

13^e ÉDITION OBSERVATOIRE S.O.S AMITIÉ DES SOUFFRANCES PSYCHIQUES 2022

09 72 39 40 50

Ce numéro a été appelé 3 291 060 fois au cours de l'année 2022



**S.O.S
Amitié**

UN MAL.  DES MOTS.



- p. 3** Éditorial
- p. 4** Méthodologie de l'Observatoire
- p. 5** Les points marquants en 2022
- p. 10** La santé psychique chez les jeunes
- p. 12** La solitude des personnes âgées
- p. 13** Aider ses proches
- p. 14** Mieux nous connaître
- p. 15** Le regard des sociologues



En moyenne, toutes les 10 secondes, quelque part en France, une personne appelle S.O.S Amitié. Ecouter est la façon de nous engager dans la lutte contre le suicide !

Ces dernières années ont marqué une nette augmentation du nombre d'appels et d'appelants. La crise sanitaire, à laquelle s'ajoute l'inflation, la guerre et les tracasseries du quotidien, pèsent lourd sur le bien-être psychologique au sein de la société française.

Ce document présente les situations le plus souvent évoquées sur l'année précédente. Il n'a ni de portée scientifique, ni statistique, mais cette oreille tendue au quotidien fait écho aux faits de société et aux nombreux rapports de professionnels sur le mal-être des personnes : nombre de suicides, violences de toute nature, harcèlement scolaire, addiction, solitude, précarité, etc. Jeunes ou moins jeunes, femmes et hommes, tout le monde est concerné par ces moments de souffrances psychologiques.

Depuis 1960, à chaque heure du jour et de la nuit, nous prêtons cette oreille aux appelants, sans porter de jugement et sans offrir de conseil. Cette amitié, au sens premier du terme, est un espace d'humanité partagée qui continuera d'évoluer et que font vivre les 1800 écoutants-bénévoles de l'association.

Ghislaine Desseigne
Présidente S.O.S Amitié France

■ Méthodologie de l'Observatoire



Depuis la création de l'association, l'anonymat est strictement garanti.

Les appels sont non directifs. Nous ne collectons aucune donnée personnelle. Seules les situations évoquées volontairement par l'appelant sont reportées dans l'outil statistique de l'association.

Cette étude a été réalisée à partir des 588 000 appels décrochés et qualifiés par les écoutants en 2022.

Les informations sont regroupées et traitées dans le cadre de l'Observatoire et inclut de manière exhaustive :

- L'âge estimé
- Le genre, tel que communiqué par l'appelant
- Un maximum de 3 situations évoquées par appel, conforme à notre grille de codification
- La durée de l'appel
- Le moyen de l'appel : téléphone, mail ou tchat via le site.

Ces données sont analysées du 01 janvier 2022 au 31 décembre 2022. Nous sélectionnons les informations les plus pertinentes pour les présenter dans ce document.

Ont contribué à ce numéro :

Quentin E. / Liliane D. / Michel D. / Yves LC. / Alain M. / Yves M. / Jean-Jacques P. / Jean-Noël P. / Frédéric SM.

■ Points marquants 2022

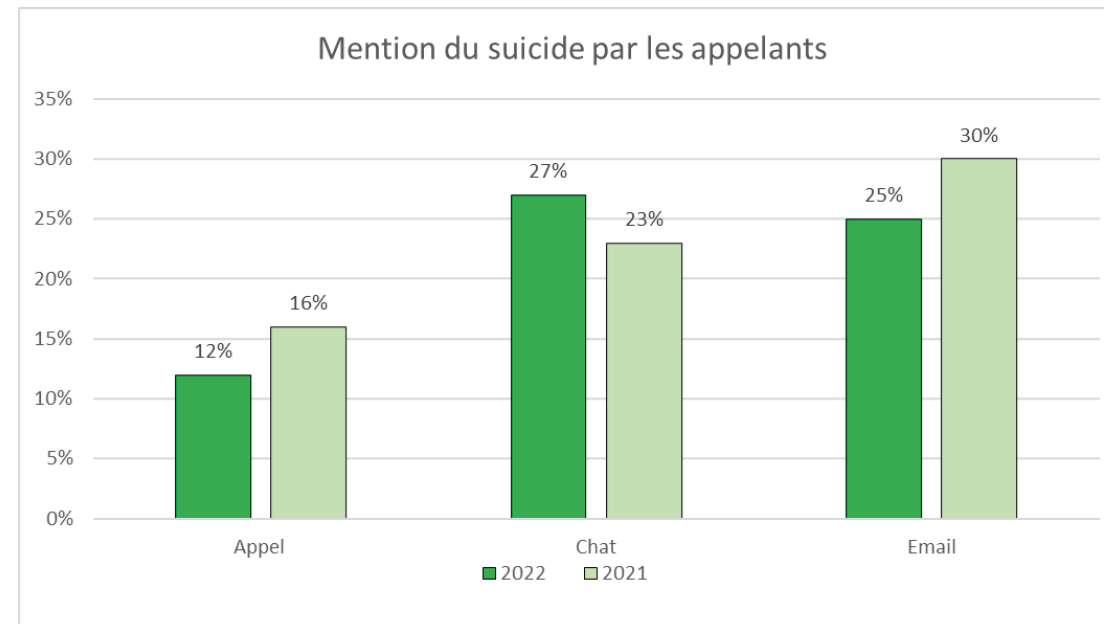


Nous avons identifié 3 éléments marquants dans l'activité d'écoute pour 2022 :

