



# Universités & Territoires

## n°129

15/02/2019

### Sommaire

- **Page 3/4 :** Le logement des étudiants dans la métropole lilloise ●
- **Page 5 :** labellisation des Observatoires territoriaux du logement étudiant
- **Page 6/7 :** Du bois massif et de la géothermie pour le campus de Trondheim
- **Page 8/9 :** A Vaulx-en-Velin, un partenariat dynamique entre l'Afev et l'ENTPE ●
- **Page 10 :** 20 propositions de l'AIRES
- **Page 11/12 :** Guide de valorisation du patrimoine universitaire ●
- **Page 13 :** ARPEJ a 30 ans ! ●
- **Page 14/15 :** Les international erasmus games ●
- **Page 16/17 :** La restauration du CROUS en Lorraine ●
- **Page 18/19 :** Bien-être étudiant : entre maternage et accompagnement
- **Page 20 :** Nouveaux locaux pour le Centre de Soins Universitaire de Montpellier ●
- **Page 21/22 :** Inauguration de l'AGORAé de Troyes ●
- **Page 23 :** « L'étudiant au cœur de nos préoccupations »
- **Page 24 :** En bref



### éditorial

## Booster la vie étudiante



Par Nicolas Delesque  
Directeur de la rédaction

**Les enquêtes se suivent et malheureusement se ressemblent. Nos étudiants sont mal dans leurs baskets. Déjà lors des résultats publiés par l'Observatoire de la vie étudiante (OVE) en 2017 à partir de l'enquête condition de vie des étudiants de 2016 et sur un panel de plus de 40 000 répondants, plus de**

**60% des étudiants se déclaraient victimes d'épuisement. Ils se déclaraient stressés dans la même proportion, et 45% d'entre eux avaient des problèmes récurrents de sommeil !**

Mauvaise hygiène de vie et difficultés à se nourrir correctement sont les explications qui viennent à l'esprit en référence à l'image encore véhiculée du public étudiant s'adonnant régulièrement à des sorties festives tout au long de la semaine. Mais quand on regarde de plus près l'ensemble des résultats, on découvre que 30 % d'entre eux se sentent déprimés d'une part et souffrent de solitude et d'isolement d'autre part. On peut alors se demander si la consommation

# Bien-être étudiant : **entre maternage et accompagnement**

*En avril 2017, dans la Revue de santé scolaire et universitaire, l'association Apsytude faisait paraître un article sur les trois domaines d'action principaux décelés par leur comité de réflexion après cinq ans d'échanges et d'observations. Des pistes de réflexion, et éléments de réponse, encore d'actualité deux ans plus tard.*



Initié en 2012 par Apsytude, association de psychologues visant le bien-être des étudiants, un groupe de travail s'est réuni en région Rhône-Alpes à trois reprises avec pour objectif de réfléchir et croiser les regards et expériences. Rassemblant des étudiants, professionnels de santé et du service social, enseignants, directeurs de résidences, responsables d'associations ou de mutuelles et élus, il a ensuite donné lieu en 2013 à une journée d'étude sur le thème « Confiance en soi et réussite des étudiants ». Au fil des échanges, les participants du comité ont caractérisé trois problématiques centrales : l'autonomisation, la vulnérabilité et le projet de vie versus le projet professionnel. L'entrée dans la vie étudiante occasionne en effet une inévitable perte de repères des étudiants, particulièrement dans des contextes d'isolement et d'éloignement familial, couplée à de fréquentes difficultés financières.

## **Autonomisation, vulnérabilité, orientation**

Concernant l'autonomisation, elle intervient dans tous les domaines, du logement aux démarches administratives, en passant par les arbitrages aussi bien amoureux que financiers. Un processus multi-terrains d'autant plus complexe à gérer qu'il entre systématiquement en tension avec la liste des acteurs auxquels les étudiants continuent à devoir rendre des comptes : parents, État, éventuels employeurs, instances universitaires, interlocuteurs administratifs – sans oublier les pairs ! Concrètement, deux facteurs influent fortement la prise (ou non) d'autonomie : l'origine géographique comme

sociale des étudiants et le facteur générationnel. En effet, si la distance géographique du lieu d'études avec le foyer parental, comme l'extraction d'un milieu plus ou moins favorisé – et donc facilitateur –, jouent à plein, certains observateurs ont pu relever chez l'actuelle jeune génération un environnement spécifique, qui vient biaiser les modalités de ce processus d'autonomisation : omniprésence d'Internet comme des nouvelles technologies, éventuel « problème sociétal d'assistantat des jeunes », manque de reconnaissance du stage dans le cadre des études, faible valorisation des filières professionnalisantes, etc.

