

## En amont et en aval du divorce des aînés...

### À découvrir dans cette analyse

Dans cette analyse, nous proposons de faire un bilan non exhaustif des causes et conséquences du divorce chez les personnes de plus de 50 ans. Celle-ci reprend donc les principales causes et les spécificités qui sont propres à cette tranche d'âge ainsi que les conséquences sur la santé mentale et physique des divorcés âgés.

### Questions pour lancer et/ou prolonger la réflexion

- Quelle est la proportion des divorces qui ont lieu après 50 ans ?
- Quelles sont les principales causes du divorce des aînés ?
- En quoi se différencient-elles des causes du divorce chez les plus jeunes ?
- Quelles sont les conséquences du divorce sur la santé mentale et physique des aînés ?
- Comment les couples pourraient-ils mieux se préparer à vieillir ensemble ?

### Thèmes

- Divorce
- Santé mentale et physique

En 2009, la Belgique détenait un triste record : avec des taux supérieurs à un divorce pour deux mariages, elle détenait le taux de divorce le plus élevé de toute l'Union européenne. De plus, d'après des statistiques récentes, en Belgique, 27 % des divorces ont lieu après l'âge de 50 ans, soit plus d'un divorce sur quatre. C'est évidemment énorme, et ce phénomène semble s'intensifier d'année en année (Direction générale Statistique et Information économique - Direction thématique Société, 2010). On sait à quel point un divorce peut-être dévastateur. En effet, il se place en deuxième position - juste après le décès du conjoint -, sur l'échelle de stress développée par Holmes et Rahe (1967) reprenant les événements de la vie les plus dévastateurs tant sur le plan de la santé physique que mentale. Face à cette nouvelle réalité, d'importantes questions émergent : Pourquoi les aînés divorcent-ils, et quel est l'impact d'un divorce tardif sur la santé mentale et physique ?

### Quelles sont les principales causes du divorce des aînés ?

Avant d'essayer de mieux comprendre l'impact d'un divorce sur la santé des aînés, essayons de mieux comprendre les différentes causes pouvant y amener. Le cap de la cinquantaine est souvent un cap difficile à négocier pour les couples. En effet, ceux-ci sont généralement mariés depuis 20 ou 30 ans et, avec le temps, la routine du quotidien peut prendre progressivement la place de la passion. De plus, à cet âge, il est encore temps de refaire sa vie. C'est d'ailleurs un peu l'instant ou jamais... Tous âges confondus, c'est en effet autour des 50 ans qu'il y a le plus grand nombre de divorces. La Belgique n'est pas en reste puisque près de 38 % des divorces ont lieu entre 45 et 59 ans (Direction générale Statistique et Information économique - Direction thématique Société, 2010).

Le passage à la retraite est également une étape critique. En effet, le couple se retrouve à nouveau réuni à la maison durant des journées entières. Or, certains n'ont malheureusement plus rien en commun et passent parfois leur journée à se regarder en chiens de faïence sans se dire un mot. De plus, le changement de rythme imposé par l'arrêt de l'activité professionnelle ne réussit pas

forcément à tout le monde et les partenaires ont parfois du mal à s'accorder et à retrouver du plaisir à vivre ensemble.

Une autre cause fréquente de divorce chez les aînés est le fait d'avoir vécu des événements stressants tels que la perte d'un proche, un licenciement, un déménagement, la découverte d'une maladie grave, etc. Plus l'on avance en âge, plus il est possible d'être confronté à ce type d'événements stressants, voire même de les accumuler au fil des années. Malheureusement, face à ce type de traumatismes, les partenaires peuvent avoir des réactions très différentes. Ces différences peuvent créer des distensions dans un couple qui était jusqu'alors uni. Plutôt que de se montrer solidaires face à l'adversité, il peut arriver que les partenaires réagissent tellement différemment qu'il devient impossible de faire front commun. De plus, des événements de ce type peuvent modifier en partie la personnalité d'un des partenaires. Par exemple, quelqu'un de très actif et dynamique peut, du jour au lendemain, suite à un licenciement, devenir apathique et amorphe. L'autre partenaire peut alors ne plus reconnaître son conjoint et ce qu'il aimait chez lui - ce qui peut tout faire basculer en peu de temps malgré des années de connivences. En effet, dans une étude de Wilson (1983), 75 % des personnes qui rapportent que la cause de leur divorce était le fait d'avoir vécu un événement de vie stressant rapportent également que l'entente conjugale de leur couple était au beau fixe avant l'arrivée de cet événement perturbateur.

