



UNIVERSITÉ  
RENNES 2



Laboratoire de Recherche • EA 4636

# Corps, identités et vieillissement

Comprendre les modifications  
du lien avec autrui... par/avec  
les activités physiques

Stéphane Héas, sociologie

Raymonde Feillet, psychologie sociale

UFR STAPS Rennes

# Corps, vieillissement et identité : entre préservation et présentation de soi

Place des activités physiques et sportives

Raymonde  
Feillet

Pratiques gérontologiques



erès

## Présentation

Envisager le corps dans son aspect purement physique demeure réducteur et conduit à l'occultation de l'âge. Le **corps** pour soi (la manière dont la personne se perçoit) et le **corps** pour les autres (livré aux regards des autres et image renvoyée par autrui) sont ici convoqués pour tenter de comprendre les mécanismes de (re)construction identitaire au cours du **vieillessement**. L'auteur développe la notion d'équilibre identitaire comme point dynamique au centre des différentes tensions exercées alternativement ou conjointement sur le **corps** biologique, la perception de son image et l'image de soi renvoyée par le regard des autres. Elle croise plusieurs modèles théoriques issus de la phénoménologie, de la sociologie et de la psychanalyse en s'intéressant aux représentations sociales et culturelles de la vieillesse (diffusées par exemple dans les médias) et à l'expérience corporelle individuelle du **vieillessement**, notamment à travers l'analyse de la place des activités physiques et sportives.

# Horizon pluriel

Education et promotion de la santé en Bretagne



août 2017

C'est quoi un « vieux » ?



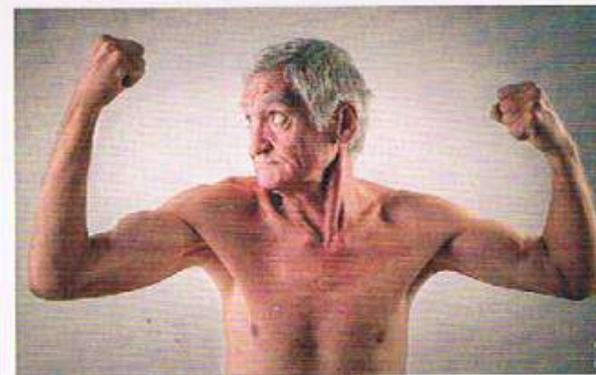
... entre l'imaginaire collectif, les chiffres  
et la vraie vie

n° 33

*« Etre vieux, c'est être jeune depuis plus longtemps que les autres. C'est tout. »*

Philippe Geluck, Le Chat

ireps



Des injonctions fortes au « bien vieillir » par des actions...  
« sportives »

Quelques éléments d'approches psychosocioanthropologiques

# Introduction

- 1) Les représentations sociales et... intimes
- 2) Quelques repères sémantiques
- 3) Connaissances psychosociophysiologicals
- 4) APA et expériences de Vie(illissement)
  - 1) Ne pas participer à l'AP
  - 2) Participer à l'AP

Ouverture

Références

# Introduction

Les sexualités  $\neq$  notre spécialité

- interviennent aux détours des enquêtes relatives à l'engagement dans les APSA des populations dites « vulnérables »
- lors d'observations et d'entretiens recueillis directement (« première main ») ou non (*via* les émissions radiotéléphoniques, internetiques, etc. = données de « seconde main »)

