

Liens entre
stigmatisation, auto-
compassion et
symptômes dépressifs
chez les personnes en
situation d'obésité

Elodie Charbonnier¹ & Marylou Gouilly
¹MCF HDR Université de Nîmes



CONTEXTE



+ de 650 millions d'adultes (OMS, 2018)



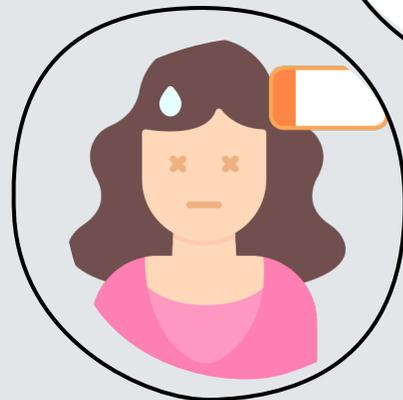
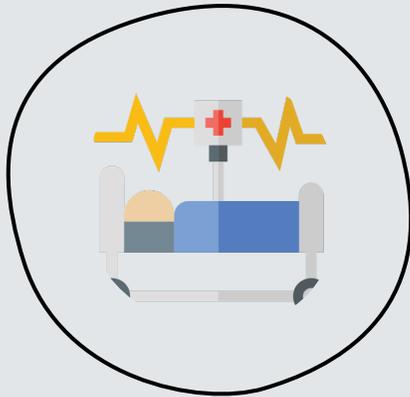
8 millions de personnes, soit 17% de la population (Ministère des Solidarités et Santé, 2019)



Entre 1975 et 2016, la prévalence de l'obésité a presque triplé dans le monde (OMS, 2018)

CONTEXTE

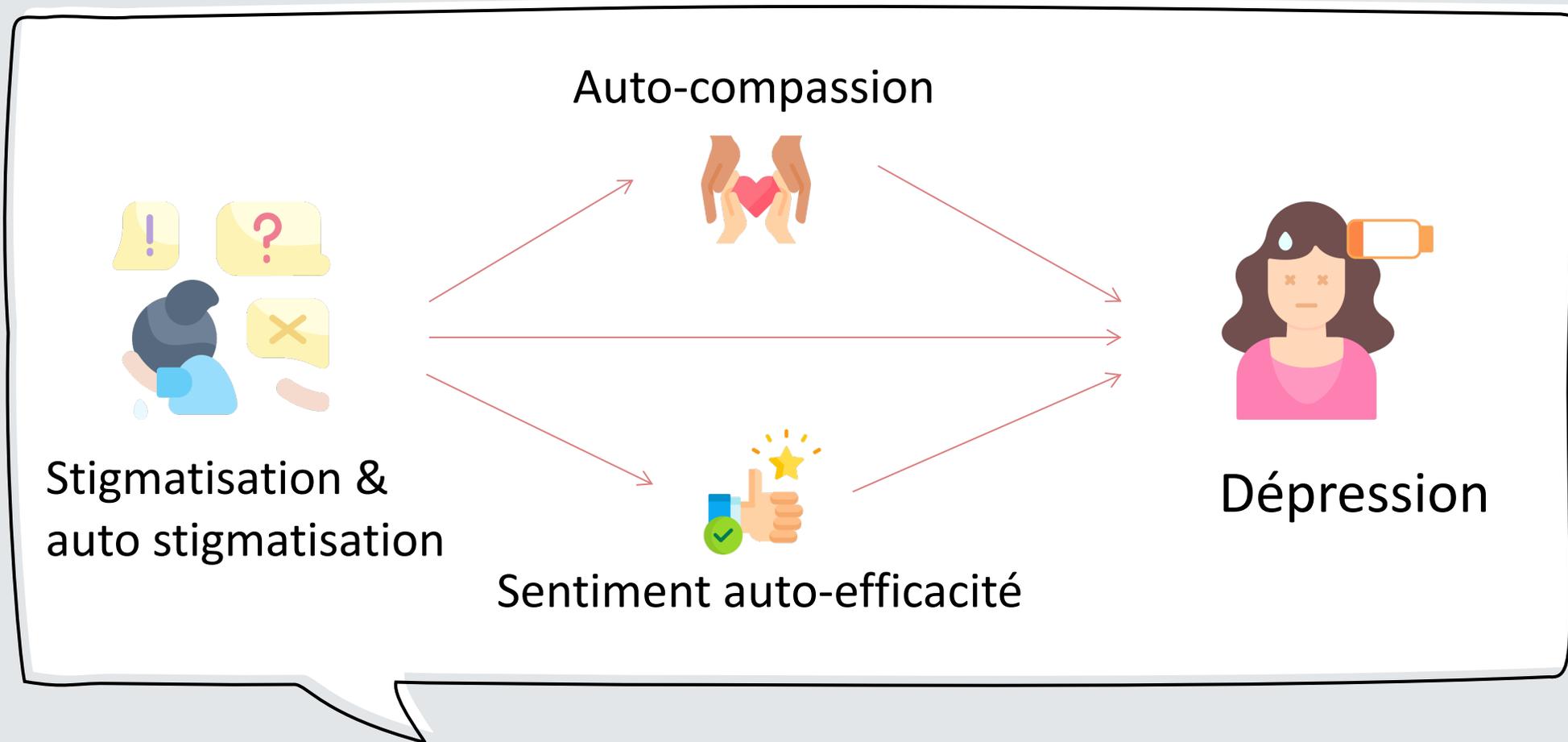
Incidence délétère sur la santé physique