Enfin, dans une étude rapportée par Cooney et An (2002), 50 % des divorcés tardifs rapportaient avoir attendu longtemps avant de divorcer, car ils avaient peur des répercussions que pourrait avoir leur divorce sur leurs enfants. Ils ont donc attendu que ceux-ci quittent la maison et fondent eux-mêmes une famille avant de se séparer, même si, parfois, le couple ne fonctionnait plus depuis de très nombreuses années. Une autre étude précise que cette cause est plus fréquemment rapportée par les hommes (58 %) que par les femmes (37 %) (Montenegro, 2004).

D'autres causes - que l'on retrouve également dans les divorces en général - telles que les abus physiques, verbaux ou encore émotionnels ainsi que des différences majeures en termes de valeurs ou de style de vie sont également fréquemment rapportées par les divorcés tardifs. Bien entendu, on y retrouve également la tromperie ainsi que l'abus d'alcool ou de drogue. Ces différentes raisons sont principalement rapportées par les femmes. Les hommes, quant à eux, sont généralement plus évasifs et parlent d'absence de sentiments ou de divergence en termes de caractère et de style de vie (Montenegro, 2004).

### **Quelles sont les principales conséquences du divorce des aînés ?**

Comme nous l'avons dit plus tôt, le divorce est l'un des événements de vie les plus stressants qui soit et est donc potentiellement dévastateur, sur le plan de la santé tant physique que mentale. Différentes études se sont intéressées à l'impact que pouvait avoir le divorce sur la santé des aînés. Nous proposons ici de passer en revue les principaux résultats de ces études.

Dans une étude réalisée auprès de 1147 divorcés tardifs âgés de 40 à 79 ans, Montenegro (2004) rapporte qu'en comparaison avec les autres événements stressants que les gens rencontrent parfois en milieu de vie, ces personnes considèrent généralement que le divorce est émotionnellement plus dévastateur que le fait de perdre son emploi, aussi dévastateur que d'être atteint d'une maladie grave et un peu moins dévastateur que le décès de son conjoint. Ces résultats concordent avec l'idée que le divorce est vécu comme un réel traumatisme dans la vie des divorcés plus âgés. Cette étude nous permet aussi de mieux comprendre par quels sentiments passent les divorcés tardifs. 40 % des participants à cette étude ont rapporté vivre dans l'angoisse du lendemain suite à leur divorce. En effet, ils se sentaient perdus et étaient incapables de se projeter dans l'avenir sans angoisser. Cela semble d'autant plus évident que, dans la plupart des cas, ils mettaient fin à une relation de très longue durée qui était vraisemblablement source d'habitudes et de routines rassurantes. 29 % des participants ont également rapporté souffrir de solitude ou d'état dépressif. D'autres insistent sur un sentiment de trahison et d'abandon difficile à digérer après autant d'années de dévouement (25 %). D'autres encore rapportent un sentiment d'échec (23 %). Enfin, 22 % expliquent souffrir du fait d'avoir l'impression de n'être plus désirables. Ce sentiment peut être exacerbé par le fait qu'il est a priori plus difficile de refaire sa vie à plus de 50 ans qu'à 30 ans.

Outre ces angoisses et rancœurs, les divorcés tardifs ont rapporté également devoir faire face à de

nombreuses peurs. 45 % d'entre eux ont rapporté vivre une énorme angoisse à l'idée de vivre seul. Ici aussi, le fait d'avoir partagé sa vie pendant de nombreuses années avec une autre personne, avec son lot d'interdépendance pratique et affective, rend sans doute l'idée d'une vie en solitaire encore plus stressante que pour les plus jeunes. Un grand nombre de répondants ont également rapporté avoir peur d'échouer à nouveau dans une éventuelle autre relation affective (31 %). Certains craignent de ne jamais trouver quelqu'un d'autre avec qui se marier ou vivre (24 %). Enfin, la peur de voir moins régulièrement ses enfants est également présente chez 14 % d'entre eux. En effet, contrairement aux enfants en bas-âge, les enfants adultes peuvent éventuellement choisir leur camp et délaisser un de leurs parents. Enfin, 28 % d'entre eux rapportent également des angoisses liées aux difficultés financières. Au-delà de 50 ans, il est par exemple plus difficile de trouver un emploi pour combler l'absence d'un deuxième revenu.

