

Le mal-être psychologique des jeunes s'aggrave

Dans les universités comme à l'hôpital, les professionnels de santé peinent à absorber le flux de patients

En trois ans, l'activité de soin a changé « du tout au tout » au sein du service de santé de l'université de Picardie-Jules-Verne. La vague de détresse psychologique touchant les étudiants, arrivée dans le sillage de la crise due au Covid-19, n'est jamais vraiment retombée. Et avec elle « l'installation de cas d'une gravité qu'on ne connaissait pas auparavant », s'inquiète la directrice, Delphine Guérin, médecin, qui cite « des dépressions très sévères, des syndromes d'anxiété généralisée et des entrées plus fréquentes dans des psychoses » chez les jeunes qu'elle reçoit désormais. Mais aussi des risques suicidaires plus élevés, avec de « nombreuses réorientations vers les urgences » durant l'année. « Tout a basculé. Nous gérons des jeunes polytraumatisés, qui se construisent dans une période où se sont enchaînés les attentats, le Covid, la guerre en Europe, et qui font face à la crise climatique », énumère-t-elle.

La prise en charge de ces profils demande plus de temps aux services de santé universitaires (SSU) qui, partout en France, sont débordés. Beaucoup alertent, en cette fin d'année universitaire, sur leur incapacité à absorber l'ensemble des demandes, qui affluent sans discontinuer. A Jules-Verne, si le service est passé à deux psychologues à temps plein, « le délai d'attente pour un rendez-vous est de deux mois : c'est très long quand on va mal », s'alarme Delphine Guérin.

« Effets retard »

Il y a deux ans, la survenue de la crise sanitaire mettait en lumière les problèmes de santé mentale des jeunes. Aujourd'hui, leur prise en charge fait toujours défaut en ville et dans les universités, constate le rapport publié mardi 14 juin par l'association Nightline, qui a mis en place un service d'écoute destiné à la jeunesse. « En 2020, il y a d'abord eu neuf mois blancs avant que l'Etat se décide à agir. Des efforts ont ensuite été faits, avec l'annonce du chèque psy et de l'embauche de 80 psychologues dans les facs, observe son président, Florian Tirana. Mais cela reste très insuffisant. »

L'étude déplore en particulier le manque de personnel dans les établissements pour accompagner psychologiquement les étudiants. On compte aux Etats-Unis un psychologue à temps plein pour 1300 étudiants, un pour 2300 au Canada et un pour 2600 en Irlande. En France, c'est un pour 15000 étudiants. Le taux est en nette amélioration par rapport à la précédente étude de Nightline, publiée fin 2020 et qui faisait état de

28000 étudiants pour un temps plein. Mais il est toujours plus de dix fois inférieur aux recommandations internationales.

Dans ces conditions, les professionnels éprouvent des difficultés pour faire face à un afflux de jeunes souffrant de problèmes psychologiques. La vague est plus haute que jamais chez les 18-24 ans, malgré la fin des restrictions sanitaires. « L'impact du Covid-19 sur la santé psychique des jeunes ne se circonscrit pas de façon simple aux confinements, et donne lieu à des effets retard. On est en plein dedans », observe Laurent Gerbaud, président de l'association des directeurs de SSU et médecin directeur à l'université Clermont-Auvergne. Dans une enquête de l'Observatoire de la vie étudiante, menée à la fin de l'année universitaire 2020-2021, 43 % des étudiants interrogés présentaient ainsi des signes de détresse psychologique.

Sur la ligne d'écoute de Nightline, le nombre d'appels a fortement augmenté ces derniers mois : + 68 % de prises de contact entre mai 2021 et avril 2022 par rapport à l'année précédente. Avec un phénomène inquiétant : la hausse des appels suicidaires, qui correspondent à 18 % des contacts sur l'année 2021-2022, contre

« Les étudiants baignent dans une information anxieuse. Il n'y a plus d'insouciance »

DELPHINE GUÉRIN
directrice du service de santé de l'université de Picardie-Jules-Verne

10 % sur celle qui la précédait. Les appels « présentant un risque immédiat » ont, eux, été multipliés par dix et atteignent plus de 8 %. Dans son dernier bulletin, début avril, Santé publique France alertait également sur l'importante augmentation des passages aux urgences pour des idées et gestes suicidaires, avec une courbe nettement en augmentation en 2022 par rapport aux années précédentes pour les 18-24 ans, et surtout chez les jeunes filles.

