

< balises >

Journal des cadres d'Énéo, mouvement social des aînés

Trimestriel n° 42 | Mai - Juin - Juillet 2013

Quelle image les aînés ont-ils d'eux-mêmes ?

Édito

Si tu t'imagines

Vous rappelez-vous cette chanson que chantait Juliette Gréco en 1947, au départ d'un poème de Raymond Queneau ? « *Si tu t'imagines, fillette, fillette, si tu t'imagines, ça va durer toujours la saison des amours, ce que tu te goures* ».

Je ne suis pas Juliette Gréco et vous n'êtes pas des fillettes. Cependant, j'ai envie de dire : il faut que nous nous imaginions. Il faut que nous nous regardions. Il faut que nous regardions notre propre image, celle des aînés de la société (et dans la société). Il faut que nous regardions notre image sans fard. Sans triomphalisme, mais aussi sans misérabilisme.

Le projet Imag'Aînés lancé par Énéo en février dernier comporte deux volets. Le premier : le regard des aînés sur eux-mêmes. Le second : le regard de la société sur les aînés.

C'est le premier volet qui a été au cœur de notre réflexion durant cette première moitié de l'année. À son sujet, j'aimerais faire trois observations : l'une sur la méthode, l'autre sur l'objectif et la dernière sur les moyens à mettre en œuvre au service de nos idées.

1. L'étude que nous avons lancée a connu un réel succès. Nous avons récolté plus de quinze cents réponses. Cette large participation est un signe en soi. Elle montre que, dans notre société, la préoccupation pour l'image (et notamment pour de l'image de soi) est prioritaire. Nous n'en doutons pas, mais nous en avons ici la vérification statistique.

2. Nous avons, chevillées au corps et au cœur, un certain nombre de convictions. Notamment, que les aînés ne sont pas des parias et ne doivent pas être les oubliés de la société. Ce n'est pas parce qu'ils ont décroché du milieu du travail qu'ils doivent se sentir irresponsables ou inutiles. Mais il ne suffit pas d'afficher des bons sentiments. Il ne suffit pas de clamer, dans nos congrès ou dans nos réunions, nos idées ou nos intuitions. Il faut leur donner une base aussi scientifique que possible. Il faut en vérifier le bien-fondé. Il faut aussi chercher à les expliquer ou à les justifier. En un mot, il faut objectiver notre discours. En ce sens-là, l'étude qui a été réalisée représente une étape fondamentale du projet Imag'Aînés. Nous ne parlons pas dans le vide : nous avons un dossier.

3. J'ai envie d'ajouter : « Ce n'est qu'un début, continuons le combat ». Notre étude, c'est un point de départ. C'est une étape importante dans la réalisation d'un projet qui va nous conduire à organiser une série de réunions et d'animations dans nos régions et groupements locaux. C'est l'amorce d'une campagne de sensibilisation auprès de nos membres, mais aussi auprès de la société.

Si le projet Imag'Aînés est si important, c'est qu'il nous place face à nous-mêmes, nous oblige à nous regarder, comme dans un miroir. J'ai commencé par une chanson, celle de Juliette ; je finirai par une autre, celle de Marguerite. Chacun connaît le grand air du Faust de Gounod. Marguerite, alias la Castafiore, se regarde dans un miroir : « Est-ce moi ? Réponds, réponds, réponds, vite ! ». À tous, je dis : « Répondons » !



Francis Delpérée
Président d'Énéo



Quelle image les aînés ont-ils d' Présentation de l'étude menée

Sommaire

Édito	1
1. Introduction et contexte	3
2. Comment avons-nous procédé? Quelques mots sur la méthodologie	4
3. Qui sont les répondants?	5
4. Que montre l'étude? Les résultats	7
4.1. <i>Aînés, seniors, vieux?</i> <i>Les termes utilisés pour désigner les personnes de 50 ans et plus</i>	7
4.2. <i>Quel âge les aînés ont-ils l'impression d'avoir et voudraient-ils avoir?</i> <i>L'âge subjectif</i>	8
4.3. <i>Les différentes facettes de l'existence et de la personnalité des aînés</i>	10
4.4. <i>Comment les aînés perçoivent-ils leur vieillissement?</i>	15
4.5. <i>Les aînés sont-ils satisfaits de leur existence?</i>	16
4.6. <i>Les aînés ont-ils une bonne estime d'eux-mêmes?</i>	17
4.7. <i>Ce que les aînés pensent que l'on pense d'eux. Les métastéréotypes</i>	18
5. Apports et limites de l'étude	21
6. En guise de conclusion	21
7. Bibliographie	23

eux-mêmes? par Énéo



1. Introduction et contexte

L'image que la société renvoie des aînés est généralement sans complaisance. La vieillesse est vue comme une tare, comme une ennemie dont il faut se protéger. Si les études sur l'âgisme et les stéréotypes négatifs qu'il charrie sont nombreuses, on ne sait que peu de choses de ce qu'en pensent les principaux intéressés: les aînés eux-mêmes. Préfèrent-ils être qualifiés d'aînés, de pensionnés ou de seniors? Quel âge ont-ils dans leur tête? Que pensent-ils des stéréotypes qui les disent lents, avares, seuls ou sages? Comment se positionnent-ils par rapport au vieillissement? À quel point sont-ils satisfaits de leur existence? Quelle estime ont-ils d'eux-mêmes? Pour tenter de mieux comprendre la façon dont les aînés se voient et de répondre à ces différentes questions, Énéo, mouvement social des aînés, a mené une vaste étude. Plus de 1500 aînés d'horizons divers se sont livrés, nous dévoilant ce qu'ils pensent d'eux-mêmes et de ce que la société pense d'eux. Le présent numéro de *Balises* vise à présenter cette étude dans le détail.

Avant d'entrer dans le vif du sujet, il est important de comprendre dans quel contexte cette étude prend place. Celle-

ci a été menée dans le cadre d'un vaste projet d'éducation permanente qu'Énéo a appelé «Imag'Aînés». Ce projet vise à (s')interroger sur les images des aînés; les images qu'ils ont d'eux-mêmes, mais aussi les images que la société renvoie d'eux, notamment à travers les médias et les décisions politiques. Il vise aussi à se demander comment ces images multiples interagissent, s'opposent ou se renforcent. Ce projet a été lancé le 25 février 2013, et l'étude dont il est ici question a été présentée et a démarré ce même jour.

Énéo étant un mouvement d'éducation permanente, les études que nous réalisons sont souvent le point de départ d'autres actions. En effet, notre objectif est d'encourager la participation et l'engagement des aînés dans la vie sociale, culturelle, économique et politique, notamment par le biais de l'action collective. Bien évidemment, en corollaire, nous tentons de lutter contre toute discrimination dont souffriraient les aînés et de promouvoir leur bien-être physique, psychologique et social. L'étude dont il est ici question est étroitement liée aux autres composantes du projet «Imag'Aînés» que sont les animations de terrain et les campagnes de

sensibilisation. Les premières ont la plupart du temps lieu dans les groupements locaux d'Énéo, et visent à encourager les aînés à s'exprimer et à construire une parole collective. Les secondes visent à diffuser des messages forts auprès d'un large public en vue de le conscientiser à la cause des aînés. Cette étude, en plus de son intérêt intrinsèque, servira donc à alimenter les débats et les animations au niveau local ainsi qu'à construire les messages que nous souhaitons défendre au travers de notre campagne. Le projet «Imag'Aînés» se poursuivra jusqu'à la fin de l'année 2014.

Dans les sections qui suivent, nous présenterons les différentes facettes de l'étude. Nous aborderons tout d'abord la méthodologie que nous avons utilisée pour collecter les données. Nous passerons ensuite en revue les caractéristiques des répondants (qui sont-ils en termes d'âge, de sexe, de répartition géographique, etc.?). Nous décrirons ensuite en détail les principaux résultats que l'étude a permis de mettre en exergue. Enfin, nous concluons en revenant sur les apports et limites de cette étude et sur le principal message à en retenir.

Nous espérons que la lecture de ce numéro de *Balises* vous éclairera sur les processus qui sont à l'œuvre dans la perception que les aînés ont d'eux-mêmes ou, *a minima*, qu'elle vous aidera à y réfléchir de façon plus structurée.



2. Comment avons-nous procédé? Quelques mots sur la méthodologie

Pour savoir ce que les aînés pensent d'eux-mêmes, il nous a paru essentiel de poser la question aux aînés eux-mêmes, personne n'étant plus à même de nous éclairer à ce sujet que les principaux intéressés. Notre objectif était de recueillir un grand nombre de réponses de personnes de 50 ans ou plus (au moins 700). Dans le but de travailler sur base d'un large échantillon, nous avons opté pour une étude quantitative, avec un recueil de données par le biais de questionnaires et de questions fermées. Toute personne francophone de 50 ans et plus résidant en Belgique pouvait y participer.

Sur base d'une revue de la littérature sur le sujet, nous avons construit un questionnaire contenant 187 questions fermées. La plupart de ces questions étaient en fait des affirmations par rapport auxquelles les répondants devaient prendre position. Dans beaucoup de sondages, on demande simplement aux répondants s'ils sont d'accord ou non avec une série de propositions, avec deux possibilités («oui» ou «non»). Nous pensons que les choses ne sont jamais aussi simples et que, pour capturer la nuance des opinions, il faut permettre davantage de nuances. Nous avons donc choisi des échelles de réponses à 5 degrés (permettant d'être «en désaccord total», «plutôt en désaccord», «neutre», «plutôt en accord» ou «en accord total» avec la proposition). Les réponses à ces questions sont un peu plus difficiles à traiter que les réponses à de simples questions dichotomiques, mais elles permettent de respecter la complexité des opinions et de ne pas forcer les répondants à choisir entre des alternatives trop simplistes.

Pour toucher un maximum de personnes, deux versions du questionnaire ont été réalisées: une version papier et une version électronique. Le questionnaire papier faisait 8 pages. Après l'avoir complété, le répondant devait le faire parvenir au Secrétariat fédéral d'Énéo, par la poste ou par l'intermédiaire d'un(e) animateur/trice régional(e). Huit cents questionnaires papier ont été imprimés et distribués aux différentes régionales d'Énéo, qui étaient elles-mêmes chargées de les diffuser au maximum auprès de leurs membres, mais aussi auprès de personnes non membres d'Énéo. Une version électronique du questionnaire, en tout point identique au questionnaire papier, a été mise en ligne sur notre site Internet. L'adresse vers l'étude a été fortement relayée au sein du mouvement Énéo, mais aussi par courriel et par le biais des réseaux sociaux. Les avantages de la formule électronique sur la formule papier étaient notamment qu'elle permettait facilement de toucher des répondants hors du mouvement, qu'elle rendait la réponse à toutes les questions obligatoire (un questionnaire incomplet est problématique à plusieurs égards) et qu'elle automatisait l'encodage des réponses.

Le recueil des données a duré 3 mois (du 25 février au 10 avril 2013 pour la version papier, du 25 février au 30 avril 2013 pour la version électronique, cette dernière ne nécessitant pas de temps d'encodage). Comme nous l'avons mentionné précédemment, l'étude a été introduite lors de la journée de lancement du projet «Imag'Aînés», le 25 février 2013, à Bouge. Les participants à la journée ont reçu un questionnaire à compléter et à faire ensuite

parvenir au Secrétariat fédéral d'Énéo. Chaque régionale d'Énéo a également reçu un ensemble de questionnaires papier à faire compléter sur leur territoire d'action (pour des raisons d'équité, le nombre de questionnaires distribués dépendait du nombre de membres Énéo dans la régionale et pas du nombre d'habitants sur son territoire d'action). Pour que les réponses récoltées soient les plus représentatives de la population générale, il a été demandé de respecter, autant que possible, une certaine répartition en termes de sexe, d'âge et d'appartenance au mouvement (si nous n'avions récolté que des réponses de femmes entre 55 et 65 ans membres d'Énéo, aurait-on encore pu parler de l'image des aînés?). Chaque régionale a donc reçu une grille de répartition comme guide pour la récolte des données. Afin de coller au plus près au réel, la répartition en termes d'âge et de sexe a été réalisée sur la base des statistiques démographiques belges. De plus, comme il était probable que les aînés du mouvement ne soient pas tout à fait des aînés «comme les autres» (moins isolés que la moyenne, notamment), nous avons demandé aux régionales d'essayer d'obtenir la moitié des réponses en dehors du mouvement.

Le recueil des données s'est déroulé sans encombre. La version électronique du questionnaire a permis de recueillir beaucoup plus de réponses que prévu, ce qui a porté notre échantillon non pas à 700, mais à 1542 répondants. Dans la section suivante, nous verrons quelles sont les principales caractéristiques sociodémographiques de ces répondants.

3. Qui sont les répondants ?

L'étude a été largement diffusée, si bien que 1542 personnes de 50 ans et plus ont rempli le questionnaire. Qui sont ces personnes? Nous allons maintenant analyser cette question de plus près. Un échantillon de répondants est idéal quand il est totalement représentatif de la population générale. Ce que nous aurions donc souhaité, c'est qu'il soit le plus représentatif possible de l'ensemble des personnes de 50 ans et plus résidant en Belgique francophone. Bien entendu, cela reste un idéal à viser, mais rarement atteint, surtout quand la participation est volontaire (le fait d'accepter ou non de participer est rarement anodin). À défaut d'avoir pu totalement contrôler notre échantillon pour le rendre tout à fait conforme à ce que nous souhaitions, il est important de bien se représenter qui sont les répondants de l'étude pour bien comprendre en quoi ils peuvent différer de la population générale, et en quoi nos résultats peuvent donc être, dans une certaine mesure, biaisés.