Qu'en est-il des conséquences sur la santé mentale et physique ? L'étude montre que de nombreux participants (49 %) rapportent souffrir d'un stress élevé (63 % de femmes contre 44 % d'hommes) et 28 % rapportent souffrir de dépression (35 % de femmes contre 21 % d'hommes), sans différence significative entre ceux qui se sont remariés et ceux qui sont restés seuls. Les femmes semblent, dans l'ensemble, souffrir davantage sur le long terme du divorce que les hommes, ce qui est confirmé par une étude rapportée par Cooney et An (2002). Dans celle-ci, les femmes rapportent par exemple plus de sentiments de culpabilité, de colère et d'impuissance que les hommes. De plus, une troisième étude a montré que les femmes restant célibataires après le divorce souffraient, sur le long terme, d'altérations générales de la santé physique et mentale et de la vitalité (Gray, de Vaus, Qu, & Stanton, 2010). Étant donné qu'au-delà de 50 ans, certaines personnes ont une santé physique et mentale déjà fragilisée, il semble évident que le divorce peut-être un événement particulièrement dangereux pour ces dernières.

Le divorce entraîne également, chez la plupart des aînés, une diminution des relations sociales. Cela peut notamment s'expliquer par une perte d'une partie du réseau social : la belle-famille, une série d'amis communs qui vont choisir de ne plus fréquenter l'un des partenaires, etc. Étant donné qu'avec l'âge, le réseau social a déjà tendance à diminuer, le divorce des aînés est donc susceptible d'accentuer ce phénomène et, par conséquent, l'isolement social de la personne.

De manière générale, toutes les études s'accordent pour dire que le divorce des aînés engendre une diminution notable de la satisfaction de vie, mais ce uniquement pour les personnes qui ne se remarient pas après (Solomou, Richards, Huppert, Brayne, & Morgan, 1998). Une autre question émerge dès lors : quelle est la proportion des aînés divorcés qui refont leur vie après le divorce ? Une étude a montré qu'en moyenne, 32 % des divorcés tardifs se remarient après leur divorce (en majorité ceux ayant entre 50 et 60 ans) et que - en moyenne toujours -, 6 % d'entre eux se remarient avec leur ex-partenaire (Montenegro, 2004) !

### En guise de conclusion...

Étant donné que la durée de vie augmente et que les baby-boomers prennent peu à peu la place de leurs aînés - plus traditionnels -, on peut raisonnablement s'attendre à ce que le nombre de divorces tardifs ne fasse qu'augmenter. Il semble important d'être conscient que cet événement est particulièrement douloureux pour les aînés qui mettent généralement fin à de longues années de vie commune. Rompre ainsi avec des habitudes de vie de plus de 20, 30, 40... ans n'est pas sans laisser de trace. Nous avons pu voir que le divorce entraîne des conséquences à la fois sur la santé mentale et physique des aînés. Étant donné que certains d'entre eux sont déjà fragilisés à ces niveaux, ils méritent une attention toute particulière. Il semble important de bien comprendre les difficultés qu'ils rencontrent afin de pouvoir développer des services adaptés à leurs difficultés, mais également afin que leurs proches soient disponibles pour leur offrir le soutien nécessaire.

Jean-Baptiste Dayez

### Pour aller plus loin...

- Brown Wilson, K. (1983). *Causes and consequences of divorce in late life*. Portland State University.
- Cooney, T. M., & An, J. S. (2002). Divorce: Trends and consequences. In D. J. Ekerdt (Ed.), *Encyclopedia of Aging (4 Volume Set)* (pp. 364-367).

- Direction générale Statistique et Information économique - Direction thématique Société (2010). *Divorces selon l'âge des époux*. Disponible sur : [http://statbel.fgov.be/fr/binaries/NI\\_tab7%2E26\\_2010\\_FR\\_tcm326-154355.xls](http://statbel.fgov.be/fr/binaries/NI_tab7%2E26_2010_FR_tcm326-154355.xls)
- Gray, M., de Vaus, D., Qu, L., & Stanton, D. (2011). Divorce and the wellbeing of older Australians. *Ageing and Society*, 31(3), 475-498.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Montenegro, X. P. (2004). *The divorce experience: A study of divorce at midlife and beyond, Executive summary*. AARP.
- Solomou, W., Richards, M., Huppert, F. A., Brayne, C., & Morgan, K. (1998). Divorce, current marital status and well-being in an elderly population. *International Journal of Law, Policy and the Family*, 12(3), 323-344.

Pour citer cette analyse

Dayez, J.-B. (2012). En amont et en aval du divorce des aînés. *Analyses Énéo*, 2012/19.