

Une interview de Marie-Paule Dessaint, coach en préparation à la cessation d'activité Québec, le pays où les entreprises recherchent les seniors que la retraite angosse

<http://www.seniorscopie.com/articles/quebec-le-pays-ou-les-entreprises-recherchent-les-seniors-que-la-retraite-angosse.html>

Mis en ligne le 06/05/2008

Universitaire, auteur, formatrice d'adultes, la Française Marie-Paule Dessaint est devenue la spécialiste québécoise de la préparation à la retraite. Les travailleurs seniors bénéficient outre-Atlantique d'une meilleure image dans l'entreprise qui, souvent, les recherche. La préparation de la retraite peut y être source d'angoisse. Elle s'accompagne parfois de changements de domicile et, de plus en plus souvent, de divorces que le coaching peut aider à éviter. Tour d'horizon de l'approche de la retraite dans la "Belle province".



Marie-Paule Dessaint, coach en préparation à la cessation d'activité (Jean-Yves Ruaux)

Spécialiste des sciences de l'éducation (Ph.D.), auteur et formatrice d'adultes, Marie-Paule Dessaint consacre aujourd'hui la majeure partie de son temps à préparer les futurs retraités à s'adapter à ce grand passage de leur existence. Elle s'intéresse aussi, et tout particulièrement, au sort des personnes à la retraite depuis quelques années, mais qui ne sont pas parvenues à rétablir totalement un équilibre psychosocial. Son but premier est de réduire le nombre de "retraites-échecs" et, par ricochet, bien des problèmes de santé, physiques et psychologiques. En se donnant tous les atouts pour réussir, chaque nouveau retraité peut en effet faire en sorte que cette transition devienne un tremplin pour une existence plus épanouissante. Mais les travailleurs seniors et les retraités canadiens français affrontent des difficultés spécifiques, comme le révèlent les propos de cette chercheuse française en sciences humaines, enseignant et publiant depuis plus de quarante ans au Québec (<http://www.marie-paule-dessaint.com/>).

Peut-on se permettre d'être vieux et malade au Québec ?

Pas si facilement qu'en France. Toutes les catégories ne jouissent pas des mêmes avantages. Les fonctionnaires et les employés des grosses compagnies comme Hydro-Québec (l'équivalent d'EDF-GDF) bénéficient de plans de retraite importants. Ceux du privé peuvent même être meilleurs que ceux du gouvernement, avec un taux de remplacement de 70% environ. Quant à la santé, on a tous un régime public d'assurance, la carte Soleil qui couvre les soins, excepté le

dentiste et l'ophtalmologiste. Je paie aussi une partie de mes médicaments. Le problème est souvent celui de l'attente pour les soins spécialisés, même pour une chimiothérapie. Les gens contractent des polices privées d'assurance santé, mais la couverture n'est pas aussi étendue qu'en France. Le coût d'une assurance privée peut être de 900 euros annuels et il augmente avec l'âge. Tout va donc extrêmement bien aussi longtemps qu'on ne tombe pas gravement malade. C'est cela qui incite souvent les Français à vouloir finalement rentrer au pays.

Prendre sa retraite représente-t-il une angoisse pour les Québécois ?

Cette angoisse ne porte pas sur les mêmes points qu'en France. Au moment de la retraite, les Québécois songent souvent à déménager, à quitter leur maison pour un appartement. Certains partent pour une cité de villégiature, comme Magog. Mais ils peuvent s'y trouver isolés, s'ils n'ont pas tissé leur réseau, s'ils n'ont pas d'activité sociale ou que leurs enfants ne viennent pas les voir. Dans les sessions ou les séances de coaching, je leur explique souvent qu'il faut attendre au moins un an après la cessation d'activité avant de déménager. Des difficultés surviennent lorsqu'ils ont construit une maison au bord d'un lac, à Magog, par exemple, et qu'ils s'aperçoivent que leurs petits-enfants ne viendront pas les voir. Conclusion, je les mets en garde. Je les incite à se reposer les premiers temps. C'est le moment où l'on va pouvoir faire un bilan de vie. Cela permettra de tenter de déceler l'identité profonde de la personne qui est sous-jacente à l'identité professionnelle, afin de retrouver les vrais besoins qui ne sont pas forcément exprimés.

Les Montréalais et leurs compatriotes peuvent donc bénéficier d'une préparation à la retraite ?

Tout à fait. La commission administrative des régimes de retraite et d'assurance (Carra), qui gère les pensions des employés du gouvernement, a mis un programme sur pied. Les gens viennent à ces sessions, parfois avec un peu de réticence. Le premier jour, ils ont un contact avec le juriste et le financier, qui les aident à mieux comprendre leur marge de manœuvre, les limites de leurs ressources. Ensuite, on leur montre l'intérêt qu'ils ont à s'occuper d'eux-mêmes. Les formateurs font en sorte qu'ils extirpent de leur tête l'idée selon laquelle la retraite est juste la fin de la vie. Le problème le plus aigu est celui des personnes qui n'acceptent pas leur nouveau statut et donc ne peuvent en tirer le bénéfice. Or, la retraite n'est pas une question d'argent. C'est la question du bonheur. L'argent n'est une composante du bonheur qu'à hauteur de 15%. En revanche, la retraite est le moment privilégié pour penser à être heureux. C'est le moment où chacun peut songer à développer ses goûts et ses compétences alors qu'il n'a jamais eu le temps de le faire auparavant.

