

UNI  
FR



LA DÉPRESSION  
ET LE RÔLE DE  
LA SPHÈRE SOCIALE

GABRIEL LEIPNER  
MAISSANE CRAUSAZ  
Juin 2023

Département de psychologie clinique  
et psychologie de la santé

UNI  
FR

LA DÉPRESSION  
ET LE RÔLE DE  
LA SPHÈRE SOCIALE

GABRIEL LEIPNE  
MAÏSSANE CRA  
Juin 2023

Dépar  
et r



UNI  
FR  
■

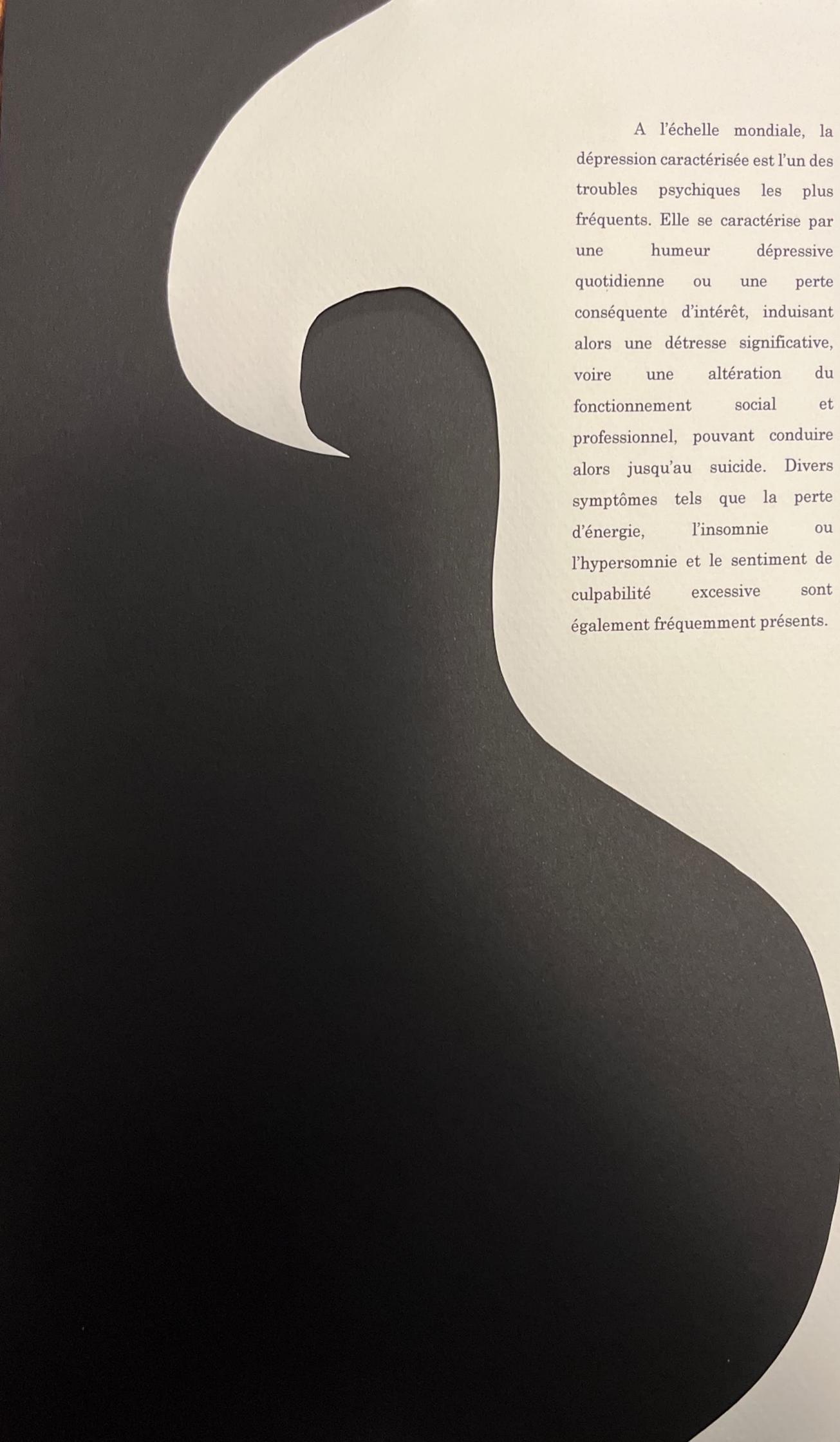
LA DÉPRESSION  
ET LE RÔLE DE  
LA SPHÈRE SOCIALE