## Deux phénomènes prégnants aujourd'hui :

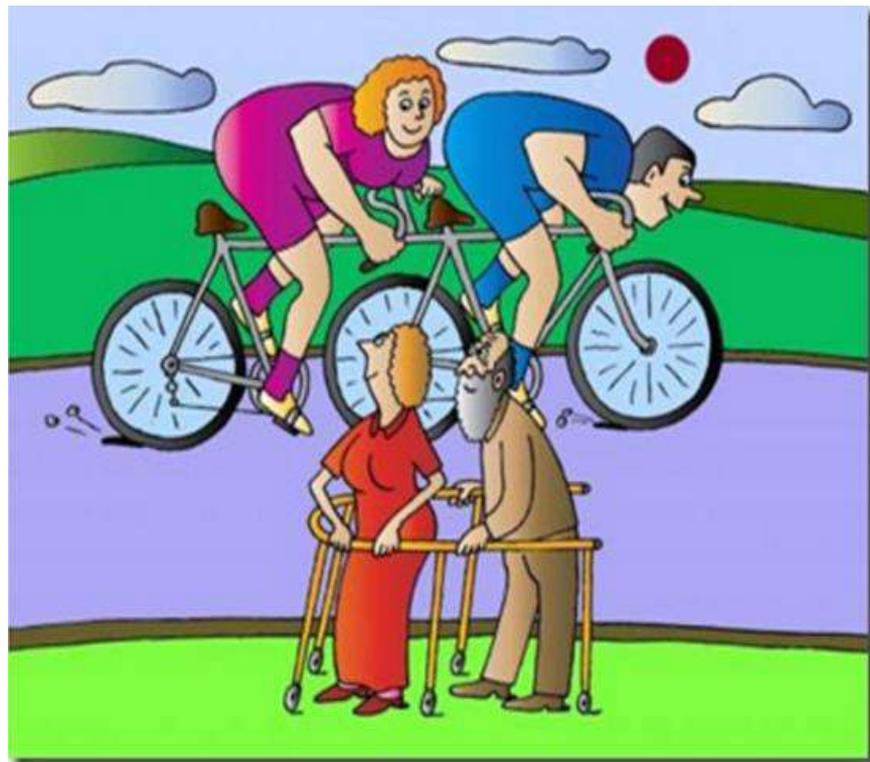
- poids des normes corporelles (Amadiou, 2002)
- peur d'un déclassement social et professionnel (Memmi et *al.*, 2016)

Désirabilité & sexualité sous-tendent, aussi, la course à la performance et à l'esthétique

Si les jeunes se perçoivent très désirables (hommes 64% et femmes 54%)

Respectivement 25% des hommes et 16% des femmes entre 65 et 85 ans (Öberg, 2003).

On fait un deal ! j'arrête de mettre mes mini-jupes,  
et tu cesses de mettre ces shorts !!!



# Comprendre le vieillissement et les relations à autrui

En dépassant l'idée que la conscience de vieillir serait réduite au **corps (biologique) qui est aussi et à la fois - Symbolisation** sociale et culturelle (Andrieu, 2007)

- **Sémantisation** des relations de soi à :
  - soi
  - autres
  - monde (Le Breton, 1990).

# Hypothèses sous-jacentes

- La « résistance » au vieillissement (Feillet, 2000) considérée comme une « résistance » aux changements identitaires par l'intermédiaire du corps
- Où il s'agit de préserver « *l'équilibre identitaire\** » avec une variation genrée importante

# L'apparence devient une réalité de soi...

... dans les sociétés contemporaines où les exigences du paraître, de la performance, etc., concernent l'individu, bien avant le groupe social ou sa communauté principale d'appartenance...

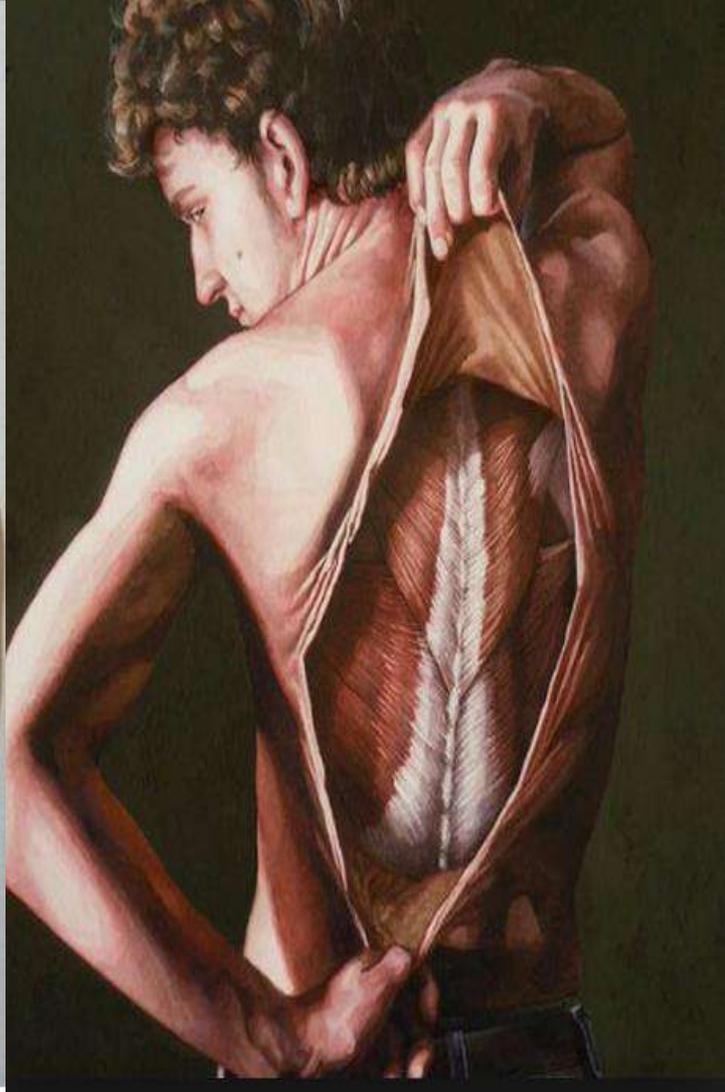
Le corps = « reste » (Le Breton, 1990)