- La diminution du taux d'appelants évoquant le suicide
- Les limites de cette diminution chez les plus jeunes
- La souffrance psychique des Français

Il semble que ces 3 sujets ont leur importance dans le débat public, à la fois dans la lutte contre le suicide, mais aussi et surtout dans la prévention pour le bien-être psychologique.

Le taux d'appelants évoquant le suicide diminue



En France et en Europe, le taux de suicide décroît depuis plusieurs années, mais la France reste le 11^e pays avec le plus fort taux. Le premier point marquant de cette année est la diminution des appelants évoquant le suicide, sauf au tchat, et ce malgré une augmentation de 10 % d'appels entre 2021 et 2022 (de 3 M à 3,3 M). Avec modestie, ce constat peut traduire l'effet de la prévention dans la lutte contre le suicide de façon générale.

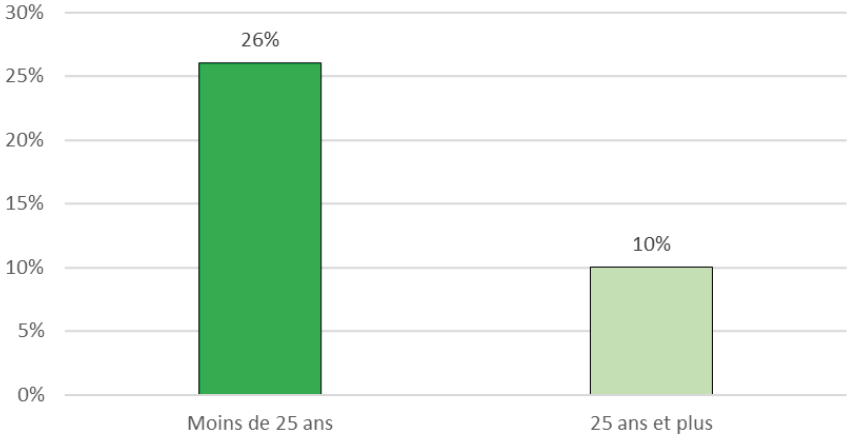


Les plus jeunes évoquent toujours énormément le suicide

La population française n'est pas égale face au suicide. Les jeunes sont sur-représentées dans les tentatives et les hospitalisations.

Les plus jeunes sont identifiés comme ayant 25 ans ou moins. Nos données révèlent que les jeunes appelants de S.O.S Amitié mentionnent le suicide presque trois fois plus que le reste des appelants. C'est également le cas pour les personnes qui contactent l'association par mail ou via le tchat disponible sur le site.

Mentions du suicide en fonction de l'âge



	Appel	Chat	Email
Moins de 25 ans	26%	35%	33%
25 ans et plus	10%	22%	18%

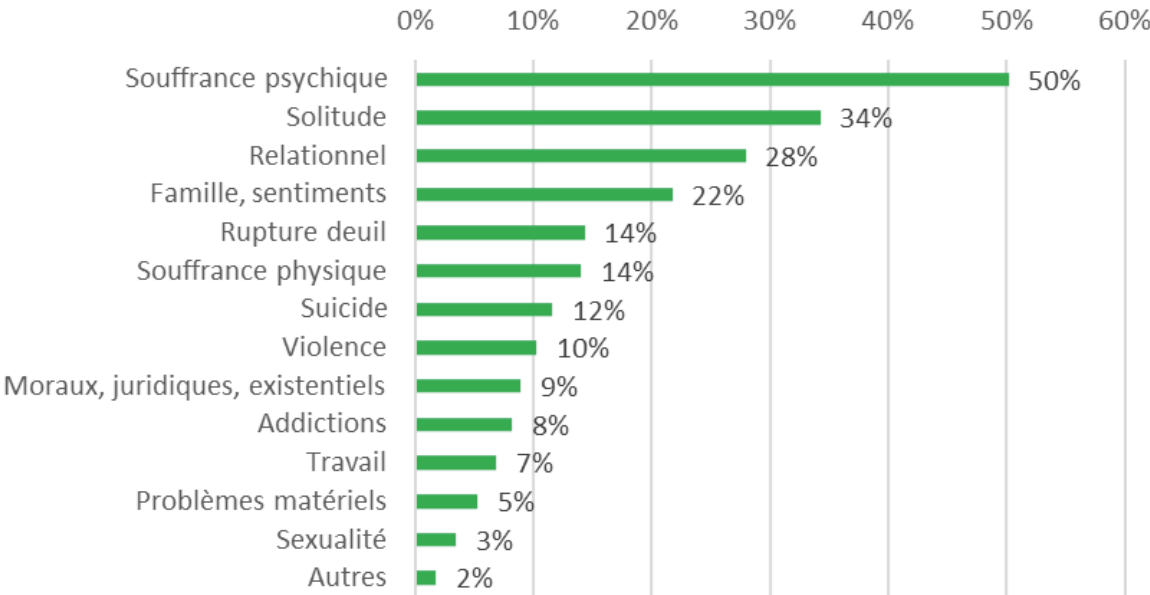
La souffrance psychique reste très présente

