



Détresse étudiante : "Les 'chèques psy', c'est vraiment un tout petit pansement sur une grosse blessure"

10h26 , le 2 février 2021

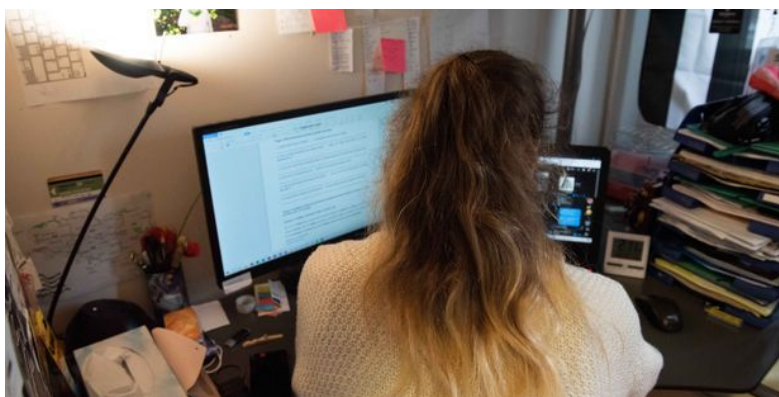


Photo d'illustration. (Sipa)

Quelque 120 étudiants bénévoles, quatre antennes dont trois ouvertes en novembre dernier, Nightline France et son service d'écoute nocturne est en première ligne quand il s'agit de percevoir la détresse mentale des étudiants, confrontés à une crise sanitaire qui dure depuis maintenant près d'une année. "Il y a très peu de psychologues dans les universités et très peu de moyens pour accompagner les étudiants qui ne vont pas bien", déplore le président de l'association, Florian Tirana.

Votre association est un service d'écoute nocturne. Concrètement, comment ressentez-vous la crise dans les appels que vous recevez?

Nous recevons beaucoup d'appels, environ 200 par semaine. Pour la première fois, nous avons plus d'appels que ce que nous sommes capables d'en prendre. Il y a une grosse demande : beaucoup d'étudiants sont en souffrance psychologique et ne trouvent pas de solutions. Nous sommes là pour les écouter. Cette souffrance est de plein d'ordre, ils parlent beaucoup de choses intimes, de leur relations familiales, amicales, amoureuses ; de leurs cours, de comment se passe leur vie tout simplement. Pour les étudiants qui étaient déjà en détresse psychologique, qui vivent seuls par exemple ou qui ont un rapport à leurs études très compliqué, la souffrance est exacerbée. Pour tous les autres, ça donne naissance à une source de détresse qui n'existait pas. Suivre les cours chez soi est quelque chose que nous n'avions jamais expérimenté. Chacun est plus ou moins résilient face à ces difficultés. Désormais, cela concerne tout le monde et ce n'est plus simplement le fait d'une minorité comme ça pouvait l'être auparavant.

"

En France, il y a un psychologue pour 30.000 étudiants, c'est 25 fois moins que les recommandations internationales

"

Selon un sondage Ipsos publié jeudi, près d'un tiers des 18-25 ans évoquent des pensées suicidaires...

La situation est grave, il y a beaucoup de syndromes dépressifs et anxieux. Jusqu'à présent, on n'en parlait peu. Politiquement, il ne se passe pas grand chose. Pourtant, il y a un vrai problème d'accompagnement. Il y a très peu de psychologues dans les



universités et très peu de moyens pour accompagner les étudiants qui ne vont pas bien. La détresse s'installe et n'est pas prise en charge. Cela peut conduire à des situations très graves comme celle qu'on a connu à Lyon il y a quelques semaines avec des tentatives de suicide.

Lire aussi - Covid-19 : comment est mesurée la détresse mentale des étudiants et pourquoi elle est difficile à appréhender

Ce manque d'accompagnement était l'objet d'un rapport que vous avez publié en novembre. Que faut-il en retenir?

En France, il y a un psychologue pour 30.000 étudiants, c'est 25 fois moins que les recommandations internationales et 10 fois moins que la moyenne de certains de nos homologues. Ce décalage est dramatique. Si l'on n'a pas la possibilité de parler avec un professionnel à un moment où la détresse s'installe, où l'on est seul et démuni, c'est ensuite un cercle vicieux. On n'a pas tous la capacité de s'en sortir tout seul. Or cet accompagnement est quasiment inexistant en France ; un pour 30.000 c'est ridicule.

