

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

MÉMOIRE PRÉSENTÉ À  
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN PSYCHOLOGIE

PAR  
ISABELLE RAINVILLE

L'ACTUALISATION SPÉCIFIQUE DES PERSONNES ÂGÉES :  
ANALYSE COMPARATIVE SELON TROIS GROUPES D'ÂGE

AOÛT 2003

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

Ce document est rédigé sous la forme d'un article scientifique, tel que stipulé dans les règlements des études de cycles supérieurs (art. 16.4) de l'Université du Québec à Trois-Rivières. L'article a été rédigé selon les normes de publication d'une revue reconnue et approuvée par le Comité d'études de cycles supérieurs en psychologie. Le nom du directeur de recherche pourrait donc apparaître comme coauteur de l'article soumis pour publication.

*Table des matières*

Table des matières.....	iii
Remerciement.....	iv
Page titre de l'article.....	1
Sommaire.....	2
Abstract.....	3
CONTEXTE THÉORIQUE.....	4
Les théories d'adaptation au vieillissement.....	6
Les recherches empiriques.....	8
Objectif.....	10
MÉTHODE.....	11
Déroulement.....	11
Participants.....	12
Instruments de mesure.....	12
RÉSULTATS.....	13
DISCUSSION.....	15
CONCLUSION.....	21
RÉFÉRENCES.....	23
TABLEAUX.....	26

*Remerciements*

L'auteure désire exprimer sa gratitude à sa directrice Mme Micheline Dubé pour sa grande disponibilité, son soutien, sa patience, son efficacité, sa compréhension ainsi que pour ses judicieux conseils qui ont énormément contribué à son développement personnel et professionnel. L'auteure tient aussi à remercier le Groupe de recherche sur l'actualisation du potentiel des personnes âgées (GRAPPA), plus particulièrement M. Richard Lefrançois et M. Gilbert Leclerc, qui a permis la réalisation de ce projet dans le cadre de l'Étude longitudinale québécoise sur le vieillissement (ELVEQ). Enfin, l'auteur remercie les donateurs de la bourse d'étude Roy-Dénommée pour leur soutien.

**Titre abrégé : ACTUALISATION SPÉCIFIQUE ET PERSONNES ÂGÉES**

L'ACTUALISATION SPÉCIFIQUE DES PERSONNES ÂGÉES :  
ANALYSE COMPARATIVE SELON TROIS GROUPES D'ÂGE

Isabelle RAINVILLE

Micheline DUBÉ

Université du Québec à Trois-Rivières

Adresse de correspondance :

Département de psychologie  
Université du Québec à Trois-Rivières  
C.P. 500, Trois-Rivières, Qc G9A 5H7

*Sommaire*

Tout au long de sa vie, l'être humain tend fondamentalement vers l'actualisation de soi par le développement et l'amélioration de ses capacités. L'actualisation s'exprimerait à travers un processus d'adaptation qui fait en sorte que, face à des pertes de capacités, l'individu réagit en opérant une sélection parmi ses activités. Cette étude transversale observe si l'investissement dans chacune des activités fluctue en vieillissant. Les résultats sont basés sur la vague 2001 de l'ELQEV. Les 547 participants, répartis en trois groupes d'âge (64-70, 74-80, 84-90 ans), ont été interrogés sur différents aspects socio-démographiques, sur leur état de santé et sur l'investissement dans cinq dimensions d'activités. Les résultats indiquent que les individus plus âgés s'investissent moins dans les activités physiques, intellectuelles, sociales et affectives, et s'investit davantage dans les activités spirituelles. En somme, pour continuer à s'actualiser, l'individu s'adapterait en délaissant les activités qui demandent une interaction sociale ou un effort physique et s'investirait plus dans les activités de type individuel.

*Abstract*

All life long, human beings fundamentally tend toward self-actualisation by the development and improvement of one's resources or capacities. Self-actualisation is expressed through an adaptation process where, confronted to the loss of one's capacities, the individual reacts in making a selection within his(her) range of activities. This study cross sectional verified how involvement in activities fluctuates with aging. The results are based on the last wave (2001) of the QSLA. The 547 participants, divided in three age groups (64-70, 74-80, 84-90 years), were interviewed on various aspects of socio-demographic factors, physical health and involvement in five activity dimensions. Results indicated that with the most aged individuals aging, individuals reduced their physical, intellectual, social, and affective activities and invested in spiritual activities. It seems that to adapt and pursue their self-actualisation, people who age have to give up activities with social interactions and invest more in individual activity types.



### **L'actualisation spécifique des personnes âgées : analyse comparative selon trois groupes d'âge**

Tout au long de sa vie, l'être humain tend fondamentalement vers l'épanouissement total de sa personne. Cette affirmation réfère au concept d'actualisation de soi défini comme « un processus de développement du potentiel de la personne en congruence avec son image de soi et avec son expérience d'elle-même et de son environnement » (Leclerc, Lefrançois, Dubé, Hébert, & Gaulin, 1998, p. 7). Bien que cette définition rende compte du dynamisme développemental de la personne, elle n'explique pas concrètement comment celui-ci se manifeste dans le vécu quotidien de l'individu. D'un point de vue humaniste, l'idée que l'actualisation se traduit dans les diverses capacités d'un individu a déjà été introduite par différents auteurs. Selon Rogers, la tendance à l'actualisation « est la tendance innée de l'organisme à développer toutes ses capacités par des moyens qui contribuent à maintenir ou à améliorer l'organisme dans sa totalité » (voir Ford, 1991). Dans le même sens, Maslow (1970) affirme que l'actualisation de soi implique l'exploration et la pleine utilisation de ses talents, de ses capacités et de ses potentialités. Donc, l'être humain serait poussé tout au long de son existence par cette tendance à s'épanouir pleinement, « par la mise en valeur et l'amélioration des ressources ou des capacités dont il dispose » (Leclerc et al., 1998, p. 8). Goldstein (1951) observe plus précisément ce phénomène dans les capacités cognitives et affectives alors que Rogers et Maslow, ainsi que Bozarth et Brodley (1991), insistent sur le développement de toutes les capacités ou sous-systèmes de l'individu.