Afin que l'échantillon des répondants soit le plus proche de la population belge des personnes de 50 ans et plus, nous avons tenté d'approcher les statistiques officielles basées sur la tranche d'âge et le sexe. Ces statistiques mettent en évidence des éléments démographiques connus. En Belgique, il y a plus de femmes de 50 ans et plus (55,04%) que d'hommes de cet âge (44,96%). Plus l'âge avance, plus les personnes sont susceptibles de décéder; les personnes de 50 ans et plus sont ainsi constituées de 38,38% de personnes de 50-59 ans, de 26,69% de personnes de 60-69 ans, de 21,69% de personnes de 70-79 ans et de 13,31% de personnes de 80 ans et plus. La répartition des répondants en termes d'âge et de sexe est reprise dans le **Tableau 1**. Bien que globalement en phase avec les statistiques officielles, elle présente certains biais de sélection. Ainsi, alors qu'on aurait souhaité que les femmes de 60-69 ans représentent 14% de notre échantillon,

	Femmes		Hommes	
50-59 ans	14 %	(19 %)	6 %	(19 %)
60-69 ans	31 %	(14 %)	20 %	(13 %)
70-79 ans	12 %	(13 %)	11 %	(9 %)
80 ans et plus	3 %	(9 %)	3 %	(4 %)

Tableau 1. Répartition des répondants en termes d'âge et de genre (la répartition de la population de la Fédération Wallonie-Bruxelles est entre parenthèses).

elles représentent dans les faits 31% de ce dernier (le public touché par Énéo – et, de façon générale, par les associations non marchandes – y est vraisemblablement pour quelque chose). En contraste, les hommes de 50-59 ans représentent 6% de notre échantillon, alors que nous aurions souhaité qu'ils en représentent 19% (le fait qu'une large proportion d'entre eux soit toujours en activité professionnelle peut être une explication à leur faible participation). Hormis ces deux écarts importants, les autres écarts aux statistiques officielles sont relativement ténus (3,5% en moyenne). Nous ne pouvons pas affirmer que notre échantillon soit pleinement représentatif de la population générale, mais il semble néanmoins relativement équilibré et ne néglige aucun sous-groupe de la population des personnes de 50 ans et plus.

Les répondants provenaient de diverses régions de la Belgique francophone. Pour pouvoir avoir une idée de la localisation des répondants sans nuire à l'anonymat des données, nous avons opté pour un procédé particulier. Nous avons demandé, aux membres Énéo, dans quelle région ils étaient et, aux personnes qui n'étaient pas membres d'Énéo, quel était leur code postal (sur base de celui-ci, nous avons pu déterminer de quelle région dépendait le territoire sur lequel ils habitaient). De la sorte, nous avons pu dresser un bilan du nombre de

répondants par régionale (à comprendre comme des territoires), ainsi que la proportion de membres et de non-membres qui ont répondu dans chaque régionale. Ces informations se trouvent dans le **Tableau 2**. On y constate qu'en dépit des variations régionales, aucun territoire n'a été négligé, et que les répondants de cette enquête proviennent bien de l'ensemble de la Belgique francophone. Pour ce qui est de la répartition en termes d'appartenance à Énéo, on constate que la majorité des répondants sont membres d'Énéo (62,2%), mais qu'un réel effort a été fait pour ne pas se limiter à interroger nos membres (37,8% des répondants ne sont pas membres d'Énéo).

Tout d'abord, il est intéressant de se pencher sur le média par lequel le questionnaire a été rempli. Sur les 1542 questionnaires, 1216 (78,9%) ont été complétés via Internet et 326 (21,1%) au format papier. Ce résultat est interpellant, car il ne correspond pas à l'image que l'on se fait habituellement des personnes de 50 ans et plus (que l'on voit fréquemment comme n'utilisant que peu – voire pas – les nouvelles technologies). S'il est évidemment réjouissant de constater que de nombreux répondants ont participé via Internet, il ne faudrait pas en tirer de conclusion hâtive sur l'usage des technologies chez les personnes de 50 ans et plus. En effet, un questionnaire par In-



	Proportion des répondants de la régionale (par rapport au total)	Pour la régionale concernée	
		Proportion des membres	Proportion des non-membres
Namur	17,4 %	62,8 %	37,2 %
Liège	16,5 %	62,2 %	37,8 %
Brabant wallon	14,5 %	66,4 %	33,6 %
Hainaut Picardie	13,8 %	71,4 %	28,6 %
Hainaut oriental	12,1 %	67,2 %	32,8 %
Bruxelles	9,7 %	45,0 %	55,0 %
Verviers	7,1 %	69,7 %	30,3 %
Luxembourg	5,8 %	65,2 %	34,8 %
(inconnu)	3,2 %	12,0 %	88,0 %

Tableau 2. Répartition des répondants par régionale et appartenance ou non à Énéo.

ternet est plus facilement diffusé qu'un questionnaire papier, et le fait qu'il y ait plus de réponses par Internet peut n'en être que le reflet. Il faudra donc rester attentif dans l'interprétation des résultats et ne jamais perdre de vue que, malgré nos efforts pour obtenir des réponses représentatives de tous les aînés, il se peut qu'elles soient le fait d'aînés «particuliers», surreprésentés dans notre étude.

Nous allons à présent passer en revue différentes caractéristiques sociodémographiques des répondants. Ces derniers ont des milieux de vie variés, 35,6% d'entre eux vivant en zone rurale, 35,4%, en zone semi-urbaine et 28,8%, en zone urbaine. En ce qui concerne le plus haut niveau d'étude atteint, 38,3% des répondants ont un diplôme de l'enseignement supérieur de type long; 13,6%, un diplôme de l'enseignement supérieur de type court; 22,8%, un diplôme de l'enseignement secondaire supérieur; 18,5%, un diplôme de l'enseignement secondaire inférieur et 1,8%, un diplôme de l'enseignement primaire. Ces chiffres ne sont pas en phase avec la population belge, puisque, selon une

enquête du SPF Economie, PME, Classes moyennes et Énergie (2010), il n'y a en Belgique que 27,3% de la population de plus de 15 ans qui a un diplôme de l'enseignement supérieur (contre 51,9% dans notre échantillon).

Les répondants ont été interrogés sur leur principal statut socioprofessionnel durant leur carrière. Parmi les statuts les plus fréquents, on retrouve 32,6% de fonctionnaires (y compris les enseignants), 28% d'employés, 14,5% de cadres, 6,2% d'indépendants, 4,3% d'ouvriers et 3,4 de répondants qui n'ont pas exercé de profession. Parmi les répondants, 81,8% n'exercent pas ou plus d'activités professionnelles, tandis que 17% en ont une. À partir de 65 ans, ils ne sont que 2,5% à travailler. En deçà, ils sont 34,1%.

En ce qui concerne l'état matrimonial, une majorité des répondants sont mariés ou en concubinage (66,9%). Viennent ensuite les divorcés (14,3%), les veufs (12,3) et les célibataires (6,3%). Pour ce qui est de la descendance, 86,8% des répondants ont un ou plusieurs enfants (quand ils en ont, ils en ont 2,44 en

moyenne) et 69,6% d'entre eux ont un ou plusieurs petits-enfants (quand ils en ont, ils en ont 4,08 en moyenne).

La grande majorité des répondants sont d'origine belge (94,1%). Pour ce qui est de leur appartenance au milieu associatif, 54,3% d'entre eux sont membres d'un groupement ou d'une association autre qu'Énéo. Si on additionne ceux-ci à ceux qui sont chez Énéo, 79,2% des répondants font partie d'un groupement ou d'une association (Énéo compris). Cette proportion est gigantesque. Il semble donc que, plutôt que d'être représentatifs de tous les aînés, les aînés que nous avons interrogés le sont davantage des aînés qui s'engagent. Cela pourrait transparaître dans certaines des réponses recueillies.

4. Que montre l'étude ? Les résultats

Après cette présentation des caractéristiques des répondants, entrons à présent dans le cœur du sujet : les résultats de l'étude. Les données que nous avons recueillies sont nombreuses (quand 1542 personnes répondent chacune à 187 questions, les données font plus de 288 000 nombres !). La richesse des données permettrait de se poser beaucoup de questions. Nous ne présenterons ici que certains résultats relatifs à certaines questions. Il est néanmoins très probable que les discussions et interpellations qui auront lieu après la parution de ce numéro de *Balises* nous inciteront à en analyser d'autres, afin de parfaire, encore et toujours, notre compréhension de la façon dont les aînés se perçoivent.

La présentation des résultats suivra une structure thématique. Nous évoquerons tout d'abord la question des termes utilisés pour désigner les personnes de 50 ans et plus (seniors, aînés, pensionnés, vieux...) et tenterons de comprendre lesquels de ces termes sont acceptés ou, au contraire, rejetés par les principaux intéressés. Nous aborderons également l'importante notion d'âge subjectif et pointerons le fait que les aînés n'ont pas toujours l'impression de faire leur âge et qu'ils aimeraient parfois avoir un autre âge que le leur. Nous analyserons ensuite les différentes facettes de l'existence et de la personnalité des aînés. Nous verrons s'ils se considèrent différents des personnes de moins de 50 ans sur ces différentes facettes, et comment. Nous en profiterons pour faire le point sur les relations qui peuvent exister entre les stéréotypes à l'égard des aînés et la façon dont ils se perçoivent. Nous nous attarderons ensuite sur la perception que les aînés ont du vieillissement, sur leur degré de satisfaction par rapport à leur existence et sur leur estime d'eux-mêmes. Avant de conclure, nous aborderons les métastéréotypes des aînés, c'est-à-dire les stéréotypes qu'ils pensent que les

autres ont à leur égard. Nous essaierons également de déterminer quels sont les publics que les aînés considèrent comme les plus stigmatisants (jeunes, médias, etc.).

4.1. Aînés, seniors, vieux ? Les termes utilisés pour désigner les personnes de 50 ans et plus

Il existe plusieurs termes qui permettent de désigner les personnes de plus de 50 ans. Si ces termes sont, *a priori*, des synonymes, ils n'en restent pas moins chargés de connotations. On constate généralement que les termes tels « aînés » ou « seniors » ont une meilleure connotation que le terme « vieux ». Ce dernier, dans notre société jeuniste, insiste en effet beaucoup trop sur la facette « déficitaire » du vieillissement. Les termes que l'on peut repérer dans les médias sont très nombreux, ce qui montre aussi qu'on pressent une difficulté à désigner de façon correcte les personnes de cette tranche d'âge et un risque de déplaire par le choix d'un terme inadéquat. En guise d'exemples, voici quelques-uns des termes que l'on peut retrouver : vieux, personnes âgées, aînés, vétérans, troisième âge, seniors, anciens, inactifs, tempes grises, papys-boomers, etc. La connotation de ces termes semble essentiellement varier quant au fait qu'ils « font vieux » ou pas. Ainsi, dans un sondage TNS Sofres de 2009 (cité par Ennuyer, 2011), on a demandé à partir de quel âge différents qualificatifs pouvaient être utilisés. Les résultats ont montré qu'un baby-boomer est une personne d'environ 56 ans, qu'un aîné a environ 58 ans, un senior, 61 ans, un vétéran, 68 ans, un ancien 72 ans, une personne âgée, 74 ans et un vieux, 76 ans. Le terme « vieux » a donc une plus forte connotation d'âge avancé que le terme « aîné ».

Dans notre étude, nous avons demandé aux répondants de se positionner par rapport à des affirmations comme « Je me définis volontiers comme un senior ». Les résultats sont présentés dans la **Figure 1** et mettent en évidence que le terme qui est largement plébiscité (81,9% se disent plutôt ou tout à fait d'accord avec la proposition) est « personne de plus de 50 ans », soit un terme objectif, qui ne laisse aucune place à l'appréciation subjective. Viennent ensuite les termes « aîné » (60,5% d'accord), « retraité » (52% d'accord), « senior » (49,5% d'accord) et « pensionné » (43,5% d'accord). Trois termes sont davantage rejetés qu'acceptés : « ancien » (44,2% de désaccord), « personne âgée » (68,2% de désaccord) et « vieux » (81,9% de désaccord).

Analysés du point de vue d'Énéo, ces résultats indiquent que le qualificatif du mouvement (« mouvement social des aînés ») n'est pas mal choisi (c'est le deuxième terme par ordre de préférence), mais qu'il n'en reste pas moins rejeté par 26% des répondants (une proportion qui monte à 39% pour les moins de 65 ans !). Cela invite à réfléchir aux éventuelles répercussions du nom de notre mouvement sur sa capacité à attirer des membres de toutes les tranches d'âge. En revanche, l'abandon, il y a quelques années déjà, du terme « pensionnés » semble avoir été judicieux, dès lors qu'il est rejeté par 4 personnes de 50 ans et plus sur 10.

Le fait d'accepter ces qualificatifs dépend assez logiquement de l'âge du répondant. Les résultats indiquent que plus une personne est âgée, plus elle accepte ces qualificatifs. Par exemple, si 81,9% des répondants rejettent le terme « vieux », 89,5% des moins de 65 ans et 80,7% des 65-74 ans le rejettent, pour seulement 60,3% des plus de 75 ans. Néanmoins, on le voit, le terme continue de déplaire avec l'avancée en âge. Les participants de 85 ans et plus sont encore 41,4% à le rejeter !

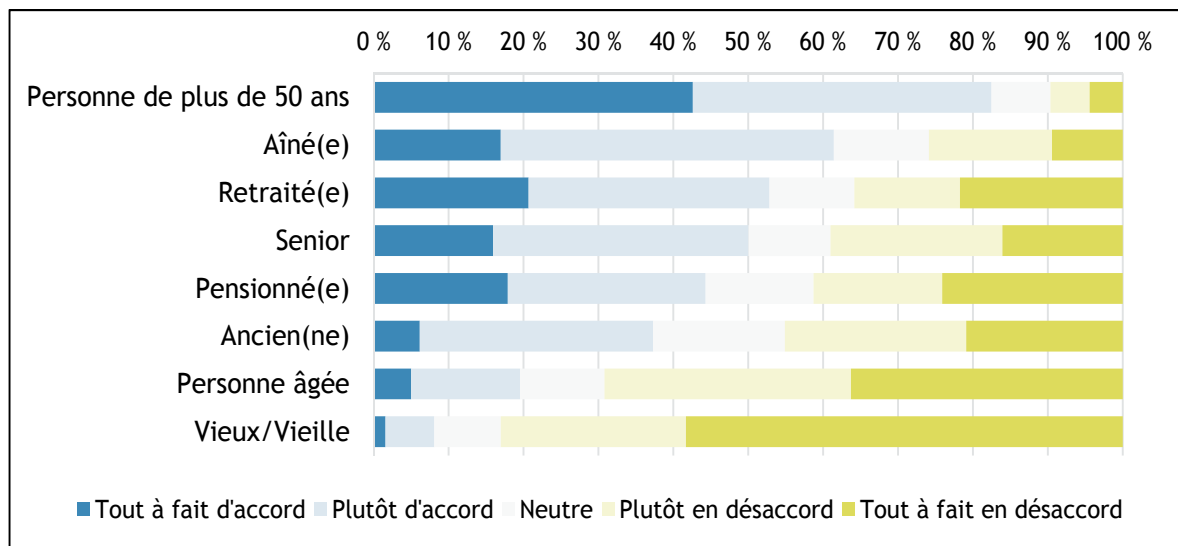


Figure 1. Les termes utilisés pour désigner les personnes de plus de 50 ans.

