

UNIL, Faculté de biologie et de médecine, 3e année de médecine

Module B3.6 – Immersion communautaire 2020-2021

Abstract - Groupe n°11

Répercussions des mesures sanitaires dues au coronavirus chez les étudiants universitaires lausannois ; réponses de l'Université et des étudiants

Cindy Bund, Hélène Burdet, Liliana Cerqueira Ferreira, Gianluca Giudice

Introduction

La pandémie du coronavirus est toujours au cœur de l'actualité et entraîne de nombreuses répercussions sur nos vies. Les étudiants n'ont pas été épargnés. Selon une étude menée en Suisse en avril 2020, les interactions sociales sont devenues plus rares, avec plus d'étudiants révisant seuls [1]. Par ailleurs, des études prouvent que le simple fait de faire partie d'un groupe social réduit le stress [2]. C'est donc sans surprise que les mesures sanitaires ont provoqué une augmentation du niveau du stress, d'anxiété, de solitude et entraîné des symptômes dépressifs chez les étudiants [1]. La relation entre les liens sociaux et la santé mentale est solidement établie [4] et des analyses exploratoires ont suggéré que l'impact des mesures sanitaires dues à la Covid-19 est associé à une dégradation de la santé mentale [1].

Étudiant nous-même à Lausanne, c'est aux étudiants de cette ville que nous nous sommes intéressés en formulant notre question de recherche :

Quel est l'impact des mesures sanitaires liées à la pandémie du coronavirus sur la santé mentale des étudiants universitaires lausannois et quelles sont les réponses de l'Université et des étudiants ?

Méthode

Le but de notre travail fut de déterminer quelles mesures sanitaires ont impacté le mode de vie des étudiants, d'en explorer les conséquences sur leur santé mentale, d'explorer les différentes formes de manifestations de la souffrance psychique des étudiants et d'identifier les mesures mises en place par l'Université de Lausanne pour venir en aide aux étudiants. Nous avons procédé à plusieurs entretiens semi-structurés. Nous nous sommes entretenus avec le vice-recteur de l'Université de Lausanne ; un médecin responsable de la Section accueil et interventions brèves de la consultation psychothérapeutique pour les étudiants de l'UNIL ; un médecin responsable de l'unité d'urgence et de crise du Service de psychiatrie de liaison du CHUV ; la secrétaire générale de la FAE (Fédération des associations d'étudiant·e·s) et le directeur du Service des affaires sociales et de la mobilité étudiante (SASME), à l'UNIL. Nous avons aussi été en contact avec l'Association STOP SUICIDE à Genève ainsi qu'avec une psychologue-psychothérapeute, questionnée dans le contexte de son implication à la DISA (Division interdisciplinaire de santé des adolescents).

Résultats

Les restrictions sur l'enseignement en présentiel ainsi que la fermeture des commerces non essentiels sont ressortis comme étant les mesures sanitaires ayant le plus impacté la vie des étudiants. En effet, l'absence d'enseignement en présentiel a entraîné la perte d'interactions sociales et la fermeture des commerces a privé de nombreux étudiants de leur source de revenu, biais par lequel beaucoup s'autofinancent en partie. Pour mieux réaliser l'impact des mesures sanitaires, nous nous sommes penchés sur l'étude "Comment allez-vous" [5], une étude effectuée chaque début d'année académique par l'UNIL auprès des étudiants de première année, visant à vérifier leur adaptation aux études. Cette année, des résultats quelque peu différents sont ressortis : 49% des étudiants ont éprouvé des difficultés d'adaptation aux études, soit environ 10% de plus qu'en 2019 ; 63% ont qualifié leur état psychologique de bon ou satisfaisant (taux le plus bas enregistré depuis 2011) ; 9.9% l'ont jugé peu satisfaisant (+3% par rapport à 2019) et 58.7% se déclarent affectés par la situation sanitaire (manque de contacts, isolement social, anxiété, incertitude, fatigue, démotivation). D'ordre général, les personnes ressortant comme ayant le plus souffert de la situation sont les premières années de Bachelor et les étudiants en mobilité. Ils ont particulièrement souffert de solitude sociale. En effet, n'ayant pas la possibilité de se rendre sur le campus, ils n'ont pas pu créer de réseau social sur place.