GABRIEL LEIPNER  
MAÏSSANE CRAUSAZ  
Juin 2023

Département de psychologie clinique  
et psychologie de la santé

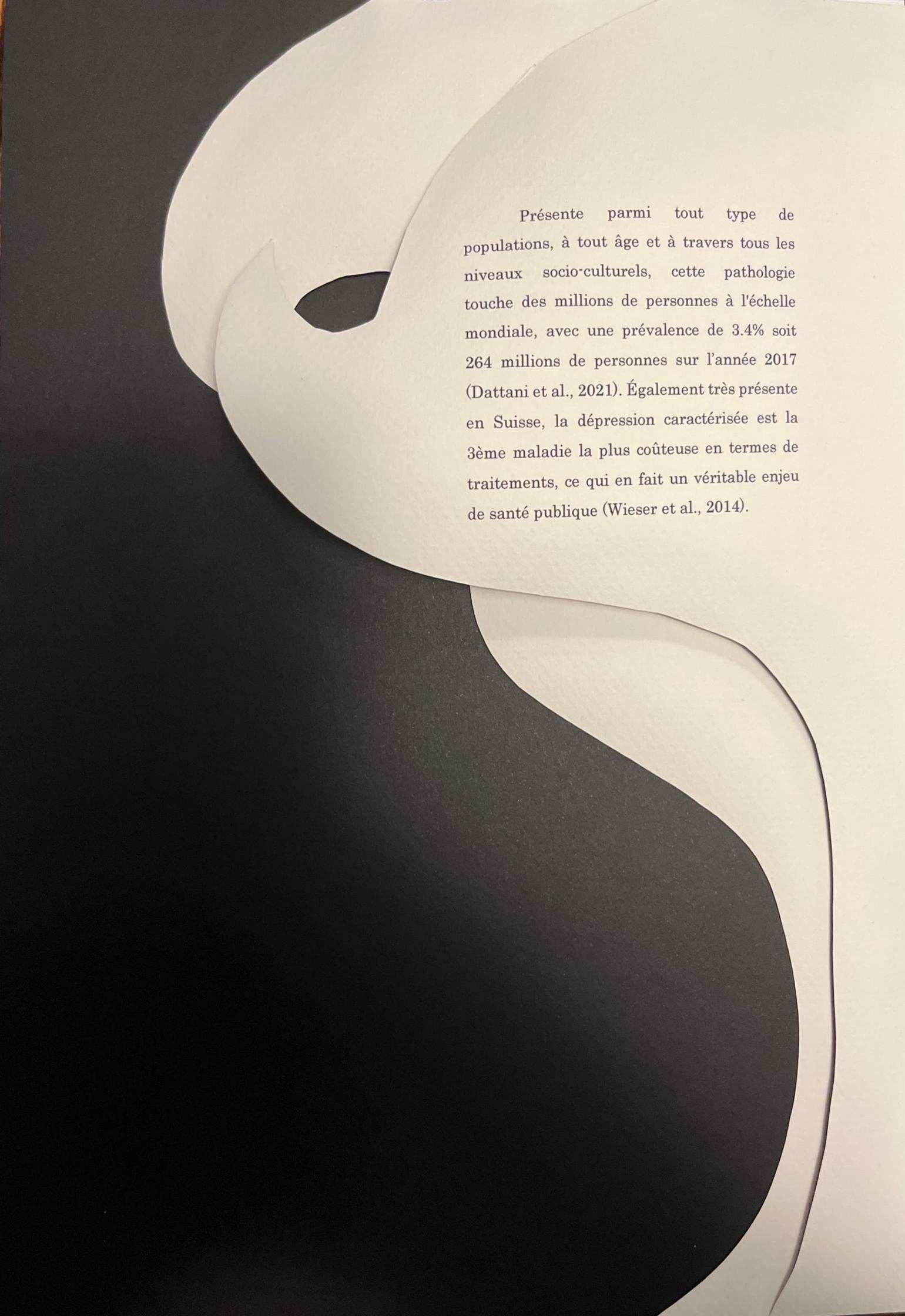




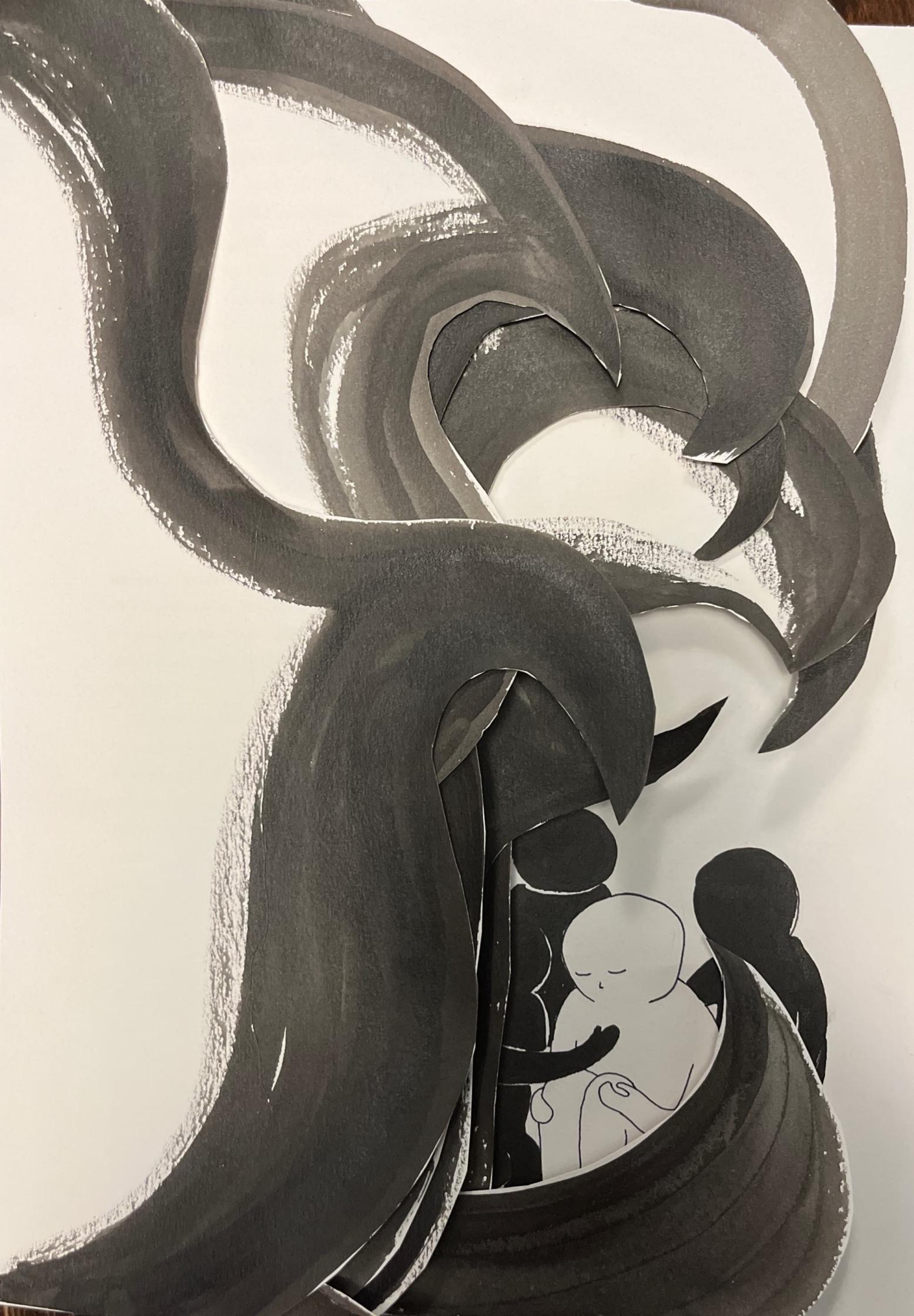


A l'échelle mondiale, la dépression caractérisée est l'un des troubles psychiques les plus fréquents. Elle se caractérise par une humeur dépressive quotidienne ou une perte consécutive d'intérêt, induisant alors une détresse significative, voire une altération du fonctionnement social et professionnel, pouvant conduire alors jusqu'au suicide. Divers symptômes tels que la perte d'énergie, l'insomnie ou l'hypersomnie et le sentiment de culpabilité excessive sont également fréquemment présents.



A large, abstract graphic of a human head profile is composed of several overlapping white paper cutouts. The cutouts are layered, with some appearing to be on top of others, creating a sense of depth and texture. The background is a solid black color. The text is printed on one of the white cutouts, which is positioned in the upper right quadrant of the overall composition.

Présente parmi tout type de populations, à tout âge et à travers tous les niveaux socio-culturels, cette pathologie touche des millions de personnes à l'échelle mondiale, avec une prévalence de 3.4% soit 264 millions de personnes sur l'année 2017 (Dattani et al., 2021). Également très présente en Suisse, la dépression caractérisée est la 3ème maladie la plus coûteuse en termes de traitements, ce qui en fait un véritable enjeu de santé publique (Wieser et al., 2014).



Présente parmi toutes les populations, à tout âge et à tous les niveaux socio-culturels, cette maladie touche des millions de personnes dans le monde, avec une prévalence de 264 millions de personnes sur l'année (Dattani et al., 2021). Également traitée en Suisse, la dépression caractérisée est la 3ème maladie la plus coûteuse en traitements, ce qui en fait un enjeu de santé publique (Wiesner et al., 2018).

Pourtant, son étiologie demeure mal comprise, du fait de sa complexité. En effet, la dépression caractérisée est d'origine multifactorielle et résulte d'un ensemble complexe de facteurs biologiques, psychologiques et sociaux.

Si la plupart des études et thérapies interviennent principalement sur le plan biologique et psychologique, il est toutefois évident que les relations sociales, particulièrement le soutien d'ordre émotionnel et matériel, ainsi que des vastes réseaux sociaux diversifiés, jouent un rôle crucial protecteur dans le contexte de la dépression (Santini et al., 2015). Cependant, après une revue de la littérature clinique, les études visant à établir l'efficacité des thérapies se focalisant sur le contexte social de la personne dépressive paraissent insuffisantes et maigres.

