

A PROPOS DU SUPPORT SOCIAL COMME FACTEUR MODÉRATEUR DU TRAUMATISME

Noureddine KHALED

Résumé

Le support social constitué par l'ensemble des aides matérielles, psychologiques et sociales que reçoit l'individu victime est un domaine d'étude actuel pour le chercheur sur les traumatismes psychiques. Bon nombre d'études montrent que les individus sont diversement affectés par les événements traumatiques. Il y en a, heureusement, et ils sont nombreux, qui ne présentent aucun trouble psychique ou maladie somatique grave malgré les événements d'extrême violence qu'ils ont vécus.

Ceci est certainement dû, en grande partie, au fonctionnement personnel de l'individu mais le support social en tant que facteur psychosocial modérateur du traumatisme, voire protecteur de la santé est une piste intéressante de recherche.

Nous envisageons de présenter quelques résultats de la recherche épidémiologique qui tendent à nous orienter vers trois hypothèses pertinentes :

1. Le réseau social qui prodigue un support qualitatif aux individus et aux groupes victimes de traumatismes tend à se détériorer quand des événements de violences sont extrêmes, durables ou répétés.
2. Les individus victimes d'événements de violence intenses ont tendance à percevoir et évaluer le support social comme peu important.
3. Il existe une relation significative entre la perception de l'importance du support social et les troubles. En d'autres termes, les troubles psychiques ont tendance à régresser quand l'individu perçoit de manière satisfaisante le support social dont il bénéficie.

Mots clés : Réseau social, Violence extrême, Traumatismes psychiques, Facteur psychosocial.

Des études nombreuses sur le support social ont été rapportées par Ivan KOMPROE et Mieke RIJKE (1995) dans leur travail de Doctorat. On va en reprendre brièvement les plus importantes.

Cobb (1976) décrit le support social comme un ensemble d'informations qui mènent le sujet à croire qu'il est supporté, estimé et aimé et qu'il appartient à un réseau de communication et d'obligations mutuelles. Shumaker & Brownell (1984) décrivent le support social comme un échange de ressources entre deux individus au moins (donneur et receveur) perçu comme tendant à augmenter le bien-être du receveur. Habituellement, le support social est jugé du point de vue du receveur.

Le support social se présente sous plusieurs formes. House (1981) propose une classification des types de support social parmi les plus utilisés. Il distingue le support émotionnel (comportements de croyance et d'amour), le support instrumental (aide matérielle concrète) le support informationnel (donner des informations et des conseils) et le support d'estime (comportements montrant des appréciations pour fonctionner).

Le réseau social de l'individu est un autre élément significatif dans l'étude du support social. Il désigne l'ensemble des relations avec les « autres significatifs ». C'est une tradition dans les recherches sur le réseau social d'étudier la relation entre les caractéristiques du réseau et la santé ou le bien être et de les analyser quantitativement chez des populations particulières. D'un autre côté, le réseau social peut être interprété comme un potentiel de support, les relations sociales pouvant servir comme sources de ce support.

Dunkel-Schetter (1984) relève que depuis le début des années soixante dix trois directions différentes de recherche se sont développées concernant la relation entre le support social et le bien-être des individus. La première direction regroupe les recherches épidémiologiques caractérisées par de larges échantillons représentatifs de populations générales. Dans ce type de recherche on étudie sous des aspects variés la relation entre les caractéristiques du réseau social et les données concernant le couple morbidité/ mortalité.

Dans la deuxième direction de recherches on part de l'idée que le support social permet de promouvoir la santé et le bien-être, en particu-

lier dans les moments de stress. Dans certaines recherches de ce type le niveau de stress est mesuré en nombres d'événements de vie sur une ou plusieurs années ou en évaluant les tracas et difficultés quotidiennes de vie (Eckenrode & Gore, 1981 ; Cohen & Wills, 1983).

Le troisième courant de recherche attribue au support social une fonction significative au moment du stress. Dans ce type de recherche, on examine la fonction du support dans des circonstances spécifiques de stress. On étudie, par exemple, des personnes présentant des expériences similaires de stress comme la perte d'un emploi ou une maladie particulière.

Il est admis que le support social en tant que ressource externe a une fonction de médiation qui réduit l'impact de l'événement stressant sur le bien être de l'individu (Caplan, 1974). Le support social peut influencer l'effet du stress sur le bien-être de plusieurs manières. Stewart (1989) affirme que le support social a un rôle à jouer dans chaque phase du processus du « faire face au stress » (stress-coping process). Bénéficier d'un support social émotionnel peut élargir le répertoire des comportements de faire-face et donc les possibilités d'adaptation (Stewart, 1989). Etre soutenu peut promouvoir l'adaptation à la situation de stress et corriger les réactions non adéquates (Cohen & Wills, 1985).

