



— FEDERATION FRANÇAISE DES ETUDIANTES EN ORTHOPTIE —

**RAPPORT SUR LA
SANTÉ MENTALE
DES ÉTUDIANT·E·S
EN ORTHOPTIE**

2025 - 2026

I. Présentation

La Fédération Française des Étudiant·e·s en Orthoptie (FFEO) est une association loi 1901, créée en 2018 par la volonté d'étudiant·e·s issu·e·s de plusieurs associations locales. Ainsi, elle représente les étudiant·e·s des 18 départements d'orthoptie en France, plus de 1400 étudiant·e·s orthoptistes à l'échelle nationale.

Notre objectif : défendre les droits des étudiant·e·s, améliorer la qualité de la formation (théorique et pratique) et porter leur voix auprès des institutions. En tant qu'unique organe de représentation des étudiant·e·s de notre filière, elle œuvre activement pour garantir la qualité de la formation, développer le réseau d'étudiant·e·s et être force de proposition dans les réformes du système de santé.

Indépendante de tout parti politique, confession ou syndicat, la FFEO s'inscrit dans des valeurs démocratiques, humanistes et associatives : écoute, solidarité, lutte contre les violences, égalité d'accès à la formation, tolérance 0 sur la violence/maltraitance en stage ou en cours.

Elle s'engage à promouvoir la formation des étudiant·e·s en orthoptie, à défendre leurs droits et à contribuer à la reconnaissance et à l'évolution de leur future profession.



II. Introduction

Dans un contexte de fortes exigences académiques, d'incertitudes professionnelles et de pression sociale croissante, la santé mentale des étudiant·e·s est devenue un enjeu majeur. Les étudiant·e·s en orthoptie doivent composer au quotidien avec les contraintes de la vie personnelle tout en faisant face à une formation exigeante, à la fois théorique et fortement professionnalisante, marquée par des stages longs, parfois délocalisés, éprouvants, et une confrontation précoce à la souffrance des patient·e·s.

La santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie recouvre un équilibre global entre bien-être émotionnel, capacité à gérer le stress, sentiment de légitimité dans la formation, conditions d'apprentissage respectueuses et possibilité de préserver une vie personnelle stable.

Consciente de ces réalités et de leur impact concret sur le vécu des étudiant·e·s, la Fédération Française des Étudiant·e·s en Orthoptie (FFEO) a conduit une enquête nationale visant à évaluer l'état de santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie, à identifier les facteurs de vulnérabilité et à mettre en lumière les leviers d'amélioration nécessaires.

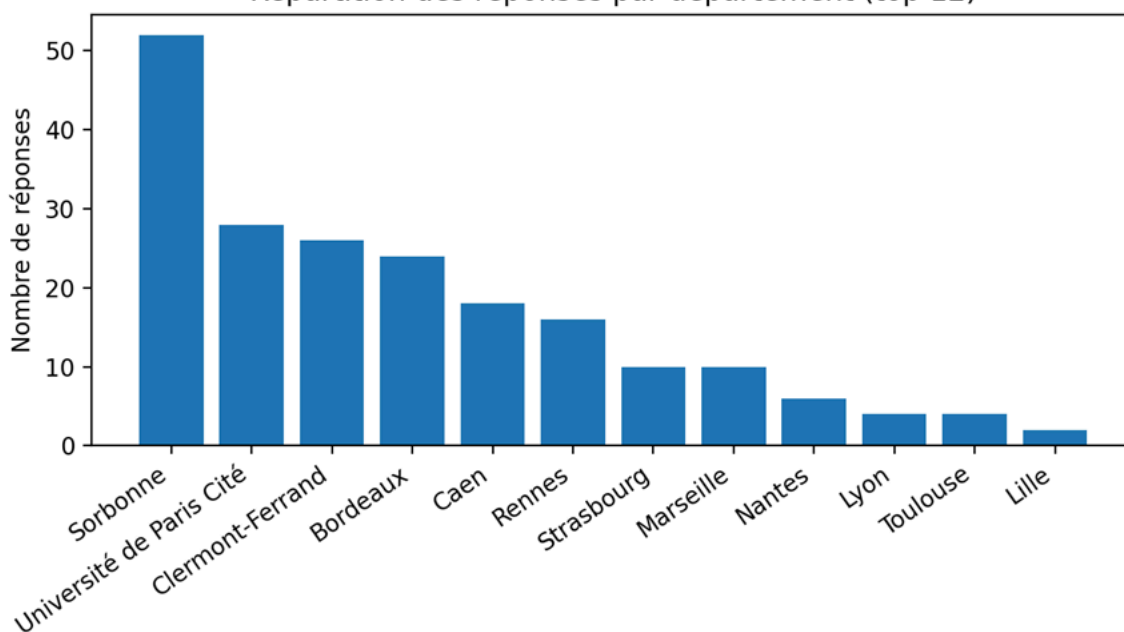
Ce rapport vise à objectiver les difficultés rencontrées par les étudiant·e·s et à soutenir des mesures concrètes : meilleure organisation des stages, prévention des risques, amélioration du soutien et de l'écoute envers les étudiant·e·s en orthoptie, réduction des inégalités financières et territoriales.

Cette enquête a été diffusée entre le 10 Octobre 2025 et le 09 décembre 2025, elle a ainsi recueilli 201 réponses, ce qui représente 14% des étudiant·e·s des 18 départements en orthoptie dont 2 qui viennent d'ouvrir cette année, qui n'ont pas pu répondre au questionnaire (les départements de Besançon et de Dijon).

Cependant, certaines universités sont légèrement surreprésentées dans ce rapport. En effet, les départements de Sorbonne (25.9%) pour 22% des effectifs, Université Paris Cité (13.9%) bien qu'elle ne compte que 13% des étudiant·e·s, Clermont Ferrand (12.9%) pour environ 4% des effectifs.



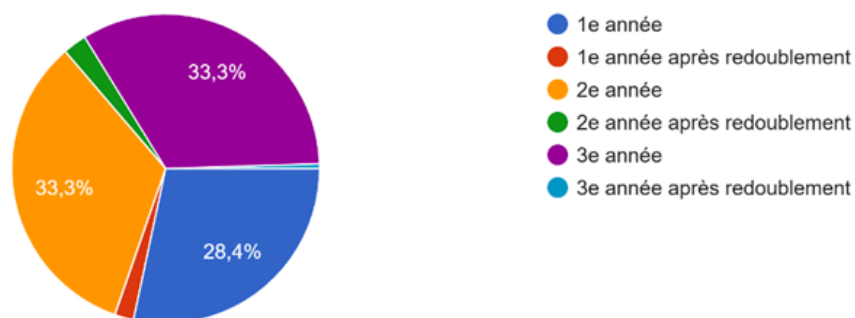
Répartition des réponses par département (top 12)



Nous notons également une répartition à peu près égale des années d'études dans lesquelles se trouvent les étudiant·e·s qui ont répondu à notre enquête. Ici, 35.8% sont en 2^{ème} année, 33.8% sont en 3^{ème} année, et un peu moindre chez les 1^{ère} année avec 30.4% des réponses.

En quelle année d'études es-tu actuellement ?

