



**Fondation  
de  
France**

**Jeunes et sans amis :  
quand la solitude frappe les 15-30 ans**

**Septembre 2017**

**Etude exclusive réalisée par le CREDOC pour la Fondation de France.**

## Contenu

Introduction : objectifs, méthodologie et concepts .....	4
Que cherche-t-on ?.....	4
Isolement, de quoi parle-t-on ?.....	4
Méthodologie de l'enquête quantitative.....	6
La réalisation de l'enquête quantitative .....	6
Le profil de la population interrogée.....	7
Méthodologie de l'enquête qualitative.....	8
La réalisation du terrain d'enquête qualitatif : recrutement et profil des jeunes répondants.....	8
Les jeunes ont une sociabilité plus développée que la moyenne des Français .....	11
Les liens amicaux et familiaux, socle de la sociabilité des plus jeunes en France.....	11
Un jeune sur deux « voisine » au-delà du seul bonjour ; le réseau de voisinage est plus développé que le réseau associatif .....	11
Les liens avec les camarades de classe plus soutenus que ceux avec les collègues .....	12
700 000 jeunes sans aucun réseau de sociabilité dense ; 1,4 million avec un seul réseau .....	14
Quels sont les facteurs associés au risque d'isolement objectif des jeunes ? .....	16
Plus de jeunes adultes que d'adolescents parmi les jeunes isolés .....	<b>Erreur ! Signet non défini.</b>
Cohabitation parentale et relation amoureuse, des remparts contre l'isolement.....	<b>Erreur ! Signet non défini.</b>
Les jeunes isolés sont moins satisfaits de leurs conditions de logement et de transport .....	18
Les jeunes isolés sont moins diplômés et ont moins bien réussi leur entrée dans la vie active.....	21
Jeunes isolés et niveau de vie : une situation en demi-teinte .....	<b>Erreur ! Signet non défini.</b>
Les jeunes isolés ont plus de difficultés à parler de leur santé .....	23
Les jeunes isolés plus souvent abstinentes s'agissant de consommation d'alcool et de cannabis ....	25
Les jeunes isolés, comme tous les jeunes, passent beaucoup de temps sur écran.....	26
Les jeunes isolés ne se sentent pas plus souvent victimes de discriminations que les autres jeunes .....	29
Les jeunes isolés se disent moins en capacité à réagir face à un imprévu ou susceptibles d'aider autrui .....	30
Moins épaulés, les jeunes isolés sont moins confiants et s'engagent moins .....	33
Plus les jeunes sont isolés, plus ils ont tendance à assumer cet isolement.....	36
Solitude ressentie et isolement objectif.....	36
Les jeunes isolés ne disent pas beaucoup plus souvent se sentir seuls.....	36
Socialisation, temporalité de l'isolement et impact sur le sentiment de solitude.....	38

La constitution d'une typologie d'analyse.....	38
Les « solitaires inhibés » : la poursuite des problèmes connus dans l'enfance, le cercle vicieux et le maintien dans la solitude. (Profil 1 : 4/21 personnes) .....	40
Une défaillance sévère du cercle familial.....	41
L'intervention des institutions : pour une moitié, un renforcement du défaut de socialisation, pour une autre moitié, une atténuation de celui-ci.....	43
Le défaut d'apprentissage de la communication et l'essor de la défiance .....	44
L'envie d'être autonome et d'être utile .....	47
<i>Portrait : Cynthia</i> .....	48
Les "solitaires résignés" : Surmonter ses problèmes : un isolement bien ancré et choisi, pour se protéger. (Profil 2 : 5/21 personnes).....	51
Une solitude ancienne.....	52
Une acceptation de la solitude en demi-teinte.....	53
Une famille refuge.....	55
<i>Portrait : Clara</i> .....	57
Les "solitaires assumés" : De faibles liens sociaux, un choix de vie. (Profil 3 : 5/21 personnes).....	60
Une satisfaction face à ses choix de vie .....	60
Une nature « réservée », des anciens moments de solitude.....	62
La capacité d'être sociable .....	63
<i>Portrait : Dylan</i> .....	64
Les "solitaires blessés ou frustrés" : La perte de repères récente, à l'âge adulte. (Profil 4 : 7/21 personnes).....	67
La temporalité de la solitude et le poids des échecs.....	68
Une désillusion dans les rapports à autrui. ....	70
Un besoin de sociabilité non comblé .....	72
<i>Portrait : Élodie</i> .....	75

## Introduction : objectifs, méthodologie et concepts

### Que cherche-t-on ?

La problématique de l'isolement est souvent associée au vieillissement de la population. De nombreux travaux ont en effet montré une fragilité sociale chez les plus âgés, venant renforcer d'autres facteurs de fragilité.

Si en moyenne les jeunes font montre, dans leur globalité, d'une vie sociale plutôt intense que le reste de la population<sup>1</sup>, la « jeunesse n'est qu'un mot »<sup>2</sup> pour reprendre la célèbre formule de Pierre Bourdieu, et **certains jeunes** peuvent se trouver en situation d'isolement. L'étude menée en population générale<sup>3</sup> en 2016 par le CREDOC pour la Fondation de France en montrait quelques signes, après une **crise économique** prolongée touchant en première ligne la jeunesse. En outre, d'autres travaux<sup>4</sup> montrent **aujourd'hui une forte pression sociale**, très marquée chez les jeunes, à maintenir une **connexion permanente**, sous peine de se sentir coupable et coupé du lien social.

La Fondation de France, qui explore les questions liées à l'isolement depuis de nombreuses années, a donc souhaité explorer ce champ relativement méconnu de **l'isolement des jeunes**. L'étude présentée dans ce rapport avait donc pour **objectifs** de :

- **Quantifier et connaître le profil** des jeunes en situation d'isolement objectif
- **Comprendre le parcours** de ces jeunes isolés, identifier les processus de rupture du lien social, les étapes ou événements de vie qui mènent à des situations d'isolement social ;
- Apprécier les **conséquences** de l'isolement sur la vie des jeunes
- **Identifier les leviers** en faveur de l'insertion sociale des jeunes isolés ou vulnérables socialement

### Isolement, de quoi parle-t-on ?

Les interactions sociales constituent un champ d'étude très vaste. A la fois parce qu'il convoque **plusieurs types de réseaux relationnels** : amical, familial, de voisinage, associatif, professionnel et étudiant, etc. Et au-delà, parce que voir sa famille, ses amis, ses voisins n'aura pas nécessairement le même **sens** pour chacun, ni au cours du temps ou selon les lieux géographiques et les contextes culturels. Derrière la sociabilité, se cachent « *des modèles divers qui s'affrontent, se contaminent ou plus simplement coexistent, suivant les époques, les lieux et les domaines* »<sup>5</sup>. **La force des liens** est

---

<sup>1</sup> Voir par exemple, Régis BIGOT, Quelques aspects de la sociabilité des Français, Cahier de recherche n°169, décembre 2001, <http://www.credoc.fr/pdf/Rech/C169.pdf>

<sup>2</sup> Pierre BOURDIEU, *Questions de sociologie*, Paris, Éditions de Minuit, 1980, p143-154.

<sup>3</sup> [https://www.fondationdefrance.org/sites/default/files/atoms/files/les\\_solitudes\\_en\\_france\\_2016\\_-\\_synthese.pdf](https://www.fondationdefrance.org/sites/default/files/atoms/files/les_solitudes_en_france_2016_-_synthese.pdf)

<sup>4</sup> CRÉDOC, L'émancipation, Note de conjoncture sociétale 2017

<sup>5</sup> BOZON Michel, « La fréquentation des cafés dans une petite ville ouvrière », *Ethnologie Française*, 1982, n° 2.

également très variable. Granovetter en propose une définition qui montre à la fois la complexité et la difficulté à approcher cette notion : « *la force du lien est une combinaison (probablement linéaire) de la quantité de temps, de l'intensité émotionnelle, de l'intimité (confiance mutuelle) et des services réciproques qui caractérisent un lien* »<sup>6</sup>.

Souvent abordés de manière complémentaire ou en opposition, les contours des définitions proposées par la communauté scientifique **entre isolement objectif et sentiment de solitude** ne convergent pas nécessairement au cours du temps. Norbert Elias explique que, selon lui, « *Le spectre du concept de la solitude est assez large (...) une forme de solitude, (...) étroitement sociale, apparaît quand un être vit dans un lieu ou dans une position qui ne lui permettent pas de rencontrer des êtres du type dont il sent qu'il a besoin* »<sup>7</sup>. Jean-Claude Kaufmann opère quant à lui une distinction plus nette entre les deux concepts. Selon lui, la solitude est « *un sentiment découlant de l'isolement qui, lui, est un fait social* »<sup>8</sup> et explique ainsi que l'isolement n'appelle pas automatiquement sentiment de solitude et d'ennui.

Nous nous appuyerons dans la continuité de l'approche des précédents travaux menés par la Fondation de France sur la définition de **l'isolement comme un « phénomène mesurable, renvoyant à une situation concrète »**, tandis que la solitude fait référence à un vécu plus subjectif, pouvant s'éprouver dans une situation d'isolement, mais pas exclusivement<sup>9</sup>.

L'approche retenue par le CREDOC et la Fondation de France s'appuie en outre sur **la diversité des réseaux relationnels**. Serge Paugam<sup>10</sup> propose une analogie très parlante du lien social qui montre l'importance de la diversité et la vivacité des réseaux relationnels : « *Le propre de la socialisation est de permettre à chaque individu de tisser, à partir de la trame que lui offrent les institutions sociales, les fils de ses appartenances multiples qui lui garantissent le confort de la protection et l'assurance de la reconnaissance sociale. Mais ce tissage n'est pas identique d'un individu à un autre. Dans certains cas, les fils sont tous faibles et le maillage social très fragile. Dans d'autres cas, certains fils sont plus solides que d'autres, mais le tissu n'est pas pour autant à l'abri d'accrocs et, petit à petit, de trous. En réalité, dans une étoffe où les fils sont entrecroisés, le risque est toujours que la rupture de l'un d'entre eux entraîne un effilochage et, progressivement, par la pression exercée à l'endroit précis de la faiblesse, la rupture des autres.* »

Pour mesurer l'isolement objectif des jeunes, l'approche retenue s'est donc appuyée, dans la continuité des travaux engagés, sur l'étude des **réseaux relationnels**<sup>11</sup>. Pour tenir compte de la

---

<sup>6</sup> GRANOVETTER Mark, « The strength of weak ties », *American Journal of Sociology*, 1973, p. 1361.

<sup>7</sup> N. ELIAS, *La solitude des mourants*, Paris, Pocket, 2002 (1982), p. 86.

<sup>8</sup> J.C. KAUFMANN, « Les cadres sociaux du sentiment de solitude », *Sciences sociales et santé*, vol. 13, n°1, mars 1995, p. 123-136

<sup>9</sup> P. PITAUD, *Solitude et isolement des personnes âgées*, ERES, 2007

<sup>10</sup> Serge PAUGAM, *L'épreuve du chômage : une rupture cumulative des liens sociaux ?*, *Revue européenne des sciences sociales*, Tome XLIV, 2006, n°135, pp11-27,

<sup>11</sup> Pour une définition de réseau relationnel, on pourra se référer par exemple à celle proposée par Pierre Merckle pour qui la notion fait référence aux « *relations que <les> unités sociales entretiennent les unes avec les autres, directement, ou indirectement, à travers des chaînes de longueurs variables. Ces unités sociales peuvent être des individus, des*

spécificité de la population des moins de 30 ans, un réseau supplémentaire à ceux étudiés en population générale en 2016, a été pris en compte : celui des **camarades de classe ou d'études**, alternatif pour les jeunes lycéens et étudiants au réseau professionnel pour les actifs.

Si la notion de force du lien est intéressante, l'intimité et l'intensité émotionnelle sont des notions éminemment subjectives, où les représentations individuelles jouent un grand rôle<sup>12</sup>. La mesure de la **fréquence** des liens peut donner une approximation de la force du lien. Nous avons donc distingué dans notre approche les jeunes rencontrant fréquemment leurs relations, ou plus épisodiquement (quelques fois dans l'année ou moins souvent). Et ceci dans six réseaux relationnels : amical, familial, de voisinage, associatif, professionnel et étudiant.

La notion de **jeunesse** a elle aussi fait couler beaucoup d'encre. Olivier Galland appréhende ce **processus** au travers de la notion d'indépendance qu'il définit comme la possibilité pour un jeune d'accéder à trois attributs : un emploi stable, un logement à sa charge et le début d'une vie commune en couple<sup>13</sup>. Alors qu'auparavant ces étapes apparaissaient comme chronologiques, elles tendent à se désynchroniser, et sont parfois discontinues, voire réversibles<sup>14</sup>. Le constat d'autonomisation tardive des générations récentes s'inscrit dans un contexte économique où les difficultés d'insertion socio-professionnelle et l'accroissement du taux de pauvreté touchent les jeunes de manière accrue, particulièrement affectés par les effets de la crise de 2008. **La borne de 30 ans** retenue pour l'investigation correspond ainsi aux seuils mis en évidence dans les derniers travaux menés par le CREDOC<sup>15</sup>. A l'autre bout du spectre, le fait d'intégrer à l'étude les 15-18 ans correspond à l'observation de l'apparition de plus en plus précoce de certains comportements ou phénomènes (sexualité, addictions, troubles du comportement alimentaire, usage des réseaux sociaux...). L'étude présentée ici s'intéresse donc aux 15-30 ans.

Deux investigations complémentaires- qualitatives et quantitative ont été menées.

## Méthodologie de l'enquête quantitative.

### La réalisation de l'enquête quantitative

L'étude quantitative a été réalisée en ligne, auprès de 2 000 personnes âgées de 15 à 30 ans, résidant sur l'ensemble du territoire national métropolitain. Les personnes ont été interrogées entre le 19 avril et le 9 mai 2017. Il s'agit d'un questionnaire auto-administré, d'un peu plus d'une trentaine de questions.

---

*groupes informels d'individus ou bien des organisations plus formelles, comme des associations, des entreprises, voire des pays* », in MERCKLE Pierre, *Sociologie des réseaux sociaux*, Paris, Éditions La Découverte, 2004.

<sup>12</sup> BIGOT, op.cit.

<sup>13</sup> Olivier GALLAND, « Entrer dans la vie adulte : des étapes toujours plus tardives mais resserrées », *Economie et statistiques* n°337-338, 2000

<sup>14</sup> CREDOC, « Les jeunes d'aujourd'hui : quelle société pour demain ? », Cahier de Recherche n°292, décembre 2012

<sup>15</sup> CREDOC, « Les jeunes d'aujourd'hui : quelle société pour demain ? », Cahier de Recherche n°292, décembre 2012

L'échantillon a été sélectionné selon la méthode des quotas :

- sexe (homme/femme) x âge (15-18 ans/19-24 ans/25-30 ans) soit 6 modalités
- situation d'emploi en 3 modalités (actif occupé/chômeur/élève, étudiant, au foyer et inactif)
- niveau de diplôme en 2 modalités (inférieur au Bac/Bac et plus)
- taille d'agglomération en 3 modalités (rural/unité urbaine de 2 000 à 200 000 habitants/unité urbaine de 200 000 habitants ou plus)
- région (12 nouvelles régions métropolitaines)

Un redressement final a été opéré, à partir des mêmes critères.

### Le profil de la population interrogée

Les 2 000 jeunes de 15 à 30 ans qui ont répondu à l'enquête présentent les caractéristiques suivantes : 46% vivent avec leurs parents, 16% vivent seuls. 36% sont salariés, 35% poursuivent leurs études et 7% sont à la fois en étude et travaillent (Tableau 1).

**Tableau 1 – Profil sociodémographique de l'échantillon interrogé**

Sexe	. Homme .....	50
	. Femme .....	50
Age	. 15 - 18 ans .....	26
	. 19 - 24 ans .....	37
	. 25 - 30 ans .....	38
Nombre de personnes dans le logement	. Un .....	16
	. Deux .....	25
	. Trois .....	22
	. Quatre .....	23
	. Cinq et plus .....	14
Diplôme	. Aucun ou Brevet .....	30
	. CAP, BEP .....	20
	. Bac .....	20
	. Bac + 2 .....	12
	. Bac + 3 et supérieur .....	19
Situation d'emploi	. En emploi, CDI .....	27
	. En emploi, CDD .....	9
	. Travailleur indépendant .....	2
	. Etudiant .....	35
	. Etudiant qui travaille .....	7
	. Au chômage .....	12
	. Sans activité .....	7
. Volontaire .....	1	
Lieu de résidence	. Moins de 2 000 habitants .....	17
	. De 2 000 à 20 000 habitants .....	14
	. De 20 000 à 100 000 habitants .....	14
	. Plus de 100 000 habitants .....	35
	. Paris et aggl. parisienne .....	19

Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

## Méthodologie de l'enquête qualitative

### La réalisation du terrain d'enquête qualitatif : recrutement et profil des jeunes répondants

Le CRÉDOC a interrogé 21 jeunes âgés de 15 à 30 ans par téléphone. L'interrogation a été réalisée par une directrice d'études et de recherche et une chargée d'études et de recherche entre le 2 et le 29 juin 2017.

Ces entretiens, semi-directifs, ont duré entre 45 minutes et 1h45 et ont donné lieu, pour 20 jeunes ayant donné leur accord, à un enregistrement audio anonymisé. Tous les prénoms des répondants mentionnés dans ce rapport ont été modifiés.

La Fondation de France a transmis au CREDOC des contacts de jeunes suivis par des associations soutenues par les programmes qu'elle met en œuvre. Huit répondants ont été recrutés parmi ces contacts.

Treize autres répondants ont été recrutés parmi les 95 jeunes ayant participé à l'enquête quantitative : ces jeunes avaient été repérés comme étant en situation objective d'isolement, et avaient accepté de communiquer leurs coordonnées pour être interrogés.

Lors de cette phase de recrutement, une attention particulière a également été portée à la diversification du profil sociodémographique (âge, sexe, taille d'agglomération du lieu de résidence, situation d'emploi, niveau d'études, situation familiale) et au **ressenti de la solitude**, les interviews intégrant des personnes **ressentant ou non** un sentiment de solitude, et déclarant **souffrir ou non** de ce sentiment de solitude. Ainsi, 11 des 21 jeunes isolés interrogés indiquent souffrir de solitude.

L'échantillon qualitatif comprend :

- 11 hommes pour 10 femmes
- 10 jeunes entre 21 et 25 ans et 11 jeunes de plus de 25 ans.
- 10 jeunes du niveau baccalauréat ou inférieur (Brevet, CAP, sans diplôme) et 11 jeunes avec un niveau de diplôme supérieur au baccalauréat.
- 13 actifs occupés, 4 personnes en recherche d'emploi et 4 inactifs.
- 4 habitants en zone rurale ou dans une commune de moins de 2 000 habitants, 6 habitants d'une commune de plus de 2000 habitants hors agglomération parisienne, 11 habitants de l'agglomération parisienne.

L'échantillon comporte ainsi un léger déséquilibre en termes d'âge. Les répondants les plus jeunes ont moins souvent accepté de réaliser un entretien, même après avoir donné leur accord initial dans le cadre de l'enquête quantitative. Le recrutement de mineurs nécessitait en outre de demander une autorisation parentale, ce qui a pu constituer un frein supplémentaire pour cette catégorie de répondants. Ce léger déséquilibre paraît acceptable dans la mesure où la phase quantitative a montré une vulnérabilité sociale plus importante chez les jeunes adultes que chez les adolescents.



Il comprend également moins de répondants habitants des communes de taille moyenne et plus d'urbains, notamment parisiens. Les habitants de l'agglomération parisienne sont surtout des jeunes suivis dans le cadre de programmes soutenus par la Fondation de France.

Le guide d'entretien a été rédigé de manière à répondre à ces questions de recherche, tout en laissant le répondant s'exprimer le plus librement possible. L'intérêt de cet entretien plus libre que les entretiens semi-directifs classiques est multiple :

- Partir de la situation du jeune sans a priori
- Pouvoir aborder des sujets sensibles sans heurter le jeune, en lui laissant les évoquer ou non s'il le souhaite
- S'adapter au profil de jeunes, en procédant aux relances de questions au cas par cas, selon le discours du jeune.

L'étude est présentée comme un travail centré sur le mode de vie des jeunes de 15 à 30 ans, dans toutes ses dimensions (loisirs, logement, travail, études, sociabilité). Le guide débutait par une partie factuelle (présentation ouverte, description d'une semaine-type). Cette partie favorisait les relances sur des points précis de la vie du jeune (conditions de logement, de mobilité, état de santé...) pour s'assurer que les grands domaines de son quotidien étaient abordés. À cette partie factuelle succédait une partie centrée sur le ressenti des jeunes, en particulier par rapport à des événements qu'ils considéraient comme marquants. Toutes les questions et relances renseignées dans ce guide d'entretien n'ont pas été posées. L'entretien était en premier lieu guidé par le répondant, les relances n'intervenant pour les plus loquaces qu'en réaction aux propos communiqués. Les relances ont été plus systématiques auprès des répondants plus réservés.

**Tableau 2 : Profil des jeunes interrogés dans le cadre de l'enquête qualitative**

IDENTIFIANT	PSEUDONYME	SEXE	AGE	DIPLÔME	SITUATION D'EMPLOI	TAILLE D'AGGLOMÉRATION	SENTIMENT DE SOLITUDE	CATÉGORIE TYPOLOGIQUE
96	Guillaume	Homme	21	Niveau bac ou inférieur	Chômeur	Agglomération parisienne	Souvent	4
97	Antonin	Homme	24	Niveau bac ou inférieur	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	Agglomération parisienne	Souvent	4
101	Cynthia	Femme	21	Niveau bac ou inférieur	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	Agglomération parisienne	Souvent	1
103	Audrey	Femme	21	Niveau bac ou inférieur	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	100 000 et plus	Souvent	1
104	Romain	Homme	21	Niveau bac ou inférieur	Chômeur	Agglomération parisienne	Souvent	1
105	Sylvain	Homme	25	Niveau bac ou inférieur	Chômeur	Agglomération parisienne	De temps en temps	2
108	Clément	Homme	29	Supérieur au bac	Inactif	Agglomération parisienne	Souvent	1
109	Paulin	Homme	30	Supérieur au bac	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	Agglomération parisienne	Rarement	2
8	Brian	Homme	30	Supérieur au bac	Chômeur	100 000 et plus	De temps en temps	3
10	Elodie	Femme	29	Supérieur au bac	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	100 000 et plus	Souvent	4
12	Delphine	Femme	29	Niveau bac ou inférieur	Inactif	Rural	Tous les jours ou presque	4
13	Clara	Femme	25	Supérieur au bac	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	Rural	De temps en temps	2
35	Charlotte	Femme	25	Niveau bac ou inférieur	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	20 000 à 100 000 habitants	Rarement	2
44	Mathilde	Femme	21	Supérieur au bac	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	Agglomération parisienne	Rarement	2
57	Harifidy	Homme	24	Supérieur au bac	Inactif	Agglomération parisienne	Souvent	4
71	Caroline	Femme	30	Niveau bac ou inférieur	Inactif	2000 à 2000 habitants	Souvent	4
80	Sébastien	Homme	28	Supérieur au bac	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	Agglomération parisienne	Tous les jours ou presque	3
89	Pascal	Homme	28	Supérieur au bac	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	100 000 et plus	Souvent	4
92	Dylan	Homme	28	Supérieur au bac	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	100 000 et plus	Rarement	3
26	Julie	Femme	29	Niveau bac ou inférieur	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	Rural	De temps en temps	3
19	Jessica	Femme	30	Supérieur au bac	Actif occupé y compris étudiant qui travaille et service civique	Agglomération parisienne	Souvent	3

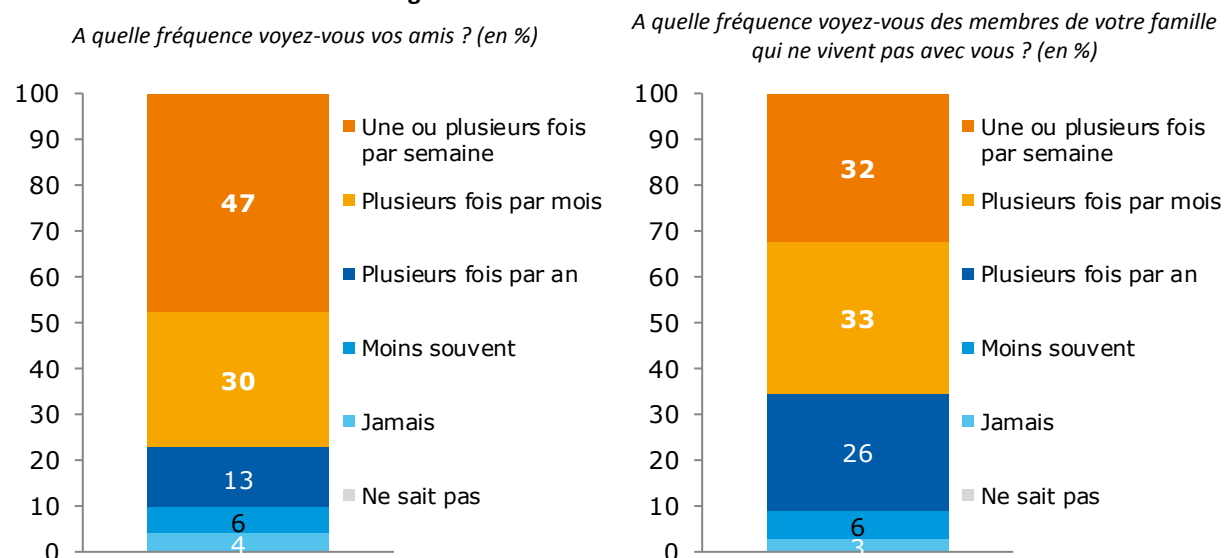
*NB : Au vu du nombre de contacts communiqués par la Fondation de France (>20), le mode de recrutement (via l'enquête quantitative ou via la Fondation de France) n'a pas été précisé afin d'assurer l'anonymat le plus complet possible aux répondants interrogés par ce biais.*

## Les jeunes ont une sociabilité plus développée que la moyenne des Français

### Les liens amicaux et familiaux, socle de la sociabilité des plus jeunes en France

Dans la tranche d'âge des 15-30 ans, moins d'une personne sur quatre a des relations faibles ou inexistantes avec ses amis (23%) tandis qu'une sur trois (35%) n'a pas de lien fréquent avec les membres de sa famille ne résidant pas sous son toit<sup>16</sup>. **L'intérêt pour la vie amicale<sup>17</sup>, spécificité française, est donc particulièrement exacerbé chez les plus jeunes, pour qui elle constitue le premier réseau de sociabilité** : près d'un jeune sur deux (47%) voit ses amis plusieurs fois par semaine. Au total, 77% des 15-30 ans développent une sociabilité amicale (Figure 1), et 65% des jeunes affichent des contacts denses dans leur cercle familial (c'est-à-dire avec les membres de leur famille qui ne résident pas avec eux).

**Figure 1 – Sociabilité amicale et familiale**



Champ : ensemble de la population de 15 à 30 ans  
 Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

### Un jeune sur deux « voisine » au-delà du seul bonjour ; le réseau de voisinage est plus développé que le réseau associatif

L'étude confirme que le réseau de voisinage est porteur de sociabilité chez les jeunes : **49% des 15-30 ans ont des relations régulières avec leurs voisins qui dépassent le simple « bonjour »**. Il l'est

<sup>16</sup> Dans la mesure de l'isolement, les liens au sein d'un même foyer ne sont pas pris en compte dans la mesure où certaines personnes peuvent vivre avec plusieurs membres de leur famille, mais être néanmoins en situation d'isolement (ex. mères seules vivant avec de jeunes enfants ; aidants familiaux s'occupant d'une personne dépendante ; violences conjugales).