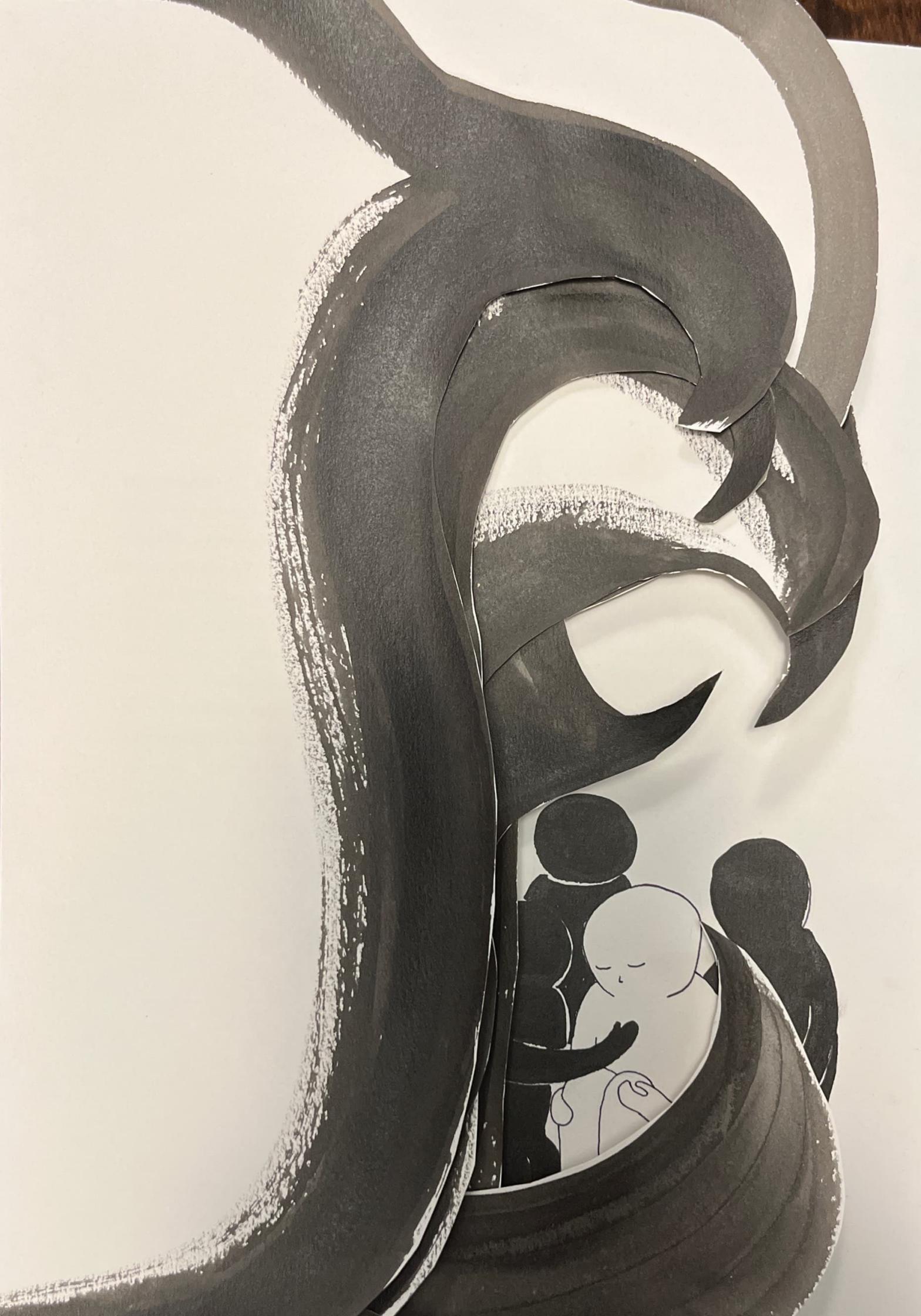


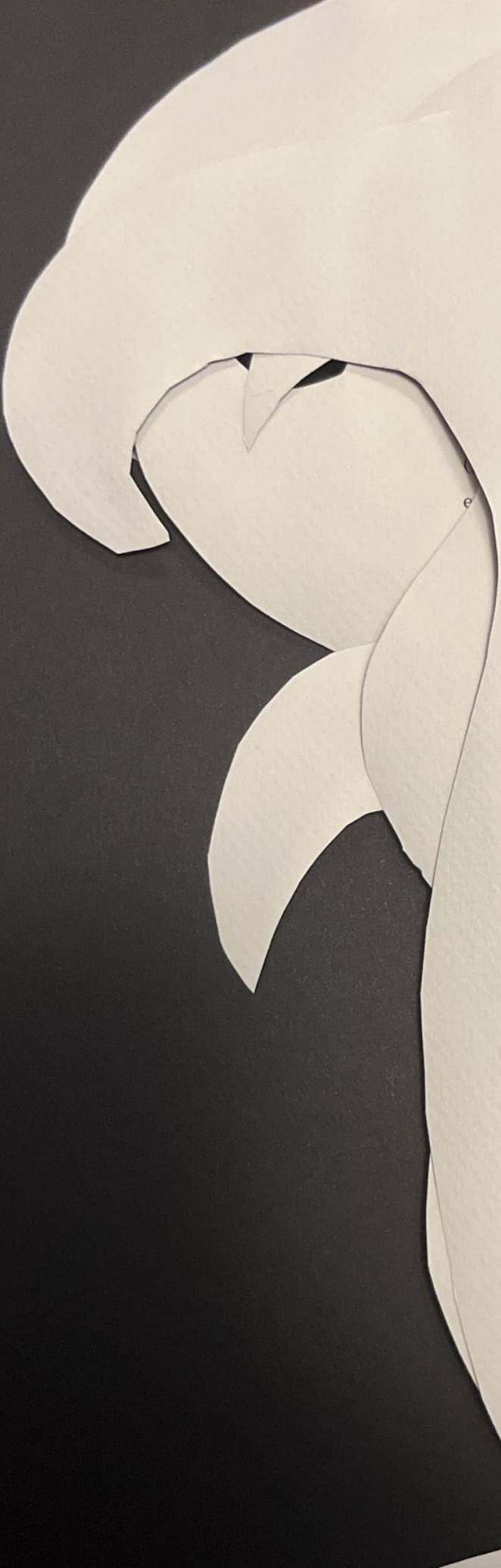
Ce constat est soutenu par l'étude de Hecken et collègue (2007) dans laquelle ils-elles décrivent l'état de la recherche sur les thérapies familiales comme étant trop hétérogène et peu abondante, ne permettant donc pas de conclusion significative sur l'efficacité de ces thérapies.

Afin de palier à ce manque d'informations et pour mieux comprendre l'implication de la sphère sociale, nous explorerons tout d'abord l'impact réciproque du social dans le cadre de la dépression et l'ambivalence de cette relation.

Ensuite, nous déterminerons l'efficacité des thérapies systémique (ST) et ausculterons le fondement de la divergence entre le manque d'études sur les ST et l'importance du facteur social dans le cadre de la dépression.