201 réponses



III. Profil des répondant·e·s et contexte de vie

Tout d'abord, commençons par quelques chiffres clés :

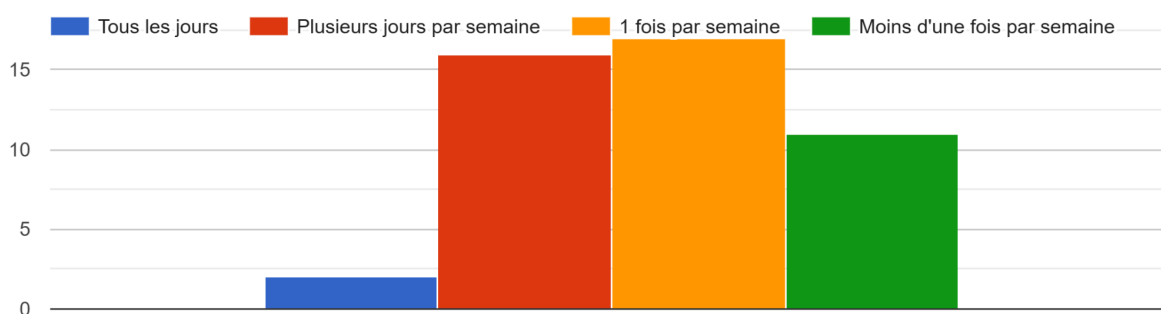
- 89.5% des étudiant·e·s sont des femmes (n=179)
- 74.6% ont entre 18 et 25 ans (n=150)
- 22.9% déclarent avoir un job étudiant en parallèle de leurs études (n=46)

Le profil des nos répondant·e·s reflète une population majoritairement jeune et fortement féminisée, avec une part non négligeable d'étudiant·e·s cumulant étude et activité extra-universitaire. Ce cumul, lorsqu'il s'ajoute aux stages et aux responsabilités personnelles, augmente mécaniquement le risque de fatigue et de stress.

Job étudiant

L'exercice d'un emploi étudiant en parallèle de la formation concerne une part significative des étudiant·e·s en orthoptie. Les données de l'enquête indiquent que 22.9% des répondant·e·s cumulent leurs études avec un emploi. Parmi elleux, 2 étudiant·e·s sur 201 travaillent tous les jours, 16 sur 201 exercent leur emploi plusieurs jours par semaine, et 17 sur 201 travaillent un jour par semaine, soit au total 17.41%. Ces chiffres témoignent d'un investissement en temps non négligeable, venant s'ajouter à une formation déjà exigeante.

Dans 67.4% des cas, le recours à un emploi étudiant répond à une contrainte financière plutôt qu'à un choix personnel. Ce cumul entre études, stages et emploi étudiant constitue un facteur de surcharge et peut impacter la récupération, le sommeil et la capacité de concentration. L'emploi étudiant, lorsqu'il devient une nécessité économique, s'inscrit ainsi comme un déterminant important de la santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie et contribue à renforcer les inégalités au sein de la formation.



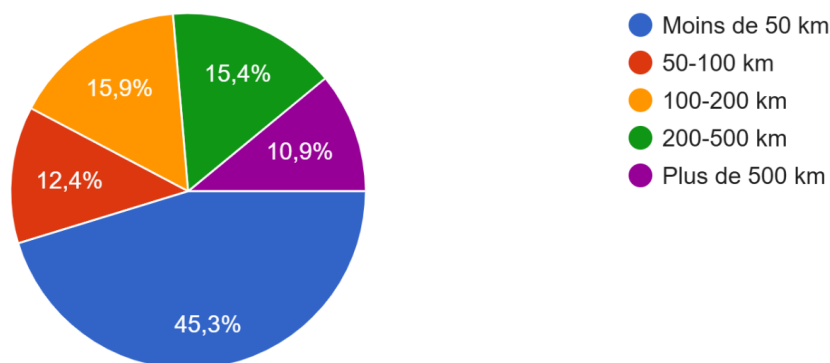
A quelle fréquence travailles-tu en parallèle de tes études ?



Éloignement du domicile

De quelle distance es-tu éloigné·e de ta ville d'origine ?

201 réponses



Plus d'un·e étudiant·e en orthoptie sur deux étudie à plus de 100km de sa ville d'origine. Cet éloignement complique l'accès au soutien familial, augmente les coûts (logements et transports) et peut renforcer le sentiment d'isolement, surtout dans les périodes de stages ou d'examen.

Les résultats de l'enquête montrent que l'éloignement géographique et le recours à un emploi étudiant constituent des facteurs de contrainte majeurs dans le quotidien des étudiant·e·s en orthoptie. Lorsqu'un·e étudiant·e étudie loin de sa ville d'origine et doit, en parallèle, exercer une activité rémunérée par nécessité financière, ces difficultés s'ajoutent et s'amplifient. Ce cumul accentue la fatigue, réduit les temps de repos et de récupération, et fragilise l'équilibre entre vie personnelle et exigences de la formation, avec un impact direct sur la santé mentale.

Face à ces constats, la FFEO recommande une meilleure prise en compte des situations d'éloignement et de précarité économique dans l'organisation de la formation. Cela passe notamment par une adaptation de l'organisation des stages, un soutien financier renforcé pour les étudiant·e·s contraint·e·s de travailler, et une réflexion sur les dispositifs d'aide au logement et aux transports. La FFEO appelle également à une meilleure reconnaissance de l'impact de l'emploi étudiant sur la charge globale de travail, afin que celui-ci ne constitue pas un frein à la réussite académique ni un facteur de dégradation de la santé mentale.

L'objectif est clair : garantir que l'éloignement géographique et les contraintes financières ne conditionnent ni la réussite des étudiant·e·s en orthoptie, ni leur capacité à se former dans des conditions compatibles avec leur bien-être.

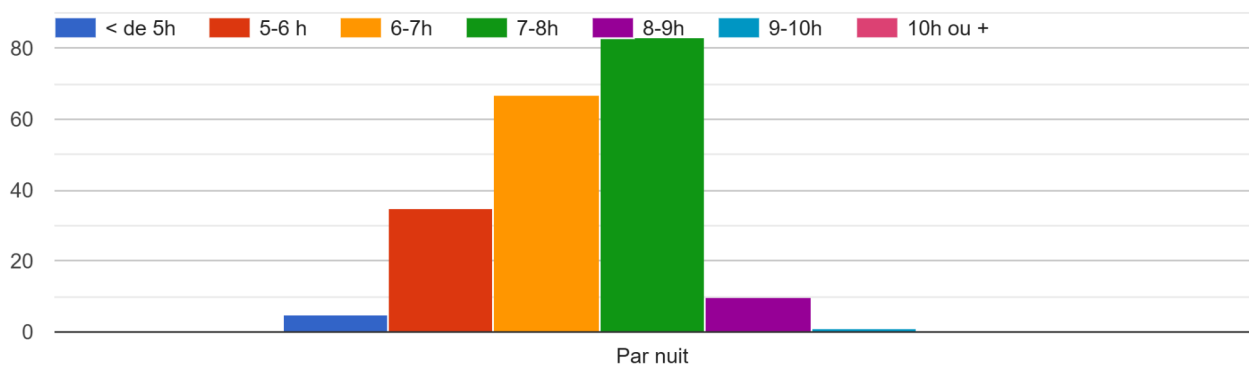


IV. Charge de travail

La fatigue est un marqueur fort de la dégradation du bien-être : elle réduit la capacité d'apprentissage, augmente l'irritabilité, et fragilise la santé mentale en règle générale. Ici, l'enquête explore le sommeil, le surmenage et le stress perçus par nos étudiant·e·s en orthoptie.

