

Etude sur la Santé mentale des étudiant(e)s de la métropole de Brest

Résultats préliminaires

Auteur : Frédéric Martin

NB : Il ne s'agit que d'une exploitation initiale et extrêmement partielle de l'ensemble des données de l'étude



Les associations

- Cette étude a été initiée par deux associations, l'Arche des Psys France et la délégation 29 de l'Unafam (Union nationale de familles et amis de malades ou handicapés psychiques), dans lesquelles le coordinateur de l'étude intervient comme bénévole. Une stagiaire de licence en Psychologie de l'UBO y a participé :
 - L'Arche des Psys France, créée en 2017, a des locaux à Brest, des lieux d'accueil à Rennes et un centre à Paris 20ème. A Brest, elle propose un espace d'écoute et de soutien et assure notamment la prise en charge de patients dont les moyens financiers ne leur permettent pas d'accéder à des professionnels libéraux.
<https://www.archedespsy.fr/>
 - L'UNAFAM s'adresse aux proches de personnes touchés par la maladie psychique. Elle rassemble plus de 15 000 familles adhérentes à qui elle propose un accompagnement par des pairs (près de 2000 bénévoles) dans 305 points d'accueil en France. La délégation 29 de l'UNAFAM a 5 points d'accueil sur le Finistère : Brest, Concarneau, Landerneau, Morlaix et Quimper.
<https://www.unafam.org/>



Origine et objectifs de l'étude

- Le rapport du CESER Bretagne de 2023 sur la santé mentale des jeunes a pointé l'insuffisance d'études, récentes et ciblées sur ce thème.
- Une étude du Lancet de 2023, menée en Grande-Bretagne, a montré la **plus grande fragilité psychique des étudiants** par rapport aux jeunes ne menant pas des études supérieures.
- En France des études locales ciblant les étudiants, avec une thématique spécifique sur la santé mentale ou intégrant cette dimension ont été menées ces dernières années (universités de Rouen-Normandie, de Bordeaux, de Paris X, de Lyon 1, d'Aix-Marseille, ...).
- **Aucune étude spécifique sur les questions de santé mentale n'a été menée sur la ville de Brest, à notre connaissance** (Une étude, d'une thèse de médecine, conduite post-Covid en 2022 auprès des étudiants de l'UBO, comportait une question, rétrospective, sur leur état psychologique en 2020)
- **Un des objectifs était aussi de pouvoir comparer les résultats de notre étude** avec des études nationales conduites par l'Observatoire national de la Vie Etudiante ainsi qu'avec celles d'universités.

Modalités de réalisation

- Nous avons utilisé **la même trame de questionnaire et les mêmes échelles d'évaluation que celles de l'enquête 2023 de l'OVE**, en simplifiant le questionnaire.
- Ce questionnaire a été complété d'une **mesure spécifique de l'anxiété** (qui n'est pas recueillie dans le questionnaire OVE) et d'une dizaine de **questions préalables** :
 - La proximité géographique familiale durant les études
 - Le soutien familial (non financier) apporté à l'étudiant dans son cursus
 - L'allocation d'une bourse ou l'attribution d'autres allocations (APL, etc.)
 - Le fait de disposer de ressources financières suffisantes (impliquant la nécessité ou non de travailler pendant les études)
 - La pratique d'une activité physique régulière
 - L'existence d'un handicap physique ou d'une maladie chronique chez l'étudiant (sans autre précision)
 - La qualité perçue de l'intégration individuelle au sein de la structure académique où est l'étudiant
 - L'appréciation générale portée sur l'ambiance et le déroulement de sa scolarité au sein de cette structure académique
 - L'adéquation des études menées avec les aspirations initiales de l'étudiant
 - La confiance de l'étudiant quant à sa capacité à réussir ses études
- **En dehors des questions signalétiques, aucune des questions n'était obligatoire**, pour accroître le taux de réponse, même partiel, au questionnaire.
- **Le questionnaire prenait 5 à 10 minutes** (selon les questions conditionnelles activées ou pas).
- Cette enquête a **été mise en ligne du 15 avril au 31 mai**.

Modalités de réalisation

- **Nous avons contacté les structures institutionnelles** – direction de l'UBO et de départements, directions d'écoles, directions de lycées... – par mail. La Vice-Présidente pour l'enseignement supérieur de la métropole de Brest a aussi relayé par un post le lien de l'enquête.
 - Plusieurs structures nous ont indiqué avoir diffusé le lien de l'enquête à leurs étudiants.
- Nous avons mené un **processus de contact direct** via des canaux comme les syndicats d'étudiants, les associations d'étudiants, les forums en ligne d'étudiants, les pages Facebook et Instagram d'écoles ou de Bureau des élèves, afin qu'ils diffusent le lien de l'étude.
- Cette demande de participation a aussi été **relayée par affichage sur les tableaux d'information dans les établissements** accessibles (UBO, Ecoles, bibliothèques, etc...).
- F. Martin a participé sur **Radio U à une émission sur le thème de la santé mentale des étudiants** et sur les études menées dans ce domaine.
- **Nous avons recueilli 1304 réponses exploitables** (c'est-à-dire ayant été au-delà des seules questions signalétiques).



