**Zeitschrift:** Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des

informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

**Herausgeber:** Alliance de Sociétés Féminines Suisses

**Band:** 63 (1975)

Heft: 5

**Artikel:** Une des grandes peurs de notre temps : la déprime

**Autor:** Weid, Bernadette van der / Reverdin, Nicole

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-274119

## 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

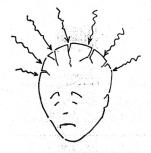
**Download PDF:** 01.12.2025

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



LE MOUVEMENT FEMINISTE - JOURNAL MENSUEL FONDE EN 1912 PAR EMILIE GOURD

# Une des grandes peurs de notre temps



TA DÉPRIME

Surmenage - usure - tensions psychiques - anxiété et troubles du sommeil — mots de tous les jours dans la presse, la publicité et les vitrines de pharmacies.

de pharmacies.
Médicalement parkant, il n'y a pas de dépressions ni de « bréakdowns » nerveux, et pourtant des milliers de femmes souffrent de ce qu'elles nomment ainsi. De quoi s'agit-il exactement, et comment y remédier?

La « déprime » prend des formes va-

- certaines femmes présenteront une accumulation de petits symptômes, in-somnie, inappétence, mélancolie et un sentiment de culpabilité qui peut les pousser jusqu'aux tentatives de sui-

d'autres auront des désespoirs à — u autres auront des desempoirs a grand spectacle, avec flots de larmes, lamentations, alternant avec de mor-nes journées au lit tous volets fermés; une femme expliquera à son mé-decin des maux variés, tels que maux de tête, douleurs variées, diarrhées, etc., mais s'effondrera en sanglots lors-que ledit médecin fera allusion à son état émotionnel :

d'autres enfin auront des angoisses. — d'autres enfin auront des angoisses, des moments de panique, ou une ter-reur à l'idée de sortir de chez elles — l'agoraphobie — ; ou bien elles devien-dront agressives avec leurs proches, se répandant en d'amers reproches et les accusant d'être responsables de leur état.

paraissant une fois par mois

Organe officiel des informations de l'Alliance de sociétés féminines

Equipe de rédaction

Bernadette von der Weid

B.P. 10 - 1253 Vandœuvres

Tél. (022) 50 19 26 Simone Chapuis Martine Chenou Anne-Françoise Hebeisen Jacqueline Berenstein-Wavre Présidente du Comité du

Journal
Instration
Rose Donnet
23, route de Prévessin
1217 Meyrin
CCP 12 - 117 91
Tél. (022) 41 22 74

ité Annonces-suisses S.A. 1, rue du Vieux-Billard 1205 Genève

Etranger : de soutien :

esion Ets Ed. Cherix et Filanosa SA

Bref, la déprime prend autant de formes qu'il y a de femmes pour en souffrir, et c'est la raison pour laquelle le corps médical n'utilise pas cette étiquette. En simplifiant beaucoup, on peut diviser les maladies mentales en deux groupes — psychoses et névroses. Les psychoses, graves désordres qui affectent également les deux sexes, présentent des symptômes visibles souvent dès l'addescence. Les femmes dépressives tombent

souvent dès l'adolescence.

Les femmes dépressives tombent presque invariablement dans le second groupe — les névroses. Ce terme comprend toutes les conditions qui affectent émotionnellement, produisent des crises d'anxiété et d'instabilité d'humeur mais ne coupent pas le contact avec la réalité.

Line personne psychotique ne réa-

Une personne psychotique ne réalisera pas que son comportement est anormal, alors qu'une malade souf-frant de névrose est bien consciente de son état. Cette conscience augmente encore l'anxiété de la malade, ainsi que la terreur, même actuellement, d'être étiquetée « malade mentale ».

Les formes les plus communes de névroses sont la dépression, les pho-bies, l'hypochondrie (terreur des maladies physiques), l'anxiété, etc. lisera pas que son comportement est

### Deux fois plus de femmes

Les statistiques nous l'apprennent, deux fois plus de femmes que d'hom-mes sont hospitalisées pour ces raisons. Pourquoi les femmes sont-elles plus vulnérables? La question reste ou-

Une théorie : notre équilibre hor-Une théorie: notre équilibre hor-monal, lié au rythme mensuel, aux accouchements, à l'allaitement, etc., est plus étroitement lié aussi à notre affectivité et nos émotions. Autre théorie: les femmes d'au-jourd'hui souffrent plus fortement qu'autrefois, car elles sont exposées à des tensions que leurs arrière-grand-

des tensions que leurs arrière-grand-mères n'ont jamais connues. Ceci me paraît peu probable, car ces tensions affecteraient les deux sexes égale-

ment.

Autre théorie encore, et la plus intéressante à mon avis: les femmes de
1975 attendent un plus haut degré de
bien-être et de bonheur que l'histoire
n'en a jamais connue. En 1900, une
femme espérait un mariage heureux,
un foyer, assez de nourriture, des enfants en bonne santé — elle les espérait, dis-je, mais elle ne les attendait
pas comme son droit.

Actuellement, entre la presse, la TV.

