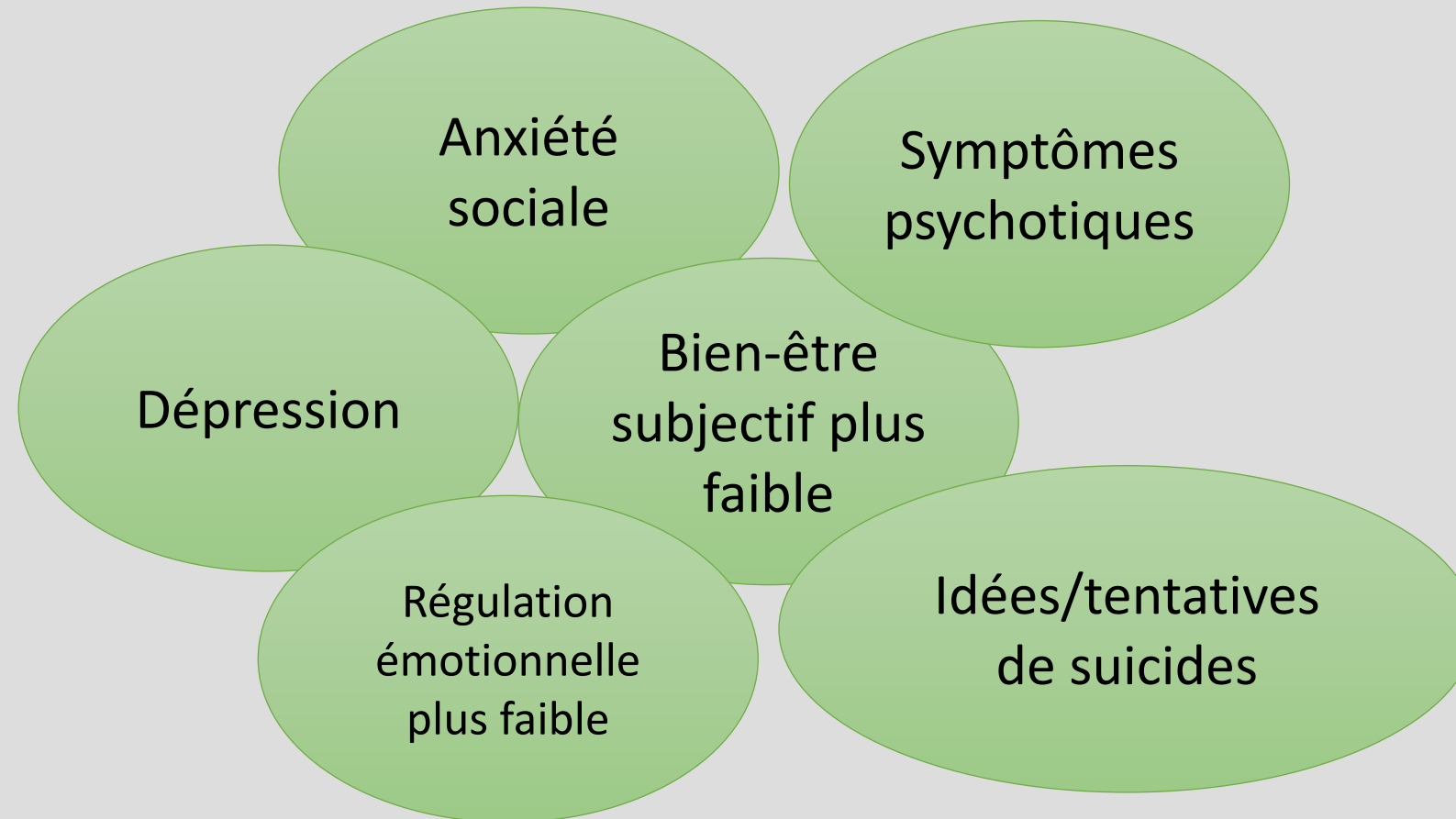


Facteurs de santé

Santé
physique

Comportements
de santé à risque

Santé
mentale



Facteurs de santé

Santé
physique

Comportements
de santé à risque

Santé
mentale

Santé
