

LES DOSSIERS DE LA DREES

N° 83 • octobre 2021

Synthèse

Aider son parent âgé en ayant des enfants à charge

Quelle est la situation de cette « génération pivot » ?

Jacques Bellidenty, Emilie Radé

Retrouvez toutes nos publications sur : drees.solidarites-sante.gouv.fr

Retrouvez toutes nos données sur : data.drees.sante.gouv.fr

SYNTHESE

Corollaire du vieillissement démographique, la question des capacités de prise en charge des personnes âgées et des personnes dépendantes toujours plus nombreuses se pose de manière accrue. Dans ce contexte, l'aide apportée par la famille et l'entourage aux seniors vivant à leur domicile revêt une grande importance.

Parmi les 3,9 millions de proches aidants d'une personne âgée identifiés en France métropolitaine en 2015, plus de la moitié sont des enfants s'occupant d'un de leurs parents devenu âgé ou dépendant. Or, en parallèle, l'allongement de la durée des études et l'élévation de l'âge au premier emploi ont tendance à retarder l'accès à l'autonomie des jeunes. À partir des données des enquêtes CARE de la DREES, ce *Dossier* s'attache à décrire les caractéristiques et les situations vécues par les 725 000 personnes soutenant un de leurs parents de 60 ans ou plus vivant encore à son domicile et qui, de façon concomitante, ont encore des enfants à charge.

Des enfants aidants et des parents aidés plus jeunes

Parmi les proches aidant une personne âgée de 60 ans ou plus vivant à son domicile, deux sur dix aident un de leurs parents tout en ayant des enfants à charge. En raison de leur position intermédiaire entre leurs ascendants et leurs descendants et de leur rôle central au cœur de possibles solidarités intergénérationnelles, nous les qualifierons de « pivots » et les désignerons par « aidants pivots ». Les aidants pivots sont plus jeunes que les autres enfants aidants, de près d'une dizaine d'années en moyenne. La moitié d'entre eux ont moins de 47 ans, tandis que la moitié des autres enfants aidants ont plus de 59 ans. Ils aident logiquement des parents eux aussi plus jeunes et de ce fait plus faiblement dépendants. La moitié des parents soutenus par des aidants pivots sont âgés de moins de 78 ans, contre 86 ans pour ceux soutenus par les autres enfants aidants. Cette différence va de pair avec des niveaux de dépendance moindres des parents soutenus : 80 % de ces seniors sont considérés comme faiblement dépendants (GIR 5 ou 6). Cette proportion est de 75 % parmi les parents soutenus par les autres enfants aidants.

Des enfants moins souvent seuls pour aider leurs parents

Les aidants pivots ont plus souvent des frères ou sœurs que les autres enfants aidants. Parmi les aidants pivots, seuls 10 % sont enfants uniques contre 17 % des autres enfants aidants. De plus, lorsqu'ils ont des frères ou sœurs, il est presque aussi fréquent parmi les aidants pivots que chez les autres enfants aidants d'être le seul membre de la fratrie à apporter un soutien au parent vieillissant (39 % contre 38 %). L'aide apportée par les aidants pivots à leur parent est par ailleurs plus souvent associée à l'aide du conjoint de ce parent : dans 23 % des cas, contre 17 % pour les autres enfants aidants. De ce fait, ils sont moins souvent les seuls proches aidants auprès du senior que les autres enfants aidants (28 % contre 34 %).

Les trois quarts ont un emploi

Compte tenu de leur âge, les aidants pivots ont plus souvent un emploi que les autres enfants aidants, souvent retraités : 74 % contre seulement 45 %. Or, l'investissement que nécessite le soutien d'un senior peut avoir des conséquences sur l'emploi des aidants : certains déclarent qu'ils ont été conduits à changer d'employeur, à renoncer à une promotion ou à des heures supplémentaires, à se rapprocher de leur lieu de travail, à en diminuer leurs horaires, à prendre des congés, à renoncer à leur activité professionnelle ou à anticiper leur départ en retraite. Ainsi, 29 % des aidants pivots qui exercent une activité professionnelle déclarent avoir réalisé au moins l'un de ces aménagements. Ces proportions sont similaires pour les autres enfants aidants en emploi.

Des conséquences sur leur vie privée ou leur santé proches de celles vécues par les autres enfants aidants

L'aide apportée par les proches aidants peut avoir un impact sur leur vie privée : parmi les enfants aidants sans enfant à charge, en moyenne, un sur trois a réduit ses loisirs, sorties ou vacances, un sur quatre déclare manquer de temps pour soi ou éprouver le sentiment de faire des sacrifices et un sur sept déclare connaître des tensions avec au moins un membre de son entourage. La situation moyenne des aidants pivots est proche. Toutefois, ceux qui ont tous leurs enfants au domicile parental déclarent plus souvent manquer de temps pour eux et ceux dont au moins un enfant vit hors du domicile parental déclarent plus souvent avoir réduit leurs loisirs, sorties ou vacances ou connaître des tensions avec un membre de leur entourage.