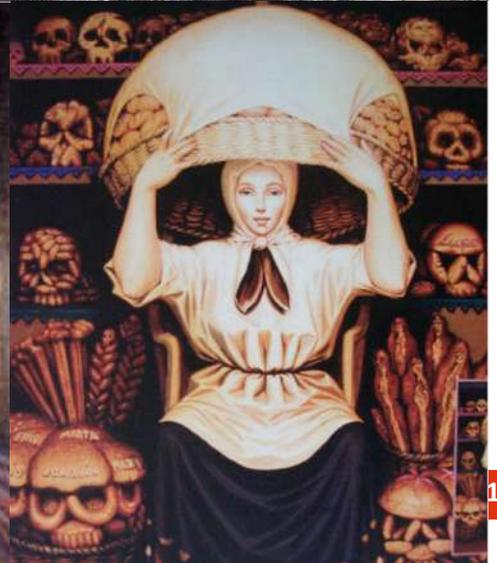
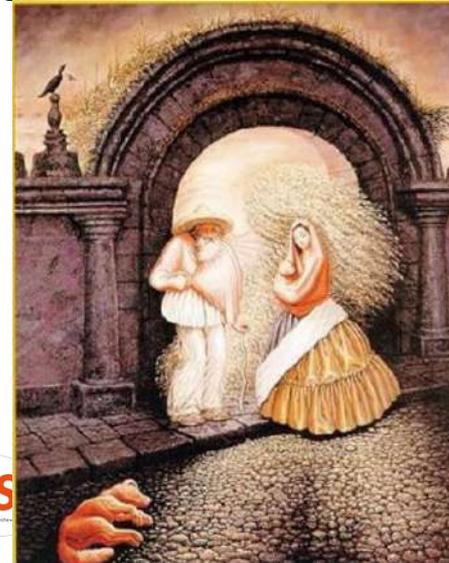
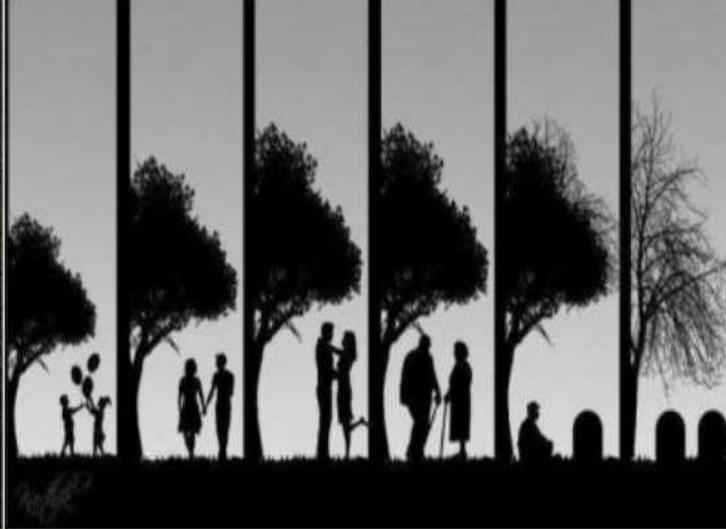
Le corps = « brouillon » (Le Breton, 1999)

# 1) Les représentations sociales et intimes (à la fois !) des...

- Corps
- Sexualités
- Vie(illissements)
- Risques
- AP, sports

L'esthétisation des corps...  
Vésale *bis repetita placent* ?

