

PRO
SENECTUTE

«L'impact des représentations
individuelles et sociales de la
vieillesse sur l'évolution de la santé
des personnes âgées»

Christina Röcke

Codirectrice du Healthy Longevity
Center, Université de Zurich

Pour un message privé uniquement!



SODK
CDAS
CDOS

Schweizerischer Städteverband
Union des villes suisses
Unione delle città svizzere



Schweizerischer Gemeindeverband
Association des Communes Suisses
Associazione dei Comuni Svizzeri
Associazioni da las Vischnancas Svizras

Center for Health and
Longevity Research

zhaw

Soziale Arbeit



SwissLife

L'impact des images individuelles et sociales de la vieillesse sur l'évolution de la santé des personnes âgées

Christina Röcke,
Healthy Longevity Center & Centre de gérontologie, Université de Zurich

*1^{er} congrès national Focus Vieillesse Pro Senectute Suisse
18 janvier 2024, Bienne*

Vue d'ensemble

- Vieillesse : images et stéréotypes
- Origine des images de la vieillesse et répercussions sur la santé
- Diversité de la vieillesse (et du vieillissement)

Pour un usage privé uniquement!

Vue d'ensemble

➤ Vieillesse : images et stéréotypes

- Origine des images de la vieillesse et répercussions sur la santé
- Diversité de la vieillesse (et du vieillissement)

Pour un usage privé uniquement!

Regard historique sur le parcours de vie et la vieillesse



Espérance de vie et longévité

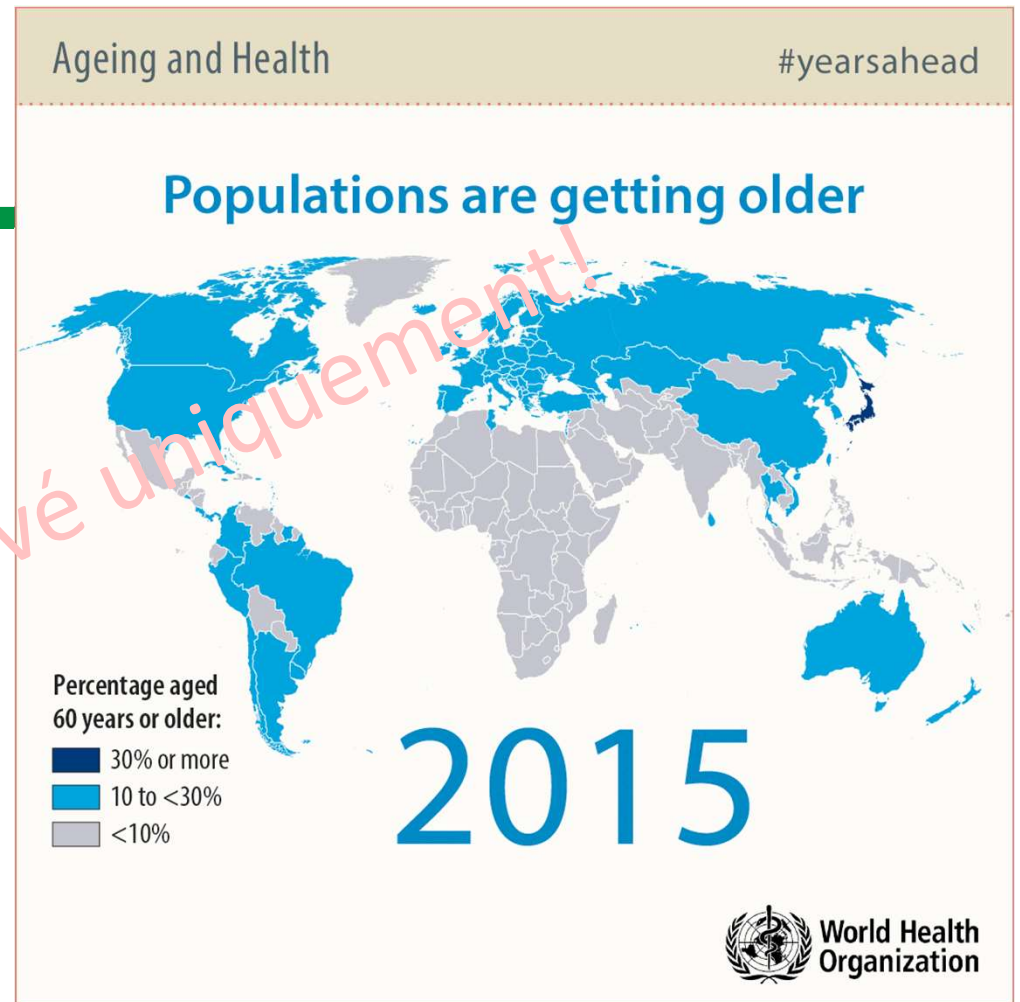
Part des personnes âgées de 80 ans et plus
en Suisse (OFS) :

2010: 4,9%

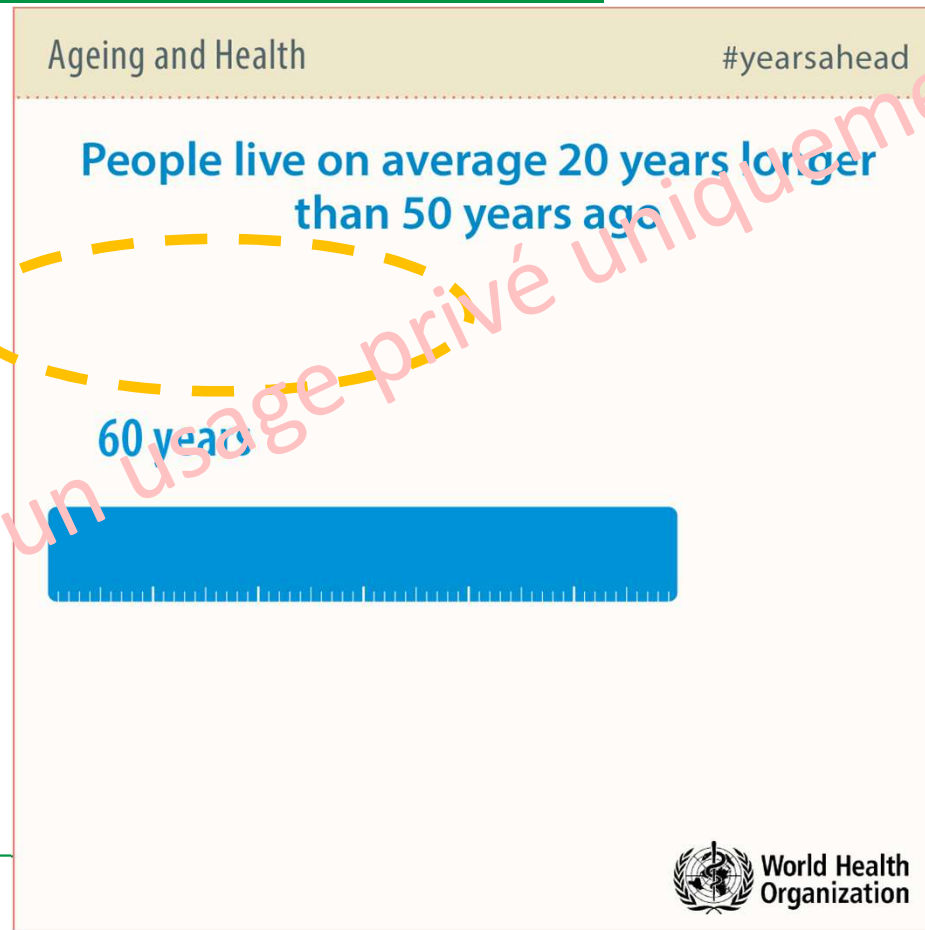
2030: 7,8%

2060: 11,9%

L'espérance de vie augmente,
les années vécues en bonne santé
aussi !