<sup>17</sup> Régis BIGOT, Émilie DAUDEY, Sandra HOIBIAN, « La société des loisirs dans l'ombre de la valeur travail », Cahier de Recherche du CRÉDOC n°305 décembre 2013

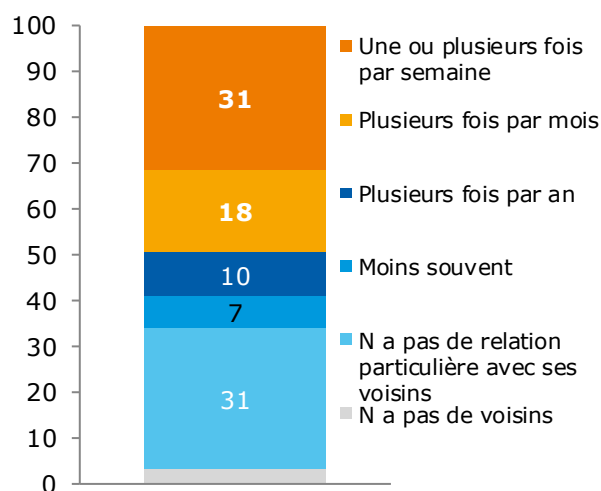
davantage que les associations (Figure 2) puisque **40% des 15-30 ans affichent un engagement associatif développé**, avec une participation au moins plusieurs fois par mois. Les associations qui recueillent les faveurs des 15-30 ans sont les associations sportives (32%), les associations culturelles et de loisirs (20%) puis les associations de jeunes ou d'étudiants (16%). Des données convergentes avec le baromètre DJEPVA pour la jeunesse<sup>18</sup> et plus généralement avec une forte intensité de pratique sportive chez les jeunes<sup>19</sup>.

## Les liens avec les camarades de classe plus soutenus que ceux avec les collègues

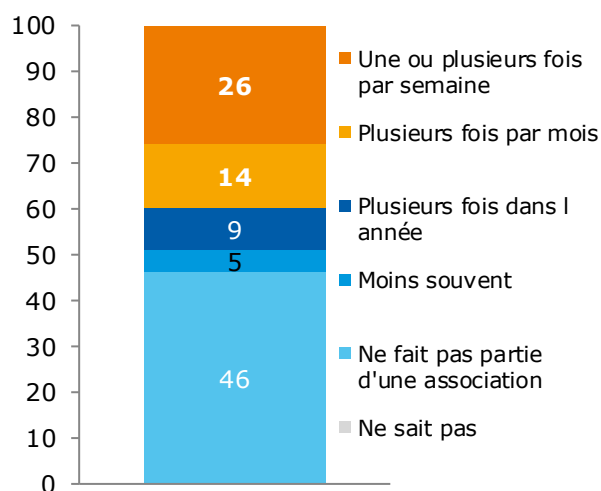
L'emploi est vecteur d'intégration, notamment car il crée une **structuration de la vie quotidienne** propice à l'établissement de moments de socialisation, et parce qu'il est porteur **d'identité individuelle et sociale**<sup>20</sup>. Un jeune sur deux en emploi rencontre régulièrement des collègues en dehors du travail : même si elle n'est pas négligeable, **cette sociabilité est moindre que celle affichée par les jeunes en situation d'études** qui, pour 79% d'entre eux, sont en contacts réguliers avec leurs pairs en dehors des lieux d'étude. Cette proportion est très proche de celle affichée pour la sociabilité amicale (Figure 3). Il est d'ailleurs fortement probable que ces notions se confondent chez certains.

**Figure 2 – Sociabilité de voisinage et associative**

*Avez-vous des voisins, dans votre immeuble ou quartier, que vous voyez ou avec lesquels vous discutez au-delà de l'échange de pure politesse : « Bonjour – bonsoir » ? (en %)*



*Faites-vous partie ou participez-vous aux activités d'une association (ou d'un groupe) ? (en %)*



*Champ : ensemble de la population de 15 à 30 ans  
Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017*

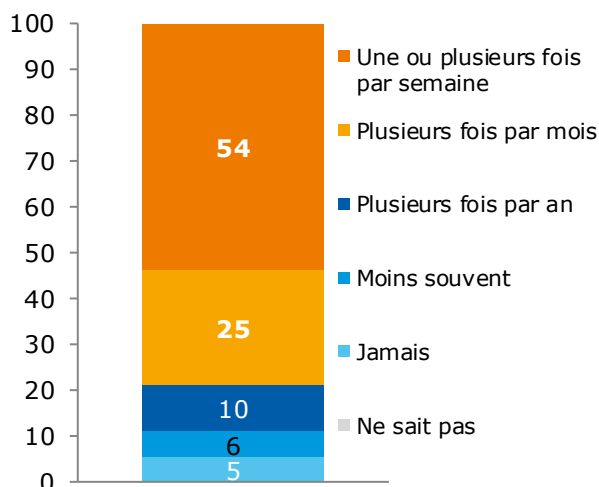
<sup>18</sup> Lucie BRICE MANSENCAL, Radmila DATSENKO, Nelly GUISSSE, Sandra HOIBIAN, Sophie LAUTIE, Baromètre DJEPVA sur la Jeunesse, Collection des rapports, CREDOC, INJEP [à paraître à l'automne 2017]

<sup>19</sup> Voir par exemple Enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS et enquête MJS/INSEP 2000.

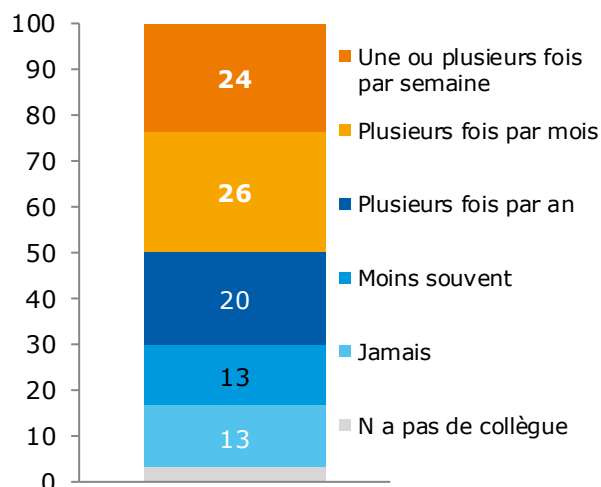
<sup>20</sup> Hélène GARNER, Dominique MÉDA et Claudia SENIK, La place du travail dans les identités, Economie et statistique N° 393-394, 2006

**Figure 3 – Sociabilité étudiante et professionnelle**

*Vous arrive-t-il de voir ou d'être en contact avec vos camarades de classe en dehors du lieu d'étude ? (en %)*



*Vous arrive-t-il de voir ou d'être en contact avec vos collègues en dehors du travail ? (en %)*

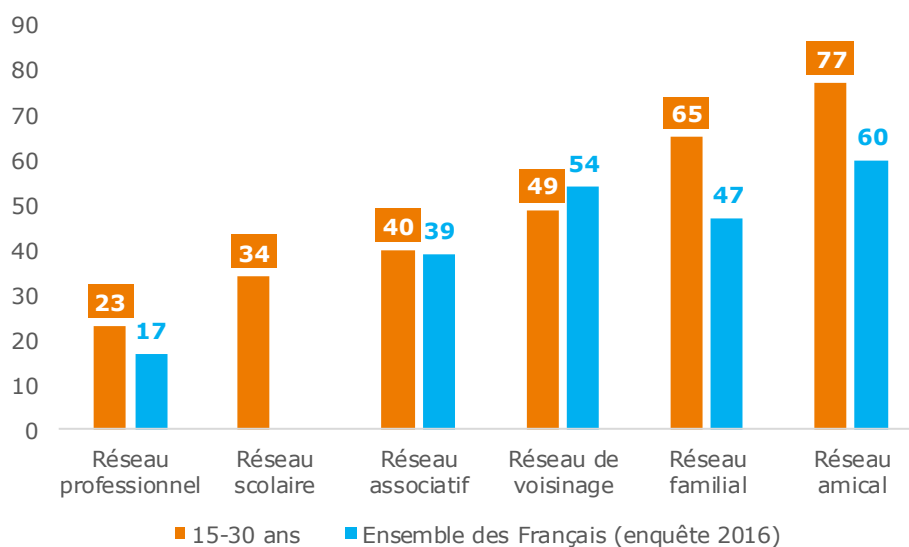


*Champ : ensemble de la population concernée de 15 à 30 ans (les étudiants pour le graphique de gauche (35% des 15-30 ans), les personnes en emploi pour celui de droite (44% des 15-30 ans))*

*Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017*

Au final, lorsqu'on considère l'ensemble des sociabilités possibles, **les 15-30 ans se révèlent porteurs d'une plus grande densité de contacts** que l'ensemble de la population française, s'agissant notamment des amis (+ 17 points) et de la famille (+ 18 points). Le seul champ où cette classe d'âge est légèrement en retrait est celui des relations de voisinage (- 5 points par rapport aux liens mesurés en population générale l'an dernier, Figure 4). L'effet du cycle de vie est dans ce dernier cas probable : des relations de voisinage ont d'autant plus tendance à se nouer qu'on s'installe dans un quartier, un logement. Or les jeunes sont en moyenne depuis moins longtemps dans leur logement que leurs aînés (plus grande mobilité professionnelle, affective, difficulté à accéder à la propriété qui a tendance à ancrer les individus dans un territoire, etc.). Mais même dans le cas du voisinage, les écarts constatés sont faibles, et **loin des représentations d'une jeunesse parfois présentée comme recroquevillée derrière des écrans, et sans contact « dans la vraie vie » avec leur entourage.**

**Figure 4 – Les réseaux de sociabilité sont plutôt plus développés chez les jeunes (en % de contact plusieurs fois par semaine ou plusieurs fois par an)**



Champ : ensemble de la population

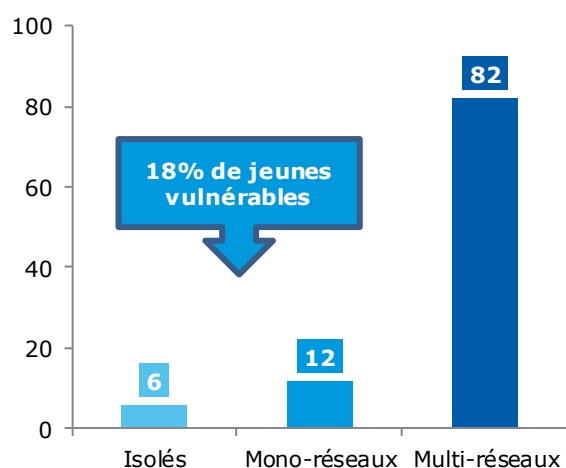
Sources : CREDOC, Enquête « Conditions de vie et Aspirations », étude pour la Fondation de France, 2016 et CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

## 700 000 jeunes sans aucun réseau de sociabilité dense ; 1,4 million avec un seul réseau<sup>21</sup>

Au total, en examinant la force des liens existant dans ces six réseaux de sociabilité et en comptabilisant ceux-ci, il apparaît que **18% des jeunes de 15 à 30 ans interrogés présentent une situation objective d'isolement ou de vulnérabilité sociale** car ils ne peuvent compter, au mieux, que sur un seul réseau (soit environ 2 millions de jeunes, Figure 5). Ces personnes ne passent physiquement du temps avec d'autres personnes que très rarement (uniquement quelques fois dans l'année voire jamais), quels que soient les réseaux de sociabilité étudiés dans l'enquête : famille, amis, voisins, vie associative, professionnelle, scolaire ou étudiante.

<sup>21</sup> Au 1er janvier 2017, on compte en France métropolitaine 12 630 734 personnes âgées de 15 à 30 ans (INSEE, Pyramide des âges en 2017). Le nombre de jeunes isolés ou socialement vulnérables s'élève donc, environ, à 2 millions d'individus.

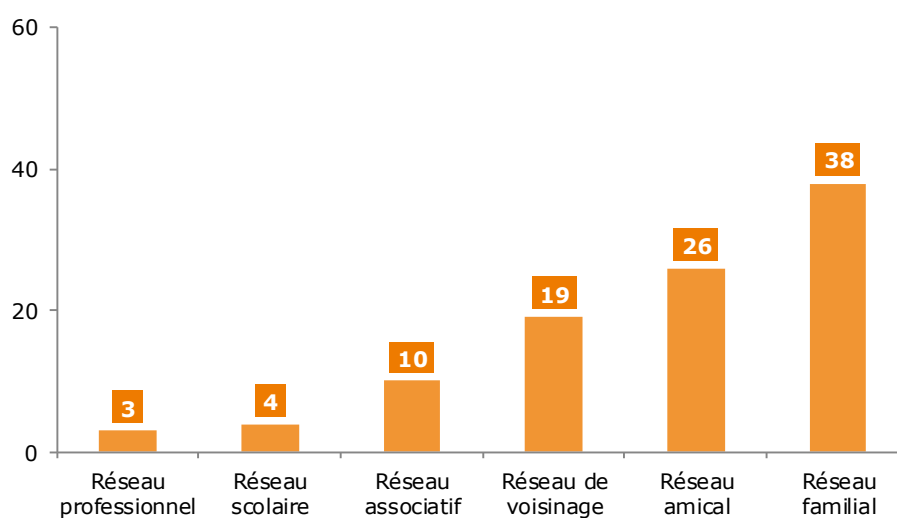
Figure 5 – 6% des jeunes sans aucun réseau dense ; 12% avec un seul



Champ : ensemble de la population de 15 à 30 ans  
Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

On note que chez les jeunes mono-réseaux (qui ne déploient des contacts que dans un seul réseau), la hiérarchie des réseaux est **légèrement modifiée** par rapport à la moyenne des jeunes, puisque le cercle **familial** (38%) y supplante le cercle **amical** (26%, Figure 6).

Figure 6 – Les 12% de jeunes avec un seul réseau ont des liens, en priorité, avec leur famille



Champ : ensemble de la population de 15 à 30 ans n'ayant développé qu'un seul réseau de sociabilité  
Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

*Dans la suite du rapport, nous appellerons « **jeunes isolés** » les 15-30 ans qui n'ont développé au mieux qu'un réseau de sociabilité sur les six étudiés. Par rapport à l'étude menée l'an dernier en population générale, la définition retenue a évolué puisque nous considérons comme « isolés » les individus mono-réseaux. Deux éléments nous y incitent : d'abord, puisque les jeunes ont une sociabilité plus élevée (en moyenne, ils ont des relations denses dans 3 des 6 réseaux étudiés), il est logique d'élever le seuil permettant de repérer les plus fragiles. D'autre part il est nécessaire de disposer, pour étudier cette sous-population, d'un échantillon suffisamment robuste. Lorsque cela sera possible et souhaitable, nous présenterons néanmoins des résultats en fonction du nombre de réseaux développés (en distinguant donc les individus sans aucun réseau des mono-réseaux).*

Avant d'aller plus loin, comparons ces données avec celles issues de l'enquête en population générale menée en 2016. Pour ce faire, il nous faut raisonner en excluant la sphère estudiantine, non prise en compte l'an dernier. On constate alors, en un peu plus d'un an, **une baisse assez nette de la proportion de jeunes isolés** (isolés + mono-réseaux), qui passe de 30% en 2016 à 21% cette année.

Certaines évolutions mesurées grâce au dispositif d'enquêtes du CREDOC sur les Conditions de vie et les aspirations peuvent confirmer et expliquer ce mouvement. Citons notamment, pour les 15-30 ans, l'amélioration de la situation d'emploi (+ 6 points de taux d'emploi en un an), la baisse du niveau des restrictions budgétaires déclarées (- 5 points) ou encore la baisse de la nervosité déclarée (- 7 points). Enfin, entre 2015 et 2017, la part des 15-30 ans recevant régulièrement des amis a progressé de + 8 points.

Mieux insérés professionnellement, disposant d'un meilleur moral et de davantage de marges de manœuvres financières, voyant plus souvent leurs amis, **les jeunes sont objectivement moins isolés** en 2017 qu'en 2016. Dans ce contexte, la situation de ceux qui demeurent en situation d'isolement est d'autant plus préoccupante.

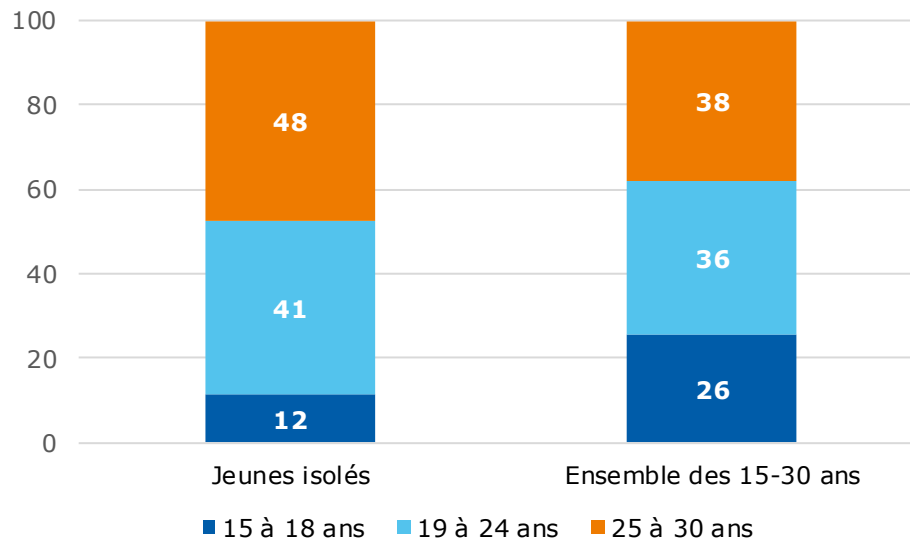
## **Quels sont les facteurs associés au risque d'isolement objectif des jeunes ?**

### **Plus de jeunes adultes et d'adolescents parmi les jeunes isolés**

Au sein des jeunes isolés, on recense 48% d'individus de **25 à 30 ans** (+ 10 points par rapport à l'ensemble des jeunes). A l'inverse, seuls 12% ont entre 15 et 18 ans, soit deux fois moins que dans cette tranche de population en moyenne. Les jeunes isolés sont donc **un peu plus âgés** que la moyenne (Figure 7).



**Figure 7 – Près d'un isolé sur deux est dans la tranche 25-30 ans**



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

## Cohabitation parentale et vie de couple : des remparts contre l'isolement

On ne peut associer l'isolement à une situation familiale particulière. Ainsi, les 18% de jeunes isolés se répartissent en jeunes vivant seuls (3%), mais aussi en jeunes vivant encore avec leurs parents (7%) et, aussi, en jeunes vivant avec leur conjoint (7%).

Pour autant, peut-être parce qu'ils sont un peu plus âgés, on recense chez les jeunes isolés **moins de cas de cohabitation parentale** (39% vivent avec leurs parents contre 46% des jeunes en moyenne). Différents travaux ont montré en effet une forme de cumul des sociabilités, et la place de la famille nucléaire, du couple dans la création de liens, parce qu'ils constituent une forme de pont, d'ouverture pour nouer des relations à l'autre<sup>22</sup>.

On remarque également que, pour ceux qui ne vivent pas avec leur conjoint, les jeunes isolés ne sont **que 20% à revendiquer une relation amoureuse**, contre 35% de l'ensemble des jeunes dans la même situation.

## Les jeunes isolés sont moins satisfaits de leurs conditions de logement et de transport

Lorsqu'on leur demande de noter leurs conditions de **logement** (sur une échelle de 1 à 5, 1 signifiant très mauvaises et 5 très bonnes), les jeunes isolés font état d'une **situation moins satisfaisante** que l'ensemble : ils ne sont que 53% à accorder à leur logement une note de satisfaction élevée (4 ou 5) contre 63% des jeunes dans leur ensemble (Figure 8). La note moyenne qu'ils attribuent au logement est de 3,5, contre 3,8 pour l'ensemble des jeunes. Le logement est en effet un **lieu privilégié de sociabilité**, où l'on peut recevoir, passer du temps dans un cadre propice aux échanges intimes, comme aux moments festifs. Or, les jeunes et notamment les jeunes décohabitants sont, rappelons-le, en moyenne dans une moins bonne situation de logement que leurs aînés. Leur **célibat** fréquent implique qu'ils peuvent moins souvent mutualiser ces dépenses. **Installés depuis peu de temps** dans leurs logements, ils paient mécaniquement des prix de loyers ou à l'achat plus importants que les autres, compte tenu de la forte augmentation des prix de l'immobilier mesurée ces vingt dernières années<sup>23</sup>. Habitant majoritairement dans le parc privé<sup>24</sup> ils ne sont pas beaucoup plus nombreux que les autres classes d'âge à avoir **accès au logement social**. Tout ceci explique que les jeunes supportent des **taux d'effort** plus importants que les autres classes d'âge<sup>25</sup>. Ces lourdes **charges de logement** les conduisent à réaliser des compromis en matière de **qualité du logement**<sup>26</sup>.

<sup>22</sup> Voir par exemple, Sandra HOIBIAN, les Français en quête de lien social, Baromètre de la cohésion sociale 2013, <http://www.credoc.fr/pdf/Rapp/R292.pdf>

<sup>23</sup> Régis BIGOT et Sandra HOIBIAN, « La mobilité professionnelle bridée par les problèmes de logement », Collection des rapports n° 274, juillet 2011

<sup>24</sup> CGDD, Chiffres & statistiques n°342, Les occupants des logements en 2011, août 2012, <http://www.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/CS342-2.pdf>

<sup>25</sup> Les revenus et le patrimoine des ménages, édition 2011, [http://www.insee.fr/fr/ffc/docs\\_ffc/ref/revpmen11d.pdf](http://www.insee.fr/fr/ffc/docs_ffc/ref/revpmen11d.pdf)

<sup>26</sup> Les jeunes sont par exemples plus nombreux en situation de froid ressenti dans leur logement.

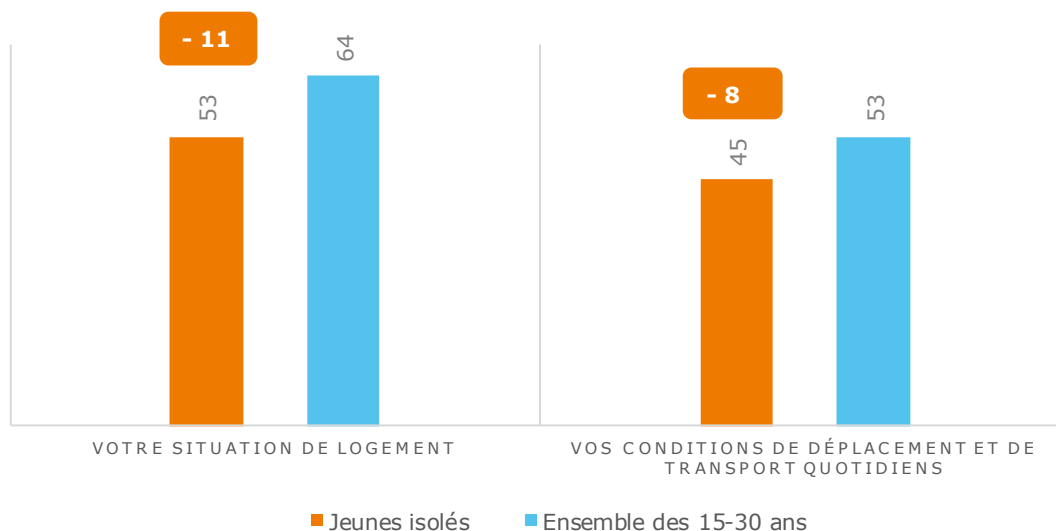
Lucie BRICE MANSENCAL, Patricia CROUTTE, Sandra HOIBIAN, Pauline JAUNEAU-COTTET, Situations de précarité énergétique, pratiques de sobriété énergétique : un point sur la situation des ménages, Les ménages et la consommation d'énergie, Théma Analyse, Ministère de de l'environnement, de l'énergie et de la mer, en charge des relations internationales sur le climat, mars 2017, [http://www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr/fileadmin/documents/Produits\\_editoriaux/Publications/Thema/thema-01-menages.pdf](http://www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr/fileadmin/documents/Produits_editoriaux/Publications/Thema/thema-01-menages.pdf)

Le taux de logement avec des défauts de qualité a tendance à décroître avec l'âge <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1287961#titre-bloc-16>

S'agissant des conditions **de déplacement et de transport**, la situation est similaire : les jeunes isolés sont également **moins bien lotis** (45% attribuant une note élevée de satisfaction, contre 53% de l'ensemble des jeunes ; soit une note moyenne de 3,4 contre 3,5 pour l'ensemble des jeunes). Des travaux à paraître pour la DJEPVA montrent de manière convergente un fort impact des difficultés de transport sur les activités sociales des jeunes.

**Figure 8 – Les jeunes isolés sont moins satisfaits de leur situation de logement et de leurs conditions de déplacement et de transport quotidiens**

Sur une échelle de 1 à 5, comment jugez-vous vos conditions de logement et de transport ?  
1 signifie « très mauvaises » et 5 « très bonnes » ..., en % ayant attribué la note 4 ou 5



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

**Encadré 1 : De l'environnement familial au voisinage, les sources d'insatisfaction identifiées dans l'enquête qualitative.**

Les conditions de logement n'ont été évoquées que ponctuellement par les jeunes isolés interrogés dans l'enquête qualitative, qui s'avèrent pourtant en général peu satisfaits de leur logement.

Certains répondants mettent en évidence la difficulté à demeurer dans leur foyer parental face à leurs problèmes d'insertion socioéconomique.

*« Vivre chez moi, c'est devenu un enfer à cause de ma sœur et de mon frère, qui me rabaissent. » Romain, 21 ans.*

Ce foyer parental est en outre parfois inaccessible : placés, rejetés par leurs parents ou en résidence de soins, la question du logement fait écho à l'autonomisation. Pour les répondants les plus jeunes, l'acquisition d'un logement est perçue comme un facteur d'indépendance et une future source de fierté.

Pour les répondants en couple, les sources d'insatisfaction envers le logement reposent davantage sur des critères financiers. Certains n'ont pas les ressources pour acquérir le bien souhaité, d'autres ont privilégié l'achat d'un logement au détriment de l'espace et peuvent se sentir à

l'étroit.

*« [Le logement] me convient car je suis toute seule. Il est assez petit, 26m<sup>2</sup>, à la hauteur de mes moyens financiers. On tourne vite en rond. », Élodie, 29 ans.*

Le voisinage est une autre source d'insatisfaction possible. L'une des répondantes décrit un climat de violence l'ayant poussée à fuir son logement précédent.

*« Au début tout allait bien et ensuite les voisins, comme y'avait 3 enfants, tous les jours ça tapait. A la fin, [nos] enfants ne pouvaient plus sortir sans recevoir de la bière, de la terre. On fuyait l'appartement, le week-end on se promenait. » Caroline, 30 ans.*

Enfin, si la plupart des répondants estiment être très mobiles, l'une d'entre eux, atteinte d'une maladie de longue durée et habitant en zone rurale, la perçoit comme un véritable frein à sa vie sociale.

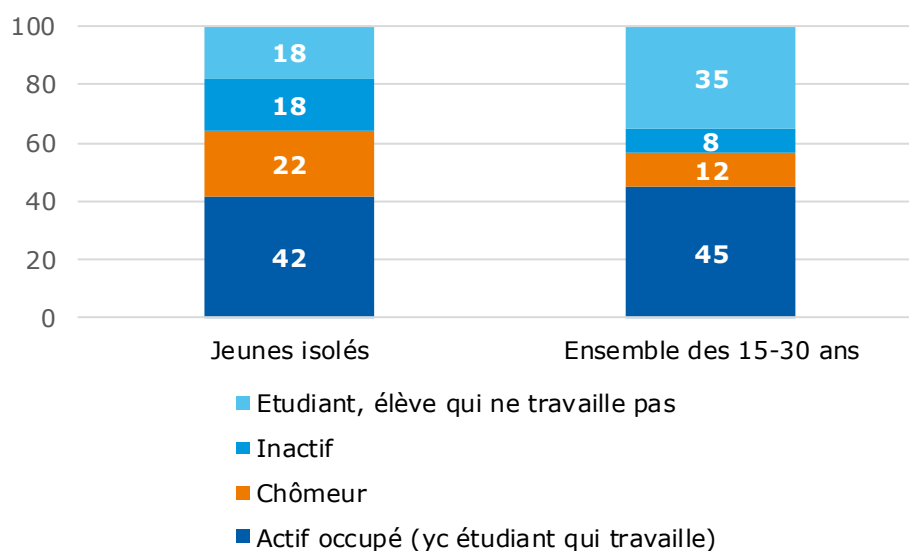
*« Je vais au cinéma qu'une fois par an. Quand le film, il m'intéresse... mais c'est à 50 km quoi. C'est pour ça que je ne peux pas trop souvent y aller. J'ai déjà renoncé à aller au cinéma et à certaines courses aussi. Je suis à la campagne donc je suis loin de tout. [...] Je suis en très mauvaise santé. Je suis en invalidité, j'ai une maladie auto-immune. [...] C'est pour ça aussi que j'ai des difficultés à me déplacer. Pour le suivi, c'est d'office en ambulance, sinon je ne pourrais pas me rendre à l'hôpital. » Delphine, 29 ans*

## Les jeunes isolés sont moins diplômés et ont moins bien réussi leur entrée dans la vie active

Indubitablement, **le niveau de diplôme des jeunes isolés est inférieur à la moyenne** : alors qu'un jeune sur deux (50%) est diplômé du Bac ou plus, ce n'est le cas que de 42% des jeunes isolés. 13% des jeunes isolés n'ont aucun diplôme (ce n'est le cas que de 8% des jeunes dans leur ensemble). Le lien entre le diplôme et une vie sociale intense est également présent dans la population en général.

