

# « EUX-MÊMES SE VOIENT COMME ÇA »

## Âgisme et éducation permanente

Par Marin Buyse

### RÉSUMÉ

L'âgisme reste un enjeu sociétal majeur, avec des répercussions profondes sur la santé et l'estime de soi des seniors. Ce phénomène se manifeste dans les interactions sociales, les politiques et les représentations médiatiques, renforçant une vision dévalorisante de la vieillesse qui finit par être intériorisée par les seniors eux-mêmes. À travers ses projets d'éducation permanente, Âgo veut explorer ces normes sociales qui influent sur le regard que les participants portent sur leur propre vieillissement et sur leur façon de se présenter au monde. Dans cette analyse, nous voulons rappeler que vieillir peut également être un temps d'acceptation, de réadaptation et de réinvention.



« Mais finalement, ce qui est sous-jacent, c'est aussi la vision de nos sociétés contemporaines puisque la valeur d'un homme est jugée par son travail, par ce que tu es, par ce que tu fais, quand tu ne fais plus, quand tu ne vaux plus rien. Voilà, quand il n'y a pas de place pour toi. Un vieux, ça ne produit rien. Ça consomme, ça bouffe, ça chie, et puis ça ne fait rien. C'est comme un bébé, sauf qu'un bébé, il a du potentiel. Le vieux, il ne va rien faire du tout. Ça emmerde tout le monde, un vieux, c'est comme un fou. C'est un gars qui ne travaille pas, qui va coûter et puis qui ne va rien produire. Ça emmerde, ça emmerde tout le monde. Le modèle entier de la société est construit sur le travail et ce que tu vas rapporter et contribuer à la société, faire tourner la boutique. Ces gars-là ne font plus rien tourner. On attend juste patiemment qu'ils aient l'indécence de crever. Et en plus, ils sont de plus en plus nombreux, et pas de bol.

Et le pire, c'est que, oui, ils sont vus comme ça, mais eux-mêmes se voient comme ça. Il faut lutter à contre-courant pour qu'ils ne se voient plus comme ça. "Ah, mais je ne sers plus à rien, je ne sers plus à rien, mon Dieu." Ce n'est pas parce que tu arrêtes de faire que tu arrêtes d'être. Tu es une femme, tu es une sœur, tu es une maman, une grand-maman, une arrière-grand-maman. Tu n'as pas besoin de faire pour être ça. Alors là, on arrive avec de la philosophie, quoi. Alors ça leur passe au-dessus du nez, mais je m'en fous, je continue. On continue à leur dire vous avez de la valeur, vous avez de la valeur. Oui, tu es belle. Oui, tu mérites d'être entendue. Vas-y, dis ce que tu penses. Eh ben oui, ça mérite d'être entendu. »

FABIENNE SCHINS, ANIMATRICE DE LA MAISON COMMUNAUTAIRE *LA PARENTHÈSE*

1

## I. INTRODUCTION

En 2021, nous consacrons une première analyse au concept d'âgisme et à ses enjeux. Nous avons montré en quoi celui-ci constitue un phénomène actuel, auquel il faut continuer de prêter attention – au même titre que d'autres formes de discriminations, comme le racisme et le sexisme. Au cours de cette même année, Amnesty International publiait un dossier spécial sur les droits des aînés dans la société belge francophone. Nous y découvrons que 7 seniors sur 10 déclarent être victimes de préjugés en raison de leur âge. Identifié depuis déjà une cinquantaine d'années comme un véritable problème de société, il est assez interpellant d'observer que malgré les actions de sensibilisation, l'âgisme reste bel et bien ancré dans notre société. Nous croyons que l'éducation permanente a un rôle crucial à jouer dans la lutte contre ce type de discriminations.

Si ce concept n'est que rarement mobilisé par les participants de nos animations en éducation permanente, nombre d'entre eux font part des représentations négatives du vieillissement auxquelles ils sont confrontés. En effet, l'âgisme désigne les stéréotypes, les préjugés et les discriminations à l'encontre de certaines personnes en raison de leur âge (réel ou supposé), lesquels peuvent avoir de véritables répercussions sur la santé physique, mentale et sociale (isolement, exclusion, mépris, ...). Avancer en âge peut donc conduire les individus à faire l'expérience de leur propre relégation. Il serait en quelque sorte *naturel* que les seniors, en raison de leur grand âge, occupent une position dévalorisée, une place à part au sein de la société... voire même au sein de la famille : « *Au bout de la table avec les petits-enfants* », témoignait une dame. Souvent invisible, cette forme de violence peut être qualifiée de « systémique ». En effet, elle s'exprime à divers niveaux de la société : dans les interactions sociales évidemment ; mais aussi dans les politiques institutionnelles, au sein de l'espace public comme du milieu professionnel, ou encore dans les médias.