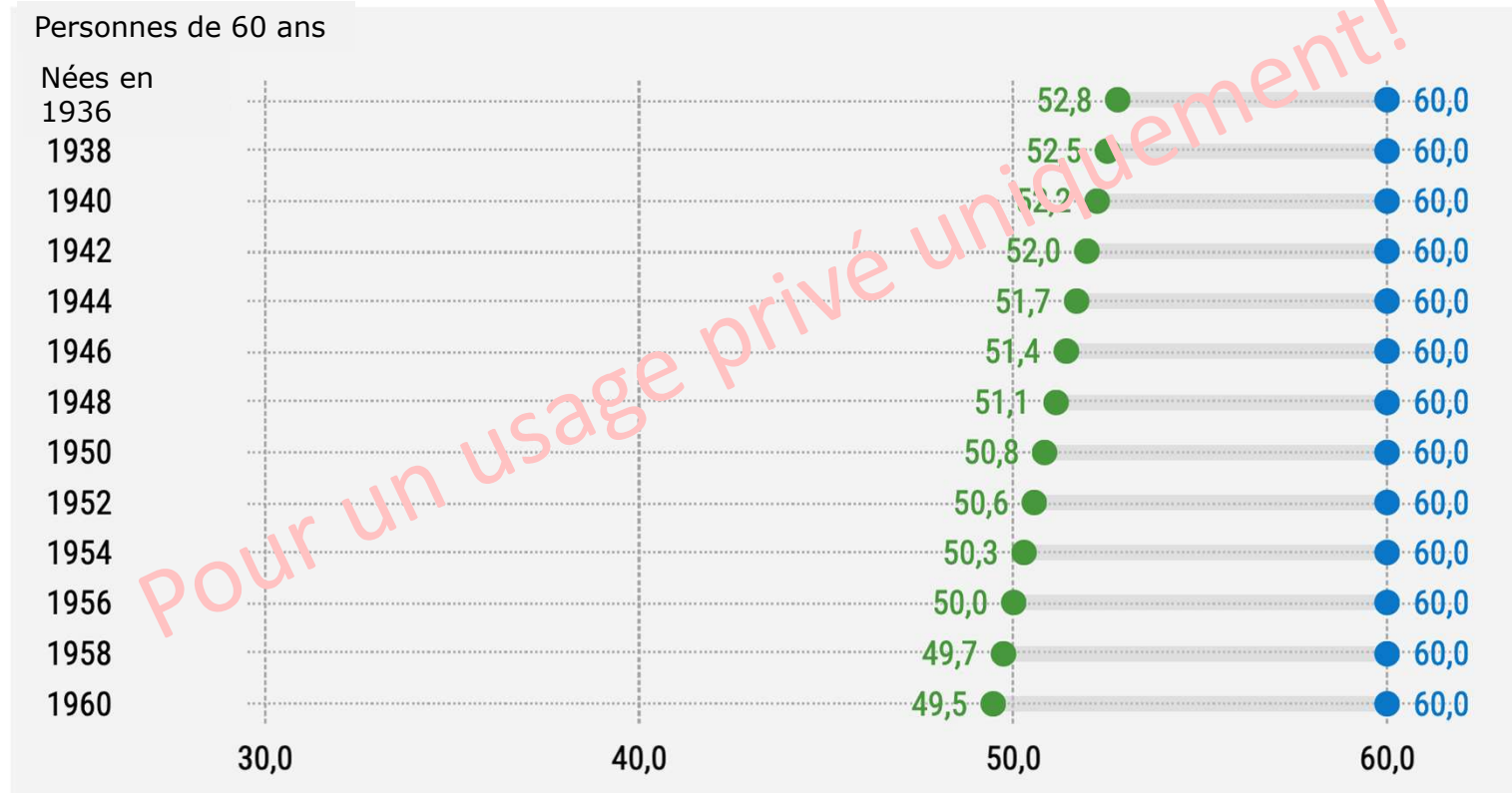


Nous vivons plus longtemps : quelle image de la vieillesse découle de cette évolution ?



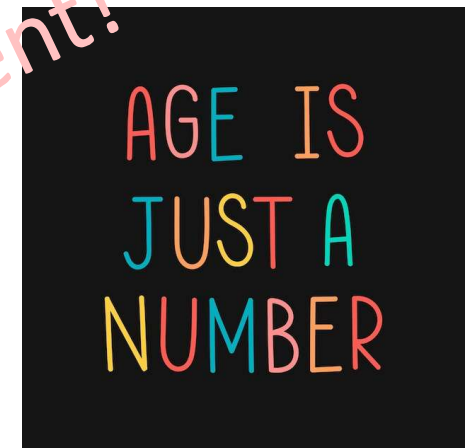
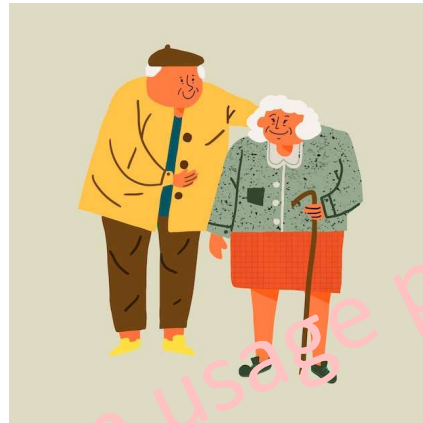
Pour un usage privé uniquement!

Perception subjective de la vieillesse : nous nous sentons de plus en plus jeunes



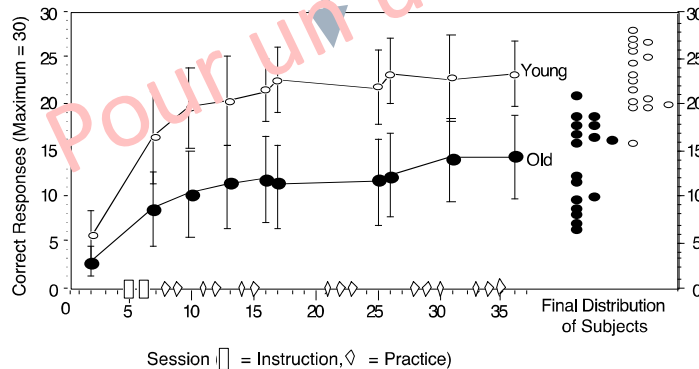
Wettstein et al. (2023); Spektrum der Wissenschaft

Une vieillesse aux multiples visages



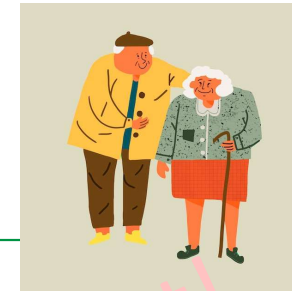
Idées sur la vieillesse

- ❑ Modèle du déficit et du désengagement
- ❑ Théorie de l'activité
- ❑ Modèle des compétences



POUR UN usage privé uniquement!

Image de la vieillesse : définition

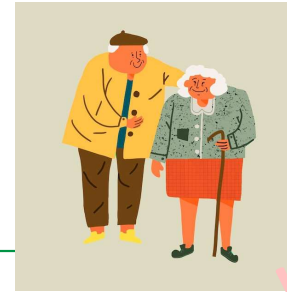


La notion d'image de la vieillesse englobe, sur les plans **visuel** et **linguistique**, les

- opinions,
 - convictions
 - ou expériences
- de la *nature* des personnes âgées,
 - de la situation *socio-économique ou sanitaire* dans laquelle elles se trouvent, ou
 - de *ce que signifient le vieillissement et la vieillesse*.



Images de la vieillesse : caractéristiques



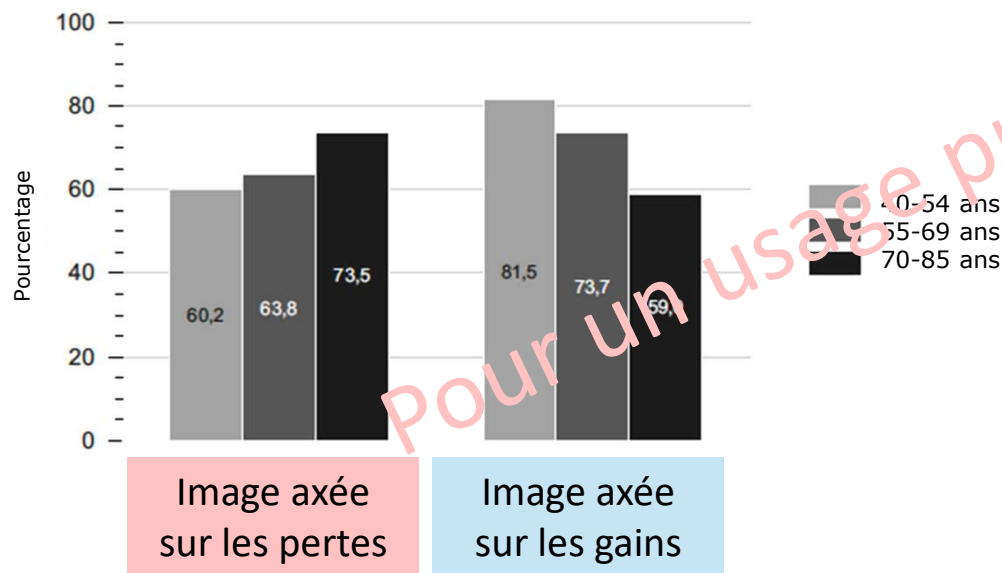
- Les images de la vieillesse constituent des représentations individuelles et sociales
 - de la **vieillesse** (état d'une personne qui est vieille),
 - du **vieillissement** (processus au cours duquel une personne vieillit), et
 - des **personnes âgées** (groupe social des personnes les plus vieilles).

- On distingue
 - les images de la vieillesse **individuelles** et **sociales**,
 - les images de la vieillesse **vis-à-vis de soi-même** et des **autres**,
 - les images de la vieillesse **implicites** et **explicites**, et
 - les images de la vieillesse **différenciées selon les aspects de la vie**.

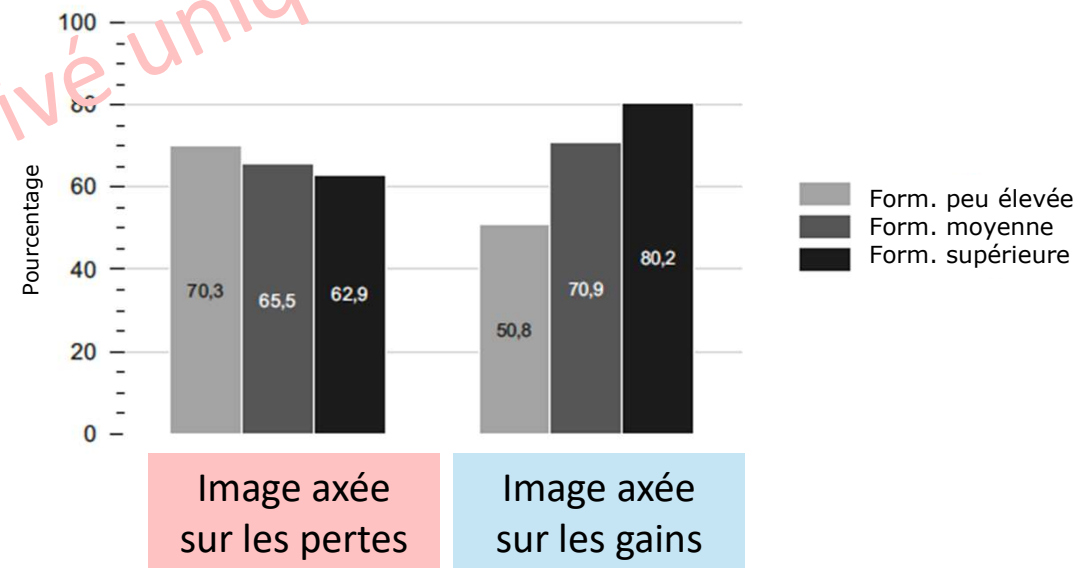
Pertes ou gains ? Différences dans les images de la vieillesse selon l'âge et la formation