La réorganisation des modalités d'enseignement et d'évaluation a également engendré beaucoup de stress et de démotivation, en particulier par le fait de se retrouver constamment seul derrière son écran. La durée de cette situation a également énormément pesé sur le moral, engendrant incertitudes et interrogations quant aux perspectives d'avenir. Un autre semestre de printemps à distance a soulevé une perte de sens et d'intérêt chez certains. En contrepartie, le taux de participation aux examens à la session de l'hiver 20/21 fut semblable aux années précédentes, tout comme le panel des résultats.

La suicidalité (comprenant idées suicidaires, tentatives de suicide et suicides avérés) semble avoir légèrement augmenté, mais pas les suicides avérés, ce qui est rassurant.

Du côté de la consultation psychothérapeutique de l'UNIL, la demande a dans un premier temps baissé. On peut, entre autres, expliquer cela par le fait que beaucoup d'étudiants sont rentrés chez eux à la suite de la fermeture du campus. Au mois de novembre 2020 en revanche, lors du passage total à l'enseignement à distance, les consultations ont connu une forte augmentation, hausse qui s'est maintenue jusqu'à la fin du semestre de printemps. La raison principale de cette augmentation est la durée de cette crise, qui a commencé à peser sur le moral, comme expliqué plus haut. Les motifs de consultations sont restés les mêmes qu'auparavant : plaintes impactant la capacité d'apprentissage (troubles du sommeil, de concentration, anxiété), difficultés relationnelles (vie sentimentale, familiale, sphère amicale) et préoccupations en lien direct avec la formation. À ces motifs se sont surajoutées des préoccupations nouvelles en lien avec la pandémie, comme l'inquiétude qu'un proche tombe malade ou que l'étudiant-e lui-même soit infecté (et que cela l'empêche d'assister aux examens). Certains étudiants ont perdu des proches sans pouvoir faire leur deuil dans de bonnes conditions. Des problèmes de cohabitations se sont également fait ressentir.

Face à cette situation, l'Université a pris diverses mesures pour soutenir les étudiants. Au semestre de printemps 2020, les échecs n'ont pas été comptabilisés. À la rentrée 2020, l'Université avait mis en place un système de jetons, afin d'éviter une trop grande affluence sur le campus, tout en permettant aux étudiants de s'y rendre. Du matériel informatique a été mis à la disposition des étudiants, mais peu y ont fait recours. Un forum nommé "entraide UNIL" et une hotline ont également été mis en place. Au mois de mai 2021, le conseil de l'UNIL a permis aux étudiants de se désinscrire des examens, choix pour lequel beaucoup de premières années ont opté. Les consultations psychothérapeutiques pour les étudiants ont été renforcées en répartissant les consultations avec la policlinique.

Côté financier, le SASME (service des affaires sociales et de la mobilité étudiante) a pu compter sur la Société Académique Vaudoise qui a mis à disposition, au printemps dernier, un fond de 200'000 CHF pour aider les étudiants. C'est par ce biais-là, ainsi qu'à son fond social de base, que le service a pu répondre à la hausse des demandes d'aides. De janvier à mars 2021, une hausse des demandes a de nouveau été constatée et c'est l'Etat de Vaud qui a mis en place un fond d'aide.

La FAE a aussi mis en place une aide en débloquant un fond d'urgence et en organisant des distributions alimentaires. Elle a également tapé du poing avec une liste de revendications, dont certaines ont abouti : la non-comptabilisation des échecs au semestre de printemps 2020 et la possibilité de se désinscrire au printemps 2021. Ils n'ont pas réussi à offrir à nouveau la non-comptabilisation des échecs de cette année académique. À la fin du mois de janvier, la FAE avait lancé un sondage, qui a révélé que 66% des étudiants ont jugé la session d'examens particulièrement éprouvante. Les étudiants ont majoritairement noté leur état psychologique ainsi que les conditions dans lesquelles ils ont passé leurs examens à 2/5 et 3/5. Beaucoup de stress, de perte d'intérêt et des troubles du sommeil ont été relevés.

