

UN REGARD SUR LE VIEILLISSEMENT ET SUR LA SOCIÉTÉ EN CHANGEMENT

Extrait – Table des matières



Pierre Potvin

Collaborateurs et collaboratrices

André Béliveau, Angèle Brouillette, Gaétan Gagnon, Jean-Paul Goyette, Hélène Harnois, Raynald Horth, Claude Pelletier, Nicole Savard, Lise Landry, Michel Nolin, Simon Papillon, Renée Pinard, Romain Rousseau (à titre posthume).

**Version révisée et finale
19 mai 2021**

OUVRAGES DU MÊME AUTEUR

Potvin, P. (2012). *Prévenir le décrochage scolaire. Mieux comprendre la réussite ou l'échec scolaire de nos enfants et adolescents*. Collection Psychoéducation : fondements et pratiques. Béliveau éditeur.

Potvin, P. (2015). *Comprendre l'apprentissage pour mieux éduquer. Une approche psychoéducative*. Collection Psychoéducation : fondements et pratiques. Béliveau éditeur.

Potvin P. (2016). *Alliance entre le savoir issu de la recherche et le savoir d'expérience*. Collection Psychoéducation : fondements et pratiques. Béliveau éditeur.

Potvin, P. (2017). *Qui sommes-nous, nous, les humains? À la recherche d'une meilleure compréhension de notre humanité, à la lumière des neurosciences*. Les Éditions Première Chance.

Potvin P. (2018). *Élève à risque d'échec scolaire. Un regard sur la résilience et les facteurs de protection*. Collection Psychoéducation : fondements et pratiques. Béliveau éditeur.

Potvin, P. (2020). *Onze défis à relever pour mieux vivre dans le monde d'aujourd'hui*. Marcel Broquet. La nouvelle Édition.

Potvin P. (2021). *Mon journal personnel. Un outil pour mieux se connaître à tout âge*. Béliveau éditeur.

TABLE DES MATIÈRES

Introduction

Première partie : Regard sur le vieillissement

Ce que signifie vieillir

- Un état des lieux sur le vieillissement
- Le vieillissement
- Les différents types d'âges liés au vieillissement
- Les différents types de vieillissement
- Le vieillissement et la santé physique
- Le vieillissement et la santé psychologique
- Le vieillissement et la vie sociale
- Les pressions sociales et les super vieux
- Les changements, les pertes, les deuils et les adaptations
- Quelques avantages à prendre de l'âge
- Les moyens pour contrer les inconvénients du vieillissement

L'âgisme et le jeunisme

- L'âgisme
- Le jeunisme

La vie de retraité et le vieillissement actif

- À chacun sa façon de vivre ses journées de retraités
- Mosaïque de la vie de retraités
 - Pierre Potvin
 - Nicole Savard
 - Michel Nolin
 - Raynald Horth
 - Romain Rousseau (à titre posthume)
 - Claude Pelletier
 - Gaétan Gagnon
 - Simon Papillon
 - Lise Landry
 - Renée Pinard
 - Hélène Harnois
 - André Béliveau

L'engagement social et le bénévolat

- Claude Pelletier
- Pierre Potvin
- Jean-Paul Goyette
- Angèle Brouillette
- Hélène Harnois
- Michel Nolin

L'art de bien vieillir

- Le bien-être à l'âge du détachement
- Les conditions favorables au bien-être
- L'importance de la quête de sens et de la spiritualité

Deuxième partie : Regard sur la société en changement

Le changement dans les valeurs fondamentales

- Les valeurs, ce que c'est au juste
- L'Église catholique encourageait certaines valeurs morales
- Le passage de la culture collectiviste à la culture individualiste
- Les valeurs changent avec le temps et les générations

Le changement lié aux événements de la société moderne

- De l'emprise de la religion à la laïcité
- La Révolution tranquille
- La pilule contraceptive et la régulation des naissances
- L'évolution de la femme au Québec
- La famille en transformation
- La révolution numérique et technologique
- La crise de l'environnement et la lutte au changement climatique
- La pandémie de la COVID-19
- La société où nous vivons, l'adaptation aux changements.

La pandémie de la COVID-19 et ses conséquences

- Qu'est-ce que la COVID-19
- La COVID-19 au Québec
- Quelques remises en question qu'a provoquées la pandémie

- Les nombreuses transformations sur nos vies, occasionnées lors de la pandémie COVID-19
- Les résidences pour personnes âgées, les CHSLD et le confinement
- Les conséquences possibles

Conclusion

- Un regard sur le vieillissement
- Un regard sur la société et ses changements.
- Témoignage sur le vieillissement et la santé

Remerciements

INTRODUCTION

J'ai écrit ce livre sur le vieillissement et la société en changement pour faire le point sur mon vieillissement et pour démontrer les changements de valeurs de la société québécoise.

J'aborde le sujet sous un angle personnel, car je vis ce processus, et je suis témoin des événements qui ont transformé la société québécoise. Par ailleurs, mon point de vue ne se limite pas qu'à ma vision et à mon expérience. Il se base sur mes recherches et sur les échanges avec des membres du Groupe de codéveloppement¹. Cette présentation n'a pas la prétention de se mesurer à celle qu'auraient des gérontologues, des historiens ou des sociologues qui réalisent des travaux de recherche sur le sujet. Si je reconnais la valeur de mes propositions j'en reconnais aussi les limites.

Je suis donc vieillissant, retraité, chercheur universitaire et auteur d'ouvrages universitaires et d'essais pour grand public. Mes lectures et ma participation au Groupe de codéveloppement alimentent depuis longtemps mes réflexions sur le vieillissement et les changements sociaux.

Cet ouvrage se divise en deux parties. La première aborde les différents aspects du vieillissement. Je tente de donner un sens au verbe *vieillir*. Des auteurs invités, retraités, présentent leur autoportrait et fournissent des exemples d'engagement social et de bénévolat. À cela s'ajoutent les défis que représentent l'âgisme et le jeunisme et enfin, l'art de bien vieillir.

La deuxième partie jette un regard sur la société en changement. J'y aborde le changement des valeurs fondamentales, le passage de la culture collectiviste à l'individualisme. Nous y verrons également différentes transformations que provoquent des événements particuliers. C'est le cas de l'emprise de la religion sur le peuple québécois, de la Révolution tranquille, de la révolution numérique et technologique, etc. Enfin, il m'est impossible de passer à côté d'un événement totalement imprévu, soit la pandémie de la Covid-19.

¹ Le Groupe de codéveloppement est constitué de 10 à 12 personnes, hommes et femmes issues de différents milieux : universitaires, enseignement, communautaire, etc. Ce sont des personnes âgées de 55 ans et plus, à la retraite (la majorité a plus de 70 ans). Elles partagent leur expérience de vie ainsi que leurs savoirs. Elles croient à l'enrichissement personnel et à l'apprentissage par le partage de réflexions. Le groupe d'échange valorise la discussion, la réflexion et le partage. Chaque personne y trouve son compte, réfléchit sur les thèmes proposés et partage ses réflexions. Pour de l'information sur ce Groupe, voir : <http://pierrepotvin.com/wp/index.php/groupe-de-codeveloppement/>