- Proportion de personnes chez lesquelles l'image de la vieillesse est axée sur l'idée de pertes ou de gains

a) selon l'âge



b) selon la formation



Beyer, Wurm, & Wolff (2017, Deutscher Alterssurvey)

Vue d'ensemble

- Vieillesse : images et stéréotypes
- **Origine des images de la vieillesse et répercussions sur la santé**
- Diversité de la vieillesse (et du vieillissement)

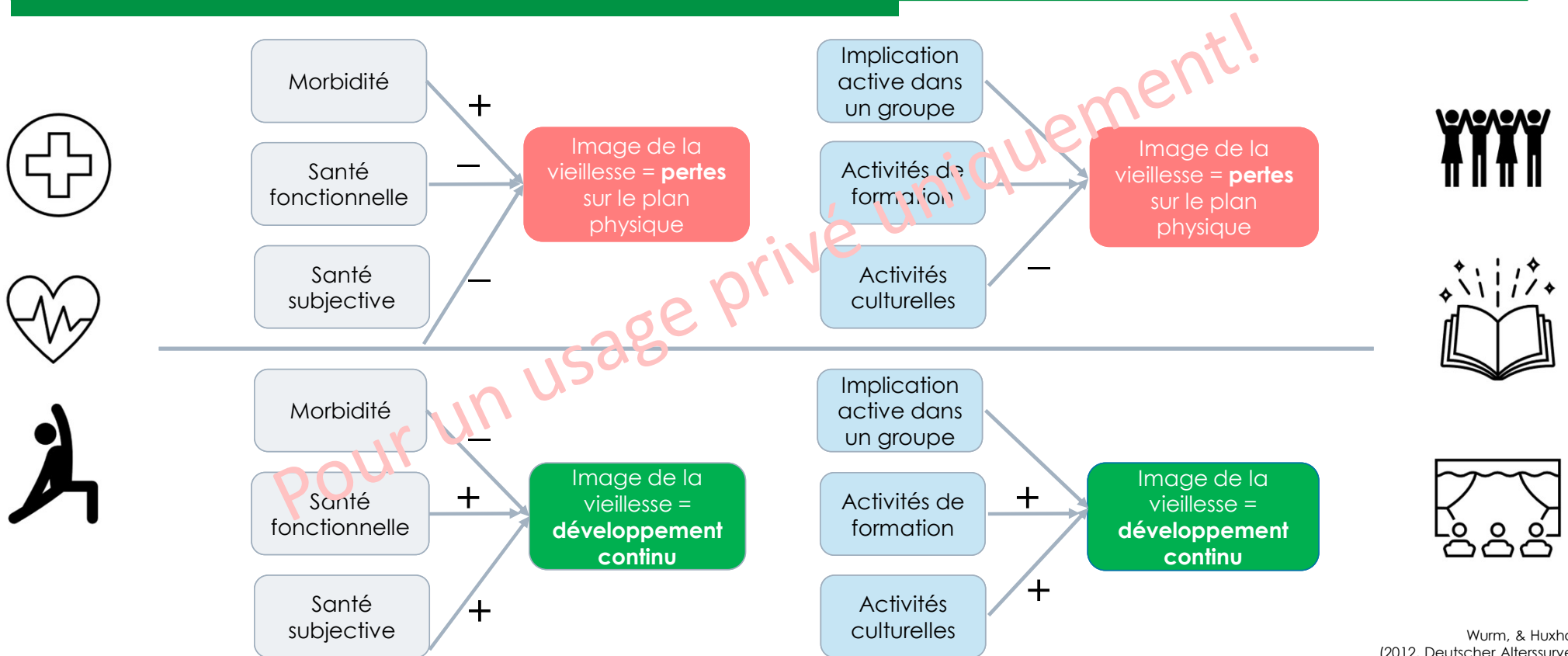
Pour un usage privé uniquement!

Comment se créent les images personnelles de la vieillesse ?

- ❑ Images **sociales** de la vieillesse → influencent les représentations **individuelles** de la vieillesse (et du vieillissement) dès l'enfance
- ❑ Plus une personne est âgée, plus elle aura d'**expérience personnelle** du processus de vieillissement
- ❑ Tendance à l'**augmentation de la complexité** de l'image de la vieillesse (aspects positifs et négatifs) **en raison de l'âge**



Quels éléments influencent les images de la vieillesse ?

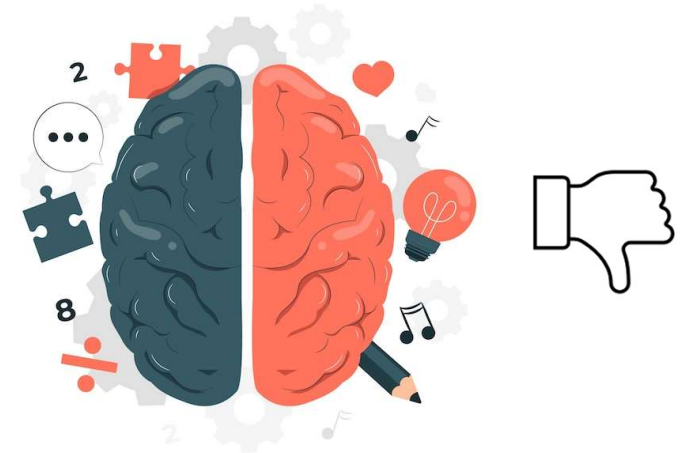
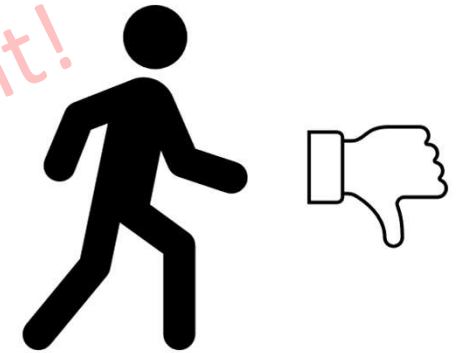


Wurm, & Huxhold (2012, Deutscher Alterssurvey)

Quelles sont les conséquences des images de la vieillesse ?

Expériences dans le domaine de la recherche :

- Après avoir évoqué des représentations négatives de la vieillesse avec des étudiantes et étudiants, ceux-ci ont ensuite **marché plus lentement** dans le couloir.
- Des sujets âgés ont présenté de **moins bonnes capacités de mémoire** après que des aspects négatifs du vieillissement ont été activés chez eux de manière subliminale.



Conséquences des images négatives de la vieillesse vis-à-vis de soi-même

- Chez les personnes âgées, les images négatives de la vieillesse s'accompagnent de divers problèmes de santé.
 - **Réactions de stress** physiologiquement mesurables plus importantes
 - Risque plus élevé de **maladies cardiovasculaires**
 - **Moins bonnes capacités de mémoire**
 - Risque plus élevé de **démence**

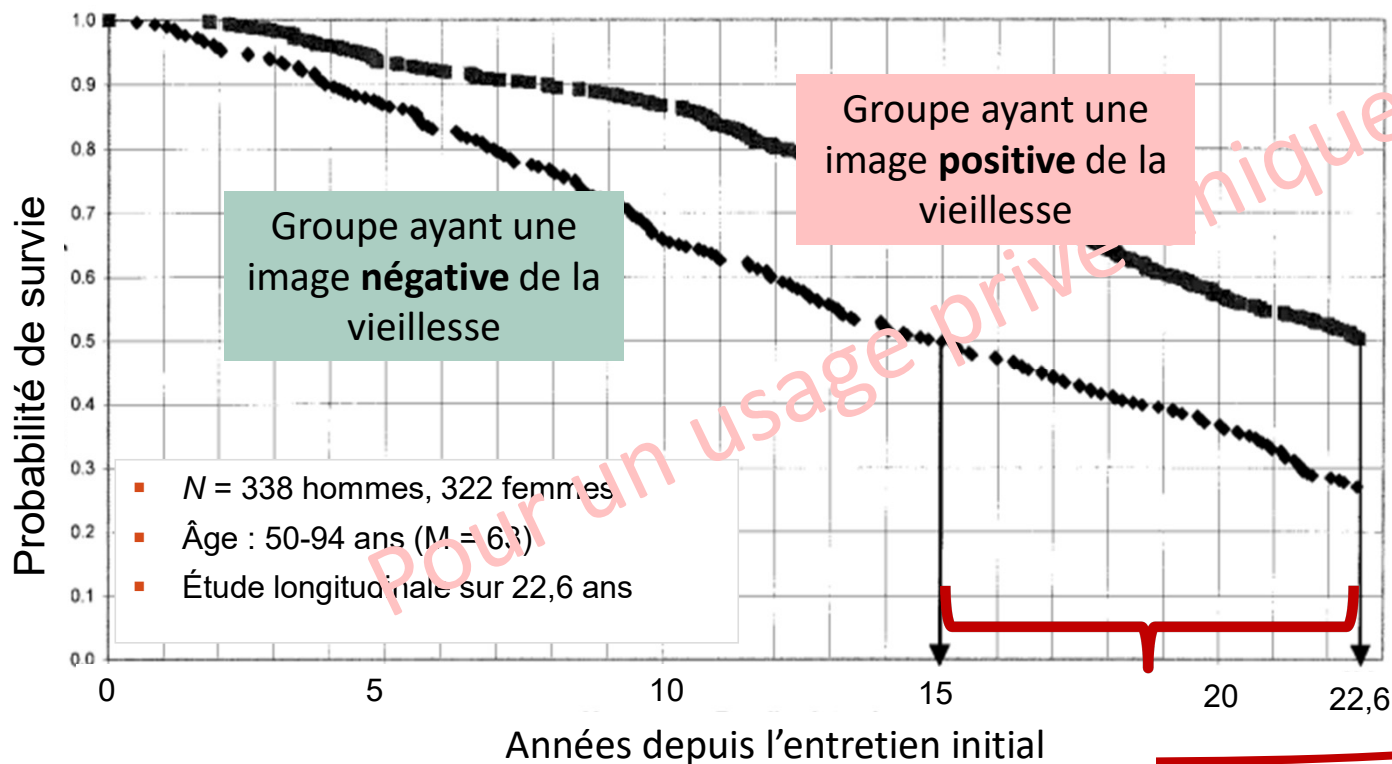


Conséquences des images positives de la vieillesse vis-à-vis de soi-même

- ❑ Les attitudes positives vis-à-vis de notre propre vieillissement renferment une force de **motivation** importante.
- ❑ Les personnes qui se sentent plus jeunes font état d'un **taux de maladie plus faible** à un stade ultérieur
- ❑ Elles démontrent également de **meilleures capacités de mémoire**
- ❑ Elles **vivent plus longtemps**