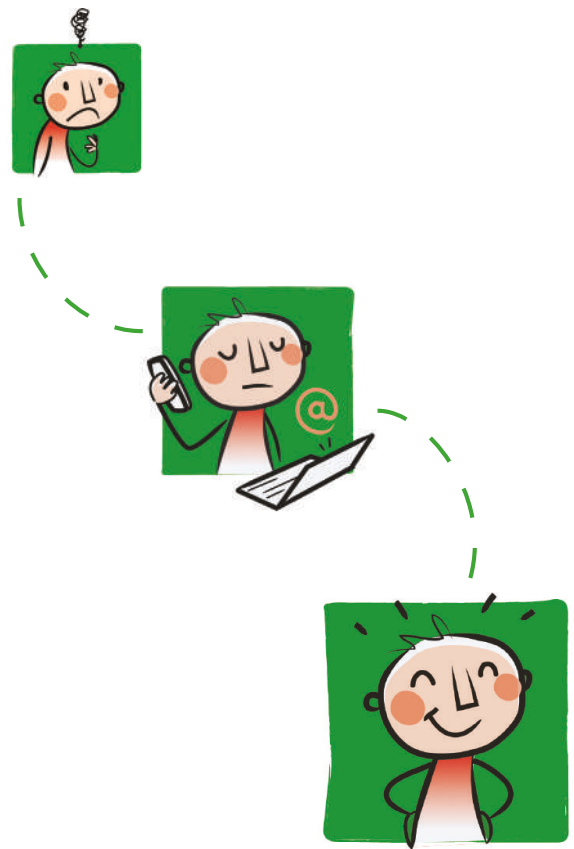
Depuis la crise sanitaire, le principal motif d'appel est la souffrance psychique (angoisse, dépression, troubles psychiques) devant la solitude qui était historiquement la principale cause. Ce constat est confirmé par de nombreux professionnels de soin sur la dégradation de la santé mentale dans toutes les couches de la société.

Au-delà des troubles psychiques définis du point de vue médical, la souffrance psychique est la traduction d'un environnement dégradé, au sens le plus large du terme.

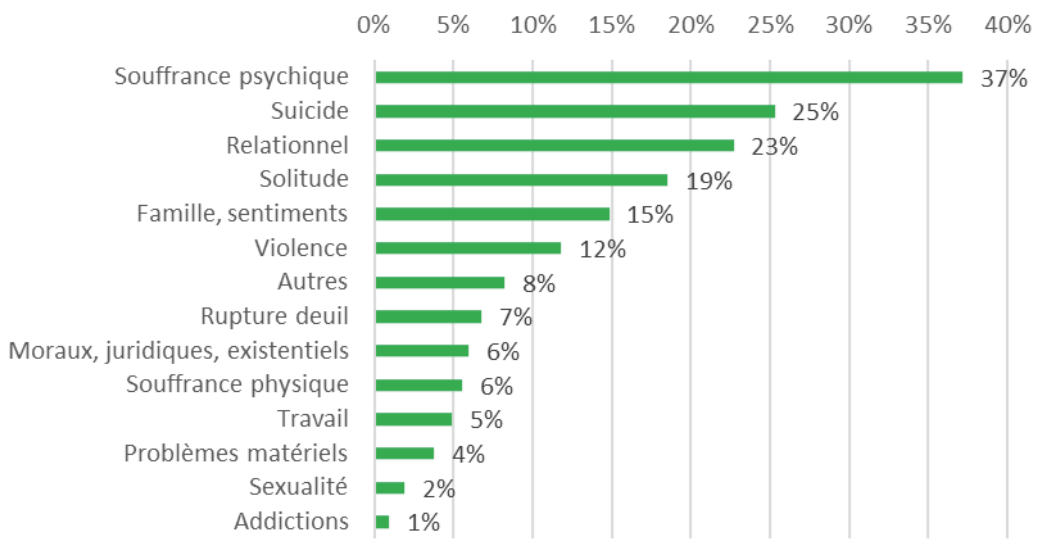
Chaque personne a une perception propre de sa capacité d'autonomie dans tous les domaines de sa vie, de sa capacité de décision et d'action. C'est au moment où ces conditions ne sont plus réunies qu'apparait la souffrance psychique.

