

La famille, principale source d'inquiétude

► Les lecteurs du « Soir » sont assez sereins, selon un sondage.

► Quand ils s'inquiètent, c'est pour leur famille avant tout.

Vous vivez plutôt l'esprit tranquille ou vous êtes du genre anxieux ? Les lecteurs et internautes du « Soir » ont été sondés et sont modérément anxieux : 5,7 sur une échelle de 10. « Des valeurs plus élevées nous feraient approcher de la zone où les préoccupations envahissantes font le lit des

troubles anxieux. Dans ce cas, on entre dans le domaine de la psychopathologie et de la psychologie clinique. Il est normal qu'on soit loin d'un tel compte quand il s'agit de la population générale et du contexte de la vie ordinaire. Une valeur d'environ 5 sur 10 est donc bien ce qu'on est en droit d'attendre dans un tel contexte », commente Bernard Rimé, professeur émérite à la Faculté de psychologie de l'UCL.

Il était demandé aux lecteurs et internautes à quelle fréquence ils étaient inquiets de ce qui pourrait leur arriver ? Tous les jours ? Régulièrement ? De temps à autre ? Rarement ? Ou jamais ? Les chiffres qui suivent regroupent les gens ayant répondu « tous les jours » et « régulièrement ». En tête des préoccupations on retrouve la famille. Les personnes sondées ont surtout peur (36 %)

qu'il arrive quelque chose à leurs proches sur la route, à l'école ou au travail. Vient ensuite la peur que leur partenaire, enfants... aient une maladie grave (27 %) ou que ceux-ci décèdent (24 %).

Les attentats, une peur très relative

Les préoccupations liées au travail ne viennent qu'ensuite ; comme la peur de perdre son emploi (19 %). Enfin, à noter dans le contexte actuel, la peur d'être victime d'un attentat terroriste reste relative : ils sont 13 % à y penser tous les jours ou régulièrement alors qu'un sur quatre n'y pense jamais. Il faut dire que parmi les personnes sondées, seul 1 % y a déjà été confronté. « On constate une adaptation relativement rapide à un nouvel état », analyse Martin Deseilles, médecin psychiatre et directeur du département de psychologie en Faculté de médecine à l'Université de Namur. On pourrait penser qu'une personne qui gagne au Lotto ressent un bonheur très prolongé. Et pourtant, « le bonheur acquis va diminuer rapidement », poursuit-il. Et cela est vrai également pour les situations de peur ou de crainte. « Si on est rationnel et pragmatique, on se rend compte qu'il y a des attaques régulières mais qu'elles font peu de morts si on prend en compte les moyens engagés et le nombre de personnes présentes à cet endroit-là », note le spécialiste. Cet exercice de concrétisation fait partie des mécanismes d'adaptation. « Les gens doivent s'adapter et continuer à penser à leur quotidien », déclare Martin Deseilles.

Les chiffres relevés ne sont donc pas surprenants. Pour la population générale, ces attaques n'en-

gendrent pas de changement au niveau de leur vie quotidienne. Cela est bien sûr différent pour une personne qui aurait été touchée directement ou indirectement. « Il y a quelques années, la peur des attentats n'aurait pas été mentionnée mais les gens minimisent le risque et c'est réconfortant de l'observer », estime Bernard Rimé.

Les principales préoccupations restent donc liées à la famille. « C'est un résultat très classique, analyse Bernard Rimé. Cela confirme l'énorme importance que les gens accordent aux liens d'attachement », note le P. Rimé. Des liens qui sont primordiaux pour la stabilité de l'individu.

Les parents se font d'ailleurs pas mal de souci pour l'avenir de leur progéniture (c'est le cas de 71 % des sondés). Plus de la moitié (53 %) se demandent (tous les jours ou régulièrement) si leurs enfants sont heureux. Une des inquiétudes (pour 76 % des individus) porte sur le fait que leurs enfants puissent rencontrer davantage de difficultés financières que les gens de leur génération. « On aurait jamais imaginé cela il y a quelques années. Cela est dû à la dégradation de la société dans laquelle on vit », pense Bernard Rimé. En une ou deux décennies, les inquiétudes vis-à-vis de l'environnement et de l'état de la planète se sont renforcées. Il y a également la crise économique. Cette évolution est confirmée par ce résultat : 85 % des lecteurs et internautes interrogés estiment important que leur enfant décroche un bon diplôme. « Cela a toujours été le cas mais c'est renforcé par le contexte actuel », souligne le P. Rimé. ■

V. JA.

LA SANTÉ

Vivre sainement !