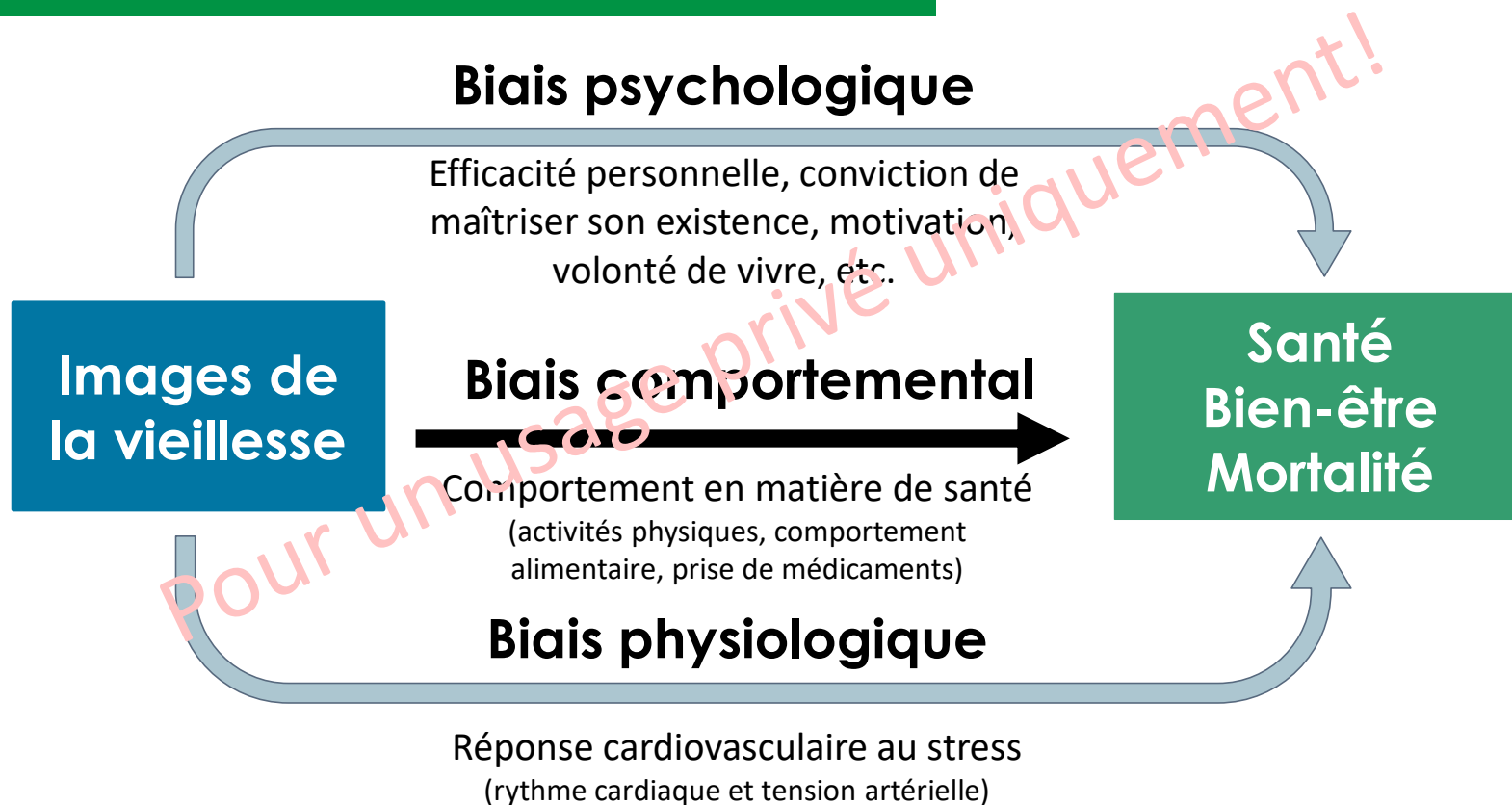


Augmentation de la durée de vie chez les personnes ayant une image positive de la vieillesse

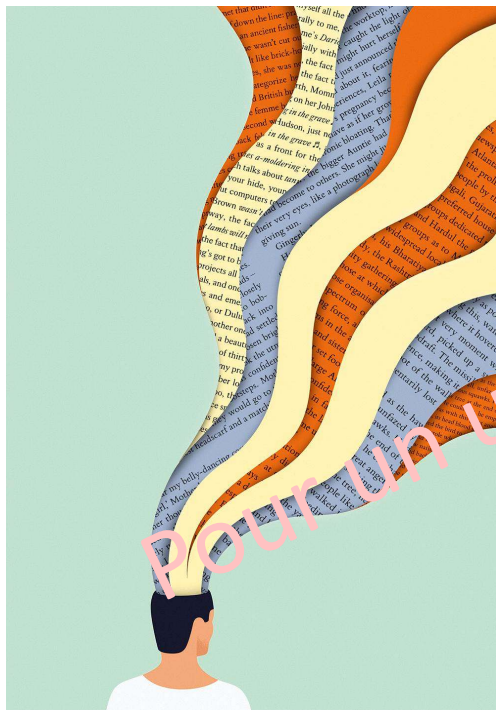


Levy, Slade, Kunkel, & Kasl (2002)

Par quels biais les images de la vieillesse influencent-elles la santé et la mortalité ?



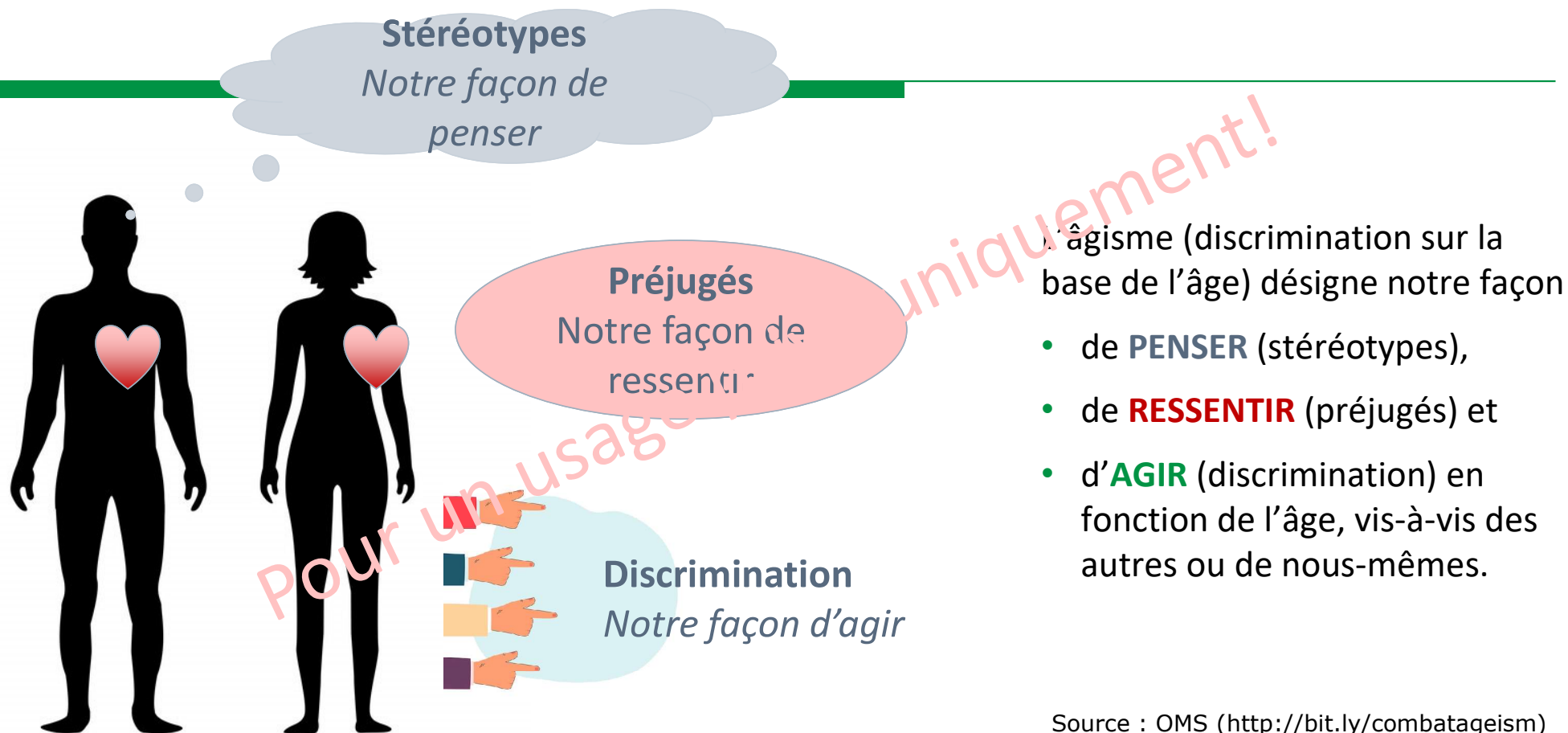
Comment nos représentations de la vieillesse (et du vieillissement) influencent-elles nos actions ?