Situations évoquées - appels

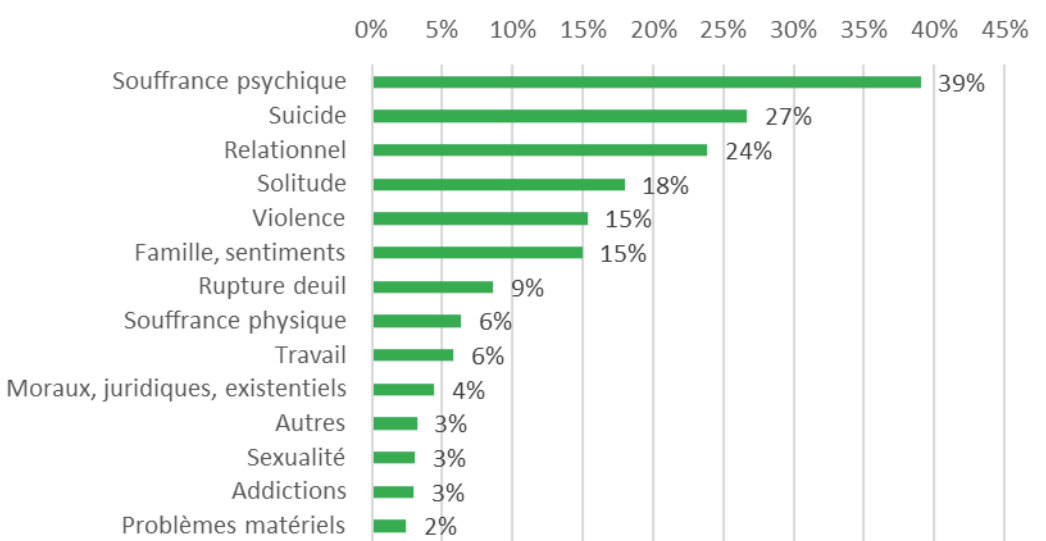




Situations évoquées - Mail



Situations évoquées - Chat

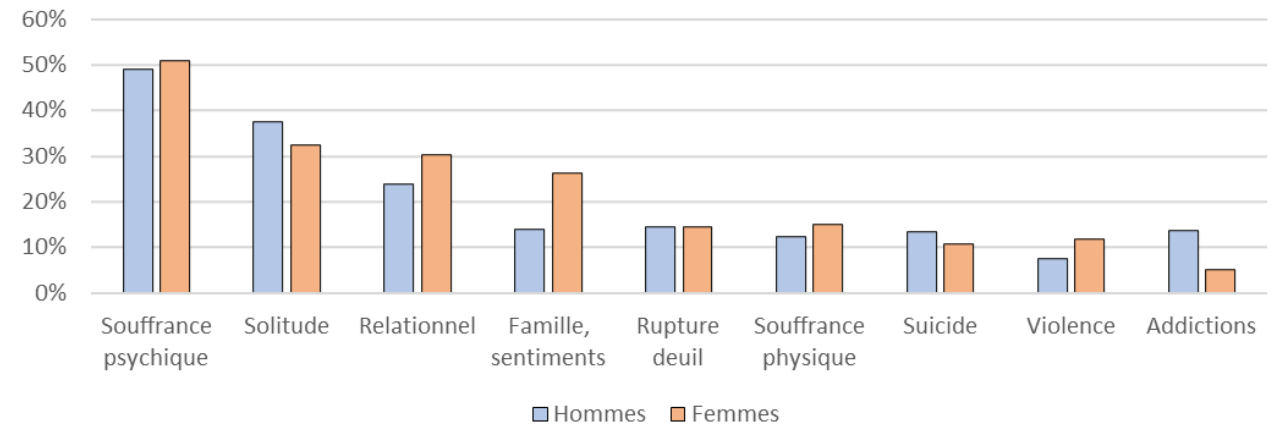




La souffrance psychique par genre

Les femmes évoquent plus souvent des problèmes relationnels & familiaux.
Les hommes évoquent plus souvent des problèmes d'addiction.

