

La solitude et l'isolement des personnes âgées

Angie Graça Simoes
(angiegsimoes@gmail.com) & Lisa Caroni
(lisa.caroni@bluewin.ch), étudiantes à la
HETS-FR

* Introduction

En Suisse, la part des personnes de 65 ans et plus passera de 19 % à 28 % d'ici 2050. Face à ce vieillissement démographique, la solitude et l'isolement des personnes âgées constituent un enjeu croissant de santé publique, encore trop peu visible dans les politiques et dans la société.

Ces deux phénomènes sont souvent confondus : l'isolement désigne une situation objectivable (peu ou pas de contacts sociaux), tandis que la solitude renvoie à un vécu subjectif d'insatisfaction relationnelle. L'âgisme – stéréotypes et discriminations liés à l'âge – vient amplifier ces mécanismes en renforçant l'exclusion sociale des aînés.

Question de recherche : Comment les professionnels du travail social contribent-ils à la prévention du sentiment d'isolement et de solitude chez les personnes âgées en Suisse romande ?



* Résultats

Solitude et isolement : deux réalités distinctes La solitude est avant tout un sentiment subjectif lié à la qualité perçue des relations, et non à leur seule quantité. Elle peut être subie (solitude-souffrance) ou choisie (solitude assumée). Trois types de déterminants influencent son émergence : culturels, communautaires et individuels.

L'âgisme, un amplificateur d'exclusion Les stéréotypes négatifs associés à la vieillesse fragilisent la place sociale des aînés et leur sentiment d'appartenance. Le concept de « vieillissement réussi », bien qu'issu d'une volonté positive, tend à individualiser la responsabilité du bien-vieillir et à rendre invisibles les personnes âgées précaires ou vulnérables.

Les projets communautaires : des effets positifs mais limités. Deux projets ont été analysés : Quartiers solidaires (Pro Senectute Vaud, Suisse) et une étude québécoise sur la participation en milieu communautaire de loisir. Ces dispositifs montrent des effets bénéfiques sur le lien social, mais excluent souvent les personnes les plus marginalisées : aînés issus de la migration, personnes avec des troubles invisibles (cognitifs ou psychiques), ou individus en situation de précarité.



* Conclusion

Les travailleurs sociaux ont un rôle central à jouer à trois niveaux :

- Micro-social : adopter une approche individualisée, centrée sur la personne et attentive à sa singularité (histoire, santé, culture, réseau).
- Méso-social : concevoir et adapter des dispositifs communautaires inclusifs, accessibles à tous les sous-groupes, notamment les personnes issues de la migration ou souffrant de conditions invisibles.
- Macro-social : alerter les politiques publiques, lutter contre l'âgisme institutionnel et promouvoir une vision de la vieillesse qui valorise la diversité des parcours.

La prévention de la solitude ne se réduit pas à encourager la participation sociale : elle exige de s'attaquer aux inégalités structurelles qui freinent l'inclusion réelle des personnes âgées les plus vulnérables.

* Méthodologie

Ce travail est une revue de littérature scientifique. Cinq textes ont été sélectionnés selon des critères précis : publications francophones et anglophones entre 2000 et 2023, portant sur les personnes âgées de 65 ans et plus, en lien avec la Suisse ou comparables au contexte suisse. Les textes ont été analysés à l'aide d'une grille d'extraction organisée autour de trois sous-questions :

- Quelle différence entre isolement et solitude ?
- En quoi l'âgisme influence-t-il la solitude des aînés ?
- Quelles sont les pratiques de prévention des travailleurs sociaux ?

Une analyse transversale et thématique a ensuite permis de croiser les contenus des différentes sources.



* Références

- Aouici, S., & Peyrache, M. (2020)
- Campéon, A. (2016)
- Carbonneau, H., & al. (2023)
- Ehsan, A., & al. (2020)
- Hummel, C. (2002)