Sommeil

Combien d'heures dors-tu en moyenne par nuit ?



La majorité des répondant·e·s à notre questionnaire déclare dormir en 6 et 8 heures par nuit.

Le sommeil constitue un déterminant majeur de la santé mentale et des capacités cognitives. Selon les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), un adulte doit bénéficier de 7 à 9 heures de sommeil par nuit afin de maintenir un bon état de santé physique, psychique et émotionnel, et de préserver ses capacités de concentration, de mémorisation et de gestion du stress. Chez les étudiant·e·s en orthoptie, cet équilibre est régulièrement fragilisé par les exigences de la formation, en particulier lors des périodes de stage. Les stages délocalisés, les distances parfois importantes entre le lieu d'étude et le lieu de stage, ainsi que les temps de trajet prolongés réduisent directement le temps de repos et favorisent l'installation d'une fatigue chronique. Cette accumulation de fatigue peut altérer la qualité du sommeil, accentuer le stress et impacter négativement le bien-être global des étudiant·e·s, tout en compromettant leur engagement associatif et académique et leurs capacités d'apprentissage. La prise en compte du sommeil et des contraintes liées aux déplacements apparaît ainsi comme un enjeu central dans



l'organisation des stages et la préservation de la santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie.

Néanmoins, une fraction significative se situe sous les 6 heures (environ 20%), ce qui, à long terme, s'associe souvent à une accumulation de fatigue et une baisse de performance. De plus, 32.8% des répondant·e·s estiment que leur quantité de sommeil n'est peu voire pas suffisante.

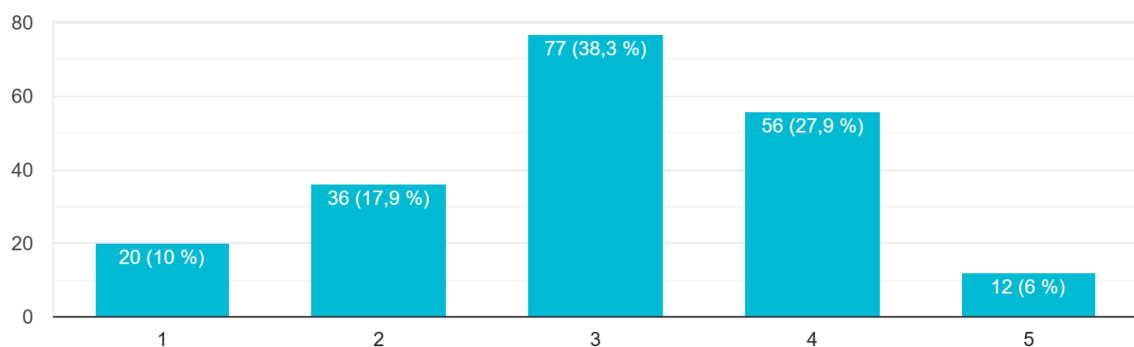
Surmenage et Stress

Les données recueillies mettent en évidence un niveau de surmenage particulièrement élevé chez les étudiant·e·s en orthoptie. Plus de 72% des répondant·e·s déclarent ressentir un surmenage lié à l'addition des études, des stages, d'un éventuel emploi étudiant et pour certain·e·s de responsabilités familiales ou associatives. Ces données traduisent une accumulation de contraintes qui dépasse largement la seule charge académique et s'inscrit dans un déséquilibre global du quotidien étudiant.

Ce pourcentage élevé soulève la question d'une charge de travail à mieux équilibrer. Une meilleure organisation, notamment des stages, pourrait contribuer à alléger cette charge, réduisant ainsi l'impact sur la santé mentale de nos étudiant·e·s.

Ressens-tu un surmenage avec cette addition job/études/responsabilités familiales et/ou associatives

201 réponses



Légende : 1 → il n'affecte pas mon bien-être à 5 → je me sens vraiment surmené·e



V. Soutien, entourage et sentiment d'isolement

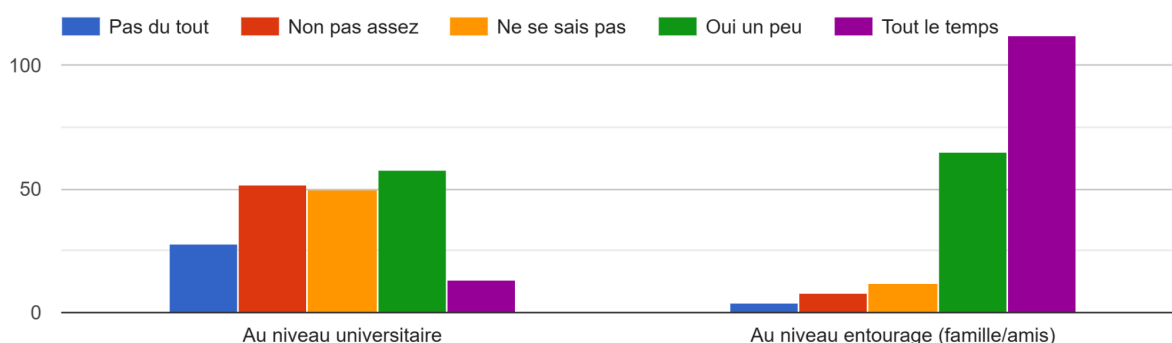
La sélection des étudiant·e·s dans les départements d'orthoptie ne prenant pas en compte leur ville d'origine, ces dernier·ère·s peuvent se retrouver dans une ville inconnue, parfois éloignée de leurs repères familiaux et sociaux. Cette transition marque le début d'une nouvelle vie étudiante, où il peut être difficile de retrouver un équilibre, ce qui peut avoir un impact direct sur le moral et la santé mentale des étudiant·e·s.

Comme cela a été montré précédemment (cf. Éloignement du domicile), cette distance géographique peut entraîner un sentiment de perte de repères, et la séparation familiale peut être difficile à vivre, ce qui impacte directement la santé mentale des étudiant·e·s. En effet, un·e étudiant·e éprouvé·e peut perdre sa motivation, rendant ses études encore plus complexes et le·la plongeant dans une spirale négative.

Le soutien social est un facteur majeur. A l'inverse, l'isolement et le sentiment de ne pas être accompagné·e favorisent l'épuisement et la détresse.

Le contraste est net : l'entourage (famille/ami·e·s) est plus souvent perçu comme un soutien stable, alors que le soutien universitaire est plus mitigé, avec une part importante d'étudiant·e·s qui se disent peu ou pas soutenu·e·s, ou qui ne savent pas à qui s'adresser.

Te sens tu soutenu·e ?



Sur le plan de la vie quotidienne, nos étudiant·e·s s'adaptent globalement bien au fait de vivre seul. Cependant, un nombre significatif d'entre elles·eux éprouvent des difficultés face à la séparation et ne se sentent pas toujours bien.