Pour un usage privé uniquement!

Graphiques © Francesco Ciccolella

Images de l'âge – stéréotypes liés à l'âge – âgisme



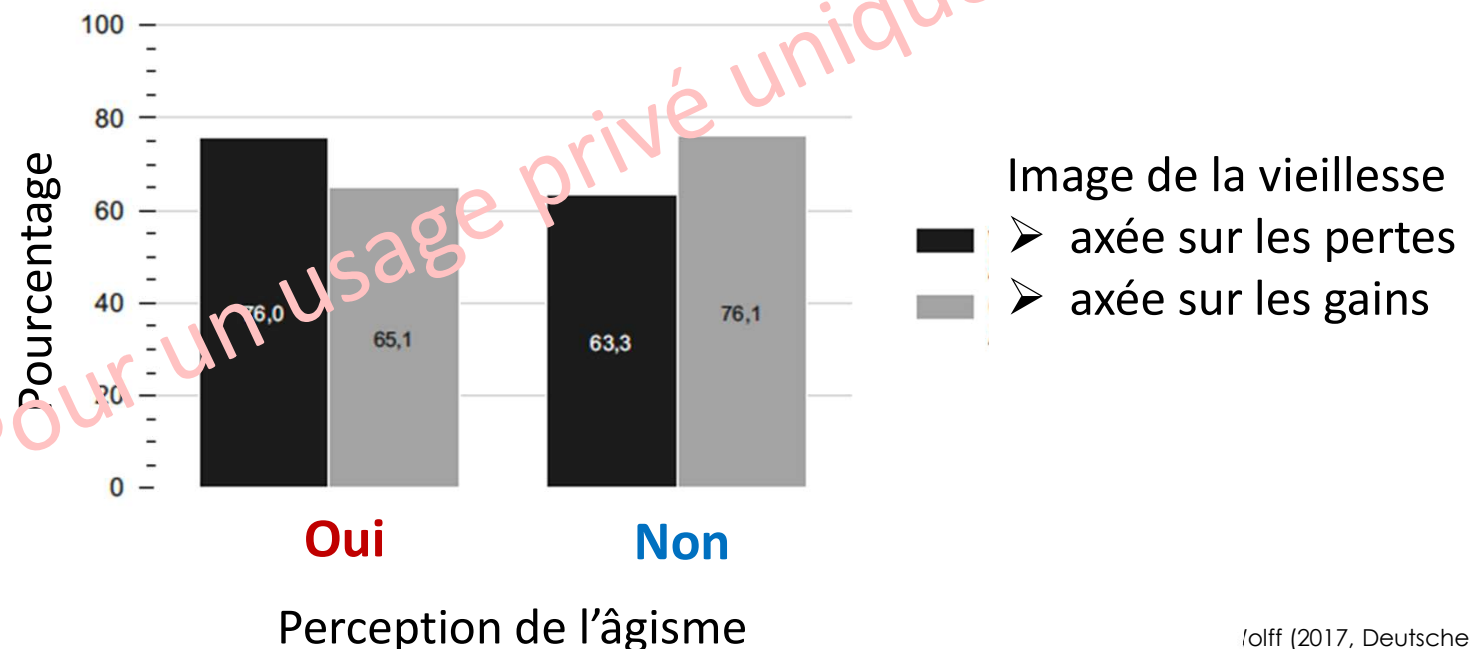
Conséquences des images de l'âge venues des autres : l'âgisme est nocif et coûteux

- ❑ L'âgisme a des répercussions largement étendues sur tous les aspects de la santé des personnes, qu'il s'agisse de leur santé **physique**, de leur santé **mentale** ou de leur bien-être **social**.
- ❑ L'âgisme **rejoint** et exacerbe **d'autres formes de discriminations**, y compris celles liées au sexe, à l'origine ethnique et au handicap.
- ❑ L'âgisme fait payer un lourd **tribut économique** aux individus et à la société.



Perception de l'âgisme → plus fréquente en cas d'image négative de la vieillesse

- Part de personnes ayant une image de la vieillesse axée sur les pertes ou les gains en fonction de la perception de l'âgisme



Iloff (2017, Deutscher Alterssurvey)

Modèle de la dépendance apprise

- **Abandon (désapprentissage) d'un comportement autonome au profit d'un comportement non autonome**

Dépendance apprise (M. Baltes, 1995) :

- Les comportements non autonomes sont récompensés (p. ex. plus d'attention, contacts sociaux).
- Les comportements autonomes sont pénalisés (p. ex. en ignorant les personnes).

Dépendance = pertes et gains :

- **Pertes** : les compétences du quotidien sont perdues car elles ne sont pas utilisées
- **Gains** : maîtrise et instrumentalité (p. ex. atteindre l'objectif d'obtenir de l'attention)



Observation du comportement : résultats

Les personnes âgées adoptent un :

Comportement **non autonome**

L'environnement social réagit par un comportement qui :

encourage la **dépendance** (76%)

encourage l'**autonomie** (6%)

Comportement **autonome**

encourage la **dépendance** (13%)

encourage l'**autonomie** (22%)

Deux scénarios de comportement :

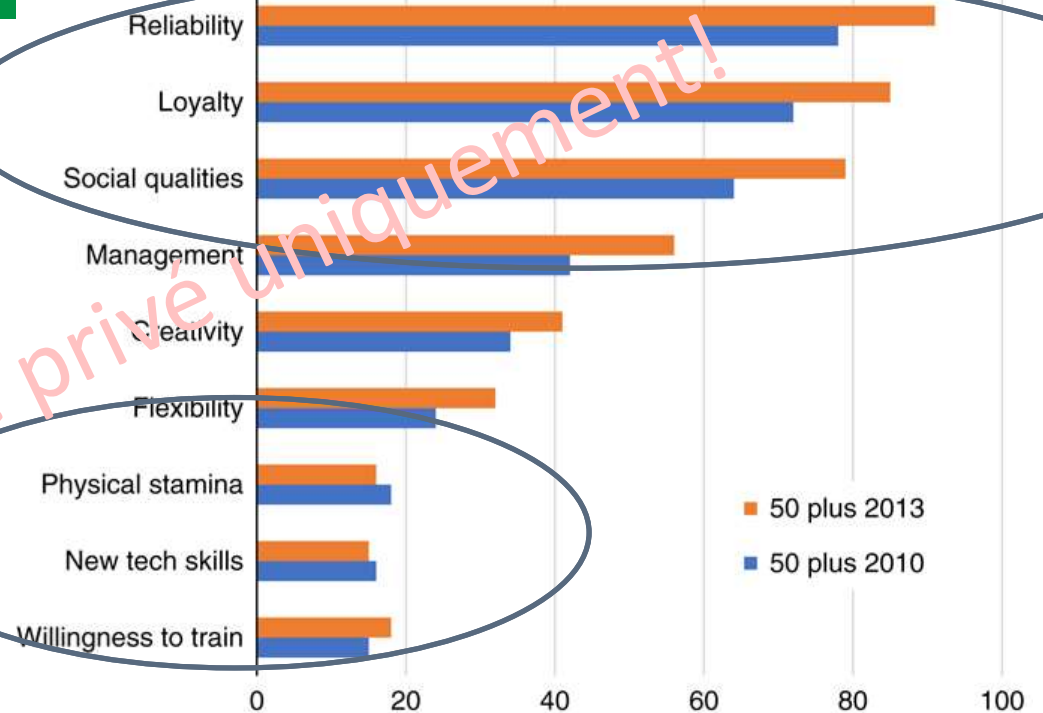
- Encouragement (et renforcement) de la dépendance
- Mépris pour l'autonomie

Margret Baltes et al. (1980, 1991, 1992)

Changement (ou non) des stéréotypes sur les travailleuses et travailleurs âgés

➤ Image **positive** dans le domaine des « **soft skills** »

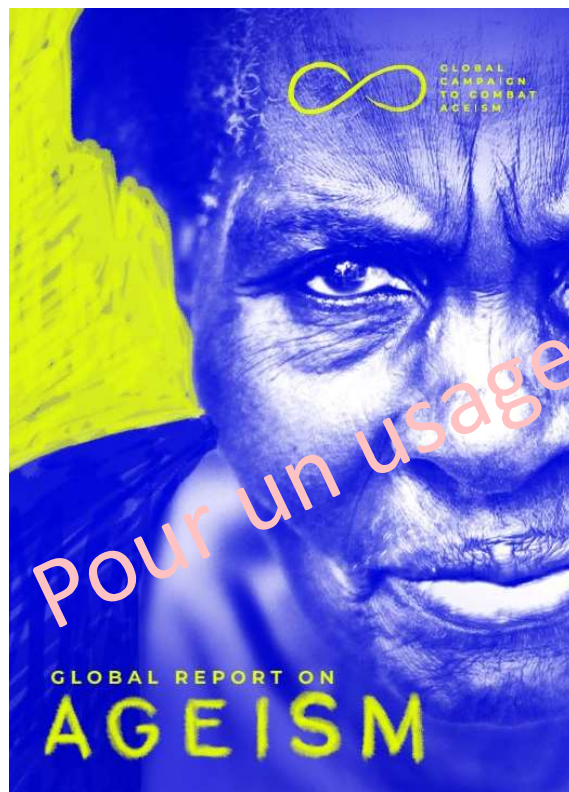
➤ Image plutôt **négative** dans le domaine des « **hard skills** »