Les professionnels de santé universitaire voient affluer des jeunes qui ne parviennent plus à se « projeter dans l'avenir ». « Ils se disent que le modèle d'enseignement actuel ne correspond pas aux enjeux du futur et font face à des incertitudes profondes sur le changement climatique, avec le sentiment qu'aucune réponse politique n'est donnée », explique Laurent Gerbaud. L'éco-anxiété, qui revient fréquemment lors des consultations, fait le lit de troubles dépressifs. « Les étudiants baignent dans une information anxieuse : ils ont du mal à vivre avec ça. Il n'y a plus d'insouciance dans cette génération », souligne Delphine Guérin.

Les séquelles de la crise liée au Covid-19, qui a suspendu toute occasion de socialisation à un âge

pourtant charnière, ne se sont pas non plus tout à fait estompées. Pour Valentin, 22 ans, qui vivait déjà un mal-être lié à ses « maigres relations sociales » et à son poids, « la crise a bien renforcé le sentiment de solitude ». « Avec l'isolement dû au distanciel, il m'arrivait certains soirs d'avoir des pensées noires. J'étais pris de nausées rien que de voir ma fenêtre ouverte, car j'avais peur de sauter. » Depuis, des fragilités ont perduré pour cet étudiant en alternance qui, en l'absence de psychologue dans son école de management, s'est tourné vers des consultations privées. Mais a dû les espacer car trop lourdes financièrement.

« Réponses parcellaires »

Les services de santé expliquent recevoir de plus en plus de cas de pathologies sévères. « On ne peut plus orienter vers les centres médico-psychologiques et les CHU, car ils sont pleins, avec des listes d'attente sur des mois. Nous devons aller au-delà de nos missions habituelles et prendre en charge des pathologies psychiatriques lourdes », alerte Florence Hartheiser, médecin directrice à l'université d'Angers. « Nous devons choisir les cas perçus comme les plus urgents pour les hospitalisations, car tous les lits sont occupés, déplore

« J'étais pris de nausées rien que de voir ma fenêtre ouverte, car j'avais peur de sauter »

VALENTIN
étudiant en management

Rachel Bocher, cheffe du service de psychiatrie du CHU de Nantes. Mais on risque de perdre de vue les jeunes laissés en attente, avec un danger de dégradation des risques suicidaires ou des états dépressifs. »

Si des mesures ont été prises, l'embauche de 80 psychologues à temps plein dans les universités a peiné à se mettre en place. L'association des directeurs de SSU évalue à seulement une quarantaine le nombre d'équivalents temps plein créés in fine. Cela en raison d'une rémunération peu attractive, mais aussi « faute de locaux » pour accueillir du personnel, explique le président de l'association, Laurent Gerbaud. Quant aux postes créés, se pose la question de leur pérennisation. « Les fonds ont été débloqués jusqu'à décembre 2022. Après ça, nous n'avons aucune garantie », pointe Florence Hartheiser.

Le dispositif Santé psy étudiant – ou chèque psy –, lancé en février 2021 et qui permet un remboursement de huit séances en ville, s'est, lui aussi, révélé bancal. Lourdeur administrative, obligation d'être adressé par un médecin, faibles rémunérations pour les psychologues participants... Peu de professionnels sont entrés dans le dispositif. Et beaucoup sont sortis du circuit en cours de route. Il disparaîtra en août, remplacé par le dispositif Mon psy, étendu à la population générale.

S'agissant du risque suicidaire, « près de 1500 secouristes en santé mentale ont été formés dans 30 universités », indique le ministère de l'enseignement supérieur, qui affirme travailler à leur généralisation. « Mais toutes ces réponses sont parcellaires », souligne le médecin Rachel Bocher. On manque d'un grand plan sur la santé mentale, à l'instar d'un plan cancer, qui soit interministériel, car la solution ne sera pas que médicale pour redonner des horizons à notre jeunesse. » Début juin, la Défenseure des droits, Claire Hédon, a appelé la première ministre à mettre en place un « plan d'urgence » pour la santé mentale des jeunes. Un enjeu majeur, alors qu'une grande partie des troubles psychiatriques se déclarent entre 18 et 30 ans. ■

ALICE RAYBAUD

Confrontés à la crise de l'hôpital, les étudiants infirmiers vont mal

Les futurs infirmiers consomment davantage d'anxiolytiques ou d'antidépresseurs qu'il y a cinq ans

