

EN BONNE COMPAGNIE

La grande étude suisse sur l'amitié

De Jakub Samochowiec et Johannes C. Bauer



Mentions légales

Auteurs

Dr. Jakub Samochowiec, Dr. Johannes C. Bauer

Rédaction

Adrian Lobe

Mise en page / illustration

Joppe Berlin, www.joppeberlin.com

GDI Research Board

Alain Egli, Karin Frick, Dr. Gianluca Scheidegger, Dr. Petra Tipaldi, Christine Schäfer

© GDI 2023

ISBN: 978-3-7184-7150-8

Sur mandat de la

Fédération des coopératives Migros

Direction Société et culture

Löwenbräukunst-Areal

Limmatstrasse 270

Case postale 1766

CH-8031 Zurich

Éditeur

GDI Institut Gottlieb Duttweiler

Langhaldenstrasse 21

CH-8803 Rüschlikon

Sommaire

- 3 **Avant-propos**
- 4 **En bref**
- 6 **Introduction**
- 8 **Méthode**
- 9 **Qu'est-ce que l'amitié?**
- 11 **Comment se présentent les amitiés en Suisse?**
- 21 **Qu'est-ce qui différencie les amitiés au cours des différentes phases de vie?**
- 27 **Du début à la fin. Comment les amitiés évoluent-elles?**
- 39 **Pourquoi l'amitié est-elle importante?**
- 45 **Que faire?**
- 50 **Conclusion**
- 52 **Sources**



Avant-propos

Pour un moment, ou pour la vie. Des relations de qualité avec des amies, son ou sa partenaire et la famille ne conduisent pas seulement à une plus grande satisfaction au quotidien, elles ont aussi un effet positif sur la santé. Les amitiés permettent de lutter contre la solitude et l'isolement. Elles renforcent la cohésion sociale. Nous avons voulu découvrir dans cette étude les autres effets de l'amitié et la manière dont elle naît.

C'est pourquoi le Pour-cent culturel Migros a chargé l'Institut Gottlieb Duttweiler GDI de réaliser la première grande étude suisse sur l'amitié. L'étude du GDI, intitulée «En bonne compagnie», fournit pour la première fois des résultats représentatifs sur les amitiés dans toute la Suisse. Elle analyse la diversité, la signification, les caractéristiques et les particularités de cette forme de relation. Peut-on parler d'une «récession de l'amitié» dans notre pays? Quelle est l'importance, quelles sont les fonctions et les spécificités de l'amitié en Suisse?

L'engagement sociétal fait partie de l'ADN de Migros. Depuis 1957, Migros s'engage avec le Pour-cent culturel Migros pour la formation, la culture, les loisirs et la cohésion sociale. Nous nous impliquons dans le renforcement des réseaux sociaux dans le but d'encourager la participation, la tolérance et la communauté en Suisse. L'amitié joue un rôle prépondérant dans ce domaine.

La présente étude montre comment les amitiés naissent, sont entretenues et ce qu'elles peuvent apporter. Mais indépendamment de la manière dont les amitiés individuelles sont vécues, elles renforcent la cohésion sociale et celle-ci contribue de manière significative à la qualité de vie des personnes en Suisse.

Je vous souhaite une bonne lecture, riche de découvertes, sur le thème de l'amitié.

Cordialement,

Hedy Graber

*responsable de la direction Société et culture à la Fédération
des coopératives Migros*

En bref

La première grande étude suisse sur l'amitié a examiné de près les amitiés helvétiques au moyen de trois méthodes: des entretiens qualitatifs avec des personnes issues de divers groupes cibles, une enquête quantitative auprès de 3000 personnes de Suisse alémanique, du Tessin et de Suisse romande, ainsi qu'une étude interventionnelle dans laquelle les participant-es ont été chargé-es de contacter un-e ami-e d'autrefois. Les thèmes suivants y ont été abordés

Comment se présentent les amitiés en Suisse?

- > Les personnes suisses ont en moyenne un cercle d'ami-es proches de quatre personnes, un cercle amical élargi de huit personnes et voient ces personnes quelques fois par mois. Cela correspond à peu près aux chiffres de l'Allemagne et des États-Unis.
- > Les personnes vivant au Tessin ont en moyenne 3.3 ami-es proches, en Suisse alémanique 3.9 et en Suisse romande 4.3. Par contre, les personnes vivant au Tessin ont un cercle de connaissances plus large (50) et voient leurs ami-es chaque semaine dans une plus grande proportion (44%) que celles vivant en Suisse romande (41 connaissances; 30% de rencontres par semaine) et en Suisse alémanique (30 connaissances, 30% de rencontres par semaine).
- > Dans l'ensemble, près des trois quarts des personnes sont satisfaites de leurs relations amicales. S'il manque une chose, c'est le temps. Environ la moitié des personnes estiment n'avoir pas assez de temps, du moins en partie, pour entretenir leurs amitiés.
- > Il est difficile d'entrer dans les cercles amicaux suisses, car ils sont relativement statiques et reposent sur des relations de longue date. Les personnes nouvellement arrivées regrettent que le plaisir et la spontanéité soient négligés en raison de l'importance accordée à la loyauté et à la confiance. Les jeunes personnes immigrées

(moins de 35 ans) notamment sont nettement moins satisfaites de leur situation amicale que les jeunes du même âge ayant grandi en Suisse.