Pourcentage d'approbation de l'affirmation selon laquelle les caractéristiques de la liste ci-dessus correspondent aux travailleuses et travailleurs de 50 ans et plus

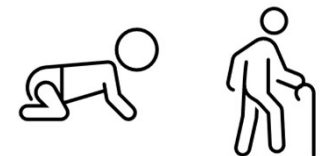
Van Dalen & Henkens (2019)

Bonne nouvelle : il est possible de combattre l'âgisme



Trois stratégies efficaces :

1. Politique et législation
2. Activités liées à la formation
3. Interventions intergénérationnelles



Changement d'angle et réécriture du narratif : évolution de notre façon de penser la vieillesse (et le vieillessement), d'en parler et d'agir

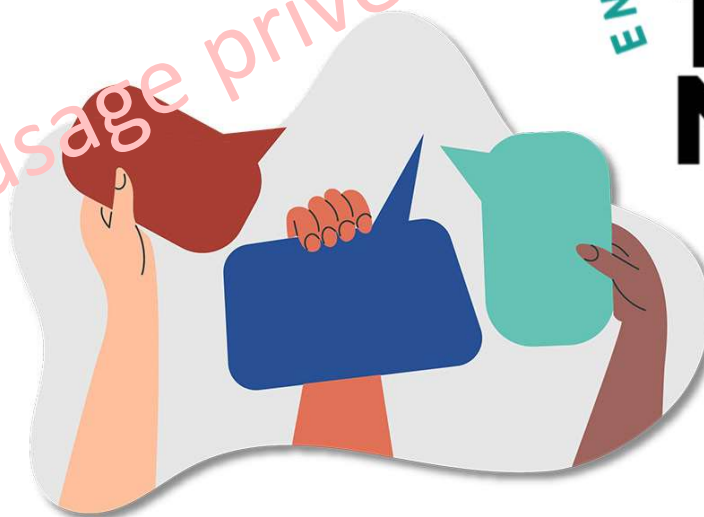


LED BY THE GERONTOLOGICAL SOCIETY OF AMERICA
ReframingAging.org

ENDING AGEISM TOGETHER

Pour un usage privé uniquement!

CHANGING THE NARRATIVE





<https://www.reframingaging.org/>

Changement d'angle (« reframing ») : faire évoluer la façon dont nous parlons de la vieillesse (et du vieillissement)

Employer les mots « raz-de-marée », « tsunami » et autres issus du registre des catastrophes pour désigner la hausse de la part des personnes âgées dans la population

Parler de l'évolution démographique en des termes positifs : « Comme la population vit plus longtemps et en meilleure santé... »

 Lancer des appels généraux à la nécessité de faire « quelque chose » contre le vieillissement

Donner des exemples concrets pour illustrer l'existence de solutions innovantes : p. ex. des centres communautaires intergénérationnels 

Employer les mots « combat », « lutte » et autres évoquant un conflit pour décrire les expériences liées au vieillissement

Considérer ce nouvel élan également comme une chance : « Le vieillissement est un processus dynamique qui ouvre la voie à de nouvelles compétences et connaissances que nous pouvons partager dans la société et avec nos communautés. »

Vue d'ensemble

- Vieillesse : images et stéréotypes
- Origine des images de la vieillesse et répercussions sur la santé
- **Diversité de la vieillesse (et du vieillissement)**

Pour un usage privé uniquement!

Population plus âgée, diversité accrue



(Infographie de l'OMS)

Toutes les personnes âgées ne sont pas atteintes de démence, par exemple...

Journal of Gerontology: MEDICAL SCIENCES
Cite journal as: *J Gerontol A Biol Sci Med Sci*. 2012 July;67(7):739-740
doi:10.1093/gerona/gls140

Published by Oxford University Press on behalf of The Gerontological Society of America, 2012
For permissions, please e-mail: journal.permissions@oup.com
Advance Access publication: July 27, 2012

Translational Article
Special Issue on Cognition and Behavioral Psychology
Guest Editorial
The 87%
Molly V. Wagster,¹ Jonathan W. King,¹ Susan M. Resnick,² and Peter R. Rapp²

¹National Institute on Aging, Bethesda, Maryland.
²National Institute on Aging, Baltimore, Maryland.

Address correspondence to Molly V. Wagster, PhD, Division of Neuroscience, National Institute on Aging, Gateway Building, Suite 260, 2201 Wisconsin Avenue, Bethesda, MD 20892. Email: wagsterm@nia.nih.gov

Translational
<https://academic.oup.com/journals/advance-article-abstract/doi/10.1093/gerona/gls140>

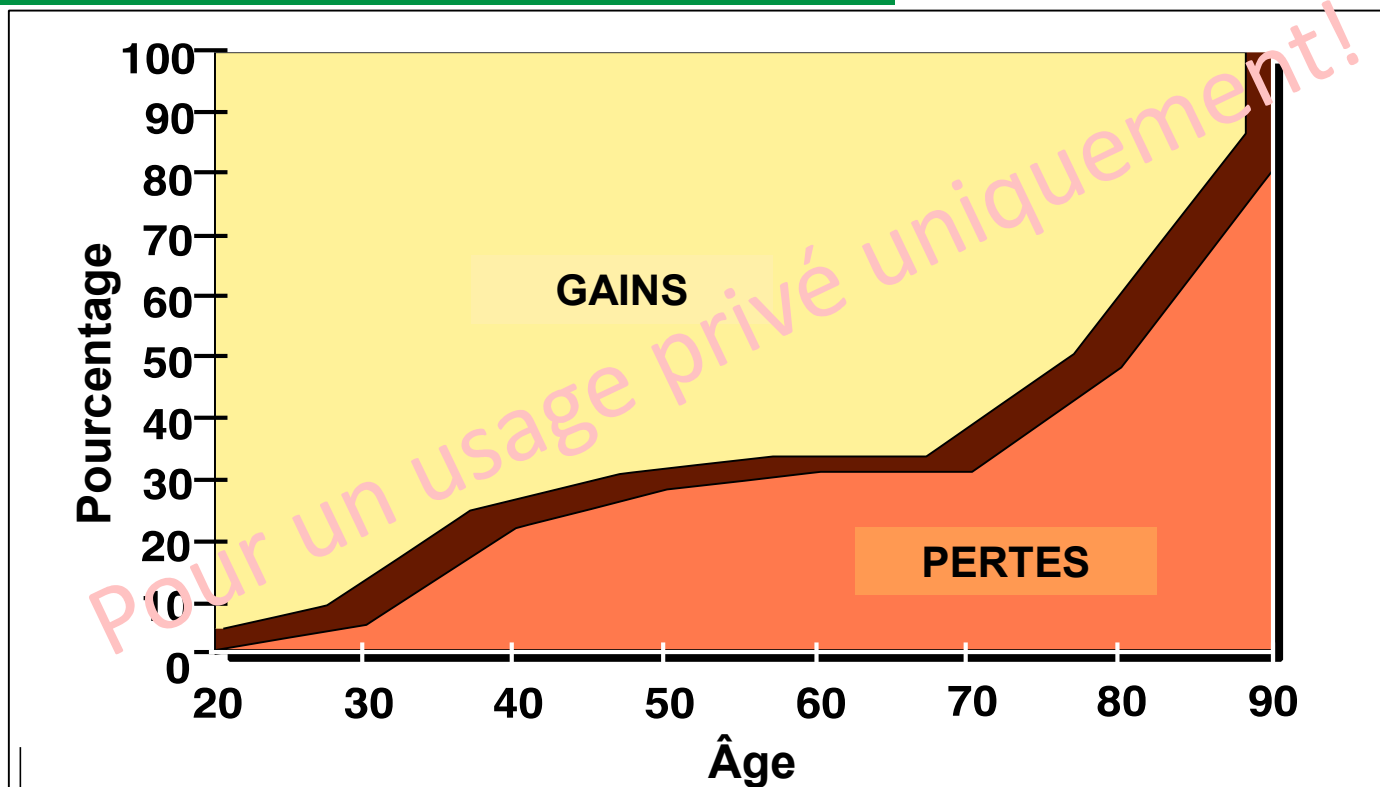
One in eight people 65 and older (13 percent) has Alzheimer's disease.
Alzheimer's Association, 2012 Alzheimer's Disease Facts and Figures, Alzheimer's & Dementia, Vol. 8, p.14, 2012.

Une personne sur huit âgée de plus de 65 ans (13%) est victime d'une démence de type Alzheimer.

Le vieillissement comme processus de développement

- Distinction entre **jeunes personnes âgées** et **personnes très âgées** (troisième et quatrième âges)
- Seuil autour de 80 ans
- Le **troisième âge** est généralement encore caractérisé par des activités nombreuses, un maintien de l'autonomie et une santé relativement bonne.
- Au **quatrième âge**, en revanche, on observe une augmentation de la multimorbidité et des limitations.

Gains et pertes tout au long de la vie



MPI Berlin

Heckhausen, Dixon, & Baltes, 1989

Perspective des gains et pertes

- Gains liés à la vieillesse :
 - Adaptation et capacités compensatoires
 - Émergence de nouvelles caractéristiques du comportement
 - Intelligence cristallisée
 - Connaissances sur la vie / expérience / maturité
 - Sagesse (nécessite l'expérience correspondante !)