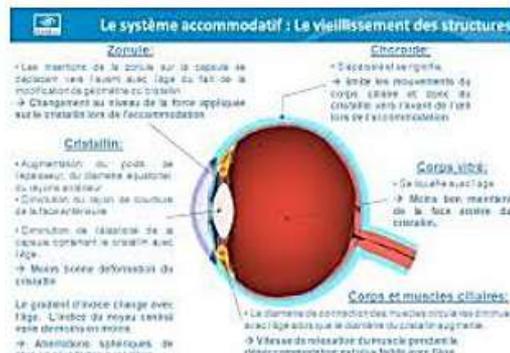


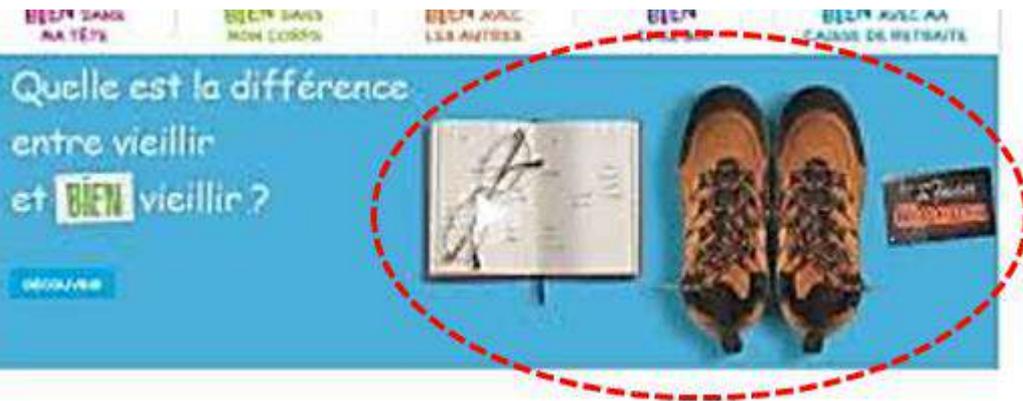


## Objectifs de ce 1<sup>er</sup> point

- Eviter de projeter sur l'Autre ses « propres » conceptions (partagées avec le groupe d'appartenance/référence). **Risque** : imposer sa vision du « bon/mauvais »
  - ▣ Monde
  - ▣ Corps
  - ▣ Sport
  - ▣ Vieillesse, voire de la bonne ou mauvaise maladie...
- Apprendre à décrypter les discours et les pratiques valorisées par tel ou tel groupe de pression (politique, économique, sanitaire, etc.). **Risque** : absorber telles quelles ces présentations partiales (même et surtout si elles se réclament d'une impartialité)

**RENFORCER UN « REGARD SOCIOLOGIQUE » NEUTRALISÉ** (Hughes, 1996)





## Actions collectives « Bien vieillir »

Repères théoriques,  
méthodologiques et pratiques



Limites des images : entre la randonnée suggérée (pê autogérée) et la gymnastique douce en salle... dirigée par un « jeune » adulte

Google

corps vieillissement Tunisie



Tous Actualités **Images** Shopping Vidéos Plus Paramètres Outils



Esthétique avant tout ?! Avec un ciblage féminin majeur



# Richard Lefrançois : XXI<sup>e</sup> siècle marque l'entrée en scène d'une figure historique inédite, l'*Homo senectus* (2012)

Les représentations paradoxales des vieilleses (2011)

La vieillesse – calamité



La vieillesse – opportunité



# Entre laudateurs et critiques radicales

**Ni triomphe** : CICUREL M., (1989). *La génération inoxydable*, Paris, Grasset.

Une dégradation est constatée : R. LEFRANCOIS (2009). *Vieillesse oubliées : précarisation et exclusion sociale des personnes âgées* (appauvrissement et conditions de vie particulièrement difficiles des personnes immigrantes, des itinérants, des analphabètes et des joueurs compulsifs)

**Ni tragédie** : FREEDMAN M., (1999). *Prime Time : How baby boomers will revolutionize retirement and transform America*, Cambridge, MA, Public Affairs Book.

# Des initiatives existent pour contrer cette dramaturgie avec des mobilisations concrètes et esthétiques (+- apologétiques\*)

la Mutuelle Générale

DITES-NOUS QUI VOUS ÊTES

OFFRE SANTÉ OFFRE PRÉVOYANCE LE MAG

Accueil > Le Mag > Senior > Sport : le meilleur remède contre la vieillesse

**LES ANNÉES RETRAITE**  
**Vivez PLUS**  
Des conseils et des solutions

< Seniors...gare aux risques insoupçonnés des médica...