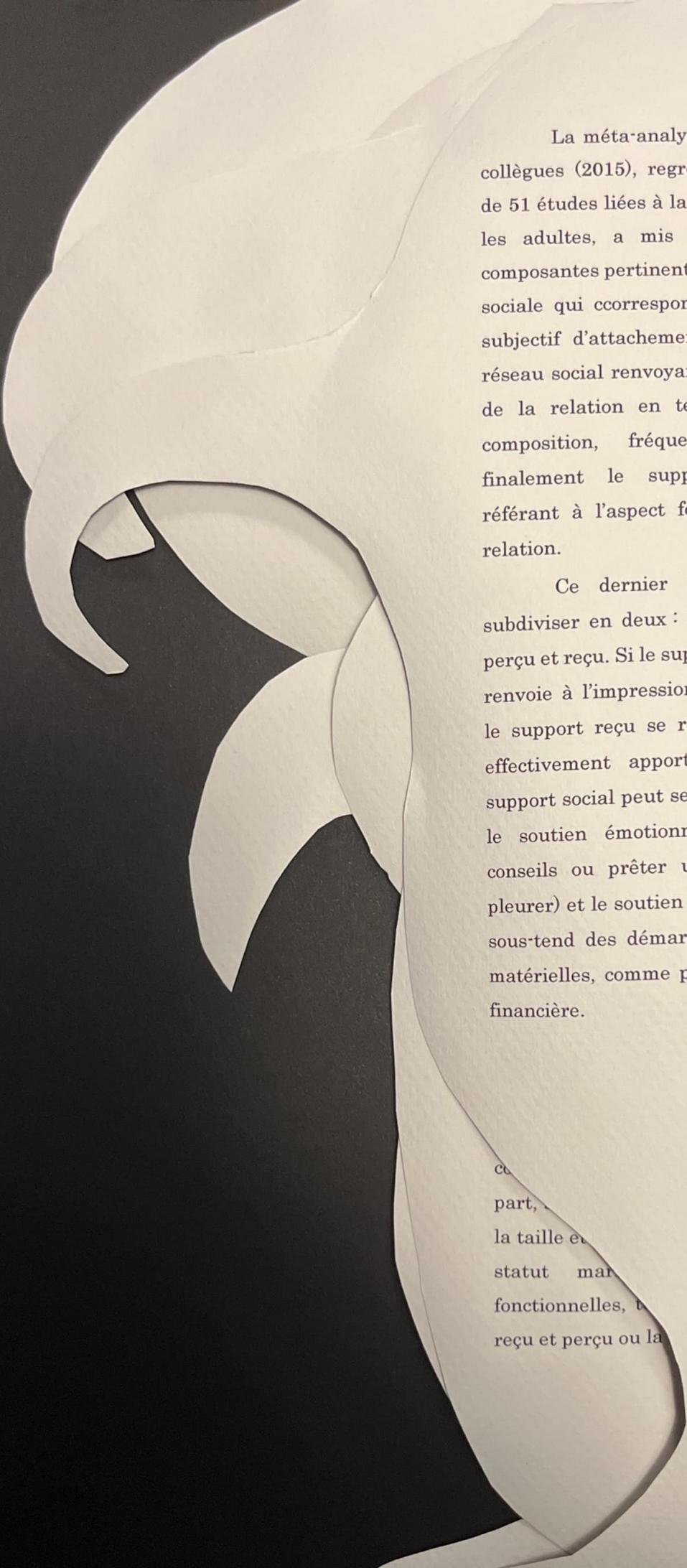
il es  
sociales  
d'ordre ém  
des vastes re  
jouent un rôle c  
contexte de la dép  
2015). Cependant,  
littérature clinique,  
établir l'efficacité  
focalisant sur le co  
personne dépres  
insuffisantes et ma





Premièrement, penchons-nous sur l'effet que le social peut avoir sur la dépression. Une large revue d'études longitudinales de Wickramaratne et collègues (2022) sur les années 2015 à 2022 démontre que le lien social a des propriétés protectrices contre la dépression. Des réseaux sociaux restreints prédiraient l'apparition de symptômes et troubles dépressifs tandis que le soutien social aurait un effet amélioratif sur le long terme. Il faut toutefois noter que le lien social n'exerce, selon la littérature existante, son influence sur la dépression pas en tant que concept unique mais par diverses composantes. Celles-ci seraient, d'une part, structurelles comme, entre autres, la taille et densité du réseau social ou le statut marital, et d'autre part, fonctionnelles, tel que le soutien social reçu et perçu ou la solitude ressentie.





La méta-analyse de Santini et collègues (2015), regroupant un total de 51 études liées à la dépression chez les adultes, a mis en avant trois composantes pertinentes : la connexion sociale qui correspond au sentiment subjectif d'attachement à l'autre ; le réseau social renvoyant à la structure de la relation en termes de taille, composition, fréquence, etc. ; et finalement le support social, se référant à l'aspect fonctionnel de la relation.

Ce dernier aspect peut se subdiviser en deux : le support social perçu et reçu. Si le support social perçu renvoie à l'impression d'être soutenu, le support reçu se réfère au soutien effectivement apporté. De plus, le support social peut se distinguer entre le soutien émotionnel (donner des conseils ou prêter une épaule pour pleurer) et le soutien instrumental qui sous-tend des démarches d'avantages matérielles, comme proposer de l'aide financière.

ce  
part,  
la taille et  
statut mar  
fonctionnelles, t  
reçu et perçu ou la



La méta-analyse de Santi  
collègues (2015), regroupant u  
de 51 études liées à la dépre  
les adultes, a mis en  
composantes n

Parmi les 51 études, l'écrasante majorité d'entre elles s'accorde à dire que ces diverses composantes sont corrélées négativement avec la dépression. En effet, qu'il soit reçu ou perçu, le support social diminue fortement le risque de développer une dépression caractérisée. Le même constat est fait avec le réseau social : avoir un réseau vaste et varié protège contre la dépression. Vivre seul ou sans partenaire serait par exemple un prédicteur important de la dépression.

Cependant, chaque composante des relations sociales a un effet relativement indépendant des autres sur les risques de la dépression, car de faibles corrélations ont été trouvées entre elles (Wickramaratne, 2022), suggérant qu'elles renvoient bel et bien à des concepts distincts. Ainsi, il est important de dissocier les divers concepts dans la recherche, afin de saisir au mieux l'impact et rôle de chacun.



La méta-  
collègues (2<sup>e</sup>  
de 51 ét  
les

Deuxièmement, intéressons-nous à l'effet inverse, à savoir l'influence de la personne atteinte de dépression sur son environnement. Nous devons tout d'abord préciser que peu d'études récentes se focalisent sur cette direction de la relation. En effet, depuis les années 1990, la plupart des recherches se concentrent principalement sur la dépression périnatale et son influence sur le développement de l'enfant, ce qui n'entre pas dans le cadre de notre document sur la dépression caractérisée. Pourtant, ce sens de l'influence (de la personne dépressive sur son environnement) nous paraît tout autant digne d'intérêt pour comprendre les mécanismes vicieux perpétuant la dépression.

Jacobson a mis en évidence cette influence à l'aide d'une étude réalisée en 1954. Selon lui, le sujet dépressif provoquerait de la culpabilité auprès de son cercle social, activant alors en réaction des mécanismes de défenses agressives, ainsi que des comportements d'évitement de leur part. L'effet de la personne dépressive sur son environnement a donc bien été un sujet d'étude depuis plus de 60 ans.