Actuellement, entre la presse, la TV, les hebdomadaires et la littérature, la femme contemple perpétuellement une image de santé et de satisfaction qui lui paraît la logique et la banalité

même.

Comme elle s'attend à être heureuse, lorsqu'elle l'est réellement cela va de soi; et lorsque tout ne tourne pas rond, la femme est troublée, effrayée et incapable de faire face. Résultat,

elle montre des signes d'anxiété ou de

eue montre des signes d'anxiete ou de dépression.

Il est maintenant évident que le manque de bien-être matériel et d'aide jouent un rôle important dans la dépression : une étude menée par une équipe de socielogues londoniens montre que 42 % de femmes au bas de l'écholle des créatires conférent de mouv. l'échelle des salaires souffrent de maux

l'échelle des salaires souffrent de maux dépressifs, alors que 16% seulement de femmes dans les échelons supérieurs se font soigner.

Autres causes de dépression: solitude, manque de relations afectives avec un autre être au moins — ou bien, avoir deux ou trois enfants d'âge pré-scolaire, et enfin, des conditions de logements inacceptables.

A toutes ces causes, il y a des remèdes bien différents. On peut tout
d'abord agir pratiquement : améliorer
les conditions de logement, trouver des
crèches ou des aides familiales, etc.
Mais il n'y a pas de mot magique
pour susciter des maris tous affecteueux, des appartements tous ensoleillés, des revenus toujours assurés.

De même, il n'y a pas de recette pour endurcir une femme trop vulnérable, ce qui revient à dire que faute de prévention il faut des remèdes.

#### Ils sont efficaces

Il y a 10 ans, une femme dépressive devait être hospitalisée. Le traitement durait trois mois ou plus, et compre-nait l'électro-choc et la psychothé-rapie. Maintenant, heureusement, la chimiothérapie (toutes les petites pilules de couleurs si gaies) a pris la

Les tranquillisants comme leur nom l'indique, calment une agitation ou une anxiété, restaurent l'équilibre. Leur effet est rapide et constitue d'excellentes béquilles pour aider à surmonter

## Le plus important

Si rien ne va plus, ne vous sentez surtout pas coupable! Votre entourage aura peut-être tendance à suggérer : «Allons, allons, un peu de volonté!», alors que c'est précisément cette volonté qui est malade. Ne pensez surtout pas non plus « je deviens folle, c'est affreux, on va probablement m'enfermer! » m'enfermer! x

Personne n'aurait honte d'attraper une rougeole ou une scarlatine, et di-tes-vous bien que si votre psychisme épuisé souffre d'une « scarlatine de épuisé souffre d'une «scarlatine de l'âme», vous n'êtes pas à blâmer, et que vous guérirez après avoir consulté votre médecin et suivi ses prescriptions. Ayez le bon sens de vous confier à un médecin dès que vous commencez à souffrir d'anxiété et de dépression, il y a des moyens pratiques de résoudre vos problèmes.

B. v. d. WEID (conseïllée par Nicole Reverdin, psychologue).

EDITO

# JOURNÉES DES FEMMES ROMANDES

**Le participation de la constant de** 

Mme Jacqueline Berenstein-Wayre, membre du Comité exécutif du Congrès de Berne, et présidente de l'Alliance de sociétés féminines suisses, a dit lors de son allocution du 15 avril

« Les journées de Balexert ne se termineront pas sur des résolutions, ce n'est pas leur but. Elles sont plus une foire, une fête, qu'un « minicongrès ». J'espère que chaque femme, simple cliente ou participante active, a senti que du 15 au 19 avril, il s'est passé quelque chose à Balexert, que la femme n'y était pas considérée comme un objet, mais comme un sujet, une partenaire à part entière.»

En page 4, les comptes rendus des Journées romandes

### LE SCRUTIN DU 8 JUIN

# Cinq questions conjoncturelles et financières

Le peuple suisse est appelé aux urnes le 8 juin. Cinq questions lui sont soumises. La première est d'ordre conjoncturel, les autres concernent les finances de la Confédération.

# I. Arrêté fédéral sur la sauvegarde de

En 1972, le peuple et les cantons En 1972, le peuple et les cantons-ont accepté un arrêté propre à lutter contre l'affiux excessif de capitaux étrangers. L'instabilité monétaire et économique mondiale a engagé les Au-torités à prévoir la prorogation de cette disposition jusqu'à mi-octobre 1977. En effet, l'afflux de fonds étran-gers fait monter le cours du franc. Il provoque par conséquent le renchéris-sement des exportations et du tou-risme helvétiques. Il s'agit donc, par cet arrêté, de stabiliser le cours de cet arrêté, de stabiliser le cours de notre monnaie et de protéger notre économie. Cet instrument n'est pas de économie. Cet instrument n'est pas de trop au moment où le dollar et les pé-trodollars jouent des tours pendables à notre monnaie qu'il a fallu faire flotter pour enrayer la spéculation qui s'exerçait sur elle.

