



## Contribution de Claudine GEORGES

claudine.georges74@gmail.com

### S'adapter pour bien vieillir avec l'aide de la collectivité

Le diagnostic territorial prévoit en 2030 une forte augmentation du vieillissement de la population avec un tiers de plus de 60 ans dont, parmi eux, 24,1 % auraient entre 60 et 74 ans et 45 % plus de 75 ans.

Jean Jacques Amyot, directeur de l'office aquitain de recherche d'information et de liaison sur les personnes âgées, a démontré, lors de sa conférence du 5 juin, que la rupture avec la société se faisait au moment de la retraite. La solitude s'engage au moment où on ne fait plus partie d'un groupe de pensées.

Le vivre ensemble est un paradoxe : en réalité chacun se trouve seul parmi les autres. On a quitté la communauté des "actifs" d'une même génération, d'une même culture, de la même classe sociale définie par le métier qu'on a exercé ; on ne retrouve plus le groupe d'amis habituels.

Les retraités ne forment pas un groupe homogène, les personnalités divergent, chacun vit avec ses stéréotypes, ses préjugés. Peuvent-ils se fondre dans la catégorie des "vieux" ? C'est alors que s'engage une forme d'impuissance, peut-on encore satisfaire nos désirs ? Est-il possible de s'intégrer dans la société moderne qu'ils considèrent comme une société de l'immédiat où il n'y a pas de place pour la reconnaissance ? Ils sont soumis au regard des autres qui eux aussi ont leurs préjugés et leurs stéréotypes.

J.J. Amyot a abordé aussi le domaine de leur sexualité, domaine trop personnel pour lequel je n'apporterai pas de jugement.

Dans sa contribution, Jean Yves Failler cite un gérontologue Gilles Berrut et un psychiatre gériatre Olivier de Ladoucette. J'ai consulté leurs travaux, ils ont retenu toute mon attention.

Gilles Berrut refuse la normalité du vieillissement, il faut faire "comme si", accepter d'être "anormal". Le Papy Boom n'est qu'un accident de l'histoire, il n'y a pas de modèle du "vieux", on ne peut construire des systèmes qui n'existeront plus dans quelques années. Il en est de même pour le domaine médical, chacun doit essayer de se maintenir sans dépendance et rechercher son autonomie. Il parle de cognition et de conation. Dans la cognition, la mémoire a une répartition bipartite, la tête et le corps mais dans la conation, le conatus est cette impulsion qui donne l'envie d'être, qui développe la capacité du sentiment d'être. L'expérience acquise donne la mesure de la joie d'être, ce savoir offre la vie. Garder son autonomie fonctionnelle, morale

et sociale permet d'être citoyen. Il suffirait donc de se fixer des normes de pratiques, ce qui est certes compliqué dans ce temps politique où les modèles choisis sont généraux et faits pour durer.

Pour Olivier de Ladoucette, la vieillesse est un privilège réservé aux humains. Après un moment de flottement qui peut être facteur d'angoisse, la fin d'activité est déterminante, on retrouve la maîtrise de son temps avec une gestion différente. On peut organiser sa vie, la gérer de manière structurée mais les balises utilisées pour freiner le temps ne sont plus subies mais voulues.

Il faut vivre sa vieillesse tout en cultivant sa façon d'être. On ne peut s'empêcher de faire l'inventaire de sa vie qui, suivant les cas, accélérera ou freinera le chronomètre personnel mais chacun se fabrique alors sa façon d'être. Il ne faut pas entrer dans le jeu de la société qui ne parle que des problèmes sans orienter la réflexion sur le bien vieillir ou la pédagogie de l'avancée en âge.

Ces prises de positions se complètent et m'ont permis une réflexion sur la faculté d'adaptation pour bien vivre la vieillesse. Savoir s'adapter, c'est être apte à modifier son comportement pour répondre à de nouvelles situations. Comme le dit Piaget, l'adaptation serait la faculté d'assimiler, donc "d'intégrer des éléments nouveaux dans ses structures mentales existantes". S'adapter n'est pas se conformer, se soumettre en faisant table rase de l'existence passée, c'est comprendre la société dans laquelle on vit, c'est rechercher des échanges, déceler les apports possibles, entrevoir les différences, c'est exister.

La collectivité va être confrontée à une augmentation prochaine de la population vieillissante. Avant de rechercher les moyens pour subvenir aux besoins créés par le déclin de la santé, les difficultés de vivre dans l'environnement actuel, son premier rôle serait de connaître et de comprendre la personne âgée dans sa diversité, n'imposant pas des normes mais concevant des propositions différentes pour faciliter l'intégration de chacun dans la vie actuelle : formes de logement, utilisation des connaissances, participation à des groupes de travail, écoute puis réflexion sur leurs besoins spécifiques, formation aux nouvelles technologies mais aussi, dans une société de l'immédiat, savoir écouter leur "sagesse" dans la prévision des conséquences des décisions souvent prises à la hâte.

Comme le rappelle d'ailleurs Jean Yves Failler : les élus doivent sortir leur participation citoyenne des "logiques compassionnelles et maternantes centrées sur les loisirs et le social accordant une priorité à leurs besoins plus qu'à leur rôle".

Du travail en perspective pour le Conseil de développement !