RAPPORT SUR LA SANTÉ MENTALE DES ÉTUDIANT.E.S EN ORTHOPTIE



2023-2024

Fédération Française des Etudiant.e.s en Orthoptie

Roxane Cottrel

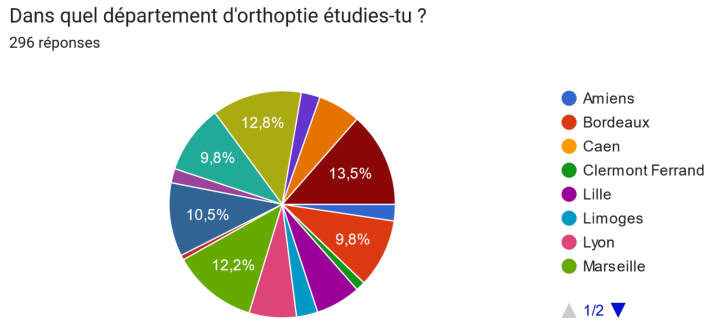
Préambule :

Il est important de connaître l'état de santé mentale des étudiant.e.s en orthoptie qui font face tous les jours à diverses difficultés.

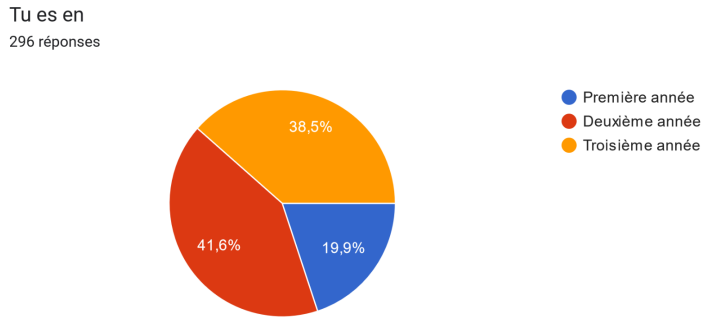
Ainsi, la FFEO a réalisé une enquête au sujet de la santé mentale de ses étudiant.e.s.

Cette enquête, diffusée du 19 septembre 2023 au 01 octobre 2023, a obtenu **296 réponses** ce qui représente environ 20 % des étudiant.e.s en orthoptie sur l'année 2023/2024.

Pour commencer, nous remarquons une inégalité entre le nombre de représentant.e.s des différents départements d'orthoptie. Les deux départements les plus représentés sont Université Paris Cité et Strasbourg (13.5 % et 12.8%) suivis de Marseille (12.2 %) et Nantes (10.5 %).



Parmi les 296 réponses, les étudiant.e.s de deuxième année sont légèrement plus représenté.e.s que ceux de troisième année, les étudiant.e.s en première année représentent quant à eux environ un tiers des réponses.



La FFEO vous présente aujourd'hui les résultats nationaux de son enquête.

Sommaire :