La FFEO souhaite apporter un soutien à ces étudiant·e·s, en leur rappelant que nous sommes à leur écoute, tout en soutenant nos associations locales qui jouent également un rôle clé en mettant en place des projets divers à destination des étudiant·e·s.

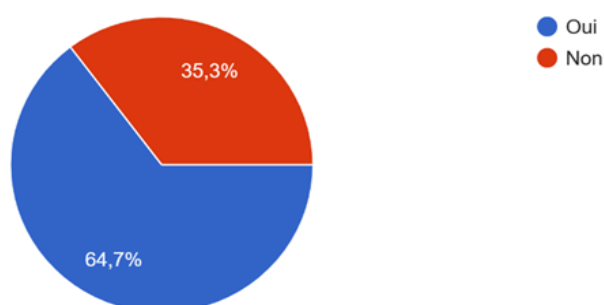
VI. Habitudes de vie et alimentation

L'alimentation et l'organisation quotidienne sont directement influencées par le rythme des cours et des stages. Sauter des repas, ne pas pouvoir manger de façon équilibrée par manque de temps ou d'argent, ou ne pas pouvoir faire ses courses assez régulièrement sont des signaux concrets de précarité et de surcharge.

Alimentation

Ton alimentation est-elle impactée par les études/stages ?

201 réponses



Les données recueillies mettent en évidence des habitudes de vie fragilisées chez une part significative des étudiant·e·s en orthoptie. Si une majorité déclare avoir un mode de vie globalement équilibré, cette perception reste nuancée : 46.2% des répondant·e·s estiment avoir une vie saine, tandis que 47.5% la jugent seulement « plus ou moins » équilibrée. Ces résultats traduisent une stabilité apparente, mais fragilisée par les contraintes de la formation.

L'alimentation constitue un point de vigilance particulier. 64.7% des étudiant·e·s déclarent que leur alimentation est impactée par leurs études et/ou stages.

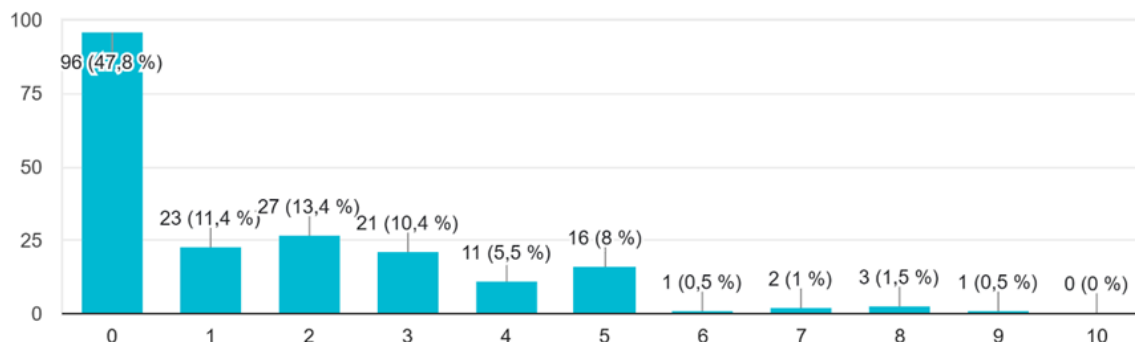
Parmi elles·eux, les raisons évoquées sont principalement le manque de temps (78.4%), les causes financières (23%), et le manque de connaissances (10.8%). Par ailleurs, 56.2% déclarent sauter des repas à cause du rythme cours/stage/±job étudiant. Ces chiffres révèlent une réalité préoccupante, où l'organisation du



quotidien, la fatigue et la précarité financière influencent directement des besoins fondamentaux.

Combien de repas estimes-tu sauter par semaine à cause du rythme cours/stage/(+/-job) ?

201 réponses



L'accès à une alimentation régulière et équilibrée est également conditionné par l'environnement de formation. Bien que les Restaurants Universitaires constituent un levier important de lutte contre la précarité alimentaire, 10,8 % des étudiant·e·s répondant·e·s déclarent ne pas y avoir accès, principalement en raison de l'éloignement géographique entre le lieu d'étude et les lieux de stage (chiffres de l'enquête de l'année dernière).

Précarité menstruelle

Les données de l'enquête montrent que cette problématique concerne également les étudiant·e·s en orthoptie : 24 répondant·e·s sur 201, soit près de 12%, déclarent avoir déjà été confronté·e·s au moins une fois à une situation de précarité menstruelle. Ce chiffre met en évidence des difficultés concrètes d'accès à des produits de première nécessité, y compris au sein même du parcours de formation.

La précarité menstruelle ne peut être considérée comme un phénomène isolé ou marginal car elle concerne une part non négligeable des étudiant·e·s en orthoptie. Dans une formation très majoritairement féminine, cette problématique ne peut être considérée comme secondaire. Elle s'inscrit dans un contexte plus large de précarité étudiante et se cumule fréquemment avec d'autres facteurs de vulnérabilité, tels que les contraintes financières ou la charge de travail. Au-delà de l'aspect matériel, ses répercussions touchent directement le quotidien des étudiant·e·s, leur bien-être psychologique et leur capacité à s'engager sereinement dans leur formation.

Ces constats invitent à reconnaître la précarité menstruelle comme un enjeu à la fois sanitaire et d'égalité. Ils appellent à la mise en place de réponses concrètes, notamment au sein des lieux de formation et de stage, afin de garantir des conditions d'apprentissage dignes et équitables pour toutes et tous.



La FFEO appelle ainsi à la mise en place de mesures simples et accessibles, notamment la mise à disposition gratuite de protections périodiques au sein des lieux de formation et de stage, ainsi qu'une meilleure prise en compte de cette réalité dans les politiques étudiantes. Garantir l'accès à ces produits de première nécessité, c'est permettre à toutes les étudiant·e·s de suivre leur formation dans de bonnes conditions, sans que des contraintes matérielles viennent impacter leur bien-être ou leur engagement académique.

Tout cela montre que les conditions de vie des étudiant·e·s en orthoptie sont fortement influencées par l'organisation de la formation, les stages et les contraintes financières. Lorsque des besoins essentiels (alimentation, activité physique, sommeil ou accès aux produits d'hygiène) deviennent secondaires, ce sont l'équilibre physique et psychique qui se fragilisent, augmentant la fatigue, le stress et le risque de surmenage.

La vie extra-universitaire (sports, activités) et pratiques alimentaires de nos étudiant·e·s sont globalement positives, nous souhaitons cependant continuer à soutenir une meilleure organisation, notamment des stages pour que nos étudiant·e·s aient plus de temps à octroyer à la pratique d'une activité physique régulière et à la préparation de repas pour une alimentation saine au quotidien.