L'approche développementale réfère aussi à la tendance à l'actualisation, mais formalisée de façon différente. En effet, l'un des objectifs des développementalistes,

selon Berger (1986), est d'aider les individus à se développer à leur pleine capacité. Ils étudient toutes les étapes du développement humain en distinguant trois domaines : physique, cognitif et psychosocial, en intégrant le développement social et émotionnel dans ce dernier domaine. Dans une perspective sociale, Atchley (1994) reprend cette classification de façon quelque peu différente pour aborder le vieillissement. Il identifie trois dimensions dans le développement à cette étape de vie, les dimensions physique, psychologique et sociale. La dimension physique inclut tout ce qui se rapporte au développement physique et moteur. La dimension psychologique comprend les processus mentaux, sensoriels, perceptuels, les performances psychomotrices, les émotions, la motivation et la personnalité. La dimension sociale se limite à la socialisation, au développement social et aux rôles sociaux. Plus tard, Acthley (1995) considère l'identité spirituelle comme une composante importante du développement à un âge avancé.

Dans leur étude longitudinale sur le vieillissement, Deeg et Westendorp-de Serriere (1994) considèrent les changements relatifs au fonctionnement physique, cognitif, émotif et social des individus. Ainsi, dans son étude sur le vieillissement, il apparaît nécessaire de retenir cinq dimensions susceptibles de rendre compte du développement des capacités physique, intellectuelle, sociale, affective et spirituelle d'un individu. L'actualisation du potentiel, considérée comme une dynamique globale, se manifesterait donc à travers ces cinq différentes capacités d'un individu puisqu'elle désigne la tendance naturelle chez l'être humain à développer toutes ses capacités. Cette façon d'aborder l'actualisation, par une lecture des comportements associés à chacune des capacités de l'individu, pourrait être dénommée par le terme actualisation spécifique (Dubé, Leclerc, Lefrançois, Hébert, & Gaulin, 2000). L'actualisation spécifique référerait

donc à l'utilisation et au développement des différentes capacités mentionnées précédemment. Elle pourrait se définir comme « un processus grâce auquel l'une ou l'autre des capacités physiques, intellectuelles, affectives, sociales et spirituelles de la personne, qu'elle soit intacte ou résiduelle, continue d'être utilisée et développée, à travers un investissement soutenu dans des activités propres à cette capacité. » (Dubé et al., 2000). L'actualisation spécifique s'exprimerait donc à travers un processus d'adaptation, processus qui fait en sorte que, face à des pertes de capacités ou à des changements dans son environnement, l'individu réagit en opérant une certaine sélection parmi ses activités (Dubé et al., 2000). Conséquemment, il est pertinent de se demander si cet investissement dans les différentes activités rattachées à chacune des capacités ou dimensions de l'actualisation spécifique fluctue selon l'âge des répondants.

#### *Les théories d'adaptation au vieillissement*

Selon Perlmutter (1988), l'observation des changements cognitifs avec l'avance en âge révèle deux types de processus de changement dont l'un lié au vieillissement du système biologique et l'autre au changement psychologique. L'actualisation spécifique pourrait évoluer selon ces principes : une diminution sur le plan biologique et une complexification accrue sur le plan cognitif, ce qui pourrait entraîner des modifications dans l'actualisation de certaines capacités spécifiques. De leur côté, Baltes et Baltes (1990/1993) suggèrent un modèle de vieillissement réussi basé sur le principe de l'optimisation sélective avec compensation (SOC) afin d'expliquer ce qui demeure possible malgré les déficits inhérents à la vieillesse. Selon ce principe d'adaptation, il y a lieu d'envisager une stratégie de vieillissement efficace qui permet le contrôle personnel et la croissance en dépit d'une vulnérabilité biologique croissante et d'un potentiel réduit.

Ce principe signifie trois processus : la sélection, l'optimisation et la compensation. La sélection implique que l'individu peut cibler des domaines, capacités ou comportements où son fonctionnement est le meilleur. L'optimisation des cibles choisies signifie que l'individu se comporte de façon à enrichir et augmenter son potentiel dans les domaines d'intérêt sélectionnés. Il en résulte le développement de mécanismes de substitution pour compenser les domaines où les déficiences se font sentir. Selon Baltes et Baltes (1990/1993), la tâche développementale de l'individu vieillissant est donc de poursuivre son adaptation en sélectionnant et en se concentrant sur les domaines qu'il estime prioritaires.

Dans le même ordre d'idées, Atchley (1994) affirme qu'en vieillissant, les gens tendent à s'ajuster à la restriction et à la perte d'activités en devenant davantage engagés dans celles qui subsistent. En se référant à sa théorie de la continuité, il mentionne qu'en s'adaptant au vieillissement, les individus tendent à préserver et maintenir leur façon antérieure de vivre et de réagir, qu'ils identifient comme leur étant propre. Selon lui, les activités sociales demeurent des buts personnels importants pour la plupart des gens mais, avec l'avance en âge, le cercle d'amis possibles diminue. Les gens tendent à déplacer leurs activités en adoptant des activités discrétionnaires plutôt qu'obligatoires, à la maison plutôt qu'à l'extérieur, solitaires plutôt que sociales. Atchley (1995) considère aussi l'identité spirituelle comme une composante incontournable dans le développement à un âge avancé.