## 2

Omniprésentes dans leur quotidien, les représentations négatives de la vieillesse finissent par être intériorisées par les personnes âgées elles-mêmes, c'est-à-dire normalisées et acceptées. C'est l'observation que fait également Fabienne, animatrice de la Maison communautaire de Beauraing *La Parenthèse*. Dans l'extrait mis en exergue, elle explique que les seniors partagent le sentiment d'être devenus inutiles et d'avoir perdu en valeur : « *Et le pire, c'est que, oui, ils sont vus comme ça, mais eux-mêmes se voient comme ça.* » Quel que soit notre âge, la vieillesse semble faire figure de repoussoir dans notre société contemporaine.

À l'inverse, le « bien-vieillir » propose une perspective optimiste du vieillissement. Mais cet idéal se présente comme un modèle normatif à travers lequel les seniors sont évalués et s'évaluent eux-mêmes. Il tend alors à renforcer les discriminations à l'encontre de celles et ceux dont l'avancée en âge correspond à la définition d'une *mauvaise vieillesse* : la dépendance, la maladie, la démence<sup>1</sup>. Et en effet, à l'instar de Fabienne, les animatrices de notre association se trouvent parfois démunies face à l'appréhension, partagée par la plupart des participants, de *mal vieillir*. Nous allons revenir sur quelques-unes de nos observations de terrain pour montrer la manière dont se décline cette intériorisation des discours et pratiques âgistes.

## II. ÂGISME ET CORPS VIEILLISSANT

Dans le cadre d'un projet de recherche portant sur le corps vieillissant, nous avons mené une série d'entretiens individuels avec des participantes de nos animations de

---

<sup>1</sup> Pour aller plus loin, nous vous invitons à découvrir l'analyse *Vieillir sans la vieillesse. Les inégalités sociales à l'épreuve du bien-vieillir* publiée en 2024 sur le site de notre association.

terrain. Certaines d'entre elles nous ont dit « *se voir vieillir dans le regard de l'autre* ». Ce regard que l'on fait parfois sien et par lequel on dévisage son propre corps vieillissant dans le miroir. Ce regard qui vient redéfinir notre point de vue – au double sens de lieu d'observation et de jugement. Voici l'un des témoignages que nous avons recueillis dans le cadre de cette étude :

« Alors, le fait de vieillir, ce que je n'aime plus, c'est de me regarder dans la glace. Parce qu'on se trouve quand même... Je me trouve moche. [...]

Depuis un an, depuis mes septante-cinq ans, je me dis que ça y est, je suis entrée dans la vieillesse. Il faut accepter, de toute façon, on ne sait pas revenir en arrière. Voilà. Il faut l'accepter, car finalement ce n'est pas trop mal. Du moment... qu'on sait se pouponner encore un petit peu, qu'on prend soin de soi. Certaines qui vont dans des instituts pour remodeler et tout ça. Mais moi, pas. Pour y remédier, je marche, je fais de la gymnastique. Et je suis un peu contre toutes ces crèmes : je n'y crois pas. J'en vendais pourtant à la pharmacie. Mais je m'efforce quand même de me maquiller, de me présenter, disons, malgré l'âge.

Au point de vue santé, mon cœur va bien. Ma tête, ça va encore. Et malgré que j'ai fait deux thromboses, deux embolies pulmonaires. Voilà. Je suis quand même contente comme je suis, malgré ce regard... ce regard du corps dans un miroir. [...] Le physique, il y a pire. Je le sais toujours, il y a des anciennes camarades de classe... Quand je les regarde, je me dis que, oh là là, moi, je suis quand même un peu plus jeune. Ça me rassure. Je ne peux pas critiquer quelqu'un de mon âge qui est ridé... Ridée, la pauvre, elle n'en peut rien. Il faut laisser faire la nature, comme on dit. [...] Il y a des femmes qui se laissent aller et qui ne vont plus nulle part. »