VII. Organisation des stages et impacts sur la vie personnelle

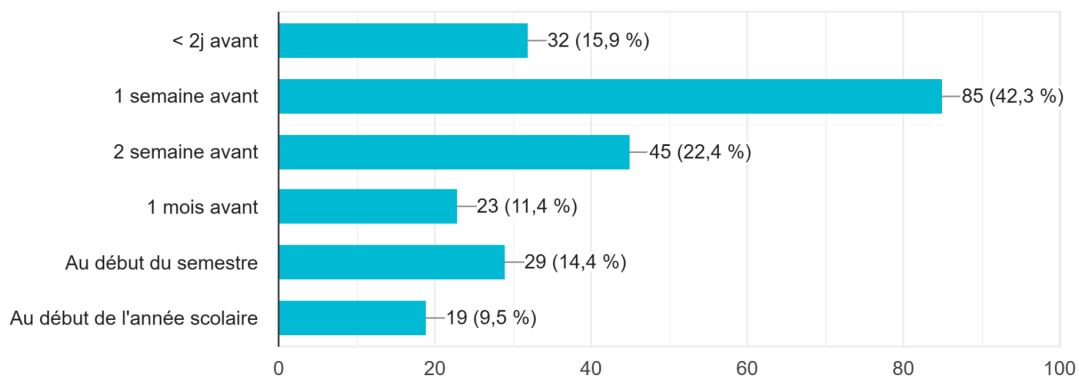
L'organisation des stages constitue un enjeu central dans le quotidien des étudiant·e·s en orthoptie. Les modalités de communication des plannings, leur anticipation et leur stabilité ont un impact direct sur l'organisation personnelle, professionnelle et familiale des étudiant·e·s.

Plus d'un·e étudiant·e sur deux déclare que le délai de communication des plannings de stage impacte directement leur organisation. Lorsque les informations sont transmises tardivement, les étudiant·e·s se retrouvent dans l'impossibilité de planifier sereinement leur quotidien, ce qui engendre stress, fatigue et renoncements.



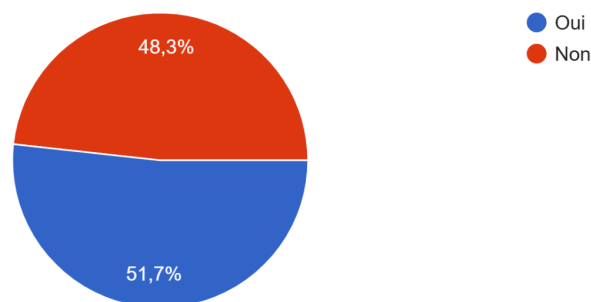
A quel moment reçois-tu tes plannings de stage ? Si cela varie, choisis en général

201 réponses



Ce délai impacte-t-il ton organisation ? (logement, transport, garde des enfants, job étudiant, pratique sportive)

201 réponses



Les impacts les plus fréquemment cités concernent les transports et la pratique sportive, mais également le job étudiant et le logement. L'absence de visibilité rend difficile l'organisation des trajets, la recherche ou le maintien d'un emploi compatible avec les études, ainsi que la gestion d'un logement, en particulier lors des stages délocalisés.

Ces difficultés sont particulièrement marquées pour les étudiant·e·s parent·e·s. Les plannings communiqués tardivement compliquent fortement l'organisation familiale : garde d'enfants, horaires scolaires, temps de trajet, et articulation entre vie académique et responsabilités parentales. Cette instabilité organisationnelle peut limiter la possibilité d'aller chercher un enfant à l'école, d'assurer une présence régulière auprès de celui-ci, ou simplement de préserver du temps de qualité en famille. À terme, cela génère une charge mentale supplémentaire et un sentiment de renoncement, parfois au détriment du lien familial, comme ressenti et décrit dans certains témoignages anonymes.



Les délais de communication des plannings confirment cette instabilité. Une part importante des étudiant·e·s indique recevoir leurs plannings une semaine avant, voire moins de deux semaines avant le début du stage. À l'inverse, une minorité bénéficie d'une communication suffisamment anticipée, au début du semestre ou de l'année universitaire, permettant une organisation plus équilibrée.

Cette organisation impacte directement le temps libre disponible. Les réponses montrent que le temps libre consécutif à l'organisation des stages est majoritairement perçu comme irrégulier ou insuffisant. Si certain·e·s étudiant·e·s déclarent en disposer parfois, une proportion importante indique en avoir trop rarement, voire pas du tout. Ce manque de temps libre réduit les possibilités de repos, de récupération, de maintien d'une vie sociale et d'activités essentielles au bien-être.

Ces constats mettent en évidence une organisation des stages qui repose encore largement sur l'adaptation individuelle des étudiant·e·s, sans prise en compte suffisante de la diversité des situations personnelles et familiales. Le manque d'anticipation et de flexibilité affecte particulièrement les étudiant·e·s parent·e·s et contribue à la dégradation de la santé mentale. Ces éléments soulignent la nécessité d'une organisation des stages plus anticipée, plus lisible et plus inclusive, compatible avec les réalités de l'ensemble des étudiant·e·s en orthoptie.

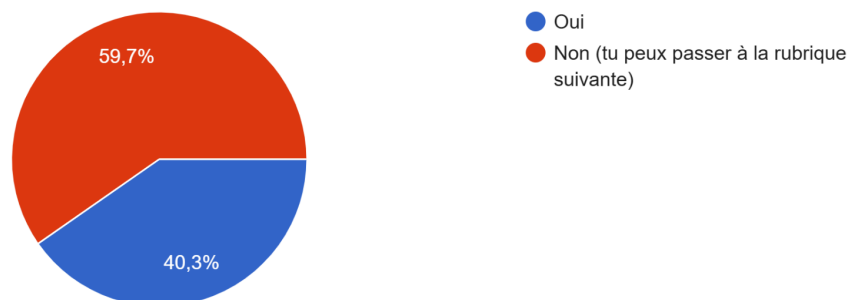
En complément des éléments précédemment exposés, la FFEO recommande la mise en place de délais minimaux de communication des plannings de stage afin de garantir une anticipation suffisante pour l'ensemble des étudiant·e·s. Elle appelle également à une harmonisation des pratiques entre les départements d'orthoptie afin de réduire les disparités territoriales, ainsi qu'à une prise en compte explicite des situations personnelles et familiales, notamment celles des étudiant·e·s parent·e·s, par la possibilité d'aménagements lorsque cela est compatible avec la formation. La FFEO souligne par ailleurs la nécessité d'une meilleure articulation entre les stages, les cours, l'emploi étudiant et les temps de repos, afin de limiter les situations de surmenage, et recommande un accompagnement renforcé en amont des stages délocalisés, incluant une anticipation des contraintes de transport et de logement. Ces recommandations visent à construire une organisation des stages compatible avec la santé mentale et les réalités de vie des étudiant·e·s en orthoptie.



VIII. Stages délocalisés

As-tu des stages délocalisés ? --> Un stage délocalisé est un stage qui a lieu en dehors de ta ville principale d'études.

201 réponses



Déplacements et coût

Les stages délocalisés désignent les périodes de stage réalisées en dehors de la ville de formation habituelle, impliquant des déplacements importants, voire la nécessité pour les étudiant·e·s de résider temporairement dans une autre commune. Bien qu'ils fassent pleinement partie du parcours de formation, ces stages engendrent des contraintes logistiques, financières et d'organisation supplémentaires, avec des répercussions directes sur la santé mentale.