Situations évoquées par genre - téléphone



■ La santé psychique chez les jeunes

La violence évoquée

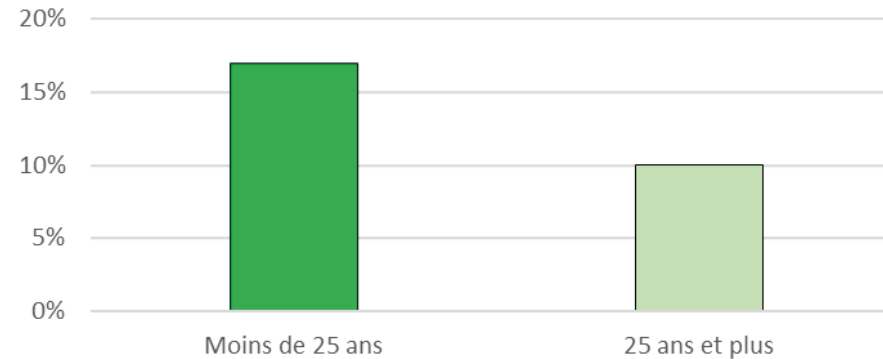
Les jeunes appelants évoquent la violence, exercée ou subie, près de deux fois plus que le reste des appelants. Outre le suicide, la violence est la situation la plus sur-représentée chez les moins de 25 ans.

Violence physique, violence morale, familiale, abus sexuel ou harcèlement, ces violences exprimées par les jeunes (et parfois très jeunes, moins de 14 ans), révèlent une absence de repères d'adultes dans leur environnement de vie. Offrir cet espace de sécurité de paroles est essentielle et complémentaire aux dispositifs d'aide spécifique, tel que le 119 par exemple.

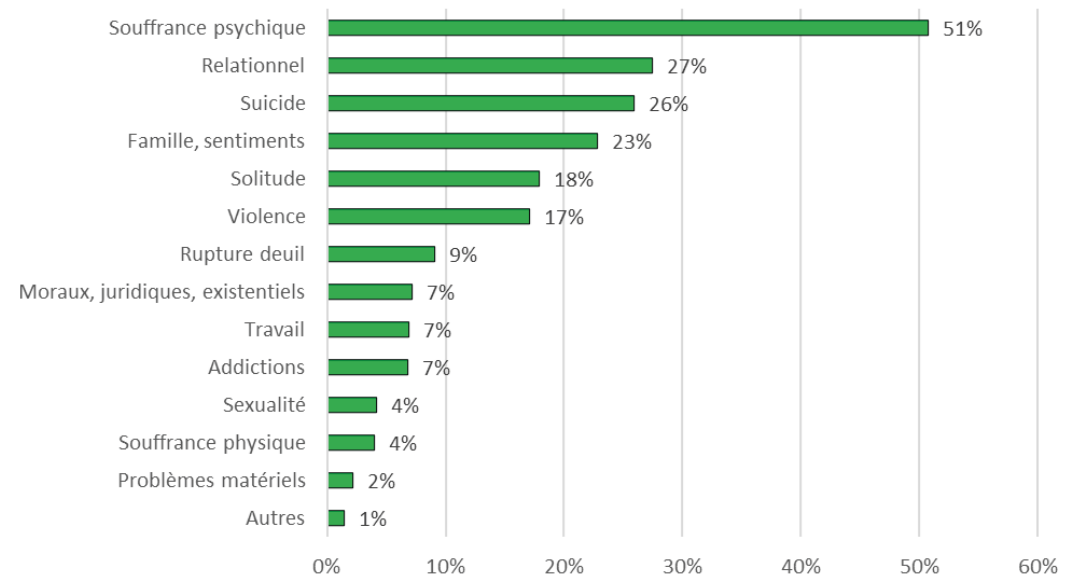
Les autres situations

Si le suicide est évoqué par un quart des jeunes de moins de 25 ans, rappelons qu'il reste l'une des principales cause de décès avec les accidents de transports.

Mentions de la violence chez les jeunes appelants



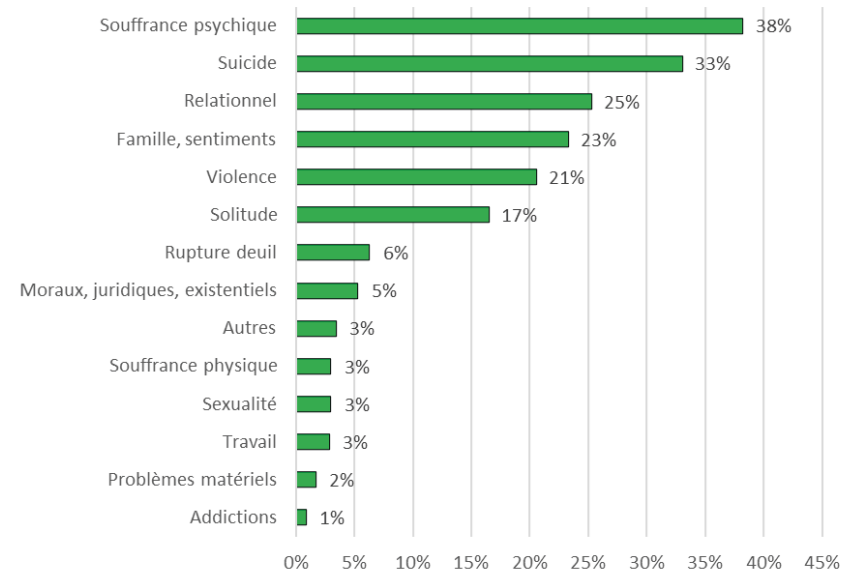
Situations évoquées par les moins de 25 ans - téléphone