Une question plus complexe que l'on peut également se poser à propos de ces qualificatifs, c'est de savoir s'ils disent quelque chose de l'estime de soi et de la satisfaction de vie de la personne qui les accepte. Imaginons deux personnes de 70 ans, dont une rejette en bloc le qualificatif de « vieille » et pas l'autre; la première a-t-elle une autre expérience de l'existence que la seconde? Nous avons mené certains tests statistiques pour le savoir. À âge égal, les personnes qui acceptent davantage les qualificatifs de « vieux » ou de « personnes âgées » ont une estime d'elles-mêmes réduite. En ce qui concerne la satisfaction de vie, on constate que les personnes qui se disent plus facilement seniors, aînées ou retraitées sont davantage satisfaites de leur existence, alors que les personnes qui se disent « vieilles » le sont moins.

Nous venons de le voir: les termes utilisés pour qualifier les personnes de 50 ans et plus sont très loin d'être anodins et peuvent être, dans certains cas, largement rejetés. Il est donc essentiel de ne pas laisser le choix des termes au hasard quand on s'adresse à ces personnes, car ils peuvent se révéler très stigmatisants ou, à tout le moins, inefficaces si l'objectif est de toucher la cible.

4.2. Quel âge les aînés ont-ils l'impression d'avoir et voudraient-ils avoir? L'âge subjectif

L'âge subjectif désigne une réalité simple et néanmoins très intéressante: à quel point un individu se sent âgé. En contraste avec l'âge chronologique, l'âge subjectif correspond à la représentation et au ressenti qu'une personne en a, à l'âge avec lequel elle se sent « en phase ». L'âge subjectif est le seul âge qui peut s'accélérer, se ralentir, cesser d'évoluer ou encore s'inverser (Versele, 2005). Dans les premières recherches à ce sujet menées par Blau (1956) ainsi que Tuckman et Lorge (1958), l'âge subjectif est défini comme « l'âge ou le groupe d'âge de référence auquel un individu s'identifie en fonction des rôles sociaux qu'il lui attribue » (Blau, 1956). Cet âge subjectif aurait plusieurs facettes (Jamin, 2006): l'âge que l'individu a le sentiment d'avoir (*feel age*), l'âge qui correspond à ses centres d'intérêt (*interest age*) et l'âge qui transparait à travers ses actes (*do age*).

Un calcul qui est souvent intéressant est celui de la différence entre l'âge chronologique et l'âge subjectif (Perrig-Chiello, 2001). Après le début de l'âge

adulte, la plupart des gens se sentent plus jeunes que leur âge (par ex., Montepare & Lachman, 1989; Rubin, & Berntsen, 2006). Des études ont montré que cet écart augmente avec l'âge, et particulièrement entre 50 et 60 ans (à 60 ans, l'écart est de 10 ans en moyenne), période durant laquelle les personnes auraient une véritable attitude anti-âge, qui les ferait se sentir plus jeunes qu'elles ne le sont. Durant cette période, une sorte de déni du vieillissement peut avoir lieu, en raison tant des représentations négatives qu'il charrie que de la peur de la maladie et de la mort (Versele, 2005). Quand on envisage l'âge subjectif de façon dichotomique, c'est-à-dire simplement sur base de la réponse à la question « vous-sentez-vous vieux? », on observe deux postures classiques (deux « idéaux typiques », comme disent les sociologues): le refus de se considérer comme vieux et l'acceptation du statut de vieux. Les premiers perçoivent une continuité entre ce qu'ils sont et ce qu'ils ont été, alors que les seconds y voient une certaine discontinuité (Caradec, 2003).

Le concept d'âge subjectif est infiniment plus riche que celui d'âge chronologique. Dans de nombreux cas, il s'avère d'ailleurs être un meilleur prédicteur du fonctionnement psychologique et physique des aînés que ne l'est leur âge chronologique (Montepare & Lachman, 1989). Par exemple, des

auteurs spécialisés dans l'analyse des comportements des consommateurs ont montré que l'âge subjectif permettait mieux de prédire leurs comportements que l'âge chronologique (Stephens, 1991; Wilkes, 1992). Une récente étude britannique (Haslam et coll., 2012) a également mis en exergue que les seniors qui se percevaient comme «plus vieux» étaient cinq fois plus enclins à répondre positivement au diagnostic de démence que ceux qui se percevaient comme «plus jeunes»...

Dans la présente étude, nous avons mesuré trois facettes de l'âge subjectif: l'âge ressenti («La plupart du temps, quel âge avez-vous l'impression d'avoir?»), l'âge désiré («Si vous pouviez choisir votre âge, quel âge aimeriez-vous avoir?») et l'âge perçu («Quel âge pensez-vous que l'on vous donne [après avoir parlé 10 minutes avec vous]?»).

Les résultats sont présentés à la **Figure 2**. Concernant l'âge ressenti, les répondants se sentent, en moyenne, 8,

96 ans plus jeunes que leur âge chronologique. Cette variation augmente avec l'âge, puisqu'elle est de 7, 83 ans pour les moins de 65 ans, de 9, 12 ans pour les 65-74 ans et de 12, 44 ans pour les 75 ans et plus.

Concernant l'âge souhaité, les répondants souhaiteraient, en moyenne, avoir 17, 3 ans de moins que leur âge! Ici aussi, cet écart augmente avec l'âge: il est de 14, 78 ans pour les moins de 65 ans, de 18 ans pour les 65-74 ans et de 24, 12 ans pour les 75 ans et plus. Ces chiffres montrent combien la jeunesse reste enviable, y compris chez les aînés.

Enfin, concernant l'âge perçu, les participants pensent en moyenne faire 7, 47 ans de moins que leur âge, biais qui augmente également avec l'âge: il est de 6, 22 ans pour les moins de 65 ans, de 7, 91 ans pour les 65-74 ans et de 10, 6 ans pour les 75 ans et plus. L'âge perçu semble être une forme d'âge ressenti corrigé pour l'apparence physique (et aussi parce qu'on essaie de se mettre à la place d'autrui). Le fait qu'il soit de 7 ans inférieur à l'âge chro-

nologique montre une perception faussée des répondants. En effet, si on part de l'idée qu'il existe des personnes qui font plus que leur âge et d'autres qui font moins que leur âge, on devrait, en moyenne, n'observer aucune différence entre l'âge chronologique et l'âge perçu. Ce résultat montre que les répondants aiment à penser qu'ils paraissent plus jeunes qu'ils le sont, même s'il est statistiquement probable que ça ne soit pas toujours le cas. Il s'agit évidemment d'un comportement qui est positif, car il protège l'estime de soi.

Comme nous venons de le voir, les aînés n'ont pas l'impression d'avoir l'âge qu'ils ont et ne pensent pas faire leur âge. À choisir, ils aimeraient être plus jeunes qu'ils le sont. Ce que ces résultats indiquent indirectement, c'est que les aînés n'ont pas l'impression d'être plus âgés que les autres. Cela implique sans doute qu'ils n'apprécient pas d'être traités «différemment» par la société.

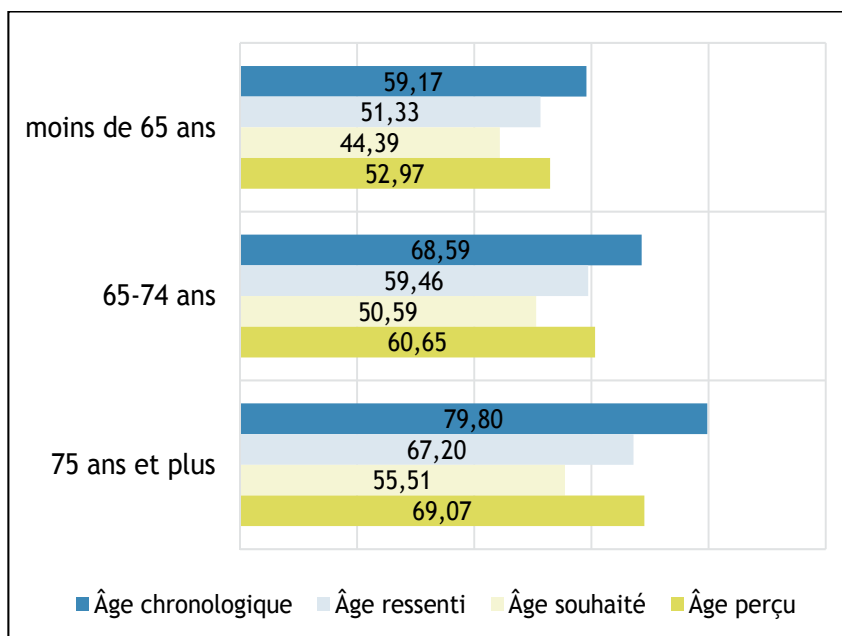


Figure 2. L'âge chronologique et l'âge subjectif.



4.3. Les différentes facettes de l'existence et de la personnalité des aînés

Une large partie du questionnaire de l'étude invitait les répondants à se positionner par rapport à diverses affirmations relatives à différentes facettes de leur existence et de leur personnalité. Les questions reprises dans cette section ont été conçues sur base de deux outils anglo-saxons existants. Le premier (Weiss & Lang, 2012) consiste en une liste de 24 adjectifs (12 positifs, 12 négatifs) par rapport auxquels on relève souvent des attitudes stéréotypées à l'encontre des aînés (ex. compréhensifs, sages, avares, lents, etc.). Le second (Kornadt & Rothermund, 2011) est un outil qui permet d'évaluer différentes facettes de l'existence et qui se décline en plusieurs versions: une version qui peut être distribuée à un aîné lui-même, une autre, à une personne qui s'imagine comment elle sera quand elle sera aînée et une troisième, à une personne qui prend position par rapport aux aînés. Nous avons mis ces deux outils en commun – fusionnant au passage les questions qui se ressemblaient trop – et avons traduit et adapté en français les affirmations retenues. L'ensemble consiste en 53 affirmations.

Pour chaque affirmation, il était demandé aux répondants de dire s'ils trouvaient qu'elle leur correspondait plus ou moins qu'aux personnes de moins de 50 ans. Nous avons fonctionné de la sorte pour plusieurs raisons. Tout d'abord, s'il avait simplement été demandé de donner un degré d'accord avec les différentes propositions, les répondants auraient répondu en se comparant aux personnes auxquelles ils ont l'habitude de se comparer, soit les personnes de leur âge et de leur sexe. Si je

suis une femme de 85 ans et qu'on me demande de me positionner par rapport à la proposition «Je suis seule», j'aurai tendance à me poser la question en comparaison avec les femmes de mon âge que je connais. Ainsi, si je reçois la visite de 4-5 personnes sur le mois, mais que mes contemporaines ont tendance à voir moins de monde, je dirai que je suis en désaccord avec la proposition «Je me sens seule». Si je reçois le même nombre de visites à 55 ans, il est probable que je réponde que je suis plutôt en accord avec la proposition. On le voit, les personnes auxquelles nous nous comparons spontanément – qu'on appelle des «cibles de comparaison» – varient, et cela peut entraîner des difficultés dans la comparaison des réponses. Pour résoudre ce problème, nous avons décidé de demander à tous les répondants d'utiliser la même cible de comparaison – les personnes de moins de 50 ans – afin d'homogénéiser les choses et de pouvoir tirer des conclusions valables. Une deuxième raison qui nous a poussés à travailler de la sorte réside dans le fait qu'une seconde étude est d'ores et déjà prévue et portera, quant à elle, sur l'image que les moins de 50 ans ont des aînés. Il sera possible de poser les mêmes questions à ces personnes en ne changeant que la cible de la comparaison (les personnes de 50 ans et plus). De cette façon, nous pourrons comparer les perceptions des deux publics et en tirer divers enseignements.

Avant de présenter les résultats relatifs à ces affirmations, il est très important de souligner que, pour chaque affirmation, il y a en moyenne 48,9% des répondants qui pensent qu'ils ne sont pas différents des moins de 50 ans sur cette facette. Cela indique qu'ils considèrent, d'une certaine façon, le critère de l'âge comme non pertinent pour dire quoi que ce soit d'une personne sur ces différentes facettes. Cette attitude soutient ce que des chercheurs ont appelé la théorie de la continuité (Atchley, 1971, 1989;

Troll & Skaff, 1997). Selon cette théorie, nous ne changeons pas vraiment en vieillissant; nous continuons notre vie sur base de notre histoire et de ce qui a précédé. Dans cette perspective, l'âge est bien moins indicateur et explicatif que ne l'est la personnalité de l'individu. Si près de la moitié des répondants ont du mal à imaginer qu'ils sont différents des personnes de moins de 50 ans sur ces différents critères, certains se positionnent néanmoins. C'est sur la base de leurs réponses que la balance a bougé et indique qu'ils se sentent «plus» ou «moins»... que les moins de 50 ans. Nous ne répéterons pas chaque fois combien les personnes «centristes» sont nombreuses et nous focaliserons sur les résultats moyens et le sens dans lequel ils font pencher la balance.

Une première facette importante que nous avons étudiée concerne la vie sociale et affective ainsi que les éléments de personnalité qui l'impactent (voir [Figure 3](#)). À cet égard, plus de 50% des répondants rapportent être plus ouverts et tolérants que les personnes de moins de 50 ans. Ils pensent aussi avoir moins de relations conflictuelles avec leur famille, conserver plus facilement leurs amitiés, avoir moins de difficulté à nouer de nouvelles relations, avoir plus d'amis et de connaissances, s'épanouir davantage dans leur vie de couple et être moins seuls. En contraste, ils sont 44% à considérer qu'ils ont une vie sexuelle moins active que les moins de 50 ans.