Thoits (1986) reformule le support social comme étant une assistance au coping, ou une participation active des autres significatifs à l'effort individuel de gestion du stress. Cutrona & Russel (1990) tentent de développer un modèle de « support optimal au stress social ». Ce modèle essaie de prédire le type de support le plus efficace en fonction du type de situation stressante. Le degré d'utilité d'un type particulier de support social dépend des caractéristiques spécifiques de la situation stressante, de la possibilité de contrôle de l'événement, de la durabilité des conséquences et du domaine affecté par l'événement.

Bon nombre d'études montrent que les individus sont diversement affectés par les événements traumatiques. Il y en a, heureusement, et ils sont nombreux, qui ne présentent aucun trouble psychique ou maladie somatique graves malgré les événements d'extrême violence qu'ils ont vécus.

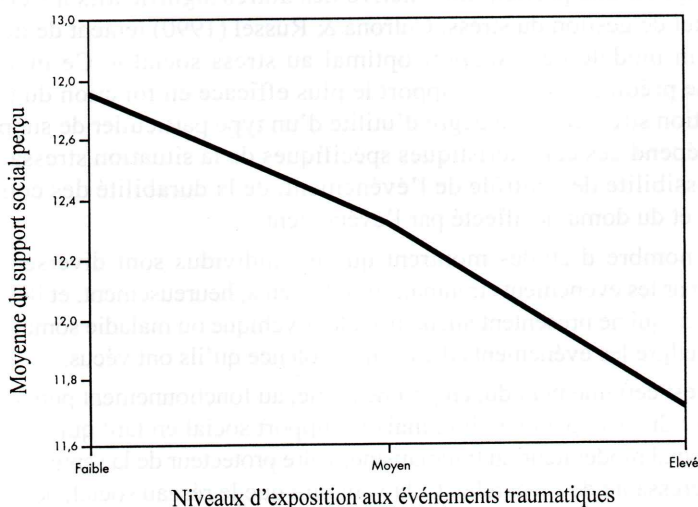
Ceci est certainement dû, en grande partie, au fonctionnement personnel de l'individu, à sa personnalité, mais le support social en tant que facteur psychosocial modérateur du traumatisme, voire protecteur de la santé est une piste intéressante de recherche. Cela veut dire que le réseau social, quand il fonctionne de manière efficace à travers la solidarité familiale et sociale protège la santé de l'individu et lui permet de rétablir plus rapidement l'équilibre psychique.

Nous envisageons de présenter quelques résultats de la recherche épidémiologique à ce sujet qui tendent à nous orienter vers trois hypothèses pertinentes :

1. – Ce sont les individus qui ont été exposés le plus aux événements de violence intenses qui ont tendance à percevoir le moins l'importance du support social.

Le graphe n°1 concerne le support social selon le niveau d'exposition aux événements traumatiques. Il montre que plus l'individu a vécu d'événements traumatiques et moins il a tendance à percevoir le support social. Comme si la fréquence d'exposition aux événements traumatiques rendait les personnes moins sensibles à l'importance du réseau social qui les entoure. Soit que le réseau social devient moins prégnant et moins perceptible avec la durée et la répétitions des événements de violence ; soit que les victimes de ces événements répétés ne croient plus à son efficacité ; soit les deux à la fois. Ce sont là des tentatives d'explication que seules des études plus approfondies sur la question pourrait confirmer ou infirmer.

FIGURE – 1 : *Support social selon l'exposition aux événements traumatiques.*



Faible = pas d'événements

Moyen = 1 à 3 événements

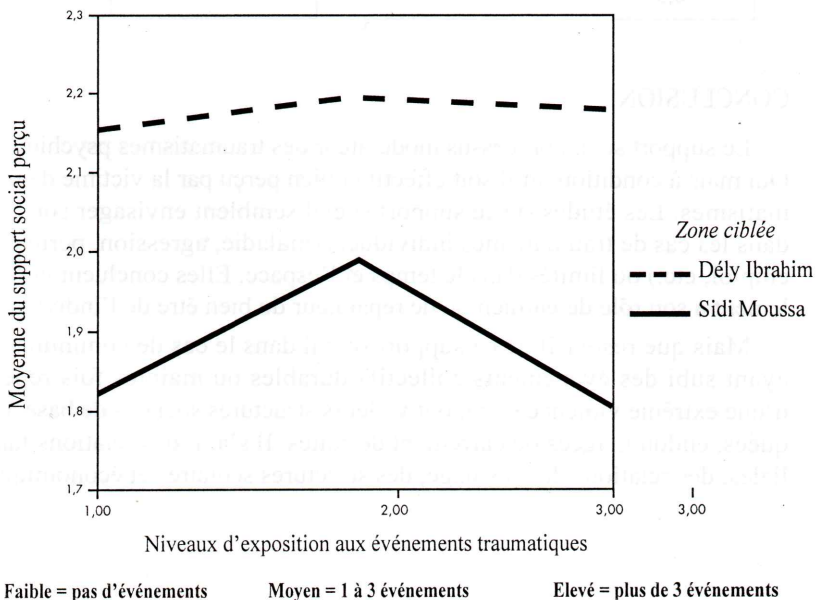
Elevé = plus de 3 événements

2. – Le réseau social qui prodigue un support qualitatif aux individus et aux groupes victimes de traumatismes tend à se détériorer quand des événements de violences sont extrêmes, durables ou répétés.