Discussion

La pandémie n'étant pas encore derrière nous, nous manquons encore fortement de recul sur la situation. En effet, la majorité des résultats statistiques et études à ce sujet sont encore en cours. Pour pouvoir obtenir une comparaison de la situation d'avant et d'après Covid-19, il nous faut donc attendre d'être sorti de cette crise. Les sondages comme celui de la FAE, réalisés une seule fois à un moment donné, sont à considérer avec prudence en termes d'interprétations des données car nous ne disposons actuellement d'aucun point de comparaison. Il n'est toutefois pas rassurant de constater qu'un tel nombre d'étudiants souffre des conséquences de cette pandémie. Il est cependant aussi important de souligner que, comme l'ont dit plusieurs intervenants, beaucoup d'étudiants se sont bien débrouillés et se sont magnifiquement bien adaptés à la situation. Énormément de mobilisation, d'entraide, notamment avec les associations ont été mises en place afin que les personnes ne se retrouvent pas seules et isolées.

Références

1. Elmer T, Mepham K, Stadtfeld C. Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *PLoS One*. 2020;15(7):e0236337.
2. Baumeister RF, Leary MR. The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychol Bull*. mai 1995;117(3):497-529.
3. Bavel JJV, Baicker K, Boggio PS, Capraro V, Cichocka A, Cikara M, et al. Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response. *Nat Hum Behav*. mai 2020;4(5):460-71.
4. Kawachi I, Berkman LF. Social ties and mental health. *J Urban Health*. sept 2001;78(3):458-67.
5. Augsburger S. Comment allez-vous 2020. :54.

Mots clés

Coronavirus ; santé mentale ; étudiants ; université ; mesures sanitaires.

4 juillet 2021

Coronavirus et santé mentale : zoom sur les étudiants

Cindy Bund, Hélène Burdet, Liliana Cerqueira Ferreira, Gianluca Giudice



1. Introduction

La pandémie du coronavirus nous touche maintenant depuis plus d'une année et a imposé la mise en place de nombreuses mesures restrictives. L'Université de Lausanne n'a pas été épargnée et a dû instaurer les cours en ligne comme mode d'enseignement principal : un bouleversement pour les étudiants qui ont dû rapidement s'adapter pour garantir la réussite de leur année. Les interactions sociales sont devenues plus rares, causant solitude et incertitudes. Pour certains étudiants la fermeture des commerces non-essentiels a engendré la perte de leur jobs, causant dans certains cas précarité et anxiété.

C'est dans ce contexte qu'a émergé notre question de recherche :