Résultats préliminaires – Répondants

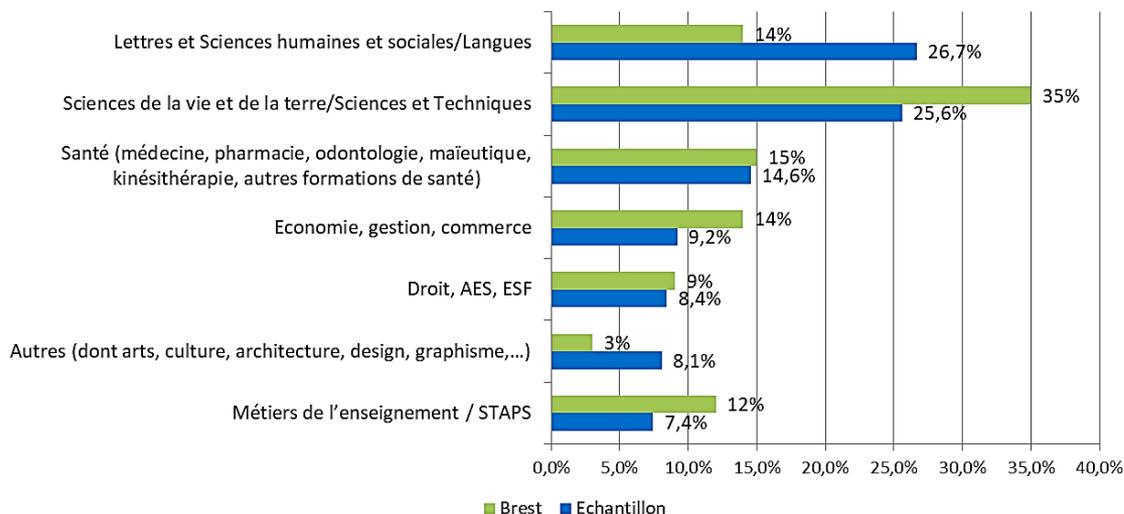
Nombre de répondants

1304

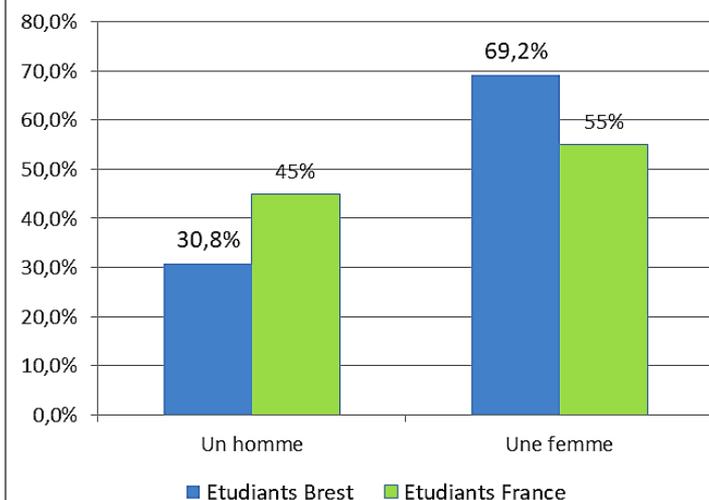
Moyenne d'âge

21 ans

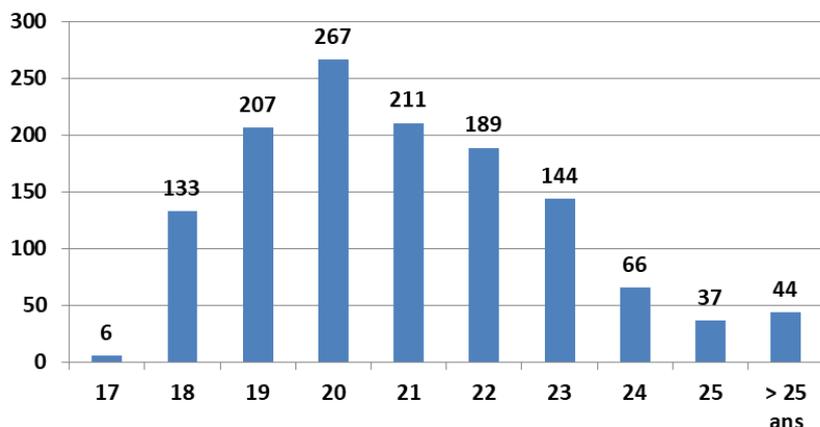
Filières



