

2010-2014: la solitude en progression constante

Depuis 2010, nous constatons une progression constante de la solitude. Aujourd'hui en France, 12 % des individus de plus de 18 ans – soit cinq millions de personnes – n'ont pas ou très peu de relations sociales, que ce soit parmi leur famille, leurs amis, au travail, dans leur voisinage ou au sein d'activités associatives ou sportives. Un Français sur dix se sent exclu, abandonné ou inutile. Pour restaurer le lien social, la Fondation de France finance et accompagne chaque année près de 1 000 projets, pour un montant de 15 millions d'euros. Ces initiatives sont portées par des associations qui, chaque jour, œuvrent pour redonner une place dans la société aux personnes vulnérables.

Lutter contre la solitude

Quand la famille, les amis, les voisins ne sont plus présents, il reste un tissu de proximité qu'il faut en priorité activer et soutenir: les petites associations qui sont au plus près des besoins des personnes fragilisées et exclues. La Fondation de France soutient les actions portées par ces associations, qui agissent dans les domaines de l'emploi, de l'habitat, du handicap, de l'enfance, du grand âge, de la maladie psychique...

Les projets soutenus réunissent deux conditions nécessaires à la reconstruction du lien social:

- ils placent la personne au centre des actions qui la concernent, afin qu'elle se sente de nouveau utile, qu'elle retrouve sa place parmi les autres et qu'elle reprenne sa vie en main avec confiance et dignité;
- ils s'inscrivent dans le quotidien et dans la durée, car la solitude est un mal de tous les jours qu'aucune initiative ponctuelle ne peut enrayer.

L'isolement grandissant des Français

Un Français sur trois risque de basculer dans la solitude

La solitude n'a cessé de progresser depuis 2010, et touche désormais toutes les générations. **Un Français sur huit est seul, et un sur trois risque de le devenir.** L'enquête 2014 nous montre en effet que les individus rencontrent de plus en plus de difficultés à diversifier leur vie sociale. En 2010, 36 % des Français disposaient de trois réseaux de sociabilité ou plus, ils ne sont aujourd'hui plus que 27 %.

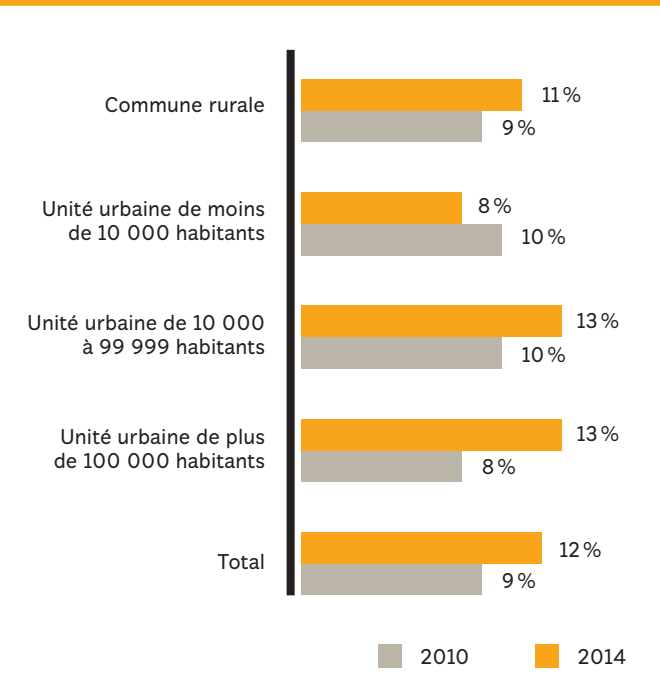
Ne disposer que d'un réseau de sociabilité ne peut suffire à assurer la pérennité et la densité des liens. Ce phénomène de « mono-réseaux » concerne en particulier les personnes inactives, celles qui ont des bas revenus et les moins de 40 ans, qui risquent donc de se retrouver isolés en cas de rupture biographique (déménagement, perte d'emploi, séparation...).

Bien que 39 % des personnes interrogées n'aient objectivement pas ou peu de relations avec leur famille, elles sont 92 % à déclarer pouvoir compter sur elle en cas de coup dur. Notons également qu'une part non négligeable des Français (46 %) estime pouvoir compter sur ses voisins en cas de difficultés.