Incidence délétère sur la santé psychologique:

- + susceptibles de présenter des troubles psychiatriques (Simon et al., 2006), en particulier des symptômes dépressifs (Abou Abbas et al., 2015).
- L'obésité augmentait de 55 % le risque de développer une dépression (Luppino et al., 2010).

CONTEXTE



Modèle « why try effect » (Corrigan et al., 2009 ; Hilbert et al., 2014)

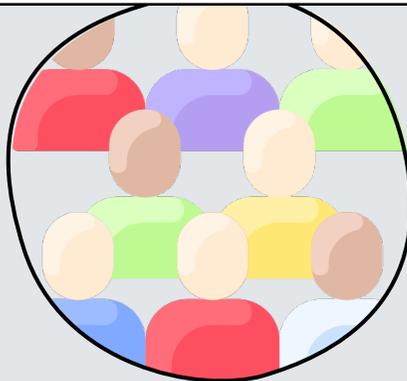
OBJECTIF

Améliorer la compréhension des facteurs impliqués dans les symptômes dépressifs de personnes en situation d'obésité en France, en examinant les liens entre les symptômes dépressifs, la stigmatisation intériorisée, l'auto-compassion et l'auto-efficacité.

Population

77 participants ayant IMC supérieur à 30 kg/m² (64 femmes ; âge = 41,22 ± 12,16 ans)

Tableau 1 : répartition de l'échantillon dans les différents seuils d'obésité	n	(%)
Obésité modérée (IMC entre 30 - 34,9 kg/m ²)	24	31.2
Obésité sévère (IMC entre 35 - 39,9 kg/m ²)	27	35.1
Obésité morbide (IMC supérieur à 40 kg/m ²)	26	33.8



Variables mesurées

- **Symptômes dépressifs** (Beck Depression Inventory ; Beck et al., 1961 ; Cottraux & Pichot, 1985)
- **Auto-stigmatisation** (Weight Self-Stigma Questionnaire ; Lillis et al, 2010).
- **Sentiment d'auto efficacité** (General Self-Efficacy Scale ; Schwarzer & Jerusalem, 1995).
- **Auto-compassion** (Self-Compassion Scale; Kotsou & Leys, 2016; Neff, 2003).