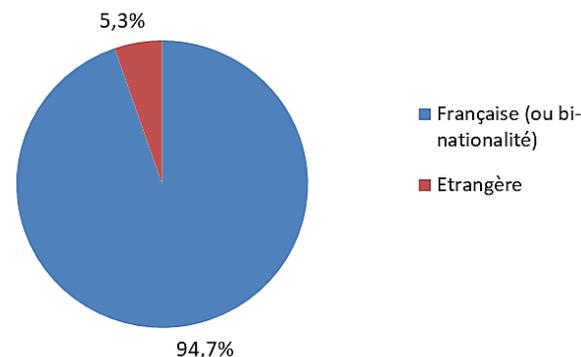
Genre



Répartition de l'échantillon par âge



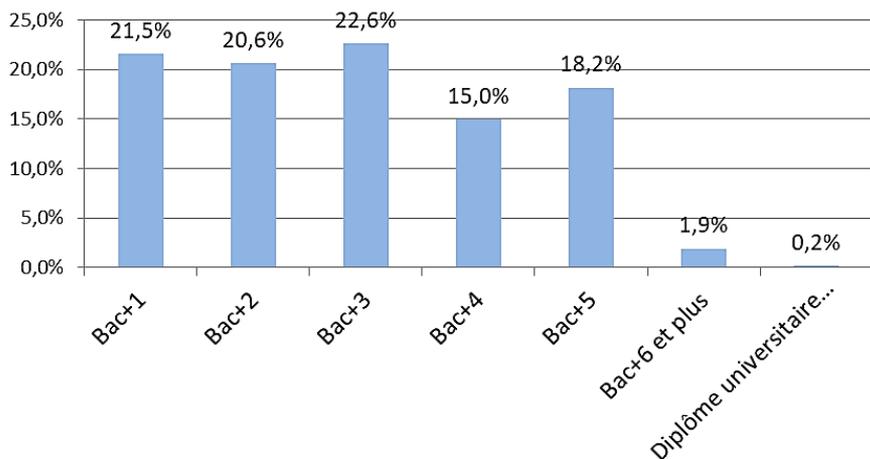
Nationalité



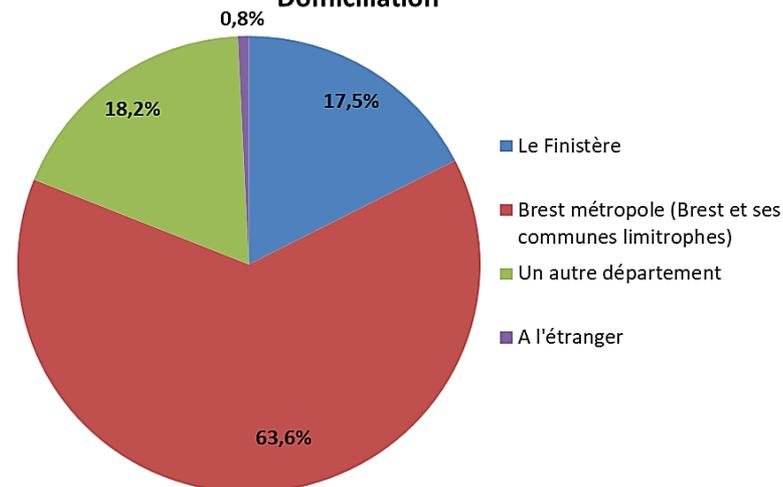


Résultats préliminaires - Répondants

