



Contribution de S.O.S Amitié aux Assises Nationales de la santé mentale 2021

Juillet 2021

Les écoutants de S.O.S. Amitié sont les dépositaires d'épisodes de vie des appelants. C'est pourquoi nous souhaitons témoigner de notre expérience vécue pendant cette crise sanitaire.

La mise en place du premier confinement liée à l'épidémie de COVID 19 s'est traduite, en premier lieu, par la sidération : que se passe-t-il ?, comment vais-je faire pour aller faire mes courses ? Je n'ai plus à manger dans mes placards, mes enfants sont loin. Voilà quelques verbatim entendus lors de nos écoutes, les appelants avaient besoin d'exprimer leur surprise, leur incompréhension. Ces propos ont été tenus par les personnes déjà plus ou moins isolées.

Un peu plus tard, ce sont les salariés forcés de rester chez eux, en télétravail, coupés de leur collectif de travail. Ils ont jonglé avec ces contraintes et avec les enfants, obligés de faire l'école à la maison.

Pour certains cela a été un moment bénéfique, moins de stress, pas de temps de transport, être chez soi, avoir le temps, tant d'éléments qui ont permis de traverser ce premier confinement.

Et pourtant le constat est sans appel : la population a été malmenée par la crise sanitaire. Les appelants nous ont parlé de leur précarité dans l'emploi notamment, les CDD sans suite, les périodes de stages inenvisageables. Les étudiants ont payé un lourd tribut à la crise, parfois loin de leur famille, une période qui se voulait pleine d'espoir réduit aux mètres carrés d'une chambre d'étudiant. Les jeunes, en règle générale, ont été déstabilisés, car les moments entre jeunes se sont réduits drastiquement, la contrainte familiale, même si elle se voulait bienveillante, était ressentie comme une contrainte lourde par nombre de nos jeunes appelants.

Les problèmes de couples, les violences familiales, les comportements dégradants ou agressifs, les conditions de logement, les addictions, autant de facteurs qui ont parfois été déterminants dans un mal être, parfois préexistant mais majoré par la crise sanitaire.

Les soignants ont relayé leur malaise, les personnels des EHPAD ont dit les conditions de prise en charge, indignes parfois, les résidents dans les structures qui ont appelé S.O.S. Amitié car complètement isolés, les familles endeuillées qui n'ont pu voir leurs proches en fin de vie, tant de situations écrites précisément.

Combien avons-nous eu d'appels avant ou après le RDV avec un professionnel, entretien pendant lequel tout n'a pu être dit, d'une durée trop courte.

Cette période de plus de 18 mois a montré une nette augmentation des troubles anxieux. Les écoutes nous montrent, chaque jour, les difficultés de vivre de certaines personnes. Nous mesurons les changements sociétaux, les ressentis extrêmes, l'isolement, la grande et petite solitude.

Pendant le premier confinement notre association, avec l'aide de volontaires bénévoles, a réussi à mettre en service, en moins de deux semaines, un système de télétravail (écoute à domicile) qui a permis à plus de 700 de nos bénévoles de continuer voire d'amplifier leur activité d'écoute, et ainsi de permettre à S.O.S Amitié de répondre à l'accroissement de la sollicitation de nos lignes. Pendant cette période le nombre d'appels entrants est passé de 6000 à 8000 ou 9000 par jour, et le nombre de nos réponses de 1500 à 2000 par jours.

Pour S.O.S. Amitié, le constat est fait d'un déficit de lien social, d'une société qui se délite en termes d'humanité pour une certaine partie de la population. La pandémie nous oblige à réfléchir sur notre société ainsi que sur les améliorations à apporter.

Notre activité, outre la prévention du suicide est d'écouter, de desserrer l'angoisse, c'est ce que nous avons fait encore plus qu'habituellement. L'augmentation du nombre d'appels a montré la pertinence et l'utilité de notre action.

S.O.S. Amitié privilégie une prévention partagée par tous les acteurs, dans les domaines de la prévention du suicide, de la réduction de l'angoisse. La santé mentale de la population est l'addition de nombre d'éléments : le logement, le travail, les conditions de vie etc., c'est dans chacun de ces domaines que des efforts doivent être faits.

Une meilleure santé mentale de la population passe donc par le renforcement du lien social de proximité. Nous devons avoir une attention particulière envers les seniors, souvent trop isolés, mais aussi pour les jeunes qui représentent l'avenir. La société doit leur redonner des perspectives de vie.

Dans le cadre des Assises de la Santé mentale, 9 thématiques identifiées ont été retenues comme prioritaires :

- La santé mentale des enfants et des jeunes
- la prévention et la détection des souffrances psychiques
- la prévention et la prise en charge du suicide, notamment chez les personnes âgées
- la santé mentale et les maladies somatiques
- les nouvelles souffrances et nouvelles maladies
- la psychiatrie et la psychologie face à la crise sanitaire et économique
- la recherche en psychiatrie et en santé mentale
- la santé mentale des personnes âgées et des populations spécifiques (handicap, ASE, précarité...)
- les addictions.

Dans ce cadre S.O.S Amitié considère que les préconisations suivantes devraient être prises en compte:

- CMP plus largement ouverts
- Psychologues Remboursés par la Sécurité Sociale des consultations de
- Prise en charge accrue de l'isolement des seniors et des personnes en situation de handicap
- Développement des services sociaux pour les étudiants
- Favoriser le développement de nouveaux espaces de paroles