Tableau 2: Matrice de corrélations de nos variables d'intérêt

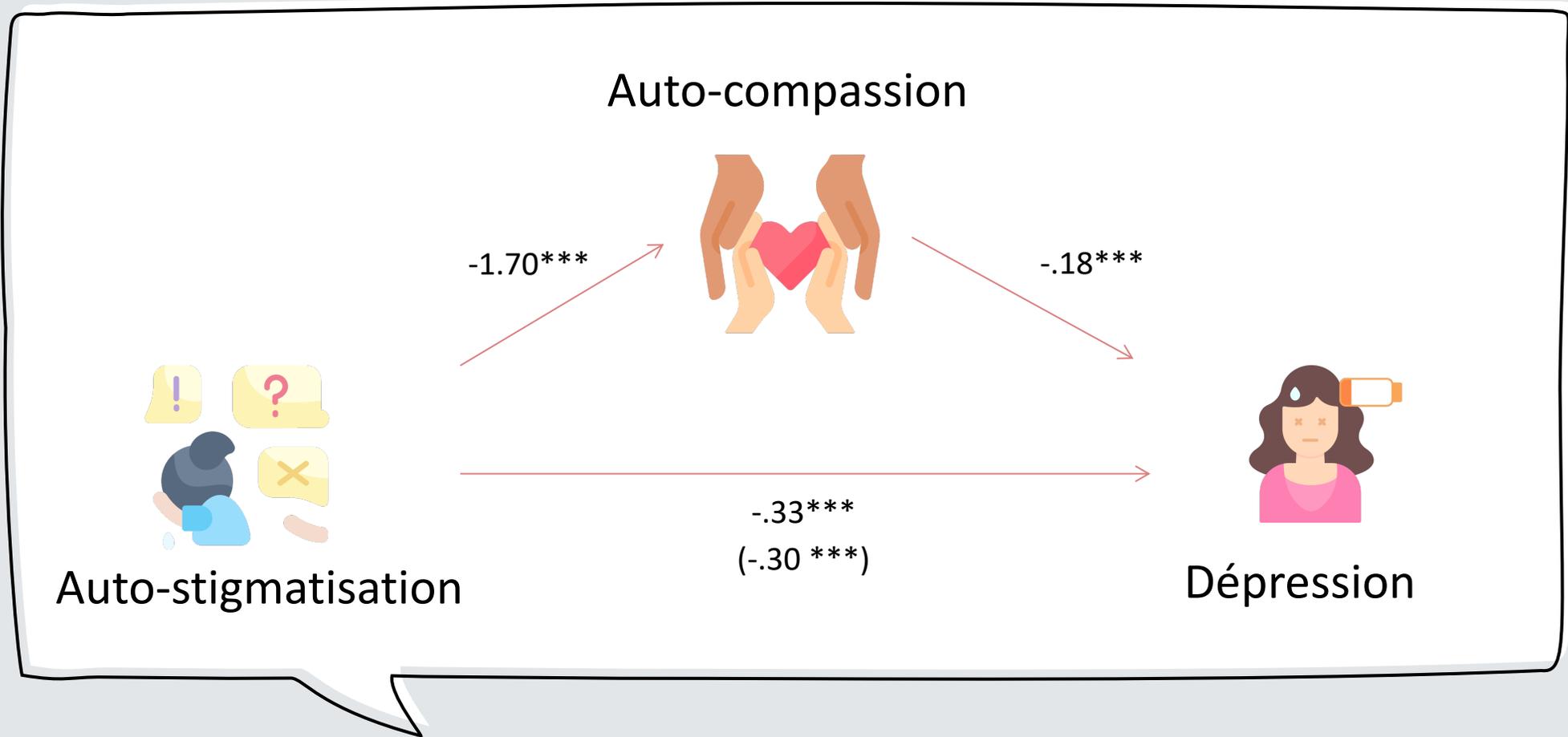
	Symptômes dépressifs	Sentiment auto-efficacité	Auto-compassion	M	ET	α
Auto-stigmatisation	.62***	-.39**	-.60***	43.78	7.48	.77
Symptômes dépressifs		-.51***	-.70***	11.75	7.75	.90
Sentiment auto-efficacité			.53***	28.75	5.83	.86
Auto-compassion				58.83	21.53	.95