Les données de l'enquête montrent que 40.3% des étudiant·e·s en orthoptie effectuent des stages délocalisés. Parmi elleux, plus d'un·e étudiant·e sur deux réalise un stage situé à plus de 50 kilomètres de sa faculté. Cette distance contraint 50.5% des étudiant·e·s concerné·e·s à rechercher un nouveau logement pour la durée du stage, tandis que seulement 10.5% bénéficient d'une prise en charge de cette recherche par leur faculté.

Tout cela entraîne un coût supplémentaire non négligeable pour les étudiant·e·s en orthoptie. La nécessité de rechercher et de financer un logement temporaire, en plus du logement principal déjà payé durant l'année universitaire, représente une charge économique importante. À ces frais s'ajoutent les dépenses liées aux déplacements quotidiens ou hebdomadaires, telles que le carburant, les péages ou l'achat de titres de transport (train, métro, bus). Cette accumulation de coûts accentue la précarité financière de certain·e·s étudiant·e·s et contribue à accroître le stress et l'anxiété liés aux périodes de stage, avec un impact direct sur la santé mentale et les conditions de formation.

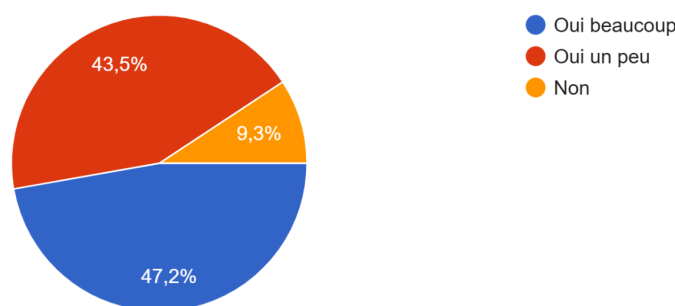


Sensation de fatigue

L'ensemble de ces contraintes ont un impact majeur sur le quotidien et le bien-être des étudiant·e·s. Selon leur ressenti, les stages délocalisés génèrent de la fatigue dans 90,7% des cas. Les temps de trajet prolongés, majoritairement effectués en voiture ou en train, exposent également les étudiant·e·s à des risques accrus sur la route ou dans les transports. Cette fatigue chronique affecte directement la santé mentale et la capacité de récupération : le sommeil est fréquemment écourté ou négligé, et certaines activités essentielles au bien-être - telles que l'activité physique, les courses alimentaires ou la préparation de repas équilibrés - peuvent être mises de côté.

Dirais-tu que ce stage implique de la fatigue supplémentaire ?

108 réponses



Les stages délocalisés apparaissent ainsi comme un facteur aggravant de fatigue, de stress et de déséquilibre des rythmes de vie. Leur organisation actuelle accentue les inégalités entre étudiant·e·s et souligne la nécessité d'une réflexion globale sur l'accompagnement logistique, financier et organisationnel de ces périodes de stage afin de préserver la santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie.

La FFEO réaffirme son engagement à vouloir des solutions concrètes pour soutenir les étudiant·e·s confronté·e·s aux défis des stages délocalisés. Parmi ces solutions, nous plaidons notamment pour la mise en place d'un défraiement kilométrique. Ce dispositif permettrait de réduire l'impact financier lié aux déplacements fréquents ou longs, tout en atténuant une source importante de stress. En favorisant une meilleure prise en charge des frais de transport, nous espérons que cela contribuera à un environnement d'apprentissage plus équitable et à préserver la santé mentale de nos étudiant·e·s.

Le département de Nantes a initié, l'année précédente, le début d'un défraiement kilométrique pour certains stages en libéral, financé par l'ARS Pays de la Loire. Nous y voyons une opportunité pour les autres départements, d'initier eux aussi un défraiement kilométrique pour les stages délocalisés.



IX. Précarité, budgets et aides

Pour maintenir une stabilité de vie et une bonne santé mentale, il est crucial de pouvoir répondre à ses besoins, notamment financiers. La précarité étudiante est une réalité qui touche un grand nombre d'étudiant·e·s. C'est pourquoi la FFEO a souhaité analyser son impact spécifique sur les étudiant·e·s en orthoptie.

La précarité financière apparaît comme un facteur majeur de fragilisation de la santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie. Les données recueillies montrent que 22,9% des répondant·e·s exercent un emploi étudiant en parallèle de leurs études, et que, pour 67,4% d'entre eux, ce travail répond à une contrainte financière plutôt qu'à un choix personnel.

Cette précarité se manifeste également par une anxiété financière marquée en fin de mois. Près de 46,8% des étudiant·e·s en orthoptie déclarent avoir déjà été confronté·e·s à une situation d'anxiété financière, dont 27,4% à plusieurs reprises au cours du mois et 10,9% de manière systématique chaque mois. Ces chiffres traduisent une insécurité financière persistante qui impacte directement le bien-être psychologique, la capacité de concentration et les conditions d'apprentissage. L'anxiété financière ne constitue ainsi pas une difficulté marginale, mais un déterminant structurant de la santé mentale de nos étudiant·e·s, renforçant les inégalités au sein de la formation et nécessitant une prise en compte institutionnelle renforcée.

La FFEO souhaite rappeler aux étudiant·e·s qu'il existe le dispositif des AGORAé, qui sont des épiceries sociales et solidaires permettant d'avoir accès à des denrées alimentaires et des produits d'hygiène à des coûts très réduits. Aussi, la FFEO se positionne pour une réforme des bourses sur critères sociaux afin d'en améliorer les conditions d'accès.

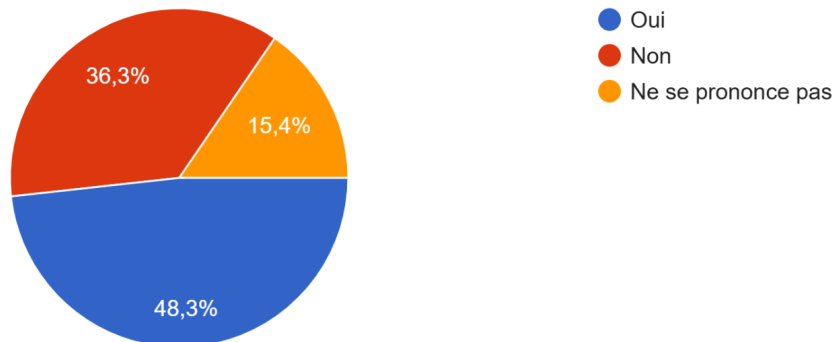
X. Santé mentale : bien-être, impact des études et recours à l'aide

Enfin, les résultats de l'enquête mettent en évidence un constat central et préoccupant : 48,3 % des étudiant·e·s déclarent que leurs études impactent négativement leur santé mentale. Autrement dit, près d'un·e étudiant·e sur deux associe directement sa formation à une altération de son bien-être psychologique. Ce chiffre ne peut être considéré comme anecdotique. Il traduit une réalité structurelle qui interroge l'équilibre entre exigences académiques, organisation de la formation et conditions de vie étudiantes.



Dirais-tu que tes études impactent négativement ta santé mentale (humeur...) ?

