

Vieillir, c'est s'adapter

APPRENDRE ET VIEILLIR : VIEILLIR IMPOSE DES APPRENTISSAGES POUR Y FAIRE FACE

Ce texte repose sur la prémisse que les humains sont des êtres apprenants. La capacité à l'adaptation par des processus cognitifs est présente déjà chez les bébés dans le ventre de leur mère et elle reste opérante jusqu'à la fin de la vie. En effet, contrairement aux idées reçues, le cerveau humain garde une incroyable plasticité tout au long de la vie. Cela signifie qu'apprendre reste possible aussi à l'âge avancé, mais ce n'est pas tout. Ce que les aînés savent grâce à leur propre expérience est souvent une surprise pour les personnes plus jeunes : dans le vieillissement, apprendre n'est pas seulement possible mais devient un enjeu de premier ordre.

L'être humain est confronté à des modifications au cours du vieillissement (biologiques, psychologiques, etc.). Elles s'imposent à lui et le forcent à s'adapter. La même chose est vraie aussi pour l'environnement physique et social de la personne. Il évolue sans cesse, par exemple au niveau des technologies (smartphone, nouveaux distributeurs de tickets, etc.), au niveau de l'urbanisme (nouvelle ligne de tram, disparition d'un commerce de quartier) mais également au niveau de l'environnement social (naissance de petits enfants, maladies de personnes proches, etc.).

La personne vieillissante est confrontée à ces changements, qu'ils soient souhaitables ou pénibles. En fonction de ses choix, elle les assimile afin de les compenser, les gérer ou simplement les accepter. Dans tous les cas, cela passe par un processus d'adaptation : la personne apprend à faire face. Pour initier et mener à bien ce processus, elle fait des choix qui dépendent de ses compétences



Dominique Kern,

Maître de conférences HDR à l'Université de Haute Alsace à Mulhouse

Directeur du département Sciences de l'éducation (FLSH)

Spécialisé dans la formation des adultes dans la deuxième moitié de la vie

Membre du Laboratoire interuniversitaire des sciences de l'éducation et de la communication (LISEC EA2310)

en la matière. Certaines d'entre elles disposent de suffisamment de savoir (et savoir-faire) pour opérer des choix éclairés. D'autres sont moins bien loties. Elles subissent les évolutions - le plus souvent ressenties comme des pertes - sans pouvoir les transformer en opportunités. En d'autres termes, la manière dont une personne perçoit et vit les évolutions dépend moins de la nature des changements que de ses compétences à y faire face. Des mécanismes analogues peuvent se trouver dans la question de l'accès.

L'ACCÈS : LE RÉSULTAT D'UNE INTERACTION ENTRE LES QUALITÉS DE L'OFFRE ET LES COMPÉTENCES DE LA PERSONNE

La notion d'accès revêt au moins deux significations. Physiquement, il s'agit de la possibilité de se déplacer dans un

environnement donné pour atteindre un endroit spécifique. L'accès physique à un musée, par exemple, implique toutes les étapes de l'itinéraire, de la personne partant de chez elle jusqu'à l'arrivée dans la salle et devant l'œuvre souhaitée. Mais une deuxième composante est tout aussi nécessaire. L'accès physique à une activité de loisir ou au musée ne suffit pas pour pouvoir profiter des services ou activités qui y sont proposés. La personne doit disposer des compétences lui permettant d'en jouir.

Une compétence peut être vue comme un ensemble de savoirs théoriques, savoir-faire, savoir-être et savoirs techniques qu'une personne est capable de mobiliser pour résoudre des problèmes. Les compétences peuvent être construites à tout âge. Certaines personnes sont capables de construire de nouvelles compétences



© iStock

Pour aller plus loin : Kern, D. (2016). La recherche sur la formation et l'éducation des adultes dans la deuxième moitié de la vie. Paris : L' Harmattan.

1. Jonas, N. (2013). Les capacités des adultes à maîtriser des informations écrites ou chiffrées - résultats de l'enquête PIAAC 2012. Insee première, 1467, 1-4.



jeunes - n'existent comme groupe homogène. En réalité, il s'agit d'un groupe de la population caractérisé par une très grande diversité. L'accès à la culture et aux loisirs pour tous les aînés implique une pléthore d'offres correspondant aux besoins variés. Or, autant certains aînés s'expriment sur leurs besoins et participent même activement au développement des offres, autant le groupe important des « *non-participants* » constitue un véritable défi. En ne s'exprimant pas, ils ne font pas part de leurs besoins ou intérêts et rendent ainsi difficile, voire impossible, la construction d'offres adaptées.