Jusqu'à quel âge peut-on conduire ?



**Sport : le meilleur remède contre la vieillesse**

Golden Oldies Sports

**GOLDEN OLDIES**

J'aime S'abonner Partager

Statut Photo/Vidéo

Écrivez quelque chose sur cette Page...

**Golden Oldies Sports**  
@GoldenOldieSports

Accueil  
À propos  
Photos  
Articles  
Vidéos  
Mentions  
J'aime  
Avis  
Evènements  
Publications

Photos

*"Aging is not lost youth but a new stage of opportunity and strength."  
Betty Friedan*

**GOLDEN OLDIES**  
Let the best of the game live on.

**Dean Bradshaw** est un photographe spécialisé dans la publicité et dans la création d'image basé à **Venice**, en Californie. Il a acquis une certaine renommée pour ses clichés originaux, dramatiques et stylisés. Inspiré par la couleur, la lumière et les histoires, le photographe a créé la série « **Les Années D'or** » pour prouver que l'âge n'est qu'un chiffre et répondre avec humour à la société actuelle qui convoite tant la jeunesse. De grands accomplissements et de nouvelles expériences peuvent se faire à n'importe quel âge, ici l'exemple est le sport avec de l'aérobic, du basket-ball, de l'haltérophilie et de la lutte. Bien que nos corps puissent avoir l'air différents, nos esprits contiennent toujours cet enfant intérieur qui aime les loisirs et jouer. Actuellement, **Dean Bradshaw** travaille à l'expansion de ce projet et sa déclinaison dans un livre et une exposition.



2015



## LA RÉTRAITÉ À 70 ANS

MAIS VOUS AVEZ LE  
CHOIX... Si VOUS VOULEZ  
MOURIR AVANT...



CASPERE  
www.yesotel.org

## VIEILLISSEMENT DE LA POPULATION

# 12 MILLIONS D'ALGÉRIENS AURONT PLUS DE 60 ANS EN 2050



1<sup>er</sup>) Une connaissance scientifique-objective nécessite une prise de recul (méthodologique, théorique mais aussi personnelle)

2<sup>ème</sup>) Les représentations sociales sont utiles et utilisées pour vivre ensemble

3<sup>ème</sup>) Les représentations sociales sont utilisées-manipulées à des fins précises

## 2) Quelques repères sémantiques

- Vie(illissement) possible : « *la vieillesse vient de naître* » **Cyrułnik** ⇔ une nouveauté historique, administrative, statistique dans... les pays les plus développés au moins
- Vie(illissement)s différencié(e)s = f(PCS\*, sexe)
- Maladies dégénératives, chroniques, « rares »... créées par nous ?
- APSA différenciées ?

# Vivre (vieux) en santé ?

## UN DÉCALAGE ENTRE DURÉE ET QUALITÉ DE VIE

Le vieillissement de la population affecte massivement les sociétés occidentales ainsi que le Japon, la Chine et la Russie. La population âgée de ces sociétés représente déjà plusieurs centaines de millions de personnes. Elle devrait doubler d'ici à 2050 pour atteindre deux milliards d'individus (source OMS).

Toutefois l'allongement de la durée de vie peut s'accompagner d'une longue période de perte d'autonomie.

Tout devient  
potentiellement  
« charge », « fardeau » ?

FRANCE 2010	ESPÉRANCE DE VIE	ESPÉRANCE DE VIE EN BONNE SANTÉ*
HOMMES	78,3 ANS	61,8 ANS
FEMMES	85,3 ANS	63,5 ANS

\* Sans limitation d'activité et sans incapacité majeure

Soit respectivement  
16,5  
21,8 années avec  
incapacités

Du « nombre d'années au nombre damné »

De « l'espérance de vie » à la « désespérance d'existence »

(Amyot, 2017, 15)

## Décrypter, comprendre les données disponibles

**Tableau 10 : Adultes de 18 à 79 ans pratiquant une activité physique favorable à la santé selon le sexe et l'âge en 2006-2007 (en %)**

	Hommes	Femmes	Total
18-34 ans	47,0	42,0	44,4
35-54 ans	48,7	41,6	44,8
55-79 ans	49,3	40,2	45,1
Ensemble	48,4	41,3	44,8



Source : Afssa, Etude Inca 2, 2006-2007

# Des connaissances acquises par les populations ?

## Population adulte - Connaissances des recommandations

### À retenir

- Environ **deux-tiers des adultes connaissent les recommandations** en matière d'activité physique.
- Les hommes sont plus nombreux que les femmes à connaître les recommandations.
- La connaissance des recommandations augmente avec **l'avancée en âge** et avec **le niveau d'activité physique déclaré**.