Préambule : 1

I. Les conditions de stage 3

a) Relations au sein des stages

b) Conditions de stage

II. La formation 6

a) L'accompagnement des étudiants

III. Le bien-être personnel 7

a) L'entourage

b) La gestion du stress

IV. Les insécurités dans les villes 9

a) Impact sur la vie étudiante

V. Conclusion 10

VI. Informations utiles 11

I. Les conditions de stage

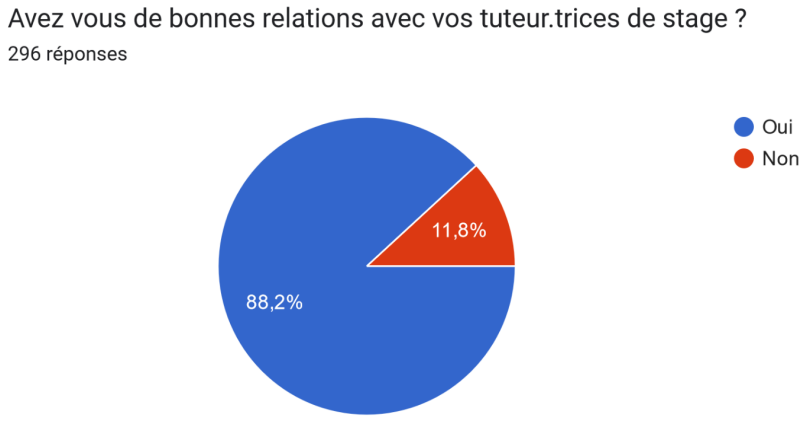
Il est important d'étudier les conditions de stage. Par cela, on peut évoquer les relations entretenues entre les étudiant.e.s et le personnel hospitalier lors du stage ou encore l'organisation du service dans lequel nos étudiant.e.s font leur stage.

a) Relations au sein des stages

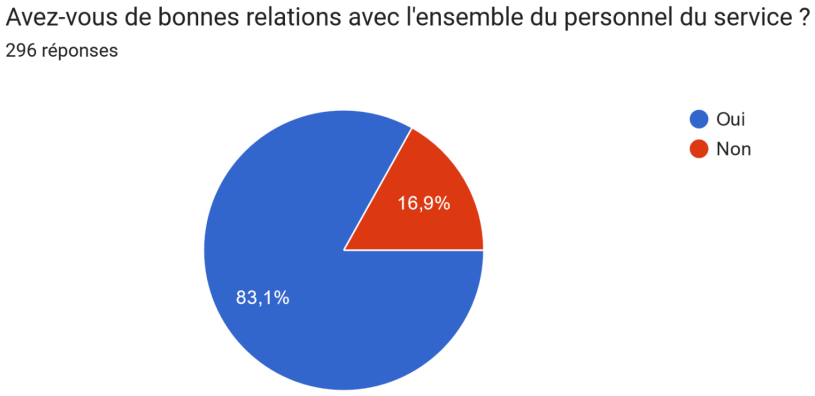
Les stages sont présents tout au long de la formation des étudiant.e.s en orthoptie et jouent un rôle majeur dans la réussite et l'avenir des futur.e.s professionnel.le.s.

Il est important d'avoir de bonnes relations au sein des différents stages réalisés par les étudiant.e.s pour la bonne réussite des études, pour permettre d'apprendre plus efficacement.

Nous avons donc demandé l'avis des étudiant.e.s sur ces relations et en particulier pour commencer avec leurs tuteur.trices. Voici les réponses obtenues : sur les 296 réponses, 88.2% des étudiant.e.s disent avoir de bonnes relations tandis que 11.8% disent ne pas avoir de bonnes relations.



Il est également important de parler des autres professions rencontrées au sein des stages., Ceux-ci sont souvent réalisés dans des centres ou hôpitaux dans lesquels les étudiant.e.s sont en contact avec des ophtalmologistes, infirmier.ère.s, aides soignant.e.s, secrétaire.s… 83.1% des étudiant.e.s ont de bonnes relations tandis que 16.9% disent en avoir de mauvaises.

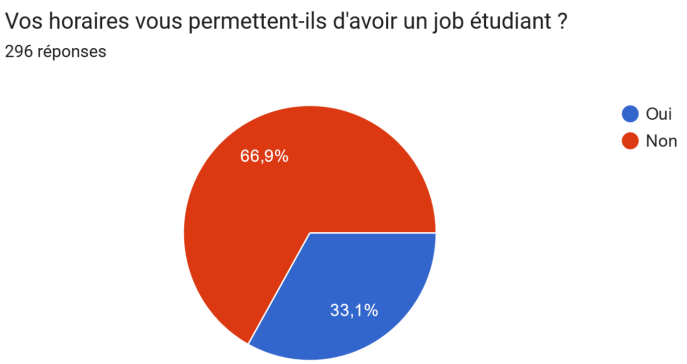


b) Conditions de stage

Même s'il semble que nos étudiant.e.s soient plutôt rassuré.e.s par leur maître de stage et la qualité du personnel de stage, la charge de travail est un autre facteur qui peut impacter leur santé mentale.