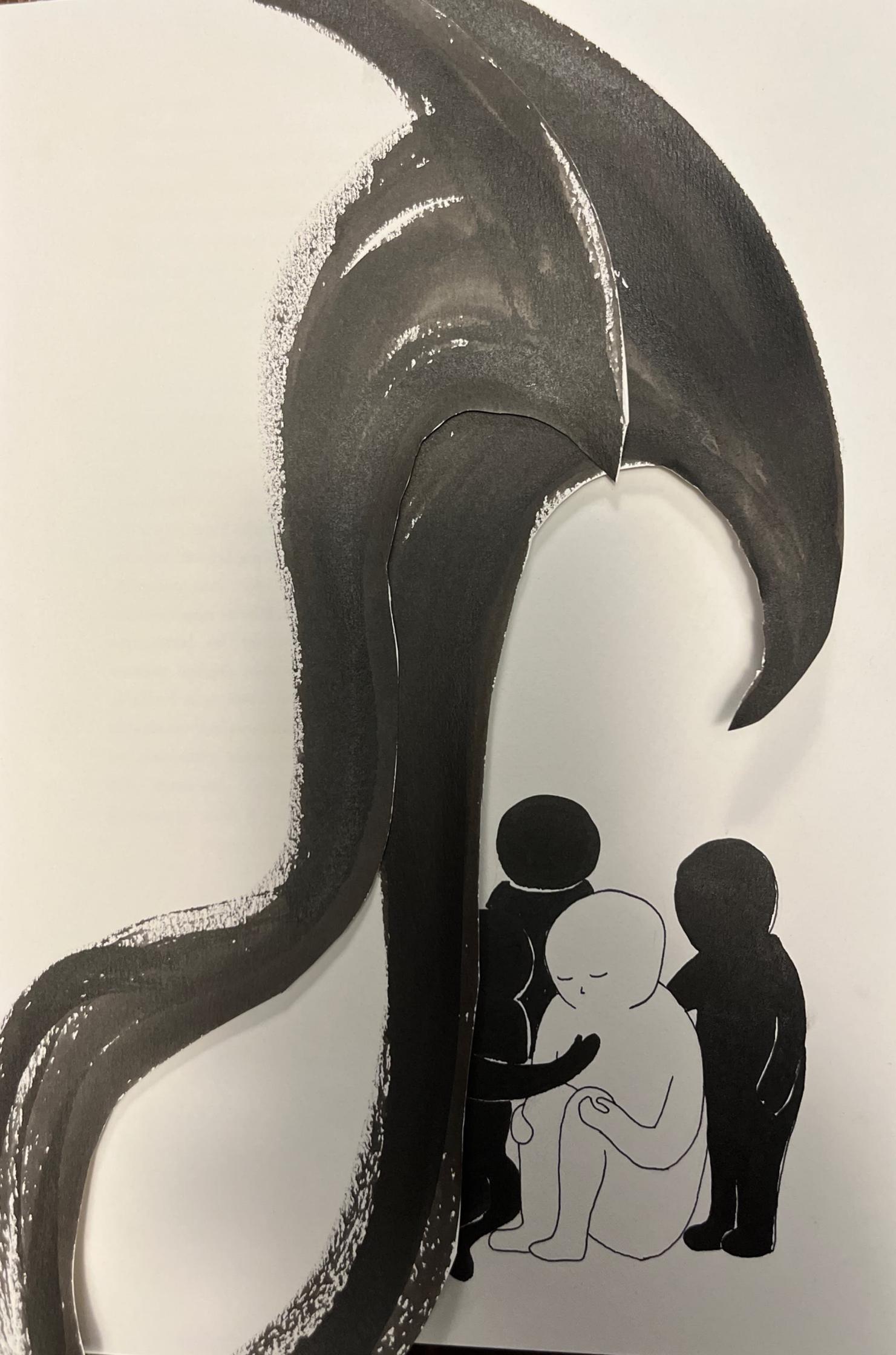


Dans une revue de la littérature, Weissman et Pakyel (1974) suggèrent que les conséquences sociales de la dépression peuvent à elles-mêmes engendrer un ressenti de stress et tendent à perpétuer le trouble. Élaborant ce concept en 1976, Coyne conduira à plusieurs expériences visant à éclaircir la possibilité que les comportements associés à la dépression puissent être concaténés avec un schéma correspondant des réponses d'autrui. Ce schéma serait malvenu et conduirait à la perpétuation du trouble. Les résultats de Coyne montrent que le contact social avec une personne dépressive provoque des affects négatifs, tel que des symptômes dépressifs, de l'anxiété et même de l'hostilité chez la personne en face. Ce changement de l'humeur provoquerait une baisse des comportements adaptatifs et prosociaux des personnes déprimées, bien que les conséquences comportementales qui suivent cette modulation thymique n'ont pas été mis en évidence.

La personne dépressive, présentant une pathologie psychique affaiblissante, manquerait par conséquent d'outils et de connaissances sociales nécessaires pour pouvoir interagir et naviguer de façon adéquate avec son environnement et ne pas créer un cercle vicieux de comportements sociaux réciproques mal adaptés.

Pe  
person  
environn  
digne d'intérêt  
mécanismes vicie  
dépression.