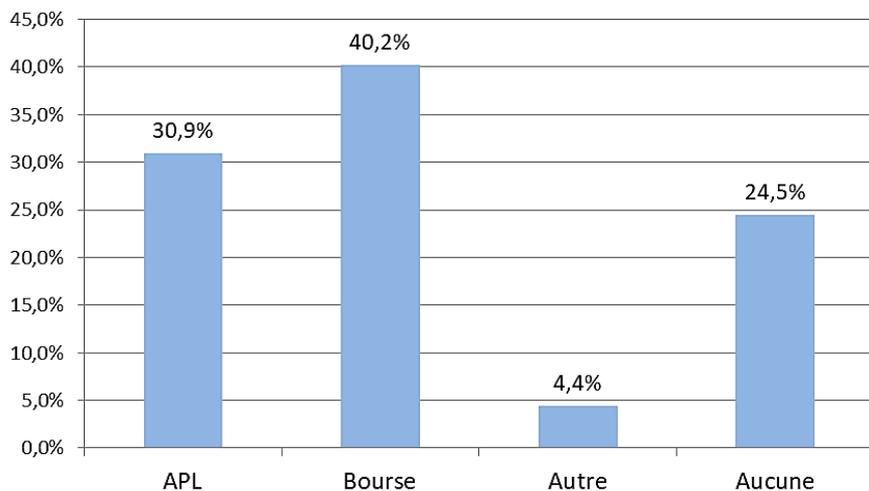
Année d'étude



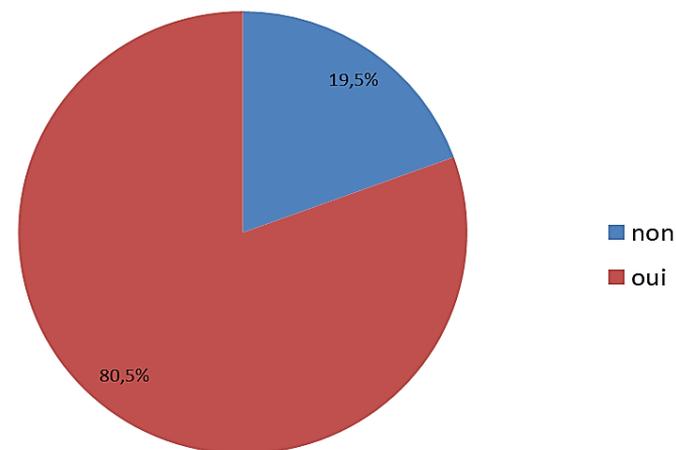
Domiciliation



Aide financière

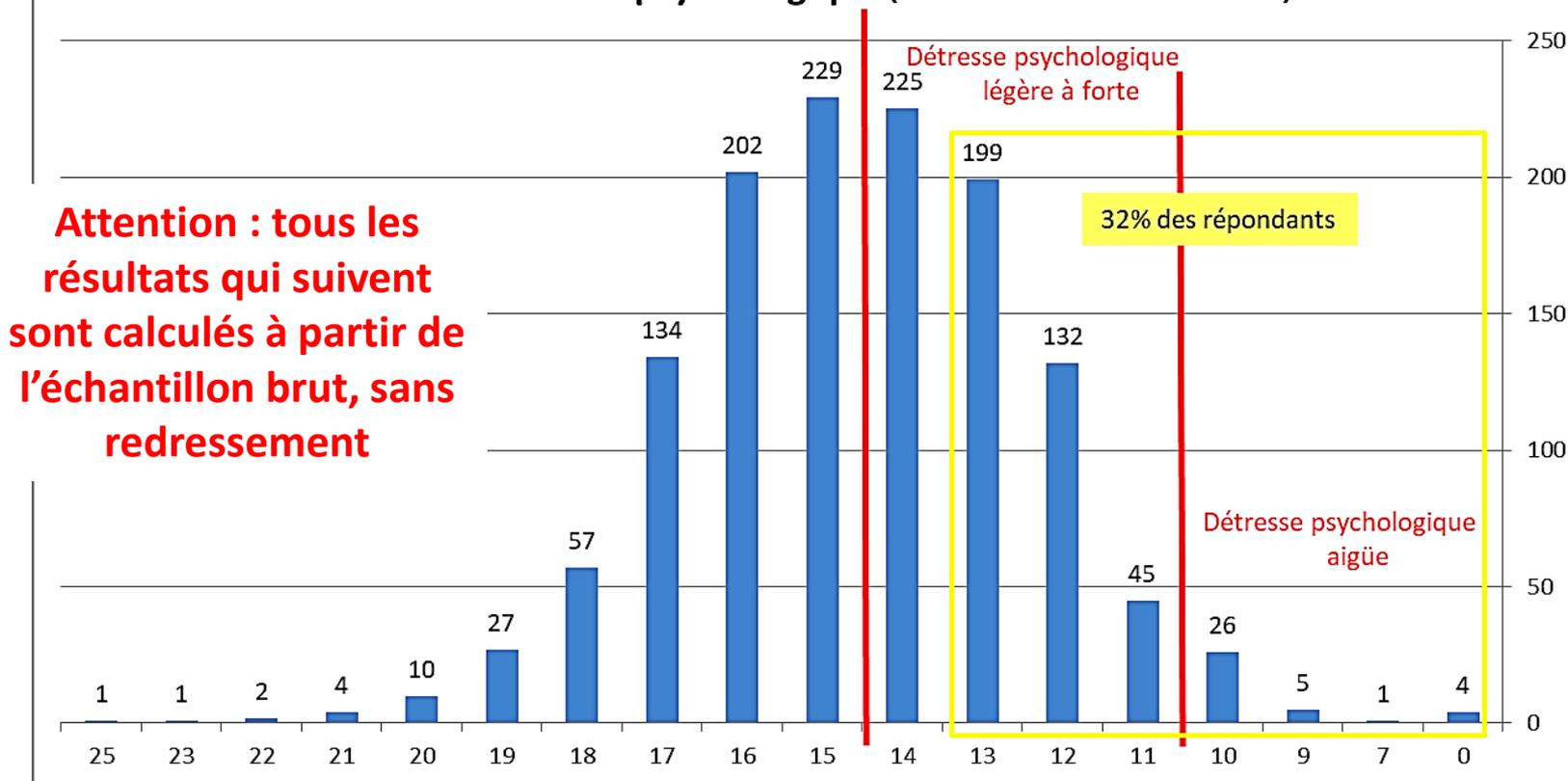


Etudiants devant travailler pendant leurs études