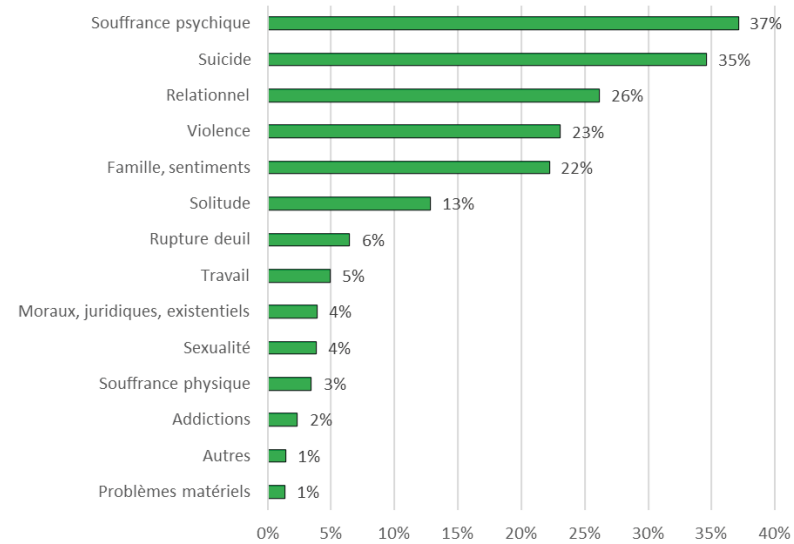
■ La santé psychique chez les jeunes



Situations évoquées par les moins de 25 ans - mail



Situations évoquées par les moins de 25 ans - chat



■ La solitude des personnes âgées

La mort sociale...

La perte du lien social d'une part et /ou le fait que l'on ne soit plus « considéré » par les autres engendre une perte de l'estime de soi. La personne développe un sentiment d'exclusion et donc de vulnérabilité.

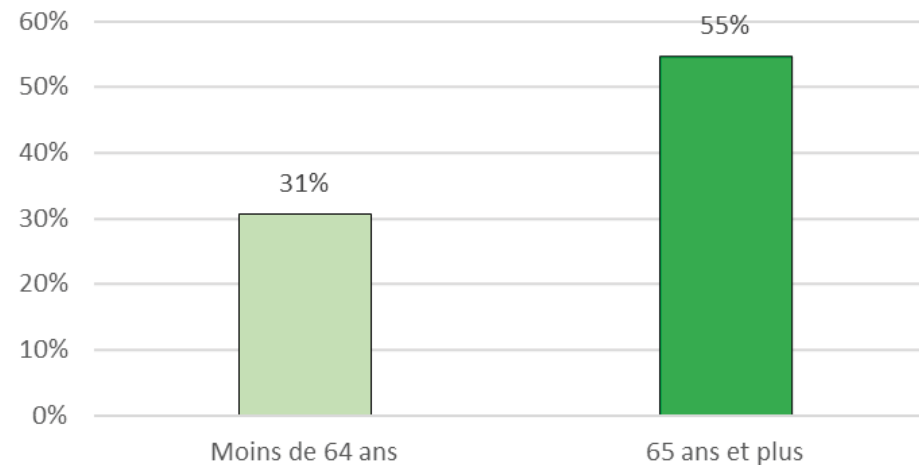
L'inutilité de sa propre existence, le sentiment de perte de droits, de moyens et le ressenti accru d'être au centre d'inégalités peuvent amener la personne à ressentir de la souffrance, avec des traductions très différentes.

Les personnes âgées de plus de 65 ans évoquent et souffrent le plus de la solitude, ils en parlent deux fois plus que les autres appelants.

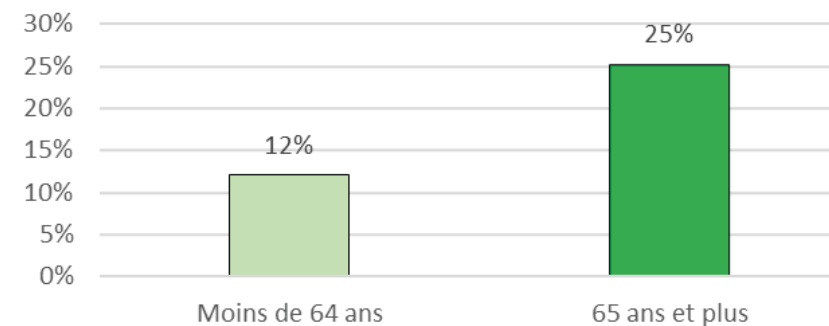
...mais aussi la souffrance physique

Pour les plus de 65 ans, soulignons l'importance de considérer la santé mentale et physique conjointement.