Les jeunes isolés connaissent davantage le **chômage** (22% contre 12%<sup>27</sup> en moyenne) et, aussi, **l'inactivité** (18% vs 8%). On recense, en revanche, deux fois moins d'étudiants chez les jeunes isolés que dans l'ensemble (18% vs 35%, Figure 9). L'écart est ici plus marqué que celui constaté dans l'ensemble de la population<sup>28</sup>.

Figure 9 – Beaucoup plus de chômeurs et d'inactifs chez les jeunes isolés



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

Cette distinction selon le niveau de diplôme et le niveau d'activité se retrouve en partie dans le cadre de l'analyse qualitative. Il semble qu'elle influe plus particulièrement **sur la forme** de solitude ressentie par les jeunes interrogées. Ainsi, les personnes non ou peu diplômées, **ressentent plus fréquemment un sentiment de solitude depuis de nombreuses années ou l'ont ressenti durant leur enfance**. Plus souvent que les autres exposées à des difficultés dès leur enfance, elles ont davantage été en situation d'échec scolaire et sont aussi moins insérées sur le marché du travail. Ces répondants se sentent fréquemment en **décalage** avec leurs anciens camarades de classe ayant mieux « réussi ». La solitude n'est toutefois pas l'apanage de ce profil de répondants. Le sentiment

<sup>27</sup> Ce chiffre est nettement inférieur aux statistiques nationales du chômage des jeunes (environ 20%), qui n'est calculé que sur les jeunes actifs (actifs occupés + chômeurs), tandis que notre chiffre a pour référence tous les jeunes de 15 à 30 ans.

<sup>28</sup> Les chômeurs représentaient en 2016 12% des personnes isolées contre 8% de la population en moyenne, selon l'enquête menée pour la Fondation de France, [https://www.fondationdefrance.org/sites/default/files/atoms/files/les\\_solitudes\\_en\\_france\\_2016\\_-\\_synthese.pdf](https://www.fondationdefrance.org/sites/default/files/atoms/files/les_solitudes_en_france_2016_-_synthese.pdf)

de solitude s'avère particulièrement fort parmi les jeunes isolés sans activité, soit en raison d'une maladie psychique ou physique soit parce qu'elles sont parent au foyer.

L'échantillon qualitatif comporte enfin des personnes diplômées de l'enseignement supérieur et en activité faisant état d'un très fort sentiment de solitude, parfois justement en lien avec l'exercice de leur activité professionnelle, qu'ils jugent trop prenante, et qui leur laisse peu d'espace pour mener une vie sociale.

## Jeunes isolés et niveau de vie : une situation en demi-teinte

Alors que des travaux précédents montraient l'impact du niveau de vie sur l'isolement, l'enquête quantitative menée spécifiquement sur les jeunes ne permet pas, en première analyse, d'arriver aux mêmes conclusions : les jeunes isolés **ne se distinguent pas** de l'ensemble des jeunes sur ce critère dans l'enquête quantitative.

Il faut dire que le niveau de vie est approché ici uniquement de façon subjective (via le sentiment que le foyer fait face à des fins de mois plus ou moins difficiles). Or les jeunes portent en cette période de sortie de crise, comme l'ensemble de la population, un regard plus positif sur leur situation économique actuelle<sup>29</sup>.

Ce constat doit être relativisé de deux façons. Tout d'abord, quand on raisonne grâce à une régression logistique toutes choses égales par ailleurs, le jugement sur le niveau de vie du foyer impacte légèrement le sentiment d'isolement. L'enquête qualitative affine encore ce constat : certes, le niveau de vie n'y apparaît **pas comme la source** du ressenti de la solitude. En revanche, il est susceptible **d'aggraver** une situation de repli existante en limitant encore plus les sorties et occasions de rencontres auprès des jeunes isolés. Cet isolement renforcé par de faibles ressources est alors susceptible de renforcer le sentiment de solitude auprès des jeunes qui l'éprouvent.

*« Je paie mon logement, ma nourriture, le transport et après c'est tout. [...] J'essaie de faire attention sur les vêtements. » Harifidy, 24 ans.*

*« J'aimerais avoir plus de moyens financiers, ça permettrait de moins se poser de questions, de se libérer de cette crainte alimentaire. [...] A part le logement, la nourriture, les impôts...[...] Quand c'est du plaisir, on se sent plus limité. Mon plaisir, c'est ma Livebox illimité, mon abonnement à la salle de sport. A part ceux-là... [...] J'évite d'aller au cinéma. Quand on va boire un verre, c'est 15 euros, donc tu le fais pas tous les soirs. On fait attention. La tentation est grande tous les jours mais il faut penser à l'avenir. » Élodie, 29 ans.*

*« On n'a pas les moyens de sortir. On s'occupe comme on peut à pas cher : des promenades dans le village, il y a une rivière, on va au parc de jeux. On fait souvent des activités autour des enfants. » Clara, 25 ans.*

---

<sup>29</sup> Lucie BRICE MANSENCAL, Radmila DATSENKO, Nelly GUISSSE, Sandra HOIBIAN, Sophie LAUTIE, Baromètre DJEPVA sur la Jeunesse, Collection des rapports, CREDOC, INJEP [à paraître à l'automne 2017]

## Les jeunes isolés ont plus de difficultés à parler de leur santé

Plusieurs questions traitent de la santé, sous un angle évidemment subjectif et déclaratif de la part de la personne interrogée. Pour deux de ces questions (la déclaration d'un état dépressif et l'existence d'un handicap ou d'une maladie chronique), on remarque que les jeunes isolés ont **davantage de difficultés à s'exprimer** : ils se réfugient dans les modalités « ne sait pas » et, conséquemment, s'en disent moins souvent exempts (Figure 10).

Doit-on y voir une forme de tabou sur les difficultés de santé des jeunes, tant elles sont souvent associées dans les représentations au vieillissement<sup>30</sup> ? En effet, en règle générale, avec une administration de questionnaire en ligne, les individus cherchent moins à enjoliver la réalité compte tenu de l'absence d'enquêteur<sup>31</sup>, ils sont en quelque sorte plus sincères (ce qu'on appelle un moindre effet de désirabilité sociale) sur des sujets comme les pratiques sexuelles, les opinions politiques ou le regard sur l'immigration par exemple, ou sont plus enclins à déclarer par exemple qu'ils ne sont pas souvent heureux. Nos derniers travaux semblent montrer que, lorsque les thèmes sont trop difficiles à assumer pour les jeunes, ceux-ci ont tendance à ne pas répondre. Ainsi d'autres travaux menés dans le cadre du programme 13 novembre avec le CNRS et l'INSERM, montrent un phénomène similaire lorsqu'on évoque les attentats du 13 novembre les jeunes ont tendance à davantage se réfugier dans les réponses « ne sait pas » que les autres classes d'âge, alors même que plusieurs données montrent que ces attentats ont profondément marqué cette classe d'âge<sup>32</sup>.

---

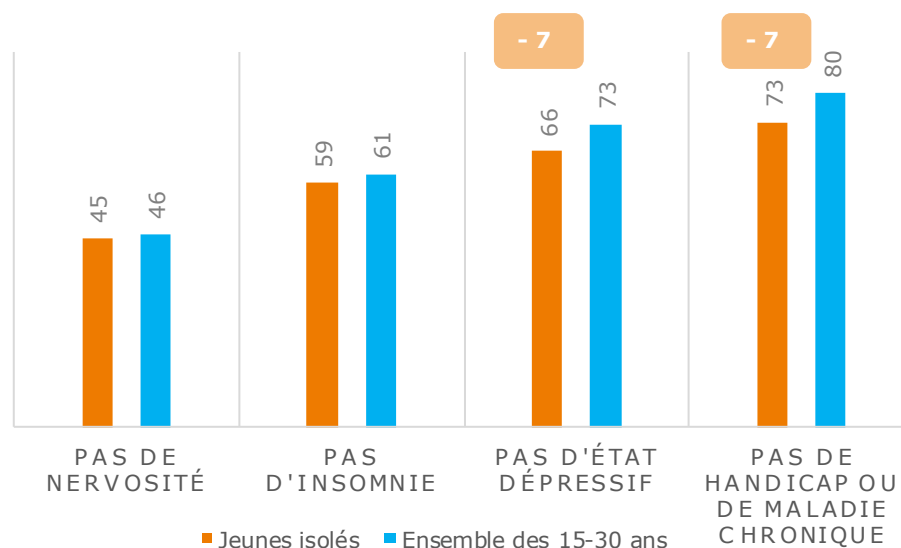
<sup>30</sup> Élodie ALBEROLA, Patricia CROUTTE, Sandra HOIBIAN, Jörg MÜLLER, « Bien vieillir, retraite, dépendance, fragilité des séniors : représentations, réalités et attentes de la population française vis-à-vis des institutions », *Collection des rapports*, n°334, CRÉDOC, Décembre 2016

<sup>31</sup> Patricia CROUTTE, Émilie DAUDEY, Sandra HOIBIAN (CRÉDOC), Stéphane LEGLEYE, Géraldine CHARRANCE (INED), « Une approche de l'effet du passage sur Internet d'une enquête en population générale », *Cahier de recherche du CRÉDOC*, n°323, Décembre 2015. URL : <http://www.credoc.fr/publications/abstract.php?ref=C323>

<sup>32</sup> Lucie BRICE MANSENCAL, Sandra HOIBIAN, Charlotte MILLOT, Denis PESCHANSKI, *Une forte empreinte des attentats du 13 novembre 2015, notamment chez les jeunes*, Novembre 2016. URL : <http://www.memoire13novembre.fr/content/une-forte-empreinte-des-attentats-du-13-novembre-2015-notamment-chez-les-jeunes-0>

**Figure 10 – Les jeunes isolés moins souvent à l’abri de la dépression et du handicap**

- Souffrez-vous d’une infirmité physique, d’un handicap ou d’une maladie chronique qui continuera à vous affecter dans l’avenir ? Avez-vous souffert au cours des quatre dernières semaines de nervosité, état dépressif ou insomnies ? -



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

#### Encadré 2 : L'état de santé, cause ou conséquence de la solitude ?

Cette analyse se confirme dans les discours des jeunes. La **santé** est en effet une thématique souvent évoquée spontanément par les jeunes isolés lorsqu'on leur offre un espace de parole libre (enquête qualitative). Leur état de santé, souvent dégradé, y apparaît tout autant comme une cause que comme une conséquence du sentiment de solitude sans pour autant que ce lien soit automatique. Ainsi, certains répondants en surpoids durant leur enfance ou portant des lunettes ont été la proie de leurs camarades de classe sur ces « motifs ». Ce harcèlement a pu entraîner en retour un isolement et l'apparition d'un sentiment de solitude.

De même, l'apparition d'une maladie incurable dans la vie d'une des répondantes a contribué à la discréditer auprès d'une partie de sa famille qui n'a pas voulu croire en la réalité du diagnostic, et à l'isoler géographiquement, économiquement et socialement, générant en retour une forme de solitude. Une autre répondante, atteinte elle aussi d'une maladie incurable, est parfois en proie à des effets secondaires (fatigue, état dépressif) entravant sa vie sociale habituelle et pouvant momentanément l'isoler. Cette dernière estime en revanche ne pas souffrir de la solitude.

Sur le plan psychique, l'état de santé est également une cause possible du développement d'un isolement et, pour certains jeunes d'un sentiment de solitude. Un répondant, en proie à une crise psychique soudaine à l'âge de 15 ans, a vu sa scolarité normale s'interrompre et a pu se sentir démuné face à sa maladie.

L'état de santé est toutefois plus apparent comme **conséquence** de la solitude. Ce sentiment engendre alors des troubles plus ou moins graves du « coup de blues » de Caroline ou la « fatigue psychologique » d'Élodie, à la dépression de Charlotte, voire même aux envies suicidaires de Clément et Romain qui indiquent tous souffrir ou avoir souffert de la solitude.

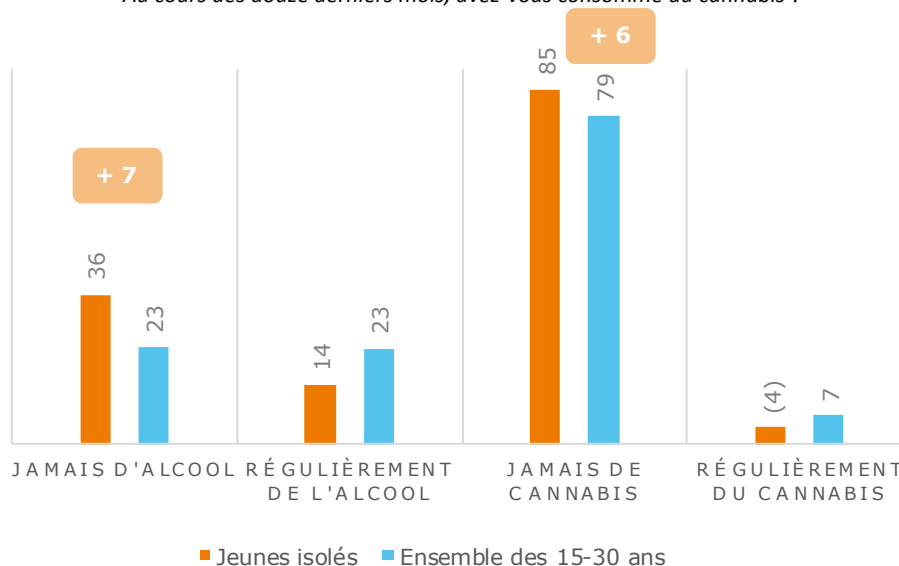


## Les jeunes isolés plus souvent abstinentes s'agissant de consommation d'alcool et de cannabis

Il existe une corrélation entre l'isolement et la consommation d'alcool et de cannabis, mais dans un sens peut-être inattendu : les jeunes repérés comme isolés sont, en effet, **de moindres consommateurs d'alcool et de cannabis** (Figure 11). Ces données convergent avec les travaux de l'INSERM qui montrent l'influence des réseaux relationnels dans l'initiation aux conduites addictives notamment à l'adolescence<sup>33</sup> : « les jeunes dont les amis consomment des produits psychoactifs présentent des niveaux de consommation plus élevés que ceux dont les amis ne consomment pas, ce qui reflète probablement à la fois la façon dont les adolescents choisissent leurs amis et l'influence des consommations des pairs sur les populations adolescentes ».

**Figure 11 – Chez les jeunes isolés, moins de dépendance à l'alcool et au cannabis**

Au cours des douze derniers mois, avez-vous bu des boissons alcoolisées, telles que bière, vin cidre, alcools forts ?  
Au cours des douze derniers mois, avez-vous consommé du cannabis ?



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

Au sein de l'échantillon qualitatif, seule une minorité de répondants est concernée par la dépendance aux drogues. Certains ne peuvent en outre pas consommer d'alcool en raison de leur état de santé.

Les situations rencontrées sont les suivantes :

Une répondante, dépendante à l'héroïne, a commencé sa consommation de drogues alors que, mineure, elle vivait dans la rue. Sa consommation d'héroïne est postérieure à l'apparition de son isolement et à son sentiment de solitude, sans que l'on puisse définir si elle a empiré sa solitude.

<sup>33</sup> INSERM, Expertise collective, Conduites addictives chez les adolescents : Usage, prévention et accompagnement- Principaux constats et recommandations, 2014

Un autre répondant, consommateur régulier de cannabis, a vu sa pratique s'accroître alors qu'il s'interrogeait de plus en plus sur ses perspectives d'avenir professionnel. Sa consommation lui a alors causé des soucis de santé et a terni sa réputation professionnelle. Si cette consommation de drogue a bien abouti à la formation d'un sentiment de solitude chez le répondant, en l'isolant de ses amis, elle semble avoir été encouragée par un climat déjà anxiogène pour lui et préfigurant son repli sur sa sphère privée, sans lien avec sa vie relationnelle.

Un troisième répondant a accru sa consommation de cannabis, entamée sur un mode récréatif entre amis, pendant deux ans qui ont coïncidé pour lui à une forte charge de travail ne lui laissant plus le temps de sortir et donc à une forte période de stress. Il s'est alors trouvé isolé et s'est senti seul. Toutefois, une fois retourné à un contexte de travail moins oppressant et à une vie sociale plus épanouie (rencontre de sa conjointe), sa consommation s'est arrêtée.

La consommation de drogues dures ou la consommation excessive de drogues « douces » apparaît en lien avec un mal-être préexistant, mais pas réellement à la source de la situation d'isolement au sein de notre échantillon qualitatif.

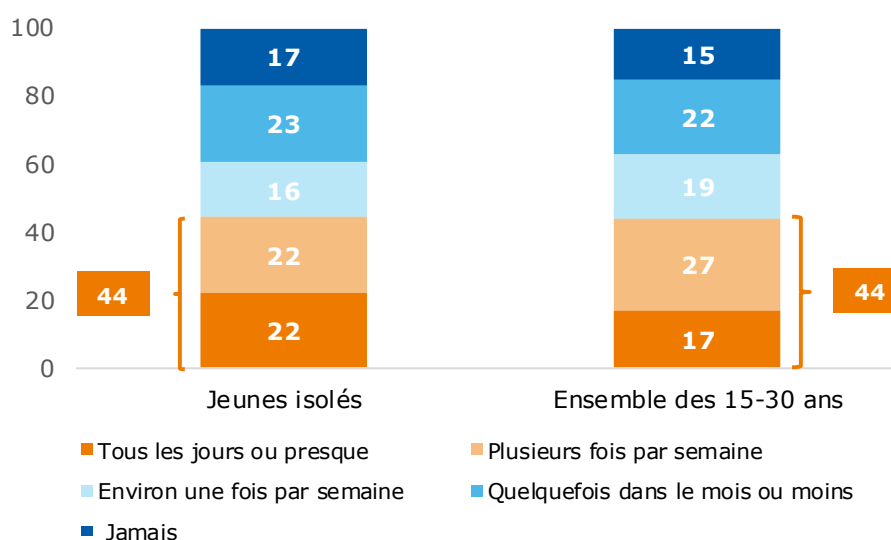
### Les jeunes isolés, comme tous les jeunes, passent beaucoup de temps sur écran

Les 15-30 ans sont, dans leur immense majorité, rompus aux nouvelles technologies. Le baromètre du numérique<sup>34</sup> établit ainsi que les 15-30 ans sans exception sont des internautes et qu'ils passent, en moyenne, 50 heures par semaine sur écran (soit 10 heures de plus qu'en moyenne).

Les jeunes isolés comptent, en leur sein, un peu plus de personnes déclarant quotidiennement passer plus de 4 heures d'affilée devant un écran pour des motifs autres que professionnels ou scolaires (22% vs 17% de l'ensemble des jeunes). Mais quand on s'intéresse à ceux qui le font aussi plusieurs fois par semaine, alors les jeunes isolés **font jeu égal** avec l'ensemble des jeunes (44%).

**Figure 12 - La faiblesse de la sociabilité de visu des jeunes semble peu imputable au temps passé sur écran**

*Vous arrive-t-il de passer plus de 4 heures d'affilée devant la télévision, les jeux vidéo ou les réseaux sociaux, en dehors de motifs scolaires ou professionnels ?*



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

<sup>34</sup> Baromètre du numérique 2016, rédigé pour le CGE et l'ARCEP, <http://www.credoc.fr/pdf/Rapp/R333.pdf>

Il n'y a pas dans l'enquête quantitative d'indication sur l'usage des réseaux sociaux. On a, en revanche, une information sur les pratiques collaboratives en ligne qui sont beaucoup moins pratiquées par les jeunes isolés (30%) que par l'ensemble des jeunes interrogés (51%)

### Encadré 3 : Le rôle ambigu d'Internet, moteur et frein de sociabilité

Les répondants de l'enquête qualitative ont été interrogés plus en détail que ceux des répondants de l'enquête quantitative. Ces derniers n'ont communiqué que sur le temps passé devant les écrans, toute activité confondue, ou sur leur participation à des pratiques collaboratives en ligne.

Les répondants de l'enquête qualitative ont plus largement abordé la nature de leurs activités sur Internet et notamment, leur rapport aux réseaux sociaux. Ces jeunes n'ont **pas de pratique distinctive** des réseaux sociaux. Certains s'y connectent fréquemment, depuis leur smartphone, d'autres moins.

En cohérence avec l'évolution des usages des réseaux sociaux, de moins en moins centrés sur le partage d'informations personnelles et de plus en plus sur la lecture d'informations, les répondants qualitatifs publient peu de contenus sur Facebook. Ce réseau social, leur principal voire unique réseau social, est en grande partie utilisé pour prendre des nouvelles de connaissances rencontrées au cours de leur scolarité ou de leur vie professionnelle.

Internet est donc un facteur de sociabilité pour certains répondants, tout d'abord avec un cercle de connaissances déjà constitué.

Pour certains jeunes, isolés géographiquement de leur famille ou de leurs amis proches, la fonction messenger de Facebook constitue un des intérêts premiers du réseau social. La fonction vidéo est particulièrement utilisée auprès de parents vivant en dehors de la région ou du pays. Certains répondants échangent ainsi tous les jours avec leurs proches. Une répondante emploie également un autre logiciel permettant les conversations de groupe au sein d'un même cercle d'amis.

Cette sociabilité est **parfois vécue, comme un pis-aller**, faute de mieux, en particulier pour les **jeunes répondants éloignés de leur famille**. Pour d'autres, il s'agit d'une forme de sociabilité comme une autre, permettant un contact quotidien et presque permanent avec ses amis les plus proches.

*« Je les vois pas forcément en direct [mes amis]. Mes meilleures amies ont déménagé à Nantes. On utilise un logiciel de chat pour se parler et où on peut se connecter pour discuter. C'est un peu le même principe que Skype mais ça regroupe plusieurs personnes sur une interface. On se parle en jouant. Se voir en vrai, c'est pour les occasions. [...] Ou même dans la journée, via Facebook, on a parlé 2-3 heures ensemble aujourd'hui. Sur l'autre logiciel, on peut s'envoyer des phrases, des photos, des vidéos, des choses comme ça. On se parle sans être en même temps sur le même logiciel. Les gens voient [ce contenu] quand ils sont dispos. C'est beaucoup plus régulier qu'on se parle via l'ordinateur. »  
Jessica, 30 ans.*

**Internet facilite également les rencontres.** Quelques jeunes amateurs de jeux-vidéos jouent parfois en réseau, avec des inconnus comme avec des amis. D'autres fréquentent des forums sur leurs centres d'intérêt. D'autres encore vont ou se sont rendus sur des sites de rencontres. 5 des 21 répondants ont même rencontré leur conjoint actuel sur Internet, que ce soit via des sites des

rencontres ou des chats et forums plus généralistes.

**Plus d'un répondant sur trois a lié des relations durables et perçues comme solides** sur Internet, qu'elles soient amicales ou amoureuses. Internet est alors susceptible de devenir une voie d'accès vers des personnes partageant les mêmes valeurs et que les jeunes n'auraient pas pu rencontrer dans leur environnement habituel. En permettant de s'affranchir de cet environnement habituel, il **libère aussi la parole** et affranchit des critiques portant sur **l'apparence physique**.

*« J'étais tout le temps dans ma chambre. Quand ils [mes parents] se couchaient, j'allais sur internet. C'était le seul moyen de parler à des gens. Je restais sur l'ordinateur jusqu'à 5 ou 6h du matin. [...] Je parlais beaucoup sur internet, ça me soulageait. Je pouvais parler à n'importe qui **sans me sentir jugée** [...] Tous les copains que j'ai eus c'était toujours par internet. Dans la vie de tous les jours, c'était souvent des réponses négatives. Sur internet, on peut tricher, enlever les lunettes. » Clara, 25 ans.*

Les forums, les sites centrés sur des centres d'intérêt, les jeux multi-joueurs rencontrent donc un écho favorable auprès des répondants.

Lorsqu'il est critiqué, Internet l'est exclusivement en relation avec les réseaux sociaux. Si une grande partie des répondants ne s'est pas vue traitée directement d'« inutile » sur un réseau social, une partie s'est sentie en **décalage avec le contenu dévoilé** par leurs amis. L'un des répondants a été victime de **commentaires désagréables** sur Facebook. Bien qu'ayant lié par le passé des amitiés sur des forums, il a fait le choix de ne plus fréquenter les réseaux sociaux.

*« En ce moment, vu que je suis hospitalisé, j'évite les réseaux sociaux et ça fait un bien fou. Je pense que je vais définitivement arrêter les réseaux sociaux. [...] J'ai souvent entendu 'tu sers à rien'. 3 ou 4 fois, on me l'a dit parce que j'étais pas d'accord avec ce qu'il se disait. 'Tu sers à rien' à cause de ma maladie. Avant, j'avais la sensation d'être épié, d'être sujet à la moindre critique. » Romain, 21 ans*

Sans être prise à partie de la sorte, une autre répondante indique se sentir parfois agacée par les personnes partageant des avis dont elle ne se préoccupe pas. D'autres répondants dénoncent le **diktat des apparences ou de la superficialité** imposé par les réseaux sociaux.

*« Le monde tourne autour de l'apparence, c'est essentiel pour certaines personnes, pour les adolescents. Moi, ça m'énerve. » Delphine, 29 ans.*

*« Facebook, j'y vais oisivement. Je fais le tour de l'actualité : qui fait quoi. Mais je trouve parfois que c'est une forme de voyeurisme... mais pas très sain. J'ai l'impression que les gens sont plus épanouis que moi. Parfois, j'ai l'impression que je veux une vie un peu plus saine que de m'exposer sur Facebook. » Antonin, 24 ans*

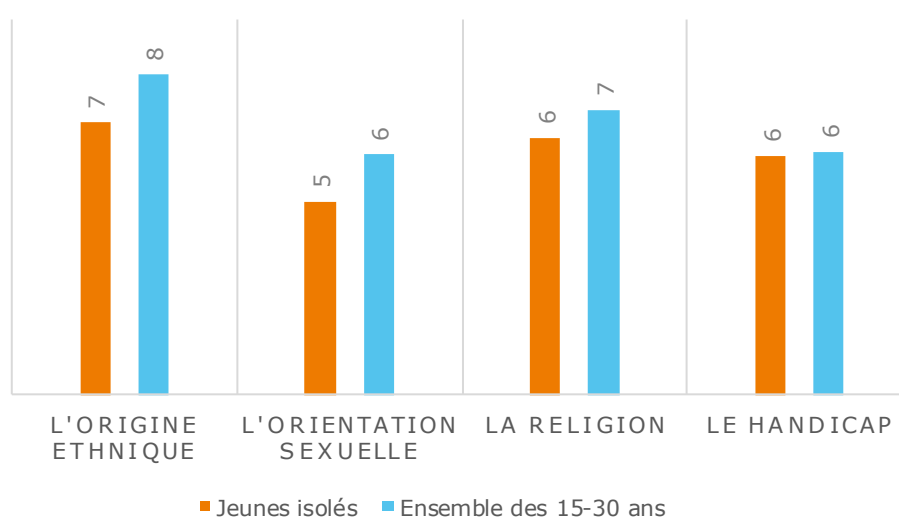
Ces réticences à l'égard des réseaux sociaux demeurent toutefois minoritaires.

## Les jeunes isolés ne se sentent pas plus souvent victimes de discriminations que les autres jeunes

Lorsqu'elles entravent l'accès à l'emploi ou au logement, lorsqu'elles contrarient les conditions d'éducation ou même l'accès à des biens ou des loisirs, les discriminations peuvent potentiellement être source d'isolement. L'enquête quantitative ne permet pas de corrélérer statistiquement l'isolement objectif aux discriminations perçues (Figure 13) : les 17% des jeunes isolés font état d'au moins une forme de discrimination, soit un taux très proche du taux moyen (18%).