Le graphe n°2 concerne le support social selon le niveau d'exposition aux événements traumatiques par zone. Si on compare Dély Ibrahim à Sidi Moussa on trouve deux modèles très différents concernant la perception du support social. Alors qu'à Dély Ibrahim la perception du support social est élevée et constante quel que soit le nombre d'événements traumatiques vécus par les personnes, à Sidi Moussa la perception du support social est globalement faible, elle tend à augmenter chez les personnes ayant vécu 1 à 3 événements traumatiques et à rechuter chez ceux qui ont vécu plus de trois événements. Il faudrait rappeler une différence fondamentale entre les deux zones quant aux événements vécus. A Dély Ibrahim les traumatismes cités sont le plus souvent d'ordre individuel et ne touchent pas le tissu social alors que Sidi Moussa a été le théâtre de massacres collectifs qui ont mis à mal l'organisation sociale.

Cela voudrait dire qu'à Sidi Moussa qui a vécu des situations de violence collectives extrêmes, les réseaux sociaux de solidarité auraient été désorganisés et ne répondraient plus aux besoins des individus. Mais ce n'est là qu'une hypothèse inférée à partir de la perception des habitants qui demanderait à être examinée de manière plus approfondie.

FIGURE – 2 : Support social selon les niveaux d'exposition aux événements traumatiques par zone.



3. – Il existe une relation significative entre la perception de l'importance du support social et les troubles psychiques.

En d'autres termes, les troubles psychiques ont tendance à régresser quand l'individu perçoit de manière satisfaisante le support social dont il bénéficie.

Le graphe n°3 illustre les corrélations entre la perception du support social et les troubles psychopathologiques ; elles sont toutes négatives. Sauf pour la dépression où la corrélation n'est pas très significative ($p < .05$), pour tous les autres troubles psychiques (PTSD, anxiété, Indice global de stress – GSI –) et somato-formes, la corrélation est très significativement négative avec le support perçu ($p < .01$). Plus le support social est perçu comme existant, moins les troubles sont importants.

FIGURE – 3 : Corrélations entre troubles psychiques et support social perçu.

	Support perçu	
PTSD	-0,1	**
DEPRESSION	-0,1	*
ANXIETY	-0,2	**
GSI	-0,2	**
SOMATOFORM	-0,1	**
** = .01		
* = .05		

CONCLUSION

Le support social processus modérateur des traumatismes psychiques ? Oui mais à condition qu'il soit effectif et bien perçu par la victime de traumatismes. Les études sur le support social semblent envisager son effet dans les cas de traumatismes individuels (maladie, agression, perte d'un emploi, etc.) ou limités dans le temps et l'espace. Elles concluent généralement à son rôle de gardien ou de réparateur du bien être de l'individu.

Mais que reste t-il de ce support social dans le cas de communautés ayant subi des événements collectifs durables ou maintes fois répétés d'une extrême violence et qui ont vu leurs structures sociales de base attaquées, endommagées ou carrément détruites. Il s'agit des relations familiales, des relations de voisinage, des structures scolaires et économiques.

Il semblerait que dans de telles communautés comme celle de Sidi Moussa, où le tissu social a été sérieusement mis à mal, le support social ne soit pas perçu comme existant et efficace par les individus et ne joue plus ce rôle de modérateur des traumatismes comme il le ferait dans une communauté encore structurée.

Dès lors que le support social ou plutôt son absence ne protège plus les membres de la communauté contre les effets néfastes des traumatismes on verrait des prévalences très élevées de troubles psychiques comme le montrent les données sur la psychopathologie exposées plus haut. Les interventions psychosociales ne devraient elles pas alors s'orienter en priorité vers le raccommodage du tissu social, le renforcement des liens sociaux et la reconstruction des réseaux de solidarité ? C'est vers cela que nous devons centrer nos actions dès à présent et pour les mois à venir.

Il est important pour nous de tenir compte de ces faits, car ils nous ont permis de constater que la situation économique n'est pas la même partout. Il y a des pays où la situation économique est meilleure que dans d'autres, et il y a des pays où elle est pire. Cela nous a permis de constater que la situation économique n'est pas la même partout.

Il est important que le rapport annuel ne soit pas seulement un document de travail, mais qu'il soit aussi un document de réflexion. Il doit nous permettre de réfléchir sur les problèmes que nous rencontrons, et de chercher des solutions. Il doit nous permettre de réfléchir sur les efforts que nous avons faits, et de chercher à les améliorer. Il doit nous permettre de réfléchir sur les résultats que nous avons obtenus, et de chercher à les reproduire.