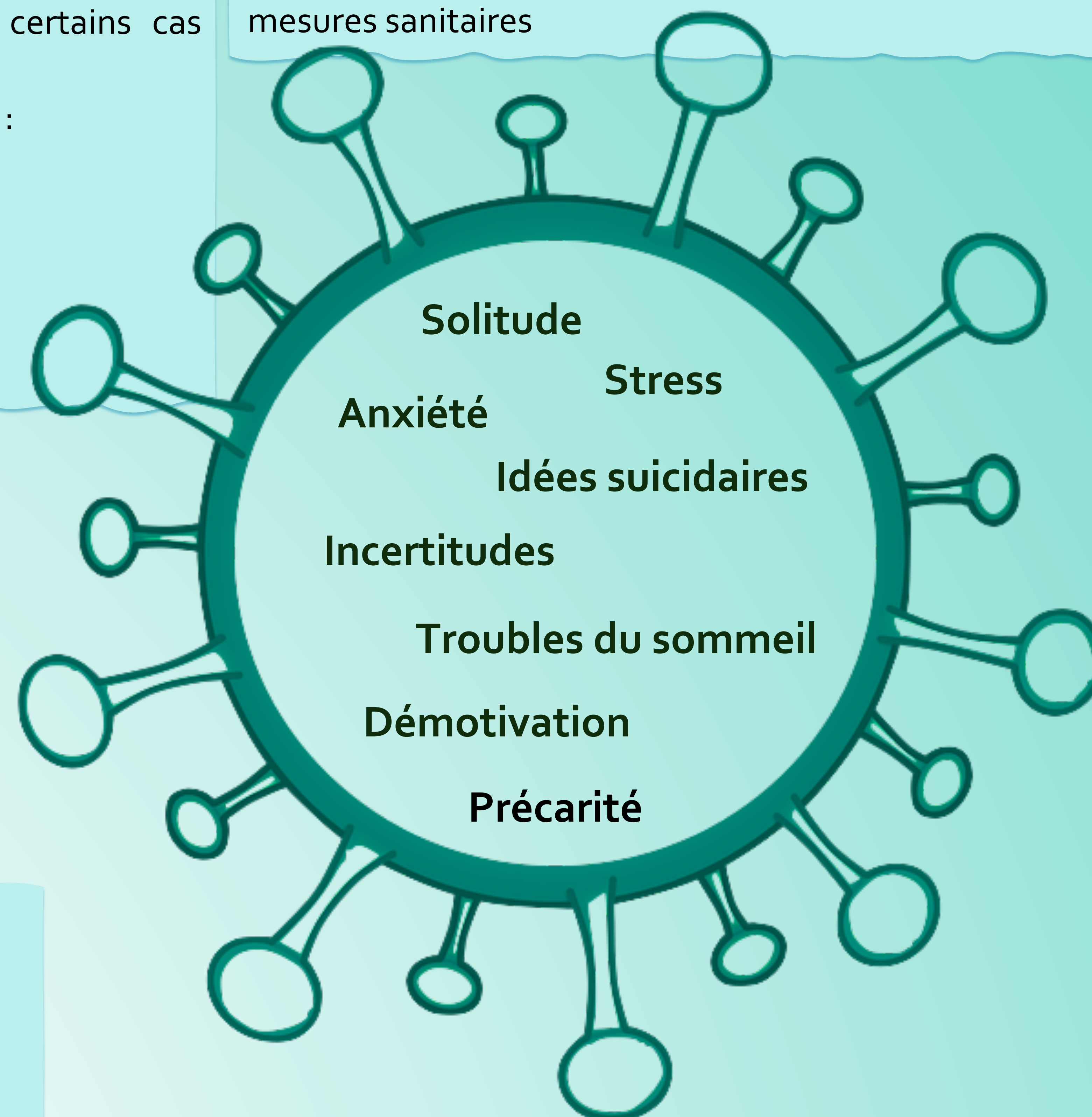
Quel est l'impact des mesures sanitaires liées à la pandémie du coronavirus sur la santé mentale des étudiants universitaires lausannois et quelles sont les réponses des universités et des étudiants ?



2. Méthodologie

Méthode qualitative :