cognitive



Facteurs de santé

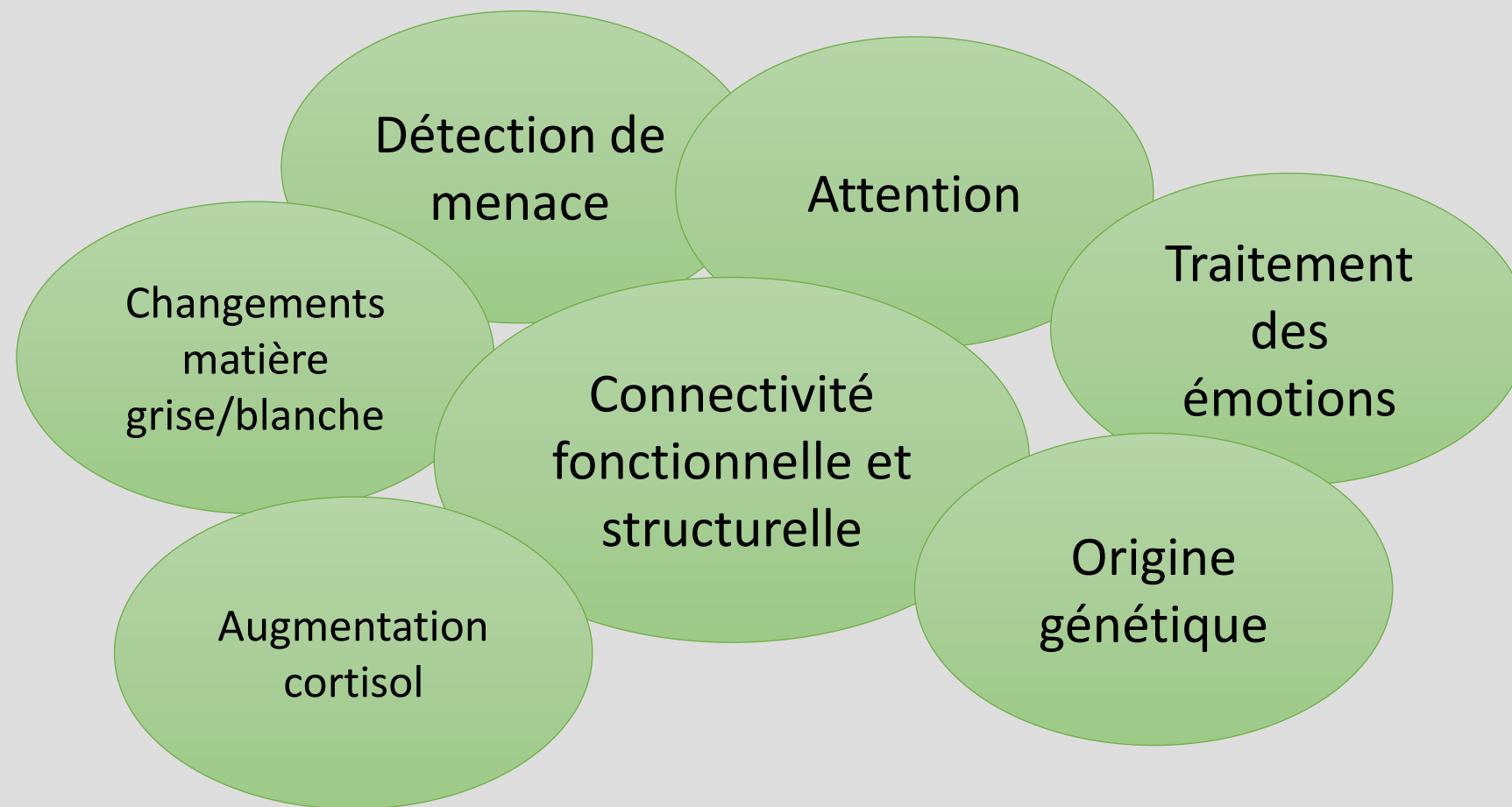
Santé
physique

Comportements
de santé à risque

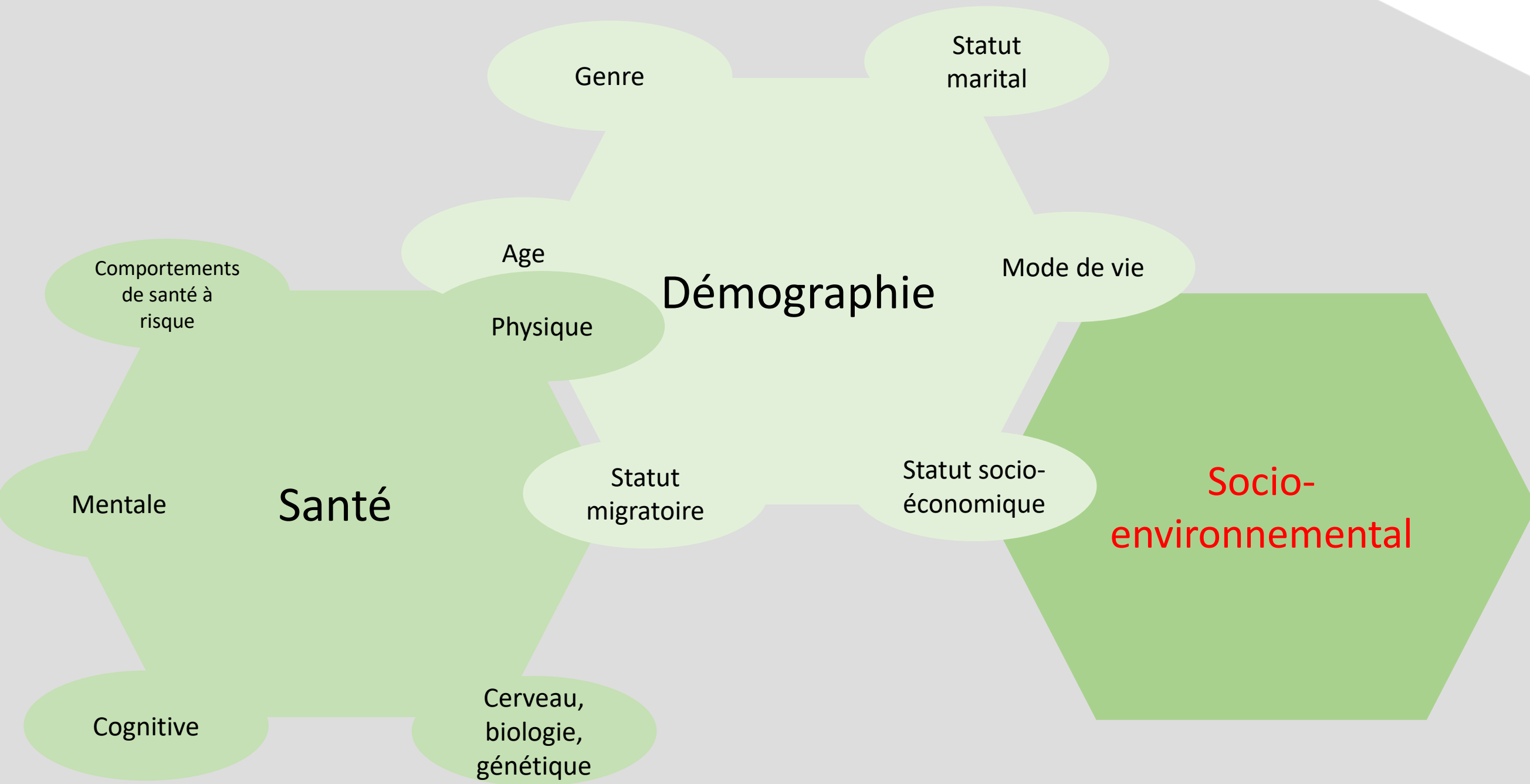
Santé
mentale

Santé
cognitive

Cerveau, biologie,
génétique