RÉSULTATS

Tableau 3: modèles de régression prédisant les symptômes dépressifs

	β	t	p	95%CI	ΔF	ΔR^2	Δp
Auto-compassion <i>Modèle 1</i>	-.25	-8.31	.0001	[-.31, -.19]	69.06	.48	.0001
Auto-compassion Auto-stigmatisation <i>Modèle 2</i>	-.18 .33	-5.20 3.28	.0001 0.002	[-.25, -.11] [.13, .53]	44.41	.54	.0001

RÉSULTATS

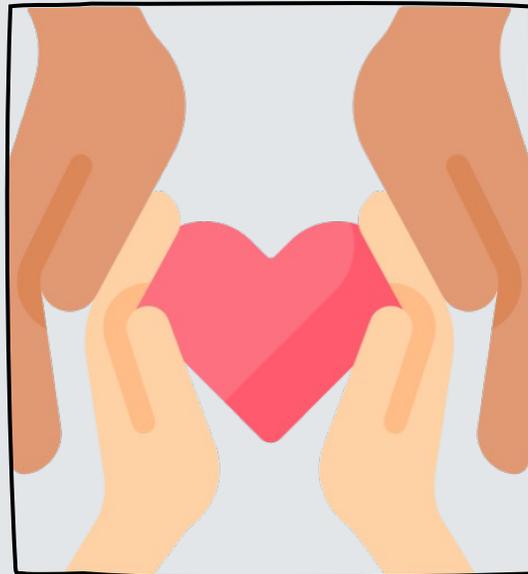


RÉSULTATS

DISCUSSION



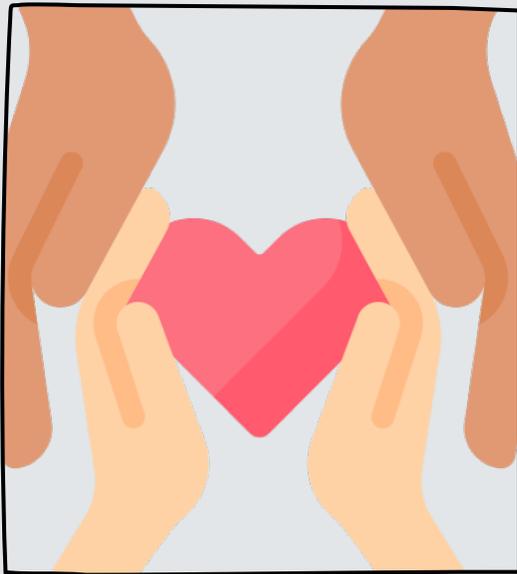
Auto-stigmatisation



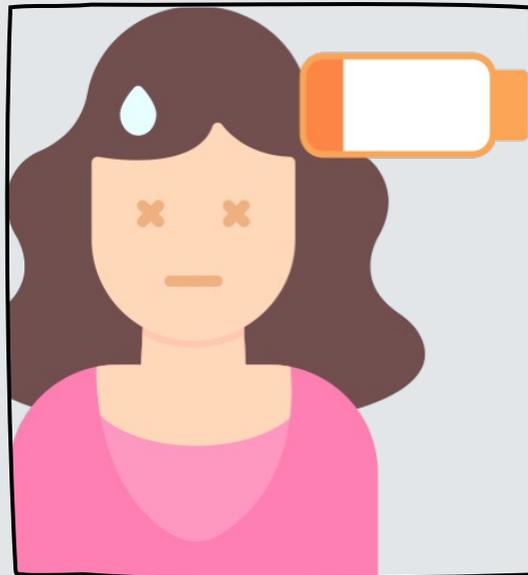
Auto-compassion

- L'auto-stigmatisation majore le niveau d'autocritique, et peut donc réduire l'auto-compassion
- Selon Kotsou & Leys (2016), en majorant le sentiment d'être différent, elle réduirait ainsi le sentiment d'humanité des individus, et donc leur auto-compassion