Qu'est-ce qui différencie les amitiés au cours des différentes phases de la vie?

- > Les amitiés changent avec l'âge. Les personnes âgées ont en moyenne moins d'ami-es, les voient moins souvent, se soutiennent moins émotionnellement et activement et échangent moins sur leurs problèmes et leurs sentiments. Mais les personnes jeunes sont plus nombreuses à se sentir seules, tandis que les personnes plus âgées sont plutôt satisfaites de leurs amitiés. Les personnes âgées de 20 à 35 ans qui ont beaucoup d'ami-es se sentent à peu près aussi seules que les personnes de plus de 64 ans qui n'ont aucun-e ami-e. La solitude n'est donc pas un problème de personnes âgées, comme on le suggère souvent.

Comment des amitiés étroites naissent-elles? Comment se terminent-elles?

- > La naissance d'une amitié étroite est rare: la moitié des personnes interrogées ont noué une nouvelle amitié proche au cours des quatre dernières années. Même si les bon-nes ami-es n'ont pas besoin de se voir souvent, il semble qu'une phase initiale intense soit souvent nécessaire à la naissance d'une amitié.
- > L'amitié nécessite des points communs: les meilleur-es ami-es ont généralement le même âge et sont du même sexe dans quatre cas sur cinq. Parmi les points communs non démographiques, l'humour joue un rôle décisif.
- > Près de la moitié des ami-es interrogé-es se sont rencontré-es à l'école, dans le cadre de leur formation ou de leur travail – un autre cinquième par le biais d'ami-es commun-es, leur partenaire ou leur famille. Les personnes jeunes apprennent plutôt à se connaître dans

des cadres institutionnalisés, comme l'école, tandis que les personnes plus âgées doivent recourir à des moyens plus actifs pour nouer des amitiés, tels les vacances, les associations ou l'espace numérique. Par conséquent, les personnes de plus de 35 ans sont plus nombreuses à avoir rencontré leur meilleur-e ami-e en ligne que les jeunes.

- > Lorsque des amitiés prennent fin, il est plus probable que cela soit dû à un éloignement progressif qu'à une fin abrupte.

Pourquoi l'amitié est-elle importante?

- > L'amitié a un impact personnel et un impact sociétal. Elle contribue au bien-être personnel, permet aux personnes de bénéficier d'aide et de soutien, influence le développement de leur personnalité, les conduit à s'engager dans la société et prévient l'extrémisme.

Que faire pour favoriser l'amitié?

- > Les conclusions de l'étude permettent de déduire une série de mesures sur la manière de promouvoir l'amitié. Il convient de diminuer ses attentes en matière d'engagement et d'accorder une plus grande confiance à de nouveaux contacts. Il s'agit de rechercher ou de créer des lieux et des occasions qui favorisent les contacts. Les voies numériques ont la réputation d'être superficielles, mais elles sont régulièrement utilisées avec succès pour se faire des ami-es.
- > Mais il n'est pas toujours nécessaire de nouer de nouveaux contacts. De nombreuses personnes ont perdu de vue des ami-es d'autrefois. Une étude interventionnelle menée dans le cadre de la présente étude a montré que la majorité des participant-es ressentent un appel à quelqu'un «d'autrefois» de manière plus positive qu'ils ou elles ne le pensaient au départ et qu'environ 80% ont continué à se voir par la suite.

Il est vrai qu'il est difficile d'entrer dans des cercles amicaux en Suisse. Mais les personnes qui échouent à entrer dans des cercles amicaux suisses bénéficient de la culture de la confiance et de la loyauté. Ainsi, l'aide bénévole informelle apportée par des inconnu-es et la satisfaction à l'égard du système politique sont les plus élevées dans les pays où il est difficile de se faire des ami-es. Parce que des amitiés homogènes et durables contribuent à l'engagement, la difficulté à se faire des ami-es semble être le prix à payer pour un soutien général et un système politique stable.



© GDI 2023

Sur mandat de la

Fédération des coopératives Migros
Direction Société et culture
Löwenbräukunst-Areal
Limmatstrasse 270
Case postale 1766
CH-8031 Zurich

Éditeur

GDI Institut Gottlieb Duttweiler
Langhaldenstrasse 21
CH-8803 Rüschlikon