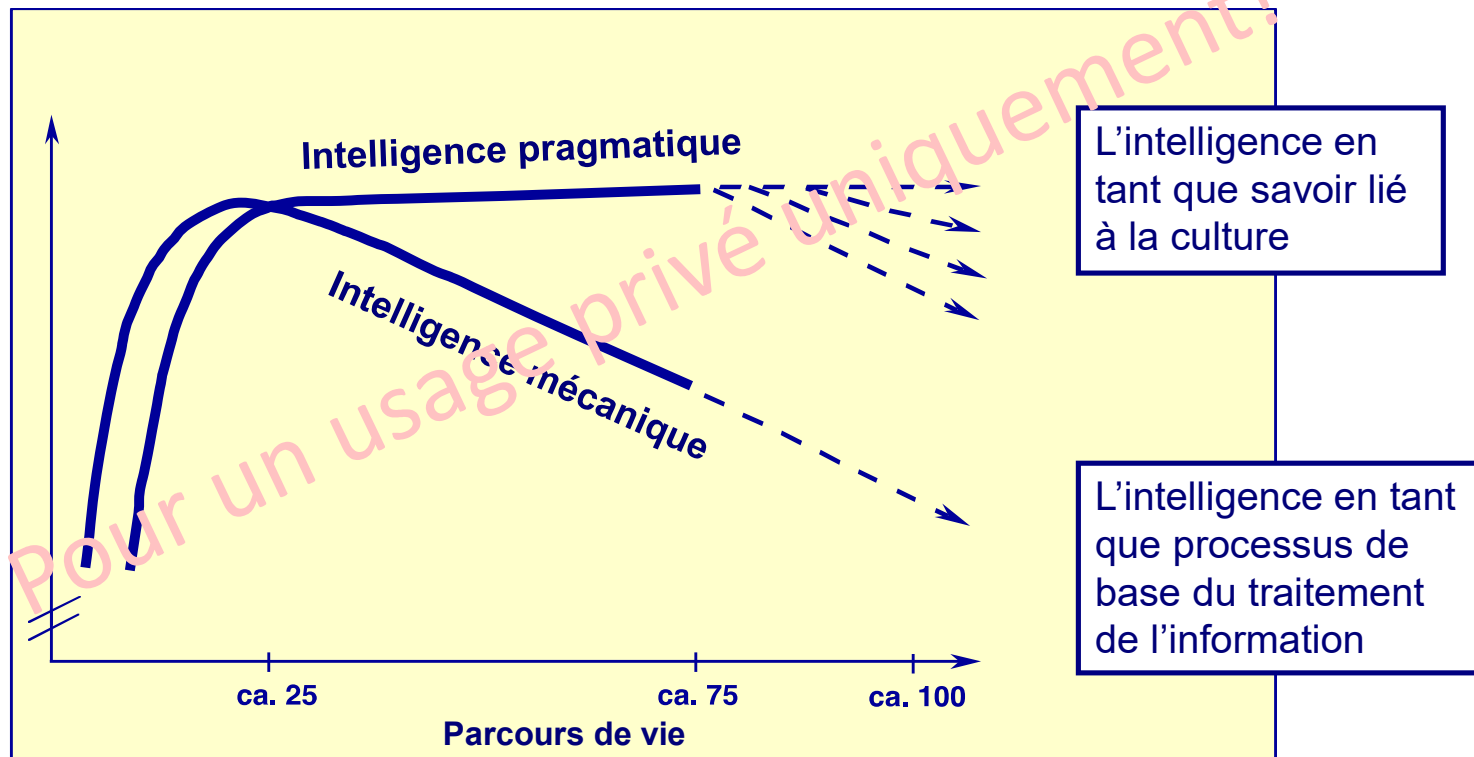
Perspective des gains et pertes

□ Pertes liées à la vieillesse :

- Limitation des capacités (motricité fine, rapidité)
- Réduction du cercle social (également sélective et active)
- Maladies et handicaps
- Limitation des perspectives d'avenir

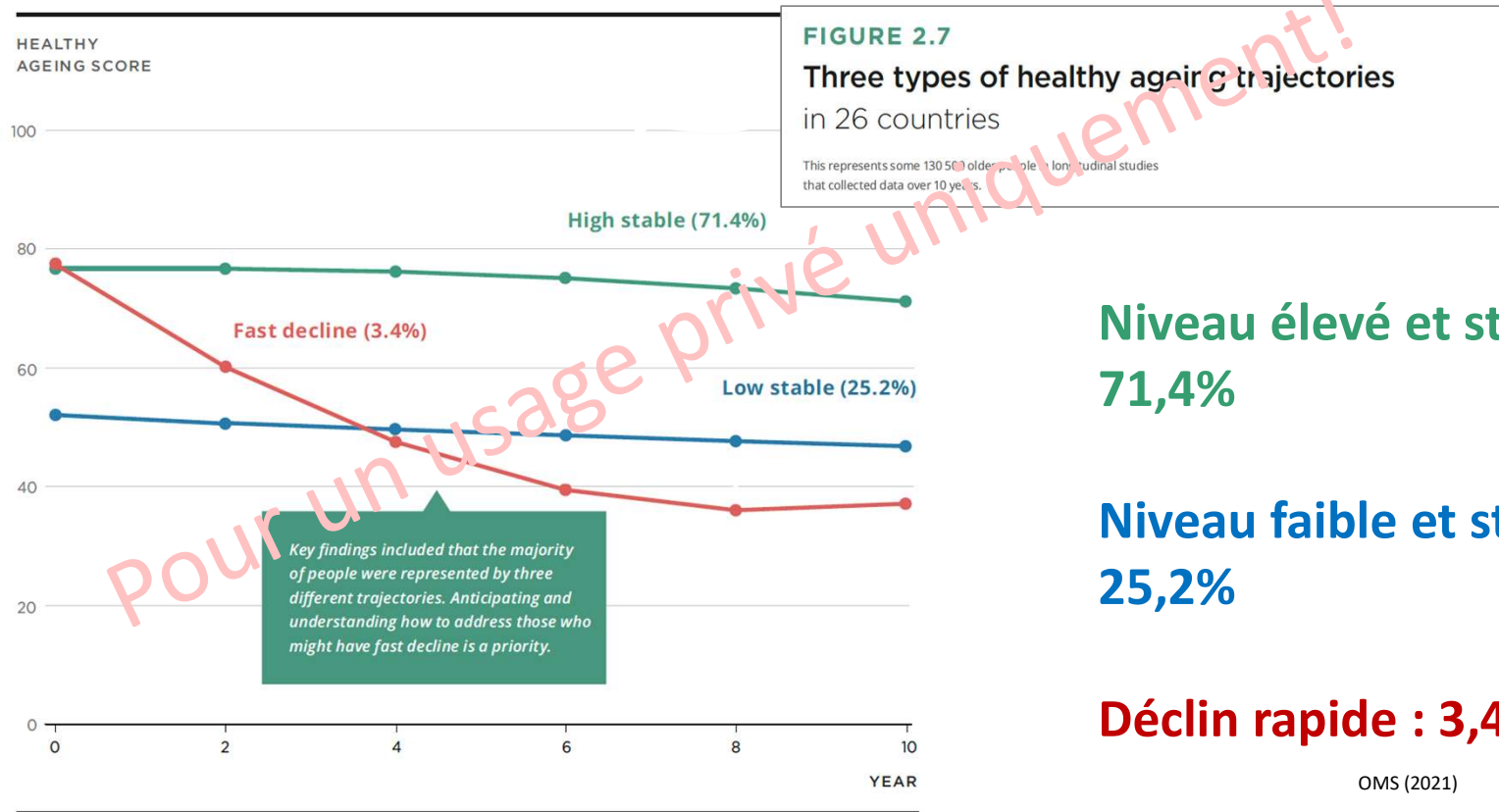
➔ Il est important de prendre conscience du modèle de vieillissement que nous soutenons nous-même, car celui-ci influence fortement notre point de vue, nos réactions et nos conseils.

Deux composantes de l'intelligence qui évoluent très différemment



Baltes (1987)

Multidirectionnalité des trajectoires de développement : hausse, baisse, stabilisation