Une autre théorie sur l'adaptation à la vieillesse est la théorie du désengagement. Selon cette théorie, « le processus normal du vieillissement est caractérisé par un retrait ou un désengagement *inévitabile* entraînant une diminution des interactions entre la

personne vieillissante et les autres personnes du *système social* auquel elle appartient » (Cummings & Henry, 1961, p. 14). La composante psychologique du désengagement se traduirait par une augmentation de la préoccupation envers soi-même et par une diminution de l'investissement émotionnel concernant les personnes et les objets de son environnement, alors que la composante sociologique correspondrait à une diminution des interactions entre la personne âgée et les autres personnes appartenant à son réseau social (Cummings & Henry, 1961).

D'autre part, parmi les auteurs qui réfléchissent sur la spiritualité, Manheimer (1999/2000) mentionne qu'en vieillissant, l'individu, étant libre des contraintes sociales, retournerait maintenant aux traditions de la spiritualité. Par ailleurs, d'autres auteurs rapportent un point de vue différent au niveau de l'investissement dans les types d'activités. Kelly, Steinkamp et Kelly (1986) estiment que les activités familiales, sociales et reliées à la maison sont celles qui sont les moins réduites chez les plus âgés. Ils tendent de plus en plus vers les engagements sociaux et s'éloignent des activités physiques demandant une grande dépense physique.

### *Les recherches empiriques*

Dans une perspective empirique cette fois-ci, Steverink, Westerhof, Bode et Dittmann-Kohli (2001) constatent dans leur étude, menée auprès de 4043 Allemands âgés entre 40 et 85 ans, qu'il y a trois particularités au vieillissement : un déclin au niveau de tout ce qui est englobé par l'élément physique, dont les activités physiques, un éloignement de tout ce qui est social et une continuité de croissance personnelle. L'étude de Horgas, Wilms et Baltes (1998), réalisée auprès de 516 adultes âgés entre 70 et 105 ans, décrit la vie quotidienne des très âgés en termes de fréquence, de durée et de variété

des activités dans un contexte physique et social. Ils ont également examiné l'effet de l'âge, du sexe, du statut marital et résidentiel, du revenu et du niveau de scolarité sur l'engagement dans les activités. Cette recherche décrit l'occupation du temps dans une journée et elle donne peu d'informations sur les activités selon les différentes capacités. Toutefois, les résultats révèlent qu'en général les personnes très âgées s'investissent moins dans les activités, que l'avance en âge est fortement associée à une diminution de la fréquence et de la diversité des activités. Cependant, il en ressort que, chez les personnes très âgées, les activités de maintien des soins personnels, de repos et de la vie quotidienne, occupent plus de leur temps comparativement à l'ensemble des activités sociales et de loisirs. De plus, selon cette étude, seule une différence entre les sexes est significative : les femmes réalisent plus fréquemment des activités de la vie quotidienne et passent moins d'heures devant la télévision. Enfin, les auteurs retiennent que l'âge est un facteur important pour prédire la fréquence et la diversité des activités, mais que le sexe, le statut marital, le niveau de scolarité et le revenu ont peu d'effets sur ces dernières.

Peu d'études ont été réalisées sur le changement dans la fréquence et la diversité des activités. À partir des résultats de leur étude longitudinale menée au Québec, Arbuckle, Gold, Chaikelson et Lapidus (1994) observent qu'en vieillissant, un changement est présent dans la fréquence des activités. Les auteurs remarquent une augmentation de la fréquence des activités passives et une diminution des activités qui exigent plus de capacités physiques. Verbrugge, Gruber-Baldini et Fozard (1996) notent d'ailleurs qu'en vieillissant, les individus pratiquent moins d'activités physiques et intellectuelles. Dans le même ordre d'idée, les résultats de l'étude longitudinale de

Nottingham (Morgan, 1998) sur les activités et le vieillissement démontrent que les changements observés, sur huit ans, sont fortement caractérisés par un déclin dans les activités physiques. De plus, ils précisent que pour plusieurs personnes âgées, un équilibre au niveau de l'investissement dans toutes les activités est enfin réalisé. Une autre étude québécoise (Lefrançois, Leclerc, Dubé, Hamel, & Gaulin, 2001) évalue les types d'activités préférées des personnes âgées entre 80 et 85 ans. À partir des résultats obtenus en deux temps de mesures, prises à l'intervalle d'un an, les auteurs rapportent que l'engagement dans les activités chez les personnes âgées démontrent aucun changement significatif. Toutefois, ils relèvent que les activités préférées des personnes âgées sont d'ordre affectif, social et spirituel. De plus, une réduction des capacités physiques dans la réalisation des activités de la vie quotidienne est aussi relevée. Les incapacités sont ainsi considérées comme le facteur ayant l'impact le plus puissant sur l'investissement dans toutes les activités. D'autres part, ils notent que les femmes investissent davantage que les hommes et ce, dans tous les types d'activités. De même, Stanley et Freysinger (1995) concluent, à partir de l'étude longitudinale de l'Ohio sur le vieillissement et la retraite, que l'âge et l'état de santé ont un impact considérable sur la participation dans les activités et que cet impact varie selon les types d'activités. Pour les hommes, la participation dans tous les genres d'activités fléchit significativement en vieillissant sauf pour les activités sociales informelles, alors que la participation des femmes demeure stable, quels que soient les changements au niveau de leur santé.