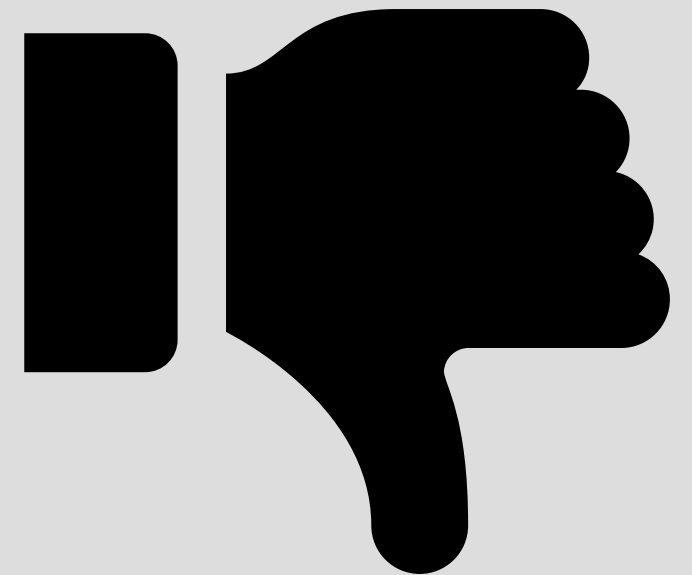


Corrélat : 3 groupes



Facteurs socio-environnementaux

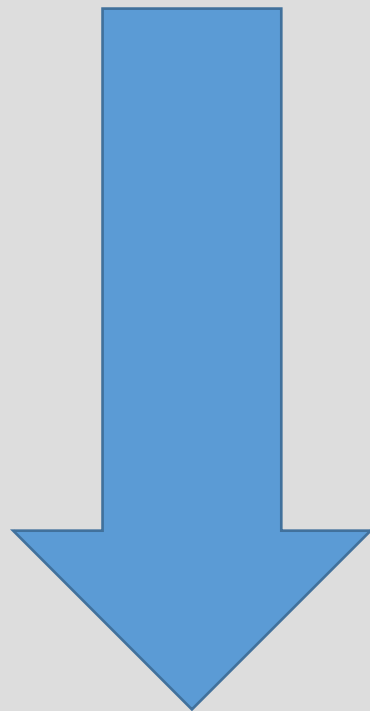
Communication
numérique



Facteurs socio-environnementaux

Communication