201 réponses



L'impact sur la santé mentale ne repose pas sur un facteur unique mais sur une accumulation de contraintes. Les cours sont cités par 48,8 % des répondant·e·s comme un facteur influençant leur bien-être, les stages par 48,3 %, et les déplacements par 45,8 %. L'isolement concerne 26,4 % des étudiant·e·s et la précarité financière 16,4 %. À ces éléments s'ajoutent le stress des études et de leur attendue, l'appréhension de l'avenir professionnel ainsi que la distance avec l'entourage, notamment pour les étudiant·e·s vivant loin de leurs parents, de leurs ami·e·s, de leur conjoint·e ou même de leurs enfants souvent en bas âge.

D'après les différents témoignages recueillis dans notre rapport, plusieurs étudiant·e·s décrivent une charge académique perçue comme "écrasante", un rythme soutenu alternant cours et stages, des journées particulièrement volumineuses et une pression constante liée aux partiels et aux évaluations. Certain·e·s évoquent un sentiment d'écroulement face à la quantité de travail, une difficulté d'adaptation au rythme universitaire ou encore un manque d'information concernant certaines conditions d'examen et l'orientation professionnelle. La peur de l'échec et l'angoisse de ne pas réussir l'année sont fréquemment mentionnées.

Les stages constituent également un facteur majeur de fragilisation. Les étudiant·e·s évoquent une organisation hospitalière complexe, une charge de travail importante, un encadrement, perçu comme insuffisant, ou parfois comme "dénigrant" ou "infantilisant", un manque de reconnaissance du statut de stagiaire ou encore une supervision excessive qui ravive le sentiment d'échec chez les redoublant·e·s. Certains témoignages font état de situations vécues comme dévalorisantes ou particulièrement éprouvantes, et plusieurs étudiant·e·s rapportent avoir été témoins de camarades en détresse, parfois jusqu'aux larmes. L'alternance constante entre périodes de cours et de stage instaure une instabilité durable, qui rend difficile la mise en place d'un rythme régulier et d'un mode de vie équilibré.



Les déplacements apparaissent comme un facteur aggravant significatif. De nombreux étudiant·e·s effectuent quotidiennement 1h30 à 2 heures de transport, parfois davantage. Le stress des correspondances, des embouteillages ou des retards s'ajoutent à la fatigue accumulée. Ces temps de trajet réduisent le sommeil, limitent la pratique d'une activité physique et restreignent les moments de récupération. Plusieurs étudiant·e·s expliquent partir tôt le matin pour assister aux cours, enchaîner avec un stage éloigné, puis rentrer tard le soir, souvent seuls.

La précarité financière constitue un facteur supplémentaire de tension. Certain·e·s étudiant·e·s déclarent avoir dû contracter un crédit, ne pas bénéficier d'aides adaptées à leur situation ou ne pas pouvoir travailler sans perdre leurs indemnités. L'absence de rémunération en stage et l'impossibilité de cumuler un emploi étudiant en raison de plannings instables renforcent l'insécurité financière. Bien que la précarité ne soit pas le premier facteur cité, elle agit comme un amplificateur du stress et de l'angoisse.

L'isolement et l'éloignement géographique renforcent également la vulnérabilité psychologique. Des étudiant·e·s évoquent la difficulté de vivre loin de leur famille, de maintenir une relation à distance ou de jongler entre plusieurs logements. Certain·e·s parents étudiant·e·s décrivent la difficulté d'articuler formation et vie familiale, avec un sentiment de "manquer des moments importants" auprès de leurs enfants. Cette instabilité géographique et affective contribue à un sentiment de solitude et à une charge mentale accrue.

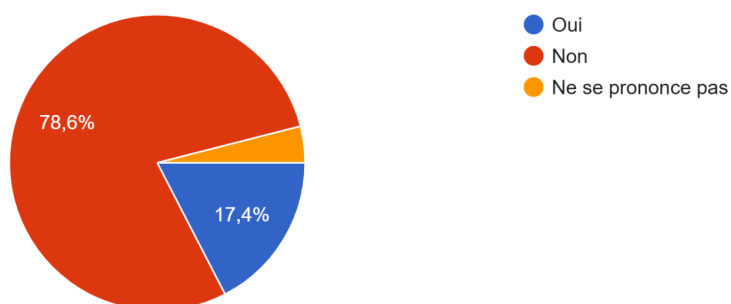
Les conséquences décrites dépassent le simple stress académique. Les étudiant·e·s mentionnent de l'anxiété, des crises d'angoisse, des troubles du sommeil, des troubles alimentaires, de l'irritabilité et une fatigue chronique. Certain·e·s parlent d'un fonctionnement en "pilote automatique", d'une perte d'émotions ou d'une impression de devenir des "robots" face à l'enchaînement des tâches. Ces manifestations traduisent un épuisement progressif et une altération durable du bien-être.

Malgré cet impact important, le recours à l'aide psychologique reste limité. Seuls 17,4 % des répondant·e·s ont déjà consulté un·e professionnel·le de santé mentale. Parmi les 78,8 % n'ayant jamais consulté, 64 % déclarent ne pas ressentir le besoin, 22 % évoquent un manque de temps, 18,7 % mentionnent le coût ou le manque de remboursement et 13,3 % signalent un manque d'information. De plus, 27,9 % des étudiant·e·s ne savent pas vers qui se tourner en cas de difficulté psychologique. Ces chiffres révèlent une banalisation du mal-être, une méconnaissance des dispositifs existants et des obstacles organisationnels qui freinent la demande d'aide.



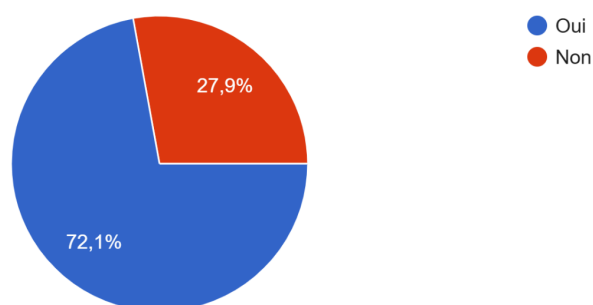
As-tu déjà consulté un professionnel de santé mentale pendant tes études d'orthoptie ?

201 réponses



Sais-tu vers qui te tourner en cas de difficulté psychologique ?

201 réponses



Au regard de ces éléments, l'impact des études sur la santé mentale ne peut être réduit à des fragilités individuelles. Il s'inscrit dans un déséquilibre structurel entre exigences académiques, organisation des stages, contraintes financières et réalités de vie. La FFEO réaffirme la nécessité d'améliorer l'anticipation des plannings, d'harmoniser les pratiques entre départements, de renforcer la formation des encadrant·e·s, de mieux informer sur les dispositifs d'aide et de prendre en compte les contraintes géographiques et financières des étudiant·e·s. Préserver la santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie, c'est garantir leur capacité à se former dans des conditions dignes, équilibrées et compatibles avec leur bien-être, et ainsi assurer la qualité de la profession qu'ils et elles exerceront demain.

[Notre page internet sur la santé mentale](#)



XI. Conclusion

L'ensemble des réponses recueillies mettent en lumière des difficultés vécues par les étudiant·e·s en orthoptie qui, si elles sont en partie connues, demeurent encore trop souvent sous-estimées ou insuffisamment prises en compte. Les résultats de cette enquête, appuyés par de nombreux témoignages, montrent que ces situations ne peuvent plus être considérées comme isolées ou individuelles, mais relèvent de problématiques structurelles propres à l'organisation de la formation.