**Figure 13 – Pas de corrélation entre les formes ressenties de discrimination et l'isolement chez les jeunes**

*Au cours des douze derniers mois, avez-vous été victime d'une discrimination liée à ..., en % de oui*



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

De manière convergente, une seule répondante issue de l'enquête qualitative fait état de discriminations. Lycéenne, elle s'est orientée vers une filière ne comportant que des hommes et a subi les remarques et comportements sexistes de ses camarades de classe puis de ses collègues. Si ces discriminations l'ont isolée et ont engendré un sentiment de solitude durant son adolescence, elle a pu s'en défaire à l'âge adulte en faisant ses preuves dans son environnement professionnel.

*« J'avais des points communs avec les garçons mais ils ne voulaient pas être vus avec une fille même si on avait les mêmes centres d'intérêt. On se voyait en dehors de la classe mais en classe pas question. Si j'étais avec un garçon en dehors et qu'il y en avait un autre qui arrivait ou même une fille, je me prenais tout de suite des insultes. Il fallait pas qu'ils soient vus avec moi. C'est comme si j'avais été contagieuse, ça aurait été pareil : quand j'étais à l'école, j'avais pas envie de me lever le matin. » Delphine, 29 ans.*

## Les jeunes isolés font état, en revanche, d'une moindre capacité à réagir face à un imprévu ou susceptibles d'aider autrui

D'une façon générale, les jeunes se sentent plutôt **moins bien armés** que leurs aînés pour faire face à un imprévu : ils n'ont pas entamé ou débutent leur vie active, ils n'ont pas encore accumulé de capital ou d'expérience, bref : ils sont plus démunis. Mais **les jeunes isolés le sont plus encore** : seuls 37% d'entre eux estiment pouvoir arriver seuls à faire face à un problème (scolaire, professionnel, relationnel, de santé ...), contre 44% des jeunes en moyenne. La relation entre la capacité à résoudre seul un problème qui se pose et le nombre de réseaux dont on dispose est **linéaire**, s'échelonnant de 34% chez les jeunes sans aucun réseau à 50% chez les plus sociabilisés (Figure 14).

**Figure 14 – Plus on cultive de réseaux de sociabilité et plus on se juge à même de résoudre seul un problème qui se pose**  
En règle générale, face à un problème (scolaire, professionnel, relationnel, de santé), avez-vous le sentiment que ?, en % de réponses « vous pouvez le résoudre seul »



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

Lorsqu'on aborde la **projection dans la réalisation des projets** qu'il s'est lui-même fixé : accéder à un logement, passer son code, faire un voyage, avoir un enfant, les répondants de l'enquête qualitative ont tendance à se montrer plus positifs. En cela, les jeunes isolés semblent assez proches de la moyenne des jeunes, qui globalement portent un regard où la balance penche un peu du côté positif sur leur avenir<sup>35</sup>. Sur ces questions, il n'est probablement pas toujours aisé d'aller jusqu'à une projection dans l'avenir négative. Georges Friedman indique ainsi que « dans nos sociétés compétitives et conformistes où l'individu d'apparence joviale et contente est souvent considéré comme quelqu'un de « bien adapté », « un type qui réussit » et où, en revanche, [...] beaucoup de gens qui se sentent insatisfaits hésitent, sous la pression du milieu, à en faire l'aveu à eux-mêmes et moins encore à leur entourage »<sup>36</sup>.

Les moins confiants sont les répondants les plus fragiles. Les répondants à l'état de santé physique ou psychique fragiles sont moins confiants dans la réalisation de leurs projets que ceux en bonne santé. Les répondants à la santé altérée espèrent bien une amélioration de leurs conditions de vie mais celle-ci ne semble qu'en partie conditionnée aux efforts qu'ils pourraient faire. Les difficultés

<sup>35</sup> Lucie BRICE MANSENCAL, Radmila DATSENKO, Nelly GUISSSE, Sandra HOIBIAN, Sophie LAUTIE, Baromètre DJEPVA sur la Jeunesse, Collection des rapports, CREDOC, INJEP [à paraître à l'automne 2017]

<sup>36</sup> Georges FRIEDMANN, Le Travail en miettes, Gallimard, 1956

financières peuvent également entamer la confiance des répondants dans la réalisation de leurs projets.

Cause ou effet de l'isolement, les jeunes isolés se disent moins souvent **à l'aise** avec **des gens de leur âge** (- 17 points), et ont plus de **mal à exprimer leurs opinions** (-9 points).

Ils déclarent jouir de moins **bonnes relations avec leurs parents**. Ce résultat fait écho à la **théorie de l'attachement**, dont le principe est qu'un jeune enfant a besoin, pour connaître un développement social et émotionnel normal, de développer une relation d'attachement avec au moins une personne (qui est le plus souvent un des parents, mais peut également être une autre personne) qui prend soin de lui de façon cohérente et continue (personne dénommée le « caregiver »). Cette théorie a été formalisée par le psychiatre et psychanalyste John Bowlby<sup>37</sup> après les travaux de Winnicott, Lorenz et Harlow.

De fait, les jeunes isolés présentent systématiquement **une image d'eux-mêmes moins favorable** que la moyenne (- 7 à - 17 points par rapport à l'ensemble des 15-30 ans, Figure 15) : ils ressentent moins souvent un sentiment de fierté personnelle, portent un regard plus critique sur eux-mêmes.

Les jeunes isolés sont **moins souvent fiers d'eux** que les autres jeunes (- 8 points par rapport à l'ensemble des 15-30 ans, Figure 15). L'analyse qualitative révèle que les jeunes souffrant de solitude peinent davantage à trouver des sources de fierté lorsqu'ils se sentent en décalage.

*« Je suis arrivé à un stade où je devrais être autonome. Je suis un peu hors-jeu. Les amis de mon âge, ils ont un logement, des études, ils sont à l'université. C'est assez difficile. » Romain, 21 ans*

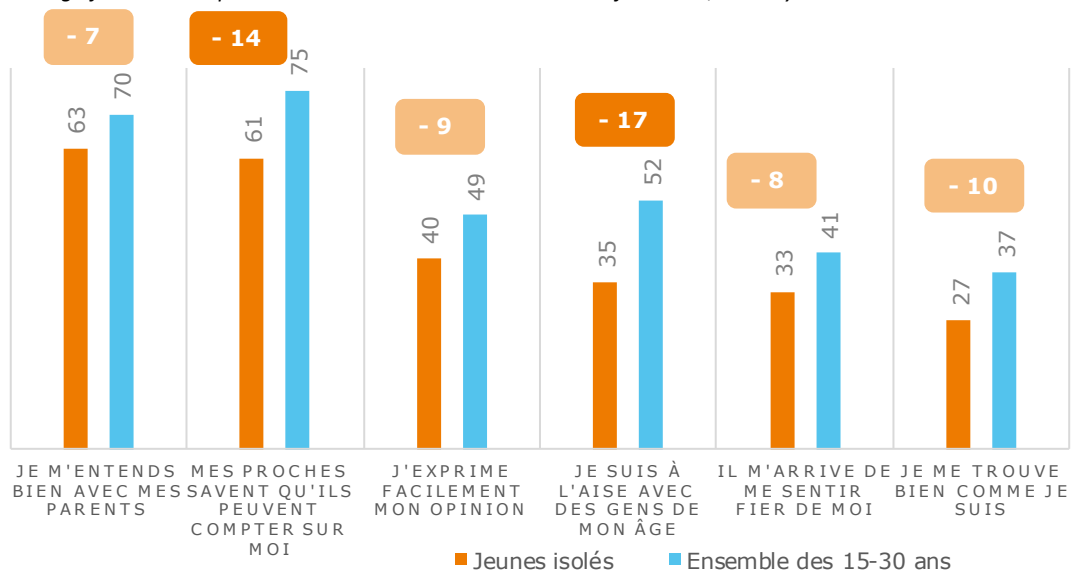
L'obtention d'un travail stable, d'une vie familiale et d'un logement constituent ainsi les plus grands motifs de fierté. Pour les jeunes étant dans une situation plus précaire sur ces différents aspects, la souffrance de **ne pas être à la hauteur de leurs amis** est forte. Ces jeunes peuvent néanmoins trouver quelques sources de fierté, notamment dans leur pratique d'une activité les valorisant (écriture, création audiovisuelle, arts martiaux, théâtre, musique, zumba) ou dans la capacité de s'être sorti d'une situation administrative ou personnelle épineuse.

---

<sup>37</sup> John Bowlby a développé cette recherche dans de nombreuses publications. Citons la première BOWLBY J. : « The nature of the child's tie to his mother », International Journal of Psycho-Analysis, 1958 ; 39 : 350-373.

**Figure 15 – Les jeunes isolés ont une image d’eux-mêmes plus dégradée**

Pour chacune de ces propositions, dites-moi sur une échelle de 1 à 5 à quel point elles s’appliquent à vous ? 1 signifie « ce n’est pas du tout mon cas » et 5 « c’est tout-à-fait moi », en % ayant attribué la note 4 ou 5



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

Autant de fragilités qui se répercutent sur leur capacité perçue à **aider leurs proches** (- 14 points). Interrogés lors de l’enquête qualitative sur la capacité à aider leur entourage si besoin, une grande partie des jeunes répondants fait pourtant **montrer d’une volonté de se rendre utile**. Certains, en voie d’autonomisation, estiment pouvoir rendre de petits services, surtout auprès de leurs parents. La plupart indiquent qu’on ne leur demande pas spécialement service. Pour ces jeunes, à la situation personnelle et financière fragile, aider quelqu’un pour un problème plus sérieux qu’un dépannage semble en revanche **hors de leur portée**.

*« On ne me demande pas spécialement service. [...] Une fois, ma copine a eu besoin [de moi] car elle avait un enfant : je lui ai dépanné les sous, pour acheter les couches. Quand c’est grave, je le ferai jamais. Quand c’est des petites choses, oui, je peux. » Cynthia, 21 ans.*

Les jeunes estiment aussi important de tout simplement s’efforcer **d’écouter** les problèmes des autres. Certains jeunes, le plus souvent installés en couple, rendent effectivement parfois service. Le plus souvent, ces services sont rendus à des membres de leur famille (travaux, déménagement) ou à leurs voisins (personnes âgées). La capacité à être un soutien à l’autre peut créer un moyen de retrouver confiance en soi.

*« J’aide mes parents, quand ils ont besoin d’un coup de main et qu’ils savent que je connais assez bien. C’est assez important » Sylvain, 25 ans.*

*« Ça arrive assez régulièrement, j’aide un peu tout le monde. On m’appelle Mamie car les gens savent qu’ils peuvent venir me voir. C’est essentiel pour moi [de rendre service], pour les gens qu’on aime. » Jessica, 30 ans.*

Mais parfois, rendre des services donne l’impression à quelques répondants – deux particulièrement – d’être une concession à sens unique.



« Nous, le problème, on dit toujours oui aux autres. » Caroline, 30 ans

« Mes parents s'occupent beaucoup des autres et pas assez d'eux. Moi je préfère m'occuper de moi et de ma famille. Pour moi ils se détruisent, ils ne font pas ce que eux ils veulent. On a déjà pas mal de soucis : amoureux, la santé, les enfants. On appelle les gens quand ils sont pas bien. On ne peut pas se rajouter leurs soucis. », Clara, 25 ans.

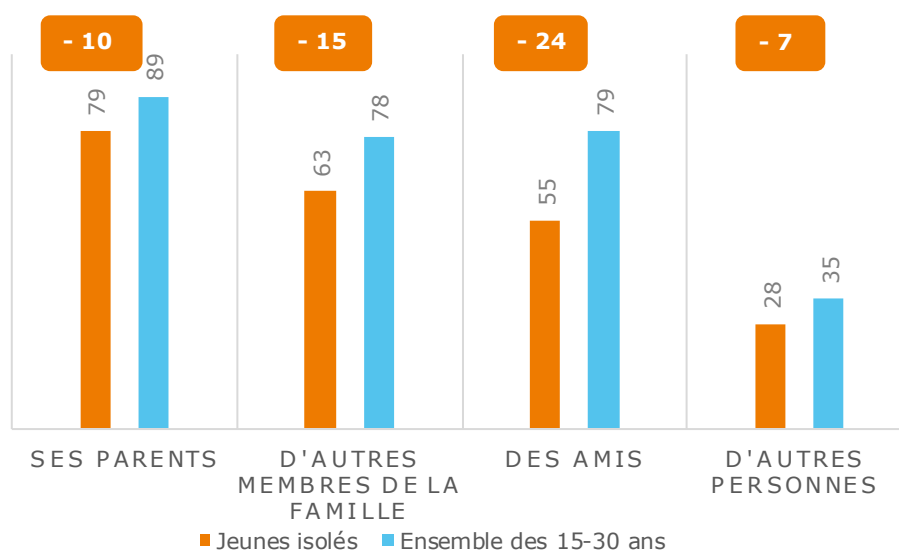
## Moins épaulés, les jeunes isolés sont moins confiants et s'engagent moins

Alors qu'en moyenne un jeune sur deux (48%) pense qu'il est possible de faire confiance aux autres, cette proportion n'atteint que 36% chez les jeunes isolés (- 12 points). Cette **moindre confiance en autrui** est peut-être liée à la moindre possibilité, pour les jeunes isolés, de pouvoir compter sur l'aide de proches en cas de difficultés.

En effet, les jeunes interrogés bénéficient, généralement, d'un entourage bienveillant ; majoritairement, ils savent qu'ils peuvent compter sur leurs proches (parents, amis, autres membres de la famille voir autres personnes hors famille et amis). Seuls 2% des jeunes interrogés ne bénéficieraient d'aucune des aides évoquées. La situation **est bien moins favorable** pour les jeunes isolés (Figure 16), notamment dans le cercle amical (- 24 points de mobilisation possible) ou familial (- 10 points pour les parents, - 15 points pour les autres membres de la famille).

**Figure 16 – Les jeunes isolés ont une moindre capacité ou possibilité de mobiliser des personnes ressource**

*En cas de difficultés ou de coups durs, diriez-vous que vous pouvez compter sur le soutien d'amis ? / De vos parents ? / D'autres membres de votre famille ? / D'autres personnes ? En % de oui*



Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

L'enquête qualitative confirme l'importance de l'entourage dans la capacité à se tourner vers les autres à l'âge adulte.

Les jeunes dont l'enfance fut marquée par une **défaillance de l'un ou des deux parents** (alcoolisme, violence, absence, moqueries, etc.) sont davantage animés d'un sentiment de défiance envers autrui. Ils ont plus souvent le sentiment de ne pas avoir les clefs pour communiquer avec leurs pairs. Ce

sentiment pourrait s'expliquer par un **manque d'apprentissage de la communication et de la sociabilité lors de leur socialisation primaire**. L'école n'a en outre pas toujours pu servir d'institution relais pour cet apprentissage. Pour certains répondants, l'école fut également synonyme d'isolement et de difficultés. Pour d'autres, la nécessité de taire leurs problèmes ou l'envie de ne pas les amener avec eux en classe a opéré un cloisonnement de leurs vies en univers bien distincts : d'un côté le foyer parental et ses problèmes, de l'autre l'école et les camarades de classe à qui on ne laisse rien paraître. Ces jeunes isolés, victimes de troubles durant l'enfance, ne souffrent pas tous aujourd'hui de solitude. Une partie s'est endurcie et semble accepter son isolement faute de mieux.

Pour les jeunes ayant découvert la solitude à l'âge adulte, la question du mode de communication envers autrui est moins prégnante. Tous semblent avoir acquis les bases de la communication avec leurs pairs, et peu s'en défient.

Ces disparités dans le vécu de l'isolement et de la solitude en fonction de l'**âge auquel des difficultés ont été éprouvées** font l'objet d'un traitement approfondi sous forme d'analyse typographique (voir dernière partie de ce rapport, ci-dessous).

Les jeunes isolés présentent une autre caractéristique : ils semblent moins enclins à croire efficaces les engagements en faveur de la participation à la vie publique. 32% d'entre eux, par exemple, pensent **qu'aucune forme de participation à la vie publique** (ni le vote, ni le bénévolat ou la participation à la vie du quartier, etc.) **n'est efficace** (en moyenne, seuls 18% des 15-30 ans sont de cet avis).

Les jeunes interrogés dans le cadre de l'enquête qualitative reflètent cette distance à l'égard de la vie publique et politique. La plupart témoignent de leur réticence voire de leur répugnance à l'égard du vote ou des pétitions.

*« Je déteste tout ce qui est manifestation, pétition. Je n'aime pas ça, je ne sais pas pourquoi, tout ce qui médias, [monde] associatif. » Romain, 21 ans.*

Une partie des jeunes, pour la plupart ceux ayant éprouvé pour la première fois un fort sentiment de solitude à l'âge adulte, adoptent à cet égard un positionnement sensiblement différent. Ces jeunes perçoivent souvent les associations comme un moyen de faire de nouvelles rencontres et en sont plus souvent membres que les autres jeunes isolés.

*« [Pour faire de nouvelles rencontres] J'irai trouver des assos politiques avec des gens d'accord avec moi. » Guillaume, 21 ans*

Afin de synthétiser les liens entre l'isolement des jeunes et les possibles facteurs explicatifs, nous avons procédé à des régressions logistiques, qui permettent d'isoler l'effet **intrinsèque** des différents facteurs. **Quatre éléments** ont une importance de premier ordre (Tableau 3) : **l'âge** (toutes choses égales par ailleurs, les 25-30 ans sont plus isolés), **le fait de consommer de l'alcool** (l'absence totale de consommation signe plus souvent l'isolement du jeune), **la taille du réseau de personnes ressources en cas de difficultés** (pouvoir compter sur un réseau large est possible pour les personnes qui au quotidien, sont les moins isolées : ce lien confirme l'importance de la fréquence de contacts dans la possibilité d'être épaulé) et **la pratique collaborative en ligne** (les pratiquants sont significativement moins isolés).

Deux autres facteurs ont un rôle, mais moins fort : **la situation d'emploi** (les chômeurs, faute d'un réseau professionnel ou étudiant, sont plus isolés) et **le niveau de vie** (quand il est bas, le risque d'isolement est plus important).

Un dernier élément, lié à la construction de la variable apparaît : **le fait d'être en couple ou d'avoir une relation amoureuse**, « protège » du risque d'isolement notamment quand on ne vit pas avec son conjoint. (en effet, lorsque l'individu vit avec son conjoint, mécaniquement ce conjoint ne figure plus dans les réseaux de sociabilité étudiés).

Les autres éléments (y compris le niveau de diplôme, le temps passé sur écran, la satisfaction quant à ses conditions de logement ou de transport ...) sont sans effet propre sur l'isolement objectif des jeunes.

**Tableau 3**

**Toutes choses égales par ailleurs, force des liens entre l'isolement des jeunes et différents descripteurs**  
*Résultats issus d'une régression logistique expliquant l'isolement à partir de 16 variables explicatives*

	Niveau de significativité
<b>Age</b>	<b>***</b>
<b>Consommation alcool</b>	<b>***</b>
<b>Pratiques collaboratives en ligne</b>	<b>***</b>
<b>Nombre de personnes ressources</b>	<b>***</b>
Situation d'emploi	*
Vit en couple	*
Opinion sur le niveau de vie	*
Note de satisfaction logement	-
Vit avec ses parents	-
Consommation cannabis	-
Note de satisfaction transport, déplacement	-
Diplôme	-
Temps passé sur écran	-
Taille d'agglomération	-
Sexe	-
indicateur de discriminations	-

Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

Exemple de lecture : pour expliquer l'isolement des jeunes, dans une régression logistique qui prend en compte simultanément 16 variables, 4 sont significatives au seuil de 1 pour 1000 : l'âge, la consommation d'alcool, la pratique collaborative et le nombre de personnes ressources.

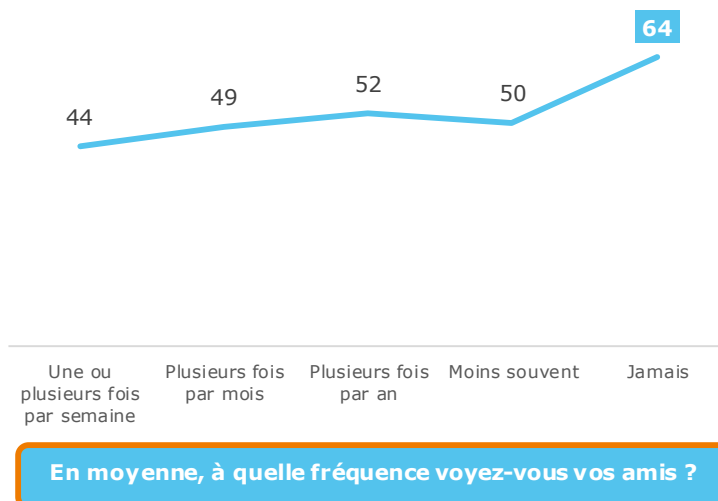
***	Significatif au seuil de 1/1000
**	Significatif au seuil de 1/100
*	Significatif au seuil de 5/100
-	Pas significatif

## Plus les jeunes sont isolés, plus ils ont tendance à assumer cet isolement

Être isolé, c'est notamment ne pas avoir d'amis ou déclarer ne les voir que peu souvent. L'enquête montre que les jeunes affichent ne pas le vivre si mal que ça. En moyenne, un jeune sur deux (52%) est d'accord avec l'idée que « dans notre société actuelle, il est honteux pour une personne de mon âge de ne pas avoir d'amis ». En particulier, ceux qui n'ont pas d'amis sont plus nombreux à refuser cette norme sociale (64%).

**Figure 17 – Moins on voit ses amis et plus on rejette une norme sociale à ce propos**

*Avez-vous le sentiment que dans notre société actuelle, il est honteux pour une personne de votre âge de ne pas avoir d'amis ? en % de « non, plutôt pas »*



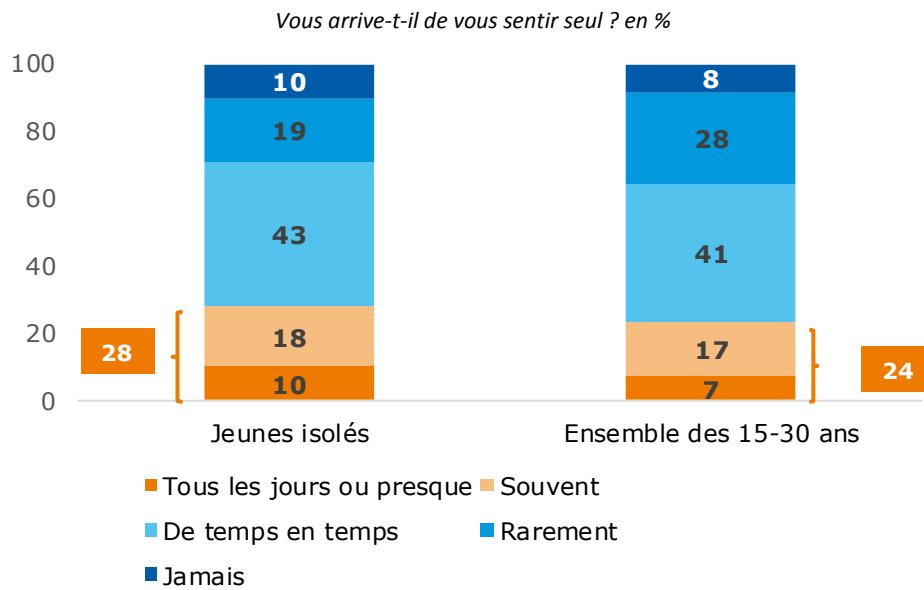
Source : CREDOC, Enquête pour la Fondation de France, 2017

## Solitude ressentie et isolement objectif

### Les jeunes isolés ne disent pas beaucoup plus souvent se sentir seuls

Cela confirme le postulat de départ, isolement et solitude sont deux notions qui ne se recouvrent pas complètement. Le sentiment de solitude est un peu plus souvent quotidien ou fréquent pour ceux qui n'ont que peu ou pas de réseau de sociabilité réel, mais l'écart (4 points) est somme toute relativement faible avec l'ensemble de la population des jeunes de 15 à 30 ans en France.

**Figure 18 – Il n’y a pas de lien net entre sentiment de solitude et isolement chez les jeunes**



L'analyse qualitative confirme cette dimension. Parmi les jeunes isolés interrogés, près de la moitié ne s'estiment pas réellement seuls et certains nient même leur isolement objectif.

En particulier, les jeunes vivant des relations durables et heureuses sans beaucoup d'interactions physiques, mais avec des interactions numériques parfois considérées comme aussi fortes voire davantage que les interactions physiques, ne se perçoivent pas comme isolés.

En outre, l'isolement, même lorsqu'il est à la fois numérique et physique, n'est pas forcément synonyme de solitude pour les répondants qualitatifs.

Plusieurs cas de figures coexistent, et seront développés plus tard dans la typologie des profils d'isolés :

Au sein des isolés **n'exprimant pas de sentiment de solitude** :

- ⇒ certains estiment avoir **choisi** cet isolement, source de souffrance, pour se protéger des autres. Ils ont souvent par le passé ressenti un sentiment de solitude, qui les a conduits à opter volontairement pour une forme d'isolement objectif.
- ⇒ D'autres assument leur situation d'isolement dans **des choix de priorités de vie** où par exemple le travail occupe une place très importante
- ⇒ D'autres ont des **relations solides** avec leur entourage, mais épisodiques car cet entourage est éloigné géographiquement.

Lorsqu'elle est **ressentie**, la solitude adopte des formes variées. Elle se manifeste tour à tour en lien avec plusieurs autres sentiments négatifs pour la plupart et, plus rarement, positifs :

- Un **sentiment de décalage** par rapport aux autres jeunes ou d'un rapport faussé dans les relations avec ces autres jeunes
- Un **sentiment de vide émotionnel, d'imposture**, d'absence de compréhension du registre émotionnel mobilisé dans les rapports interpersonnels
- Un **sentiment de rejet** de la part d'autrui, d'être délaissé
- Un **sentiment nécessaire pour ne pas souffrir** dans ses rapports aux autres, pour se dégager du poids de leur jugement ou des obligations sociales
- En mineur, un **sentiment nécessaire pour être bien**, pour trouver l'inspiration, pour se reposer et prendre du temps pour soi.

Ces différents registres de la solitude seront abordés dans le cadre de l'analyse typographique ci-dessous. Ces derniers s'appliquent en effet davantage à certains profils de jeunes qu'à d'autres, en fonction de leur parcours.

## Socialisation, temporalité de l'isolement et impact sur le sentiment de solitude

### La constitution d'une typologie d'analyse

L'analyse qualitative s'est structurée autour de trois questions de recherche. Chez les jeunes isolés :

- Quelles sont les **causes** du sentiment de solitude ?
- Quelles sont les **conséquences** de ce sentiment de solitude ?
- Quels sont les **leviers** d'action possibles ?

Une première analyse du matériau recueilli a révélé l'influence principale de deux facteurs sur les réponses pouvant être apportées aux questions de recherche pour chaque jeune :

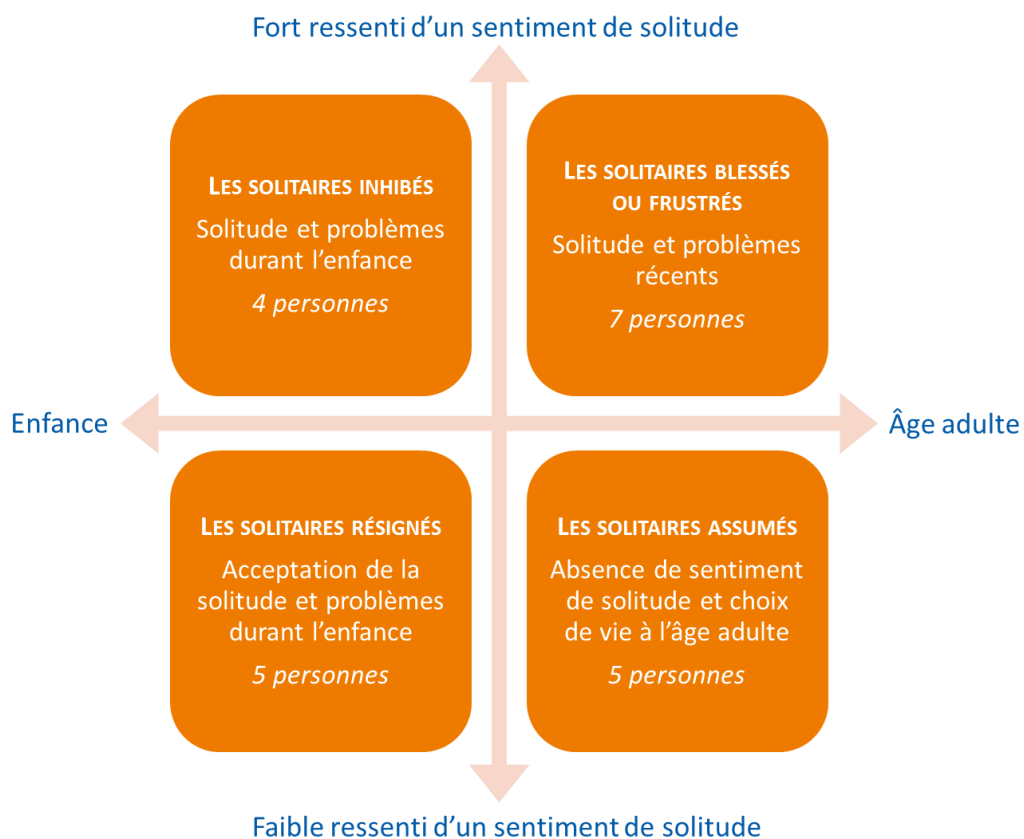
- Le **ressenti personnel** de la solitude
- Le parcours de la personne interrogée, plus exactement le **moment de « rupture »** dans le parcours de sociabilité.

