

<b>Zeitschrift:</b>	Collage : Zeitschrift für Raumentwicklung = périodique du développement territorial = periodico di sviluppo territoriale
<b>Herausgeber:</b>	Fédération suisse des urbanistes = Fachverband Schweizer Raumplaner
<b>Band:</b>	- (2020)
<b>Heft:</b>	6
<b>Artikel:</b>	Vie urbaine, psychose et urbanisme
<b>Autor:</b>	Söderström, Ola
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-956850">https://doi.org/10.5169/seals-956850</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 18.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Vie urbaine, psychose et urbanisme

OLA SÖDERSTRÖM

Institut de Géographie,  
Université de Neuchâtel



Depuis une vingtaine d'années, des recherches démontrent qu'il y a un lien entre l'environnement urbain et le développement de la psychose. L'urbanisation accélérée rend très importante la prise en compte de ce lien dans les politiques de santé publique et d'aménagement urbain. Cet article présente les résultats d'une recherche interdisciplinaire visant à mieux cerner les facteurs de stress urbain et les tactiques mises en place par les personnes concernées pour s'en protéger. Il s'agit aujourd'hui de développer des stratégies thérapeutiques et des «plans urbains de santé mentale».

Officiellement, la planète compte depuis 2008, selon les Nations-Unies, une plus grande proportion d'urbains que de ruraux. Même si cet énoncé, maintes fois répété, est sujet à caution en raison des définitions statistiques très variables de ce qui est urbain d'un pays à l'autre, il ne fait pas de doute que la population mondiale au XXI<sup>e</sup> siècle est, et sera, majoritairement urbaine. Environ 1–2% de cette population présente à un moment de son existence des symptômes que la psychiatrie classe dans le spectre de la psychose (hallucinations, idées délirantes, discours et pensée désorganisés). La psychose est aujourd'hui une affection dont le plus souvent

on se rétablit, mais elle reste source de souffrances sévères pour les personnes atteintes et leur entourage. Or, de nombreuses études ont montré ces vingt dernières années qu'il y a une corrélation entre ces deux phénomènes: l'urbanisation et la psychose. Dans les villes du Nord (au sens économique du terme), la prévalence de la psychose est deux fois plus élevée dans les espaces urbains que dans les espaces ruraux (Vassos et al., 2012). Il a aussi été démontré que ces corrélations ne sont pas le résultat d'un simple biais de sélection. Il semble donc y avoir un lien de causalité entre vie urbaine et psychose, alors que ce lien est nettement moins prononcé dans le cas d'autres problèmes de santé mentale. Il est estimé que le facteur urbain compte pour environ 30% dans les déterminants de la psychose (Krabbendam and van Os, 2005). En d'autres termes, le facteur environnemental que constitue le fait de vivre en ville joue un rôle clé dans le développement de la psychose, alors que les recherches médicales ont ces dernières décennies très fortement privilégié des facteurs exclusivement biologiques.

[ILL. 1] Localisation des lieux de formation de la population à New York en matière de premier soin en santé mentale / New York: Standorte der Schulungseinrichtungen für die Bevölkerung für erste Hilfe für psychische Gesundheit / Ubicazione dei luoghi di formazione della popolazione a New York nel settore di primo soccorso in salute mentale (Source: Un élément du programme Thrive, 2015)



[ILL.2]

Dans ce contexte, nous avons conduit ces dernières années une recherche interdisciplinaire conjuguant psychiatrie, géographie et linguistique pour mieux comprendre les mécanismes reliant vie urbaine et psychose. [1] On connaît en effet les corrélations entre ces deux phénomènes, mais on connaît encore mal leurs relations précises. Cet article explique brièvement comment nous avons procédé et ce que nous avons découvert. Il décrit aussi les nouvelles étapes de nos recherches et les relations entre ces résultats de recherche et l'urbanisme.

#### **Stress et confort urbain pour des personnes vivant avec un diagnostic de psychose**

La recherche a été dirigée par Philippe Conus, professeur de psychiatrie à l'Université de Lausanne, et par l'auteur de cet article, géographe. Elle a porté sur l'expérience urbaine de jeunes patient·e·s participant à un programme de détection et de traitement précoce de la psychose dans la ville de Lausanne. Des méthodes mixtes ont été utilisées: parcours urbains filmés par vidéo avec les participant·e·s, entretiens basés sur les vidéos, focus groups avec des soignant·e·s et questionnaire auprès des patient·e·s du programme. [ILL.2]

En synthèse, ces méthodes ont produit les résultats suivants: la densité urbaine, un haut niveau de stimulations sensorielles, le fait d'être exposé à des interactions sociales non choisies et les obstacles à une fluidité de la mobilité dans les espaces urbains constituent les principaux facteurs de stress urbain identifiés par la partie qualitative de notre étude (parcours filmés, entretiens, focus groups). Certains de ces facteurs environnementaux (la densité notamment) ont déjà été documentés par la recherche en psychiatrie. La valeur ajoutée de notre recherche réside dans le fait que notre recherche montre que ces facteurs ont une importance variable selon les situations urbaines et les groupes de patient·e·s considérés. Une foule n'est par exemple pas problématique pour certains patients lorsqu'il s'agit de personnes anonymes.