Une seconde facette tient aux aspects financiers (voir [Figure 4](#)). Les répondants se considèrent comme moins avares, plus économes et moins pauvres que les moins de 50 ans. Ils disent soutenir environ autant d'autres personnes que les moins de 50 ans, et se disent légèrement plus obligés de se montrer économes. N'ayant, pour la majorité d'entre elles, plus de revenus professionnels, il est assez logique que les personnes de 50 ans et plus doivent davantage se montrer

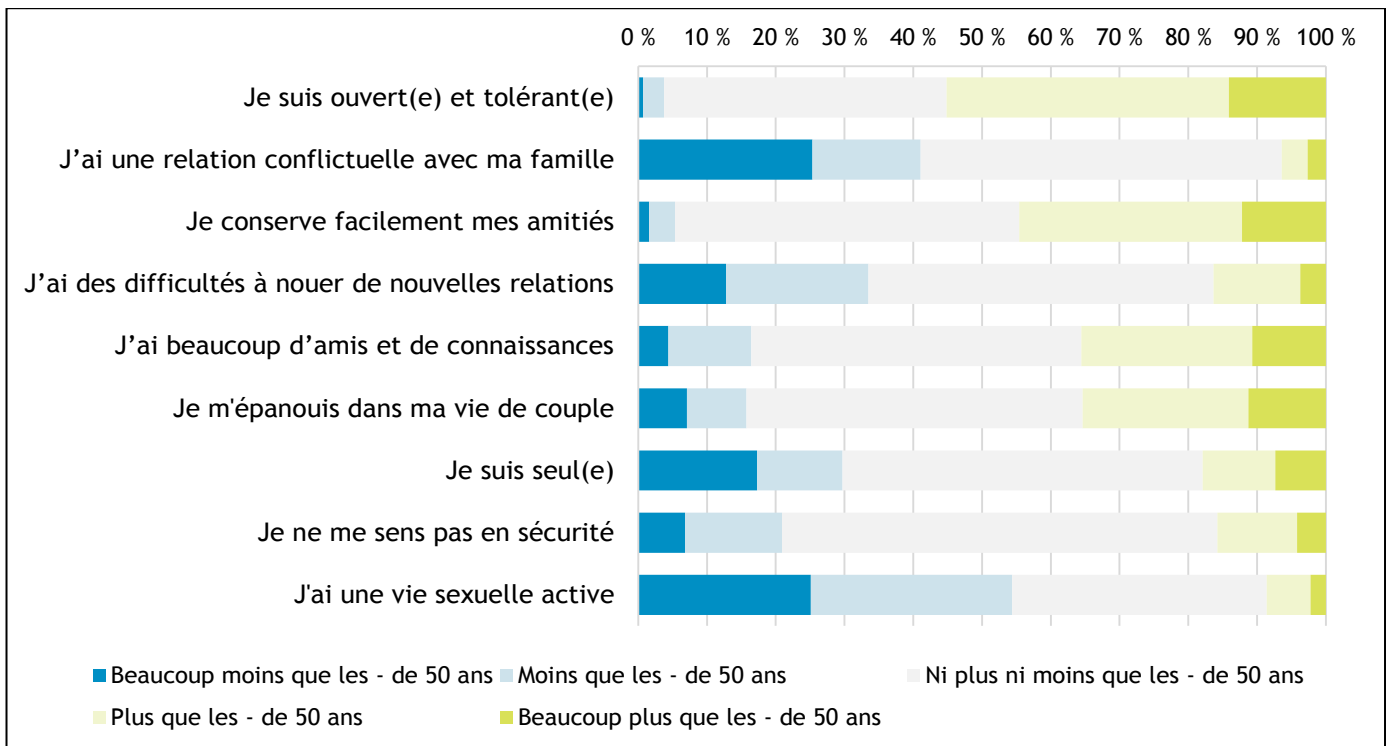


Figure 3. La vie sociale et affective.

économiques. Le stéréotype connexe est généralement qu'elles sont avares, mais moins de 5% des répondants acceptent de se dire plus avares que les moins de 50 ans. On constate donc que les répondants tiennent à indiquer la nuance importante qui existe entre les termes « avares » et « économiques », le premier étant négativement connoté alors que

le second ne l'est pas. La question de la pauvreté des aînés apparaît fréquemment dans les discours ambiants. La présente étude montre qu'ils ne se considèrent pas comme plus pauvres que les moins de 50 ans (au contraire, même). Ça ne signifie nullement que l'argent n'est pas un problème pour eux, puisque cette question n'a pas été

posée (elle a déjà fait l'objet d'investigations plus approfondies dans certaines de nos précédentes études; voir Gengler, 2008; Royen, 2011). La réponse à cette question ne doit donc en aucun cas nous dispenser de continuer à lutter pour que tous les aînés puissent jouir d'un niveau de vie décent.

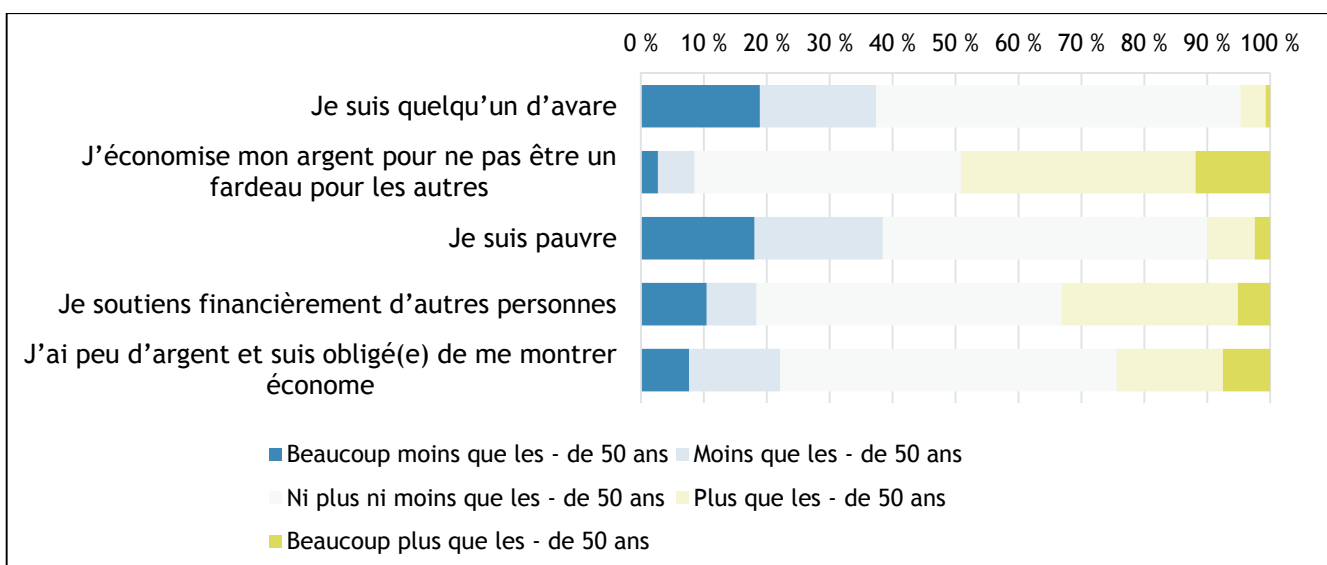


Figure 4. Les aspects financiers.

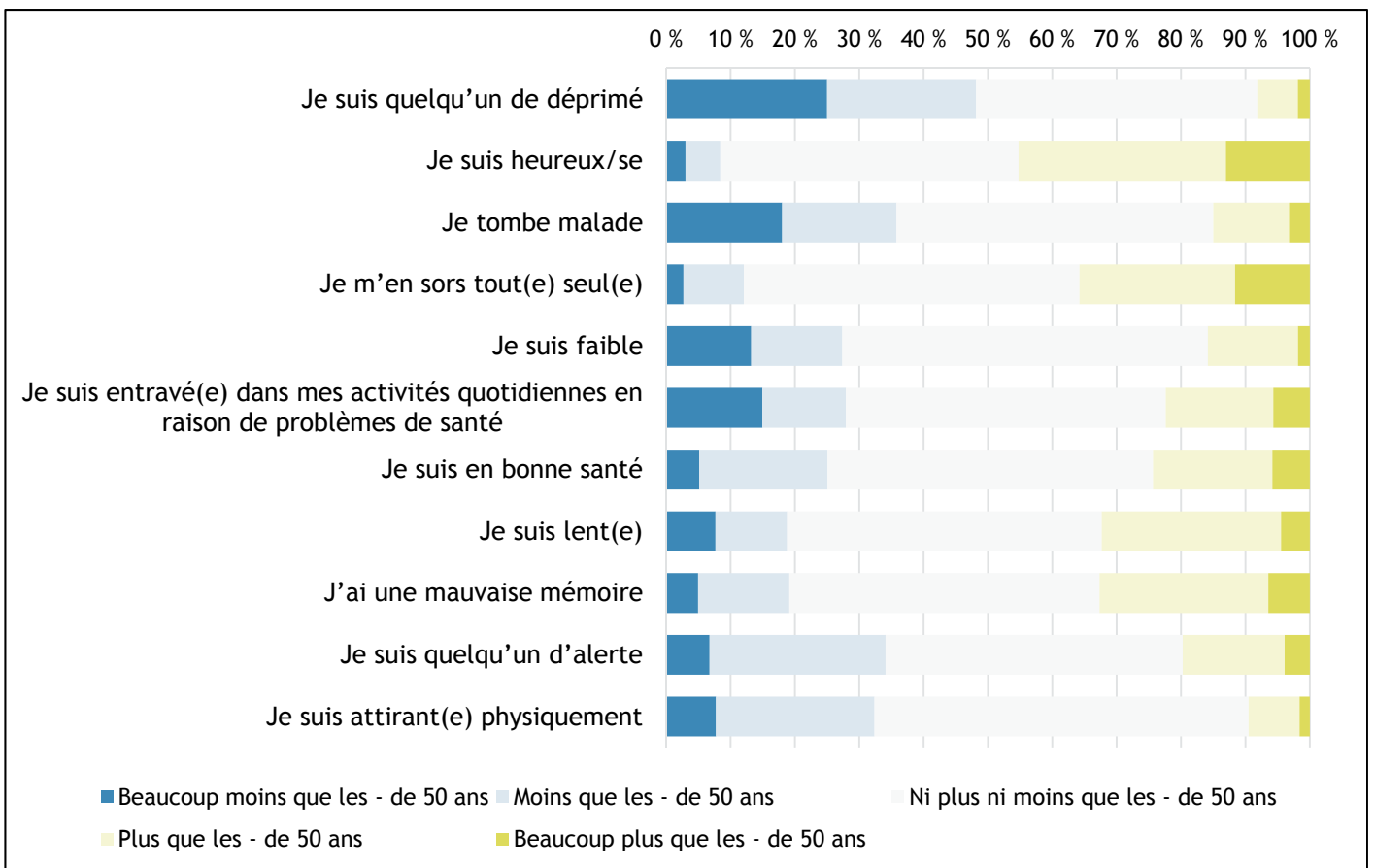


Figure 5. La santé physique et psychologique.

Une troisième facette concerne la santé physique et mentale des répondants (voir Figure 5). En la matière, le résultat qui émerge le plus clairement, c'est que les répondants se disent moins

déprimés et plus heureux que les moins de 50 ans. Ils disent aussi tomber moins malades et s'en sortir mieux tout seuls que les moins de 50 ans. Ils se disent légèrement moins faibles et moins entra-

vés dans leurs activités que les moins de 50 ans. Ils se disent en aussi bonne santé que les moins de 50 ans. En revanche, ils se disent très légèrement plus lents, rapportent avoir une mémoire légère-

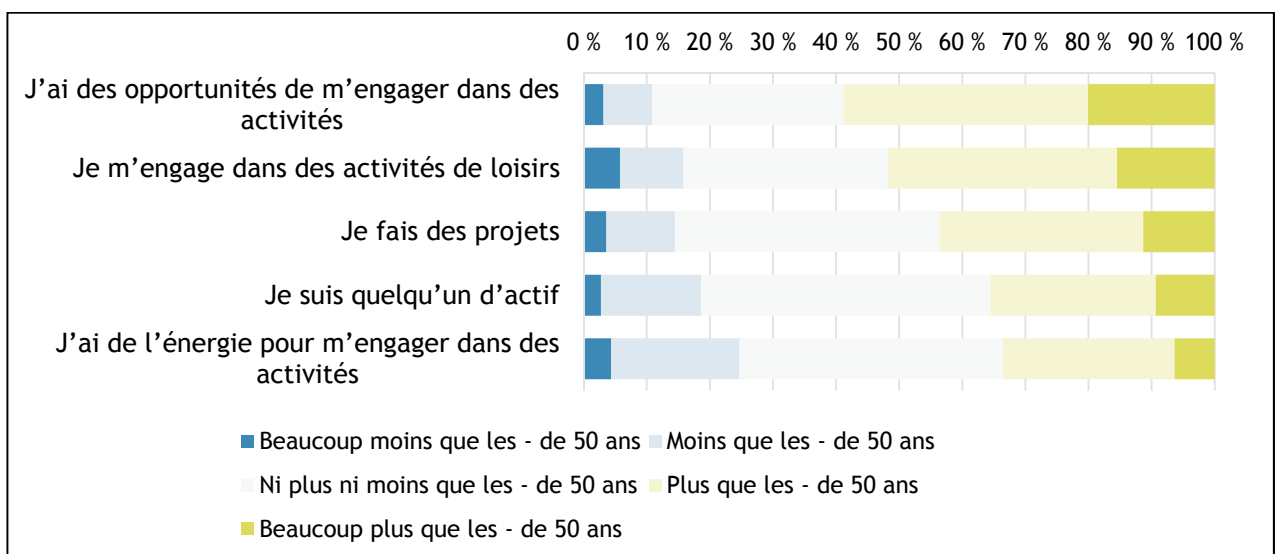


Figure 6. Les loisirs et l'engagement.

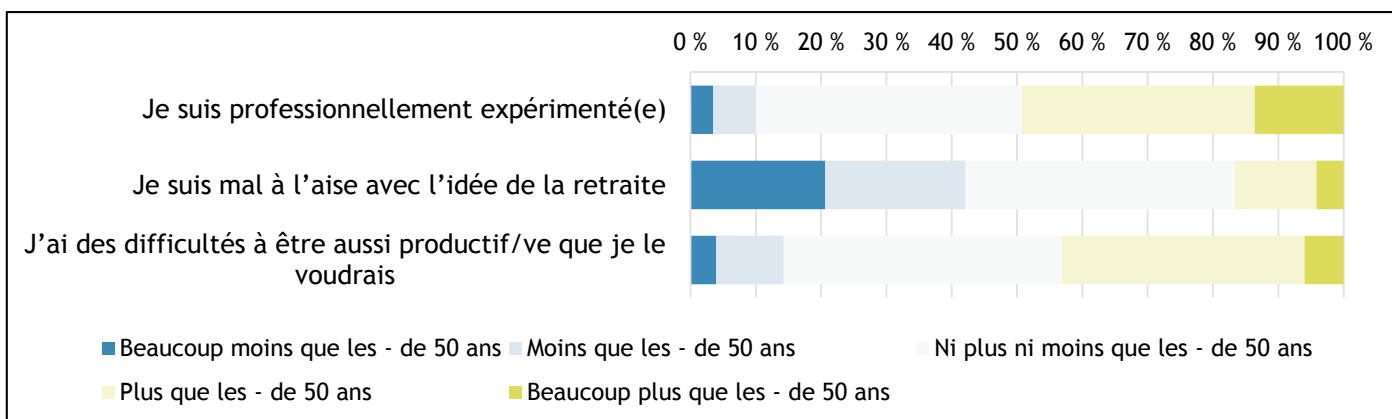


Figure 7. L'expérience professionnelle, le passage à la retraite et la productivité.

ment moins bonne, et se considèrent comme un peu moins attirants que les personnes de moins de 50 ans.

