



BÉNÉFICES DES COMMUNAUTÉS DE PRATIQUE CHEZ LES AÎNÉ(E)S

Présentation sommaire

Visitez notre page Facebook @MaisonPhilo et notre site internet : maisonphilo.org

Un article d'Éric Suarez ¹ donne un aperçu des bénéfices pour les aîné(e)s qui participent à des ateliers de discussion philosophique.

- Elle « soigne » l'ennui et la solitude;
- Elle provoque une curiosité existentielle et donne envie d'écouter autrui pour saisir son point de vue et le comparer au sien;
- Elle favorise la mémoire par le fait de participer à une discussion qui implique des concepts, un rappel d'événements dans sa vie;
- Elle permet une sorte de gymnastique intellectuelle en permettant aux participants de réfléchir, de mettre en branle son esprit. Certains participants d'ateliers CRP disent même que la philosophie est à l'esprit ce que la gymnastique est au corps;
- Elle apporte le sentiment d'être utile au groupe et diminue donc le sentiment d'inutilité éprouvé par certains(es) aînés(es);
- Elle favorise la responsabilisation parce que l'on exprime toujours son point de vue en son nom, ce qui diminue le sentiment de dévalorisation éprouvé par certains(es) aînés(es);
- Elle permet de réviser le sens que l'on pose sur sa propre vie, certaines de ses expériences, etc.
- En bref, la participation à des CRP permet d'offrir un espace de réflexion qui a des répercussions émotionnelles, affectives et sociales. L'atelier philo, lorsqu'il est suivi de façon régulière, apparaît comme une façon de prendre soin de soi et des autres par l'intermédiaire d'un dialogue existentiel.



¹ Source : Eric Suarez, L'atelier philosophique avec les aîné.e.s, Revue internationale de la didactique et des pratiques de la philosophie no 93, 04-2023)