



Souffrance psychologique

Une **souffrance psychologique**, parfois appelée **psychalgie**^{1,2}, désigne une souffrance psychologique, spirituelle qui est différente de la souffrance ou douleur d'origine purement physiologique.

La souffrance émotionnelle est une souffrance psychologique, mais elle est davantage liée aux ressentis, au vécu, aux émotions ^[réf. nécessaire].

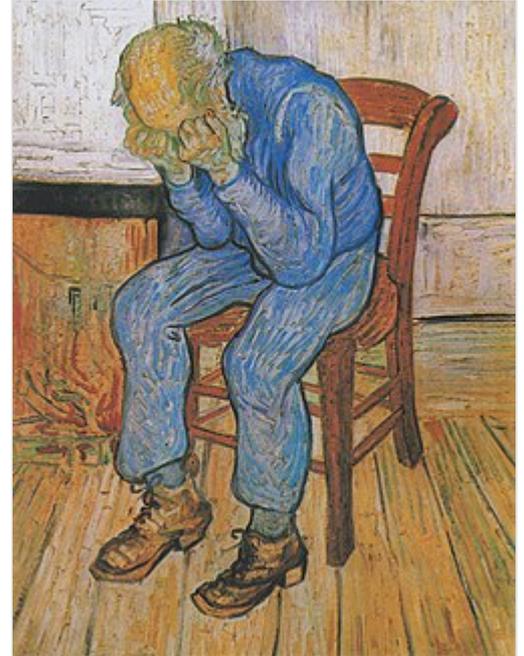
Dans le domaine de la psychologie sociale et de la personnalité, le terme de **souffrance sociale** est utilisé pour dénoter une détresse émotionnelle causée par un échec de connexion sociale forte : le deuil (perte d'un être cher, que cette personne soit morte ou éloignée), l'humiliation, l'exclusion ou l'ostracisme, la maltraitance³, la solitude, sont, par exemple, des causes de souffrance sociale⁴.

Un autre type de souffrance psychologique est communément perçu comme étant spirituel ^[réf. nécessaire].

Concernant la **souffrance scolaire**⁵, ou souffrance à l'école⁶, elle est une notion très spécifique et récente. En effet, si l'hypothèse qu'il existe une pression institutionnelle comparable à celle du monde du travail est posée, Il convient de reconnaître la spécificité du métier d'élève, qui consiste à apprendre. Il est alors indispensable de porter un regard attentif sur le confort de travail des enfants en milieu scolaire : la gestion de leur temps de travail (dans et hors école, combien de temps pour les devoirs, pour venir à l'école) ; leurs conditions d'exercice ; la charge mentale et affective sollicitée. L'évaluation de cette souffrance scolaire a fait l'objet de la création d'un outil de mesure spécifique : une Echelle de Mesure du Vécu Scolaire (EMVS) qui chiffre le niveau de souffrance/bien-être.

Un patient éprouvant une souffrance psychologique pathologique peut se sentir démuni face à toute situation nouvelle ^[évasif] nécessitant adaptation, affectant ainsi son psychisme³.

Des recherches en neurosciences ont démontré que les souffrances psychologiques et physiques ^[évasif] pourraient partager quelques mécanismes neurologiques⁷.



Une œuvre de Van Gogh sur la souffrance psychologique.

Références

1. Frédéric Rouillon, *Guide pratique de psychiatrie*, Issy-les-Moulineaux, Masson, 2005, 157 p. (ISBN 978-2-294-02051-3 et 2-294-02051-0, lire en ligne (<https://books.google.com/books?i>

d=4vRSgARpmsUC&printsec=frontcover)).

2. (en) Psychalgia: mental distress. « [Merriam-Webster's Medical Dictionary](http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia) (<http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia>) » ([Archive.org](https://web.archive.org/web/*/http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia) (https://web.archive.org/web/*/http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia) • [Wikiwix](https://archive.wikiwix.com/cache?url=http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia) (<https://archive.wikiwix.com/cache?url=http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia>) • [Archive.is](https://archive.is/http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia) (<https://archive.is/http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia>) • [Google](https://webcache.googleusercontent.com/search?hl=fr&q=cache:http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia) (<https://webcache.googleusercontent.com/search?hl=fr&q=cache:http://medical.merriam-webster.com/medical/psychalgia>) • [Que faire ?](#)).
3. Eliane Ferragut, *Agressions et maltraitements*, Paris, Masson, 2006, 152 p. (ISBN 978-2-294-06820-1 et 2-294-06820-3, [lire en ligne](https://books.google.com/books?id=cfSzBFZ1igYC&printsec=frontcover) (<https://books.google.com/books?id=cfSzBFZ1igYC&printsec=frontcover>)).
4. (en) *Cambridge Handbook of Personality Psychology*, Cambridge University Press, 2009 (ISBN 0521680514 et 9780521680516), « Social Pain and Hurt Feelings ».
5. Marie-Pierre Loton Bidal, « Le bien-être à l'école, une question de santé nécessaire pour s'épanouir », *Phronesis*, vol. 12, n^{os} 2-3, 27 février 2023, p. 184–208 (ISSN 1925-4873 (<http://portal.issn.org/resource/issn/1925-4873>), DOI 10.7202/1097144ar (<https://dx.doi.org/10.7202/1097144ar>), [lire en ligne](https://dx.doi.org/10.7202/1097144ar) (<https://dx.doi.org/10.7202/1097144ar>), consulté le 25 septembre 2024)
6. Jacques Pain, « La souffrance à l'école », *Spécificités*, vol. 2, n^o 1, 2009, p. 85–102 (ISSN 2256-7186 (<https://portal.issn.org/resource/issn/2256-7186>), DOI 10.3917/spec.002.0085 (<https://dx.doi.org/10.3917/spec.002.0085>), [lire en ligne](https://shs.cairn.info/revue-specificites-2009-1-page-85?lang=fr) (<https://shs.cairn.info/revue-specificites-2009-1-page-85?lang=fr>), consulté le 25 septembre 2024)
7. (en) Eisenberger, Naomi I. and Lieberman, Matthew D. « Why rejection hurts: a common neural alarm system for physical and social pain ». *Trends Cogn Sci.* 2004 Jul;8(7):294-300. PMID 15242688 doi:10.1016/j.tics.2004.05.010 ([http://www.scn.ucla.edu/pdf/WhyRejectionHurts\(TICS\).pdf](http://www.scn.ucla.edu/pdf/WhyRejectionHurts(TICS).pdf)).