### *Objectif*

Le but de la présente recherche est de comparer l'actualisation spécifique entre des aînés de trois groupes d'âge. En d'autres mots, l'objectif est d'observer si

l'investissement dans les cinq dimensions d'activités fluctue selon l'âge des répondants (64-70, 74-80, 84-90 ans). Les données mentionnées ci-haut sur le processus d'adaptation et la fluctuation de l'investissement dans les activités avec l'âge permettent de formuler l'hypothèse suivante : plus les individus sont en âgés, plus ils s'investissent dans les activités spirituelles, affectives et sociales et délaissent les activités physiques et intellectuelles. L'investissement sera considéré sous deux aspects, soit la fréquence et la diversité dans les activités réalisées pour chacune des capacités ou dimensions d'activités. De plus, l'effet différentiel du sexe sera aussi étudié. Compte tenu des études démontrant que l'état matrimonial, le revenu et la scolarité ont peu d'effets sur la fréquence et la diversité des activités, dans la présente étude, ces variables ne seront pas considérées dans l'analyse si elles ne s'avèrent pas en relation avec l'investissement dans les activités. En ce qui a trait à l'état de santé et aux incapacités, certaines études évoquent l'importance de l'impact de ces variables sur la fréquence et la diversité des activités, tandis que d'autres n'en font pas mention. Ces variables seront donc prises en compte si elles se révèlent significativement en relation avec l'investissement dans les activités.

## Méthode

### *Déroulement*

Les participants ont été recrutés dans le cadre de l'Étude longitudinale québécoise sur le vieillissement (ELQEV), menée par le groupe de recherche sur l'actualisation du potentiel des personnes âgées (Lefrançois, Leclerc, Dubé, Hébert, & Gaulin, 1998). Trois mille cent personnes de Trois-Rivières et de Sherbrooke dont les noms ont été fournis par la Régie de l'Assurance Maladie du Québec (RAMQ) ont été sollicitées pour participer à l'étude. Une lettre expliquant le but de l'étude leur a été envoyée par la poste, ainsi qu'un



coupon-réponse pour confirmer leur participation. Afin d'augmenter le nombre de participants, d'autres stratégies de recrutement ont été mises en place, telles que des annonces dans des quotidiens et à la télévision communautaire ainsi que des contacts avec différents organismes de Trois-Rivières et de Sherbrooke. Toutes les personnes qui ont accepté de participer ont été contactées par téléphone afin de fixer un rendez-vous pour une entrevue à domicile où l'interviewer prenait lui-même en note les réponses. À la date d'entrée à l'étude, en 1997, les participants ont été recrutés en trois cohortes, la cohorte 60-65 ans (N=258), la cohorte 70-75 ans (N=250) et la cohorte 80-85 ans (N=272) (Lefrançois, 2002). Le plan de l'étude est fixe et d'une durée de cinq ans où l'intervalle varie selon la cohorte (bisannuel pour les deux premières cohortes et annuel pour la troisième cohorte). Le plan est accéléré, c'est-à-dire que des tranches d'âge sont ignorées au départ, mais des informations seront recueillies sur chaque âge au cours des vagues d'observation subséquentes en raison du vieillissement des sujets.

### *Participants*

Il s'agit ici d'une analyse secondaire des données transversale de la dernière vague (2001) de l'étude longitudinale. Elle comprend 547 individus dont 298 femmes et 249 hommes. Dans la cohorte 64 à 70 ans, on compte 222 personnes, 189 dans la cohorte 74 à 80 ans et 136 dans la cohorte 84 à 90 ans. Parmi les participants, 280 (51,3%) ont un conjoint, 152 (27,9%) ont un niveau d'éducation se terminant au primaire, 90 (16,5%) ont complété une 8<sup>e</sup> ou une 9<sup>e</sup> année, 164 (30,1%) ont terminé leur cours classique et 139 (25,5%) ont poursuivi une scolarité supérieure. En ce qui a trait à la situation financière, 75 personnes (13,8%) refusent de dire ou ne savent pas leur revenu personnel brut, 104 (19,1%) ont un revenu de moins de 11 999\$, 242 (44,4%) ont un revenu entre 12 000\$ et

29 999\$, 124 (22,75%) ont un revenu de 30 000\$ et plus. Dans l'échantillon, on retrouve 134 personnes (24,5%) en perte d'autonomie.

### *Instruments de mesure*

Trois instruments sont utilisés pour obtenir l'ensemble des données. Un premier questionnaire recueille les données socio-démographiques. Les questions proviennent de l'enquête publiée par Statistique Canada (*L'état de santé des Canadiens : Rapport de l'Enquête sociale générale de 1991*). Le deuxième, l'*Échelle de statut mental modifiée* de Teng et Chui (1987) vise à s'assurer qu'aucun participant présentait des troubles cognitifs (seuil de passation : 65 et +/100). Le troisième, la *Mesure de l'actualisation spécifique* (MAS) (Dubé et al., 2000), évalue l'investissement dans les activités selon les cinq dimensions suivantes : les capacités physique, sociale, intellectuelle, affective et spirituelle, à partir d'une liste de types d'activités par exemple : Au cours du dernier mois, avez-vous fait l'une des activités physiques suivantes : Faire du bricolage ou de la rénovation, Faire de la bicyclette (stationnaire ou extérieur), etc. Le participant indique, en les cochant, les types d'activités qu'il a réalisées au cours du dernier mois (diversité) ainsi que leur fréquence. Pour chaque dimension, la fréquence totale est obtenue par la somme des fréquences à chaque type d'activités réalisées par le participant. La listes des types d'activités provient d'une synthèse des listes d'activités développées pour les personnes âgées que l'on retrouve dans la documentation. Afin de s'assurer que ces listes couvrent bien l'ensemble des activités possibles des personnes âgées, les auteurs (Dubé et al., 2000) ont réalisé un groupe de discussion (focus group) avec des personnes âgées. Par la suite, les listes ont été soumises à des panels d'experts, un groupe de quatre experts par

capacité, pour déterminer la pertinence de la liste en regard de la capacité et ainsi valider ces listes pour chacune des capacités et augmenter la validité de contenu de l'instrument.