numérique

Lieu de travail

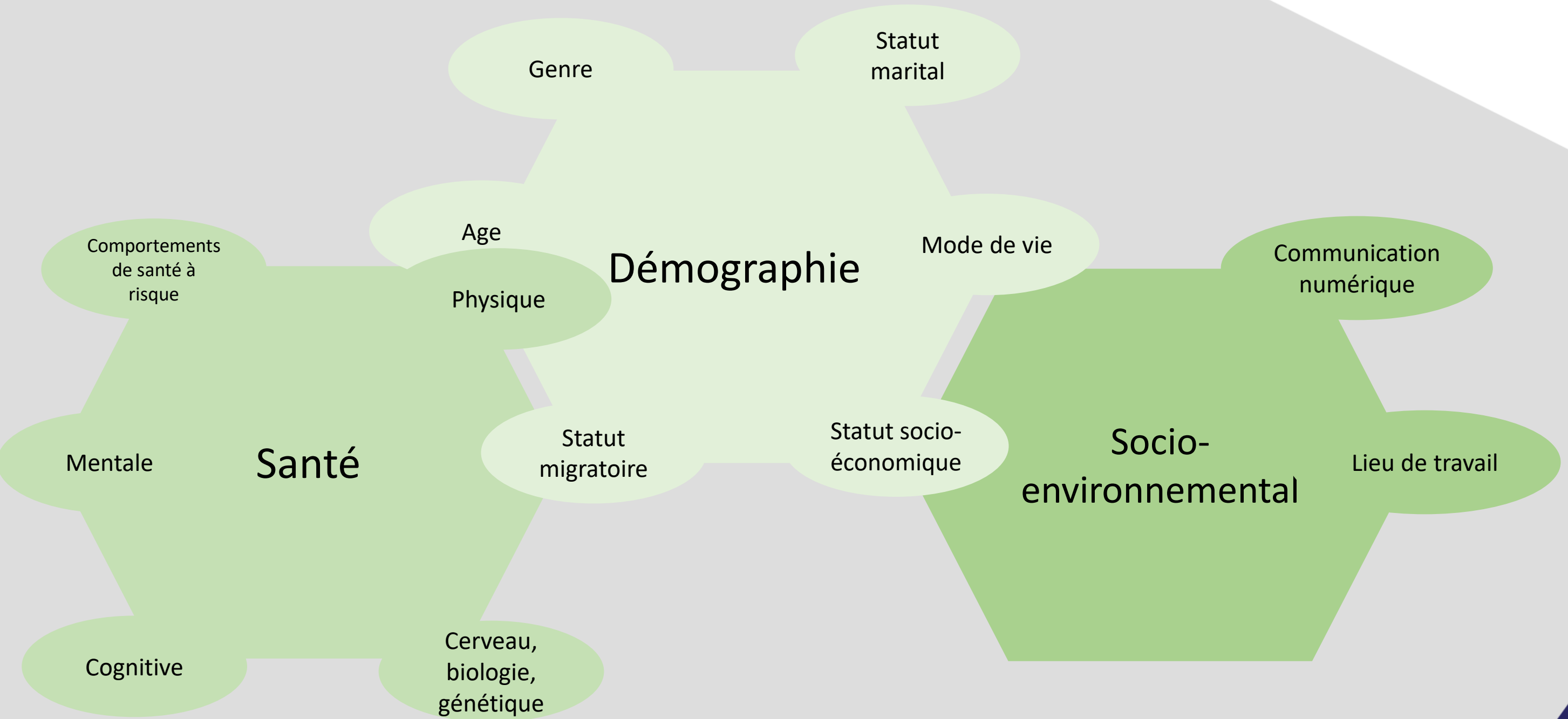


Productivité

Satisfaction

Créativité

Corrélat : 3 groupes



Conséquences



Témoignage

Anne

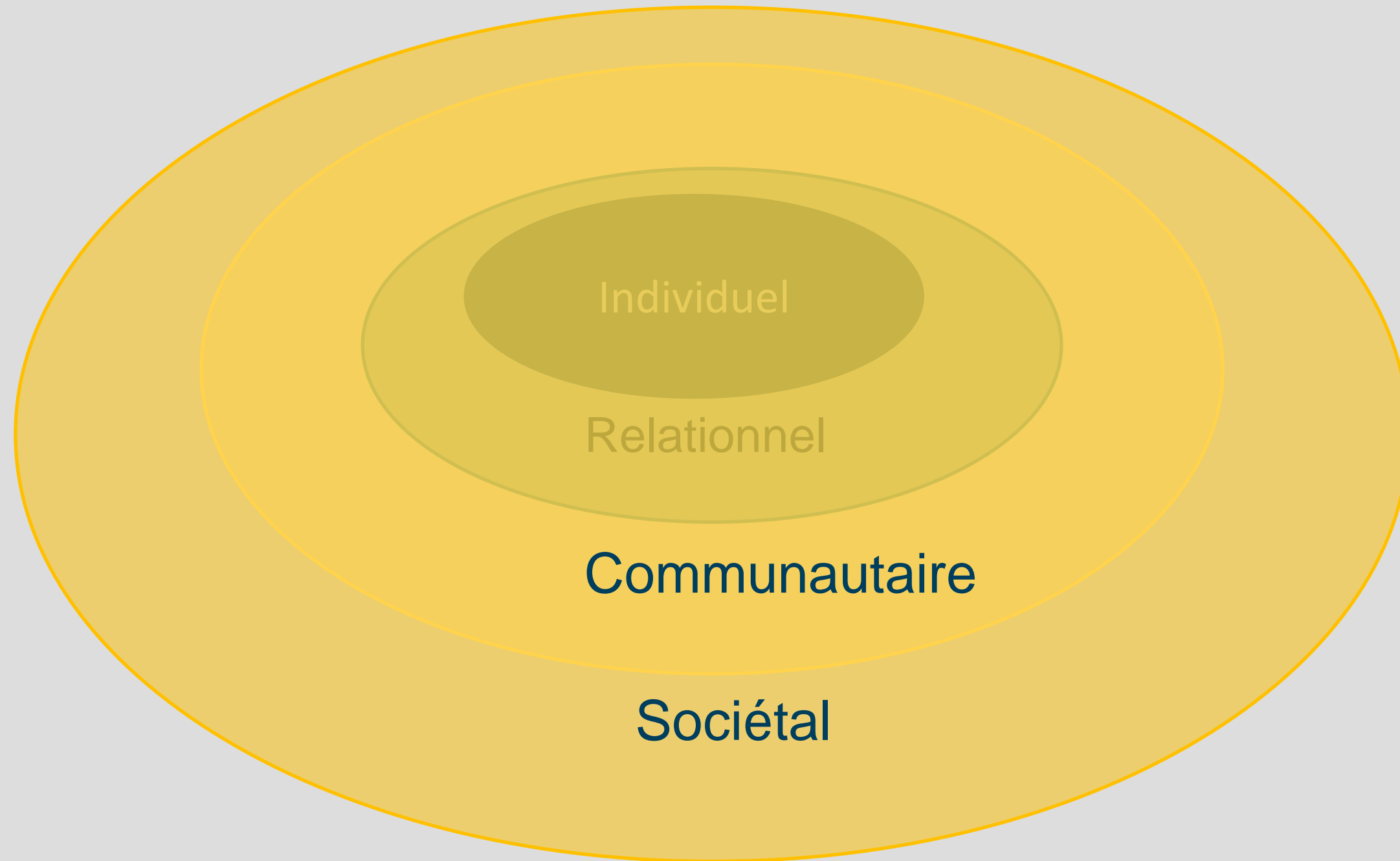
Atteinte de polyneuropathie

Ancienne infirmière ayant
travaillé en maison de repos



Vidéo: https://www.youtube.com/watch?v=q3NWLLGj6NA&list=PLE1_mEiZSJCUBmmPeDVoxLG7ahCuuXcfa&index=3

Interventions : 4 niveaux



Niveau individuel:

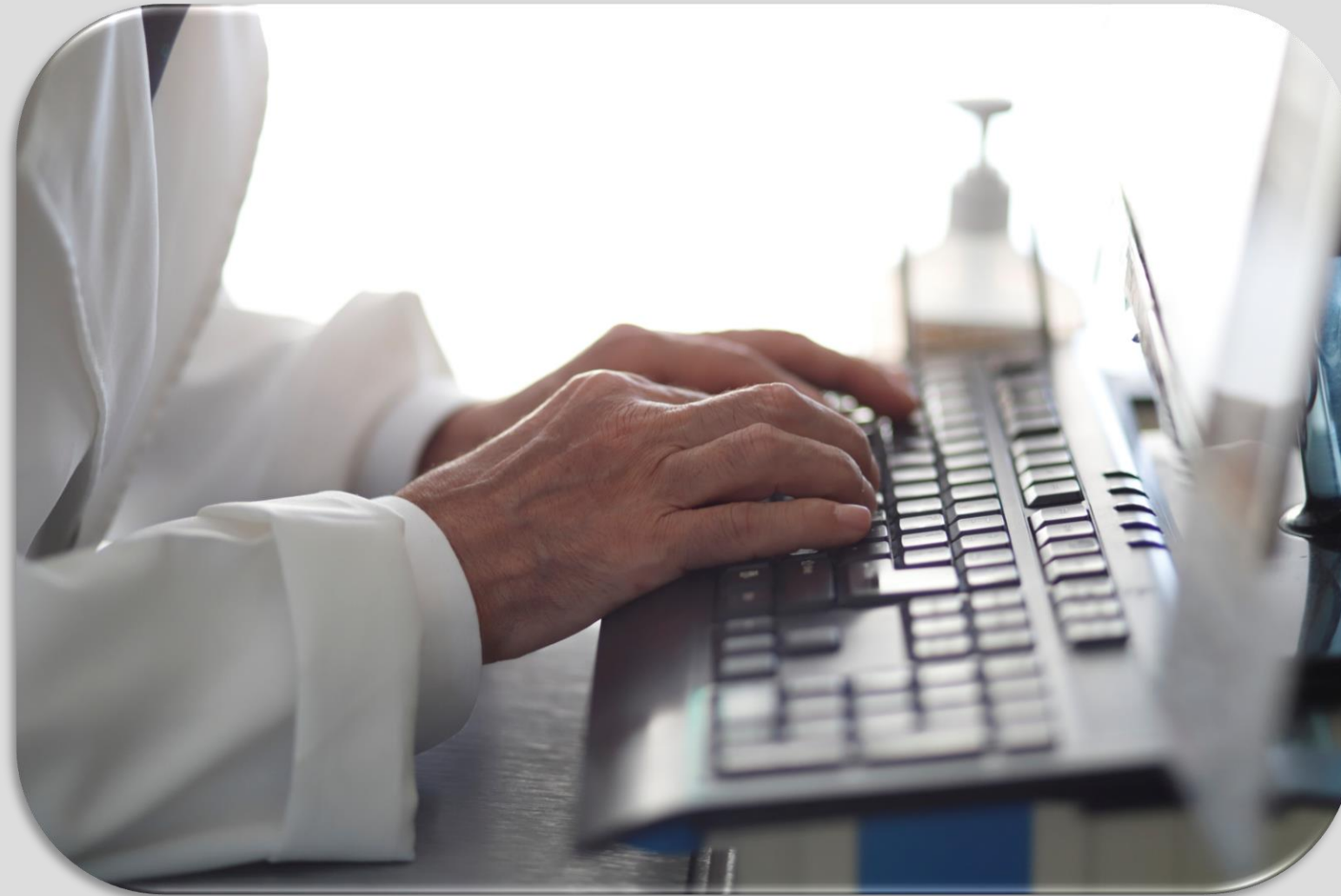
Individuel

1. Améliorer les compétences sociales
2. Changer la cognition sociale inadaptée

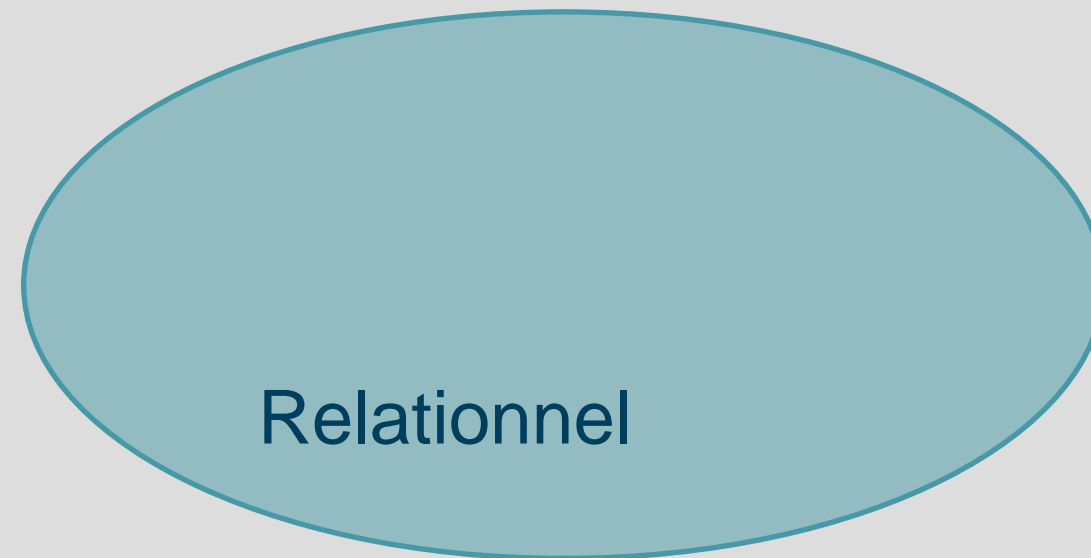
« Je ne peux pas
faire confiance aux
gens »

= PENSEE
≠ FAIT

Niveau individuel:



Niveau relationnel/communautaire:



Quelques conseils....