Ces situations de stress et les façons de les gérer par les personnes vivant avec un diagnostic de psychose sont inévitablement liées lorsqu'on observe leur expérience de la ville. Une autre série de résultats concerne ainsi ce qui permet un certain confort face à ces facteurs de stress. Il s'agit de la création de «bulles» sensorielles (par la pensée, la conversation ou des écouteurs) pour atténuer les stimulations sensorielles et éviter des interactions non choisies, la planification soigneuse des parcours dans la ville (notamment grâce aux smartphones) afin de créer un environnement prévisible et la recherche de «niches» de bien-être dans la ville (notamment les parcs et les églises). L'analyse détaillée des vidéos des parcours a également permis de montrer que ces bulles de protection semblent fonctionner jusqu'à ce qu'un moment de saturation est atteint.

---

**[ILL.2]** Un entretien sur la base d'un parcours filmé/Interview auf Grund eines gefilmten Rundgangs/Un'intervista basata su un percorso filmato (Source: Ola Söderström)

Un questionnaire a par ailleurs permis de montrer que le développement de la psychose s'accompagne de formes d'évitement de la ville, diminue le temps passé à l'extérieur du logement et l'ouverture par rapport aux autres. [ILL.3]

En résumé, nous commençons donc à disposer, à travers ce type de recherches, d'une compréhension plus détaillée des facteurs urbains dans le développement de (et la vie avec) la psychose. D'autres études de ce type dans d'autres contextes urbains permettront de mieux saisir des effets liés à la taille de la ville et à des modes de vie urbains différents. Le rôle de l'environnement urbain semble par exemple moins prononcé dans les villes du Sud (DeVylder et al., 2018).

#### **Recherches futures et rôle de l'urbanisme**

Il est important non seulement de développer des études sur cette question dans d'autres contextes, mais également de l'approfondir dans le contexte suisse et d'en tirer des applications concrètes en matière de politique de santé publique. L'approfondissement suppose des études sur les chemins bio-sociaux du stress urbain, car nous savons encore peu de chose sur les mécanismes biologiques liés à ces facteurs de stress. Nous développons ainsi actuellement une étude qui cherche à faire le lien entre des situations de stress très précises dans l'espace urbain et des réactions physiologiques (Winz and Söderström, 2020).

Par ailleurs, nous disposons d'éléments suffisants aujourd'hui pour en tirer des applications du point de vue des stratégies thérapeutiques et des politiques urbaines. Du point de vue des stratégies thérapeutiques, nous proposons de prendre en considération ces résultats de recherche dans le domaine de la prévention et du rétablissement. La prévention vise à limiter les situations de stress identifiées par notre recherche par des conseils destinés à des personnes vulnérables (des jeunes à risque qui ont consulté des psychologues scolaires par exemple). Le rétablissement concerne l'accompagnement du rétablissement par le personnel soignant au moyen d'outils qui dérivent de notre identification à la fois des facteurs de stress, mais également des tactiques mises en place par les patient·e·s pour le gérer (bulles protectives, choix du lieu de résidence etc.) (Baumann et al., 2020).

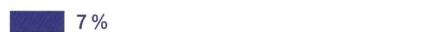
Toutefois, il est important que ces questions ne soient pas uniquement gérées par les professionnels de la santé. La population (et notamment l'entourage des personnes concernées) doit être mieux informée des symptômes de la psychose et de leurs liens avec l'environnement urbain. Ceci permettra de mieux comprendre et soutenir les personnes vivant avec ces

---

**[1]** Le projet a été financé par le Fonds National Suisse de la Recherche (requête no CR13I1\_153320). L'équipe de recherche comprenait, outre les responsables du projet: L. Abrahamyan-Empson, Z. Codeluppi, P. Baumann, S. Merlino, L. Mondada, P. Golay et D. Söderström.