### Résultats

Afin de vérifier l'hypothèse qui stipule que plus les individus sont âgés, plus ils s'investissent dans les activités spirituelles, affectives et sociales et délaissent les activités physiques et intellectuelles, une étude transversale a été réalisée auprès des trois cohortes de la vague 2001. Des analyses de variance univariées (2X3) ont comparé l'effet du sexe et des trois groupes d'âge sur l'investissement dans les cinq dimensions d'activités.

Une matrice de corrélation, incluant les activités (diversité et fréquence) et différentes variables socio-économiques, a été produite en analyse préliminaire pour vérifier les variables susceptibles d'influencer l'investissement dans les activités. Aucune corrélation n'est assez élevée pour retenir les incapacités ( $r = 0,01$  à  $0,37$ ), l'état de santé ( $r = 0,01$  à  $0,26$ ), l'état matrimonial ( $r = 0,03$  à  $0,25$ ), le revenu personnel ( $r = 0,00$  à  $0,12$ ) ou le niveau de scolarité ( $r = 0,02$  à  $0,30$ ) comme covariables dans les analyses.

Des corrections logarithmiques ont été effectuées sur les données des variables activités physiques, fréquence et diversité, pour en corriger la normalité. Le test d'homogénéité de la variance de Levene s'est avéré significatif pour les activités spirituelles, physiques et sociales au niveau de la fréquence. Des analyses non-paramétriques, Mann-Whitney (sexe, 2 niveaux) et Kruskal-Willis (cohortes, 3 niveaux), ont été réalisées sur ces variables.

Les résultats font ressortir des différences significatives, mais pas nécessairement dans le sens attendu entre les cohortes au niveau de la fréquence pour toutes les activités sauf pour les activités sociales (voir Tableau 1 pour les analyses de variance

paramétriques et le Tableau 2 pour les analyses non-paramétriques; le Tableau 3 présente les moyennes pour toutes ces analyses). Les tests a posteriori de Bonferroni révèlent des différences significatives entre les trois groupes d'âge pour chacune des dimensions d'activités sauf pour la diversité des activités spirituelles où aucune différence significative n'est présente entre le groupe des 64-70 ans et des 74-80 ans. Par ailleurs, les résultats obtenus pour les activités physiques, intellectuelles et spirituelles vont dans le sens de l'hypothèse, la fréquence et la diversité des activités physiques et intellectuelles diminuent, mais elles augmentent pour les activités spirituelles. Bien que des différences significatives ressortent au niveau de la diversité et de la fréquence des activités affectives ainsi que pour la diversité des activités sociales, celles-ci infirment l'hypothèse puisqu'elles indiquent qu'en vieillissant, l'investissement dans ces dimensions d'activités diminue. Les résultats indiquent aussi des différences entre les sexes au niveau de la fréquence et de la diversité des activités intellectuelles et spirituelles, dans la fréquence des activités sociales et finalement dans la diversité des activités physiques et affectives. Les femmes réaliseraient des activités intellectuelles et spirituelles plus diversifiées que les hommes, elles exerceraient aussi ces activités plus fréquemment que les hommes, leurs activités affectives sont également plus diversifiées et leurs activités sociales plus fréquentes que les hommes, alors que ces derniers diversifieraient davantage leurs activités physiques que les femmes.

### Discussion

La présente étude avait comme objectif de comparer l'actualisation spécifique chez les personnes âgées en observant les changements de l'investissement dans les cinq dimensions d'activités. L'hypothèse de base stipulait

que plus les individus étaient âgés, plus ils s'investissaient dans les activités spirituelles, affectives et sociales, et délaissaient les activités physiques et intellectuelles. Cette hypothèse s'avère partiellement confirmée. Comme mentionnée dans les études empiriques antérieures (entre autres, Morgan, 1998; Steverink et al., 2001; Verbrugge et al., 1996), la fréquence et la diversité des activités intellectuelles et physiques diminuent et celles des activités spirituelles augmentent avec l'âge. Pour les activités sociales et affectives, les résultats divergent de ceux observés dans les études antérieures. Les présents résultats suggèrent qu'en vieillissant, les individus font moins d'activités affectives, autant en regard de la fréquence que de la diversité, et des activités sociales moins diversifiées. La fréquence des activités sociales demeure cependant stable. Ces résultats, contraires à ceux des études antérieures, pourraient s'expliquer par des différences dans la composition des regroupements d'activités selon les études. Dans les études d'Arbuckle et al. (1994), de Stanley et Freysinger (1995) et de Verbrugge et al. (1996), les activités ne sont pas regroupées en cinq dimensions telle que dans la présente étude. Leurs inventaires d'activités, variant de 6 à 22 dimensions, présentent donc un profil différent. D'ailleurs, les autres études différencient souvent les activités sociales formelles des activités sociales informelles. Dans la présente étude, ces deux aspects sont inclus dans la dimension sociale. Les différences de résultats pourraient provenir de cet écart dans la façon de considérer la dimension sociale. D'autre part, la dimension sociale demeure la dimension où les données sont les plus inconsistantes, tant au niveau théorique qu'empirique, puisque selon certains auteurs, le niveau d'investissement dans cette

dimension augmenterait en vieillissant (Arbuckle et al., 1994; Kelly et al., 1986) et pour d'autres, il diminuerait (Atchley, 1994; Cumming & Henry, 1961; Horgas et al., 1998; Steverink et al., 2001). Or, nos résultats n'indiquent aucun changement au niveau de la fréquence dans les activités sociales, bien que leur diversité diminue. Ceci pourrait être l'indice d'une certaine priorisation dans ces activités en vieillissant, les individus ayant tendance à effectuer plus fréquemment certains types d'activités sociales en diminuant leur investissement dans d'autres. Cependant, seules des recherches longitudinales pourraient confirmer cette constatation.