La combinaison de ces deux facteurs répartit les personnes interrogées en **4 catégories** ou profils. Les causes, conséquences et leviers d'action apparaissant dans les discours sont ainsi similaires pour les personnes appartenant à un même profil.

Les quatre profils identifiés sont les suivants :

- Les « solitaires inhibés » : Les **personnes souffrant de solitude**, suite à des problèmes rencontrés durant **l'enfance**
- Les « solitaires résignés » : Les personnes déclarant **accepter leur isolement**, suite à des problèmes rencontrés durant l'enfance
- Les « solitaires assumés » : Les personnes ne s'estimant pas seules et ayant effectué des **arbitrages** défavorables à la diversité de leur vie sociale au cours de leur vie adulte
- Les « solitaires blessés ou frustrés » : Les personnes **souffrant de solitude**, suite à des problèmes survenus **récemment**.

Figure 19 : Typologie des répondants de l'enquête qualitative



## Les « solitaires inhibés » : La poursuite des problèmes connus dans l'enfance, le cercle vicieux et le maintien dans la solitude. (Profil 1 : 4/21 personnes)

Cynthia, Romain, Audrey et Clément<sup>38</sup>

Les personnes appartenant à ce premier profil ont rencontré des difficultés tôt au cours de leur vie. Des violences dans la sphère familiale, l'absence d'un ou des deux parents ou encore un harcèlement scolaire durable et non résolu ont contribué à l'isolement de ces répondants. Ce repli sur soi s'est accompagné d'une perte de confiance en soi et en autrui mais aussi, plus sévèrement, par des hospitalisations, des addictions, de l'errance.

Ce profil de jeunes n'a développé que peu de relations sociales lui permettant de s'intégrer dans la société. Il fait fréquemment état d'un sentiment de vide et de décalage par rapport au reste de la société, à l'absence d'existence de personnes semblables à lui et partageant son vécu ou ses valeurs. Les relations sociales de ces jeunes sont ainsi limitées à de rares amis, plus souvent à des connaissances à qui ils estiment ne pouvoir se confier. Conséquences des problèmes survenus durant l'enfance, la famille est fréquemment en retrait de ces relations sociales.

L'accès à l'autonomie est la première ambition des jeunes de ce profil : l'accès à un emploi, à un logement, le passage du permis de conduire sont des étapes importantes de leur projet professionnel. Souvent en situation de précarité, l'acquisition de cette stabilité y compris financière est un préalable à leur intégration sociale.

Occuper son temps libre peut être perçu par ces jeunes comme un dérivatif à la solitude mais plus encore que la réalisation d'activités, l'apprentissage de la sociabilité, c'est-à-dire de la manière de communiquer avec autrui, d'en devenir proche et de lui faire confiance, semble au cœur des leviers d'actions pour y remédier.

Relations sociales	Rapport à la solitude	Causes	Conséquences	Leviers
Connaissances, rares amies, famille en distance	Vide, isolement objectif, décalage	Absence ou défaillance de la cellule familiale (violences) Harcèlement scolaire (non résolu)	Perte de confiance en soi Sentiment de décalage Envies suicidaires Addictions Hospitalisation Rue Cloisonnement des relations sociales Difficulté à trouver un employeur	Acquérir une autonomie professionnelle, financière, de logement Occuper son temps Apprendre à faire confiance

<sup>38</sup> Tous les prénoms ont été modifiés.



## Une défaillance sévère du cercle familial

Les personnes de cette catégorie sont celles ayant rencontré les problèmes familiaux les plus graves et durables.

Ces problèmes familiaux ont pu être le point de départ d'un parcours de vie accidenté, propice à l'isolement. Cynthia et Audrey, toutes les deux âgées de 21 ans, sont passées par l'Aide Sociale à l'Enfance après des sévices dans leur famille.

Cynthia s'est vue cacher sa véritable identité par sa tante qui l'élevait et a dû subir des violences de sa part.

*« Mes cousins me disaient que je n'étais pas leur sœur, que j'étais adoptée. Je ne comprenais pas que je n'étais pas leur sœur. Pourquoi ils me disaient ça que quand ils se disputaient ? Pourquoi est-ce qu'on me disait 'tu mens' ? Même les enseignants. ' Et vous habitez ensemble ? Mais vous avez pas les mêmes noms !' Elle [sa tante] était tellement dure que j'avais peur d'elle. Même si c'est pas pour taper. Sa façon. Elle tapait avec la ceinture, même si elle le faisait pas tout le temps. » Cynthia, 21 ans.*

Après avoir été maltraitée par sa nourrice, chez qui ses parents l'avaient abandonnée, et violentée par le conjoint de cette dernière, Audrey a été confiée en famille d'accueil puis en foyer, puis vit dans un lieu de vie. Un violent différend avec un membre du personnel entraîne ensuite son expulsion du foyer et le refus des autres foyers de l'accepter. La jeune fille se trouve alors livrée à elle-même, à la rue. Sa mère biologique, prostituée, refuse de la reconnaître comme sa fille ; son père est en prison, ses demi-frères et sœurs sont éloignés géographiquement.

Ces événements sont constitutifs de leur parcours et ont durablement modifié leur regard à l'égard d'autrui. Cynthia regrette encore de ne pas avoir une famille à part entière, Audrey de ne pouvoir compter sur personne. Si la première est à présent en contact fréquent, sur Internet, avec sa mère biologique et peut compter sur son soutien, la seconde reste dépourvue de soutien familial.

Cette défaillance du cercle familial peut aussi s'exprimer non pas comme le fondement des principales difficultés rencontrées par les répondants, mais comme un facteur aggravant. Les deux hommes de l'échantillon, Romain (21 ans) et Clément (29 ans), s'ils n'ont pas été placés, ont pâti d'une atmosphère familiale dégradée durant leur enfance et ne peuvent pas non plus compter sur leur environnement familial pour les aider à surmonter leurs difficultés actuelles.

Ainsi, les parents de Romain n'ont pas pu résoudre les problèmes de harcèlement dont il était victime depuis l'âge de six ans et qui ont conduit à sa dépression, à des pratiques d'automutilation et à de multiples hospitalisations, dont une étant survenue au moment de l'entretien. Confrontés à des problèmes financiers, ils ne peuvent se rendre au chevet de leur fils. Ils n'ont pas non plus la capacité de défendre Romain de leurs deux autres enfants, qui l'insultent et qui les insultent également. A la différence des autres parents des répondants de cette catégorie, les parents de Romain ont tenté de le soutenir, notamment dans ses projets créatifs mais n'ont pas été en mesure de l'aider dans le

dépassement de ses problèmes les plus importants. Romain indique leur faire confiance. Toutefois, il souhaite éviter sa sphère familiale.

*« Vivre chez moi, c'est devenu un enfer à cause de ma sœur et de mon frère, qui me rabaissent, qui en mettent plein la gueule à mes parents. Ça m'énerve plus que tout. Ils me rabaissent sur le fait que j'ai arrêté les cours à 17 ans et que j'ai rien. Que j'ai gâché un potentiel immense. C'est pas évident. [...] Ils sont plus jeunes. Mon frère est en formation, CAP ménager, ma sœur est toujours au lycée. [...] Mes parents, avec ma dépression, c'est très difficile pour eux de m'aider. » Romain, 21 ans*

Clément a quant à lui grandi dans un climat de violence, au milieu des problèmes de communication de ses parents, lesquels refusent toute thérapie familiale.

*« Dans mon enfance, c'était difficile entre mes parents. Il y avait beaucoup de violence. Ma mère, ça n'allait pas trop. Je m'en rendais compte, je m'en suis rendu compte trop jeune. [...] On n'en a jamais parlé à la maison. Ce n'était pas mon rôle de m'y intéresser. J'essayais de les distraire, d'attirer l'attention sur autre chose pour éviter qu'ils se battent [...] Depuis le début du primaire je savais que c'était pas normal. Et jusqu'au lycée c'était comme ça. Ça me travaille toujours. C'est impossible d'en parler avec mes parents [ils ont refusé de faire des thérapies familiales] [...] Je n'ai pas vraiment de relations avec mes parents [en dehors du soutien financier] Mes parents voient peu de monde, ils n'ont pas vraiment d'amis. On ne parle pas à la maison. » Clément, 29 ans.*

Plus âgé, il se plonge dans ses études (médecine puis Cours Florent), il abandonne ses études de médecine, suit le cours Florent qu'il abandonne et s'enferme dans la dépression.

*« La deuxième année [de médecine], c'était beaucoup de boulot. J'ai passé les concours blancs, j'avais des bons résultats, mais au second semestre je n'en pouvais plus. J'en avais marre. Rien que l'idée de refaire l'année d'après, j'ai fait non. Un peu sur un coup de tête. [...] La première année [du cours Florent] s'est bien passée. Je découvrais. Je ne voyais pas le travail, je ne sentais pas la fatigue, j'en redemandais. Je bossais beaucoup plus en seconde année. J'étais le seul garçon qui était sérieux, du coup on me mettait sur beaucoup de rôle. À la fin, j'ai commencé à me sentir très triste. [Il travaille en parallèle le weekend sur les marchés et fait la saison d'été en restauration avec sa copine] J'ai commencé à m'éteindre. J'avais moins de plaisir sur scène, c'était plus de la souffrance. [...] J'ai rejoint ma copine pour la saison en corse. Moi ça n'allait pas. Je ne parlais pas. Je me sentais vide. Je ne mangeais plus [...] J'ai arrêté les cours, quitté ma copine, j'ai pris un appart en sous location, et j'ai enchaîné les petits boulots, des contrats de 2 ou 3 jours. [...] Plongeur ou commis de salle, je ne parlais plus du tout. Je n'avais pas de contact avec ma famille ou mes amis. J'étais invisible au boulot. » Clément, 29 ans.*

*« [...] puis sa mère vient le chercher, il ne peut plus payer son loyer et retourne vivre 18 mois chez ses parents] ça s'est aggravé chez mes parents. Je ne sortais plus de ma chambre. J'ai commencé à avoir des symptômes plus graves que juste la dépression. J'ai commencé à avoir des épisodes d'euphorie, d'angoisse, à entendre des voix. [...] Je buvais tous les jours, et je fumais 2 ou 3 fois par semaine.*

*Ça m'enlevait plus de choses que ça ne m'en apportait, mais j'avais l'impression que le temps passait moins lentement » Clément, 29 ans*

Ne pouvant plus payer ses loyers, il retourne chez ses parents où les symptômes de dépression s'aggravent et où il commence à boire. Il est alors hospitalisé, sur une durée de 6 mois car ses parents refusent son retour chez eux et il n'a pas de logement.

**L'intervention des institutions : pour une moitié, un renforcement du défaut de socialisation, pour une autre moitié, une atténuation de celui-ci**

En dehors de leur cercle familial, les référents adultes des répondants de ce profil ont pu assumer un rôle positif dans le rétablissement d'une forme de sociabilité et de communication ou au contraire, ne pas intervenir favorablement lorsqu'ils étaient au courant des difficultés rencontrées et aggraver le phénomène de distanciation.

L'aide sociale à l'enfance a constitué une aide à la stabilisation de la situation de Cynthia. Les personnes rencontrées dans son cadre sont toujours des personnes ressources, vers qui elle peut se tourner en cas de difficultés.

*« Je sais que j'aurai une personne avec qui je peux parler : mon ancienne conseillère, qui me suit depuis mes 15 ans. Si j'ai envie de parler mais j'essaierai de pas tout le temps le faire. Maintenant, c'est pour prendre des nouvelles. » Cynthia, 21 ans.*

Pour Clément, cette aide institutionnelle extérieure au cercle familial a émergé sous la forme d'une association d'insertion et de soutien psychique, recommandée par un médecin lors d'une hospitalisation. Sans résoudre ses problèmes psychiques, elle lui permet de retrouver une vie plus rythmée.

*« Je tournais en rond. On fume, on attend le repas. On m'avait parlé de l'association mais je ne voulais rien faire, juste dormir et fermer les yeux. [...] je l'ai rejointe par défaut, je tournais en rond à l'hôpital. Là, j'y retourne parce que je n'ai pas envie de rien faire. Il y a des membres avec qui je m'entends bien et il y a toujours quelque chose à faire. J'y vais presque tous les jours pour me remettre dans un rythme normal. Avant ça, j'ai passé trois ans et demi à vivoter. Maintenant, le matin, je me lève tôt pour faire du sport. Je n'ai toujours pas d'amis mais je vois des gens du club. [...] Ça ne change pas radicalement ma vie. Le vide, je le ressens tous les jours, mais ça structure ma journée. [...] Ça ne me fait pas du bien dans la tête, mais ça structure ma journée, je fais quelque chose, je ne suis pas amorphe. [...] Ma vie n'a aucun sens mais au moins je prends soin de mon corps et j'occupe ma journée. » Clément, 29 ans.*

Les tentatives d'aides apportées aux jeunes répondants n'ont pas forcément été fructueuses. Romain raconte ainsi l'incapacité de ses professeurs mais surtout des assistantes sociales à résoudre sa situation de harcèlement par ses camarades de classe. Plutôt qu'une mise en cause des professionnels rencontrés, le jeune homme met en avant leur inaptitude pour résoudre ce type de problèmes. **L'aide institutionnelle est perçue comme devant arriver en amont**, sous forme de sensibilisation, prioritairement à destination des parents des enfants harceleurs.

*« Le harcèlement scolaire. Toute ma scolarité, de la CP jusqu'en première, j'ai été harcelé. Verbalement, on me rabaissait. **On me disait que je servais à rien.** Des fois, on me poussait. [...] Il y a des enfants qui ont besoin d'une tête de turc. [...] Je me suis plaint plusieurs fois [aux professeurs] mais ils faisaient rien. Mes parents aussi [se sont plaints]. C'est dégueulasse. L'Etat s'en frotte les mains. Si je restais encore deux mois en cours, je sautais le pas. Ils pensent pas que ça peut aller jusque-là... C'est pas encore suffisamment clair. Mais ça peut aller jusqu'au suicide ou l'automutilation. Pour les parents des enfants qui me harcelaient, c'était normal. Je n'ai jamais revu les enfants depuis que j'ai arrêté. Jamais une personne ne m'a aidé. [...] Il y avait une seule personne et elle pouvait rien faire [...] C'est un de mes amis depuis 6 ou 8 ans [qui était en classe avec lui]. Les assistantes sociales, elles étaient incompetentes, [...] non pas qu'elles étaient incompetentes, incompetentes, c'est pas le mot : elles m'écoutaient mais elles répétaient juste mes plaintes au conseil de classe. Et il n'y avait pas de sanction mais même s'il y avait eu une sanction, elle n'aurait pas eu d'effet. Ça ne pourrait pas marcher, même des choses très inventives. C'est l'éducation des enfants. » Romain, 21 ans.*

Le contact avec des professionnels est parfois susceptible d'alimenter une situation problématique et une défiance envers autrui. Contrairement à Cynthia, le passage d'Audrey par l'Aide Sociale à l'Enfance n'a pas permis de consolider sa situation. Placée plus jeune, Audrey est victime de violences dans sa première famille d'accueil où elle reste entre ses 9 ans et ses 13 ans. Sa seconde famille est plus tranquille mais elle est ensuite placée en foyer à 15 ans. Le contrat d'alternance dans lequel elle s'est engagée ne se passe pas bien : elle subit les attouchements de son employeur pendant 8 mois. Sa démission marque son expulsion du foyer où elle vivait. Elle se réoriente dans un autre domaine d'études et réside dans un lieu de vie. Sa dispute avec un membre du personnel entraîne son expulsion, à la rue alors qu'elle est mineure. Après 5 ans d'errance pendant lesquels elle devient dépendante à la drogue (cocaïne puis héroïne), elle est acceptée dans un nouveau foyer, qui ferme peu après.

*« Je me suis retrouvée à la rue. C'est super dégradant pour son ego. Tout est dur... L'hygiène... J'étais mineure, je n'avais accès à aucune association. Les gens de la rue ne voulaient pas m'aider car en tant que mineure ils craignaient les problèmes avec les flics. On me chassait à coup de pied. Les flics m'envoyaient dans des hébergements, puis retour à la rue. », Audrey, 21 ans*

Son parcours est ainsi entrecoupé par ses aller-retours entre les structures d'accueil, l'impossibilité d'acquérir une stabilité mais aussi de se faire entendre en cas de difficultés (violences, harcèlement sexuel...). Elle est actuellement hébergée par une personne rencontrée dans la rue.

### **Le défaut d'apprentissage de la communication et l'essor de la défiance**

Les répondants de ce profil ont grandi dans des environnements familiaux ne leur offrant pas toutes les conditions de socialisation primaire dont ils avaient besoin pour s'épanouir.

Les rapports sociaux expérimentés durant l'enfance étaient ainsi bien souvent dominés par la **violence**, des adultes, des enfants, par **une réserve ou des non-dits** ou même par l'impossibilité à faire entendre sa voix. La communication, le dialogue pour exprimer des sentiments, sont les grands absents de l'enfance vécue par ces jeunes.

Une fois parvenus à l'âge adulte, ces jeunes se trouvent confrontés au fait de n'avoir pas appris comment exprimer ses émotions, d'avoir grandi sans modèle et sans espace d'expression personnel.

*« Je n'ai pas d'influence, de modèle, j'ai grandi comme ça. Mon parcours je l'ai fait par défaut. » Clément, 29 ans.*

*« Je ne demande pas quand ça ne va pas. Je n'ose pas. On ne m'a pas forcément autorisée à me plaindre quand ça n'allait pas, en famille d'accueil ou en foyer. [...] j'aide les autres mais je n'arrive pas à demander de l'aide pour moi. Même mon copain je ne lui demande pas d'aide » Audrey, 21 ans*

Cette importance du **modèle parental** ou d'un substitut parental apparaît auprès d'autres profils de répondants, notamment auprès de certaines personnes vivant avec leur solitude suite à des difficultés durant l'enfance, ou d'autres répondants ayant valorisé d'autres domaines de leur vie que la sociabilité amicale.

Ces jeunes, déjà déçus dans leurs rapports aux autres, craignent également de **se rendre vulnérables** en se livrant à quelqu'un ou au contraire de **blessier** leur entourage comme ils ont pu être blessés par le passé.

*« [Quand son ancienne nourrice et mère adoptive la retrouve alors qu'elle vit à la rue] Ça me faisait comme si j'avais une famille, quelqu'un qui s'inquiétait pour moi. Même si elle s'est mal comportée à l'époque, je me suis dit que les gens peuvent changer. Et en effet. Elle m'a aidée financièrement, a proposé de m'héberger. Mais j'ai refusé parce que j'avais peur que ça recommence. [Enquêteur : « la violence ? »] Plutôt qu'elle puisse me manipuler. » Audrey, 21 ans*

*« J'ai pas plus de confiance que ça avec mes amis : mais je peux pas faire confiance à long terme. J'ai été beaucoup déçue, j'ai été beaucoup trahie. Après, j'ai des gens avec qui je m'entends super bien. Je dois travailler sur ça. J'ai des amis qui parlent d'eux, de leurs problèmes, mais moi, j'ai pas envie qu'on parle de moi derrière mon dos après. Je leur parle mais sans parler de toutes ces choses. Je me méfie beaucoup. J'essaie d'être une personne correcte. Je veux pas faire du mal aux gens : j'essaie de pas vexer les gens...j'ai pas envie de projeter ça sur les gens, j'ai tellement été déçue sur les gens. J'essayais de pas répéter aux gens, de faire la part des choses. » Cynthia, 21 ans.*

Certains, comme Clément, indiquent ne pas savoir ce que ressentent réellement les autres dans leurs relations à autrui.

*« Je ressens un creux dans mon sternum, un vide. Je n'ai pas d'émotions. Même si je ris beaucoup, je blague souvent, mais je ne ressens pas grand-chose. Je me sens vide, creux. Ça a toujours été comme ça, déjà dans mon enfance. [...] J'ai l'impression de ne pas ressentir les choses. Même si je m'entends bien avec quelqu'un, il ne me manque pas. Ça me fatigue d'être **différent** des autres, de ne pas savoir ce que ça veut dire [quand quelqu'un vous manque par exemple] **Il y a tout un langage de la vie dans lequel je ne me reconnais pas**. Je ne comprends pas ce que ça veut dire [le vocabulaire des émotions]. Je ne ressens rien dans les expériences de vie. [...] je me sens comme un imposteur dans mes relations aux*

*autres. [...] je n'ai pas les expériences émotives de ceux que j'ai rencontrés dans ma vie, ou que la société peut me transmettre. » Clément, 29 ans.*

Les professionnels semblent ainsi les seules personnes à qui les jeunes confient leurs problèmes. Toutefois, **les répondants ne les identifient pas spontanément comme des personnes sur qui compter**, à l'exclusion de quelques professionnels avec qui un lien durable a pu se tisser. Clément est ainsi devenu membre d'une association, qu'il n'évoque pas comme un lieu de confiance. Audrey se réfère à des appels à l'aide envers son entourage intime (famille d'accueil, conjoint) et ne mentionne pas ses relations avec son assistante sociale.

Cynthia, seule, paraît avoir établi une relation interpersonnelle avec ses anciens travailleurs sociaux.

*« Je n'ai pas trop de famille, je suis un peu seule. J'ai eu des problèmes avec ma famille, même si j'ai des amis. J'ai du mal à faire confiance aux gens, à part les gens qui m'accompagnent. Ils m'ont fait trop de mal. Je suis toujours en contact avec les travailleurs sociaux qui m'avaient accompagnée quand j'étais mineure. Ils appellent de temps en temps. Même si j'ai des démarches à faire, maintenant je me débrouille mais si j'ai un problème ils sont là. » Cynthia, 21 ans.*

Le besoin de « compartimenter » se manifeste donc fortement auprès de ce profil de jeunes qui ne peuvent pas communiquer leurs problèmes à leur entourage. Ceux-ci ne souhaitent pas communiquer leurs problèmes à leur entourage, en dehors des professionnels, par **crainte de la stigmatisation** mais également par **honte** de ne pas être au même stade, professionnel ou relation, que leurs anciens amis. Romain et Clément font tout particulièrement état de ce sentiment de **décalage en termes d'insertion**.

*« Mon ex copine a essayé de me joindre quand j'étais chez mes parents. Elle m'appelait tous les mois, puis tous les 6 mois. Je ne répondais pas. Je n'arrive pas à répondre au téléphone. Je ne saurais pas quoi dire. [...] Il y a des gens avec qui je m'entendais bien, mais je me sens loin, décalé [...] il faudrait peut-être que je reprenne contact, j'ai disparu depuis 5 ou 6 ans. Mais je suis embarrassé de dire que je n'ai pas avancé dans ma vie. J'ai du mal vis-à-vis de ça. » Clément, 29 ans.*

La distanciation de l'autre a pu s'exprimer dès l'enfance.

*« J'y pensais beaucoup à l'école [aux problèmes de ses parents], je me sentais seul. J'ai revu un ami d'enfance il y a 3 ou 4 ans [...] Tout le collège, on avait les mêmes problèmes, mais on ne s'était rien dit pendant le collège. On avait honte. » Clément, 29 ans.*

Ces jeunes sont ainsi confrontés au cercle vicieux de la solitude (cf. rapport 2016). Leurs difficultés durant leur enfance les ont conduits à tenir les autres à distance. Sans modèle de sociabilité parentale, ils n'ont pas non plus intégré les codes pour aller vers autrui. Cet isolement a suscité un sentiment de décalage qui peine à présent à être comblé justement en raison de ces difficultés rencontrées durant leur enfance. Ce défaut de socialisation est en outre susceptible d'entraver leur projet professionnel, lorsqu'il s'agit par exemple pour Romain de trouver un employeur disposé à le former.

Les jeunes de ce profil ressentent un sentiment de solitude, qui prend aussi dans leur bouche la forme d'un sentiment de « décalage » ou de « vide ». Ils témoignent du désir d'être entourés et d'apprendre à aller vers autrui.

*« Je n'ai pas d'amis à Bordeaux [en dehors de la personne qui l'héberge]. C'est compliqué de se faire des amis qui ne sont pas dans la rue. C'est vite fait de se faire des préjugés. [...] je fais beaucoup de photos, je rencontre beaucoup de monde, mais je n'arrive pas à me faire des amis en dehors de ces connaissances, des gens sur qui je peux compter. [...] on ne m'a jamais laissé m'exprimer. Aujourd'hui je suis hyper renfermée. Même avec mon copain, on se prend la tête à cause de ça. [...] » Audrey, 21 ans*

La solitude peut aussi revêtir une forme positive lorsqu'elle permet de s'affranchir du jugement des autres et de la nécessité d'être en conformité avec leurs attentes.

*« Je suis assez isolé en ce moment. Je parle à mon amie, je sors qu'avec elle. Je suis quelqu'un d'assez solitaire : je lis, j'écris. Quand je suis seul, j'ai pas de poids, j'ai pas de pression. » Romain, 21 ans.*

#### **L'envie d'être autonome, d'être utile**

Le besoin d'exister pour soi-même en premier avant d'apprendre à se tourner vers les autres transparaît dans le discours des jeunes lorsqu'ils sont interrogés sur leurs projets futurs.

*« Je commence à passer mon code et j'attends ma demande de logement, puis ensuite je prendrai un appart avec mon copain. Je ne vais pas acheter de voiture pour le moment car je suis à Paris. Et je veux voyager, surtout voyager. J'adore voyager. Ça m'intéresse : découvrir d'autres cultures. » Cynthia, 21 ans.*

La pression sociale n'est cependant pas totalement déconnectée de l'envie de réussir. Le besoin de prouver qu'on est utile est mis en avant pour s'affirmer face aux anciennes critiques dont on a fait l'objet.

*« Tu sers à rien : je l'ai déjà entendu plein de fois chez ma tante. Maintenant, je fais pas attention car je sais que je suis pas comme ça. » Cynthia, 21 ans.*

Au-delà de l'acquisition d'une stabilité professionnelle, il s'agit en définitive aussi de réduire le décalage perçu entre soi-même et les jeunes de son âge.

*[Au sujet des remarques de sa fratrie sur son inutilité] « Je suis arrivé à un stade où je devrais être autonome. Je suis un peu hors-jeu. Les amis de mon âge, ils ont un logement, des études, ils sont à l'université. C'est assez difficile. » Romain, 21 ans*

*« Contrairement aux gens de mon âge, je me suis coupé de mes amis. Je recommence tout juste à avoir une vie sociale [au travers de l'association d'insertion et de soutien psychologique qu'il a rejoint il y a 6 mois] » Clément, 29 ans.*

## Portrait : Cynthia

Cynthia a 21 ans. Elle travaille dans un grand magasin à Paris depuis un an. Elle réside pour le moment dans une structure d'hébergement temporaire et attend avec impatience d'obtenir un logement bien à elle pour 2018.

Née en Côte d'Ivoire, elle est séparée de sa mère peu après sa naissance et confiée à sa tante paternelle, qui vit en France avec son mari et ses enfants. Sa mère reste en Côte d'Ivoire avec sa famille maternelle et son père vient vivre en France, séparément. Cynthia grandit en ignorant qu'elle n'est pas la fille de sa tante et la sœur de ses cousins.

Elle subit les brimades de ses cousins mais aussi le comportement violent de sa tante, qui la néglige, la terrorise et la bat.