MICHELINE, 76 ANS, ASSISTANTE EN PHARMACIE

Le corps apparaît comme un lieu où s'inscrivent les marqueurs du vieillissement. Il est, selon la chercheuse Raymonde Feillet, « ce sur quoi la personne s'interroge pour comprendre ce qu'elle est devenue et ce qu'elle veut devenir ». Les signes de l'avancée en âge – les rides, les cheveux blancs, la perte musculaire, l'augmentation du poids, etc. – non seulement nous « *tombent dessus* », mais ils sont aussi exacerbés par une série de stéréotypes qui façonnent l'environnement social dans lequel évoluent les individus âgés. Autrement dit, si la prise de conscience de l'avancée en âge s'impose de l'extérieur par nos interactions sociales, le sentiment de vieillir s'éprouve aussi de l'intérieur, à travers certaines manifestations corporelles. Dans le cas des femmes âgées, les change-

ments physiologiques semblent d'autant plus mal vécus qu'ils tendent à les éloigner de l'idéal de la beauté et de la jeunesse – un idéal bien ancré dans notre société. Âgisme et sexisme fonctionnent souvent de concert.

« *Il y a des femmes qui se laissent aller et qui ne vont plus nulle part.* » Il n'est pas rare que les personnes âgées valorisent leur propre avancée en âge par comparaison avec celle des autres : on est toujours le *vieux* de quelqu'un d'autre. Dans le deuxième numéro de notre revue *Constellations*, « Vieillir par corps », nous présentions le récit d'une nonagénaire qui racontait se sentir vieille car elle reconnaît « *avoir le corps d'une vieille* ». La raideur de ses jambes est associée à une perte de mobilité qui la contraint à rester dans son appartement et à retrouver avec son déambulateur une autonomie partielle : la réalité de ce quotidien est vu et vécu comme faisant vieux. Il s'agit d'un « sentiment abstrait », pour reprendre la formule de l'anthropologue David Le Breton, qui naît de la relation à l'autre. Qu'il soit réel ou imagé, cet autre, c'est le soi d'avant, c'est le jeune que l'on n'est déjà plus. Et c'est le soi d'après, c'est le plus vieux que l'on n'est pas encore. Ce que dit cette dame âgée concernant la tête qui « *fonctionne toujours* » va en ce sens : son ancien voisin, malheureusement aujourd'hui décédé de la maladie d'Alzheimer, était « *un vrai vieux, lui* ». Cet enjeu de « préservation de sa valeur sociale » a notamment été relevé par le sociologue Vincent Caradec lorsqu'il décrit les tensions identitaires au grand âge – tensions entre celui que l'on a été, celui que l'on est... et celui que l'on deviendra<sup>2</sup>. Si vieillir est relativement bien accepté par les seniors que nous rencontrons sur le terrain – « *Il y a un temps pour tout, il faut l'accepter.* » – la vieillesse l'est beaucoup moins. Car il reste admis qu'être devenu vieux, c'est avoir mal vieilli.

4

### III. ÂGISME ET ÉDUCATION PERMANENTE

« Soit on nous montre un rôle de grand-mère qui marie l'image d'antan, soit on caricature la mamy en mini-jupe. Et on parle de bénévolat, de transmission, de loisirs en groupe, de maltraitance, ... La personne âgée lambda n'intéresse pas. Au fond, c'est une représentation fictive et sélective de la réalité. À laquelle je ne corresponds pas. »

PARTICIPANTE DU GROUPE DE ROCHEFORT

La vieillesse reste aujourd'hui encore insuffisamment, ou mal, représentée. Selon Pierre Misotten, Docteur en psychologie et cofondateur avec Stéphane Adam de LyAge, notre société est marquée par le phénomène d'« âgisme ». Il explique en effet

2 Caradec, Vincent. 2014. « Transitions du vieillissement et épreuve du grand âge ». In *Vieillesse et vieillissements. Regards sociologiques*, par Cornelia Hummel, Isabelle Mallon, et Vincent Caradec, 273-92. Presses Universitaires de Rennes.

que « dans les sociétés européennes et anglo-saxonnes contemporaines, la vision du vieillissement apparaît plus négative qu'à toute autre époque<sup>3</sup> ». La sociologue Juliette Rennes pose un constat similaire : « Les recherches sur l'âgisme montrent que les représentations déclinistes du vieillissement contribuent à rendre particulièrement rebutante la perspective de vieillir<sup>4</sup>. » Certains seniors que nous avons rencontrés disent, par exemple, ne pas se reconnaître dans les figures stéréotypées du jeune retraité actif ou du vieillard en perte d'autonomie. Cette représentation binaire du grand âge est vécue comme injuste par nombre d'entre eux : elle manque de justesse et ne leur rend pas justice. Pourtant, nous l'avons vu, ils participent également à la (re-)production des discours âgistes (et parfois sexistes). En cela, l'éducation permanente a un rôle crucial à jouer.