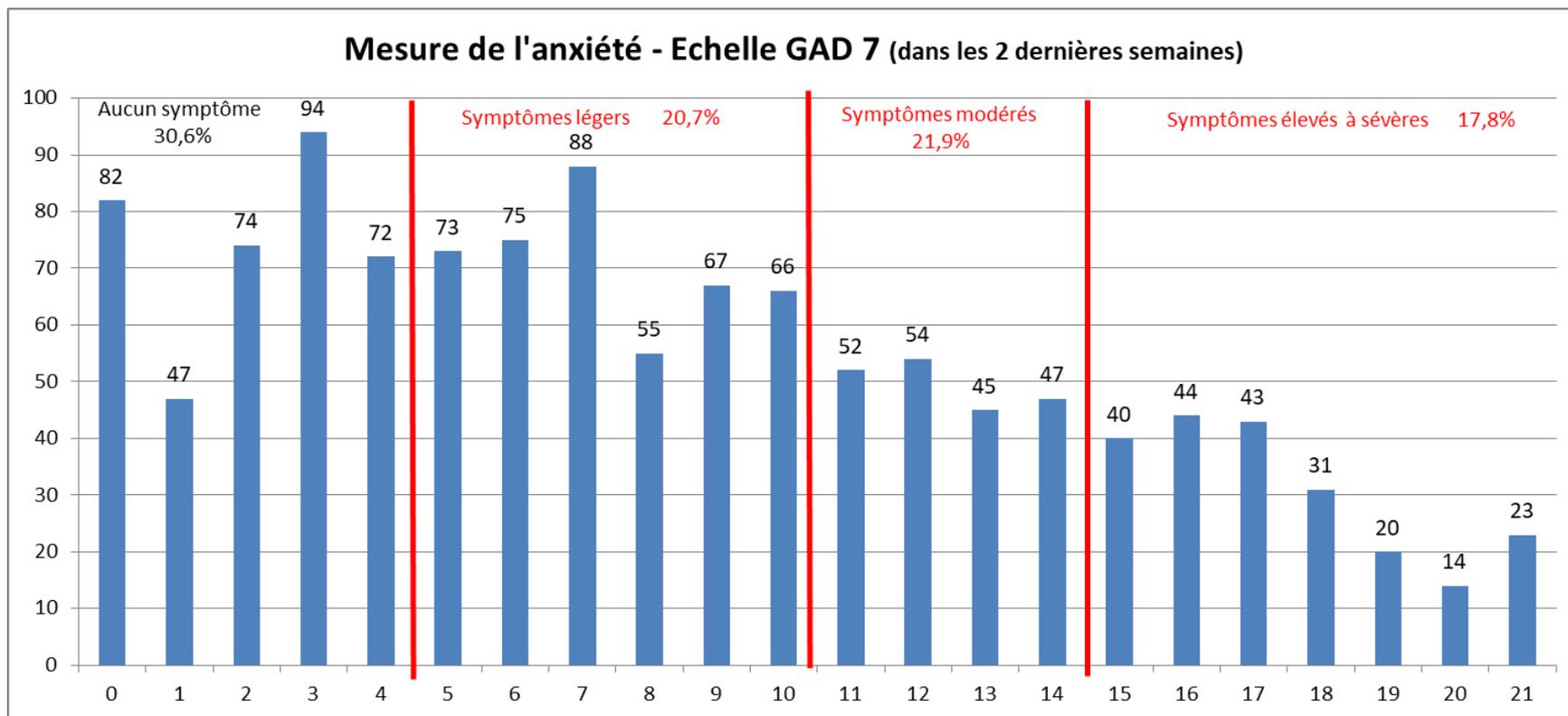
Mesure de détresse psychologique

Score de détresse psychologique (dans les 4 dernières semaines)



32% des répondants présentent un score de détresse psychologique allant de moyen à aiguë.