*« Elle me tapait. Elle ne me coiffait pas comme sa fille. Elle me donnait les anciens stylos, ceux dont mes cousins ne voulaient plus. Elle ne me traitait pas comme ses enfants. J'étais vraiment triste. Quand j'étais petite, je m'étais dit 'c'est ma mère'...mais je savais pas. [...] » Cynthia, 21 ans.*

Sa tante empêche également sa mère biologique d'entrer en contact avec elle.

*« Ma mère, elle appelait tout le temps chez ma tante mais j'avais pas le droit de l'avoir au téléphone. » Cynthia, 21 ans*

À l'école, elle noue des contacts avec quelques enfants qu'elle apprécie mais évite de leur parler de ses problèmes.

*« Je m'entendais bien avec quelques filles, elles étaient pas méchantes. » Cynthia, 21 ans*

L'univers scolaire ne lui permet pas de s'affranchir totalement de ces difficultés. Les enseignants l'interrogent sur son nom de famille, qui varie d'un établissement ou d'une année à l'autre et n'est pas le même que celui de ses « frères et sœurs ».

À l'âge de 13 ans, elle est placée en raison de la maltraitance de sa tante. Elle souhaite initialement retourner dans son foyer, auprès de sa tante, mais se rétracte.

*« Aujourd'hui, je n'ai plus de ses nouvelles donc je me sens vraiment mieux. J'ai eu de la chance de prendre cette décision. Quand je suis partie à treize/quatorze ans, j'avais demandé un retour [mais elle n'est finalement pas retournée vivre auprès de sa tante]. » Cynthia, 21 ans.*

Elle prend conscience à cette étape qu'elle n'est pas la fille de sa tante et qu'elle n'a aucune identité juridique. Sa tante refuse en outre de lui communiquer tout document officiel pouvant être en sa possession, comme son acte de naissance.



*« Ça a été un choc de ne pas avoir de documents et l'idée de mon parcours ensuite, le fait que j'ai personne. De me rendre compte que ça va être compliqué. Que je dois compter que sur ma mère. » Cynthia, 21 ans.*

La jeune fille est horrifiée de découvrir qu'elle n'est pas celle qu'elle croyait et qu'elle n'a pas d'existence légale. Elle initie alors des contacts avec sa mère biologique, qu'elle rencontre une fois à l'occasion d'un voyage en Côte d'Ivoire. Commencent alors pour Cynthia et sa famille restée en Côte d'Ivoire de longues démarches pour attester de son origine.

*« C'était vachement dur et long. Ça me faisait peur. [...] J'avais peur que la préfecture refuse. A l'école, on mélangeait mes trois premiers [pré]noms et là il faut leur dire, c'est moi, la même personne. » Cynthia, 21 ans.*

Cynthia peut donc compter sur **l'aide de sa mère et de son oncle maternel** pour faire les déplacements et les formalités nécessaires en Côte d'Ivoire. En France, elle n'a plus de contact avec sa tante mais est **entourée par des travailleurs sociaux** en qui elle a confiance et avec lesquels elle est restée en contact depuis.

*« Ma tante en France, elle n'a jamais fait aucune démarche pour moi...c'est maintenant que j'ai eu mes papiers. Je vais avoir la naturalisation. Alors que je suis chez elle depuis mes 1 an. Je pense qu'elle ne me voulait pas du bien. L'identité, c'est important. Tu ne peux pas faire .... Je n'avais rien du tout comme papiers. Elle a refusé de me donner des documents. » Cynthia, 21 ans.*

Aujourd'hui en voie d'être naturalisée, Cynthia est fière de son parcours. Avec son travail stable, son identité retrouvée, ses nombreuses activités sportives (fitness, zumba), il ne lui manque plus que son propre logement pour se sentir pleinement autonome. Elle prévoit ensuite de partir à la rencontre d'autres cultures en voyageant et peut-être par la suite, de s'établir avec son petit ami. Elle s'estime confiante pour l'avenir.

Cependant, ses années de souffrance ont laissé leur empreinte sur son caractère et sur la confiance qu'elle accorde aux autres. Elle évoque à peine son petit ami, en arrière-plan de sa vie. Si elle accorde encore sa confiance aux travailleurs sociaux qu'elle a connus mineure, elle n'a pas d'amis de son âge à qui se confier. Elle ne donne pas ses coordonnées à ses connaissances. Elle craint les ragots si elle s'exprime. Bien qu'elle puisse être la confidente de certaines de ses relations, cette relation est à sens unique. Une seule personne lui semble digne de confiance : une jeune femme qu'elle a rencontrée il y a 3 ans lors d'une recherche d'emploi. Il s'agit de la seule amie qu'elle voit régulièrement. Elles partagent un point commun : celui de ne pas avoir eu de famille.

*« Je n'ai pas beaucoup d'amis. Il y a certains avec qui je suis restée en contact du collègue, du lycée ou du travail. Après j'avais un copain. C'est des gens avec qui je suis en contact mais je donne pas mon numéro. Si on se parle jamais, ça ne sert à rien qu'ils aient mon numéro de téléphone. [...] J'ai eu une très bonne amie : il y a trois ans en arrière, on faisait la queue ensemble pour un poste dans un resto. Elle habite pas loin, on s'appelle. C'est la seule que je vois. Elle me respecte. J'ai pas eu de problèmes avec elle. Elle n'a pas eu une vie de famille [non plus]. Elle m'appelle pour me demander comment ça va. Elle prend de mes nouvelles. » Cynthia, 21 ans.*

Elle reste aussi en **contact vidéo** avec sa famille de Côte d'Ivoire, qui lui a prouvé qu'elle était prête à lui venir en aide, mais qui reste éloignée géographiquement.

*« [Sur Internet,] j'ai aussi, ma mère et son frère avec qui je peux parler parce qu'on utilise messenger [sur Facebook]. On peut se voir, c'est plus cool. Je les appelle un petit peu, ils m'ont beaucoup aidé pour les démarches administratives. Donc je les appelle pour prendre des nouvelles. C'est plus eux qui m'ont aidée. » Cynthia, 21 ans.*

Cynthia a conscience que son rapport aux autres est singulier. Elle indique spontanément qu'elle aimerait **apprendre à faire confiance** mais cet apprentissage semble délicat tant elle se sent parfois en décalage avec les autres jeunes de son âge.

Elle déplore notamment de ne pas avoir pu grandir comme une fille normale, ce qui l'isole de ce que ressentent certaines de ses amies. Son désir de faire confiance est également limité par son désir de **se débrouiller** par elle-même, source d'accomplissement pour elle.

*« Ma tante, elle m'a mise à l'écart. Ça me manque beaucoup quand je vois des copines avec leurs parents. C'est vraiment des choses que j'aurais aimé avoir.[...] j'aurais aimé qu'il y ait eu mes parents. Comme ils ne sont pas là, ils ne savent pas comment les choses avancent. Ils ne savent pas mon ressenti. » Cynthia, 21 ans.*

*« Aujourd'hui, je suis fière de mon parcours, surtout sur les démarches administratives. Je suis très contente. J'arrive à me protéger. J'ai plus envie d'être en lien avec elle : je lui dirais juste bonjour par respect. Mes cousins, c'est moins pire qu'avec ma tante, mais c'était compliqué. Je préfère même plus être en lien. » Cynthia, 21 ans.*

Si la jeune femme se sent toujours seule, elle estime être en meilleur état de santé qu'il y a quelques années.

*« Ça va mieux la déprime. J'ai remonté le moral » Cynthia, 21 ans.*

## Les « solitaires résignés » : Surmonter ses problèmes : un isolement bien ancré et choisi, pour se protéger. (Profil 2 : 5/21 personnes)

Mathilde, Sylvain, Clara, Paulin, Charlotte<sup>39</sup>

Les personnes appartenant à ce second profil ont également été confrontées à des difficultés **dès leur enfance**. Elles sont intervenues également dans la sphère familiale, souvent ici par l'absence d'une figure parentale, ou dans la sphère scolaire, sous forme de harcèlement. Des problèmes de santé, physiques ou psychiques, ont également pu survenir. Leur réseau social a ainsi été fragilisé dès l'enfance. Ces jeunes ont parfois dû être suivis pour des troubles psychologiques ou des addictions.

Les difficultés se sont **poursuivies à l'entrée à l'âge adulte**, soit par du harcèlement dans le contexte professionnel, soit par un isolement géographique ou « générationnel » - les opportunités de contact avec les jeunes de leur âge étant rares. Certains des répondants de ce profil doivent en outre composer avec un faible niveau de vie.

Conséquence de ces problèmes durables, ce profil de jeunes s'est replié sur lui-même et un mono-réseau, constitué de leur **famille souvent au sens nucléaire stricto sensu**. Ils peinent aujourd'hui à faire entendre leur avis et à avoir confiance en eux, y compris au sein de ce réseau social.

La solitude est peu présente dans le quotidien de ces répondants. Ces derniers ont le sentiment d'être entourés, même si ce n'est que de quelques proches parents. La plupart estiment même **l'isolement nécessaire pour ne pas souffrir** des actes ou des commentaires d'autrui. La solitude est dès lors **nécessaire à leur bien-être et à leur équilibre psychologique**.

À l'image des jeunes de la catégorie précédente, une des principales ambitions de ces jeunes répondants est de **consolider leur situation professionnelle**. La stabilité de leur cellule familiale est pour eux le garant de ne pas sombrer dans la solitude. Renforcer cette cellule familiale, par une rencontre, par la naissance d'un enfant, figure très souvent dans leur projet. L'utilisation d'Internet pour rencontrer des personnes similaires à soi-même peut aussi être perçu comme une barrière à la solitude, bien que les jeunes y faisant référence y parlent au passé : ils s'en sont servis pour faire une rencontre amoureuse et ne le font plus actuellement, étant déçus des autres.

Pour les jeunes victimes de troubles psychiques, les leviers d'action pour contrer la solitude passent avant tout par l'obtention d'un état d'équilibre psychologique.

---

<sup>39</sup> Tous les prénoms ont été modifiés.

Relations sociales	Rapport à la solitude	Causes	Conséquences	Leviers
Stabilité grâce à la <b>famille nucléaire</b> . Les autres ne sont pas « nécessaires ». Renforcer la stabilité de cette famille (leviers)	<b>Nécessaire</b> au bien-être psychologique Nécessaire pour ne pas souffrir à cause des autres <b>Peu présente</b> : sentiment d'être entouré par ses quelques proches	Absence familiale (souvent du père) Harcèlement scolaire Démence Problèmes de santé Manque d'argent (facteur aggravant)	Repli sur soi Addiction Suivi psychologique Perte de confiance Difficulté à faire entendre son avis	Trouver un nouveau travail Faire une rencontre amoureuse Avoir un enfant Communiquer sur Internet Acquérir une stabilité psychologique

### Une solitude ancienne

Ces personnes ont fréquemment connu une **rupture** dans leur parcours familial durant leur enfance : divorce de leurs parents, absence d'un des parents, problèmes psychologiques d'un ou des deux parents (alcool, violence).

*« Mon père était alcoolique et il tapait ma mère. On passait des nuits dehors car il avait trop bu. [Lors de son adolescence], mes parents se sont séparés. Ma mère a eu un copain et ils ont décidé qu'ils allaient vivre à Bordeaux. Moi non, donc je suis restée avec mon père. » Charlotte, 25 ans.*

*« [Ma mère] m'a élevée de façon modeste. Seule. Mes parents se sont séparés après ma naissance. [...] Je l'ai vu [, mon père,] il y a peu pour la première fois. Je voulais voir ce qu'il en était, s'il était égoïste [comme me le racontait ma mère]. Je n'envisage pas de le revoir sauf par la force des choses. Ça ne me dérange pas, c'est pas grave. » Mathilde, 21 ans.*

Sans être physiquement violents envers leur enfant, certains parents n'ont **pas su être présents** lorsque celui-ci a rencontré des problèmes dans son rapport aux autres, par exemple à l'école comme dans le cas de Clara, 25 ans.

*« Quand j'étais au collège, j'ai fait une dépression. Je me suis sentie délaissée par mes parents. Ils ne me posaient pas de questions. [...] Comme j'étais en surpoids, ma mère a acheté une Wii pour faire du sport. Mon père me disait « t'es costaud », des moqueries. Je n'avais pas envie de me confier. Et ils ne venaient pas me chercher, comprendre pourquoi j'étais dans ma chambre. [...] on se moquait de moi de toute façon, je préférerais éviter les gens. » Clara, 25 ans.*

Également harcelé à l'école, Sylvain 25 ans, ne mentionne pas du tout ses parents avec lesquels il vit actuellement, lorsqu'il évoque l'événement. Les référents adultes sont alors les éducateurs qui, à l'image du père de Clara, sont également auteurs de moqueries.

*« Quand j'étais plus jeune, j'étais dans un internat. On était rentrés de vacances. Ils ont demandé ce qu'on avait fait. Certains ont rien dit, on leur a rien dit. Moi,*

*j'ai dit que je m'étais intéressé à quelque chose et je me fais vanner par un éduc'. Dans cet internat, personne ne m'aimait. La dernière année, c'était difficile, moralement. Il n'y avait pas beaucoup d'éduc qui m'aimaient et niveau des jeunes, c'était zéro. Déjà, j'étais plus âgé, j'avais pas les mêmes passions et on me respectait pas forcément. Je ne parlais pas. J'ai passé le plus de temps dans mon coin. Les seuls amis que j'avais, c'était ceux hors internat, au collège et je voulais pas leur parler. J'étais dans une annexe de l'internat, dans une autre ville et j'étais à l'école ordinaire [avec d'autres élèves de l'internat]. Heureusement, on n'était pas dans la même classe. C'est même allé jusqu'à des insultes. Y'a rien à faire. Quand ça a mal tourné, ils [les éducateurs] ont réagi mais au-delà... » Sylvain, 25 ans.*

La fragilisation du lien parent-enfant peut également être causée par le répondant lui-même. L'expérience de Paulin, 30 ans, se démarque quelque peu ici des autres répondants de ce profil. Victime d'un **problème psychique** durant l'adolescence, il a instauré une relation de distance par rapport à ces parents qu'il ne reconnaissait plus.

*« J'ai eu de grosses crises d'angoisse entre le 3<sup>e</sup> et la 2<sup>nd</sup>e. [...] Je revenais de colonie et j'avais pété un plomb et ils m'avaient raccompagné chez moi. Je suis arrivé sur le quai de la gare, j'ai pas reconnu mes parents. Ils ressemblaient vaguement. Ils étaient sans leurs lunettes. [...] J'étais complètement out. Je me disais 'je suis avec des inconnus dans la voiture. Ils sont exactement pareils mais...' C'était difficile. Avec le recul, ça va car je vois que c'était moi qui avais pété un plomb. Je pensais qu'on avait refait un monde, qu'on avait recréé un monde parallèle. Avec exactement les mêmes repères mais tout un peu différent. J'ai été hospitalisé directement après. J'avais pas encore 16 ans donc je ne pouvais pas aller en psychiatrie. Ils m'ont mis en gériatrie et j'ai pas compris. » Paulin, 30 ans.*

Ces répondants ont donc connu des moments de solitude liés à leurs problèmes : Charlotte face à l'alcoolisme de son père, Sylvain et Clara en proie au harcèlement scolaire ou encore Mathilde dans son décalage avec les autres jeunes, d'un milieu social plus favorisé. Placé en foyer à sa majorité, Paulin a aussi connu des moments de solitude.

*« Il y a des moments où j'étais seul. Je ne voyais personne à qui je pouvais parler. J'ai eu de gros moments de solitude face à des problèmes. Un coloc avait des activités toute la journée et l'autre sortait pas : je m'occupais mais c'est...[...] Et après, j'ai intégré l'asso [...] pour tisser des liens. » Paulin, 30*

Dans tous les cas, le moment initial de **repli sur soi date de plusieurs années** et les personnes interrogées ont développé des stratégies pour faire face à ce contexte de solitude.

### Une acceptation de la solitude en demi-teinte

Une de ces stratégies trouve sa source au niveau des représentations. La solitude ou plutôt l'isolement **devient une force pour guérir**, se mettre à l'abri. Elle est dès lors perçue positivement.

*« Mes parents s'occupent beaucoup des autres et pas assez d'eux. Moi je préfère m'occuper de moi et de ma famille. Pour moi ils se détruisent, ils ne font pas ce que eux ils veulent. On a déjà pas mal de soucis : amoureux, la santé, les enfants.*

*On appelle les gens quand ils sont pas bien. On ne peut pas se rajouter leurs soucis. » Clara, 25 ans.*

*« Je me confie pas spécialement. J'aime bien garder certaines choses pour moi. » Sylvain, 25 ans.*

*« Je ne me sens pas forcément seul. Il y a des moments où j'ai besoin d'être seul. [...] J'aime bien avoir des temps où je respire, où j'écoute de la radio. » Paulin, 30 ans*

Cette valorisation de la solitude et la focalisation sur la seule sphère familiale pourrait toutefois n'être qu'une **rationalisation a posteriori** du sentiment de solitude ressenti, c'est-à-dire une manière de se présenter sous un jour favorable une situation vécue pourtant considérée en son for intérieur comme défavorable.

Ces jeunes répondants indiquent ainsi majoritairement être disposés à faire de nouvelles rencontres. Ils en sont toutefois dissuadés par leur nature peu sociable.

*« Les nouvelles rencontres, ça peut être intéressant. Je le fais pas spécialement. Comme je sors pas beaucoup, rencontrer du monde, c'est pas évident. Quand je sors, on ne me remarque pas spécialement. Donc moi, je ne vais pas spécialement vers les autres. » Sylvain, 25 ans.*

*« De nouvelles rencontres, j'aimerais bien mais faut voir dans quel cadre. C'est toujours intéressant. Moi, j'ai du mal. Si c'est des amis d'amis, c'est plus simple. On a des trucs en commun quoi. Après on verra ce qui se passe. [...] Le contact avec des gens, socialement, c'est intéressant. Avoir des points communs, discuter, mettre de côté la maladie. » Paulin, 30 ans.*

*« Je suis quelqu'un de très renfermée sur moi-même. Je ne suis pas très ouverte quand je ne connais pas une personne : si la personne ne vient pas vers moi pour me parler, je ne vais pas lui parler. Une collègue au travail, elle est très bavarde et ça fait 4 ans que je travaille là où je suis...Eh bien, j'ai mis un an et demi pour devenir son amie. [...] » Charlotte, 25 ans.*

Ils témoignent en outre d'un sentiment de **décalage** envers autrui, qui leur fait préférer l'entre-soi. Ce décalage peut être social, comme pour Clara et Mathilde.

*« Ca me manque de ne pas voir d'autres personnes de notre âge. Des gens comme nous. Mais il n'y en a pas beaucoup qui sont comme nous. On se sent différents par rapport aux gens de notre âge. » Clara, 25 ans.*

*« J'essaye d'être simple, et eux non. Ils font des manières. Ils sont hautains avec les autres, avec moi ou d'autres. C'est un ressenti. C'est la majorité des personnes, c'est dommage [...] On ne vient pas du même milieu. Eux ils sont en proche banlieue parisienne. Ils se sentent mieux, ils sont plus riches. Ma mère n'a pas toujours été cheffe d'entreprise. » Mathilde, 21 ans.*

Le décalage est également en lien avec l'**état psychique**. Ainsi Paulin opère la distinction tout au long de l'entretien entre le milieu « ordinaire », non médicalisé, et le sien, liée à sa maladie. Il réalise le même distinguo entre ses amis malades et les autres.

*« Une grande partie de mes amis ont connu des épisodes psychiques et j'ai d'autres amis qui sont aussi pas concernés. Y'en a que j'ai rencontré à des anniversaires de potes ou dans la vie, dans des activités. Les anciens amis, c'est surtout quand j'étais en soins études. Et puis au lycée mais ils étaient pas au courant de ce que j'avais. » Paulin, 30 ans.*

### Une famille refuge

Une autre des stratégies de gestion de la solitude adoptée par les répondants est le **repli sur la sphère familiale**. La famille devient alors un refuge, c'est-à-dire un espace où les jeunes peuvent être eux-mêmes avec leurs semblables, loin des autres et de leurs attentes.

Parfois, les parents sont toujours présents – à distance psychologique (on ne se confie pas sauf en cas de problème) – et offrent une présence sécurisante, surtout pour les jeunes toujours célibataires.

*« Je me sens pas vraiment seul vu que je vois mes parents. [...] Ça ne me dérange pas. Je peux faire les choses plus tranquillement. » Sylvain, 25 ans.*

Lorsqu'ils sont distants ou absents, la belle-famille les remplace parfois dans le rôle de personnes sur qui compter.

*« Je compte sur mes beaux-parents. Mes parents, je ne compte pas dessus. Je ne parle plus à ma mère depuis 2 ans. Mon père ne savait pas que j'étais mariée. Cela faisait six ans que je ne lui parlais plus. Mon mari m'a poussée à lui parler quand j'étais enceinte. Il avait des problèmes d'alcool. [...] Depuis ma dépression, ce n'est plus comme avant. Ma belle-mère prend moins de mes nouvelles. Mais après, je ne suis pas quelqu'un qui cherche toujours des nouvelles de quelqu'un. Je ne suis pas du genre à prendre des nouvelles et ce n'est pas pour autant qu'on ne peut pas compter sur moi. Il faut qu'on vienne vers moi. » Charlotte, 25 ans*

Le **conjoint** représente toutefois le pivot de ces relations focalisées sur la famille. Le quotidien des répondants, et plus particulièrement des répondantes de ce profil (Clara, Mathilde et Charlotte), est fortement centré sur leurs interactions familiales avec leur conjoint.

La rencontre de leur conjoint et la constitution de leur propre cellule familiale a répondu à un besoin de stabilité et de relations solides. Ainsi, Charlotte qui indique avoir vécu une enfance « compliquée », décrit la rencontre de son mari avec qui elle vient d'avoir une petite fille de 2 mois, comme l'événement le plus positif de sa vie :

*« La meilleure chose qui me soit arrivée, c'est quand mon mari est rentré dans ma vie. J'ai eu la possibilité de refaire un CAP coiffure et j'ai fait mon CAP. Il m'accompagne, me pousse à faire ce que j'ai envie de faire. Il m'ouvre les yeux. » Charlotte, 25 ans.*

Clara, harcelée à l'école et au travail, inaudible au sein de sa famille, a utilisé Internet pour discuter avec des personnes partageant ses centres d'intérêt et y a rencontré son mari avec qui elle a deux jeunes enfants. Mathilde se satisfait elle aussi de ses relations exclusives avec sa mère et son copain et vise l'achat d'une maison avec ce dernier.

Trouver un conjoint qui partage les mêmes centres d'intérêt et le même rapport à l'autre est cependant susceptible d'engendrer un **cercle vicieux**, celui-ci ayant également peu d'amis ou ayant également développé une méfiance envers autrui.

*« Mon conjoint n'aime pas trop sortir de la maison. Il sort quand on fait les courses. C'est rare, même pour les fêtes de famille. Il est très solitaire. [...] j'ai de la famille en Auvergne, mais on n'y va pas souvent. C'est difficile avec les habitudes des enfants, ils sont décalés, ils pleurent beaucoup. J'évite de trop sortir aux heures où il faut qu'ils mangent ou fassent la sieste. [...] le cinéma ça fait bien 6 ans que je n'y suis pas allée. Mon conjoint sort peu... » Clara, 25 ans.*

Cette rencontre peut également **réduire la capacité** à s'exprimer et à prendre des décisions par soi-même. Ainsi Charlotte a souffert de l'omniprésence de sa belle-mère dans leurs relations, notamment au moment de la naissance de sa fille, seule instant où elle indique s'être sentie véritablement seule.

*« Elle ne voulait pas comprendre que j'avais certaines exigences par rapport à ma fille [qu'elle gardait]. Je suis rentrée en conflit avec elle et ça a été une des causes de ma dépression. Ma belle-mère prenait ma fille pour la sienne. C'était pas évident, surtout pour un premier, ce n'est pas évident. » Charlotte, 25 ans.*

De retour au travail, la jeune femme a vécu une dépression post-partum et est en arrêt maladie depuis. Ses relations avec sa belle-mère, si elles restent cordiales, se sont distendues. Elle indique avoir souffert de solitude au moment de cette dépression, devant l'incompréhension de sa belle-famille et de son mari.

Pour Paulin, le refuge n'est qu'en partie sa famille en raison de la forme prise par ses troubles psychiques – il ne les reconnaissait plus comme ses parents. Le jeune homme rend visite à ses parents le samedi ou dimanche soir toutes les semaines et y passe également ses vacances.

*« Je m'entends bien avec eux mais disons que j'ai pris une certaine distance même si je sais qu'ils seront toujours là. [...] Un jour, ils ne seront plus là non plus donc oui, je suis assez proche de ma famille et de mes parents. »*

Son véritable refuge réside davantage dans **l'association** dans laquelle il réalise des activités. Il y passe en moyenne deux jours par semaine, y réalise des activités et y noue des connaissances avec des personnes aux centres d'intérêt similaires, qu'ils considèrent comme des amis.

À l'exclusion de Mathilde qui indique n'avoir aucun ami, les autres jeunes interrogés ont comme Paulin quelques relations d'amitiés en dehors de leur cercle familial. Celles-ci sont néanmoins rares, se limitant souvent à un ou deux amis ou même à des connaissances : depuis le début de sa dépression, Charlotte rencontre physiquement ainsi un de ses anciens amis de lycée une à deux fois par mois ; Sylvain croise des connaissances à la mission locale – des relations, non des amis – et prend des nouvelles d'anciennes connaissances sur les réseaux sociaux une à deux fois par mois et Clara croise deux anciens amis de lycée 2 fois par an.



## Portrait : Clara

Clara a 25 ans. Elle vit en couple et a deux enfants de 3 ans et de 1 an. Détenrice d'un BTS hôtellerie-restauration, elle travaille en CDD à temps partiel (25 heures hebdomadaires) dans une boucherie Leclerc avec des horaires décalés. Son conjoint est autoentrepreneur dans l'informatique depuis 5 mois, faute de trouver un emploi salarié. La famille réside dans une maison en logement social.

Clara a perdu confiance en autrui **très tôt** au cours de sa vie. Elle est harcelée à l'école en raison de son surpoids et les camarades qu'elles considèrent comme ses amis ne la fréquentent que pour profiter de ses jouets. Elle sombre dans la dépression et ne parvient pas à communiquer avec ses parents ou ses grands-parents. Son père se moque de son poids, sa mère lui propose des solutions qu'elle juge inadaptées. Ses relations avec ses parents se détériorent et à l'adolescence, elle s'enferme dans sa chambre et n'en sort plus que la nuit, quand ses parents dorment, pour aller manger et chatter sur Internet.

*« C'est compliqué de faire confiance aux gens. Déjà à l'école, j'étais costaud par rapport à ma taille. J'avais les moqueries de tout le collège. Ils me jetaient des chewing-gums dans les cheveux, se moquaient de moi. Je n'avais pas beaucoup de copines. Je changeais souvent d'école, jusqu'en 3<sup>ème</sup> où je préférais rester toute seule car j'en avais marre de subir tout ça. [...] mon conjoint se méfie encore plus. Lui était trop mince, que la peau sur les os. [...] J'avais une grand-mère mais je ne lui parle plus. Quand je lui demandais à goûter elle me disait 'je n'ai pas que ça à faire'. J'avais l'impression de déranger. [...] Je me souviens une fois en classe, la sonnerie sonne. Tout le monde était parti, et je sors la dernière. Tout le collège était aligné dans le couloir, et je suis passée au milieu des moqueries. » Clara, 25 ans.*

**Internet** constitue alors son refuge car l'apparence physique n'y compte pas. Son surpoids et ses lunettes sont laissés de côté et elle trouve des personnes à qui se confier. Elle y rencontre d'ailleurs son conjoint actuel, lui aussi en difficulté.

*« J'étais tout le temps dans ma chambre. Quand ils [mes parents] se couchaient, j'allais sur internet. C'était le seul moyen de parler à des gens. Je restais sur l'ordinateur jusqu'à 5 ou 6h du matin. [...] Je parlais beaucoup sur internet, ça me soulageait. Je pouvais parler à n'importe qui sans me sentir jugée [...] Tous les copains que j'ai eus c'était toujours par internet. Dans la vie de tous les jours, c'était souvent des réponses négatives. Sur internet, on peut tricher, enlever les lunettes. » Clara, 25 ans.*

Son conjoint est encore plus replié sur lui-même que Clara. Il sort aujourd'hui très peu même en famille, reste à la maison quand il ne travaille pas, ne souhaite pas voir d'autres personnes. Les parents de son conjoint sont décédés. Il avait déjà perdu le contact avec eux : alors qu'il a treize ans, ses parents se séparent et sa mère le met à la porte. Il perd confiance en lui et en les autres, malaise renforcé par ses échecs répétés dans sa recherche d'un emploi.