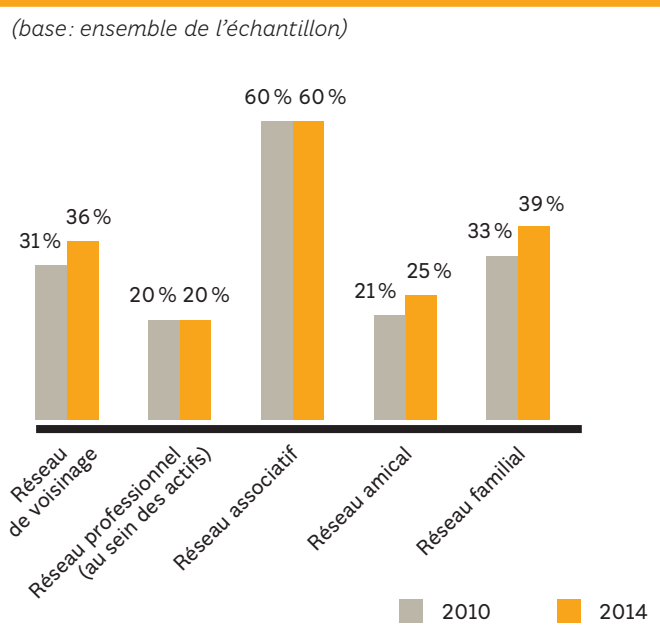
Inégaux face à la solitude

L'âge, le niveau de revenu, le handicap, l'accès à l'emploi sont, comme les années précédentes, des variables qui jouent sur la solitude: par exemple, 29 % des demandeurs d'emploi de plus de 50 ans sont seuls. Ces inégalités sociales face à l'isolement se sont nettement accentuées avec la crise. De manière générale **les grands réseaux de sociabilité s'affaiblissent** – 39 % des Français n'ont pas ou très peu de contact avec leur famille, et 25 % des individus n'ont pas de relations amicales régulières. Malgré l'essor des sociabilités virtuelles, la fréquentation de ces réseaux n'épuise pas le sentiment de solitude: 47 % des personnes isolées fréquentant ces réseaux éprouvent de la solitude.

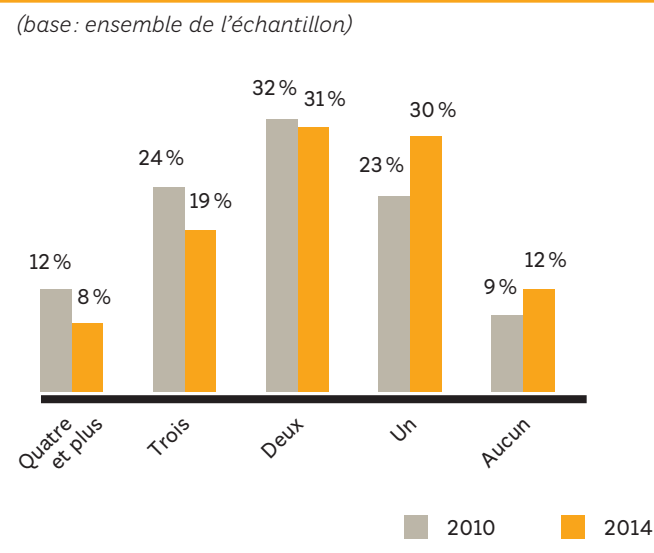
POURCENTAGE DE PERSONNES EN SITUATION D'ISOLEMENT SELON LE LIEU DE RÉSIDENCE



PART DE LA POPULATION AYANT DES RELATIONS SOCIALES FAIBLES OU INEXISTANTES RÉSEAU PAR RÉSEAU



NOMBRE DE RÉSEAUX POUR LESQUELS LA DENSITÉ DES RELATIONS EST FORTE



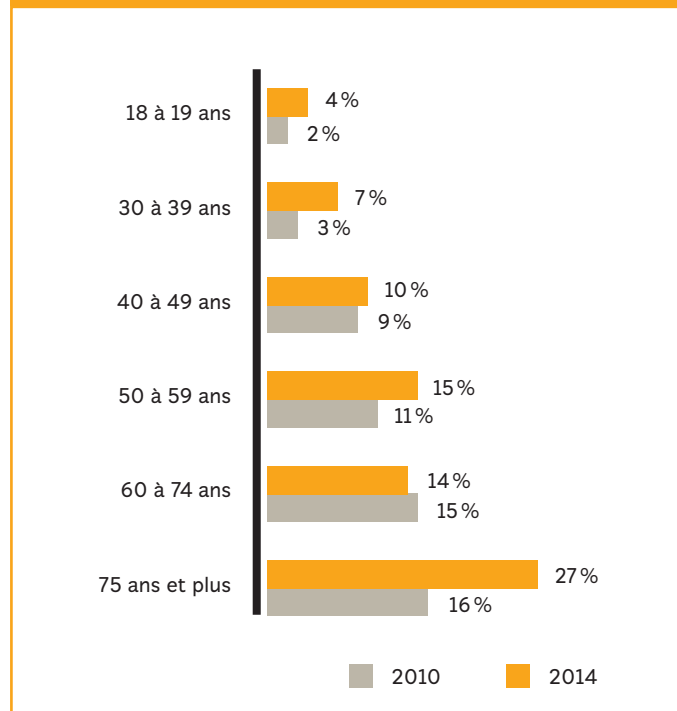
La situation se dégrade dans les quartiers d'habitats sociaux, qui sont les plus touchés: 15 % des habitants y sont seuls (contre 11 % des habitants du parc privé). Ce n'est pas le voisinage qui pourra compenser cet affaiblissement, puisque 39 % des personnes interrogées estiment que les relations sociales ne sont pas bonnes dans leur quartier. Si la solitude en milieu rural reste relativement stable, elle progresse en revanche dans les villes. Plus la taille de la commune de résidence augmente, moins les individus connaissent de monde autour de chez eux.