## II. Arrêtés financiers

Nul besoin sans doute de rappeler la situation précaire des finances fédérales. Depuis quatre ans, les déficits de l'Etat vont croissant. En décembre dernier, Parlement et Gouvernement ont proposé une série de mesures d'assainissement qui ont été rejetées en votation. Mais le mênage fédéral activité de la unier besoin de pouvelle. en votation. Mais le ménage fédéral continue à avoir besoin de nouvelles ressources. Les quatre mesures soumises à la votation du 8 juin représentent une partie des décisions prises par le Conseil fédéral et les Chambres ces derniers temps pour redresser la barre. A côté d'économies rigoureuses opérées sur les dépenses générales de la Confédération, des recettes supplémentaires elimposen pour équiplementaires elimposen pour équiplement de la contraire de la mentaires s'imposent pour équilibrer les comptes. En période de haute conles comptes. En période de haute con-joncture, des déficits budgétaires ne sont pas de mise. Certes, le ralentisse-ment conjoncturel observé depuis quelque temps pourrait amener cer-tains à se demander si une relance économique, par le biais d'une plus large mise à contribution de l'Etat, donc des déficits, ne devrait pas rem-placer la politique d'austérité actuelle. La réponse est double : d'une part, les Autorités fédérales prévoient l'engage-ment d'une réserve conjoncturelle de Autorités fédérales prévoient l'engage-ment d'une réserve conjoncturelle de 500 millions de francs dans le courant de l'été pour tempérer la tendance au chômage; d'autre part, la récession en cours n'atteint pas un niveau tel qu'elle remette en question la néces-sité d'équilibrer les comptes du mé-nage fédéral. Au surplus, la majoration des impôts et des droits de douane doit permettre à la Confédération d'ac-croître ses investissements, dans la construction notamment (secteur duconstruction notamment (secteur duement touché aujourd'hui), d'assurer a poursuite de la politique sociale et la poursuite de la politique sociale et de donner une nouvelle impulsion à l'activité économique sans avoir à re-courir au marché des capitaux dans une mesure excessive et inflation-niste. Quatre décisions doivent être prises

par le peuple.

a) Financement des routes nationales : a) Financement des routes nationales: l'été dernier, le Conseil fédéral a porté de 20 à 30 centimes par litre la sur-taxe sur les carburants qui couvre la part versée par la Confédération (85%) aux cantons pour la construction des routes nationales. Cette surtaxe est entièrement dévolue au compte rou-tier. Mais cette hausse est combattue; l'Alliance des Indépendants a lancé un référendum. Le peuple doit dire le 8 juin s'il entend que l'augmentation o Juni s'il enteria que l'augmentation de la surfaixe reste en vigueur ou non, sachant que les sommes perçues (170 millions de plus en six mois) vont per-mettre aux cantons de maintenir un volume de construction, donc d'occu-pation, satisfaisant.

b) Tarif général des douanes : depuis 1920, une taxe de 30 centimes est per-çue sur les huiles de chauffage. L'Ascue sur les hulles de chauffage. L'As-semblée fédérale propose de porter ces droits de douane à Fr. 1.10 pour les hulles industrielles et à Fr. 2.— pour les hulles domestiques. Là-aussi, divers milieux ont lancé le référendum (les locataires au premier plan), esti-mant injustifié de taxer davantage les huiles de chauffage domestique au moment ou les loyers sont déjà très élevés. Pour les Autorités toutefois, l'augmentation de la charge n'est pas excessive; elle est supportable. Au surplus, elle procure à la Caisse fédé-rale des recettes évaluées à 70 mil-lions par semestre, montant non né-gligeable.

c) Augmentation des recettes fiscales les taux de l'impôt indirect (impôt sur le chiffre d'affaires) et de l'impôt direct (impôt de défense nationale) sont majorés. Rappelons ici que l'ICHA ne frappe pas la plupart des biens de première nécessité (produits alimentaires, médicaments, etc). Quant à la hausse de l'IDN, elle frappe exclusivement les revenus supérieurs à 243 000 francs l'an et les sociétés, alors que les petits revenus seront moins fortement touchés que jusqu'ici. rect (impôt de défense nationale) sont chés que jusqu'ici.

Les amateurs de chiffres sauront que le taux actuel de l'ICHA de 4,4% pour les livraisons de détail est porté à 5,6% contre 6% dans le projet re-jeté au mois de décembre 1974.

jeté au mois de décembre 1974.
d) Frein aux dépenses: au mois de décembre, le peuple et les cantons avaient plébiscité cette mesure visant à rendre plus difficile l'augmentation des dépenses par le Parlement. Toutefois, comme elle était liée aux autres mesures soumises le même jour à la votation, elle n'avait pu entrer en vigueur. Il s'agit donc de répéter l'exercice, sans que cette fois-ci les hausses d'impôts et le frein aux dépenses soient jumelés. La gauche politique et syndicale s'oppose à cette mesure qu'approuve tous les autres partis.

On le constate, rien n'est compliqué dans cette quintuple votation. On escompte donc une large participation du corps électoral, les femmes ne dévant pas être en reste puisque directement concernées.

Michel MARGOT Rédacteur politique à Be de « Radio Suisse Romand r Berne

#### SOMMAIRE

Votation fédérale du 8 juin. . 1 Comptes rendus des Journées des Femmes romandes. . 4-5 Notre dossier Stress et Dépression.