Jacobson a mis  
influence à l'aide d'une é  
1954. Selon lui, le  
provoquerait de la culpa  
son cercle social, acti  
réaction des mécanism  
agressives, ainsi que de  
d'évitement de leur p  
personne dépress  
environnement a de  
d'étude depuis



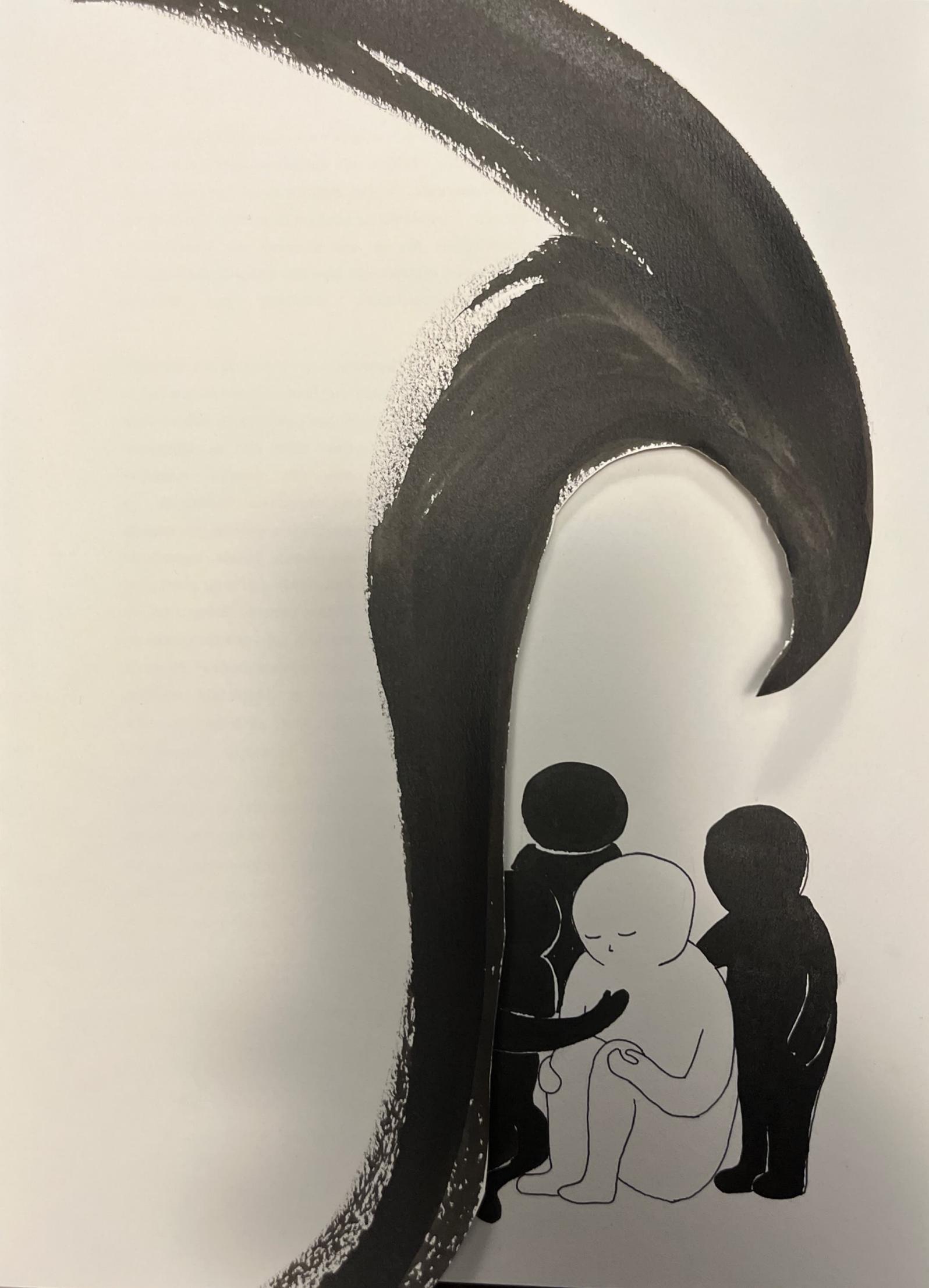
Dans une revue de l'impact des conséquences sociales de la dépression, le stress et tendent à perpétuer plusieurs expériences de dépression puissent. Ce schéma serait validé par Coyne montrant des effets négatifs, tel que l'isolement de la personne en face de stratégies adaptatives et de comportements.

Maintenant que nous avons pu montrer l'enjeu du social dans le cadre de la dépression penchons-nous sur l'application pratique et l'efficacité des thérapies qui visent cet aspect. La plus récente méta-analyse sur ce sujet, menée par Huang et collègues (2023) a pu montrer une efficacité significative des thérapies systémiques (TS) par rapport à d'autres prises en charge, bien qu'elle reste inférieure aux thérapies cognitivo-comportementales (TCC) qui sont beaucoup plus étudiées.

un  
ma  
con  
pouv  
adéqu  
créer  
social

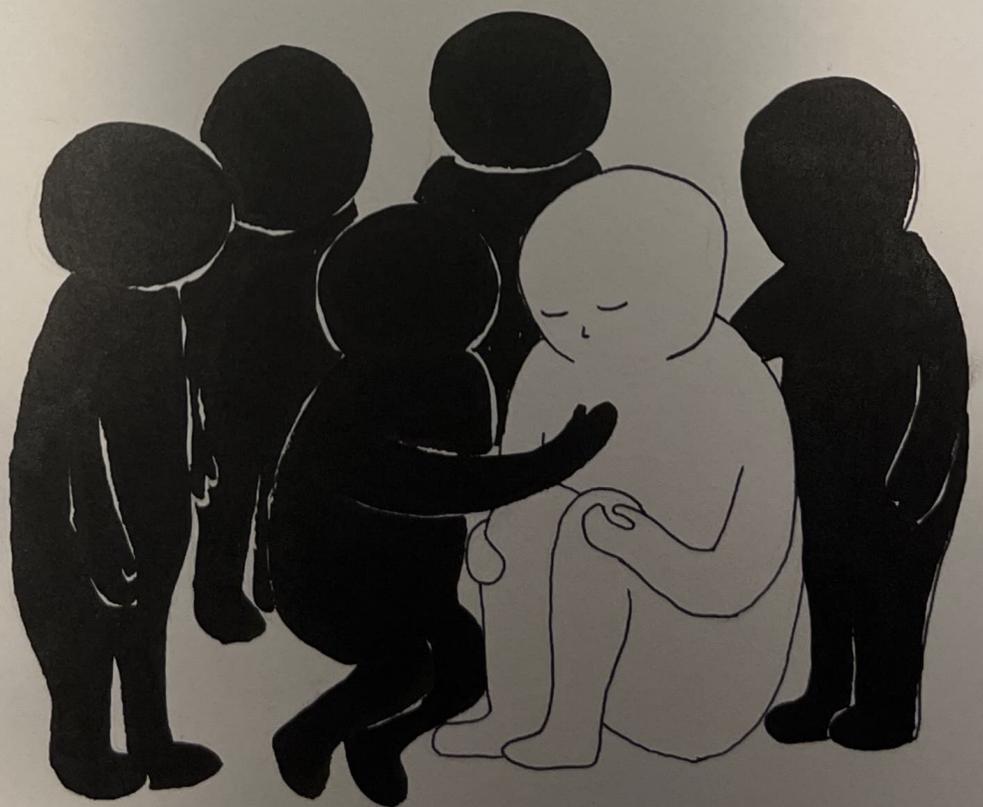
Cependant, nous avons constaté que la grande majorité des TS sont des thérapies familiales basées sur l'attachement (Attachment-Based Family Therapy ; ABFT) n'incluant pas le cercle social en dehors de l'environnement familial. Elles ne considèrent pas suffisamment les interactions que le sujet déprimé pourrait avoir en dehors de sa famille et ne fournissent par conséquent pas les outils nécessaires au sujet pour maintenir des relations sociales appropriées dans tout domaine.