Moins souvent  47 %

Aussi souvent  46 %

Plus souvent  7 %

**[ILL.3]** Fréquentation du centre-ville depuis l'apparition des symptômes de psychose (N=115) / Besuch des Stadtzentrums ab Auftreten der Symptome einer Psychose (N=115) / Frequentazione del centro città dall'insorgenza dei sintomi di psicosi (N=115) (Source: Ola Söderström)

symptômes dans des situations concrètes de la vie quotidienne. Du point de vue urbanistique, nos résultats démontrent, une nouvelle fois, l'importance d'aménager des espaces publics de qualité, offrant calme, verdure et possibilités d'interagir ou non, mais aussi de renforcer l'offre en logements à destination de personnes en phase de rétablissement et la réflexion sur la localisation et la configuration de ces logements. **[ILL.1]**

Au-delà de ces principes généraux, un urbanisme inclusif pour des personnes vivant avec un diagnostic de psychose suppose des interventions ancrées dans des contextes urbains spécifiques. Pour cela, nous proposons d'expérimenter dans des quartiers urbains des interventions mises en place par et avec les personnes concernées (groupes de patient·e·s, associations actives dans le domaine de la santé mentale, services psychiatriques, urbanistes, pouvoirs publics). Sur la base de telles expérimentations, nous proposons de développer des «plans urbains de santé mentale» permettant de guider l'action publique en la matière. Il est essentiel en effet que la politique de santé mentale, gérée à l'échelle des cantons, s'accompagne de politiques à l'échelle communale, où l'on a une meilleure prise sur les aspects environnementaux de la psychose. C'est vers de tels objectifs que portent nos efforts actuels de recherche et d'intervention.

#### RÉFÉRENCES

- Baumann, P. et al., 2020. *Urban remediation: a new recovery oriented strategy to manage urban stress after first episode psychosis*. 55, 273–283
- DeVylder, J. E. et al., 2018. *Association of urbanicity with psychosis in low-and middle-income countries*. *JAMA psychiatry*
- Krabbenbendam, L., van Os, J., 2005. *Schizophrenia and Urbanicity: A Major Environmental Influence – Conditional on Genetic Risk*. *Schizophrenia bulletin* 31 (4), 795–799
- Vassos, E. et al., 2012. *Meta-Analysis of the Association of Urbanicity With Schizophrenia*. *Schizophrenia bulletin* 38 (6), 1118–1123
- Winz, M., Söderström, O., 2020. *How environments get to the skin. Investigating the relation between psychosis and the city through bio-sensory ethnography*. *BioSocieties* <https://doi.org/10.1057/s41292-020-00183-8>

#### LITTÉRATURE

Pour plus d'informations sur les publications issues de ce projet, consultez la page: <https://unine.academia.edu/OlaSöderström>

#### CONTACT

ola.soderstrom@unine.ch

#### ZUSAMMENFASSUNG

## Städtisches Leben, Psychose und Urbanismus

Seit ungefähr 20 Jahren zeigen Forschungsarbeiten in der Psychiatrie einen Zusammenhang auf zwischen städtischem Umfeld und der Entwicklung einer Psychose. Die beschleunigte Verstädterung des Planeten erfordert, dass dieser Zusammenhang im öffentlichen Gesundheitswesen und in der Stadtplanung berücksichtigt wird. Der Artikel präsentiert die Ergebnisse einer kürzlich durchgeföhrten, interdisziplinären Forschungsarbeit mit dem Ziel, die Bezüge zwischen städtischem Leben und Psychose besser zu erfassen. Die Ergebnisse beziehen sich sowohl auf die städtischen Stressfaktoren (vor allem Dichte, Stimulationen der Sinne) als auch auf die Strategien, welche die betroffenen Personen anwenden, um sich zu schützen (z.B. suchen von «städtischen Nischen»). Heute geht es darum, auf der Basis solcher Forschungen therapeutische Strategien und «Stadtpläne für die mentale Gesundheit», die sich vor allem mit der Gestaltung des öffentlichen Raums und dem Wohnungsangebot befassen, zu entwickeln.

#### RIASSUNTO

## Vita urbana, psicosi e urbanistica

Da una ventina di anni, delle ricerche in psichiatria dimostrano che esiste un legame tra l'ambiente urbano e lo sviluppo di psicosi. L'accelerazione dell'urbanizzazione a livello planetario richiede di considerare questa relazione nelle politiche di salute pubblica e di pianificazione urbana. Questo articolo presenta i risultati di una recente ricerca interdisciplinare volta a comprendere meglio i legami tra vita urbana e psicosi. Questi risultati riguardano sia i fattori di stress urbano (in particolare, densità e stimolazioni sensoriali), sia le tattiche messe in atto dalle persone interessate per proteggersi da questi (ad esempio, la ricerca di «nicchie urbane»). Sulla base di queste ricerche, si tratta ora di sviluppare strategie terapeutiche e «piani di salute mentale urbana», che comprendano in particolare la pianificazione degli spazi pubblici e l'offerta di alloggi.