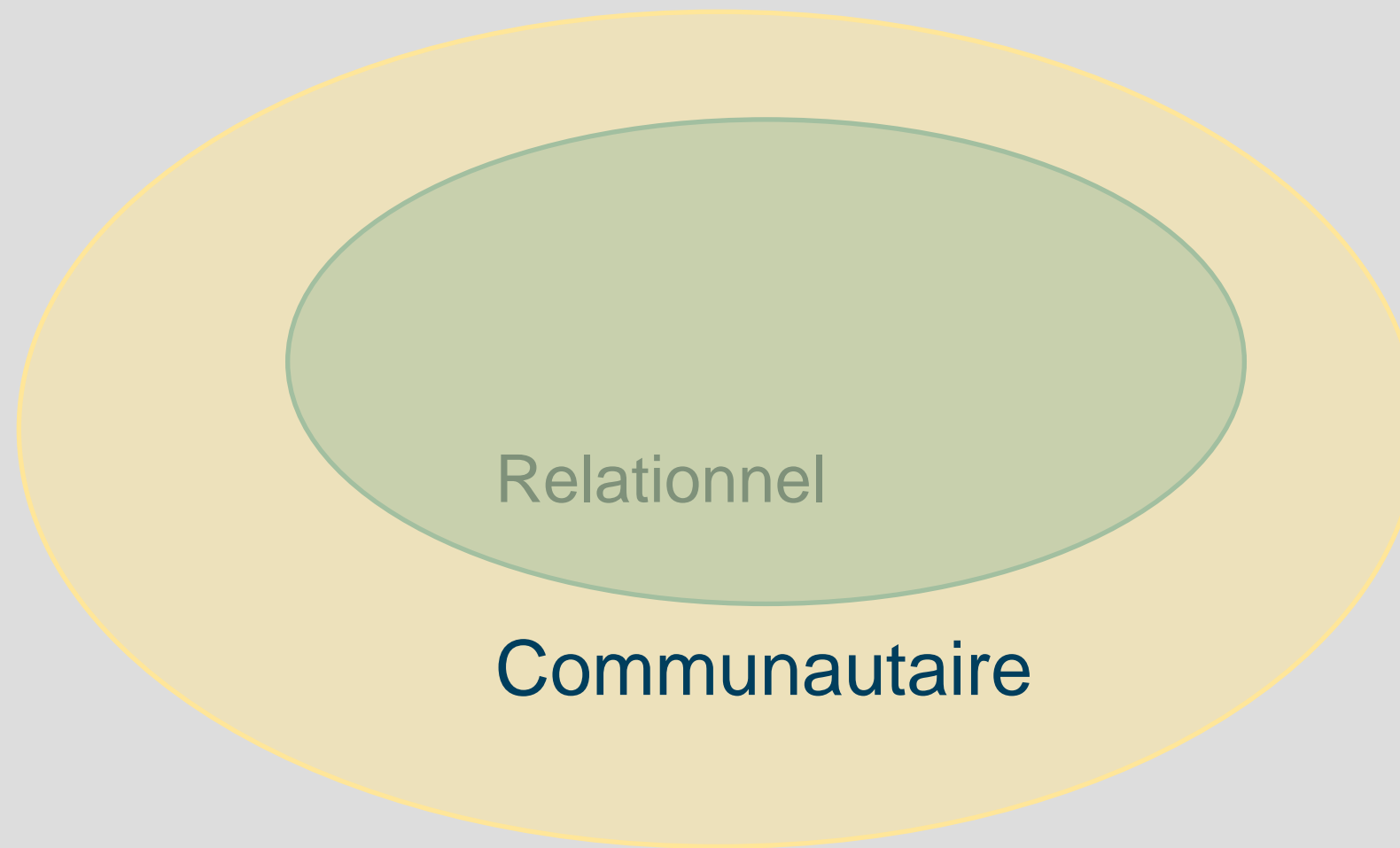
Qui est ce que je rassure ?

Exemple...



- ✓ Constitution d'un duo : personne avec une maladie chronique ou aidants familiaux + un bénévole
- ✓ Activité, soutien

Niveau relationnel/communautaire:



1. Egalité
2. Communauté
3. Inclusion

Niveau communautaire:

Programmes intergénérationnels



Exemple...



- ✓ Cohabitation de deux générations : senior + étudiant
- ✓ Vivre des moments du quotidien ensemble

Outil...

Groupe de parole



Niveau sociétal:

Campagnes éducatives: accroître
et maintenir le réseau social

Sociétal

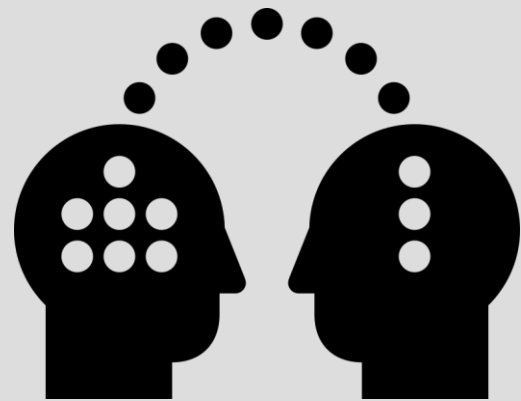
Méta-analyse

✓ Les interventions pour réduire la solitude et/ou l'isolement social ont des effets modérés à importants, en particulier les interventions non technologiques.