Mentions de la solitude des appelants



Mentions de la souffrance physique des appelants



Démocratiser l'écoute : le défi réussi de S.O.S Amitié depuis 63 ans

(extrait du livre blanc de la formation initiale)

Offrir, au sein même du « tissu social », à ceux qui ont du mal à y vivre, la possibilité de s'adresser à un alter ego bénévole, sans barrières statutaires explicites ou transparentes, mais qui néanmoins, constituent inévitablement l'arrière-plan de l'écoute et dans un espace d'écoute non spécialisé, tel est le pari permanent de l'association.

En quoi l'écoute et, en particulier, l'écoute telle qu'elle est mise en œuvre dans les dispositifs d'écoute à distance, peut-elle constituer une aide à la personne qui souffre ?

Nous pourrions ici faire l'hypothèse qu'il y a dans l'écoute et, en particulier, dans l'écoute empathique de l'autre, quelque chose qui fait profondément écho à ce que la personne qui appelle et qui souffre peut-être à même de vivre. L'écoute empathique de l'autre constitue ici une issue potentielle à la souffrance de l'appelant.

Au fond, on peut dire que la personne qui appelle « souffre » de ne pas être écoutée ou de ne pas pouvoir s'écouter elle-même. Lorsque la souffrance se traduit par un état de détresse, par un profond désarroi, c'est comme si la personne était seule au monde. C'est un vécu d'impasse.

Par conséquent, elle a besoin d'un autre, d'une personne qui l'écoute pour se dégager de la menace qui pèse sur son identité ou encore pour partager ce qu'elle vit.

Le but de l'écoute à S.O.S Amitié, tel qu'il est sous-tendu par la Charte (elle-même en conformité avec la Charte d'IFOTES), est d'identifier et de reconnaître l'angoisse afin d'offrir, à ceux qui appellent, un moment de communication vraie où cette angoisse puisse « se desserrer. ».



■ Mieux nous connaître



Structure institutionnelle et ressources

1 fédération
44 associations locales regroupées en 10 régions
Plus de 50 postes d'écoute,
Plus de 1 800 bénévoles
Ressources financières : uniquement dons et subventions

Label et partenariat

Reconnue d'utilité publique en 1967
Label PADS (Prévention Aide à Distance en Santé)
Membre de l'UNPS (Union Nationale de Prévention du Suicide)
Membre de l'ONS (Observatoire National du Suicide)
Membre de l'IFOTES (International Federation et Telephone Emergency Services)

Les perspectives

Augmenter les capacités d'écoute
Mettre à disposition l'écoute de S.O.S Amitié aux personnes incarcérées
Renforcer les partenariats avec les différents acteurs de la prévention du suicide
Poursuivre la coopération avec le Ministère de la Santé, Santé publique France, le 3114

Les besoins permanents

Recrutement de bénévoles
Collecte de dons

Contact

Site public : sos-amitie.com
Siège fédéral : 83 boulevard Arago 7514 Paris
Tél. : 01 40 09 15 22

Les mesures du mal-être : ce que les statistiques produites par S.O.S Amitié interrogent

Pour comprendre le mal-être ou les idées suicidaires, les statistiques sont d'autant plus essentielles qu'elles permettent de sortir des expériences toujours singulières pour saisir des tendances plus massives. Plus encore, elles constituent un levier permettant de quitter les lectures cliniques et psychologiques pour appréhender les causes sociales plus générales qu'Emile Durkheim a formalisées dans son célèbre ouvrage « Le suicide » (1897). Que nous permettent-elles de dire des expériences contemporaines du mal-être ? Que mesure-t-on exactement lorsque l'on enregistre des motifs de plainte ? Ce sont ces questions que la publication du rapport d'activité de S.O.S Amitié nous invite à reposer.



Entre 2019 et 2022, l'activité de S.O.S Amitié a augmenté de 6,8 % avec une redistribution des types de canaux d'échange privilégiés par les appelants (+12,7 % par le tchat, -14,8 % pour les messages et +7,1% d'appel téléphonique), sans que les chiffres ne nous permettent de dire si ces nouveaux modes de contact renvoient ou non à des nouveaux profils sociaux d'appelants. Parmi l'ensemble des appels reçus, moins de 3 % concernent des gestes suicidaires (item « suicidaire » et « suicidant »), la grande majorité des appels semblant concerner l'expression d'expériences subjectives douloureuses ou la demande de conversation (à peu près 11 % du volume d'appel en 2022).

Si le type de motifs prioritairement repéré peut légèrement fluctuer selon le mode de contact, en tendance, trois grandes catégories de motifs d'appels apparaissent :

- les motifs « psychiques » en premier lieu : en 2022, les motifs les plus fréquents (plus de 30 000) concernent les appels pour des raisons liées à la « santé psychique », à la « dépression », au « suivi psychique » ou à une « pathologie psychique annoncée ».
- les motifs « relationnels » en deuxième lieu : avec, en particulier, l'isolement (« isolement social » et « sentiment de solitude ») et les difficultés dans les relations parents-enfants, motif important d'échanges via le tchat mais aussi par téléphone. Viennent ensuite les conflits entre personnes, les problèmes conjugaux ou liés à un divorce / une séparation, les deuils et problèmes sentimentaux (entre 20 et 30 000 appels en 2022).