Une quatrième facette touche aux loisirs et engagements (voir Figure 6). C'est une facette importante pour Énéo (dont le slogan est, pour rappel, « plus de 50 ans, mettez vos projets en mouvement ! »). À cet égard, ce qui ressort de façon claire, c'est que les 50 ans et plus disent avoir plus d'opportunités de s'engager dans des activités que les moins de 50 ans et, du coup, s'y engager davantage. Ils disent aussi faire plus de projets et être plus actifs. Enfin, ils rapportent même avoir légèrement plus d'énergie pour s'engager dans des activités. Ces résultats laissent entendre que la notion de « nouvelle vie » est bien choisie pour parler de la retraite. Le temps libéré semble être une réelle

invitation à se lancer dans des projets et à rester actif en dehors du monde du travail.

Une cinquième facette concerne l'expérience professionnelle, la productivité et le passage à la retraite (voir Figure 7). Les répondants se disent plus expérimentés au niveau professionnel que les moins de 50 ans (et il est hautement probable qu'ils le soient effectivement). Ils disent aussi être plus à l'aise avec l'idée de la retraite. Il est possible de le comprendre par le fait que beaucoup d'entre eux sont à la retraite et, du coup, savent vraiment de quoi il s'agit. Or, on craint plus facilement ce qu'on ne connaît pas que ce qu'on connaît bien. Ils disent par ailleurs avoir davantage de difficultés à être aussi productifs qu'ils le voudraient. La juxtaposition d'une expérience professionnelle

élevée et d'une moindre productivité pourrait plaider en faveur des travailleurs seniors et de l'aménagement des carrières : on peut très bien continuer à profiter de l'expérience des aînés, à condition d'aménager leur travail pour diminuer sa pénibilité.

Une sixième facette touche à la spiritualité des répondants (voir Figure 8). Ceux-ci disent s'intéresser davantage au sens de la vie que les moins de 50 ans. Ils rapportent également avoir une vie spirituelle qu'ils jugent plus riche, et voir davantage de sens dans les pratiques religieuses. Ces résultats sont assez conformes à ce qu'on pouvait imaginer. L'avancée en âge semble faire prendre un certain recul sur l'existence et permettre l'émergence et le déploiement des grandes questions existentielles.

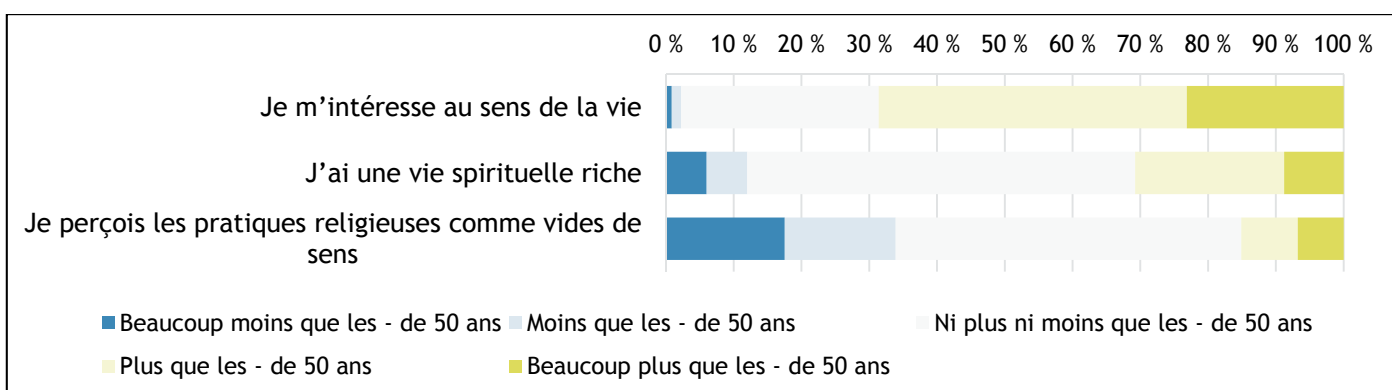


Figure 8. La spiritualité.

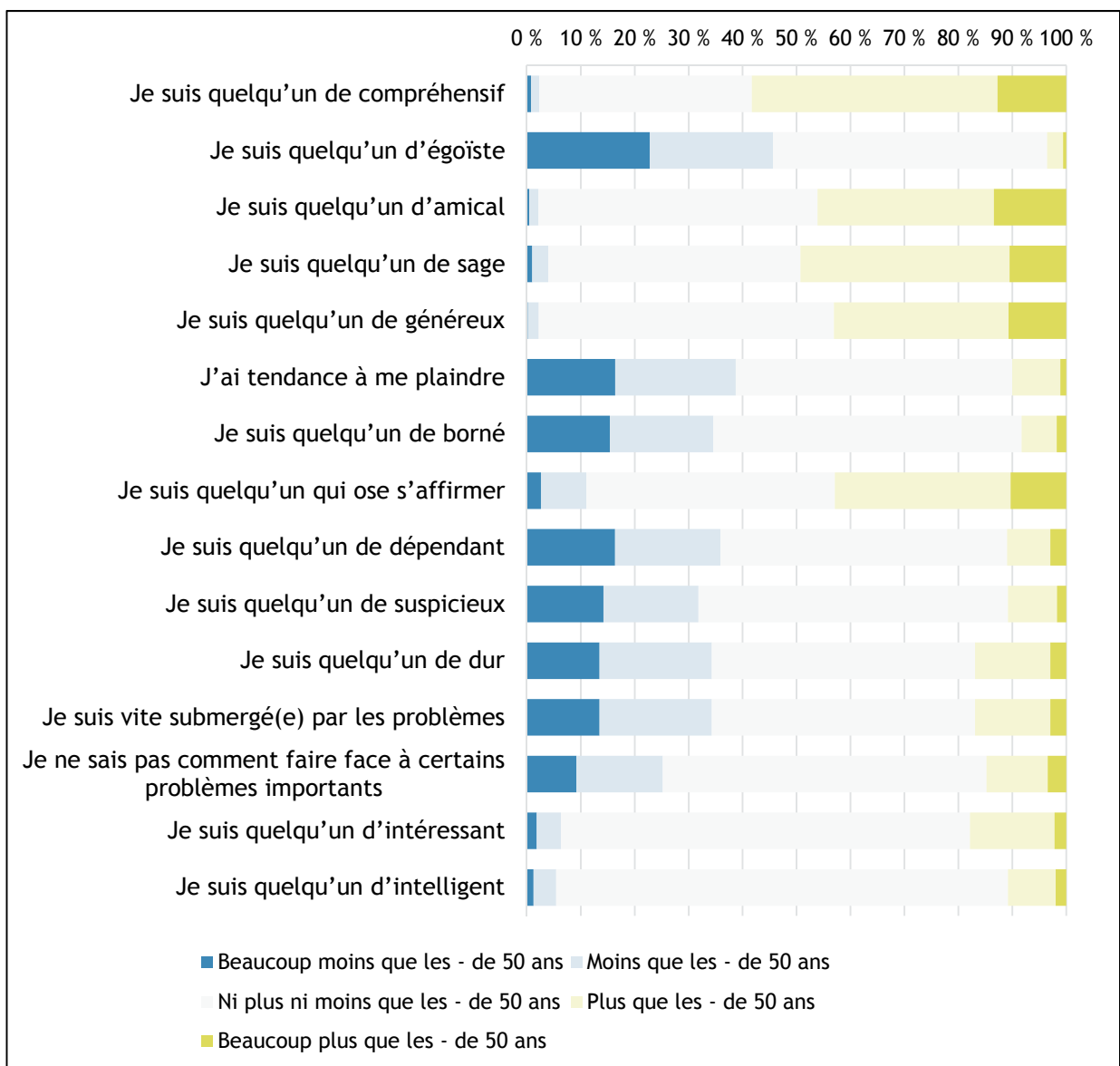


Figure 9. La personnalité et la façon d'appréhender l'existence.

Une dernière facette, plus hétéroclite, touche à la personnalité et à la façon d'appréhender l'existence (voir Figure 9). À ce sujet, les répondants se disent plus compréhensifs que les moins de 50 ans, moins égoïstes et moins bornés, plus amicaux, plus sages, et plus généreux. Ils se voient comme osant davantage s'affirmer, comme étant moins dépendants, moins suspicieux et moins durs. Ils se voient légèrement moins démunis face aux difficultés. Enfin, ils soulignent massivement que le fait d'être intéressant et intelligent n'a rien à voir avec l'âge.

Ce qui ressort de ces résultats, c'est que les répondants ont une bonne image

d'eux-mêmes. Sur 85% des affirmations, ils se définissent comme « mieux » que les personnes de moins de 50 ans. On peut légitimement se demander comment il se fait qu'ils aient une si bonne vision d'eux-mêmes. Une première interprétation tient au fait que, pour contrer les stéréotypes ambiants qui stigmatisent les aînés, il convient d'avoir une bonne dose d'optimisme et de détermination, quitte à « en rajouter une couche ». À un niveau personnel, il peut se révéler très protecteur de conserver une image positive du vieillissement, et de voir l'avancée en âge non pas comme une perte et un déficit, mais, au contraire, comme un moment où l'on mûrit, où l'on se consacre da-

vantage à ce qui compte vraiment et où, d'une certaine façon, on se réalise pleinement. On constate aussi que le secteur pour lequel ils reconnaissent le plus de déficits est le secteur de la santé physique, un secteur où il est impossible d'enjoliver les choses.

Une autre façon d'analyser ces résultats consiste à trier les différentes questions sur base de leur valence (positive ou négative) et de l'intensité selon laquelle les répondants se distinguent des moins de 50 ans. D'une part, on retrouve des aspects pour lesquels les répondants disent que les moins de 50 ans ont tendance à les surpasser. Ainsi, ils se disent moins actifs sexuellement, moins pro-

ductifs, moins attirants physiquement, moins alertes, plus lents et ayant une moins bonne mémoire que les moins de 50 ans. Ce sont les seuls aspects où ils se disent surpassés par les générations plus jeunes. Sur tous les autres facteurs, les répondants disent dépasser les générations plus jeunes, et tout particulièrement sur certains facteurs. Par ordre d'importance, ils se disent plus intéressés par le sens de la vie, plus compréhensifs, plus libres de s'engager dans des activités, plus ouverts et tolérants, moins égoïstes, moins déprimés, plus en accord avec leur famille, plus amicaux et plus sages que les moins de 50 ans.

Si ces questions peuvent mettre en évidence les facteurs qui varient avec l'âge, une autre façon de les mettre en évidence consiste à comparer les réponses des répondants de différents âges. Cet exercice permet de montrer que plusieurs éléments varient avec l'âge. Avec l'avancée en âge, on accepte de mieux en mieux l'idée de la retraite, on devient moins borné, moins suspicieux, on a moins tendance à se plaindre, on voit plus de sens dans les pratiques religieuses, on est moins déprimé, on a une relation moins conflictuelle avec sa famille... Avec l'avancée en âge, la vie sexuelle devient moins active, les compétences professionnelles s'estompent, on devient moins alerte et plus lent, on fait moins de projets, on s'en sort moins bien tout seul, on a moins d'opportunités et d'énergie pour s'engager dans des activités. Tous ces effets de l'âge ont été testés statistiquement et se sont révélés significatifs.

Avant de conclure cette section, il semble intéressant de s'attarder sur les influences qui s'exercent sur la perception que les aînés ont d'eux-mêmes. En effet, celle-ci subit inévitablement l'influence des discours ambiants. En effet, l'âge est lié à des stéréotypes positifs (ex. sages) et négatifs (ex. séniles), mais il ne fait hélas aucun doute que les attributs négatifs l'emportent (Hum-

mert, 1990). On peut donc assez logiquement se demander quel impact ces stéréotypes négatifs ont sur les aînés.

La science distingue généralement deux processus par lesquels les stéréotypes peuvent influencer l'évaluation que les aînés ont d'eux-mêmes (Bennett & Gaines, 2010; Kotter-Gruhn, & Hess, 2012). La première théorie, la théorie de l'étiquetage, suggère que les aînés intègrent les stéréotypes dans leurs auto-évaluations et, d'une certaine façon, les assimilent (Rothermund & Brandtstädter, 2003). On parle aussi d'hypothèse de contamination. Des recherches assez impressionnantes ont par exemple montré que, quand on évoque chez eux des stéréotypes négatifs liés à l'âge, les aînés ont tendance à avoir une démarche plus lente et de moins bonnes performances de mémoire (p. ex., Hess, Hinson, & Statham, 2004; Levy, 1996)! À l'inverse, une seconde théorie – la théorie de la résilience – suggère que la confrontation avec des stéréotypes négatifs amène à de meilleures perceptions de soi. Cet effet de contraste serait le résultat d'un processus de comparaison par lequel l'individu se démarque volontairement du stéréotype. Quand les gens se sentent menacés, ils se comparent à ceux qui sont moins bien qu'eux pour restaurer une bonne image d'eux-mêmes (c'est ce qu'on appelle de la comparaison descendante). Pinquart (2002) a par exemple montré que, face à un stéréotype négatif, les gens amélioreraient leur perception de leur compétence, alors que celle-ci ne changeait pas si on ne présentait pas de stéréotypes. Il semble que les résultats que nous avons recueillis soutiennent cette seconde théorie.

4.4. Comment les aînés perçoivent-ils leur vieillissement ?

Une des choses qui vient spontanément à l'esprit quand on parle des personnes de 50 ans ou plus, c'est qu'elles sont confrontées, de plus en plus, au vieillissement. Dès lors, nous avons souhaité interroger les répondants au sujet de ce que l'on peut appeler la «perception du vieillissement». Pour ce faire, nous avons utilisé une version francophone de l'*Aging Perceptions Questionnaire* (Ingrand et coll., 2012). Ce questionnaire de 32 questions mesure différentes facettes de la perception du vieillissement. Tout d'abord, il s'intéresse à la conscience qu'a l'individu de son vieillissement. D'une part, on retrouve le sentiment constant de vieillir (ex. de question: «Je suis tout le temps conscient[e] de mon âge») et, d'autre part, le sentiment de vieillir de façon variable et discontinue (ex. «La conscience que j'ai de prendre de l'âge varie beaucoup d'un jour à l'autre»). Une seconde facette tient aux conséquences du vieillissement, tant positives (ex. «J'ai l'impression de me bonifier avec l'âge») que négatives (ex. «Avec l'âge, tout devient beaucoup plus difficile»). Une troisième facette se réfère au contrôle que l'on peut exercer sur son vieillissement (ex. «C'est à moi de faire en sorte qu'avec l'âge la vie garde des côtés positifs») ou, au contraire, à l'absence de contrôle que l'on peut exercer sur son vieillissement (ex. «Le ralentissement dû à l'âge est quelque chose que je ne peux pas contrôler»). Une quatrième et dernière facette tient aux émotions suscitées par le vieillissement (ex. «Cela me révolte de penser que je vieillis»).