Au regard des constats, la FFEO réaffirme la nécessité d'une réorganisation des stages, fondée sur une plus grande équité entre les départements, une meilleure anticipation des contraintes logistiques et une prise en compte réelle de la charge de travail et de la fatigue des étudiant·e·s. La formation et l'accompagnement des maîtres de stage apparaissent également comme des leviers essentiels pour améliorer les conditions de stage et limiter les situations de mal-être, de stress ou de découragement.

Par ailleurs, des témoignages anonymes recueillis mettent en lumière des situations de violences sexistes et sexuelles, appelant à une vigilance renforcée. Il est inacceptable que des étudiant·e·s soient encore confronté·e·s à de telles situations et ce d'autant plus sans accompagnement adapté. La FFEO affirme son engagement dans la prévention de ces violences, mais également dans le soutien des victimes, la promotion de la mise en place de cellules d'écoute accessibles, et le renforcement de la sensibilisation des encadrant·e·s et des étudiant·e·s à ces problématiques.

La fédération poursuit également son action en faveur de l'inclusion, de la cohésion et du lien entre les étudiant·e·s, notamment à travers l'organisation d'événements nationaux et le soutien aux associations locales. Lutter contre l'isolement, accompagner les étudiant·e·s se sentant en difficulté et rappeler qu'aucun·e étudiant·e ne doit rester seul·e face à ses problématiques constitue une priorité constante.

Enfin, la FFEO soutient et valorise les dispositifs d'aides existants, qu'ils soient financiers, matériels ou psychologiques. Elle s'engage également à porter la voix des étudiant·e·s pour une extension et une meilleure accessibilité de ces aides, afin qu'elles bénéficient au plus grand nombre. Une communication renforcée autour des ressources disponibles apparaît indispensable pour garantir un accès effectif à l'accompagnement.

L'objectif de ce rapport est clair : faire reconnaître les réalités vécues par les étudiant·e·s en orthoptie, soutenir des mesures concrètes et contribuer à la préservation de leur santé mentale.



La FFEO continuera à s'engager activement pour que la formation en orthoptie puisse s'inscrire dans un cadre respectueux, équitable et compatible avec le bien-être de celles et ceux qui s'y engagent.

XII. Les positions de la FFEO

Au regard des constats établis dans ce rapport, la FFEO réaffirme que la santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie ne peut être dissociée de leurs conditions concrètes de formation, d'organisation et de vie. Les difficultés mises en lumière ne relèvent pas de situations individuelles isolées, mais d'un ensemble de déséquilibres structurels qui nécessitent des réponses collectives et institutionnelles.

Concernant l'organisation des stages, la FFEO défend la mise en place d'un cadre national plus harmonisé et plus anticipé. La communication tardive des plannings, les disparités entre départements et l'absence de visibilité à moyen terme fragilisent l'équilibre des étudiant·e·s et augmentent la charge mentale. La fédération soutient donc l'instauration de délais minimaux nationaux pour la transmission des plannings de stage, ainsi qu'une harmonisation des pratiques entre les différents départements d'orthoptie. Elle appelle également à une meilleure articulation entre stages, cours et périodes d'examens, afin d'éviter l'accumulation de contraintes. Une attention particulière doit être portée aux situations personnelles et familiales, notamment celles des étudiant·e·s parent·e·s, dont les réalités doivent être reconnues dans l'organisation pédagogique.

En matière d'encadrement, les témoignages recueillis soulignent la nécessité d'un renforcement de la formation des maîtres de stage et d'un cadre plus structuré garantissant un accompagnement respectueux et adapté au niveau de compétence des étudiant·e·s. La FFEO considère que la qualité pédagogique des stages est un levier central pour prévenir le mal-être, limiter les situations de dévalorisation et favoriser un apprentissage sain. La reconnaissance du rôle et du statut des maîtres de stage doit s'inscrire dans la réflexion plus large engagée autour de la réingénierie de la formation.

La FFEO soutient la généralisation d'un dispositif de défraiement kilométrique afin de limiter l'impact financier des déplacements prolongés. De plus, elle défend une meilleure prise en compte des frais d'hébergement lorsque la réalisation d'un stage impose une charge supplémentaire en termes de logement. L'initiative engagée par le département de Nantes, avec le soutien de l'ARS Pays de la Loire, constitue un exemple concret qui pourrait être étendu à l'échelle nationale. L'objectif est de garantir une équité territoriale et de ne pas faire peser sur les étudiant·e·s des coûts qui relèvent de l'organisation même de la formation.

La précarité financière apparaît comme un déterminant majeur de la santé mentale. La FFEO porte donc une position claire en faveur d'une réflexion nationale sur la



rémunération ou la gratification des stages, dans une logique d'équité avec d'autres formations paramédicales. Elle soutient également une réforme des bourses sur critères sociaux afin de mieux tenir compte du coût réel de la vie et des contraintes spécifiques de la formation en orthoptie. Une attention particulière doit être accordée aux étudiant·e·s en formation continue, en reconversion professionnelle ou en situation familiale spécifique, dont les besoins ne sont pas toujours couverts par les dispositifs actuels.

En matière de santé mentale, la FFEO considère que l'accessibilité aux dispositifs d'aide ne doit pas reposer uniquement sur l'initiative individuelle des étudiant·e·s. Une meilleure diffusion de l'information, une centralisation des ressources disponibles et une sensibilisation régulière aux enjeux de santé psychologique sont nécessaires. La déstigmatisation du recours à l'aide et l'intégration de la prévention dans le parcours de formation constituent des leviers essentiels pour réduire l'écart entre mal-être ressenti et consultation effective.

La lutte contre les violences sexistes et sexuelles demeure une priorité constante. La FFEO affirme une tolérance zéro face à ces situations et soutient le renforcement des dispositifs de signalement, l'accompagnement des victimes et la sensibilisation systématique des encadrant·e·s comme des étudiant·e·s. Les lieux de formation et de stage doivent être des espaces sécurisés, respectueux et protecteurs.

Au-delà des axes déjà identifiés, la fédération estime nécessaire d'aller plus loin dans la reconnaissance institutionnelle de la charge réelle de la formation, incluant les stages, le travail personnel, la rédaction du mémoire, des carnets de stages et les éventuelles responsabilités professionnelles ou familiales. Une réflexion sur l'encadrement des distances raisonnables pour les stages et sur la compensation automatique des contraintes de transport pourrait également être engagée. L'intégration des conditions de bien-être étudiant dans l'évaluation des départements d'orthoptie constitue enfin une piste de travail structurante pour inscrire durablement la santé mentale comme un indicateur de qualité de formation.

À travers ces positions, la FFEO affirme sa volonté de transformer les constats de ce rapport en leviers d'action. Préserver la santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie ne relève pas d'un engagement ponctuel, mais d'une responsabilité collective visant à garantir une formation équitable, respectueuse et compatible avec le bien-être de celles et ceux qui s'y engagent car les étudiant·e·s d'aujourd'hui sont les professionnel·le·s de demain.

Agathe GREGOIRE,
CM Prévention Citoyenneté et Solidarité et Liens Internationaux,
2025 - 2026

pcs@ffeo.org ; liens-internationaux@ffeo.org