✓ 3 mécanismes en action :



Promouvoir les contacts sociaux



Transférer les connaissances et aptitudes



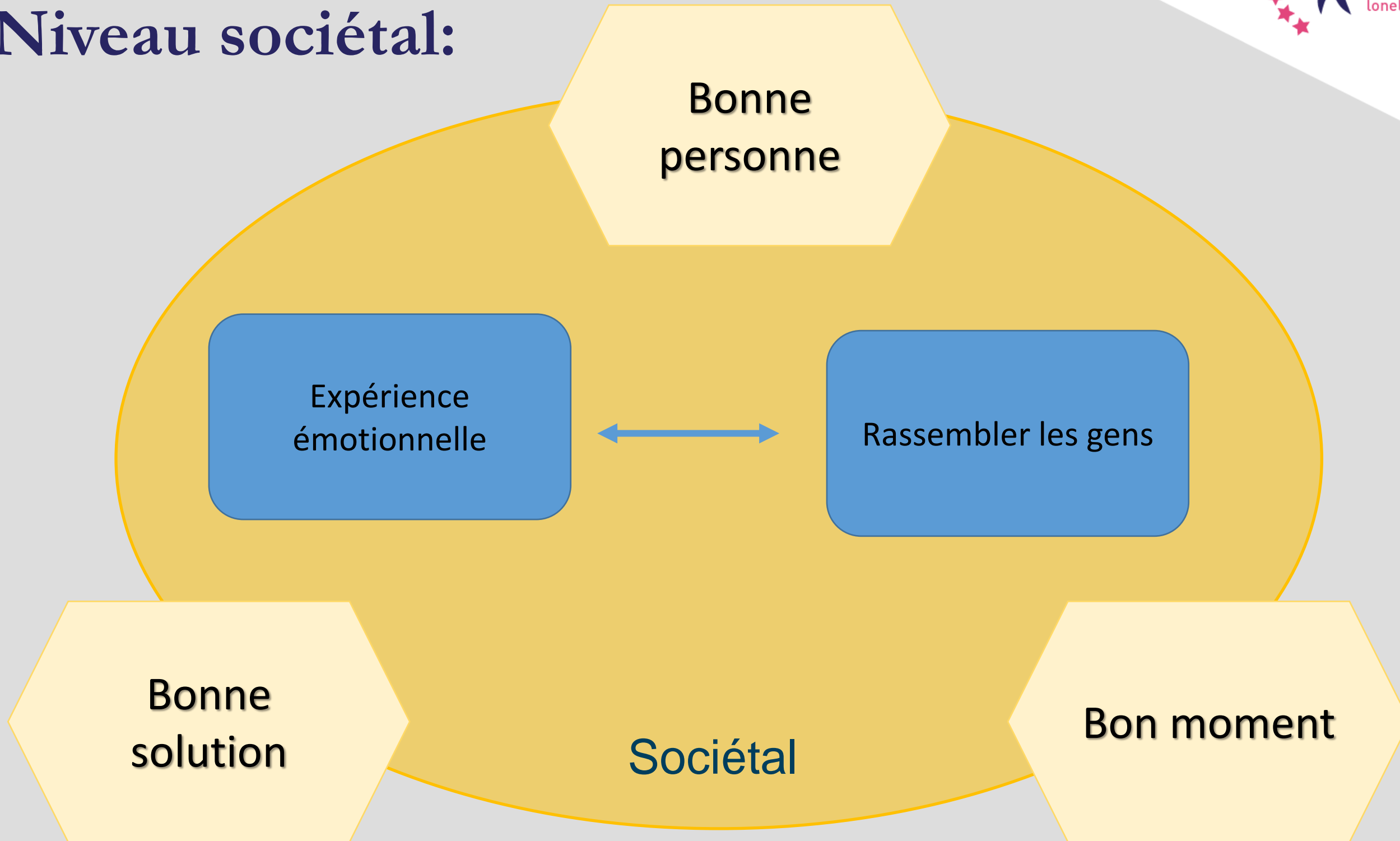
Changer la cognition sociale

Niveau sociétal:

INDIVIDUALISATION (contexte, population,
degré de solitude...)

Sociétal

Niveau sociétal:



<https://euprevent.eu/fr/profile/>

Module de formation (à télécharger gratuitement)

Pièce de théâtre
Contact: Alain Chevalier
(TURLG)

Guide échanges
intergénérationnels

Recueil de bonnes pratiques

...

Interreg
Euregio Meuse-Rhin
Fonds Européen de Développement Régional



Ministerium für Wirtschaft, Innovation,
Digitalisierung und Energie
des Landes Nordrhein-Westfalen