Aucune recherche empirique n'évalue spécifiquement les activités de type affectif. La plupart des études (entre autres Arbuckle et al., 1994; Stanley & Freysinger, 1995; Verbrugge et al., 1996) les considèrent dans les activités moins formelles, tout aussi importantes dans l'actualisation de l'individu. Comme les autres études intègrent les activités affectives dans les activités sociales informelles, le fait de les regrouper ainsi peut contribuer à surévaluer l'investissement dans les activités sociales chez les personnes âgées, en accordant plus de poids à certains aspects des relations sociales, sans tenir compte séparément de la dimension affective.

Pour obtenir une représentation juste de l'investissement des individus vieillissants dans les activités, le MAS a été construit pour englober toutes les activités possibles dans chacune des dimensions de leur développement (physique, intellectuelle, sociale, affective et spirituelle). L'évaluation faite à partir des cinq dimensions spécifiques retrouvées dans l'instrument serait donc un indicateur plus

complet de l'ensemble des activités réalisées par les individus. La présente étude apporte donc des résultats différents des autres études puisqu'elle considère l'ensemble des activités possibles à un âge avancé.

Trois grandes théories sur le vieillissement ont été présentées auparavant afin d'expliquer comment les gens s'adaptent en vieillissant, la théorie du vieillissement réussi de Baltes (SOC), la théorie de la continuité et la théorie du désengagement. La théorie SOC de Baltes (1990/1993), constituant la trame de fond de l'hypothèse, suggère un modèle de vieillissement réussi basé sur le principe de l'optimisation sélective avec compensation. Toutefois, les résultats ont suggéré que, plus un individu est âgé, plus il délaisse les activités physiques, intellectuelles, sociales, affectives et s'investit plus dans les activités spirituelles. Cette observation s'apparente davantage à la théorie du désengagement qui se caractérise par une augmentation de la préoccupation envers soi-même et par une diminution de l'investissement émotionnel concernant les personnes et les objets de son environnement (Cummings & Henry, 1961). Selon la présente étude, il demeure pertinent de présumer que pour s'adapter au vieillissement, l'individu se désengage au niveau de son système social et s'engage davantage dans une sphère individualiste. D'ailleurs, Tronstam (1989) dans sa reformulation de la théorie du désengagement fait remarquer que le versant positif de cette théorie réfère à un développement dirigé vers une «géro-transcendance», c'est-à-dire la réorientation d'une vision matérielle et rationnelle vers une vision cosmique et transcendante, ce qui augmenterait la satisfaction de vie. Une telle réorientation supposerait une plus grande intériorité chez l'individu et un certain retrait de la vie sociale. Cependant,

il est également intéressant de considérer comment évolue l'adaptation au vieillissement à l'intérieur de chacune des dimensions. Les résultats démontrent qu'en vieillissant l'individu s'investit moins, autant au niveau de la fréquence qu'au niveau de la diversité, dans toutes les dimensions d'activités sauf pour les activités spirituelles. Cette observation est conforme au processus d'adaptation décrit dans la théorie SOC de Baltes. Cette diminution de la diversité des activités pourrait traduire le fait que l'individu sélectionne les activités qu'il tient à conserver. La diminution de la fréquence laisse supposer qu'il optimise les activités priorisées en utilisant divers moyens pour compenser ses pertes lorsqu'il rencontre des difficultés. Dans l'étude de Horgas, Wilms et Baltes (1998), ce concept de priorisation s'observe également, puisque leurs résultats révèlent que l'avance en âge est fortement associée à une baisse de l'investissement, baisse caractérisée par une diminution de la fréquence et une diminution de la diversité des activités. En somme, les résultats de la présente étude suggèrent que, lorsque l'on tient compte de la fluctuation dans les cinq dimensions, la théorie du désengagement explique plus adéquatement le cheminement global de l'individu vieillissant, tandis que la théorie SOC de Baltes démontre le processus d'adaptation à l'intérieur des différentes sphères d'activités. L'augmentation de l'investissement dans les activités spirituelles confirme les observations de Atchley (1995) et Manheimer (1999/2000). L'actualisation dans cette dernière étape de vie se caractériserait donc par un développement accru dans la dimension spirituelle.

Dans la présente étude, l'effet différentiel du sexe a également été considéré. Selon l'étude de Lefrançois et ses collaborateurs (2001), les femmes



s'investissent davantage que les hommes dans tous les genres d'activités. Les résultats obtenus dans la présente étude demeurent partiellement conformes à cette observation, sauf pour les activités physiques où les hommes s'investissent davantage. Dans l'étude de Stanley et Freysinger (1995), cette tendance à l'effet que les femmes s'investissent plus que les hommes est également observée. Les résultats de leur étude démontrent que la participation des hommes baisse significativement dans tous les genres d'activités avec l'avance en âge sauf pour les activités sociales informelles, alors que la participation des femmes demeure stable quels que soient les changements au niveau de leur santé. Les résultats de notre étude diffèrent puisqu'ils suggèrent une baisse dans l'investissement tant pour les femmes que pour les hommes. Toutefois, il s'agit ici d'une étude transversale, une étude longitudinale pourrait sans doute confirmer ou infirmer cette tendance avec plus de certitude. Par ailleurs, l'observation constatée dans l'étude actuelle à l'effet que les femmes s'investissent davantage que les hommes dans tous les genres d'activités, sauf pour l'activité physique, se maintient, quel que soit le groupe d'âge. Cette observation intéressante, non soulevée dans les autres études, nous indique que la différence entre les hommes et les femmes au niveau de l'investissement ne progresse pas avec l'avance en âge, mais s'observe tout au cours de cette période de vie.