Mesure de l'anxiété

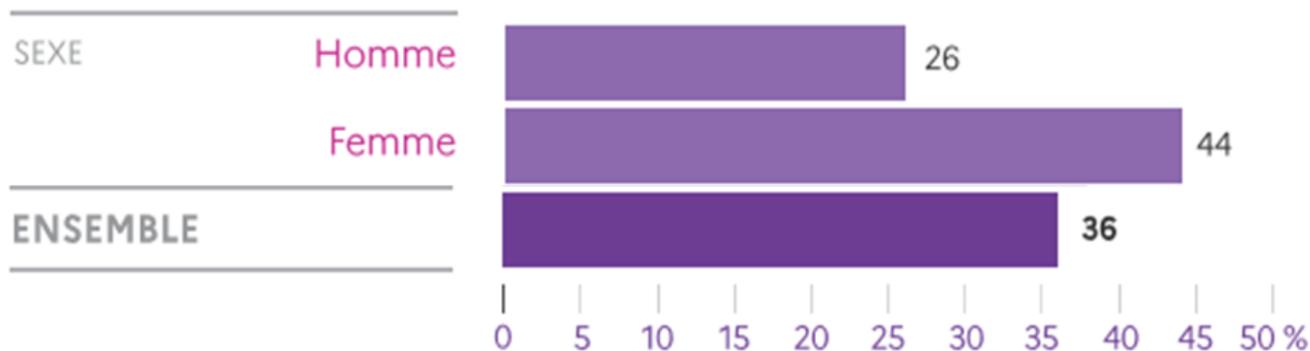


Environ 18% des répondants présentent un score d'anxiété élevé, voire sévère

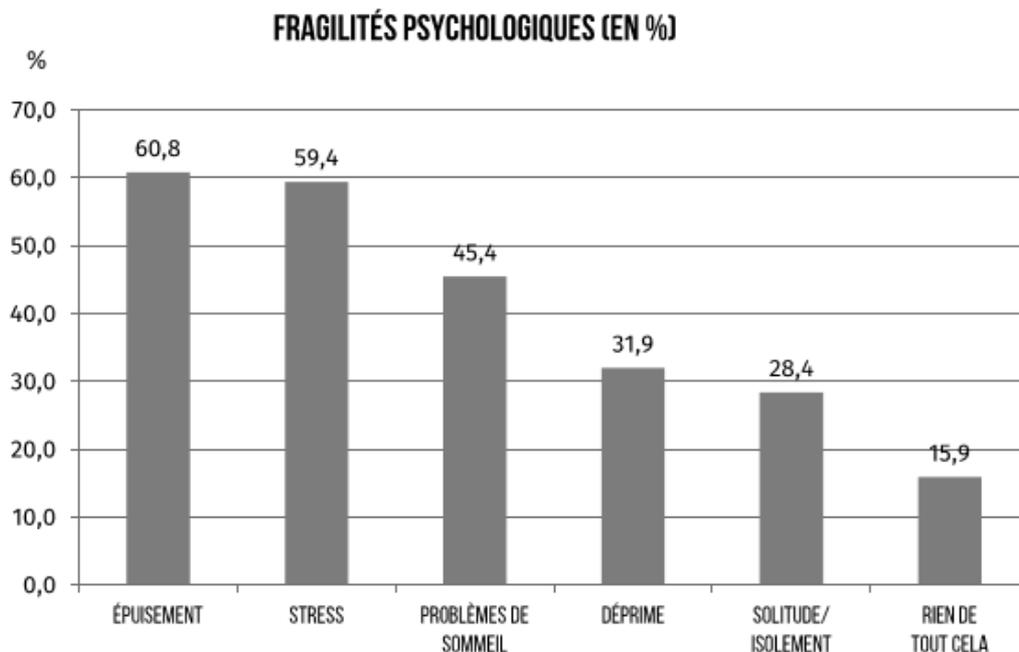


Éléments issus d'autres études

Etude OVE 2023 – Détresse psychologique



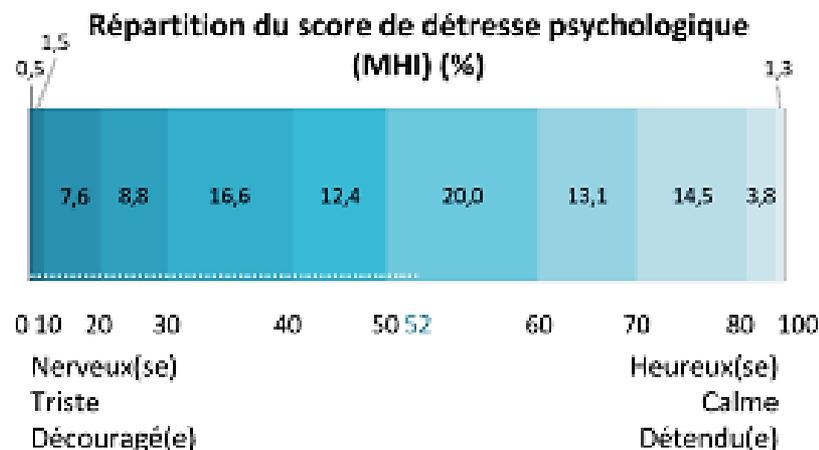
Etude OVE 2016



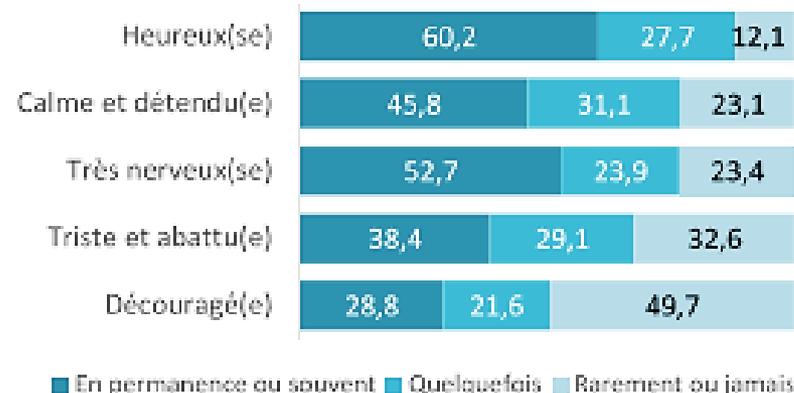


Éléments issus d'autres études

Etude 2022/2023 - Université Rouen-Normandie



État mental au cours des 4 dernières semaines (%)



Etude Université Lyon 1 Février 2022

Détails des réponses aux items fermés proposés par le questionnaire sur les facteurs liés au ressenti mal-être :

Éléments déclarés en lien avec le ressenti de mal-être	Nb de répondants	% ⁶
Stress permanent (peur de l'échec, de l'avenir...)	630	88,8 %
Faible motivation, perte de sens de vos études	471	65,8 %
Difficultés récurrentes et importantes de concentration, d'attention	364	50,8 %



Mesure de la dépression

- Mesure d'un Episode Dépressif Caractérisé au cours de l'année, telle que mesurée par le questionnaire CIDI-SF (Composite International Diagnostic Interview short-form), un questionnaire standardisé reprenant les critères du DSM-IV.
 - La mesure se construit en deux étapes. D'abord, une série de questions porte sur l'existence d'une période de 15 jours de tristesse ou de perte d'intérêt presque tous les jours et pratiquement toute la journée.