## Questionner les données (même objectives)

Penser aux biais des enquêtes :

- ❑ qui répond et sur quel critère d'inclusion
- ❑ avec quelle fiabilité
- ❑ comment sont « découpés/rassemblés » les enquêt.e.s

Penser aux variations possibles :

- ❑ Des individus, des situations (géopolitique, socioéconomiques...)
- ❑ Des dynamiques de groupe (leadership +/-)
- ❑ Des saisonnalités des APSA (normes locales), etc.

### 3) Connaissances psychosociophysiologicalues

- La mort (est) dans la vie
- Les limites indépassables sont dépassées régulièrement

B. Andrieu : « les seules limites sont culturelles, morales ou religieuses ».

Ex. 1 : C. Semenya a révélé au grand public les formes biologiques (multiples) d'hermaphrodisme, personnes intersexuées (2/1000).

Ex. 2: *Les virtuoses du corps* (2010), *A corps majeurs* (2011)

# Les risques sociaux possibles

- Stéréotypisations (incapacité, inutilité)
  - Stigmatisations (dépendance et mort annoncée)
- ⇒ Spirale des préjudices sociaux : de l'évitement à l'exclusion

## Le poids des contextes socioécoculturels

- La « solidarité » générationnelle... induite par :
  - le risque de **déclassement** plus fréquent
  - **panne d'ascenseur social** (Chauvel, 2007)Vers ++ (re)cohabitations contraintes...
- 3 moments décisifs : retraite, veuvage et entrée en maison de retraite (Caradec, 2008)
- Les dépendances\* : « **pharmaceuticalisation\*\*** » de la société (Collin, David, 2016)

## 4) APA et expériences du vieillissement

91 ans, ancien sportif :

« *La gymnastique, c'est pas du sport, surtout celle proposée ici* »

« *avec ma femme on faisait à vélo le tour de la Bretagne, on se baignait dans la mer, les rivières* »

Ne participe pas à l'AP « *à cause de douleur* », mais fait chaque jour « *un peu de mouvements articulaires dans ma chambre* » et termine systématiquement sa « *douche à l'eau froide, c'est plus profitable que la gym* »

↔ éléments d'une culture du corps maintenue (modèle de l'hébertisme\*)

**son identité « d'avant » est en jeu**

Exemple **d'une** enquête en EHPA (Etablissement Hébergeant des Personnes Agées)

20 entretiens 85+, dont 5 non-participantes à l'AP

Observations « flottante » + captation vidéo pendant les ateliers AP pendant plusieurs mois

## 4.1) Ne pas participer à l'AP comme revendication... d'activités (passées et actuelles)

87 ans, ex-commerçante : « la *gymnastique*, c'est pour les femmes qui dorment toute la journée », « je trouve que c'est enfantin, cela ne sert pas à grand-chose » « Dans ma famille on n'y (AP) faisait pas attention »

87 ans, ex-enseignante, fait une « *marche en ville* » chaque jour lui fait « *plus de bien* »

Quotidiennement, ces deux femmes jouent au Scrabble, regardent les jeux TV qui « *demandent des connaissances et de la réflexion* »

Activités davantage valorisées pour **garder prise sur leur vieillissement**

## Avoir été sportive : un handicap supplémentaire ?

- 88 ans, ex-institutrice :

*« je faisais du BB en compétition, je nageais, j'étais douée » alors « jeter des baudruches dans un panier, c'est niais, je trouvais que cela me diminuait »*

Elle regarde beaucoup le sport à la TV, préfère être seule pour cela... pour revivre tranquillement son passé de sportive

- 99 ans, ex-artisan :

« j'étais spécialistes des danses\* bretonnes » Il vient d'arrêter de danser pour s'économiser car « je veux fêter mes 100 ans et offrir le champagne à tout le monde ! »