La vulnérabilité, quant à elle, s'exprime suivant deux grands axes : l'un, ressenti, peut être qualifié de « sentiment de vulnérabilité », et vient contredire de manière frappante l'image d'Épinal de l'étudiant fêlard et insouciant. De fait, du suicide au décrochage, en passant par les troubles du langage ou du comportement, un fort tabou persiste, qui comme tous les tabous camoufle mal la réalité ou l'ampleur du problème. L'autre, la précarité subie (et principalement financière), s'exprime plus facilement entre pairs, même si une naturelle estime de soi pousse bien souvent à atténuer dans le discours le degré de détresse matérielle dans lequel on se trouve. Or ces deux types de vulnérabilité (ressentie et vécue) se nourrissent l'un l'autre, formant un inextricable cercle vicieux. Ils se voient en outre renforcés par des facteurs tels la méconnaissance des services disponibles, d'éventuelles fragilités individuelles et pressions familiales, la fréquente inadéquation entre acquis universitaires et attentes du monde du

travail, et plus généralement par le ressenti d'une période sensible de transition liée à l'entrée dans la vie adulte et la construction de son propre avenir dans un contexte de crise économique durable.

Difficile, en effet, d'aborder la question du bien-être et de la confiance en soi des étudiants sans réaliser pleinement qu'à cette période de transition correspond la formation d'un projet de vie à part entière, qui nécessite une réflexion propre sur les modalités de l'orientation. Le comité constate que cette dernière intervient souvent trop tard dans le cursus scolaire, et s'impose paradoxalement dans l'urgence dès les premières années d'études, provoquant la multiplication des « erreurs d'aiguillage ». D'autant plus qu'un manque patent d'intérêt pour la sphère du développement personnel n'aide pas les acteurs supposés que sont les étudiants à « bien se connaître pour mieux s'orienter », et que de nombreuses croyances subsistent, qui renforcent l'idée erronée d'une trajectoire individuelle rigide, de choix faits « une fois pour toutes » – la réorientation étant souvent vécue à tort comme un échec. En matière d'orientation, les sources de conflits sont nombreuses, en premier lieu desquelles les décalages fréquents entre désir et réalité (ce qui me passionne dispose-t-il d'opportunités professionnelles?), désir et compétence (ce que je sais le mieux faire correspond-il à ce que je veux faire ? Ce que je ne sais pas encore faire ne peut-il pas être acquis ?), désir personnel et désir parental (particulièrement en cas de forte dépendance financière ou affective).



tabilité, en plus de réclamer logiquement plus de moyens pour réduire la précarité, les acteurs appellent de leurs vœux une meilleure intégration des difficultés de chacun dans les parcours d'études, la valorisation des compétences acquises dans la sphère professionnelle comme non-professionnelle, l'augmentation des contacts en cours d'études avec le monde du travail, l'accompagnement renforcé des étudiants dans la construction de leur projet professionnel, mais surtout une généralisation de l'écoute des étudiants en tant que premiers concernés, à l'occasion d'un savant « dosage entre maternage et accompagnement ».

Sur l'orientation, enfin, le comité souhaite agir aussi bien pour favoriser l'information « brute » (rôle des CIO) que pour échanger (entre pairs comme avec des référents) afin de dissiper les croyances erronées. Pour ses participants, « l'orientation se construit dans le temps, en même temps que se construit la personne », et d'éventuelles erreurs d'itinéraires constituent finalement le lot de tout processus d'épanouissement, qu'il s'agit de diagnostiquer aussi tôt que possible pour favoriser le bien-être présent comme futur des jeunes. Pour aller dans ce sens, il s'agit de multiplier les temps de réflexion sur l'orientation tout au long du cursus scolaire, d'encourager les initiatives favorables au développement personnel, de rassurer les parents, mais aussi, au niveau universitaire, de décloisonner les filières et multiplier les doubles cursus comme les stages dans les premières années d'études. Enfin, là encore, mettre en place des temps d'échange entre pairs, comme des « rendez-vous » annuels avec des professionnels. ■

### Des solutions et recommandations concrètes

Pour autant, sur les trois domaines identifiés, le comité ne s'est pas contenté d'établir un sombre diagnostic, mais propose aussi des solutions concrètes. Concernant l'autonomisation, dans la mesure où « les connaissances et compétences à acquérir existent dans le milieu étudiant », les participants insistent sur l'importance de créer des occasions d'interaction au sein des résidences universitaires, et de s'appuyer sur le tissu associa-

tif existant pour créer du lien. Il milite aussi pour une meilleure formation des personnels en contact direct avec les étudiants, pour repérer les profils à risque, et pour des actions qui vont au plus près des jeunes les plus désocialisés (comme dans le cas du programme Porte t'apporte par exemple). Pour autant, comme souvent, c'est au niveau de l'information des étudiants sur les dispositifs proposés que le bât blesse, ce qui nécessite de pouvoir innover en la matière.

En matière de lutte contre la vulné-