 - Ensuite, une évaluation du nombre de symptômes secondaires durant cette période et du retentissement fonctionnel qu'ils provoquent permet de définir l'EDC. Un EDC est donc défini par la présence d'une telle période associée à au moins trois symptômes secondaires, et une perturbation des activités.

850 étudiants déclarent avoir vécu au cours des douze derniers mois une période d'au moins deux semaines consécutives pendant lesquelles ils se sentaient triste, déprimé(e), sans espoir (sur 1285 réponses recueillies à cette question)

396 étudiants **(soit 30,8%)** pour lesquels la mesure à partir de l'échelle CIDI-SF illustre un épisode dépressif caractérisé pendant les 2 semaines en question (au cours des 12 derniers mois)

309 étudiants **(soit 24% %)** pour lesquels ces problèmes durent encore aujourd'hui



Éléments issus d'autres études

Santé publique France

Répartition de la prévalence de l'EDC déclaré au cours des 12 derniers mois chez les 18-85 ans, selon l'intensité, le sexe et l'âge, en 2021, en France métropolitaine

	Effectifs bruts	% EDC (pondérés)	IC95%	Selon l'intensité de l'EDC		
				% EDC léger (pondérés)	% EDC modéré (pondérés)	% EDC sévère (pondérés)
Ensemble	24 415	12,5	12,1-13,1	0,4	6,6	5,5
Sexe						
Hommes	11 328	9,3	8,6-10,0	0,3	5,2	3,8
Femmes	13 087	15,6	14,8-16,4	0,5	8,0	7,1
Âge						
18-24 ans	2 033	20,8	18,7-23,0	1,1	11,0	8,7
25-34 ans	3 215	15,6	14,2-17,2	0,5	8,6	6,5