Dans le cadre du projet *Corps Accord* mené par nos équipes d'animation à Rochefort, Beauraing, Bruxelles et Tellin, nous avons organisé plusieurs rencontres avec des groupes de seniors (groupes majoritairement composés de femmes). Les animations s'appuient sur des outils d'intelligence collective qui permettent aux participantes de (se) raconter, puis de mettre en commun leur trajectoire de vie, leurs expériences, leurs ressentis. Ces tables de réflexion avaient pour objectifs de révéler la normativité contemporaine du vieillir, de politiser les représentations du grand âge et, finalement, d'interroger la place que laisse notre société aux corps âgés. En fin de cycle, une exposition de collages et de photographies a été réalisée par les groupes afin de dénoncer les stéréotypes liés à l'âge véhiculés dans les médias, magazines et journaux, de matérialiser cette prise de conscience collective et, finalement, de la révéler au grand public. Cette exposition photographique a permis de proposer un autre regard. Valérie, animatrice pour les groupes de Rochefort et de Beauraing, observe ainsi que : « Le regard que les participantes portent sur la vieillesse a sensiblement évolué au fil des séances<sup>5</sup>. »

5

La lutte contre les discriminations âgistes et la défense des droits des seniors sont les deux principales raisons d'être de l'association Âgo. Le travail que nous menons sur le terrain vise notamment à construire collectivement une approche critique des représentations négatives du vieillissement – surtout lorsque celles-ci sont portées par les seniors eux-mêmes. Comme l'expliquait Fabienne en introduction de cette analyse : « *Il faut lutter à contre-courant pour qu'ils ne se voient plus comme ça* ». Alors, « *on continue* ».

---

3 Pour aller plus loin, nous vous invitons à découvrir l'analyse *Rajeunissons nos idées, pas nos préjugés ! Pour une définition de l'âgisme* sur le site de notre association.

4 Pour aller plus loin, nous vous invitons à découvrir l'analyse *Âges, corps et mobilisations. Conversation avec la sociologue Juliette Rennes* sur le site de notre association.

5 Pour aller plus loin, nous vous invitons à découvrir l'étude *Corps Accord. Retour sur un projet d'éducation permanente* sur le site de notre association.

## OUVRONS LE DÉBAT

Dans un contexte où l'âgisme est profondément ancré dans les mentalités et où les seniors eux-mêmes intériorisent des discours qui dévalorisent leur âge et leur corps, l'éducation permanente a un rôle à jouer. Cette démarche participe d'une part à valoriser les parcours individuels, d'autre part à questionner plus largement la place que nos sociétés accordent aux corps vieillissants et aux identités qui s'y rattachent. En quoi la conscientisation et la déconstruction de ces stéréotypes, à travers des outils éducatifs et participatifs, peuvent-elles nourrir une transformation durable des représentations sociales et des rapports intergénérationnels ?

## POUR ALLER PLUS LOIN

Découvrez les publications d'Âgo en lien avec la thématique du vieillissement corporel. Disponibles à la demande ou sur le site de notre association :

- *L'art de vieillir. Le corps âgé à l'épreuve de la photographie*, analyse, 2024.
- *Âges, corps et mobilisations. Conversation avec la sociologue Juliette Rennes*, analyse, 2024.
- *Vieillir sans la vieillesse. Les inégalités sociales à l'épreuve du bien-vieillir*, analyse, 2024.
- *Corps vieillissant et genre. Un engagement collectif et critique*, analyse, 2024.
- *Corps Accord. Retour sur un projet d'éducation permanente*, étude, 2024.
- *Vieillir par corps*, le deuxième numéro de la revue *Constellations*.

6

### POUR NOUS SUIVRE

<https://www.ago-asbl.be/> et également sur Facebook

### POUR NOUS CONTACTER

Adresse : Rue de Livourne, 25- 1050 Bruxelles

Téléphone : 02/ 538 10 48

Courriel : [info@ago-asbl.be](mailto:info@ago-asbl.be)

### ANALYSE RÉDIGÉE ET MISE EN PAGE PAR

Marin Buyse

### AVEC LE SOUTIEN DE