Dans cette enquête 41% des étudiant.e.s disent ne pas pouvoir organiser leur vie privée à cause de la gestion des stages, ce qui implique les rendez-vous médicaux, ainsi cela impacte directement leur santé.

De plus, il est à noter que 66% des étudiant.e.s ne peuvent pas avoir de job étudiant.e à cause des horaires de stage. En effet pour beaucoup de lieux de stage les plannings ne sont pas donnés en avance et les plages horaires peuvent parfois être étendues jusqu'à 19h selon le lieu de stage. Ce point est un problème majeur puisqu'une meilleure gestion des stages permettrait aux étudiant.e.s d'optimiser leur vie financière et ainsi améliorer leur santé mentale en enlevant une charge supplémentaire surtout que les stages en orthoptie ne sont pas rémunérés.



Il est important pour un.e étudiant.e de savoir concilier la vie privée avec les études ce qui semble difficile avec tous les facteurs énoncés jusqu'à présent. La plupart des étudiant.e.s concilient les deux aspects de leur vie. Cependant, le nombre d'étudiant.e.s qui n'arrivent pas à le faire n'est pas négligeable (environ 13 %) et doit être pris au sérieux.

Outre les horaires de stage, une des autres causes est aussi la distance entre le domicile et le lieu de stage. Certains étudiant.es doivent faire des allers-retours tous les jours sachant que certains stages peuvent se trouver à 1 heure voir plus de leur domicile, rendant encore plus difficile leur vie quotidienne.

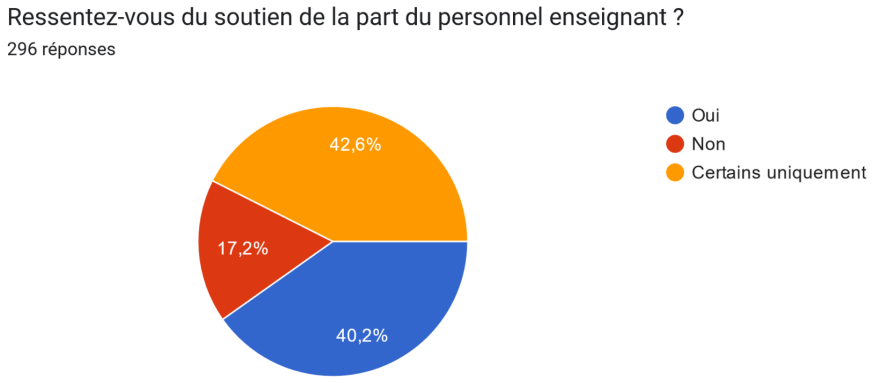
II. La formation en orthoptie

Jusqu'à présent, nous avons abordé le côté pratique de notre formation, c'est-à-dire les stages. Il est tout aussi important de s'intéresser à la partie théorique et notamment savoir si les étudiant.e.s en orthoptie se sentent bien entouré.e.s dans leur département respectif.

a) L'accompagnement des étudiant.e.s

Les professeur.e.s sont un des éléments clé dans l'apprentissage et la réussite des études. Ce sont avec elleux que nos étudiant.e.s comprennent le métier et surtout apprendront l'essentiel pour pouvoir par la suite utiliser leurs connaissances en stage.

Nous avons 42,6% des étudiant.e.s qui disent se sentir soutenu.e.s uniquement par certains membres du personnel enseignant. Ces résultats montrent un manque de soutien et d'encadrement, cette situation peut être à l'origine de stress chez les étudiant.e.s dans l'apprentissage de leur future profession..



L'étudiant.e ne peut apprendre que dans un environnement qui permette l'attention, la concentration et la réflexion, trois facteurs indispensables à l'activité, à la compréhension et à la mémorisation. Il est ainsi essentiel d'avoir une cohésion de promotion pour que l'entraide soit un outil indispensable non seulement pour la réussite des étudiant.e.s mais également pour se sentir entouré.e en dehors du cadre universitaire.