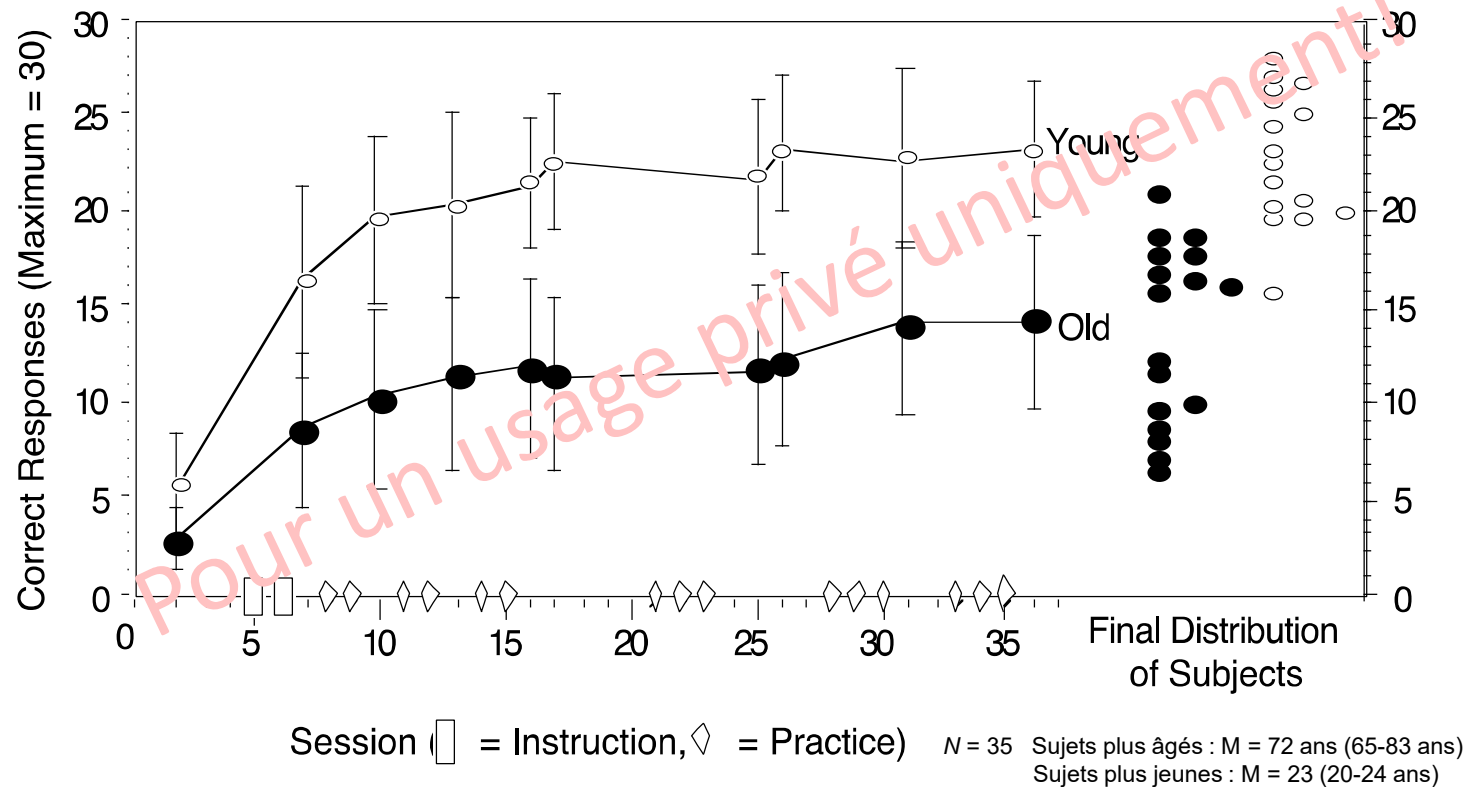


Niveau élevé et stable :
71,4%

Niveau faible et stable :
25,2%

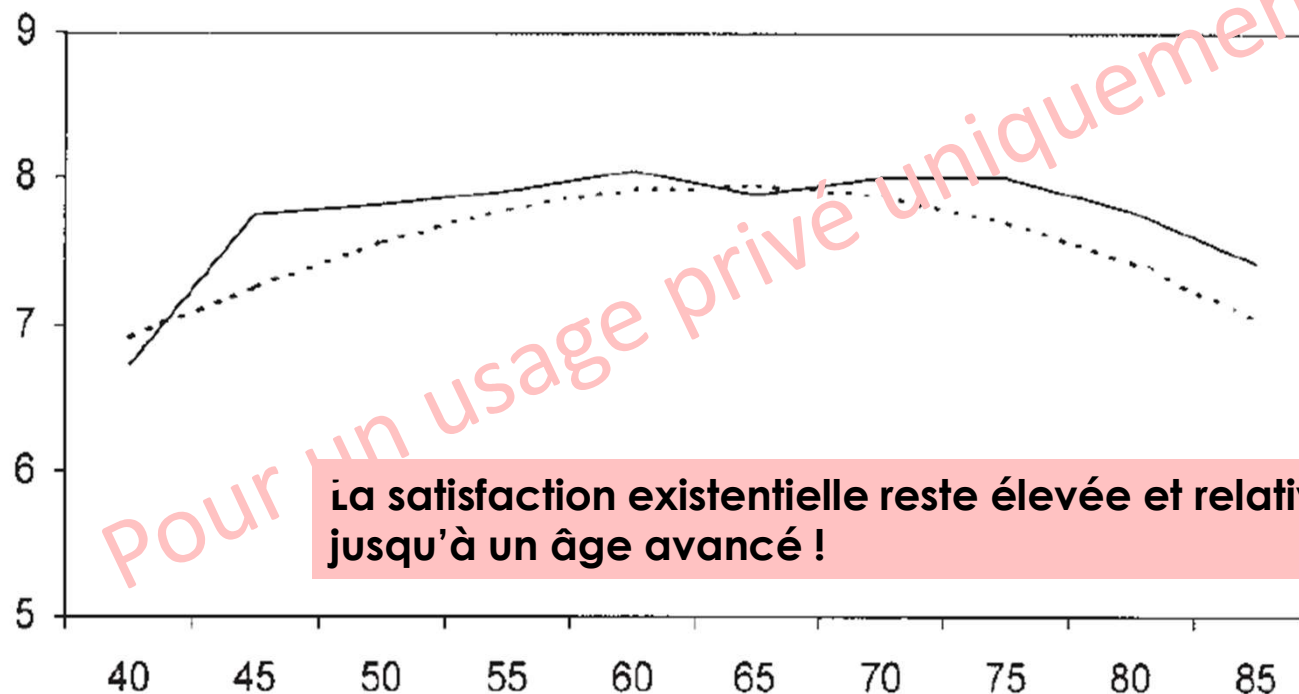
Déclin rapide : 3,4%

L'apprentissage est possible jusqu'à un âge avancé (> plasticité) !



Baltes & Kliegl (1992)

Le paradoxe du bien-être



Satisfaction existentielle en fonction de l'âge

Mroczek & Spiro (2005)

Comment parvenir à s'adapter aux changements ?

- Vieillesse réussie = autant de gains et aussi peu de pertes que possible grâce à la fixation d'objectifs individuels et à leur poursuite
- Quels processus et stratégies permettent un vieillissement réussi ?
 - **Sélection** (d'objectifs)
 - **Compensation** (des pertes, p. ex. en adaptant les ressources)
 - **Optimisation** (dans le processus de réalisation des objectifs, p. ex. temps, effort)

Le modèle SOC (*sélection, optimisation, compensation*)

L'exemple du pianiste Arthur Rubinstein

- Comment a-t-il pu conserver un tel niveau d'excellence même à un âge avancé ?
 - **Réduction de son répertoire** à un petit nombre de morceaux → **S**
 - **Travail plus fréquent** sur ces morceaux → **O**
 - **Passages lents** joués encore plus lentement pour que le contraste avec la vitesse des passages plus rapides soit maintenu → **C**



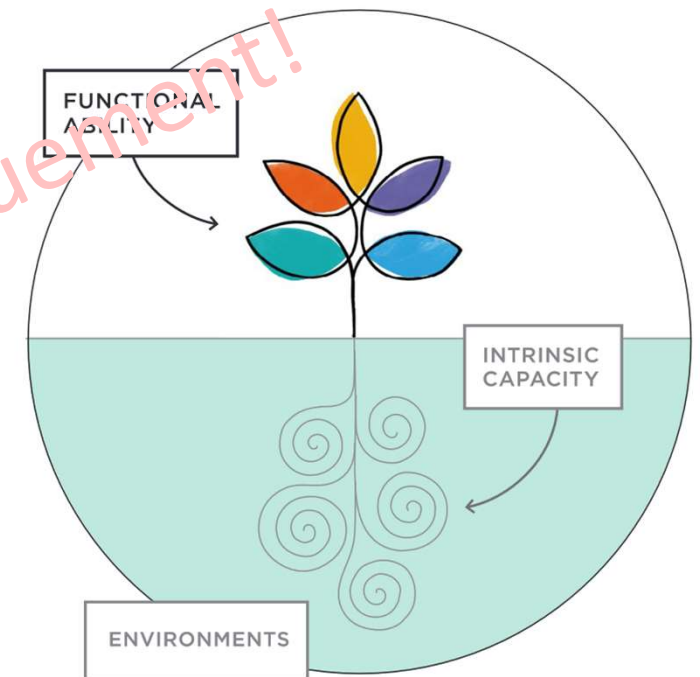
Résultats de la recherche sur le modèle SOC

- ❑ Ces stratégies sont utilisées **jusqu'à un âge très avancé.**
- ❑ L'utilisation de ces stratégies est liée à **un plus grand bien-être**, à des émotions positives et à la satisfaction dans la vieillesse.
- ❑ **Effets d'atténuation** sur la satisfaction dans la vieillesse lorsque les ressources diminuent

Vieillesse en bonne santé = Les aptitudes fonctionnelles...

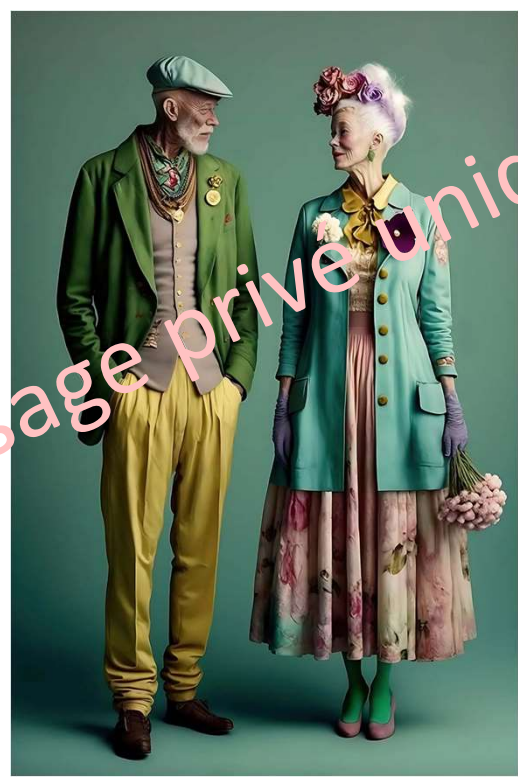
- ... sont déterminées par les **caractéristiques de la personne** (« capacité intrinsèque »), les **facteurs environnementaux** pertinents et l'interaction entre les deux ;
- ... comprennent les « attributs liés à la santé qui permettent aux individus **d'être et de faire ce qu'ils jugent valorisant** » en vue de garantir leur bien-être personnel.

**Les images de la
vieillesse font partie
du cadre de vie !**



OMS (2021)

Un grand merci ! « Youth is Wasted on the Young » (Jonas Petterson)



Pour un usage privé uniquement!