Sur base des réponses des répondants aux différentes questions, il a été possible de calculer un score pour chacune

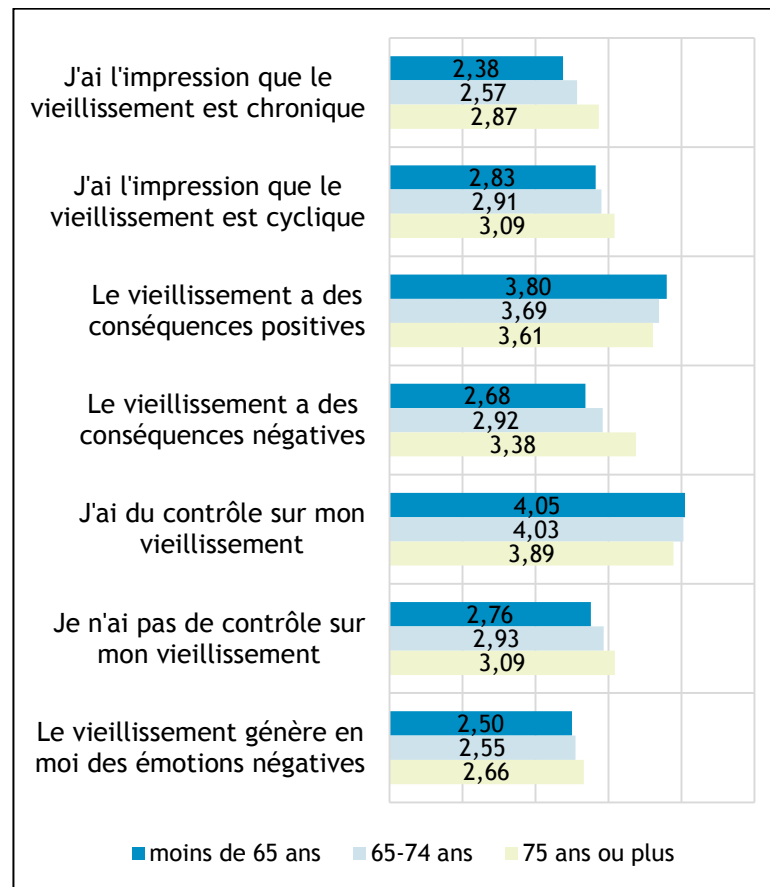


Figure 10. La perception du vieillissement.

des facettes de la perception du vieillissement. La Figure 10 présente les résultats pour chacun des trois groupes d'âge. Pour presque toutes les facettes, l'âge a un impact sur les réponses. Ainsi, l'impression que le vieillissement est présent – que cela soit de façon chronique ou cyclique – augmente avec l'âge. Avec l'âge, les répondants perçoivent moins de conséquences positives et plus de conséquences négatives au vieillissement. Ils font moins l'expérience d'avoir du contrôle sur leur vieillissement et davantage l'expérience de ne pas pouvoir le contrôler. Par contre, les émotions liées au fait de vieillir ne varient pas de façon significative avec l'âge.

Il est également intéressant de constater qu'à âge égal, la perception du vieillissement est liée à la satisfaction de vie. Une personne de 70 ans qui n'a pas l'impression de vieillir, qui voit le vieillissement comme ayant des conséquences souhaitables et qui a l'impression

de pouvoir maîtriser son vieillissement a tendance à être plus satisfaite de sa vie qu'une personne de 70 ans qui n'a pas une perception aussi positive de son vieillissement. Dans le même ordre d'idée et de façon plus surprenante encore, des chercheurs ont montré qu'une bonne perception de son propre vieillissement est liée à une meilleure longévité (Levy, Slade, Kunkel, & Kasl, 2002)!

4.5. Les aînés sont-ils satisfaits de leur existence ?

La satisfaction de vie est une des composantes importantes du bien-être et se réfère à l'évaluation globale qu'un individu fait de son existence. C'est une composante relativement stable, qui varie peu d'un jour à l'autre. La satisfaction de vie peut être considérée comme un facteur clé de ce qu'on appelle « le

vieillesse réussi ». Quand on regarde les liens entre l'avancée en âge et le bien-être subjectif, on constate que ce dernier augmente avec l'âge. Dès lors, on parle parfois du « paradoxe du bonheur » : étant donné le déclin physique et cognitif ainsi que les pertes qui accompagnent inexorablement le vieillissement, on aurait pu s'attendre à ce qu'il soit difficile de garder le même niveau de bien-être (Kunzmann, Little, & Smith, 2000 ; Mroczek & Kolarz, 1998).

Les chercheurs ont examiné plusieurs explications de ce paradoxe apparent. Le modèle d'optimisation sélective avec compensation – dont le nom est inutilement compliqué – en offre une première (Freund & Baltes, 1998 ; Jopp & Smith, 2006). Il avance que les aînés maximisent les affects positifs (ex. les gains) et minimisent les affects négatifs (ex. les pertes) par la sélection, l'optimisation et la compensation. Selon ce modèle, le vieillissement réussi consiste à s'investir de façon sélective dans cer-

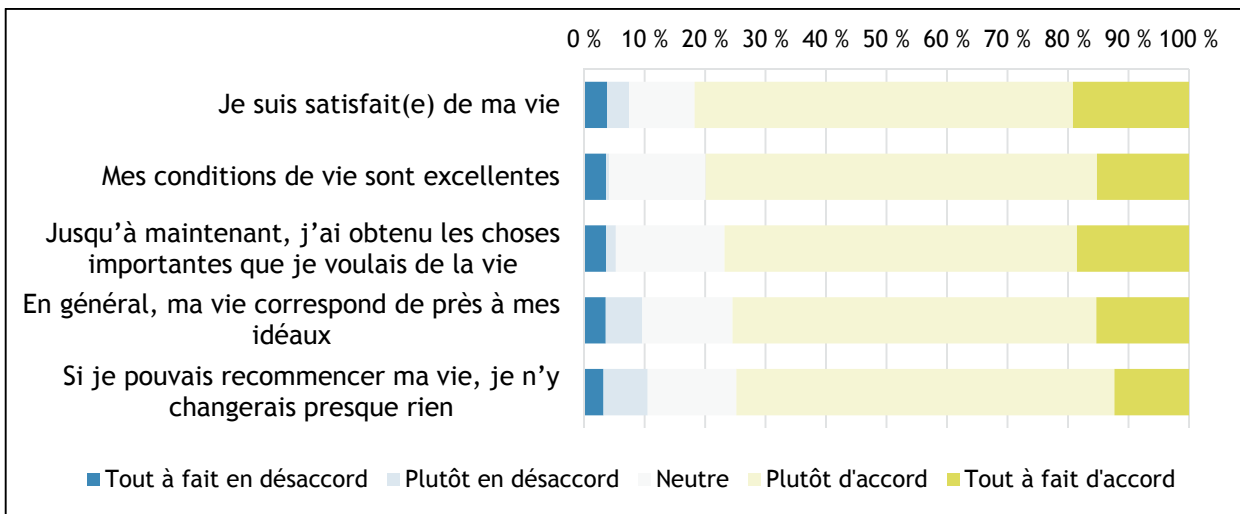


Figure 11. La satisfaction de vie.

tains buts et certains contextes ainsi qu'à s'appuyer sur l'expertise acquise pour optimiser les performances dans certains domaines bien choisis, ce qui permet de compenser les déficits qui s'avèrent, tôt ou tard, souvent inévitables. Une deuxième explication peut être offerte par la théorie de l'adaptation hédonique (Diener, Lucas, & Scollon, 2006). Selon cette théorie, les gens ont tendance à revenir à un certain niveau de bien-être après un événement de vie négatif, car ils s'y adaptent. Enfin, une troisième explication est proposée par la théorie de la sélectivité socioémotionnelle. Cette théorie s'appuie sur le fait que l'horizon temporel est modifié avec l'avancée en âge, et que les personnes peuvent en prendre conscience. De ce fait, elles privilégieraient de plus en plus les buts socioémotionnels (et, plus largement, la recherche du plaisir) par rapport aux buts cognitifs pour rendre leurs relations sociales aussi harmonieuses que possible (Carstensen et coll., 1999, 2003, 2011).

Pour mesurer la satisfaction de vie, nous avons utilisé la version française de la *Satisfaction With Life Scale*, une échelle de cinq questions validée scientifiquement (Diener et coll., 1985). Sur base de ces questions, on peut calculer un score de satisfaction de vie. Dans notre étude, ce score est de 3,64 sur une échelle allant de 1 à 5, ce qui indique que les répondants sont, en moyenne, plutôt satisfaits de leur existence. Les

résultats sont présentés question par question à la Figure 11.

Dans notre étude, la satisfaction de vie augmente légèrement avec l'âge des répondants: plus les répondants sont âgés, plus ils ont tendance à se dire satisfaits de leur existence. Le fait de vivre en couple et d'avoir des enfants et des petits-enfants est aussi lié à une satisfaction de vie plus importante (et plus ceux-ci sont nombreux, plus la satisfaction a tendance à augmenter). Le fait de se qualifier davantage comme un senior, un aîné, un retraité ou un pensionné est aussi lié à la satisfaction de vie. Assez logiquement, on constate aussi que, moins les répondants souhaitent être plus jeunes que leur âge, plus ils sont satisfaits de leur existence: le fait d'être satisfait de son âge est lié à la satisfaction de vie globale.

4.6. Les aînés ont-ils une bonne estime d'eux-mêmes ?

L'estime que l'on a de soi-même, soit la valeur que l'on s'attribue, est une composante très importante du psychisme. Elle s'avère en outre liée au bien-être, à la satisfaction de vie, à la réussite sociale et aussi à la santé (Stinson et coll. 2008). On peut spontanément se demander comment

notre estime de nous-mêmes évolue au cours de notre vie. Dans la littérature à ce sujet, on retrouve des résultats divers, qui manquent de consistance (Brandtstädter & Greve, 1994). La plupart des études trouvent un lien négatif entre l'âge et l'estime de soi (p. ex., Robins et coll., 2002), mais certaines trouvent un lien positif (p. ex., Gove et coll., 1989), voire pas de lien du tout (Ryff, 1989). Une gigantesque étude menée aux États-Unis (Robins et coll., 2002) indique que l'estime de soi augmenterait de façon régulière entre 49 et 69 ans, pour ensuite décliner jusqu'à 90 ans. Les hommes ont une estime d'eux-mêmes supérieure à celle des femmes. Plus près de chez nous, une étude française (Martin et coll., 2005) a suivi plusieurs centaines de seniors et n'a, à aucun moment, montré de lien entre l'âge et l'estime de soi. Par contre, il y a un lien entre le «biais d'âge» (la différence entre l'âge chronologique et l'âge subjectif) et l'estime de soi: plus une personne se sent jeune, meilleure est son estime d'elle-même (Alaphilippe, 2008).

Dans notre étude, nous avons mesuré l'estime de soi des répondants à l'aide d'un questionnaire scientifiquement validé de 10 questions (Échelle de l'Estime de Soi, Vallières & Vallerrand, 1990), reprises à la Figure 12. Sur la base de ces questions, on peut calculer un score d'estime de soi global. Dans notre étude, ce score est de 4 sur une échelle

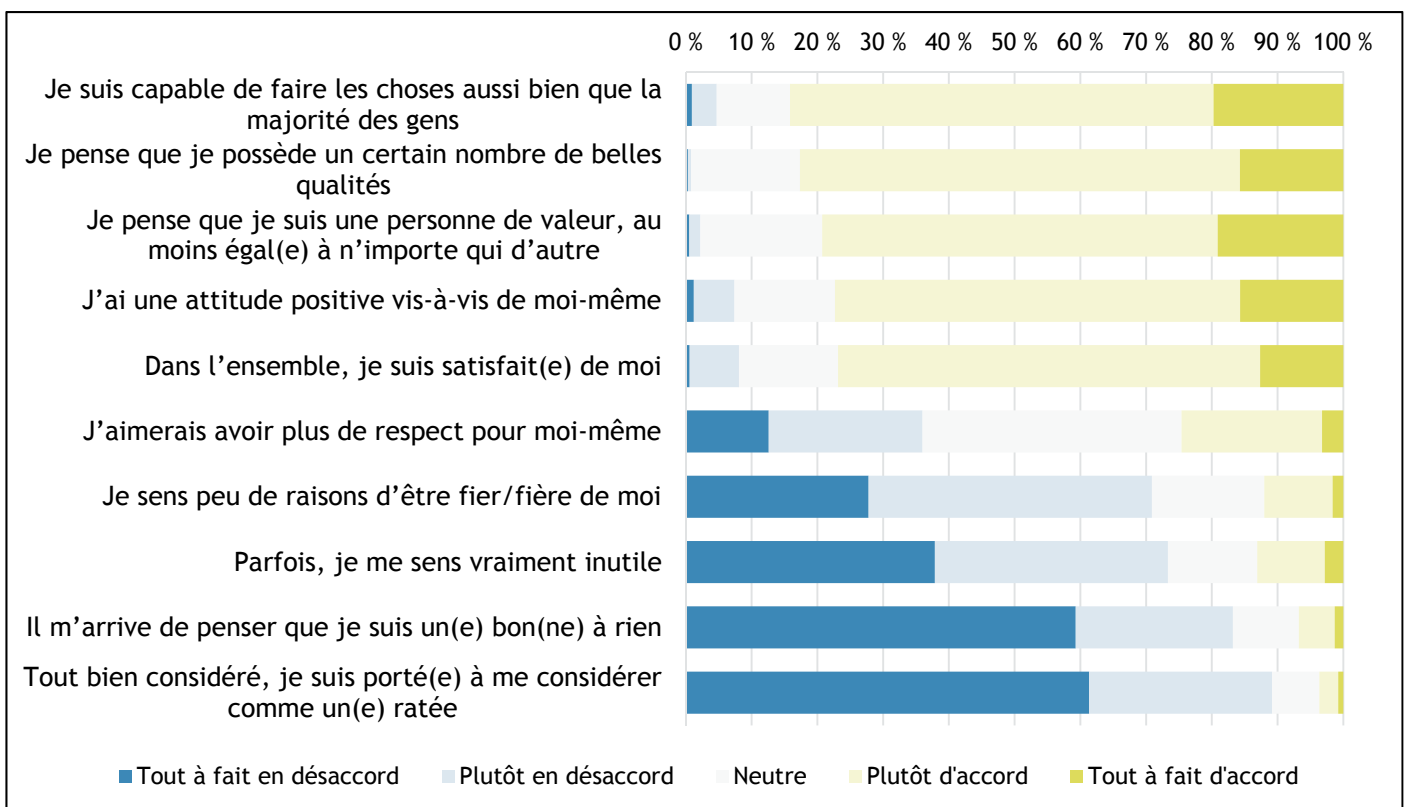


Figure 12. L'estime de soi.

allant de 1 à 5, ce qui indique que les répondants ont une bonne estime d'eux-mêmes. Conformément à certains résultats antérieurs, ce score n'est pas lié à l'âge des répondants : l'estime de soi ne varie pas avec l'âge. Elle ne varie pas non plus selon le genre : hommes et femmes ont une vision aussi positive d'eux-mêmes. Par ailleurs, assez logiquement, on trouve une relation entre l'estime de soi et la satisfaction de vie : les répondants ont une vision d'autant plus positive d'eux-mêmes qu'ils sont plus satisfaits de leur existence. Il est néanmoins difficile d'interpréter le sens de cette relation : on peut tirer une certaine fierté d'une vie réussie, mais la confiance en soi peut aussi aider à profiter de la vie. Ce qui est par contre plus étonnant, c'est l'absence de lien entre l'âge subjectif et l'estime de soi.