Ainsi, la motivation dépend aussi des facteurs affectifs et humains tout à fait extérieurs aux études elles-mêmes. Si un étudiant commence des études dans un département d'orthoptie où iel n'a aucun.e ami.e et aucune reconnaissance des enseignant.e.s, cela peut augmenter son état d'anxiété et de stress. Par ailleurs, 52% des réponses indiquent les étudiant.e.s trouvent que l'ambiance de classe est saine et même 38% trouvent qu'il y a de l'entraide.

III. Le bien-être de l'étudiant.e

a) L'entourage

Le cercle de confiance de chaque étudiant.e est également un facteur important pour que l'étudiant.e se sente en confiance. Ce sont vers ces personnes de confiance que l'étudiant.e se tourne quand il y a un problème et auquel iel confie ses préoccupations. Il est donc indispensable qu'iel soit bien entouré.e en dehors du cadre universitaire.

Les réponses obtenues montrent que 95.9% des étudiant.e.s sont soutenu.e.s par leur famille durant leurs études cependant 4.4% ne le sont pas ce qui est tout de même inquiétant.



b) La gestion du stress

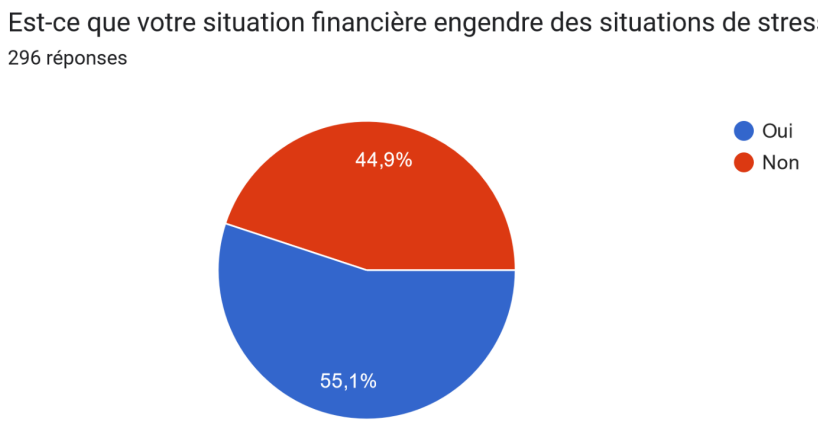
Le stress est un ensemble de réactions naturelles, physiques, physiologiques et émotionnelles de l'organisme (mécanisme de réponse) face à une situation donnée, que l'on qualifie de stressante. Les réactions et les conséquences face au stress dépendent de chaque personne : de sa perception des pressions qu'il ressent, de sa capacité d'adaptation et de résilience.

Les étudiant.e.s doivent gérer leurs études et leurs stages afin d'obtenir leur diplôme, pour certain.e.s, leur job étudiant afin de financer leurs études, payer leur loyer et les factures

ainsi que leurs dépenses courantes. Iels doivent apprendre à gérer leur quotidien : tâches ménagères (courses, ménages), administratives mais aussi leur budget.

En effet **35% des étudiant.e.s avoue ressentir régulièrement du stress, 25% de l'anxiété et 10% des troubles du sommeil,** ces symptômes impactent directement les performances des étudiant.e.s lors de leurs examens mais aussi lors des stages dans lesquelles iels peuvent être moins attentif.ve.s.

Concernant l'aspect financier, 55.1% des étudiant.e.s ressentent du stress pour leur situation financière. Effectivement, les frais de la vie courante ont augmenté pour les étudiant.e.s boursiers ou non,comme l'indique notre rapport sur le coût de la rentrée (2.71%),et pour certains cette situation génère du stress et impacte la bonne réussite de leurs études.