Quels problèmes se posent lors du départ à la retraite ?

Les gens, qui suivent les formations ou que je coache, ont tous au moins 54-55 ans. Souvent, il y a un décalage entre le mari, plus âgé, prêt à cesser son activité et la femme qui devra travailler encore plusieurs années. Le déséquilibre, ou la dissymétrie, peuvent créer le sentiment de passer au service de l'autre, de lui devenir subordonné. Il y a chez les maris une préférence pour le fait de vivre moins à l'aise, financièrement, mais avec un meilleur équilibre de couple. Le problème se manifeste aussi chez des personnes qui ne sont pas ensemble en raison de valeurs partagées, mais de contingences, d'un besoin de sécurité. On travaille sur la prospective du couple, sur les rêves que les gens associent à la retraite. C'est un exercice qui contribue parfois à sauver la situation. Mais, le taux de séparation augmente chez les seniors. Il peut même atteindre 30% autour de 60 ans.

Existe-t-il une discrimination à l'encontre des travailleurs âgés ?

Pas vraiment. On a besoin de main d'œuvre puisque le seul renouvellement de la population québécoise vient de l'immigration, pas des naissances. Celles-ci sont en nombre insuffisant. Les seniors n'éprouvent pas de difficulté à trouver du travail. Mais certains exercent des fonctions très

modestes. Toutefois, on n'est pas ici, comme en France, dans une situation de décrochage professionnel. Chacun a sa chance, sans considération d'âge. La chaîne de quincaillerie Rona recrute des seniors à tours de bras. Ils sont appréciés pour leur calme, leur courtoisie, leur compétence par la clientèle. Certaines boîtes proposent des primes aux seniors pour rester, dans le commerce notamment. Ailleurs, on souhaite se les attacher comme mentors pour inspirer les générations cadettes.

Les Français apparaissent souvent déçus par la retraite précoce que, pourtant, ils souhaitaient. Quel est ici le problème ?

Il s'agit de donner un nouvel équilibre à sa vie, entre carrière, famille, santé, amitié. Les boomers arrivant en fin de carrière sont souvent assiégés par le stress. Ils perçoivent aussi l'image négative que les jeunes générations ont parfois d'eux. Les boomers ont le pouvoir du nombre. Ils ont aussi l'argent. Les gens se sont voté de belles retraites, même si celles-ci ne sont pas vraiment indexées sur l'évolution du coût de la vie. Les jeunes n'auront pas d'argent, à la différence de leurs parents.

N'y-a-t-il pas aussi un problème féminin ?

Si. Le nombre de femmes seules, à la retraite, est aussi une spécificité du Canada francophone. En effet, au début des années soixante-dix, le Québec a sauté à pieds joints dans la modernité. Montréal a eu son métro. L'église catholique et ses institutions, qui structuraient la société locale, ont été désertées. Le féminisme a pris ici une ampleur inconnue ailleurs. Aujourd'hui, les boomers, qui étaient les jeunes de l'époque, sont largement considérés en termes de segments de consommation. Ils jardinent, s'achètent des télévision à écran plasma et des véhicules récréatifs. Les cours de préparation à la retraite comportent de plus en plus de femmes seules à 45 ou 50 ans qui veulent donner un sens à la seconde partie de leur existence.

Les difficultés surgissent aussi à l'intérieur du couple...

Très souvent et de la même manière. Je suis sollicitée pour des coachings individuels ou commandés par des sociétés, des associations comme la Fadocq, la fédération des aînés québécois. On s'inquiète de devoir passer 24 heures sur 24 face à son conjoint même si on l'aime beaucoup.

Comment en êtes vous venue à assurer des préparations à la retraite ?

J'ai enseigné à tous les niveaux pédagogiques, du collège à la fac. Je me suis occupée de formation continue. Et à un moment où une opportunité s'est présentée, j'ai créé mon activité. De plus en plus de firmes, de même que les associations, se préoccupent de la préparation à la retraite. *Johnson and Johnson*, par exemple. En ce qui me concerne, mon réseau s'est constitué par le bouche-à-oreille. Les passages à la télévision, mes livres... De toute manière, la démographie est particulièrement propice.

Pour en savoir plus :

- "Une retraite heureuse ? Ça dépend de vous !" (Flammarion Québec, 2005)
- "Petit guide de la retraite heureuse" (Eyrolles pratique, Paris, 2005)
- "La conception de cours. Guide de planification et de rédaction" (Presses de l'Université du Québec)
- "Votre mémoire. Comment l'entretenir et l'améliorer" (Livre audio : Coffragants, 2007)
- "Votre mémoire" (titre provisoire) (Éditions Le Dauphin blanc, 2008)

Propos recueillis par Jean-Yves Ruaux