**= déprise stratégique**

## Intégration ambiguë, entre « calvaire » et « sécurité »

- Éviter le face-à-face avec les autres résidents, les « vieux »
- Sécurité d'être entouré.e « *s'il m'arrive quelque chose, je ne suis pas toute seule* »
- Éviter la solitude... en se retirant dans sa chambre, solution préférée par cet homme (91 ans, sans enfant, veuf)

## 4.2) Participer à l'AP : « tenir debout », « rester indépendant »... quand même. Le poids du genre

□ « *la gymnastique peut faire reculer le moment où on va être impotent* », « *je dois continuer à marcher* »... « *pour faire les boutiques\** »

Pouvoir à nouveau :

- « *remettre ses bas toute seule* »
- Ramasser quelque chose par terre dans sa chambre
- Se lever seul.e la nuit sans peur

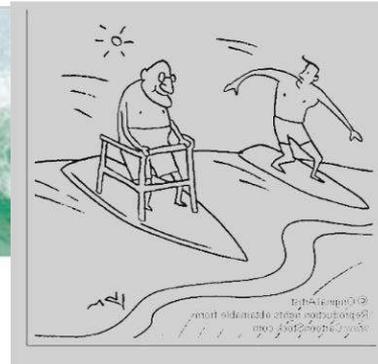
# Une performance masculine...

Maintenir son identité de sportif (mettre les mains au sol, jambes tendues) : « *je suis sportif, quand on a été sportif, on le reste* » (89 ans, ex-fonction publique)



• L'ISO • Actualités • Archives • Le dernier numéro d'ISOfocus dévoile les avantages...

Le dernier numéro d'ISOfocus dévoile les avantages du vieillissement



## *Rester « belle à voir », « avoir de l'allure »*

- *« c'est important de faire attention à son corps, pour être belle sur son lit de mort » (93 ans).*
- *La « belle apparence » permet de garder un lien familial : « continuer à être belle à voir, pour continuer à être aimée »*

# Ouverture

- *Capabilities* : « étendre les choix possibles » : donner de la valeur aux personnes pour leur permettre de (se) changer (Sen, 1999) = « agency »
- « Un regard de « **bienvieillance** » (Nicolas **Riguidel\***) étayée sur la déconstruction de représentations sociales négatives » (Fèvre\*, 2017, 3)

- Amadiou J. F., (2002). *Le poids des apparences. Amour, beauté et gloire*, Paris, Odile Jacob.
- Caradec V., (2008). *Sociologie de la vieillesse et du vieillissement*, Paris, A. Colin.
- Chauvel L., (2007). La solidarité générationnelle..., in: *Repenser la solidarité*, Paris, PUF, 269-287.
- Collin J., David P.M., (2016). *Vers une pharmaceuticalisation de la société ?*, Québec, PUQ.
- Cyrułnik B., (1993). *Les nourritures affectives*, Paris, O. Jacob.
- Dagognet, F. (1992). *Le corps multiple et un*. Paris, Les empêcheurs de tourner en rond.
- Douglas M., (1971). *La souillure*, Paris, Maspero.
- Goffman E., (1974). *Les rites d'interactions*, Paris, Ed. de Minuit.
- Héas S. (2011). *A corps majeurs. L'excellence corporelle entre expressions et gestion de soi*, Paris, L'Harmattan.
- Hughes E. C. (1996). *Le regard sociologique*, essais choisis, textes rassemblés et présentés par Jean-Michel Chapoulie, Paris, Editions de l'Ecole des hautes études en sciences.
- Le Breton D., (2017). *Tenir. Douleur chronique et réinvention de soi*, Paris, Métailié.
- Le Breton D., (2016)., *Disparaître de soi*, Paris, Métailié.
- Lefrançois R. (2012). L'homo senectus, figure emblématique des temps modernes, in: H. Sanny Yaya (dir.), *La réponse de la science médicale au "devenir vieux". Prolongévisme, transhumanisme et biogérontologie*, Québec, Les Presses de l'Université Laval, 141-160.
- Memmi D., Raveneau G., Taïeb E. (dir.), (2016). *Le social à l'épreuve du dégoût*, Rennes, PUR.
- Öberg P. (2003). Images versus experience of the aging body, in: C. Faircloth, *Aging bodies. Images and everyday experience*. ALTAMIRA, 103-139.
- Sen A., (1999). *Development as freedom*, NY, AA Knopf.