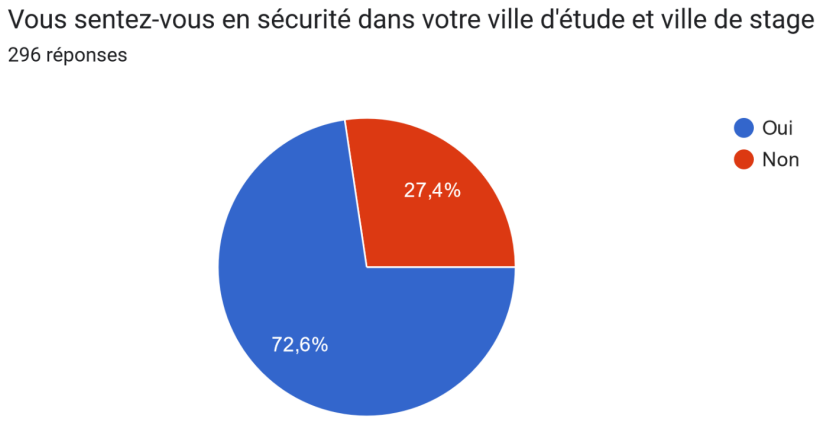


Pour la gestion de ce stress nous avons demandé aux étudiant.e.s ce qu'ils ont pu mettre en place dans leur quotidien. 22% disent utiliser les méthodes douces (yoga, médiation…), ceci est un budget en plus pour elleux. Certaines universités disposent du SUAPS (service universitaire des activités physiques et sportives) qui propose des cours de yoga ou de méditation à moindre coût pour les étudiant.e.s. Pour finir, notre enquête met en évidence que 12% des étudiant.e.s en orthoptie ont un suivi médical soit par leur médecin traitant soit avec un psychologue.

IV. Les insécurités dans les villes

Selon une étude de Sophie Paquin : le sentiment d'insécurité en milieu urbain est une crainte basée sur la criminalité, les incivilités et les actes d'intimidation et de violence dans les espaces publics. Le sentiment d'insécurité dans un lieu public est déterminé par une évaluation personnelle du risque. L'évaluation personnelle du risque permet de reconnaître les facteurs de risque, mais aussi les facteurs de protection dans l'environnement physique et social, comme l'aide disponible, et de les mobiliser pour rétablir la sécurité.

Cette année, nous avons demandé aux étudiant.e.s leurs ressenti vis-à- vis des insécurités auxquelles iels peuvent être confronté.e.s. 72.6% des étudiant.e.s se sentent en sécurité dans leurs ville d'étude ou dans leurs ville de lieu de stage. Ce chiffre fait ressortir que 27.4% des répondant.e.s ne se sentent pas en sécurité, ce qui est un chiffre non négligeable.



Nous pouvons donc penser que ce sentiment d'insécurité influence la bonne réussite des étudiant.e.s pendant leurs études, nous avons donc demandé aux 27.4% si cela les impacte dans leurs quotidien : **25,7%** d'entre eux disent que oui. Ce nombre est important sachant que les études d'orthoptie sont en générale réalisées dans de grandes villes, les étudiant.e.s sont donc directement concerné.e.s lors de leurs trajets en transports en commun, pour la réalisation de leurs loisirs ou plus simplement dans chaque acte de leur vie quotidienne.

V. Conclusion

L'ensemble des étudiant.es mettent en lumière des problématiques étudiantes déjà connues. Au vu des résultats obtenus et des témoignages qui ont été recensés, il est important que les situations vécues ne soient pas négligées et soient comprises par l'ensemble des acteurices dans chaque département d'orthoptie.

Une plus large communication doit être apportée pour que les dispositifs ou aides soient connus du plus grand nombre d'étudiant.e.s en orthoptie.

À plus long terme, un meilleur cadrage des stages par l'uniformisation de la formation, une meilleure organisation de la part des départements d'orthoptie et une diminution de la charge de travail heures/semaine des étudiant.e.s sont des dispositifs qui permettraient de répondre aux majeures problématiques de nos étudiant.e.s et pourrait améliorer leur état de santé mentale.