■ Le regard des sociologues

- les motifs somatiques arrivent ensuite : en 2022, 10 000 à 20 000 appels recouvrent des plaintes découlant de maladies ou de handicaps (« maladie », « longue maladie », « handicap physique », « alcoolisme »).

Comment comprendre ces motifs d'appel ? Reflètent-ils les réelles causes des expériences douloureuses évoquées ? Ou faut-il aussi les considérer comme des scripts sociaux du mal-être, diffusés dans les sociétés contemporaines et dont S.O.S Amitié serait un avant-poste d'observation ?

Des recherches sociologiques conduites sur la production de statistiques, notamment sur le suicide (Merllié, 2004), ont déjà montré combien l'expression des plaintes et la façon dont elles sont enregistrées sont en fait très normalisées.



Se plaindre, ou narrer une expérience douloureuse, implique d'abord de se sentir légitime ou en droit de l'exprimer à un tiers : il est ici envisageable de considérer que certains motifs de plainte peinent à se formuler –en tous les cas dans ce type d'espace- et se retrouvent effacés ou sous-estimés. C'est probablement le cas des expériences de violence de genre et de discrimination, susceptibles de générer des tentatives de suicide (Scodellaro, 2022), mais qui apparaissent très marginalement dans les motifs d'appel exprimés par les appelants ou codés par les écoutants. Les différences de motifs d'appel, observables selon les canaux de contact (tchat, message, téléphone), semblent d'ailleurs montrer que les normes d'échange cadrant ces médias sont plurielles et ne favorisent pas les mêmes demandes : la conversation est recherchée via le téléphone tandis que le tchat et son caractère plus désincarné semblent plus propices à l'expression de problèmes sentimentaux.

Ces sous-déclarations peuvent également être liées aux visions et interprétations que les appelants peuvent avoir de leurs problèmes. Rendre compte d'un motif d'appel implique déjà de s'être livré à un travail d'interprétation de sa situation qui est socialement informé. Comme montré par Rimke and Brock (2012), les sociétés contemporaines diffusent des visions psychocentrées des expériences subjectives douloureuses, idéations et conduites suicidaires. Il n'est donc pas surprenant que des appelants, imprégnés de ces visions, puissent avoir tendance à relier leur mal-être à des causes internes et psychiques (troubles, dépressions, anxiété, type de personnalité) plutôt qu'à des causes externes et sociales (expériences réitérées d'injustices ou d'inégalités sociales, de genre, conditions de vie), parfois également présentes dans les échanges.



Enfin, écouter un appelant et résumer une conversation à un motif principal d'appel implique, du côté de l'écouter, des grilles d'interprétation et des choix qui sont aussi façonnés par les sociétés. L'hétérogénéité des codages –à partir de quels signes code-t-on le motif « santé psychique », « dépression » ? Les raisons « relationnelles » et « sentimentales » sont-elles plus souvent retenues lorsque les appels proviennent de femmes (Jaworski, 2014) ? – et la difficulté à tracer des frontières entre items en témoignent, comme le montre, par exemple, le classement de la boulimie, de l'anorexie ou de l'automutilation dans les conduites suicidaires (Statistiques S.O.S Amitié, 2022). En somme, si les statistiques renseignent sur la réalité qu'elles sont censées mesurer (le mal-être des appelants), elles disent aussi beaucoup des lectures et engagements de ceux qui les produisent...

*Ingrid Voléry et Frédéric Balard, sociologues,
TETRAS, Université de Lorraine*

Références

Jaworski K. (2014), *The Gender of Suicide book. Knowledge Production, Theory and Suicidology*, Farnham, Ashgate.

Merlié D. (2004), "Pistes de recherche pour une sociologie des statistiques du suicide. Note sur « Anti- ou anté-durkheimisme »", *Revue européenne des sciences sociales [Online]*, XLII-129 | 2004, Online since 01 March 2004, connection on 25 March 2023. URL: <http://journals.openedition.org/ress/417>; DOI: <https://doi.org/10.4000/ress.417>

Rimke H., Brock D. (2012), "The culture of therapy: Psychocentrism in everyday life", in D. Brock, R. Raby, M. Thomas (Eds.), *Power and everyday practices* (pp. 182–202), Toronto, Canada, Nelson Education Ltd.

Scodellaro C. (2022), « Violences sexuelles et tentatives de suicide. Fiche 15 », *Rapport annuel de l'observatoire national du suicide DREES-ONS*.

S.O.S
Amitié

UN MAL.  DES MOTS.