*« Mon conjoint n'aime pas trop sortir de la maison. Il sort quand on fait les courses. C'est rare, même pour les fêtes de famille. Il est très solitaire. » Clara, 25 ans.*

La perspective d'une formation le convainc de quitter sa région natale avec Clara pour l'Auvergne, où ils vivent toujours, avec seulement 3 000 euros d'économies. La formation promise ne s'étant pas réalisée, le couple se retrouve sans emploi et doit vivre dans un camping pendant plusieurs semaines.

La vie professionnelle de Clara n'est pas non plus source de bien-être ou de fierté pour la famille. Dans son parcours, deux de ses employeurs lui font comprendre qu'ils ne la jugent pas à la hauteur, ce qu'elle finit par croire elle-même. Elle bénéficie toutefois d'un appui de la part de sa conseillère de Pôle Emploi, qui la pousse à s'affirmer face à ses employeurs.

*« Avec mon patron d'avant, j'ai perdu confiance. Il me disait que j'étais nulle, et j'ai fini par me dire que c'était vrai ce qu'il me disait. [puis recherche d'emploi] un autre patron m'a rappelé trois fois, j'ai repris confiance en moi. La conseillère Pôle emploi m'a poussée à demander ce que je voulais [en termes de conditions de travail, horaires] [...] Au travail, quand on fait bien quelque chose, on nous dit pas que c'est bien. Mais quand c'est nul... » Clara, 25 ans.*

Aujourd'hui, les relations sociales de Clara se résument à son environnement familial immédiat : son conjoint et leurs deux enfants.

Elle rend visite à ses parents, qui vivent dans une autre région, trois ou quatre fois par an mais ne comprend pas leurs relations aux autres.

*« Mes parents s'occupent beaucoup des autres et pas assez d'eux. Moi je préfère m'occuper de moi et de ma famille. Pour moi ils se détruisent, ils ne font pas ce que eux ils veulent. On a déjà pas mal de soucis : amoureux, la santé, les enfants. On appelle les gens quand ils sont pas bien. On ne peut pas se rajouter leurs soucis. » Clara, 25 ans.*

Clara est aussi en contact avec deux de ses anciens camarades de lycée, qu'elle voit une fois par an lorsqu'elle retourne dans sa ville natale.

Il lui arrive de croiser une ancienne collègue de travail mais elle n'apprécie pas véritablement cette relation. Son ancienne collègue plaint ses conditions de vie, ce qu'elle n'aime pas. Clara est également déçue par ses autres anciens collègues, à qui elle s'est confiée mais qui ne gardent pas le contact une fois qu'ils ne travaillent plus ensemble.

De manière générale, elle considère les **autres davantage comme une contrainte** que comme un plaisir. Elle ne se sent pas proche de leurs valeurs. Elle ne comprend notamment pas leur rapport à l'argent.

Les **finances** de la famille sont très serrées : Clara attend ainsi que ses vêtements soient troués ou trop délavés pour en changer. Cette précarité financière n'est toutefois pas vécue comme telle par Clara qui économise tous les mois.

Le quotidien de Clara est aujourd'hui rythmé par son travail, les tâches ménagères, son couple et ses enfants. Elle n'a pas de loisirs : la famille est partie deux fois en vacances en 4 ans, une semaine à la mer et trois jours à Lyon. Clara n'est allée qu'une seule fois au restaurant avec son conjoint en 3 ans.

*« On n'a pas les moyens de sortir. On s'occupe comme on peut à pas cher : promenades dans le village, il y a une rivière, on va au parc de jeux. On fait souvent des activités autour des enfants. » Clara, 25 ans.*

Elle ne comprend donc pas pourquoi les personnes qu'elle rencontre se plaignent de ne pas s'en sortir financièrement alors qu'ils ont plus de moyens qu'elle et dépensent tous leurs revenus.

*« On a peu de moyens. On économise si on veut quelque chose jusqu'à ce qu'on puisse l'avoir. J'ai des vêtements qui ont 10 ans, je ne les change que s'ils ont des trous ou son trop décolorés. Je ne vais pas acheter des choses qui ne servent à rien, j'attends la dernière minute. J'ai un décalage dans les centres d'intérêts avec les autres. Mes collègues disent ne pas arriver à s'en sortir avec 2000 euros à 2 avec que moi, c'est 1050, 1500 avec les aides. Et on met encore de côté. Elles me disent « mais comment tu fais ? Tu ne vis pas » Clara, 25 ans.*

Les autres lui renvoient une image négative de sa propre situation. Ils la plaignent « ma pauvre », jugent sa situation et sont une **source de déception** puisqu'ils ne cherchent pas à maintenir un contact lorsqu'elle parvient à nouer des relations.

Clara estime aujourd'hui être heureuse en famille et bien vivre son isolement. Celui-ci paraît toutefois être un pis-aller puisqu'elle aurait souhaité que plus de personnes partagent ses principes. La naissance de ses enfants lui a redonné une certaine confiance en elle, qui reste fragile eu égard aux remarques négatives de ses employeurs. Elle estime que le soutien des proches est essentiel et notamment que les parents devraient être à l'écoute des enfants et les faire parler de leur mal être, occasion qu'elle n'a pas eue avec ses propres parents.

*« Quand j'étais au collège, j'ai fait une dépression. Je me suis sentie délaissée par mes parents. Ils ne me posaient pas de questions. [...] Comme j'étais en surpoids, ma mère a acheté une Wii pour faire du sport. Mon père me disait « t'es costaud », des moqueries. Je n'avais pas envie de me confier. Et ils ne venaient pas me chercher, comprendre pourquoi j'étais dans ma chambre. [...] on se moquait de moi de toute façon, je préférais éviter les gens. » Clara, 25 ans.*

## Les « solitaires assumés : De faibles liens sociaux, un choix de vie. (Profil 3 : 5/21 personnes)

Brian, Julie, Sébastien, Jessica, Dylan<sup>40</sup>

Les personnes appartenant à ce troisième profil n'ont pour l'ensemble pas été confrontées à des difficultés importantes durant leur enfance. À l'âge adulte, leur importante charge de **travail**, ou celle de leurs amis, combinée à leur volonté de privilégier leurs relations familiales ont réduit la fréquence de la fréquentation de leur cercle amical. L'éloignement **géographique** a également encouragé leur usage des nouvelles technologies pour communiquer avec leur réseau déjà existant plutôt que les rencontres physiques. Ils peuvent ainsi apparaître dans l'analyse statistique comme n'ayant qu'un réseau (leur famille) mais avec qui ils entretiennent une relation « sacrée » ou comme n'ayant aucun réseau, sans interaction mensuelle en dehors de leur foyer et de leur conjoint mais sans en ressentir le besoin, **leur vie étant tournée vers leur travail ou leur couple**.

Les répondants de ce profil se déclarent satisfaits de leur vie. Ils se sentent entourés par leur proche famille et leurs amis. Il peut leur arriver de se sentir seuls ponctuellement - face à un choix délicat, dans des moments de désœuvrement – **mais ils n'en souffrent pas**.

Leurs projets tournent autour de la sphère familiale et professionnelle (faire des travaux, avoir un enfant, évoluer professionnellement) ou des loisirs (voyager, apprendre une langue...) et ils se sentent parfaitement confiants sur leur capacité à les réaliser. Les personnes de ce profil se démarquent des autres, et en particulier de celles de la première catégorie, par leur caractère serein et leur plus grande assurance. Le point commun de ces répondants, qu'ils privilégient leur travail, leur famille ou les relations via les nouvelles technologies, est d'être acteurs de leur vie et de pouvoir réajuster leurs priorités selon leurs besoins et leurs projets.

Relations sociales	Rapport à la solitude	Causes	Conséquences	Leviers
Famille et quelques amis	Pas ou peu de sentiment de solitude	Priorité accordée au travail Priorité accordée à la famille	Satisfaction face au choix de vie	Aucun

### Une satisfaction face à ses choix de vie

Les résultats de l'enquête Conditions de Vie et Aspirations du CREDOC, réalisée depuis près de quarante ans, montrent une montée en puissance de la vie amicale. En 1985, 33% des Français considéraient leurs amis et connaissances comme importants dans leur vie, contre 50% en 2017. Parallèlement, l'importance conférée à la famille et à ses enfants a légèrement reculé de 5 points entre 1985 et 2017.

---

<sup>40</sup> Tous les prénoms ont été modifiés.

En 30 ans, la sociabilité à l'égard de ses amis et des connaissances est devenue plus importante au regard de la société, celle avec sa famille moins. Le profil d'une grande partie des répondants de cette catégorie est ainsi en léger **décalage** avec celui attendu de jeunes en 2017.

Certains répondants privilégient en effet beaucoup plus leur cercle familial ou professionnel que leur réseau amical. Dylan (28 ans), Brian (30 ans), et Sébastien (28 ans) rencontrent ainsi souvent leur famille : d'une à deux fois par semaine pour Dylan à une fois par mois minimum pour Brian. Les appels téléphoniques à leurs parents ou beaux-parents sont nombreux.

Tous en couple, ils réalisent la plupart de leurs activités avec leurs conjointes. Dylan est le répondant le plus tourné vers sa famille, comprenant sa fratrie, et non uniquement sa conjointe et ses parents. Il se rend à leur domicile plusieurs fois par semaine et entretient une relation privilégiée avec sa jeune nièce, également sa filleule.

*« Ma filleule, c'est la fille de ma sœur. C'est ma joie de vivre. Une petite chipie. Pour moi, c'est très important qu'on se voit et pour elle aussi. Je reproche un peu à ma femme de ne pas passer assez de temps avec son filleul, qui est le frère de ma filleule. Elle ne le voit pas souvent mais ce soir, elle a fait une exception et on va le voir pour son spectacle de cirque, avec l'école. On sera tous là. La famille. Elle ne prend pas vraiment de temps avec lui tout seul car elle travaille énormément. Et le week-end on se retrouve à deux. Pas comme moi avec ma filleule. [...] On fait pas mal de choses ensemble. Je suis presque tous les week-ends chez ma sœur aussi. »  
Dylan, 28 ans.*

Ces répondants ne sont pas dépourvus d'amis, mais n'éprouvent pas le besoin de les voir fréquemment. Ainsi, Dylan les rencontre ponctuellement comme à l'occasion de voyages. Sébastien, lui, dépend surtout de l'emploi du temps chargé de ses amis commerciaux. Brian est éloigné géographiquement de ces amis. Tous utilisent Internet pour rester régulièrement en contact avec leur cercle amical, constitué depuis plusieurs années et qu'ils considèrent comme solide.

Le temps libre n'est pas pour autant laissé de côté mais donne lieu à des activités familiales en priorité et seulement, de manière plus épisodique, amicales.

*« Les choses marquantes dans notre vie, c'est nos voyages. C'est pas terminé, d'ailleurs, cet été, on part au Pérou. [...] » Dylan, 28 ans*

*« Je vais dans des bars avec mes amis ou au bowling ou au billard. J'aime bien varier les activités » Sébastien, 28 ans.*

Brian, récemment au chômage, privilégiait davantage sa vie professionnelle quelques années avant l'entretien. Le travail a aussi une importance toute particulière pour Sébastien dont l'emploi du temps de la semaine tourne autour de la nécessité d'être le plus investi possible sur son temps de travail, le temps libre étant davantage réservé au week-end.

Julie, 29 ans, partage cette vision sur le travail. Elle **travaille de nuit**, ce qu'elle apprécie mais qui restreint également ses possibilités de socialisation. Son rythme de vie est donc impulsé par son travail. Elle rencontre sa famille (père, mère, sœur et grand-mère) une fois par mois en moyenne, de même qu'un couple d'amis rencontrés au travail, sans ressentir de manque.

Jessica, 30 ans, en couple, travaille en tant qu'agent d'accueil et assistante. Son travail n'est toutefois par au cœur de ses priorités. Bientôt licenciée pour motif économique, elle se projette déjà dans son **projet de reconversion** : des études dans les ressources humaines. De nature sociable, elle accorde une grande importance aux relations entre voisins et dispose d'un réseau amical solide. Passionnée des jeux-vidéos, tout comme son mari qui travaille dans ce domaine, elle passe de longues heures à discuter ou à jouer aux jeux-vidéos avec ses amis, dont ses deux meilleures amies qui ont déménagé loin d'elle. Ses contacts avec ses meilleures amies sont quotidiens. Plus proche de la « norme » sociale accordant de plus en plus d'importance à son temps libre et ses amis, Jessica se trouve classée parmi les jeunes « isolés » en raison de l'importance de sa sociabilité virtuelle et non physique.

### Une nature « réservée », des anciens moments de solitude

Les personnes de ce profil, si elles se sentent actuellement entourées, ont pu pour certaines ressentir quelques moments de solitude dans leur vie, pouvant faire écho à d'autres catégories souffrant actuellement de la solitude.

Brian se décrit ainsi comme un enfant réservé, souffrant de son isolement, avant que la découverte du sport ne l'aide à aller vers les autres (cf. profils 1 ou 2).

*[Durant l'enfance] j'étais introverti, calme. Pas très sportif. [...] j'étais dans mon coin. J'étais gros. Les enfants sont méchants entre eux. [...] Je n'avais pas beaucoup d'amis. Comme je suis fils unique, je n'avais pas de possibilité de contacts avec des frères ou sœurs, je n'ai pas expérimenté les relations fort / faible [la socialisation avec des gens de son âge]. On vivait dans un village isolé. J'avais peu d'amis, et peu de possibilité de sortir. J'étais tout seul. Plus grand, c'était plus difficile de se faire des amis fiables. Pour la socialisation c'était plus difficile. [...] Au lycée j'ai fait beaucoup de sport. Ça m'a aidé à comprendre les autres, à écouter, à apprendre à être aidé. [...] l'escalade c'est un sport où on doit compter sur l'autre. » Brian, 30 ans.*

Il a de nouveau souffert de solitude à l'âge adulte devant la place prise par son travail, une période pendant laquelle il fume beaucoup de cannabis (cf. profil 4), avant de rencontrer sa copine actuelle et de trouver un autre arbitrage entre sa vie privée et sa vie professionnelle.

*« [Période de 3 ans où la vie professionnelle est stressante et trop prenante] J'avais beaucoup de déplacements, moins d'occasions de voir mes amis. C'est un moment où je me suis senti seul [...] » Brian, 30 ans.*

Jessica évoque également des **moments** de solitude durant l'adolescence, après des moments heureux durant l'enfance. La jeune femme ne souhaite pas expliciter les événements, probablement en lien avec l'absence de ses parents de sa vie, et indique avoir alors pu compter sur un membre de famille (sa tante) et une équipe de professionnels pour aller mieux.

Le sentiment de solitude peut être occasionnel, lié à une **décision** importante à prendre, alors même que l'on dispose du soutien de proches ou à **l'absence temporaire** d'un proche.

*« On peut être proches, avoir un bon soutien et parfois ne pas savoir vers qui se tourner. [...] J'ai toujours été en surpoids. Avec cet accident [de travail qui a donné lieu à 4 mois d'arrêt maladie] j'avais peur de prendre du poids [...] Après maints régimes, j'envisageais une opération pour poser un anneau gastrique. Je ne savais pas à qui en parler. Mon compagnon n'était pas pour, mais en même temps il voulait que je maigrisse. J'en ai parlé au kiné qui soignait ma jambe, il m'a donné conseil. J'ai commencé une réadaptation alimentaire, et j'ai perdu 20 kilos. [...] Ce qui m'a motivé] c'est l'image que me renvoyaient les autres, mon compagnon, mes parents. Ils me disaient que je risquais d'avoir des problèmes de santé. Je ne voulais pas me voir comme je suis réellement.» Julie, 29 ans.*

*« Quand ma femme est encore au travail, le soir, parfois, je suis seul. » Sébastien, 28 ans.*

Parfois, des événements qui auraient pu provoquer un sentiment de solitude ne l'ont pas fait. Dylan a été victime d'un accident de la route et estime que son handicap ne nuit pas à sa sociabilité même s'il freine sa mobilité. Julie, en situation de surpoids depuis de nombreuses années, indique ne pas en avoir souffert dans ses relations aux autres.

*« [Sur son surpoids] je n'ai jamais eu du mal par rapport aux réflexions des autres » Julie, 29 ans.*

L'état de santé de Jessica est également fluctuant en raison d'une hyper-thyroïdie. Si la jeune femme reconnaît que certains effets secondaires, notamment la dépression, la fatigue, ou l'incapacité de se déplacer peuvent affecter son rapport aux autres, elle rappelle que ces derniers sont temporaires. Une fois le traitement stabilisé, elle peut retrouver son fonctionnement normal, y compris social.

### La capacité d'être sociable

Les personnes interrogées ne se sentent ni seules ni isolées au moment de l'entretien et ont les ressources pour mobiliser leur réseau si besoin. Contrairement aux répondants des profils 1 et 2, elles ont la capacité d'être sociables et font généralement confiance aux autres.

Brian et Dylan regroupent ponctuellement leurs amis lors d'occasions festives.

*« Après la fac, la licence, tous les amis se sont déplacés dans tout le Sud de la France. On se voit, on regroupe tout le monde tous les 6 mois, on fait une activité. [...] je ne ressens pas un manque [du fait de l'éloignement de ses amis] je peux prendre ma moto et les voir, passer une soirée ensemble. Ou on communique par téléphone, sur internet. Je suis régulièrement sur les réseaux sociaux. Beaucoup pour parler de ce qu'on fait [avec ma femme] et pour parler sur Facebook. » Brian, 30 ans.*

*« Avec le mariage, on a rassemblé tous nos amis pour qu'ils se connaissent avant notre mariage et ils se sont tous super bien entendus. On a un projet de barbecue géant cet été avec tous nos amis. Parce qu'avec le travail, la famille, on n'a pas trop le temps de voir nos amis souvent. C'est une occasion de réunir tout le monde, de passer une super journée. On en a discuté [avec ma femme], il y a un ou deux mois...c'est quelque chose qu'on aimerait faire. » Dylan, 28 ans.*

Jessica est en relation constante avec ses amis par Internet et n'hésite pas à discuter avec ses voisins. L'un d'eux effectue d'ailleurs les travaux de sa maison. Elle est aussi une personne ressource pour une partie de son cercle amical.

*« Mes meilleures amies ont déménagé à Nantes. On utilise un logiciel de chat pour se parler et où on peut se connecter pour discuter. C'est un peu le même principe que Skype mais c'est un logiciel qui regroupe plusieurs personnes sur une même interface. On se parle en jouant. Se voir en vrai, c'est pour les occasions. Ou même dans la journée, via Facebook, on a parlé 2-3 heures ensemble aujourd'hui. Sur l'autre logiciel, on peut s'envoyer des phrases, des photos, des vidéos, des choses comme ça. On se parle aussi sans être en même temps sur le même logiciel. Les gens voient [les messages] quand ils sont dispos. C'est beaucoup plus régulier qu'on se parle via l'ordinateur. » Jessica, 30 ans.*

*« On discute avec les voisins. Il y a 2 semaines, j'ai une voisine qui est venue nous donner des cerises parce qu'elle en avait trop sur le cerisier de son jardin. [...]. Avant-hier, j'ai croisé une [autre] voisine au drive par exemple. » Jessica, 30 ans.*

*« On m'appelle Mamie car les gens savent qu'ils peuvent venir me voir. C'est essentiel pour moi [de rendre service], pour les gens qu'on aime. » Jessica, 30 ans.*

En regard de leurs priorités de vie, les répondants de ce profil ne cherchent pas nécessairement à faire de nouvelles rencontres.

*« Je ne cherche pas forcément à faire de nouvelles rencontres mais lorsque j'ai des occasions de rencontres, je les saisis. » Sébastien, 28 ans.*

*« Le peu d'amis que j'ai ça me suffit. Le fait de travailler de nuit, je n'ai pas le temps. Faire des rencontres, c'est secondaire comme j'ai déjà des amis. » Julie, 29 ans.*

### Portrait : Dylan

Dylan, 28 ans, travaille en tant qu'assistant et gestionnaire du parc automobile pour une société d'aéronautique dans le nord de la France. Il s'est marié en 2016 avec une femme, modéliste depuis 6 ans, qu'il a rencontré sur Internet via une amie commune quand ils avaient tous deux 18 ans. Grâce à leurs deux CDI, ils bénéficient d'un niveau de vie que Dylan estime très confortable : ils ont acheté une maison il y a trois ans et voyagent souvent, en couple ou entre amis, surtout à l'étranger. Enfant, il a été victime d'un accident de la route et a perdu l'usage de son bras, mais n'en garde pas d'autres séquelles.

Dylan aime son travail et s'engage fortement dans sa vie professionnelle. Il entretient de bonnes relations avec ses collègues, qu'ils soient permanents ou intérimaires, et n'hésite pas à se confier à eux. Celui qui l'a recruté est devenu un ami après son départ de l'entreprise et ils font depuis peu du sport ensemble une à deux fois par semaine.



*« Je ne vois pas spécialement d'autres collègues ou amis mais j'ai des très bons contacts avec mes collègues. J'ai un super contact avec les intérimaires, surtout un. On se confie, on a des amis en commun, avec cette personne [l'intérimaire]. On se fait confiance. » Dylan, 28 ans*

Dylan se décrit comme très sociable, prêt à échanger son numéro de téléphone avec des gens rencontrés lors d'une soirée. Il n'hésite pas non plus à demander son chemin lorsqu'il est perdu dans le métro parisien. Malgré cela, Dylan explique n'avoir que deux amis très proches. Depuis deux mois, un de ses amis proches et lui ont décidé de se rencontrer plus souvent. Ils essaient à présent de se voir deux fois par mois pour se raconter leurs états d'âmes, mais peinent à trouver des créneaux horaires leur convenant à tous deux.

Sa femme possède un réseau de relations plus développé, mais communique principalement avec elles à distance, notamment via Whatsapp ou Facebook. Dylan déplore un peu cet engouement pour les réseaux sociaux qu'il ne partage pas, même s'il passait du temps sur MSN quand il était plus jeune. Les SMS restent néanmoins pour lui le moyen privilégié pour communiquer avec ses amis.

*« [Les réseaux sociaux], c'est compliqué pour un couple si on n'est pas sur la même longueur d'onde : ma femme est souvent sur son tél sur Facebook, Whatsapp, moi je suis pas très ça. C'est un peu compliqué. Elle en a peut-être besoin pour prendre des nouvelles. C'est pour des conneries. Elle publie pas sa vie, elle va s'intéresser aux blogs des voyageurs : elle va échanger avec des personnes et les partager [les blogs de voyageurs]. [...] [Les réseaux sociaux pour passer le temps] C'est presque un réflexe d'être sur un téléphone, un mauvais réflexe. Enfin, je n'y suis pas systématiquement. » Dylan, 28 ans*

C'est la **famille** qui constitue le cœur des relations sociales de Dylan. Il rend visite à ses parents, qui habitent dans une ville voisine, toutes les semaines et mange tous les week-ends ou presque chez une de ses deux sœurs. Il est le parrain de la fille de sa sœur, et sa femme est la marraine du fils de cette même sœur, mais alors que lui est très proche de sa filleule et accorde une grande importance à leur relation, ce n'est pas le cas de sa femme avec son filleul, ce qu'il regrette.

Au-delà de ce cercle familial proche, il mentionne une cousine habitant sur Paris qu'il voit plus rarement. En revanche, il n'est pas particulièrement proche de sa belle-mère, qui vit pourtant dans une ville voisine. Sa femme l'appelle une fois par mois et ils se voient à l'occasion de la fête des Mères. Il estime que cette relation pourrait changer si sa femme et lui avaient des enfants. Dylan se sent prêt à en avoir dès à présent, mais sa femme désire attendre encore afin de ne pas freiner sa carrière professionnelle.

*« Logiquement, on commence à y [avoir des enfants] penser après le mariage. Finalement, moi je suis prêt mais elle n'est pas trop prête. Elle préfère que sa vie professionnelle soit au top avant de commencer les enfants. En fait, elle a 28 ans et elle a dit aux alentours de 30 ans. Ce qui est pas trop ma logique mais on fait avec. » Dylan, 28 ans*

Dylan se sent parfois seul, car il rentre plus tôt du travail que sa femme, mais il en profite pour se reposer et prendre du temps pour lui. En dehors de ces quelques moments de solitude qui ne lui pèsent pas, il **s'estime heureux** de sa vie telle qu'elle est. Il se plaît dans son travail et dans sa famille, sur qui il **peut compter** et inversement. Ses relations peu fréquentes avec ses amis dépendent pour partie du fait qu'il privilégie cet environnement familial, ainsi que son travail. Même s'il ne les voit

pas régulièrement, il lui arrive de les réunir pour des occasions spéciales, comme son mariage, des dîners ou des barbecues.

## Les « solitaires blessés ou frustrés » : La perte de repère récente, à l'âge adulte. (Profil 4 : 7/21 personnes)

Guillaume, Élodie, Antonin, Delphine, Harifidy, Caroline, Pascal<sup>41</sup>

Les personnes appartenant à ce quatrième profil n'ont, à l'image de celle du troisième profil, généralement pas été confrontées à de difficultés importantes durant leur enfance. Ces personnes ont été pour la première fois confrontées à la solitude **à l'âge adulte**.

Si quelques répondants se décrivent comme des enfants réservés, les causes du sentiment de solitude sont à rechercher plus tard dans la vie des personnes interrogées. Elles sont ainsi en lien avec des **échecs dans les études supérieures**, une vie professionnelle ou familiale **trop prenante**, **l'éloignement géographique** de ses réseaux de sociabilité ou encore la survenue d'une **maladie** physique ou psychique. Ces différentes difficultés ont généré des états de fatigue, de dépression, voire des pratiques addictives et des hospitalisations. Les répondants ont pu se sentir en décalage par rapport à leurs pairs et perdre une partie de leur réseau amical. Confrontés à des déceptions amicales, les répondants de ce profil ont pu perdre une partie de leur confiance envers autrui. Ils se sentent délaissés par leurs anciens amis et ne comprennent pas tous les changements intervenus dans leur vie.

S'ils souffrent de la solitude, comme les répondants du premier profil, ils ne sont pas aussi démunis. Ils ont par le passé su constituer et entretenir des réseaux amicaux. Ils se sont temporairement repliés sur quelques amitiés solides et sur leur famille mais ont très souvent pour projet d'étendre à nouveau leur réseau de sociabilité. Leur moyen de vaincre la solitude réside alors dans la rencontre de nouvelles personnes ou l'adhésion à des associations. Il prend également la forme d'une **résolution** des problèmes ayant éprouvé leurs relations sociales à l'origine : changer d'emploi pour les personnes accaparées par leur travail ou encore retrouver un sens à leur vie en effectuant un service civique.

Relations sociales	Rapport à la solitude	Causes	p	Leviers
Repli sur la famille et sur les amitiés ayant tenu.	Sentiment de solitude, incompréhension, instabilité, sensation de décalage, d'être délaissé, d'être isolé, de rapport faussé aux autres, en manque de confident	En majeur accident de parcours Echec scolaire dans les études supérieures Maladie à l'âge adulte Vie professionnelle trop prenante Manque d'argent (facteur aggravant) Eloignement géographique	Perte d'amitiés Sentiment de décalage Addictions Hospitalisations Fatigue psychologique, déprime, dépression	Adhérer à des associations Faire de nouvelles rencontres Faire un service civique Changer d'emploi

<sup>41</sup> Tous les prénoms ont été modifiés.

		En mineur réservé	Enfant		
--	--	----------------------	--------	--	--

### La temporalité de la solitude

Les répondants évoquent une enfance heureuse, avec des amis, des colonies et des vacances en famille. Les difficultés ne font leur apparition que plus tard. Cette temporalité de l'apparition du sentiment de solitude a une incidence sur les ressources dont disposent les répondants pour s'en défaire. Elle explique la plus grande confiance accordée à autrui, qui n'a pas toujours été source de déception. Pourvue de **référents adultes solides** durant leur enfance, les répondants ont pu développer dans un premier temps des relations sociales plus diversifiées.

Antonin (24 ans), Élodie (29 ans) et Pascal (28 ans) ont fait face à des enjeux professionnels ayant engendré un sentiment de solitude.

Musicien, Antonin disposait d'un réseau professionnel et amical qu'il croyait solide. Son réseau s'est disloqué lorsque, miné par la **précarité** de sa carrière professionnelle et ses doutes sur son orientation, il a accru sa consommation de **drogues** et n'a plus été en mesure de remplir ses obligations au sein de son groupe.