Comment l'expliquer?

C'est difficile à dire, cela n'a jamais été une priorité dans les universités. Les services de santé universitaire n'ont jamais été pensés pour prendre en charge la santé mentale des étudiants. Il est aussi compliqué de recruter des psychologues dans des postes qui ne sont pas très attractifs et qui donc n'intéressent pas grand monde. Et puis, il y a une espèce de tabou : cette idée que les étudiants vont très bien, qu'ils ont des petits moments difficiles mais que ce n'est pas très grave, et que ce sont les meilleures années de leur vie. Ce raisonnement mène à n'accorder que très peu de moyens pour soutenir la santé mentale étudiante. Selon l'Observatoire de la vie étudiante (OVE), un tiers des étudiants ont des symptômes dépressifs. C'est énorme, ça fait quasiment un million de personnes pour une poignée de psychologues. Les psychologues, ça ne fait pas tout mais c'est quand même un début. Les laisser sans rien, c'est envoyer les étudiants au casse-pipe.

"

Le problème fondamental est qu'il n'y a pas dans les services universitaires de possibilité d'être suivi à la hauteur de ce qu'il faudrait

"

Il y a quelques jours, Emmanuel Macron a annoncé le retour des étudiants en salle un jour par semaine à compter du 1er février, deux repas par jour à un euro ou encore la création de "chèques psy". Qu'en pensez-vous?

Le retour en présentiel est quelque chose de bienvenu, beaucoup d'étudiants le demandent. Quant aux "chèques psy", c'est vraiment un tout petit pansement sur une grosse blessure. Ça ne règle pas le problème fondamental qui est qu'il n'y a pas dans les services universitaires de possibilité d'être suivi à la hauteur de ce qu'il faudrait. Il faut réfléchir à restructurer ces services de santé pour qu'il puissent accompagner les étudiants dans leur santé mentale et dans leur santé tout court d'ailleurs.

La secrétaire d'Etat chargée de la Jeunesse, Sarah El Haïry, est récemment venue dans vos locaux. Que demandez-vous au gouvernement?

Beaucoup plus de moyens pour le service de santé universitaire afin qu'il puisse prendre en charge tous les étudiants en détresse. Une étude scientifique publiée il y a quelques mois montrait que parmi les étudiants en détresse, seuls 2,5% avaient consulté leur service de santé universitaire. On ne sait pas ce que deviennent les 97% restants... Il y a aussi la question des étudiants qui ne sont pas à l'université - soit 40% des étudiants - et qui, eux, n'ont pas de structure publique. Certaines écoles mettent en place un service de psychologie mais c'est rare. Et quand ce n'est pas le cas, il y a juste rien.

Vous avez connu un pic d'appel à l'annonce du second confinement.



Craignez-vous les conséquences d'un éventuel troisième confinement?

Les confinements sont toujours des périodes difficiles. Après, les étudiants sont entrés dans une période de grande lassitude. Confinement ou pas, la situation est assez désastreuse pour la santé mentale. Même avec le couvre-feu ce n'est pas comme si c'était beaucoup mieux. Les moyens accordés restent très faibles, les sources de détresse très importantes. C'est sûr qu'un nouveau confinement n'arrangerait rien, mais la situation globale est déjà très mauvaise. Pour l'année universitaire 2019-2020, nous avons eu environ 3.000 appels, contre 1.500 l'année précédente. Là, nous avons déjà dépassé les 3.000 appels pour l'année universitaire en cours. On a ouvert trois antennes en novembre : à Lille, à Lyon et à Saclay. On est en train de préparer de nouvelles ouvertures pour septembre prochain. C'est une part que nous pouvons faire correctement parce que c'est facile pour les étudiants de parler à d'autres étudiants. Mais c'est une toute petite partie du problème, notre écoute active ne suffit pas du tout. Nous n'avons pas de baguette magique. C'est pour ça que nous militons pour qu'il y ait une prise en charge institutionnelle de la santé mentale.

