

# Un lieu d'écoute dédié aux étudiants en situation de détresse

**Santé.** Le mal-être des étudiants est mis en évidence par plusieurs enquêtes. Pour les aider, des « Points Écoute » ont été mis en place, comme à Saint-Etienne.



Photo DR

« Certains étudiants sont vraiment en détresse psychologique, d'autres vivent dans l'anxiété à cause des études, de la pression »

**Laurentine Veron**  
Créatrice de l'association

À sa permanence, dans un petit local d'une résidence étudiante stéphanoise, Chloé Buchet, psychologue, reçoit gratuitement le mardi, deux fois par mois, quatre à cinq étudiants en trois heures. Et sur rendez-vous. Depuis l'année 2013, elle travaille pour le compte

de l'association Apsytude (1) qui, en 2013, s'est associée au Clous (Centre local des œuvres universitaires) qui finance les consultations, pour venir en aide aux étudiants en difficulté et proposer ces « Points Écoute Psychologique du Supérieur » (PEPS) (2).

## « Ils souffrent souvent de l'isolement »

L'une des créatrices de l'association, Laurentine Véron, explique les problématiques rencontrées : « Certains étudiants sont vraiment en détresse psychologique, d'autres vivent dans l'anxiété à cause des études, de la pression. La démarche n'est pas facile à faire pour eux. Ils sont dans un mal-être. Ils souffrent souvent de l'isolement, n'ont personne à qui se confier » indique-t-elle. L'entretien est adapté à chaque problématique. On peut y venir pour « vider » son sac, on peut aussi y venir dans le cadre d'un suivi. « Ce point écoute a



■ Chloé Buchet, psychologue, accueille chaque semaine des étudiants à la résidence du Clous de la Cotonne à Saint-Etienne. Photo Rémy Perrin

d'abord été réservé aux étudiants vivant en résidence universitaire. Cette année, il a été étendu à l'ensemble des étudiants » souligne Jean-Pierre Sanchez, directeur du Clous de Saint-Etienne. Il précise que ce travail psychologique ne peut être séparé des volets médical et social. « Parfois cela amène à révéler des problématiques sur lesquelles nous pouvons faire intervenir la médecine universitaire, une assistante sociale » précise-t-il. Apsytude a été créée par deux étudiantes lyonnaises

en 2010, Fanny Sauvade et Laurentine Véron qui avaient perçu un « manque : on s'était rendu compte qu'il y avait un réel besoin. Les « coups de blues », de déprime ne sont pas rares dans le monde étudiant. Ils n'ont pas les moyens de consulter des psychologues libéraux. Les centres médico-psychologiques sont surchargés. Ils sont d'ailleurs désormais un de nos gros prescripteurs ». Ces dernières années, Apsytude a donc développé des actions de prévention et de promotion de la santé lors de

forums, de « journées santé » avant de créer douze points écoute en Rhône-Alpes et à Paris. Les psychologues d'Apsytude ont reçu, au cours de l'année scolaire 2013-2014, 270 étudiants et mené 1 800 entretiens en Rhône-Alpes. ■

**Alain Colombet**

(1) 3 boulevard Eugène-Deruelle, 69 003 Lyon.  
Tel. 06 27 86 91 83,  
apsytude@gmail.com

(2) Un diagnostic de la situation de l'étudiant est réalisé dans un premier temps. Ensemble, ensuite, ils fixent des objectifs à atteindre.

## L'AVIS DE RENAUD BARBIER

Président de la FASEE (1)

### « Les difficultés sont le plus souvent liées à la solitude »

#### Y a-t-il aujourd'hui plus d'étudiants en difficulté psychologique ?

C'est difficile à mesurer, mais c'est un phénomène récurrent. Les difficultés sont le plus souvent liées à la solitude. Il y a des étudiants qui arrivent sur les bancs de l'Université, ils sont seuls en septembre, et toujours seuls en juin. Ils se retrouvent dans un amphi avec deux cents personnes ! À l'Université, la prise en charge n'est plus la même, ce n'est plus le lycée avec tout son accompagnement. À Saint-Etienne, certains campus sont

isolés. C'est l'engrenage. Ceci dit, le phénomène ne touche pas que les Première année.

#### La crise et la précarité ont-elles accru le phénomène ?

Il y a de plus en plus d'étudiants qui sont obligés de travailler maintenant, un peu moins de 30 % ont une activité rémunérée. Donc, c'est un emploi du temps chargé, du stress, moins de sorties, moins d'occasions de se détendre.

#### Comment remédier à ces difficultés ?

À notre niveau, nous avons un rôle à jouer pour favoriser le lien social. Nous avons créé une

épicerie solidaire, on organise diverses manifestations (Téléthon, rencontres sportives, vente de paniers bio) qui aident les étudiants à sortir de l'isolement. Nous organisons aussi un Séminaire national des arts et de la culture étudiante, les 6, 7 et 8 février 2015 à Saint-Etienne.

Recueilli par Alain Colombet

(1) Fédération des associations de Saint-Etienne étudiantes.



Photo P. Vacher

## Près de 25 % des étudiants en détresse psychologique

Il ressort d'une enquête menée par Apsytude, en avril 2014 auprès de 1 500 étudiants des résidences universitaires du Crous de Lyon et Saint-Etienne, que 60 % des étudiants interrogés se sentent seuls. Près d'un questionnaire sur quatre (23 %) est en détresse psychologique avérée à la fin de l'année universitaire et 5 % ont, parfois ou souvent, des idées suicidaires.

#### « Pas entourés »

Dans une autre étude, (l'enquête nationale sur la Santé des Étudiants, réalisée par la mutuelle étudiante LMDE en 2013) il apparaissait que 13,4 % des étudiants avaient le sentiment de ne pas être entourés, et 30,2 % en

détresse psychologique. 43,5 % des étudiants n'étaient pas satisfaits de leur sommeil ; 38,4 % estimaient ne pas avoir une alimentation équilibrée et 32,3 % disaient ne pas pratiquer d'activité sportive.

Enfin dans une étude nationale aussi, menée par l'Observatoire de la Vie Étudiante, en 2013, 53 % des étudiants interrogés se disaient stressés ou déprimés la semaine précédant leurs réponses ; 39 % ressentaient de l'épuisement et plus d'un quart (26 %) de la solitude ou de l'isolement.

À noter que les étudiants des classes préparatoires étaient plus nombreux (69 % contre 53 %) à ressentir de la déprime.

A.C.