Les aidants pivots comme les autres enfants aidants indiquent que l'aide qu'ils apportent à leur parent a des répercussions sur leur santé. Ils déclarent toutefois moins souvent des problèmes physiques, tels que de la fatigue corporelle ou des problèmes de dos, mais aussi moins fréquemment de l'anxiété, du stress ou du surmenage. La situation diffère cependant selon que les aidants pivots habitent ou non avec tous leurs enfants à charge, ceux ayant une partie de leurs enfants en dehors du domicile s'avérant moins favorable. À caractéristiques comparables, ceux-ci déclarent moins souvent être en bonne ou très bonne santé que les enfants aidants sans enfant à charge (- 5 points) et plus souvent se sentir seuls (+ 5 points).

Les divers profils d'enfants aidants se distinguent avant tout par leur âge, la cohabitation avec le parent aidé ou l'existence d'autres aidants

L'ensemble des enfants aidants, pivots ou non, peut être réparti, *via* des méthodes statistiques, en six profils partageant un grand nombre de caractéristiques individuelles, familiales, professionnelles, relatives aux types d'aides qu'ils assument et au niveau de dépendance de leur parent.... En premier lieu, les enfants aidants se distinguent selon le fait qu'ils vivent ou non dans le même logement que le parent qu'ils soutiennent et leur tranche d'âge. Ainsi, une classe regroupe des enfants aidants présents dans toutes les tranches d'âge dont la plupart, 85 %, vivent dans le même logement que leur parent aidé (classe 6). Les autres classes se différencient ensuite avant tout selon l'âge des enfants aidants. Ces derniers sont très majoritairement âgés de moins de 45 ans dans la classe 1 (72 %), de 45 à 54 ans dans la classe 2 (91 %), de 55 à 61 ans dans la classe 3 (81 %) et de plus de 61 ans dans la classe 4 (96 %). L'existence d'autres aidants et notamment d'une fratrie explique ensuite les différences entre les enfants aidants. La classe 5 rassemble ainsi des enfants aidants plus âgés – les trois quarts ont plus de 55 ans – dont seule une faible part a des frères ou des sœurs : 19 % contre la quasi-totalité de ceux des classes 1 à 4. Huit fois sur dix, les enfants aidants de ce groupe sont les seuls proches aidants.

Ainsi, la présence d'enfants à charge n'apparaît pas comme l'un des premiers critères de différenciation : c'est d'abord l'âge, sachant que la présence d'enfants à charge est elle-même très liée à cette caractéristique. Les aidants pivots sont ainsi surreprésentés dans les classes 1 et 2, les plus jeunes, qui regroupent 78 % des aidants pivots, et dans une moindre mesure dans la classe 5, qui se distingue moins par l'âge que par le fait d'être souvent le seul aidant. Les problématiques diffèrent entre ces classes et dessinent ainsi, en conséquence, trois grands groupes d'aidants pivots. Lorsqu'on raisonne ensuite au sein de chaque groupe, les aidants pivots se distinguent *in fine* peu des enfants aidants sans enfant à charge du même groupe.

Des conséquences sur la vie privée ou la santé très différentes selon les groupes

Les aidants pivots de la classe 2, comme l'ensemble des enfants aidants de ce groupe, déclarent plus souvent que la moyenne des enfants aidants, que l'aide apportée à leur parent entraîne des conséquences négatives sur leur santé, leur loisir ou leur relation avec leur entourage. Ils appartiennent au groupe d'enfants aidants qui déclare le plus souvent l'apparition de tension avec l'entourage, le sentiment de manquer de temps pour soi, le stress, l'anxiété, le surmenage ainsi qu'une impression de solitude. Par ailleurs, 27 % des aidants pivots de ce groupe déclare avoir fait au moins un aménagement professionnel en raison de la prise en charge de leur parent contre 15 % de l'ensemble des enfants aidants et 17 % des aidants pivots de la classe 1. En effet, les aidants pivots de la classe 1 sont ceux qui déclarent le moins fréquemment de conséquences négatives du fait de l'aide qu'ils apportent. Bien qu'ils cumulent dans ces deux classes enfants à charge, activité professionnelle et soutien de leur parent âgé, les répercussions ne sont pas les mêmes. Plus jeunes que les enfants aidants de la classe 2, ceux du groupe 1 soutiennent des parents eux aussi moins âgés, présentant un peu plus souvent des niveaux de dépendance faibles. Ils sont bien moins souvent le seul proche aidant sans avoir davantage de frères ou de sœurs. Par rapport aux autres enfants aidants de la classe 1, les aidants pivots sont globalement exposés à ces conséquences négatives dans des proportions similaires. Ils déclarent en revanche plus souvent avoir le sentiment de manquer de temps pour soi (13 % contre 6 %) et moins souvent des problèmes de dos, de fatigue physique, stress, surmenage, anxiété ou fatigue morale (respectivement 5 %, 7 %, 15 %, 16 % contre 13 %, 18 %, 31 % et 22 %).

Enfin, les aidants pivots du groupe 5, très souvent en situation d'être le seul proche aidant, ont des parents globalement peu dépendants : dans 96 % des cas, leur niveau de perte d'autonomie estimé par le groupe iso-ressource (GIR) est léger (GIR 5 ou 6). Malgré cette part plus importante de parents faiblement dépendants, les aidants pivots de ce groupe déclarent un peu plus souvent manquer de temps pour eux que l'ensemble des enfants aidants, qu'ils aient ou non des enfants à charge, et, dans des proportions comparables, les autres effets négatifs liés à la prise en charge du parent.