*« J'ai fait une formation de musicien, mais ça s'est pas bien passé. Ça a même viré au drame. Je me suis retrouvé hospitalisé [...] Il y a une période où je fumais du cannabis dès le matin et du coup, ça allait pas trop. J'avais aucun objectif, j'avais l'impression que ma vie était sans sens. Le sens que j'avais trouvé, c'était de fumer... » Antonin, 24 ans*

Contrairement à Antonin, Élodie dispose d'un emploi stable. En CDI, les horaires de travail sont son principal frein à l'épanouissement. Elle travaille tous les jours et ne dispose que de peu de temps libre. Elle n'a pas noué de réelles amitiés dans sa ville et n'a pas l'occasion de rendre régulièrement visite à ses amis plus anciens ou à sa famille. Enfant, elle n'avait pourtant pas de difficultés à lier des amitiés.

*« Mes amis d'enfance sont partis ailleurs ou à l'étranger et pas à Cannes. Ils sont à Paris, à Lyon... Peu sont restés à Dijon. Malheureusement, à part une amie que j'ai revue sur Paris, depuis qu'on travaille tous, ce n'est pas possible de se voir. » Élodie, 29 ans*

*« A part le travail dans ma vie, malheureusement, je n'ai pas connu d'événement marquant. Depuis que je travaille, je suis dans une sorte de routine. » Élodie, 29 ans*

Pascal a lui aussi des horaires de travail conséquents, entravant sa vie sociale. Son conjoint, enseignant chercheur à Paris, est peu présent durant la semaine à La Rochelle, où ils vivent. Tout comme Élodie, il n'avait pas éprouvé de difficultés particulières à nouer des amitiés au cours de sa scolarité. Il vit également loin de sa région d'origine.

*« Je travaille de 9h à 19h30 [18h30 le samedi] 4 jours par semaine du mardi au samedi. Je n'ai pas de samedi, c'est contraignant pour avoir une vie. C'est toujours*

*les samedis qu'il y a des fêtes. Mais on ne peut pas aller loin en finissant à 18h30 »  
Pascal, 28 ans*

Harifidy (24 ans), étudiant, partage cette difficulté liée à l'**éloignement géographique**. Contrairement à Antonin, Élodie et Pascal, il n'a jamais eu un cercle d'amis très étendu. Étudiant étranger en échange, il se sent en décalage avec les valeurs et la sociabilité extravertie des étudiants parisiens. Dans son pays, ses interactions sociales se concentrent sur son environnement familial (parents, frères). Il se rapproche ainsi des répondants du profil 3. Il souffre à présent de l'éloignement de sa famille, qu'il appelle tous les jours sur Skype.

*« Chez moi, les gens sortent mais ils sortent moins [que les étudiants français] et moi, je sortais déjà pas beaucoup par rapport à eux. » Harifidy, 24 ans*

Pour Guillaume (21 ans), les difficultés ont pris la forme d'un **échec à l'université** dans la filière « cinéma » dans laquelle il s'était inscrit. Cet échec a durablement entamé sa confiance en lui, le jeune homme ayant tenté de mettre fin à ses jours. Replié sur sa sphère familiale, il se sent d'autant plus seul que son frère, jadis son confident, dispose à présent de son propre cercle d'amis et ne lui accorde plus autant d'attention.

*« Je suis sorti du système scolaire, de l'université, y'a quelques années maintenant. Je n'ai pas réussi à revenir dedans pour plein de raisons dont des problèmes personnels.[...] Ces dernières années, c'est assez compliqué car j'ai eu pas mal de problème psy. Par exemple, y'a trois ans, j'ai fait une tentative de suicide. » Guillaume, 21 ans*

*« Avant, j'étais plutôt proche de mon petit frère mais ça a évolué, on est différent. Lui a grandi. C'était il y a 2 ou 3 ans. Lui est passé par l'adolescence, moi je suis resté pareil. Il a environ 6 ans de moins, lui il a 15, bientôt 16 ans. Il voit beaucoup son cercle d'amis maintenant. » Guillaume, 21 ans*

Caroline (30 ans) et Delphine (29 ans) sont inactives et souffrent à la fois de leur isolement physique et du manque d'occupation lié à leur statut.

Caroline avait des amis au collège et au lycée mais n'en a aujourd'hui plus qu'une avec qui elle échange par téléphone environ une fois par mois. Elle a dû renoncer à ses loisirs, et notamment à ses sorties nocturnes (bars, boîtes de nuit), en devenant **mère au foyer**. Peu diplômée, elle travaillait alors comme secrétaire dans l'entreprise de son mari. Depuis, ses relations de visu se limitent à des interactions avec ses enfants, son mari, ses frères et sa belle-famille, proches géographiquement. Sa routine de mère au foyer lui pèse.

*« J'ai des petits coups de blues. Parfois, j'ai envie d'être toute seule, parfois j'aimerais que quelqu'un soit à côté de moi pour me reconforter. [...] Si je fais quelque chose, ça ne change rien. Par exemple : on va se promener, on y va mais j'apprécie pas plus que ça parce que je suis pas bien. [...] Les coups de blues, c'est parce que je suis toujours à la maison, que je sors pas. Je suis toujours enfermée, je fais toujours les mêmes choses et des fois c'est pesant. » Caroline, 30 ans.*

Contrairement aux autres répondants de ce profil, Delphine a déjà ressenti un fort sentiment de solitude durant son enfance et son adolescence. Elle était alors discriminée en raison de son sexe. Ses discriminations se sont poursuivies dans le monde du travail, où elle est parvenue à faire ses

preuves et à s'imposer. Pleinement investie dans son travail, elle n'avait pas alors une vie sociale beaucoup plus diversifiée mais était fière de son parcours et ne souffrait plus du même sentiment de solitude que durant sa scolarité. Cette ascension professionnelle a néanmoins été de courte durée puisqu'elle s'est vue diagnostiquer la maladie de Lyme. Elle vit à présent avec son conjoint rencontré à cette époque et peu présent et souffre de n'avoir personne de son âge avec qui échanger. Ses seules interactions, outre sa famille, se font avec les membres d'un club du troisième âge local où elle suit des activités. Ses difficultés actuelles ne découlent ainsi pas pleinement du contexte difficile qu'elle a vécu dans son enfance mais d'un changement profond intervenu à l'âge adulte, sa **maladie**.

*« 'Tu sers à rien', ça se disait déjà il y a quinze ans quand j'étais en classe. On me l'a très souvent dit. C'était de la méchanceté gratuite. Dans la classe, il y avait une personne en général avec qui j'étais amie, et c'était pas toutes les années. Parfois, il y en avait aucun [ami]. J'étais très timide et j'avais des centres d'intérêt très masculins : donc je mettais mal à l'aise les filles et je mettais mal à l'aise les garçons. J'avais des points communs avec les garçons mais ils ne voulaient pas être vus avec une fille même si on avait les mêmes centres d'intérêt. On se voyait en dehors de la classe mais en classe pas question. Si j'étais avec un garçon en dehors et qu'il y en avait un autre qui arrivait ou même une fille, je me prenais tout de suite des insultes. Il fallait pas qu'ils soient vus avec moi. C'est comme si j'avais été contagieuse, ça aurait été pareil : quand j'étais à l'école, j'avais pas envie de me lever le matin. Parce que toutes les journées, elles allaient être pareilles. Parfois j'avais un ami dans la classe mais fallait pas qu'il tombe malade par contre ! C'était toujours des amis garçons.*

*[...] Après, j'ai fait un métier très masculin, au niveau de mon sexe...je devais faire trois fois plus mes preuves que les hommes. J'étais constamment surveillée, jugée, pas moyen de faire une erreur jusqu'au jour où ils comprennent que c'est pas parce que tu es une femme que tu n'es pas capable de faire le métier ! Ça passait vite ou pas. Ça dépendait de l'entreprise et de la mentalité. C'était plus des collègues que du chef. A l'époque où je bossais, je ne voyais pas mes collègues en dehors : je donnais des cours le soir, donc j'avais pas le temps de sympathiser, on va dire. Maintenant, je ne les vois plus car j'ai rechangé de région ensuite quand je suis tombée malade.*

*[...] Je suis en très mauvaise santé. Je suis en invalidité, j'ai une maladie auto-immune. Je l'ai depuis quelques années. C'est apparu brutalement à plus de 20 ans. C'est pour ça aussi que j'ai des difficultés à me déplacer. Pour le suivi, c'est d'office en ambulance, sinon je ne pourrais pas me rendre à l'hôpital.*

*Mon état m'empêche de travailler, d'avoir un revenu correct, de sortir, de voir des gens. Parfois, ça m'empêche même de faire les courses et le ménage. Y'a des jours où ça va et où je vais le faire et y'a des jours où non. [Durant ces jours-là], je reste devant la télé. Ça change complètement d'une journée à l'autre, même d'une demi-journée [sur l'autre]. Le matin, ça peut aller et pas l'après-midi. » Delphine, 29 ans.*

### Une désillusion dans les rapports à autrui.

Les personnes ayant connu un phénomène de rupture dans leur parcours à l'âge adulte font état d'une **désillusion** dans leurs relations aux autres. Contrairement aux jeunes ayant connu la solitude plus jeune, leur enfance heureuse ne les a pas incités à la méfiance envers autrui. Ils ne comprennent donc pas le changement des règles du jeu soit par rapport au comportement nouveau de personnes

qu'ils croyaient connaître, soit par rapport à un nouvel environnement dans lequel ils ne se font que des connaissances superficielles.

Antonin, Delphine et Guillaume ont ainsi vu le comportement de leurs amis évoluer face à la dégradation de leur état de santé physique ou psychique et partagent le sentiment d'avoir été mis à l'écart par leurs amis.

*« Mon ancien réseau est tombé en miettes. Moi, je croyais avoir fait des relations solides et finalement, le fait de voir qu'il suffisait que je fasse une erreur pour qu'on me mette à l'écart...je suis un peu blasé. J'avais des relations avec d'autres musiciens que je prenais pour des amis, qui n'ont pas compris que je puisse être malade, et ils m'ont remplacé. C'est beaucoup d'effort pour pas beaucoup de réconfort. J'ai l'impression que tout est à refaire à zéro. Ça me déprime. C'était un réseau que j'avais fait, déjà un peu difficilement. » Antonin, 24 ans.*

*« L'événement le plus important [de ces dernière années], c'est ma maladie [de Lyme]. Avant, je travaillais et je suis retournée vivre chez mes parents. Mon homme, on se connaissait du lycée, on s'était perdus de vue et on s'est retrouvés quand je suis tombée malade. Les amis, ils m'en restent qu'un ou deux, les autres, je les ai perdus de vue.[...] La famille [à part sa mère] et le médecin traitant ne m'ont pas cru. [...] Certains médecins ne me croyaient pas et comme ils ne trouvaient rien, ils disaient que c'était que du psychologique et d'autres me croyaient mais ne savaient pas ce que c'était. Ça a pris un an [pour établir un diagnostic]. Ma mère m'accompagnait à l'hôpital. [...] Des amis, il y en a deux qui sont restés et il y en a d'autres ...que ça n'intéressait pas. » Delphine, 29 ans.*

Élodie et Pascal, isolés géographiquement de leurs amis d'enfance, éprouvent des difficultés à nouer des relations profondes dans la région où ils travaillent.

*« [...] Les nouvelles rencontres, c'est beaucoup d'hypocrisie, rien de profond, de très très sincère. Les bonnes personnes sont rares. En cas de problème, j'ai des amis et de la famille là pour moi mais pas ici à Cannes. Des amis solides, de l'enfance. » Élodie, 29 ans.*

*« Je n'ai pas d'amis sur la Rochelle, ça me manque. Au travail, les collègues ont presque 50 ans. Ce n'est pas avec eux que je peux devenir ami. A la salle de sport, il n'y a pas de lien entre les gens pour se faire des contacts. Chacun est sur sa machine. [...] on ne sort pas. On crée moins de lien dans la société actuelle, chacun est sur son téléphone. Pas en direct. Globalement les gens sont repliés sur eux-mêmes. Mais je n'essaye pas vraiment. Il faudrait aller plus dehors, dans les bars. Je ne les fréquente pas, ce ne sont pas des lieux qui m'attirent. [...] je suis en décalage avec les gens de mon âge : sortir en boîte, ça ne m'attire pas [...] on vit beaucoup à deux [avec mon conjoint], on se complait dans cette situation. » Pascal, 28 ans.*

Tous font état d'un sentiment de décalage à la fois par rapport à ce qu'ils attendent d'une relation (profondeur, solidité, sincérité) et leur perception des relations actuelles (dictées par l'apparence, superficielles, sans attaches) et par rapport à leurs valeurs.

*« Le monde tourne autour de l'apparence, c'est essentiel pour certaines personnes, pour les adolescents. Moi, ça m'énerve. Mais les personnes du club, même si elles sont pas du tout dans mes âges, y'a des points communs et on peut parler de tout. C'est pas les apparences. » Delphine, 29 ans.*

*« [Sentiment de solitude] Globalement oui. J'ai moins d'amis et de connaissances que la moyenne de gens. Isolé, c'est plus le mot. Enfin, j'ai ma famille autour de moi. Je suis isolé socialement. Je n'ai pas l'impression d'être en phase avec les gens de mon âge, de vraiment comprendre ce qu'ils vivent. On a pris des chemins différents. » Guillaume, 21 ans.*

*« [Les nouvelles rencontres] Pour ma part, je pense que c'est plus difficile. Quand on est jeune, on sort beaucoup, on va en boîte, on va boire un coup. Après, on a une vie de famille. » Caroline, 30 ans.*

### Un besoin de sociabilité non comblé

Afin de contrer la solitude, les répondants aspirent tous à retrouver un niveau de sociabilité plus fort, ce qui n'est pas le cas des jeunes ayant perdu confiance en autrui durablement ou n'ayant pas les « clefs » pour communiquer. Ceci suppose peut-être une forme de solitude moins ancrée, plus ponctuelle et pouvant plus facilement être écartée dès lors que le contexte de difficulté s'éloignera (emploi prenant, chômage, isolement géographique, etc.).

L'adhésion à des associations, le service civique, les voyages sont des moyens de rencontres prisés par les jeunes ayant perdu de vue une partie de leur cercle d'amis suite à des problèmes psychiques ou physiques.

Ainsi, Guillaume souhaite rencontrer des personnes partageant ses centres d'intérêt grâce à des associations, voyager et se mettre en couple.

*« [Faire de nouvelles rencontres ?] Globalement oui. J'essaierai de m'orienter par rapport à mes centres d'intérêt surtout. Par exemple, au niveau scolaire, des études et tout ça, je prendrai le fait de m'orienter vers le ciné pour rencontrer des gens dont c'est le centre d'intérêt. J'irai trouver des assos politiques avec des gens d'accord avec moi. [...] Ca se ferait par Internet dans un premier temps pour trouver une asso ou n'importe quoi, et ensuite ce serait physiquement.[...] J'ai quelques projets. Certains, c'est des choses qui vont se réaliser à long voire à très long terme. A long terme, c'est déménager de pays. Par exemple, le pays que j'avais en tête, c'était le Canada. Et puis à long terme, le projet de trouver un métier qui me rapporte pas seulement de l'argent mais qui soit aussi significatif par rapport au monde, que ce soit au niveau politique ou artistique ou autre. Au moyen/long terme, il y aurait aussi rencontrer des gens, enfin, une fille quoi ! » Guillaume, 21 ans. » Guillaume, 21 ans.*

Antonin souhaiterait également engager une relation sentimentale et surtout, **redevenir une personne sur qui compter**. Ayant actuellement restreint ses échanges aux amis sur qui il peut compter, il souhaite diversifier ses rencontres en renouant des liens avec ses anciennes connaissances quand il se sentira plus solide psychologiquement. Le service civique est pour lui une manière de guérir en redonnant un sens et une utilité à son existence.



*« Ça pourrait être pire. J'aimerais bien avoir une relation sentimentale. Ça me manque un peu. Quelqu'un sur qui on peut compter et qui peut compter sur nous. C'est dur, j'ai été une personne fiable pendant x années et après je suis devenu pas fiable. J'ai envie que les gens puissent croire en moi à nouveau. » Antonin, 24 ans.*

*« [Le service civique] C'est pas désagréable [...] Ça m'occupe. J'aime bien. Je me sens utile à quelque chose. [...] Là, le service civique, ça me réactive. » Antonin, 24 ans.*

Sans réseau associatif près de chez elle, Delphine n'aurait plus aucune forme de rencontre physique. Ce club du 3<sup>e</sup> âge ne satisfait toutefois pas pleinement son désir de communiquer, surtout en raison de l'écart d'âge.

*« Si je n'avais pas intégré l'association, j'aurais eu du mal à rencontrer des gens. Quand on est adulte, on rencontre des gens via enfants, via travail. Mais moi, je peux pas travailler [en raison de la maladie de Lyme] et j'ai pas d'enfants. J'aurais préféré rencontré des personnes de mon âge. Dans l'association, ils ont tous l'âge de mes parents ou de mes grands-parents même pour certains. Parfois, j'ai plus envie de me confier à quelqu'un dans nos âges, c'est plus facile quand on est de la même génération. » Delphine, 29 ans*

Pascal a lui noué des relations amicales au sein de la **structure** spécialisée dans les troubles psychiques dans laquelle il se rend fréquemment. Il demeure lui aussi ouvert à l'idée de faire d'autres rencontres.

*« Ça m'arrive de me sentir seul mais ça ne me pèse pas trop [...] tout va bien aujourd'hui, mais pouvoir parler à des personnes c'est toujours mieux. J'aimerais avoir plus de relations sociales. » Pascal, 28 ans.*

D'autres répondants n'envisagent pas nécessairement cette vie associative comme une manière de rencontrer d'autres personnes.

Harifidy estime ainsi qu'une fois rentré à Madagascar auprès de sa famille, il se sentira moins seul. Pour lui, l'enjeu est davantage de se rapprocher de son réseau déjà existant (famille) que d'en constituer un nouveau.

Pour Élodie, adepte du club de sport, cette activité associative n'a pas permis de nouer des relations « sincères ». Elle souhaite surtout changer d'activité professionnelle pour avoir plus de temps pour elle et pour nouer des relations plus profondes.

*« La question se pose de plus en plus de faire une reconversion : de plus en plus, je me pose de questions. J'aimerais aussi que ma vie change un petit peu. J'ai envie de faire de ma vie. Je pense que je suis rentrée dans une routine et j'ai besoin d'évoluer un peu. Je suis arrivée au bout de quelque chose. [...] J'aimerais bien évoluer au niveau personnel. Malheureusement, à 30 ans, je suis seule...j'ai pas vécu de relation sentimentale. C'est de plus en plus compliqué pour rencontrer du monde sérieux. » Élodie, 29 ans*

Caroline se décrit comme réfractaire à la participation : elle déteste les pétitions, ne vote jamais, n'aime pas participer son opinion. Pour elle, le seul point d'accès à autrui se situe au moment de la

sortie de l'école, lorsqu'elle va chercher ses enfants et discute avec d'autres mères de famille. Elle espère pouvoir les voir en d'autres occasions par la suite.

*« J'aimerais bien faire de nouvelles rencontres : Aujourd'hui, devant l'école avec les autres mamans des enfants, on a discuté. [...] Je n'en vois pas en dehors. Cela ne fait pas longtemps qu'on est arrivés. On parle de nos enfants et du village. »  
Caroline, 30 ans.*

## Portrait : Élodie

Élodie, 29 ans est célibataire. Elle est gouvernante en CDI dans un hôtel à Cannes et propriétaire d'un appartement de 26m<sup>2</sup>, acheté à crédit quand elle avait 25 ans.

Élodie décrit son enfance comme heureuse, en famille, avec un chien. Elle garde de très bons souvenirs de ses colonies de vacances où elle avait des amis. Un changement s'opère toutefois lors de ses études supérieures. Depuis petite, Élodie souhaitait devenir institutrice. Elle se plonge donc dans le travail pour réussir. Elle réalise cependant une fois en IUFM que ce métier n'est pas fait pour elle. Lors de ces études, elle est déçue par le comportement de certains de ses camarades qui ne comprennent pas son assiduité pour les études. Elle ne se fait donc pas d'amis durant cette période.

*« J'aimais aller à l'école, j'avais de bons résultats et je travaillais beaucoup. Je voulais devenir institutrice mais j'ai mon stage en IUFM et j'ai changé d'idées. » Élodie, 29 ans.*

*« A la fac, j'y suis restée 2 ans et ça ne m'a pas du tout épanouie : les gens là-bas m'ont déçue. J'ai pas gardé contact. » Élodie, 29 ans.*

Élodie décide de **changer d'orientation** et d'intégrer une école hôtelière coûteuse mais offrant de bons débouchés professionnels. Elle travaille pour financer cette formation, ne souhaitant pas demander d'aide à ses parents qui avaient déjà financé sa première formation d'institutrice.

*« Mes parents ont toujours été là. Ils ont toujours travaillé depuis leurs 16 ans et ils ne pouvaient pas financièrement... » Élodie, 29 ans.*

Elle intègre cette formation en hôtellerie, en internat. Elle noue cette fois des amitiés avec d'autres internes, avec qui elle est restée en contact sur Facebook – ses amitiés les plus solides demeurent toutefois celles de son enfance et adolescence. Elle réalise son stage de fin d'études à Cannes. Séduite par l'atmosphère de la ville et par ses perspectives d'emploi, elle y reste et signe un CDI au poste qu'elle occupe toujours.

*« J'ai aimé se sentir dans une petite ville : que ça bouge bien mais que ce soit petit. Le climat magnifique et il y a du travail. Professionnellement, je suis dans la bonne région. [Et aussi avoir trouvé un CDI, c'est pas facile dans l'hôtellerie car il y a beaucoup d'intérim, de CDD. Je m'accroche à mon CDI. J'ai l'idée à l'esprit de tout quitter mais le CDI ne se fait plus [dans ce secteur] car c'est trop saisonnier. Ils s'adaptent avec des CDD ou des extras. Je suis assez sécurisée par le fait d'avoir un CDI : je ne sais pas si c'est parce que je suis seule et que j'ai un prêt. Même si je pense que je m'en sortirais avec un CDD 8 mois et puis 4 mois chômage. » Élodie, 29 ans.*

Le travail d'Élodie est aujourd'hui au centre de sa vie, ce dont elle souffre.

*« A part le travail dans ma vie, malheureusement, je n'ai pas connu d'événement marquant. Depuis que je travaille, je suis dans une sorte de routine. » Élodie, 29 ans.*

Elle vit isolée géographiquement du reste de sa famille et de ses anciens amis. Depuis qu'elle travaille, elle ne fréquente plus physiquement ses amis d'enfance. Elle n'a noué que quelques relations à Cannes, notamment à la salle de sport qu'elle fréquente. Il lui arrive de se promener avec ces personnes dans le centre-ville mais il ne s'agit pas d'amis à qui elle pourrait se confier. Elle estime que ces relations ne sont pas solides et ne perdureraient pas si elle devait quitter la région, à la différence de ses amitiés plus anciennes.

*« Je passe de bons moments mais si je parlais de la région, on ne garderait pas contact. Vous savez ce qu'on dit, une fois qu'on ne se voit plus, on s'oublie. »  
Élodie, 29 ans.*

Élodie est freinée dans ses sorties par sa situation financière.

*« Le cinéma, j'y vais rarement car c'est assez cher. Malheureusement, toute seule, je n'ai pas une paye de ministre. » Élodie, 29 ans.*

Elle craint particulièrement de ne pas pouvoir rembourser son crédit et redoute de quitter son CDI dans un secteur ne comportant presque plus que des contrats saisonniers, précaires. Elle est également freinée dans ses contacts par la nature de **son activité professionnelle**. Elle travaille tous les jours de la semaine pendant 8 mois – puis 5 jours par semaine 3 autres mois – avec de demi-journées de repos par semaine, dans une profession très physique, et ne dispose que d'une période de congé annuel, à la basse saison touristique. Élodie ne part donc en vacances que dans sa famille avec qui elle s'entend très bien : elle appelle sa mère tous les jours au téléphone. Elle parvient à rendre visite à ses parents, restés dans sa ville natale, un week-end tous les deux mois et lors de son congé annuel. Elle profite également de cette période de congé pour rendre visite à son frère, en couple, expatrié en Suisse.

*« Je les vois [ses parents] une fois au plus tous les deux mois, le week-end. C'est assez court avec mon travail. Je n'ai pas beaucoup de temps pour les vacances : tous mes congés annuels sont à la fermeture de l'hôtel en décembre-janvier. »  
Élodie, 29 ans.*

Facebook constitue sa seule possibilité d'interactions avec ses amis d'enfance et d'internat, trop éparpillés géographiquement.

Élodie estime que son travail affecte sa santé physiquement et psychologiquement. Outre ses craintes financières, ses horaires conséquents et la nature intrinsèquement physique de son activité, elle doit également réaliser à elle seule le travail de trois personnes. En proie à des difficultés financières depuis plusieurs années, son hôtel tourne en effet avec un personnel réduit. Pour Élodie, il est impératif de maintenir une activité sportive dans un club pour être à même de supporter son rythme de travail.

*« Comme je suis assez sportive, je tiens le choc. Je suis en bonne santé en général. [...] Dans ce métier] Je suis beaucoup debout. C'est une grosse fatigue psychologique et mentale. C'est physique aussi car je travaille sept jours sur sept pendant huit mois, c'est assez fatigant. On est sur les nerfs. Après, c'est aussi que dans mon entreprise, ça se passe d'une manière particulière : je suis seule...au lieu de 3 personnes. [...] Le manque d'effectifs, on subit un peu ça. C'est de pire en pire mais ça n'a jamais été bien reluisant. On est un hôtel indépendant qui ne fonctionne pas avec une chaîne, donc au niveau des moyens financiers, c'est*

*compliqué...On a été rachetés plusieurs fois. Ce n'est pas un groupe avec des reins solides. Chaque fois, ce sont des propriétaires indépendants, c'est rare qu'ils nous sortent la tête de l'eau. [...] C'est plus de travail avec moins de moyens. [...] Pas de rémunérations à la clef. » Élodie, 29 ans.*

Cet emploi ne lui permet pas non plus de lier des amitiés dans son environnement professionnel puisqu'elle n'a pas de collègues dans son établissement. Elle fréquente les gouvernantes des autres hôtels cannois mais celles-ci sont fréquemment en emploi saisonnier et quittent le métier ou la région au bout de quelques années. Elles vivent en outre un quotidien différent du sien puisqu'elles sont employées par plusieurs établissements. Au sein de son hôtel, ses relations sont dictées par des rapports de hiérarchie l'empêchant de nouer des relations personnelles avec les femmes de chambre qu'elle encadre et les directeurs de l'établissement à qui elle doit rendre des comptes.

*« Dans mon établissement, non. Ce n'est pas quelque chose que je cherche. Faut pas tout mélanger. Il y a une hiérarchie. Il ne faut pas être trop copains avec certains et comme il n'y a personne avec mon statut...je préfère que chacun reste à sa place. Quelqu'un qui serait mon égale, ce serait pas pareil. Les gens en-dessous, ce serait plus difficile [de les encadrer en étant leur amie] puisque je suis plus jeune. » Élodie, 29 ans.*

Aujourd'hui, Élodie s'interroge sur la possibilité de changer de carrière pour avoir davantage de temps pour elle. La crainte du chômage et de l'endettement la conduisent à rester dans sa routine mais son mal être grandissant lui fait aspirer à une évolution. Les rapports qu'elle entretient avec ses connaissances, qu'elle qualifie de superficiels, ne la satisfont plus. Elle regrette tout particulièrement de n'avoir jamais eu de vie sentimentale et s'inquiète du temps qui passe.

*« La question se pose de plus en plus de faire une reconversion : de plus en plus, je me pose des questions. Aussi que ma vie change un petit peu. J'ai envie de faire de ma vie. Je pense que je suis rentrée dans une routine. J'ai besoin d'évoluer un peu. Je suis arrivée au bout de quelque chose. Malheureusement, à 30 ans, je suis seule...j'ai pas vécu de relation sentimentale, c'est de plus en plus compliqué pour rencontrer du monde sérieux. Les nouvelles rencontres, c'est beaucoup d'hypocrisie, rien de profond, de très très sincère. Les bonnes personnes sont rares. En cas de problème, j'ai des amis et de la famille là pour moi mais pas ici à Cannes. Des amis solides, de l'enfance. » Élodie, 29 ans.*