influe  
1954. Se  
provoquerait  
son cercle social,  
réaction des mécanismes  
agressives, ainsi que de  
d'évitement de leur part  
personne dépressif  
environnement a été  
d'étude depuis



En conclusion, la dépression caractérisée est un trouble psychique complexe et multifactoriel qui touche une proportion significative de la population mondiale. Cependant, l'impact réciproque de la dépression sur l'environnement social de l'individu n'est pas bien compris et nécessite des recherches supplémentaires. En ce qui concerne les interventions thérapeutiques, les thérapies systémiques, bien que moins étudiées que les thérapies cognitivo-comportementales, montrent une efficacité significative.

Cependant, la plupart de ces thérapies se concentrent sur l'environnement familial et négligent les relations sociales en dehors de ce cadre. En somme, bien que la dépression caractérisée soit un trouble complexe nécessitant une approche holistique, la communauté scientifique a quelque peu négligé l'impact de la composante sociale, importante non seulement à titre préventif mais aussi pour un traitement efficace complet. Selon nous, de plus amples recherches, ainsi que davantage de prévention mettant en avant l'apport du cercle social pour traiter la dépression seraient bienvenus. En effet, avoir conscience que nos attitudes envers les personnes dépressives peuvent moduler leur santé mentale, tout comme leurs attitudes peuvent modifier notre affect, s'avère crucial. La dépression agirait comme un système interpersonnel auto-entretenu où les symptômes maintiennent une relation réciproque dysfonctionnelle avec la réponse de l'environnement social. À notre sens, ce n'est qu'en étant sensibilisé que nous adopterons des comportements plus naturels et ainsi plus sains envers les personnes dépressives. Ce texte et illustration se veulent donc être un petit pas en avant dans cette démarche.



## Bibliographie

- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1983). Comparisons of children of depressed and nondepressed parents: A social-environmental perspective. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *11*(4), 463–485. <https://doi.org/10.1007/BF00917076>
- Bock, J.-O., Luppá, M., Brettschneider, C., Riedel-Heller, S., Bickel, H., Fuchs, A., Gensichen, J., Maier, W., Mergenthal, K., Schäfer, I., Schön, G., Weyerer, S., Wiese, B., van den Bussche, H., Scherer, M., & König, H.-H. (2014). Impact of Depression on Health Care Utilization and Costs among Multimorbid Patients – Results from the MultiCare Cohort Study. *PLoS ONE*, *9*(3), e91973. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0091973>
- Coyne, J. C. (1976). Depression and the response of others. *Journal of Abnormal Psychology*, *85*, 186–193. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.85.2.186>
- Dattani, S., Ritchie, H., & Roser, M. (2021). Mental Health. Our World in Data. <https://ourworldindata.org/mental-health>
- Henken, T., Huibers, M. J. H., Churchill, R., Restifo, K. K., & Roelofs, J. J. (2007). Family therapy for depression. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, *2007*(3), CD006728. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006728>
- Hua, Z., & Ma, D. (2022). Depression and Perceived Social Support among Unemployed Youths in China: Investigating the Roles of Emotion-Regulation Difficulties and Self-Efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(8), Article 8. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084676>
- Huang, Y., Li, Y., Haun, M. W., Xie, R., Yang, L., Retzlaff, R., & Qian, Y. (2023). Systemic therapy for children and adolescents with depression: A systematic review and meta-analysis. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04558-5>
- Jacobson, E. (1954). Transference problems in the psychoanalytic treatment of severely depressive patients. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, *2*(4), 595–606. <https://doi.org/10.1177/000306515400200403>
- Santini, Z. I., Koyanagi, A., Tyrovolas, S., Mason, C., & Haro, J. M. (2015). The association between social relationships and depression: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, *175*, 53–65. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.12.049>
- Shorey, S., Ng, E. D., & Wong, C. H. J. (2022). Global prevalence of depression and elevated depressive symptoms among adolescents: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Clinical Psychology*, *61*(2), 287–305. <https://doi.org/10.1111/bjc.12333>
- Weissman, M. M., & Paykel, E. S. (1974). *The depressed woman: A study of social relationships* (pp. xix, 289). U Chicago Press.
- Wickramaratne, P. J., Yangchen, T., Lepow, L., Patra, B. G., Glicksburg, B., Talati, A., Adekkanattu, P., Ryu, E., Biernacka, J. M., Charney, A., Mann, J. J., Pathak, J., Olfson, M., & Weissman, M. M. (2022). *Social connectedness as a determinant of mental health: A scoping review*. *PLoS ONE*, *17*(10), e0275004. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275004>