4.7. Ce que les aînés pensent que l'on pense d'eux. Les métastéréotypes

Les métastéréotypes sont un cas particulier de métaperceptions. Les métaperceptions sont des évaluations de la façon dont les autres nous voient, nous perçoivent. Elles sont intéressantes à étudier, car les gens désirent être perçus positivement et, du coup, sont assez logiquement préoccupés de la façon dont les autres les perçoivent. Les métastéréotypes concernent ce que la majorité des personnes d'un groupe (ici, les moins de 50 ans) pensent des membres d'un autre groupe d'âge (ici, les 50 ans et plus). Certaines recherches suggèrent que les membres d'un groupe sont généralement conscients des stéréotypes que les autres ont à leur égard (p. ex., Klein & Azzi, 2001; Vorauer et coll., 1998). De plus, il s'avère parfois plus intéressant de savoir ce que quelqu'un pense qu'on pense de lui plu-

tôt que de savoir ce qu'il pense de lui... La question de savoir si ces métastéréotypes sont exacts – c'est-à-dire s'ils sont conformes aux stéréotypes que les autres ont effectivement – peut s'avérer très éclairante (Finkelstein et coll., 2012). Nous tenterons d'y apporter une réponse dans une étude ultérieure.

Dans une large partie du questionnaire, nous avons adapté toutes les affirmations concernant les différentes facettes de la vie des aînés (voir section « Les différentes facettes de l'existence et de la personnalité des aînés ») afin de leur poser une question plus complexe : comment pensent-ils qu'on les voit ? Ainsi, l'affirmation « Je suis quelqu'un d'avare » est devenue « Selon moi, les personnes de moins de 50 ans considèrent que les personnes de 50 ans et plus sont des personnes avares ». Par rapport à chacune de ces propositions, les répondants étaient invités à se positionner sur une échelle (de 1, « pas du tout d'accord », à 5, « tout à fait d'accord »).

Les résultats indiquent que les répon-

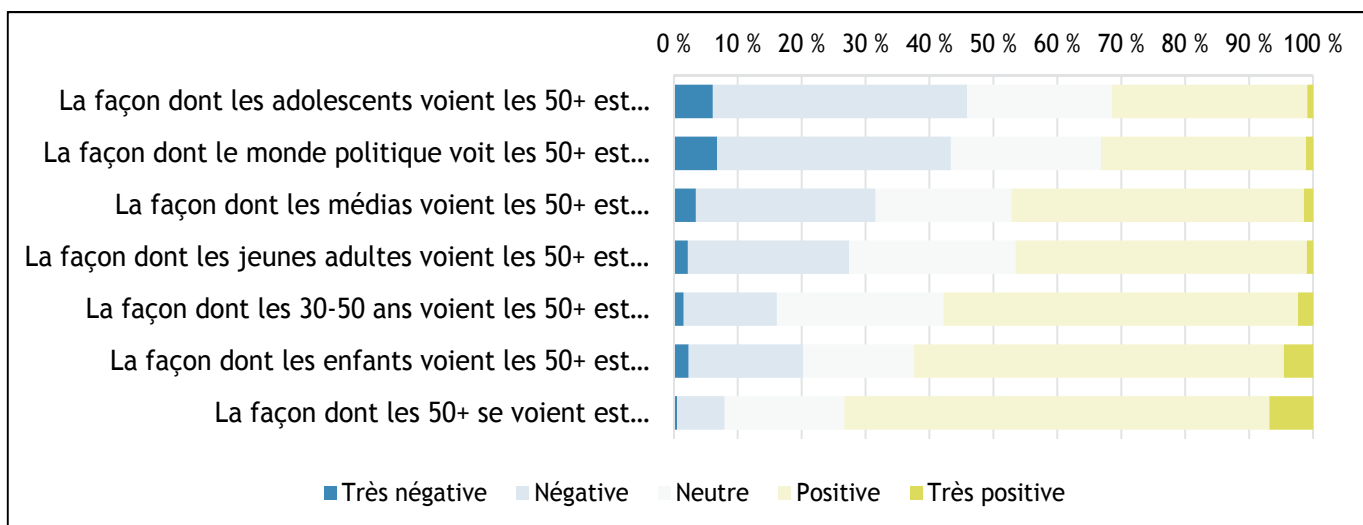


Figure 13. La perception des attitudes envers les aînés.

dants ne perçoivent pas une forme très aiguë de discrimination sur beaucoup de facteurs. Il n’y a qu’un aspect sur 5 environ pour lesquels ils perçoivent que les moins de 50 ans les jugent négativement. Ils pensent que les moins de 50 ans les voient comme peu productifs, comme ne se sentant pas en sécurité, comme ayant une mauvaise mémoire, comme étant entravés dans leurs activités, comme lentes, plaintives, peu attirantes physiquement, comme ayant une vie sexuelle peu active, comme étant vite submergées par les problèmes et comme seules. En analysant l’écart entre les réponses aux deux questions (celles où les répondants disent comment ils se perçoivent et celles où ils disent comment ils se sentent perçus), on peut observer certaines choses intéressantes. En effet, si les aînés se disent avarés et pensent qu’on les considère comme tels, alors on ne peut pas vraiment parler de stéréotypes et de stigmatisation. Par contre, plus l’écart entre ces deux perceptions est important, plus le répondant estime que les personnes de son groupe sont perçues de façon biaisée. Parmi les perceptions négatives relevées plus haut, celles qui semblent les plus biaisées pour les répondants sont le fait qu’ils sont vus comme plaintifs, comme insécurisés et comme entravés dans leurs activités pour des raisons de santé. En contraste, les répondants ne perçoivent pas un biais important dans le fait d’être vus comme étant moins

actifs sexuellement, moins attirants physiquement et plus lents, car ils reconnaissent « un fond de vérité » à ces images d’eux-mêmes.

Dans une dernière partie de notre questionnaire, les répondants ont été invités à s’exprimer sur la façon dont ils percevaient les attitudes de certains publics à leur égard. Pour ce faire, ils devaient compléter des propositions comme « Selon moi, la façon dont les médias voient les 50 ans et plus est... », avec une possibilité de nuancer leur réponse (entre 1, « très négative », et 5, « très positive »). Les résultats relatifs à ces questions sont présentés à la Figure 13. On y constate que les répondants ont l’impression d’être vus plutôt négativement par les adolescents et le monde politique. Les médias auraient une perception assez neutre des aînés, tandis que cette perception deviendrait plus positive en vieillissant (par ex., la perception des jeunes adultes est vue comme plus négative que celles des adultes de 30 à 50 ans). Les répondants rapportent que le public qui les considère le mieux – après eux-mêmes –, ce sont les enfants (on constate donc un effet générationnel particulier). En termes d’âge, les personnes de 50 ans et plus ont l’impression que, plus on est jeune, plus on a une perception négative de leur tranche d’âge, perception qui devient de plus en plus positive en s’approchant de cette tranche d’âge. La

seule exception concerne les enfants, qui peuvent dès lors s’avérer être des cibles particulièrement adéquates pour des actions intergénérationnelles spontanément réussies. Les adolescents peuvent évidemment être d’excellents partenaires d’actions intergénérationnelles, mais celles-ci nécessitent sans doute des conditions favorables pour pouvoir être menées à bien. On peut aussi relever que le regard « sociétal », particulièrement vigoureux à travers les médias et les actions politiques, est considéré avec une certaine suspicion : le monde politique est vu comme ayant une vision légèrement négative des aînés (on peut le comprendre vu l’accent qu’il met régulièrement sur le « problème du vieillissement »), tandis que la vision des médias est légèrement positive (ce qui s’explique sans doute partiellement par la presse pour seniors). Enfin, une mise en relation de ces perceptions et de l’âge des répondants montre qu’en avançant en âge, on a plus l’impression que l’attitude des adolescents envers les aînés est négative et que l’attitude des médias est positive.



Les membres d'Énéo sont-ils différents des autres aînés ?

Nous avons analysé la question de près et mis en évidence que, par rapport aux non-membres du même âge, les membres d'Énéo s'identifient davantage à leur groupe d'âge et se qualifient plus facilement de seniors, de retraités, de pensionnés, d'aînés et de personnes de plus de 50 ans. Par ailleurs, ils s'engagent plus dans des activités de loisirs, ont plus d'opportunités et d'énergie pour s'engager dans des activités et font plus de projets. Enfin, ils sont légèrement plus satisfaits de leur existence et ont l'impression d'avoir un peu plus de contrôle sur leur vieillissement.

On peut en conclure qu'il existe un lien entre le fait d'être membre d'Énéo et d'accepter son âge. Malheureusement, vu qu'il ne s'agit que d'un résultat de nature corrélative, il est impossible de déterminer quelle est la cause et quel est l'effet. De fait, il se peut qu'Énéo aide les membres à accepter leur âge, à s'identifier à leur groupe d'âge et à se définir comme un aîné, mais il se peut aussi qu'accepter son âge et se qualifier comme aîné aide à entrer dans le mouvement, puisque ce dernier se qualifie explicitement de mouvement pour aînés. Assez logiquement, les membres Énéo disent avoir plus de projets et d'activités. À nouveau, est-ce le fait d'être à Énéo qui les met en projet, ou ceux qui sont en projet rejoignent-ils plus Énéo ? Les deux possibilités coexistent. Enfin, la satisfaction de vie et le sentiment de contrôle sur le vieillissement sont liés au fait d'être membre Énéo. À nouveau, il est possible qu'Énéo améliore l'existence de ses membres et leur fasse prendre conscience du contrôle qu'ils ont sur leur vieillissement. Néanmoins, il est aussi possible que le fait d'être satisfait de son existence et d'avoir pris conscience que l'on peut faire des choses pour endiguer le vieillissement pousse à rejoindre Énéo (qui serait dès lors une sorte de « cerise sur le gâteau »).

Enfin, il est important de souligner que des analyses statistiques ont révélé que des constats identiques pouvaient être tirés en comparant les réponses de tous les répondants qui appartenaient à une association ou un groupement à celles des répondants qui ne font partie d'aucun groupement. Ces constats ne sont donc pas l'apanage des membres d'Énéo, mais bien des aînés qui s'engagent dans des structures.



5. Apports et limites de l'étude

L'étude sur l'image que les aînés ont d'eux-mêmes que nous avons pu réaliser est à notre connaissance la première étude belge à avoir étudié cette question; elle permet donc d'observer un phénomène qui n'avait jusqu'ici jamais été observé. En outre, elle a été menée auprès d'un nombre important de répondants, ce qui rend ses résultats plus solides.

Malgré ses atouts, cette étude n'est pas sans défauts et limites. Tout d'abord – et ce, malgré nos efforts –, notre échantillon ne peut pas être considéré comme pleinement représentatif des aînés, car les répondants ont tendance à être plus qualifiés et plus engagés que la moyenne des aînés belges. Une autre difficulté réside dans le questionnaire qui a été utilisé. Ce dernier faisait 8 pages et contenait 187 questions. Plus

ieurs répondants ont fait savoir qu'ils l'avaient trouvé long et fastidieux. En effet, puisque nous avons utilisé des échelles validées scientifiquement, plusieurs questions se ressemblaient (c'est habituel dans les questionnaires de qualité), ce qui a parfois semblé répétitif aux répondants. Le choix de questions fermées, essentiel pour traiter autant de questionnaires, a parfois été vu comme une contrainte empêchant d'exprimer son opinion dans toute sa nuance. De plus, la version électronique ne permettait pas de sauter des questions, ce qui a été vu comme frustrant par certains participants. En outre, les questions que nous avons posées dans les questionnaires n'étaient pas toujours faciles. Certaines questions formulées négativement ont posé des difficultés aux répondants (par ex., cocher «pas du tout d'accord» en regard de

l'affirmation «Je n'ai pas confiance en moi» revient à dire qu'on a confiance en soi...). D'autres demandaient de se positionner par rapport à un groupe de personnes hétérogène (les moins de 50 ans) ou encore de se positionner par rapport à ce que d'autres pensent. Certains répondants se sont retrouvés en difficulté devant ces questions. Enfin, deux questions (une sur la vie de couple et une sur la vie sexuelle) sont apparues pour tous les participants, qu'ils soient ou non en couple. Ces questions ont parfois suscité l'embarras des répondants qui n'étaient pas ou plus en couple.

En dépit de ces limites, nombreux sont les répondants qui ont apprécié de participer à l'étude, certains rapportant qu'elle les avait amenés à réfléchir à leur vie et, parfois, à se remettre en question.

6. En guise de conclusion...

Pour conclure, nous tenons tout d'abord à résumer, dans les très grandes lignes, les différents résultats de cette étude. En moyenne, les personnes de 50 ans et plus 1) n'aiment pas être qualifiées de vieux/vieilles ou de personnes âgées (sans forcément se reconnaître dans le terme «aînés»), 2) se sentent 8 à 12 ans plus jeunes que leur âge, 3) ont une perception positive d'elles-mêmes, 4) sont satisfaites de leur existence, 5) ont une très bonne estime d'elles-mêmes et 6) se sentent perçues négativement par le monde politique et par les adolescents. Si l'on devait répondre de façon très courte à la question «Quelle image les aînés ont-ils d'eux-mêmes?», il faudrait sans doute répondre: «une bonne

image, à cent lieues de certaines images sociétales encore trop présentes».

