

La Journée des Solitudes du 23 janvier 2021

La solitude, l'autre épidémie ?

À l'occasion de la cette 4ème édition de la **Journée des Solitudes**, une **enquête* exclusive IFOP pour l'association Astrée** met en évidence une forte poussée du sentiment de solitude dans la population avec de sérieuses conséquences.

En voici, les principaux enseignements :

- Près d'un Français sur cinq se déclare toujours ou souvent confronté à la solitude, ce qui représente une hausse de 5 points par rapport à 2018
- Deux tiers d'entre eux indiquent désormais souffrir du manque de la compagnie des autres soit une hausse de 15 points par rapport à 2018
- Les personnes souffrant de solitude ont moins pu compter sur le soutien par la présence de leur famille qu'avant la crise sanitaire (34% en ont bénéficié au cours des six derniers mois contre 43% en novembre 2018)
- Les jeunes, les célibataires et les publics les plus fragilisés économiquement sont les plus touchés par la solitude
- Les personnes se sentant seules se déclarent plus malheureuses et sont plus enclines à utiliser des médicaments psychotropes

Si l'image d'Épinal veut que la personne souffrant de solitude soit une personne âgée et isolée, les données de cette enquête montrent que au contraire ce sont les jeunes qui sont les plus largement concernés par ce ressenti (27% pour les moins de 25 ans). En fait, la propension à se sentir toujours ou souvent seul décroît de façon linéaire avec l'âge allant ainsi de 27% pour les 18-24 ans à seulement 10% parmi les 65-74 ans, puis repart légèrement à la hausse après 75 ans (16%).

De la même manière, les Français sont d'autant plus enclins à se sentir seuls qu'ils ont des revenus modestes : 29% de ceux qui appartiennent aux catégories « pauvres » ressentent toujours ou souvent de la solitude contre seulement 10% des sondés appartenant aux catégories aisées.

Signe de l'importance du travail comme espace de socialisation, les demandeurs d'emploi sont plus largement concernés par la solitude (26%). Ce ressenti est aussi plus largement partagé par les Français dont le foyer n'est composé que d'une personne (32%) et est ensuite équivalent quel que soit le nombre de personnes au-delà de deux.

Il est notable de constater que seulement un tiers des Français isolés** indiquent se sentir toujours ou souvent seuls, sentiment de solitude et fréquence des relations sociales ne se confondent donc pas totalement.

Enfin, c'est parmi les personnes se sentant toujours ou souvent seules que le niveau de bonheur déclaré est le plus bas. Ces derniers étant par ailleurs 30% à attribuer une note entre 0 et 4 (contre 8% pour l'ensemble de la population française).

D'autres indicateurs vont également dans le sens d'un lien entre sentiment de solitude et santé mentale dégradée : les personnes se sentant toujours ou souvent seules sont ainsi significativement plus enclines à consommer des médicaments psychotropes (43% en ont pris au cours de l'année contre 23% pour l'ensemble de la population française) et plus sujettes à des pensées suicidaires (63% en ont fait l'expérience au cours de leur vie, contre 31% dans la population française).

Dans ce contexte d'accroissement du sentiment de solitude au sein de la population, les Français sont également un peu plus nombreux à considérer qu'il s'agit d'un problème important (82% dont 22% « très important » contre 16% en 2018) et à se déclarer attentifs aux personnes souffrant de solitude (77%, + 7 points).

Pour alerter, sensibiliser et mobiliser contre ce fléau des solitudes, Astrée lance avec le soutien d'AG2R LA MONDIALE ET le Crédit Mutuel, la quatrième Journée des Solitudes le 23 janvier 2021, **sous le patronage de Monsieur Olivier Véran, Ministre des Solidarités et de la Santé.**

Son objectif : favoriser la mobilisation citoyenne car aujourd'hui des millions de Français vivent en grande solitude, quels que soient l'âge et les catégories sociales.

Cette association reconnue d'utilité publique, qui aide depuis plus de 30 ans de nombreux Français à sortir de l'isolement, propose à l'occasion de la journée des solitudes une campagne de grande ampleur.