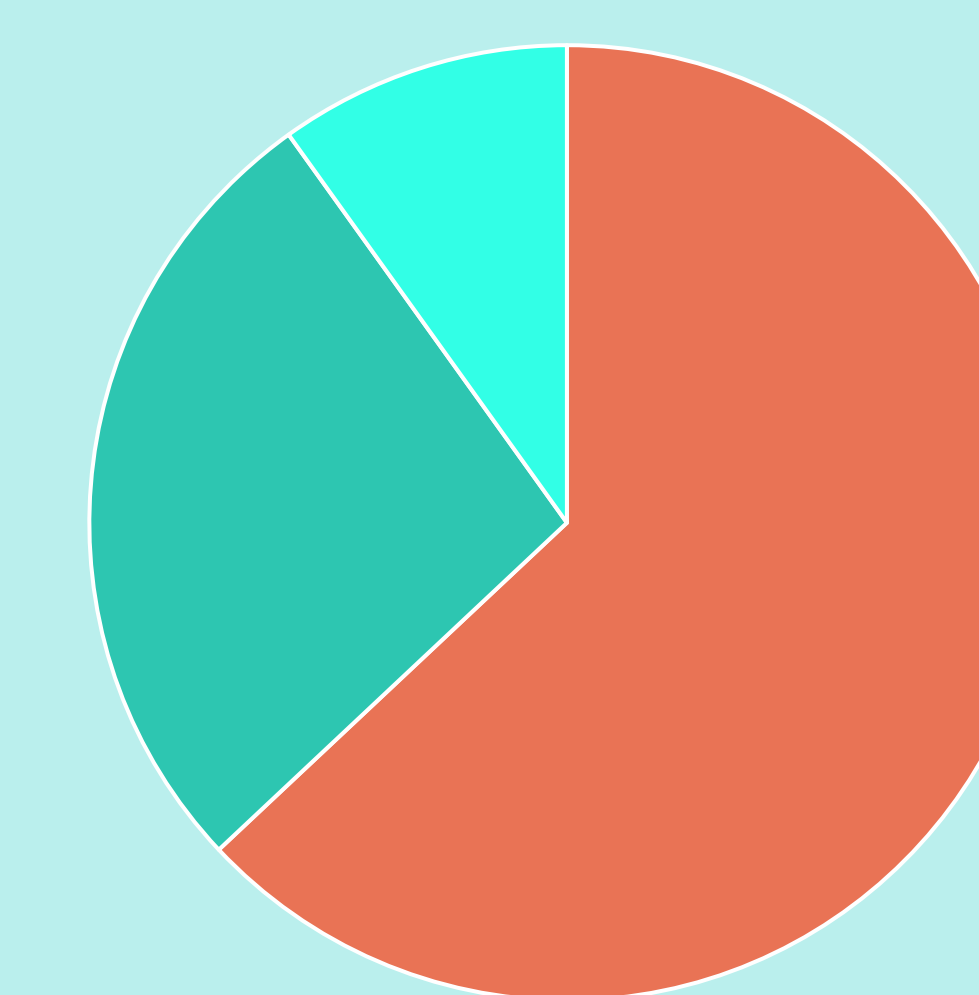
- * Revue de littérature
 - * Entretiens semi-structurés
 - * Vice-recteur UNIL ; FAE ; Psychiatres ; Consultation psy de l'UNIL ; Service des affaires sociales de l'UNIL ; STOP SUICIDE
- Mots clés : coronavirus, santé mentale, étudiants, université, mesures sanitaires



3. Santé mentale

- * Enseignement à distance : solitude sociale
- * Depuis novembre 2020 : le nombre de consultations thérapeutiques à l'UNIL a fortement augmenté
- * La suicidalité (idées suicidaires, tentatives de suicides et suicides avérés) a légèrement augmenté mais pas les suicides avérés
- * Etudiants en première année et étudiants en mobilité ont le plus souffert de la situation
- * Enquête « Comment allez-vous ? »
 - 58.7% des étudiants en première année se sentaient affectés par la situation sanitaire
 - 63% des interrogés ont jugé leur état psychologique de bon ou satisfaisant, taux le plus bas enregistré depuis 2011
 - 9.9% l'ont jugé peu satisfaisant : +3% par rapport à 2019

Comment allez-vous ?



- Etat psychologique bon ou satisfaisant
- Etat psychologique plus ou moins bon
- Etat psychologique peu satisfaisant

4. Réponse de l'UNIL et des étudiants

- * Non-comptabilisation des échecs (printemps 2020)
- * Possibilité de désinscription des examens (printemps 2021)
- * Aides financières par le SASME et la FAE
- * Forum entraîne UNIL et hotline
- * Matériel informatique à disposition
- * Renforcement des consultations psychothérapeutiques pour étudiants
- * Revendications de la FAE
- * Soutien par les associations d'étudiants

5. Conclusion

- * La pandémie a mis en avant l'importance des liens sociaux
- * Etudiants : population particulièrement touchée, un certain nombre va mal
- * Beaucoup ont néanmoins montré une grande capacité d'adaptation
- * Aides de l'Université et d'associations
- * Manque de recul, études et statistiques en cours

Nous tenons à remercier tous les intervenants, ainsi que notre tuteur M. Sanchis, pour leur aide précieuse.

Références : Augsburger S. Comment allez-vous 2020. :54.

Contacts : cindy.bund@unil.ch ; helene.burdet@unil.ch,
liliana.cerqueiraferreira@unil.ch ; gianluca.giudice@unil.ch