Outre la famille, un des thèmes clés de cette enquête est la santé. Plus de deux lecteurs sur trois (63 %) déclarent faire très attention à leur santé. Et une immense majorité (83 %) veille à ce que leur famille (on y revient !) vive sainement. 73 % affirment vivre eux-mêmes sainement. Cela passe avant tout par l'alimentation. Le sport vient ensuite. Mais garde à ne pas tomber dans l'angélisme. « Il demeure de grandes inégalités au niveau de la santé dans la population belge. Par exemple, la consommation de tabac a nettement diminué mais cette diminution est plus élevée dans la classe moyenne et chez les plus favorisés. Il faut regarder à travers cet écran de fumée qu'on nous présente. Au niveau des groupes plus défavorisés, cela ne bouge pas », s'exclame Vincent Lorant, sociologue de

la santé à l'UCL. « Il faut prendre en compte le profil des sondés », poursuit-il. Il est vrai que 61 % des personnes questionnées ont un diplôme de l'enseignement supérieur (universitaire ou non).

Quant à l'importance accordée à l'alimentation ou à un mode de vie sain, Vincent Lorant prévient : « Les comportements de santé peuvent être des éléments de stratification sociale. » Autrement dit, ces comportements (faire du jogging, du yoga ou encore manger bio ou sans gluten) peuvent être adoptés parce qu'ils créent une « distinction sociale entre les classes ». L'objectif de ce comportement n'est « peut-être pas de produire de la santé », note-t-il encore. « Il ne faut pas penser qu'il n'y a qu'un agenda qui serait celui de la santé », conclut-il.

V. JA.

MÉTHODOLOGIE

Un coup de sonde

4.563 lecteurs et internautes du Soir, de Sud-presse, de Vlan et de 7Dimanche ont été interrogés entre le 30 juin et le 24 juillet. L'enquête, menée en collaboration avec AG Insurance, portait sur « la tranquillité d'esprit » et ce qui peut perturber celle-ci. L'échantillon ne se veut pas représentatif de la population belge ni même francophone. L'idée est de réaliser un coup de sonde de notre lectorat. Un peu plus d'hommes (52 %) que de femmes (48 %) ont été interrogés. Le niveau d'éducation est plutôt élevé (61 % ont un diplôme de l'enseignement supérieur). Et plus de deux personnes sur trois (66 %) sont mariées ou vivent en cohabitation. Martin Deseilles, directeur du département de psychologie en Faculté de médecine à l'Université de Namur, met en garde contre les éventuels biais « liés à la composition du questionnaire et de l'échantillon ».

V. JA.

Le niveau d'inquiétude général 5,7/10

LA FAMILLE



36 %

des sondés ont peur tous les jours ou régulièrement pour la sécurité de leurs enfants, partenaire ou famille proche (sur la route, à l'école, au travail...)



27 %

ont peur qu'un enfant, leur partenaire ou un proche ait une maladie grave



24 %

ont peur qu'un enfant, leur partenaire ou un proche décède



19 %

ont peur de perdre leur emploi



13 %

craignent tous les jours ou régulièrement d'être victimes d'un attentat terroriste

LES ENFANTS



85 %

estiment important que leurs enfants décrochent un bon diplôme



76 %

ont peur que leurs enfants rencontrent plus de difficultés financières que les gens de leur génération



71 %

se font du souci pour l'avenir de leurs enfants



53 %

se demandent (tous les jours ou régulièrement) si leurs enfants sont heureux

LA SANTÉ



83 %

veillent à ce que leur famille vive sainement



73 %

déclarent vivre sainement



64 %

font très attention à leur santé



37 %

sont soucieux de la pollution dans leur région