Avant même d'avoir reçu leur diplôme, les étudiants en soins infirmiers ayant achevé leur formation pour renforcer les équipes des hôpitaux, dès cet été. Voilà ce qu'a annoncé, le 8 juin, entre autres mesures, la ministre de la santé, Brigitte Bourguignon, afin de répondre à la crise qui secoue l'hôpital depuis plusieurs mois, notamment à cause d'un manque de personnel dans les services d'urgence. Une annonce à laquelle la Fédération nationale des étudiants en sciences infirmières (Fnesi) a immédiatement réagi : « Mme la ministre, les étudiants en sciences infirmières doivent être protégés et encadrés, et pas envoyés sur le terrain à tout prix. »

La raison de cette réaction ? Le mal-être grandissant des étu-

dants infirmiers, dont une enquête alarmante, publiée par la Fnesi au mois de mai, rend compte. Réalisée auprès de 15000 étudiants, celle-ci met en évidence une dégradation générale de leur état de santé psychique et physique depuis la précédente étude, réalisée cinq ans plus tôt. Ainsi, 61 % d'entre eux déclarent que leur santé mentale s'est dégradée depuis le début de leur formation (contre 52 % en 2017). Un étudiant sur six aurait « déjà pensé au suicide durant ses études ». Résultat : 23 % des interrogés racontent avoir déjà consulté un professionnel de santé mentale (contre 14 % en 2017).

La détérioration de leur santé psychique est également perceptible dans la part d'étudiants consommant des anxiolytiques,

antidépresseurs et hypnotiques (34 % d'entre eux, contre 27 % en 2017), mais aussi des somnifères (28 %, contre 8 % en 2017). Côté santé physique, plus d'un étudiant sur deux se sent « souvent » ou « tout le temps » fatigué depuis le début de sa formation, et plus de 63 % d'entre eux ont vu leur pratique d'activité physique diminuer.

« Encadrants défaillants »

« Nous sommes conscients que la crise sanitaire a un impact sur ces résultats », commente Mathilde Padilla, la présidente de la Fnesi. Mais pour les étudiants infirmiers, elle a aggravé des tendances sur lesquelles on alerte depuis longtemps. Dans cette étude comme dans les précédentes, la problématique de l'encadrement lors des stages (qui représente la

moitié du temps de formation), est prégnante. Aussi, plus d'un étudiant sur quatre estime y avoir été victime de discrimination, un sur trois de harcèlement et un sur six d'agression sexuelle. « Après avoir été harcelée en stage, j'ai fait une dépression. Quand j'en ai parlé rapidement à ma formatrice référente, elle m'a dit que si je n'avais pas les épaules, il fallait arrêter », témoigne un étudiant dans l'enquête.

« Tu auras forcément un stage qui se passe mal, avec des encadrants défaillants ou pas bienveillants » est une phrase qu'on entend systématiquement au début de notre formation, commente Mathilde Padilla. Nous refusons cette normalisation des difficultés. En cause, selon elle, le « manque d'investissement dans

les hôpitaux », « l'épuisement professionnel » du personnel qui en découle et « les services en sous-effectif qui n'ont parfois ni le temps ni les capacités d'encadrer les étudiants ». C'est la raison pour laquelle la Fnesi demande le renforcement de la formation des encadrants, mais aussi la création d'un « statut de tuteur de stage avec des heures d'accompagnement des stagiaires prévues dans leur temps de travail ».

Le syndicat, qui réclame aussi la mise en place d'une « plate-forme nationale d'évaluation des lieux de stage », ainsi que la rénovation des maquettes pédagogiques, estime avoir trouvé une oreille attentive au ministère de la santé, après la publication de son enquête. Rendez-vous a été pris fin juin pour envisager des mesures

d'amélioration du bien-être des étudiants en soins infirmiers, qui finissent parfois par abandonner face aux difficultés. Deux mois seulement après la rentrée de 2021, près de 13 % des étudiants avaient jeté l'éponge, selon des chiffres publiés au printemps par le Comité des instituts de formation du paramédical. Dans l'enquête de la Fnesi, près de 60 % des personnes interrogées ont déjà pensé arrêter leur formation en raison de la réalité d'un métier qu'elles avaient souvent idéalisé. Comme, de toute évidence, des milliers de candidats sur Parcoursup. Pour la quatrième année d'affilée, les écoles d'infirmiers arrivent en tête des formations faisant l'objet du plus grand nombre de vœux d'élèves de terminale... ■

SÉVERIN GRAVELEAU