DISCUSSION



Auto-compassion



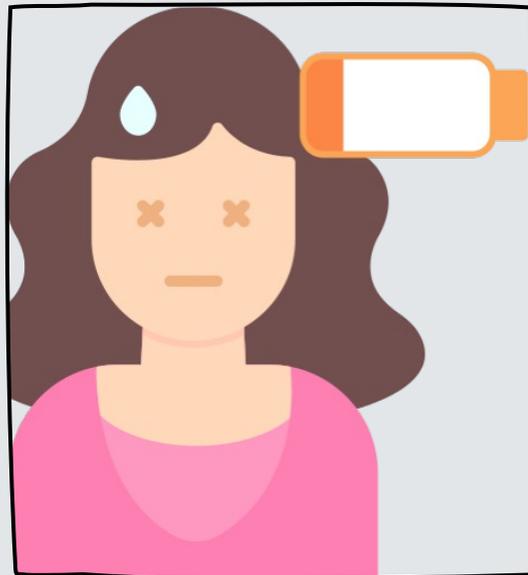
Dépression

Une faible auto-compassion reflète une attitude aversive envers soi-même et une focalisation sur ses faiblesses, ce qui peut favoriser la dévalorisation de soi et les ruminations, et ces dernières jouent un rôle majeur dans la dépression

DISCUSSION



Auto-stigmatisation

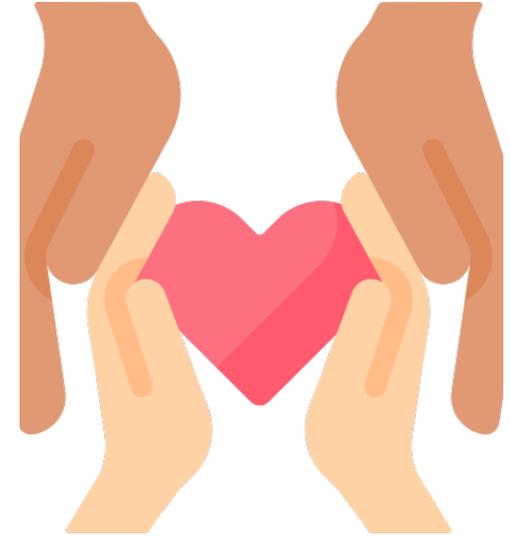


Dépression

- Modèle cognitif de la dépression postule que la vision négative de soi jouerait un rôle central dans les symptômes dépressifs (Beck et al., 1979), or cette dernière est majorée par l'adhésion aux stéréotypes négatifs.
- Modèle comportemental de la dépression postule que la diminution des renforçateurs positifs jouerait un rôle central dans la dépression (Lewinsohn, 1974). Or, l'auto-stigmatisation favorise le retrait social (Corrigan et al., 2009), ce qui va réduire la probabilité de vivre des moments agréables

CONCLUSION

- Essentiel de promouvoir l'auto-compassion pour réduire les symptômes dépressifs chez les personnes en situation d'obésité (Fekete et al., 2021).
- Les interventions telles que l'autocompassion en pleine conscience ou la thérapie centrée sur la compassion (Gilbert, 2010 ; Godsey, 2013 ; Neff & Germer, 2013 ; Shapira & Mongrain 2010) semblent particulièrement adaptées.



Liens entre
stigmatisation, auto-
compassion et
symptômes dépressifs
chez les personnes en
situation d'obésité

Elodie Charbonnier &
Marylou Gouilly