Cette étude prend place au sein d'un projet dans lequel deux études sont prévues. La première, dont il est ici question, traite de l'image que les aînés ont d'eux-mêmes. Une deuxième étude, qui aura lieu ultérieurement, portera sur l'image que la société a des aînés. En plus de l'analyse des résultats des deux études respectives, les questions de la deuxième étude seront formulées de façon à pouvoir comparer les résultats de cette étude avec ceux de la première. Pris dans leur ensemble, les résultats de ces deux études nous permettront de mieux appréhender l'image des aînés,

ce qui permettra de concevoir de meilleures animations et de meilleures campagnes, ainsi que de mieux communiquer avec les aînés.

Nous tenons à remercier les nombreuses personnes qui ont contribué, de près ou de loin, à la réalisation de cette étude, et tout particulièrement les 1542 personnes qui y ont répondu et les permanents et volontaires qui, en régions, ont largement encouragé la participation d'un grand nombre d'aînés.

*Jean-Baptiste Dayez,
Chargé d'études
au Secrétariat fédéral d'Énéo
E-mail : jean-baptiste.dayez@mc.be*



Si les aînés sont satisfaits de leur existence, est-il vraiment si important de défendre leurs intérêts ?

Si les résultats de cette étude doivent être pris au sérieux, il ne faudrait pas pour autant les extrapoler exagérément. En effet, ce n'est pas parce que les aînés ont une bonne image d'eux-mêmes et une bonne satisfaction de vie que tout est rose. Plusieurs éléments doivent être soulignés.

Tout d'abord, les résultats de cette étude sont basés sur des moyennes. Chaque personne a une perception éminemment individuelle d'elle-même. Si, en moyenne, l'estime de soi et la satisfaction de vie sont bonnes, il n'en reste pas moins que ce n'est pas le cas pour tous les répondants. Par exemple, 1 répondant sur 6 est plutôt insatisfait de son existence (score de satisfaction inférieur à 3 sur l'échelle de 1 à 5). Nous ne pouvons en aucun cas nous satisfaire d'apprendre que les aînés, en moyenne, sont satisfaits. Tout le monde mérite d'avoir une vie digne et décente, et chaque personne qui en est privée est une personne de trop.

Ensuite, il faut garder à l'esprit que, malgré nos efforts, l'échantillon des personnes qui ont participé à l'étude n'est pas parfaitement représentatif de l'ensemble des aînés. Par exemple, du fait de la complexité du questionnaire, la participation des aînés les moins instruits et les plus diminués (maladies, dépendance, etc.) a forcément été marginale. Le fait d'avoir recueilli les données par l'intermédiaire d'un mouvement d'aînés a également engendré une surreprésentation des aînés engagés et actifs, au détriment des aînés isolés et désengagés. Cette sous-représentation des aînés les moins gâtés par la vie a certainement engendré une certaine surévaluation de la satisfaction de vie et de l'estime de soi des aînés. Il ne faudrait donc pas en conclure qu'aucun aîné ne rencontre de réelles difficultés dans sa vie, car rien n'est plus faux.

Enfin, il est important de souligner que, quand on évalue la satisfaction que l'on retire de son existence ou l'estime qu'on a de soi-même, il y a de nombreux processus psychologiques en jeu. Nous l'avons vu, face à des stéréotypes négatifs qui les concernent, les individus ont parfois tendance à vouloir se démarquer en affirmant une identité résolument inverse à celle qu'on essaie de les faire endosser. Dans le questionnaire, les stéréotypes sont omniprésents, puisqu'on ne cesse de demander aux répondants leur avis par rapport à ces stéréotypes. De ce fait, il est tout à fait possible que les répondants aient souhaité « forcer le trait » pour montrer que ces stéréotypes ne sont qu'une image simpliste – et donc, fautive – d'eux-mêmes. Par ailleurs, on constate que les aînés n'ont pas l'impression d'être si mal perçus par la société qu'on aurait pu le penser. Doit-on en conclure que les aînés ne sont effectivement pas si mal perçus que ça ? C'est probablement un raccourci. En effet, personne n'aime se sentir stigmatisé ; du coup, pour nous protéger des impacts négatifs d'une éventuelle stigmatisation, nous avons parfois tendance à la minimiser. L'étude que nous avons menée ne nous permet pas de prouver que ce phénomène de minimisation a effectivement lieu, car nous n'avons aucune idée de la véritable perception que la société a des aînés (notre prochaine étude y apportera une réponse). Néanmoins, il est très probable qu'un processus de ce type soit à l'œuvre. En résumé, les réponses que nous avons recueillies sont celles que les aînés ont souhaité nous donner, et il est probable qu'elles aient notamment pour fonction de donner une bonne image d'eux-mêmes aux personnes qui prendront connaissance de l'étude, mais aussi à eux-mêmes.

Pour conclure, si notre objectif avait été de comprendre quels étaient les besoins insatisfaits des aînés et leurs souhaits les plus chers, il aurait fallu poser les questions en termes de besoins et de souhaits. Ce type de questions aurait d'ailleurs très certainement permis de montrer que plusieurs besoins importants des aînés devraient être mieux rencontrés. Ici, notre objectif n'était pas là. Il était de montrer que les aînés ont une perception d'eux-mêmes qui n'est pas en phase avec la perception que l'on a trop souvent d'eux (par exemple, on les imagine subir un vieillissement qui les accable et les rend malheureux, mais il n'en est rien). Tirer une conclusion du type « les besoins des aînés sont rencontrés » sur base d'un résultat qui montre que « les aînés sont satisfaits de leur existence » est indubitablement une erreur à ne pas commettre ! Cette étude n'indique en aucun cas qu'il n'est plus nécessaire de se soucier des aînés ni de continuer à défendre leurs intérêts.

7. Bibliographie

- Alaphilippe, D. (2008). Évolution de l'estime de soi chez l'adulte âgé. *Psychologie & Neuropsychiatrie du vieillissement*, 6(3), 167-176.
- Atchley, R. C. (1971). Retirement and leisure participation: Continuity or crisis? *The Gerontologist*, 11, 13-17.
- Atchley, R. C. (1989). A continuity theory of normal aging. *The Gerontologist*, 29, 183-190.
- Bennett, T., & Gaines, J. (2010). Believing what you hear: The impact of aging stereotypes upon the old. *Educational Gerontology*, 36(5), 435-445.
- Blau, Z. S. (1956). Changes in status and age identification. *American Sociological Review*, 21(2), 198-203.
- Brandtstädter, J., & Greve, W. (1994). The aging self: Stabilizing and protective processes. *Developmental Review*, 14(1), 52-80.
- Caradec, V. (2003). Être vieux ou ne pas l'être. *L'homme et la société*, 147(1), 151-167.
- Carstensen, L. L., Fung, H. H., & Charles, S. T. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation & Emotion*, 27(2), 103-123.
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, 54(3), 165-181.
- Carstensen, L. L., Turan, B., Scheibe, S., Ram, N., Ersner-Hersfield, H., Samanez-Larkin, G. R. et coll. (2011). Emotional experience improves with Age: Evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychology and Aging*, 26(1), 21-33.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61(4), 305-314.
- Ennuyer, B. (2011). À quel âge est-on vieux ? La catégorisation des âges : Ségrégation sociale et réification des individus. *Gérontologie et société*, 138(3), 127-142.
- Finkelstein, L. M., Ryan, K. M., & King, E. B. (sous presse). What do the young (old) people think of me? Content and accuracy of age-based metastereotypes. *European Journal of Work and Organizational Psychology*.
- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (1998). Selection, optimization, and compensation as strategies of life management: Correlations with subjective indicators of successful aging. *Psychology and Aging*, 13(4), 531-543.
- Gengler, V. (2008). Aînés et pauvreté. *Balises (revue d'Énéo)*, 24.
- Gove, W. R., Ortega, S. T., & Style, C. B. (1989). The maturational and role perspectives on aging and self through the adult years: An empirical evaluation. *American Journal of Sociology*, 94(5), 1117-1145.
- Haslam, C., Morton, T. A., Haslam, S. A., Varnes, L., Graham, R., & Gamaz, L. (2012). "When the age is in, the wit is out": Age-related self-categorization and deficit expectations reduce performance on clinical tests used in dementia assessment. *Psychology and Aging*, 27(3), 778-784.
- Hess, T. M., Hinson, J. T., & Statham, J. A. (2004). Explicit and implicit stereotype activation effects on memory: Do age and awareness moderate the impact of priming? *Psychology and Aging*, 19(3), 495-505.
- Hummert, M. L. (1990). Multiple stereotypes of elderly and young adults: A comparison of structure and evaluations. *Psychology and Aging*, 5(2), 182-193.
- Ingrand, Isabelle, Houeto, Jean Luc, Gil, Roger, McGee, Hannah, Ingrand, Pierre, & Paccalin, Marc. (2012). The validation of a French-language version of the Aging Perceptions Questionnaire (APQ) and its extension to a population aged 55 and over. *BMC Geriatrics*, 12, 17.
- Jamin, J. (2006). *Quel âge avez-vous vraiment ? Ou comment l'âge subjectif devient incontournable en marketing direct (Mémoire)*. Disponible en ligne : <http://jamin.julie.free.fr/memoire.htm>
- Jopp, D., & Smith, J. (2006). Resources and life-management strategies as determinants of successful aging: On the protective effect of selection, optimization, and compensation. *Psychology and Aging*, 21(2), 253-265.
- Klein, O., & Azzi, A. E. (2001). The strategic confirmation of meta-stereotypes: How group members attempt to tailor an out-group's representation of themselves. *British Journal of Social Psychology*, 40(2), 279-293.
- Kornadt, A. E., & Rothermund, K. (2011). Contexts of aging: Assessing evaluative age stereotypes in different life domains. *Journals of Gerontology - Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 66 B(5), 547-556.
- Kotter-Gruhn, D., & Hess, T. M. (2012). The impact of age stereotypes on self-perceptions of aging across the adult lifespan. *Journals of Gerontology - Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 67(5), 563-571.
- Kunzmann, U., Little, T. D., & Smith, J. (2000). Is age-related stability of subjective well-being a paradox? Cross-sectional and longitudinal evidence from the Berlin aging study. *Psychology and Aging*, 15(3), 511-526.
- Levy, B. (1996). Improving memory in old age through implicit self-stereotyping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(6), 1092-1107.
- Levy, B. R. (2003). Mind matters: Cognitive and physical effects of aging self-stereotypes. *Journals of Gerontology - Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 58(4), P203-P211.
- Levy, B. R., Slade, M. D., Kunkel, S. R., & Kasl, S. V. (2002). Longevity increased by positive self-perceptions of aging. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(2), 261.
- Martin, B., Gana, K., Bailly, N., & Alaphilippe, D. (2005). Les prédicteurs de l'adaptation chez l'adulte âgé. *L'Année Psychologique*, 105(4), 649-667.
- Montepare, J. M., & Lachman, M. E. (1989). "You're only as old as you feel": self-perceptions of age, fears of aging, and life satisfaction from adolescence to old age. *Psychology and Aging*, 4(1), 73-78.
- Mroczek, D. K., & Kolarz, C. M. (1998). The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1333-1349.
- Perrig-Chiello, P. (2001). Images sexuées de la vieillesse : entre stéréotypes sociaux et auto-définition. *Retraite et société*, 34(3), 69-87.
- Pinquart, M. (2002). Good news About the effects of bad old-age stereotypes. *Experimental Aging Research*, 28(3), 317-336.
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D., & Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging*, 17(3), 423-434.
- Royen, C. (2011). Pension et niveau de vie. *Balises (revue d'Énéo)*, 35.
- Rothermund, K., & Brandtstädter, J. (2003). Age stereotypes and self-views in later life: Evaluating rival assumptions. *International Journal of Behavioral Development*, 27(6), 549-554.
- Rubin, D. C., & Berntsen, D. (2006). People over forty feel 20% younger than their age: Subjective age across the lifespan. *Psychonomic Bulletin and Review*, 13(5), 776-780. doi : 10.3758/BF03193996
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- SPF Economie, PME, Classes moyennes et Énergie (2010). *Enquête sur les forces de travail*. Disponible en ligne : http://statbel.fgov.be/fr/statistiques/collecte_donnees/enquetes/eft/
- Stephens, N. (1991). Cognitive age: A useful concept for advertising? *Journal of Advertising*, 20(4), 37-48.
- Stinson, D. A., Logel, C., Zanna, M. P., Holmes, J. G., Cameron, J. J., Wood, J. V., & Spencer, S. J. (2008). The cost of lower self-esteem: Testing a self- and social-bonds model of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(3), 412-428.



- Troll, L. E., & Skaff, M. M. (1997). Perceived continuity of self in very old age. *Psychology and Aging*, 12(1), 162-169.
- Tuckman, J., & Lorge, I. (1958). Attitude toward aging of individuals with experiences with the aged. *The Journal of Genetic Psychology*, 92(2), 199-204.
- Vallières, E. F., & Vallerrand, R. J. (1990). Traduction et validation canadienne-française de l'échelle de l'estime de soi de Rosenberg. *International Journal of Psychology*, 25, 305-316.
- Versele, M. (2005). La perception du vieillissement : Âge subjectif et bien-être social. *Revue Eduquer*, 53, 16-17.
- Vorauer, J. D., Main, K. J., & O'Connell, G. B. (1998). How do individuals expect to be viewed by members of lower status groups? Content and implications of meta-stereotypes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(4), 917-937.
- Weiss, D., & Lang, F. R. (2012). The two faces of age identity. *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 25(1), 5-14.
- Wilkes, R. E. (1992). A structural modeling approach to the measurement and meaning of cognitive age. *Journal of Consumer Research*, 19(2), 292-301.



Numéro 42 < balises >

Journal des cadres
locaux, régionaux et fédéraux d'Énéo,
mouvement social des aînés.
Énéo est le mouvement des aînés
de la Mutualité chrétienne.

Editeur responsable :
Jean-Pierre Mailleux,
chaussée de Haecht 579, BP 40
1031 Bruxelles
www.eneo.be
E-mail : eneo@mc.be

Ont collaboré à ce numéro :
Jean-Baptiste Dayez et Francis Delpérée.

Secrétariat de rédaction : Anne Lepère
Relecture : Anne Lepère
Mise en page : MCgraphic
Crédit photo : Flickr.

En partenariat



Avec le soutien de



FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES



Wallonie



RÉGION DE BRUXELLES-CAPITALE

Avec l'appui de



 **Belfius**