L'étude ne considère pas l'évolution d'un individu, mais la tendance globale d'un ensemble d'individus. Le fait d'avoir effectué une étude transversale limite la portée de l'étude et rend difficilement comparable les présents résultats à certaines recherches antérieures. Une étude longitudinale pourrait sans doute

mieux vérifier l'hypothèse, car il n'est pas à exclure que les résultats obtenus soient influencés par un effet de cohorte, ce qu'une étude longitudinale pourrait contrôler. Le MAS, tout comme la grande majorité des instruments utilisés pour évaluer l'investissement dans les activités, comporte une certaine part de subjectivité puisque l'on demande aux gens de se remémorer les activités réalisées au cours du dernier mois. Malgré cette limite, cet instrument reflète l'importance relative que l'individu accorde à chacune des dimensions évaluées dans son développement.

### Conclusion

Selon le principe de l'actualisation de soi, l'individu tendrait à poursuivre son développement tout au long de sa vie. Au quotidien, cette tendance se manifesterait par le maintien ou le développement de ses diverses capacités par le biais d'activités, et ce, dans toutes les dimensions de sa vie. Cette tendance réfère alors à l'actualisation spécifique. En vieillissant, la personne s'adapterait en sélectionnant des activités qu'elle juge prioritaires à l'intérieur des différentes dimensions de son vécu. Cependant, selon la présente étude, les individus auraient tendance à poursuivre leur développement en investissant davantage dans les activités spirituelles et en diminuant leur investissement dans les activités physiques, intellectuelles et affectives. Il est à noter que leur investissement dans les activités sociales demeure stable en fréquence, mais diminue en diversité. Cette observation pourrait contribuer à valider la théorie du désengagement puisqu'elle implique une diminution de l'investissement concernant autrui et l'environnement. Cependant, elle n'indique pas une augmentation de la préoccupation envers soi-même, mais plutôt une ouverture plus grande à la dimension spirituelle. De

plus, la présente recherche démontre que les femmes s'investissent plus que les hommes dans tous les genres d'activités, sauf dans les activités physiques. Cette étude fait ressortir l'importance grandissante de la dimension spirituelle chez les personnes plus âgées. Les intervenants auprès de cette clientèle devraient donc tenir compte de cette dimension dans leur approche.

*Références*

- Arbuckle, T. Y., Gold, D., Chaikelson, J. S., & Lapidus, S. (1994). Measurement of activity in the elderly : The Activities Checklist. *Canadian Journal of Aging, 13*(4), 550-565.
- Atchley, R. C. (1994). *Social forces and aging* (7<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA : Wadsworth Publishing.
- Atchley, R. C. (1995). The continuity of the spiritual self. In M. A. Kimble, S. H. McFadden, J. W. Ellor, & J. J. Sceber (Eds.), *Aging, spirituality, and religion*. Minneapolis: Fortress Press.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990/1993). *Successful aging : Perspective from the behavioral sciences*. New York: Cambridge University Press.
- Berger, K. S. (1986). *The developing person through childhood and adolescence* (2<sup>nd</sup> ed). New York: Worth Publisher.
- Bozarth, J. D. & Brodley, B. T. (1991). Actualization: A functional concept in client centered therapy. Handbook of self-actualization (special issue). *Journal of Social Behavior and Personality, 6*(5), 45-49.
- Cummings, E., & Henry, W. E. (1961). *Growing old: The process of disengagement*. NY : Basis Books.
- Deeg, D. J. H., & Westendorp-de Serriere, M. (Eds.). (1994). *Autonomy and well-being in the aging population I : Report from the longitudinal aging study Amsterdam 1992-1993*. Amsterdam: VU University Press. 112 pp. ISBN 90-5383 336-6

- Dubé, M., Leclerc, G., Lefrançois, R., Hébert, R., & Gaulin, P. (2000). *Mesure de l'actualisation spécifique (MAS)*. Sherbrooke : Centre de recherche en gérontologie et gériatrie, Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke.
- Ford, J. G. (1991). Rogers' theory of personality : Review and perspectives. Handbook of self-actualization (special issue). *Journal of Social Behavior and Personality*, 6(5), 19-44.
- Goldstein, K. (1951). *La structure de l'organisme*. Paris: Gallimard.
- Horgas, A. L., Wilms, H., & Baltes, M. M. (1998). Daily life in very old age : Everyday activities as expression of successful living. *The Gerontologist*, 38(5), 556-568.
- Kelly, J. R., Steinkamp, M. W., & Kelly, J. R. (1986). Later life leisure: How they play in Peoria. *The Gerontologist*, 26(5), 531-537.
- Leclerc, G., Lefrançois, R., Dubé, M., Hébert, R., & Gaulin, P. (1998). *Manuel d'utilisation de la mesure de l'actualisation du potentiel (MAP)*. Sherbrooke : Centre de recherche en gérontologie et gériatrie, Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke.
- Lefrançois, R. (2002). L'étude longitudinale québécoise sur le vieillissement : ses assises conceptuelles et méthodologiques. *Vie et Vieillesse*, 1(1), 15-20.
- Lefrançois, R., Leclerc, G., Dubé, M., Hébert, R., Gaulin, P. (1998). Actualisation du potentiel et développement de la personne âgée : étude longitudinale multicohorte sur le développement psychosocial des aînés. Centre de recherche en gérontologie et gériatrie, Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke. Rapport déposé au Conseil québécois de la recherche sociale (Projet Rs-2650) 208 pages.