DES INÉGALITÉS ATTENDUES MAIS UN CONSTAT ALARMANT

Il est important d'insister sur la signification de la grande hétérogénéité qui caractérise le groupe des aînés. Si les êtres humains sont tous différents les uns des autres dès leur plus jeune âge, les influences génétiques, environnementales ainsi que les résultats des choix tout au long de la vie contribuent à une accentuation des différences. À cela s'ajoute une grande inégalité en termes de compétences. L'enjeu de l'accès à la culture et aux loisirs n'est pas uniquement celui de la nature des offres et de la prise en compte des besoins des usagers. L'accès est avant tout déterminé par la compétence de la personne à en profiter.

À ce propos, on ne peut pas ne pas prendre en considération une réalité alarmante mais largement ignorée : un nombre fort important d'aînés n'a pas une maîtrise suffisante de la lecture. Les résultats pour la France d'une étude menée dans plusieurs pays du monde (PIAAC) publiée en 2013 (Insee première n° 1467¹) indique pour la cohorte des 55 à 65 ans un taux de littératie très, très faible. Un tiers de l'échantillon (34,5 %) éprouve de grandes difficultés à comprendre des textes même très simples. L'accès aux informations écrites est pour eux presque impossible. Une étude allemande (CiLL) a révélé des scores encore plus élevés pour la cohorte âgée de 66 à 80 ans. La non-maîtrise de la lecture constitue évidemment une lacune majeure. Cette technique culturelle de base peut être même considérée comme élémentaire pour les processus d'apprentissage et ainsi l'adaptation. Sans réseau social puissant et performant pouvant combler ce déficit, la personne concernée aura du mal à accéder à la culture.

en fonction de leurs besoins. Elles disposent de la compétence à s'autoformer. D'autres personnes ont besoin de soutien. Bien sûr, cette présentation est simplificatrice. En réalité, d'autres facteurs sont en jeu comme la motivation, le gain attendu de l'effort, etc.

L'accès à la culture et aux loisirs dépend de l'interaction entre les qualités de l'offre et les compétences des personnes à en profiter. Il ne s'agit pas d'une question de principe ou théorique, mais bien d'un enjeu aussi pragmatique qu'essentiel pour la personne. L'accès à la culture et aux loisirs est pour l'aîné un facteur central d'inclusion dans la société. En plus, on peut faire l'hypothèse que s'y attache également l'accès au droit et, plus généralement, la citoyenneté.

L'ACCÈS À LA CULTURE ET AUX LOISIRS SE PENSE AU PLURIEL

Les offres, ne correspondant pas aux besoins et envies ressentis par les usagers, ont probablement peu de chance de connaître une affluence importante. Entre les beaux-arts et la musique classique d'un côté et les pratiques populaires et la variété de l'autre côté s'ouvre un vaste champ d'options. Pour le financeur et le concepteur d'offres se pose nécessairement la question du public cible. En effet, même si on utilise le terme unique par commodité, les aînés - pas plus que les

LE SOUTIEN À L'ACQUISITION DES COMPÉTENCES

L'accès à la culture et aux loisirs nécessite des compétences. Si elles sont présentes, la personne arrive à s'organiser toute seule. Si elles ne le sont pas, elle doit pouvoir les acquérir. Or, ceci nécessite à son tour des compétences, dont celle de comprendre une information écrite. Il devient évident qu'une personne ne disposant pas des compétences nécessaires à l'autoformation a besoin de soutien.

Penser la formation des aînés ne relève pas d'un paradoxe, mais apparaît comme un impératif. Il s'agit de réfléchir au soutien à apporter aux adultes plus âgés souhaitant apprendre mais ne sachant pas comment faire. Ce soutien peut prendre des formes diverses et variées : support audio visuel informatif (y compris sur Internet), accompagnement individuel, accompagnement personnalisé dans un contexte collectif (de groupe), soutien des groupes auto-organisés de personnes âgées, etc.

LES LOISIRS ET LA CULTURE SONT DES SOUTIENS À L'APPRENTISSAGE

Sous ces lumières, l'accès à la culture et aux loisirs se présente comme le début et non comme l'aboutissement d'une politique vieillisse. Il s'agit dans un mouvement circulaire de soutenir la capacité à l'autoformation des aînés leur permettant de construire les compétences nécessaires tout en leur facilitant l'accès à la culture et aux loisirs. Le déclenchement du cercle vertueux a besoin d'un soutien initiateur. Les financeurs et concepteurs des offres de loisirs et culturelles, les groupes d'experts (aînés) les conseillant et, bien sûr, les animateurs les mettant finalement en œuvre sont des acteurs clés pour ces aînés nécessitant du soutien. Susciter l'envie d'apprendre, soutenir les processus d'acquisition de nouveaux savoirs constituent autant d'actions faisant la promotion de l'accès à la culture et aux loisirs. L'ensemble des acteurs soutient par là la construction des compétences par les aînés, leur permettant d'augmenter leur capacité à faire des choix éclairés. Tenant compte des divers changements qui s'imposent au cours du vieillissement, on peut faire l'hypothèse que cela aura également un impact favorable sur le bien vieillir. <