VI. Informations utiles

Vous trouverez ici les contacts et informations utiles afin de bénéficier d'une aide psychologique pendant vos études.

Solliciter un BAPU

Les BAPU (Bureaux d'aide psychologique universitaires) sont des centres de consultation ouverts à tou.te.s les étudiant.e.s qui souhaitent une aide psychologique. Leurs équipes sont composées de psychothérapeutes (psychiatres et psychologues), d'assistant.e.s sociaux et d'un service administratif. Localement, d'autres professionnel.le.s peuvent également proposer leur aide dans le cadre du BAPU.

Ces consultations sont prises en charge à 100% par la Sécurité sociale et les mutuelles. Il n'y a pas d'avance de frais pour les étudiant.e.s qui sollicitent cette aide. Le nombre de séances n'est pas limité, le suivi est assuré tant que l'étudiant.e en ressent le besoin.

Votre Service de santé étudiante (SEE) vous oriente

Quelle que soit votre université, n'hésitez pas à demander conseil au service universitaire de santé étudiante (SSE) de votre établissement. Des professionnel.les vous accueillent, vous écoutent et au besoin vous orientent vers un accompagnement adapté. Des consultations sont proposées directement dans certains établissements.

C'est aussi auprès du Service de santé étudiante que vous pouvez entamer la démarche de suivi psychologique via le dispositif Santé Psy Étudiant (voir ci-dessous).

Santé Psy Étudiant

Le dispositif « Santé Psy Étudiant » permet à tou.te.s les étudiant.e.s qui le souhaitent d'accéder jusqu'à **8 consultations gratuites auprès d'un psychologue**, sans avance de frais. Les consultations sont renouvelables chaque année.

Fil santé jeunes : Répond à vos questions, tous les jours, de 9h à 23h. 0 800 235 236, un numéro d'appel anonyme et gratuit. Vous pouvez aussi contacter le fil santé par tchat.

Nightline : Nightline est un service d'écoute, de soutien et d'information par des étudiant.e.s bénévoles, confidentiel, gratuit, sans jugement.

Soutien-etudiant.info : La rubrique soutien-etudiant du site de Nightline France vous permet de trouver les contacts de tous les services et dispositifs gratuits d'aide psychologique partout en France et classés par académies, ainsi que des conseils et de nombreuses lignes d'écoute.

SOS Amitié : Service d'écoute destiné à accueillir la parole de celles et ceux qui, à un moment de leur vie, traversent une période difficile.

Suicide Écoute : Service d'écoute pour celles et ceux qui envisagent de mettre fin à leurs jours, ont décidé de le faire, ou pour leurs proches.

SOS Suicide Phénix : Accueil et écoute de toute personne confrontée à la problématique du suicide.

Le 3919 : Un numéro de téléphone gratuit et spécialisé sur le sujet des violences sexistes et sexuelles.

Ligne Azur : Pour toute personne en questionnement, se sentant discriminée ou ayant subi des discriminations homophobes. 0 810 20 30 40 | www.ligneazur.org

SOS homophobie : Association nationale de lutte contre les LGBTphobies. 01 48 06 42 41 | www.sos-homophobie.org

Surdi Info Service : Pour les personnes en situation de surdité ou de malentendance. Une écoute gratuite, anonyme, confidentielle et adaptée. Cette plateforme d'écoute psychologique est accessible quel que soit le mode de communication de la personne : LSF, français oral, français écrit, LfPC et transcription en temps réel de la parole.

Suicide : le 3114 : Le numéro national de prévention du suicide. Disponible 24h/24 et 7j/7, sur l'ensemble du territoire national (France et Outre-mer), ce numéro de téléphone vous permet d'échanger avec un.e infirmier.ère ou un.e psychologue, spécialement formé.e à la prévention du suicide et notamment à l'intervention de crise au téléphone.