- Lefrançois, R., Leclerc, G., Dubé, M., Hamel, S., & Gaulin, P. (2001). Valued Activities of Everyday Life Among the Very Old : A One-Year Trend. *Activities, Adaptation & Aging*, 25(3/4), 19-34.
- Manheimer, R. J. (1999/2000). Is it practical to search for meaning? *Generations*, 23(4), 5-9.
- Maslow, A. (1970). *Motivation and personality*. New York : Harper and Row.
- Morgan, K. (1998). The Nottingham Longitudinal Study of Activity and Ageing : A methodological overview. *Age and Ageing*, 27-S3, 5-11.
- Perlmutter, M. (1988). Cognitive potential throughout life. In J. E. Birren, & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 247-268). N. Y. : Springer.
- Stanley, D., & Freysinger, V. J. (1995). The impact of age, health, and sex on the frequency of older adults' leisure activity participation: A longitudinal study. *Activities, Adaptation & Aging*, 19(3), 31-42.
- Statistique Canada. (1991-1992). Vieillesse et autonomie. Faits saillants. Ottawa, Canada : Division des enquêtes-ménages.
- Steverink, N., Westerhof, G. J., Bode, C., & Dittmann-Kohli, F. (2001). The personal experience of aging, individual resources, and subjective well-being. *The Journal of Gerontology*, 56B(6), 264-373.
- Teng, E. L., & Chui, H. C. (1987). The Modified Mini-Mental State (3MS) Examination. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48(8), 318-318.
- Verbrugge, L. M., Gruber-Baldini, A. L., & Fozard, J. L. (1996). Age differences and age changes in activities: Baltimore Longitudinal Study of Aging. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 51 B(8), 530-541.

Tableau 1

*Analyses de variance de la fréquence et la diversité des cinq dimensions d'activités selon les trois cohortes et le sexe*

Source de la variation	dl	Carré moyen	F
<b>Activités physiques (diversité)</b>			
Sexe	1	1,17	6,50*
Cohortes	2	7,90	44,09***
Sexe X cohortes	2	,01	,03
Résiduel	521	,18	
<b>Activités intellectuelles (fréquence)</b>			
Sexe	1	60834,40	22,82***
Cohortes	2	36457,03	13,67**
Sexe X cohortes	2	2960,06	1,11
Résiduel	537	2666,31	
<b>Activités intellectuelles (diversité)</b>			
Sexe	1	301,74	35,53***
Cohortes	2	324,52	38,22***
Sexe X cohortes	2	,90	,10
Résiduel	537	8,49	
<b>Activités sociales (diversité)</b>			
Sexe	1	15,86	3,10
Cohortes	2	140,07	27,38***
Sexe X cohortes	2	8,78	1,72
Résiduel	537	5,12	
<b>Activités affectives (fréquence)</b>			
Sexe	1	38,99	,01
Cohortes	2	66873,93	24,06***
Sexe X cohortes	2	3435,37	1,24
Résiduel	537	2779,55	
<b>Activités affectives (diversité)</b>			
Sexe	1	41,69	4,85*
Cohortes	2	425,79	49,57***
Sexe X cohortes	2	22,17	2,58
Résiduel	537	8,59	
<b>Activités spirituelles (diversité)</b>			
Sexe	1	174,72	8,69**
Cohortes	2	111,36	5,54**
Sexe X cohortes	2	3,98	,20
Résiduel	535	20,12	

\* p &lt; ,05, \*\* p&lt;,01, \*\*\*p&lt;,001

Tableau 2

*Analyses non-paramétriques de la fréquence de trois dimensions d'activités selon les trois cohortes et le sexe*

	Groupes d'âge (Kruskall-Willis)			Genre (Mann-Whitney)
	N	dl	$\chi^2$	Z
Activités physiques (fréquence)	526	2	6,02*	
Activités sociales (fréquence)	543	2	1,09	-2,59**
Activités spirituelles (fréquence)	541	2	24,33***	-4,34***

\* p < ,05, \*\* p<,01, \*\*\*p<,001



Tableau 3

*Moyennes et écarts types de la fréquence et de la pratique aux cinq dimensions d'activités selon les cohortes et le sexe*

	Retraite		Veuvage		Incapacité		Femmes		Hommes	
	M	ET	M	ET	M	ET	M	ET	M	ET
Activités physiques										
Fréquence *	274,6		270,2		234,8		263,2		264,9	
Diversité	2,0	0,4	1,8	0,4	1,5	0,4	1,8	0,4	1,9	0,5
Activités intellectuelles										
Fréquence	154,2	53,8	141,0	50,3	126,7	53,6	151,7	52,9	132,3	52,67
Diversité	9,4	3,3	7,7	2,9	6,8	2,7	8,8	3,2	7,4	3,0
Activités sociales										
Fréquence *	267,8		268,2		284,2		288,0		252,9	
Diversité	7,3	2,3	6,6	2,4	5,5	2,1	6,8	2,3	6,4	2,4
Activités affectives										
Fréquence	120,1	51,0	106,8	58,3	79,3	46,9	105,1	55,3	105,7	54,8
Diversité	11,5	3,0	10,1	2,9	8,2	2,8	10,5	3,2	9,9	3,2
Activités spirituelles										
Fréquence *	242,4		265,2		325,9		297,7		239,2	
Diversité	10,9	4,7	11,0	4,1	12,5	4,6	11,8	4,4	10,7	4,7

\* moyenne de rang