Avec l'âge et le handicap, la solitude s'amplifie

La génération des plus de 75 ans est la plus touchée par la progression de la solitude, en particulier dans les grandes villes: plus d'une personne âgée sur quatre est seule. Tous leurs réseaux de sociabilité s'affaiblissent: 50 % d'entre elles n'ont pas de réseau amical actif, 41 % n'ont pas ou peu de contacts avec leurs enfants, 52 % n'ont pas de liens avec leurs voisins et 64 % n'ont pas de réseau affinitaire.

De plus, le handicap, la dépendance et la maladie ont un impact très négatif sur la vie sociale. Les personnes déclarant souffrir d'un handicap physique invalidant sont deux fois plus exposées à l'isolement relationnel qu'en moyenne. Cet impact du handicap est d'autant plus fort que les personnes en perte d'autonomie sont plus souvent confrontées à la pauvreté (18 % disposent de revenus inférieurs à 1000 € par mois, contre 8 % en moyenne) et à la précarisation de leur situation.

POURCENTAGE DE PERSONNES EN SITUATION D'ISOLEMENT SELON L'ÂGE



La ligne solidaire

Pour répondre à la solitude de personnes âgées du quartier, mais aussi des personnes analphabètes ou parlant mal le français, le collectif J'aime Belleville a mis en place à Paris un réseau social et solidaire par téléphone, outil simple et accessible. Grâce à ces échanges téléphoniques, de nouveaux liens se sont créés, et l'autonomie et la capacité d'initiative des bénéficiaires se sont développées.

Affronter la solitude

Les aléas de la vie

21 % de la population déclare ressentir la solitude, au moins de manière occasionnelle. Le baromètre 2014 démontre qu'il n'y a pas de lien systématique entre « ressentir l'isolement » et « être en situation d'isolement ». L'expression d'un sentiment de solitude demeure plus fréquente chez les femmes (24 %), les personnes à faibles revenus (40 %), les demandeurs d'emploi de longue durée (39 %) et les personnes vivant seules (41 %). Le pessimisme s'est accentué, car 43 % des personnes concernées pensent que ce sentiment de solitude va perdurer.

Les causes les plus fréquemment évoquées pour expliquer ce sentiment de solitude sont des ruptures biographiques (séparation, perte d'emploi, handicap, déménagement...), citées dans 78 % des cas, et ce ressenti est particulièrement vif lors des périodes de fêtes familiales.

Se sentir de nouveau « utile »

Encourager les relations entre des personnes isolées d'horizons, d'âges et de milieux divers: tel est l'objectif du centre communal d'action sociale de Neufchâteau, qui a créé un espace convivial de partage des savoirs.

Loin des a priori, chacun peut participer à des activités variées, retrouver le goût d'échanger et, riche de ses savoirs, se sentir de nouveau utile.

Les plus de 75 ans disent ressentir moins l'isolement qu'ils ne le subissent objectivement, ce qui laisse penser qu'ils s'accommodent de cette situation. Ils attribuent généralement leur sentiment de solitude à la perte de personnes proches, le conjoint notamment dans 35 % des cas: « Mon mari est décédé, alors je n'ai pas l'habitude d'être seule. Il était malade depuis longtemps déjà et je m'occupais de lui. Déjà que je ne voyais pas grand-monde », raconte une femme.



Auto-exclusion et repli sur soi

Du point de vue du ressenti de l'isolement, les raisons d'ordre psychologique prennent plus d'importance que les années précédentes: 16 % des personnes interrogées ont le sentiment d'un manque de disponibilité des autres à leur égard, alors qu'elles n'étaient que 4 % en 2013.

Les personnes en situation d'isolement objectif sont nombreuses à s'inscrire dans une logique d'auto-exclusion (61 % d'entre elles se reconnaissent dans la phrase « J'évite les contacts sociaux, je n'ai pas ou plus de hobby, de sorties, d'activités socio-culturelles, je m'isole, je me retire »).

Les sentiments d'abandon, d'exclusion ou d'inutilité ont également progressé, et concernent 41 % des individus ressentant l'isolement. Une personne témoigne: « Je me sens encore plus seule que d'habitude. Je ne parle à personne. Et puis, je ne veux pas déranger les autres avec ma tristesse et donc je ne peux pas m'exprimer et leur dire ma solitude. »

L'intégralité de l'étude est téléchargeable sur fondationdefrance.org.

Étude réalisée par l'institut TMO Régions pour l'Observatoire de la Fondation de France en janvier 2014 auprès de 4007 personnes représentatives de la population française de 18 ans et plus.