Etude Université de Bordeaux 2023

Characteristic, N (%)	Pre-pandemic sample (N = 4664)	Post-pandemic sample (N = 1768)	Standardized post-pandemic sample (N = 4664)
Depressive symptoms ^f	1194 (25.6)	765 (43.3)	1891 (40.6)

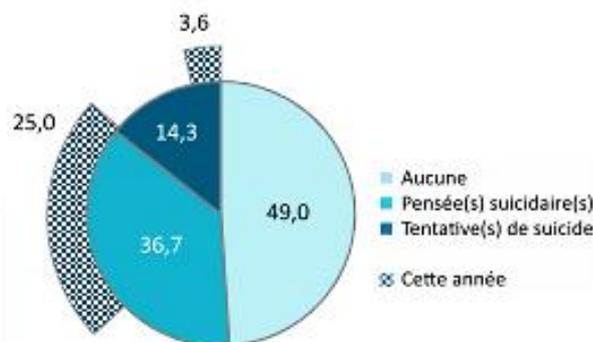
Idées suicidaires et TS

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous pensé à vous suicider ?	En nombre	% des répondants à la question	% de l'échantillon global
Non	935		
Oui	272	22,5%	20,9%
Nb de répondants	1207		

Avez-vous été jusqu'à imaginer comment vous y prendre ?	En nombre	% des répondants à la question	% de l'échantillon global
Non	66		
Oui	205	75,6%	15,7%
Nb de répondants	271		

Avez-vous finalement fait une tentative de suicide ?	En nombre	% des répondants à la question	% de l'échantillon global
Non	252		
Oui	19	7,0%	1,46%
Nb de répondants	271		

Pensées suicidaires et tentatives de suicide (%)



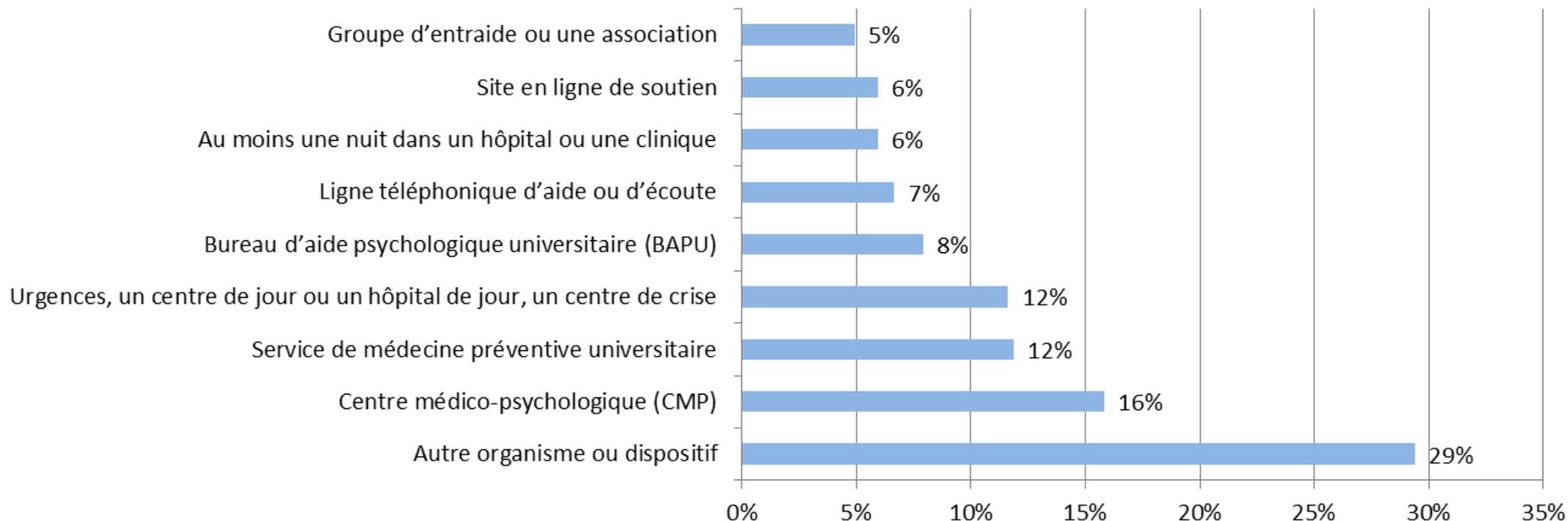
Etude 2022/2023
Université
Rouen-Normandie

dont 7 en filière Langues, Lettres, Sc Hum et Sociales - 37% (pour un % de répondants de 27%)
16 femmes
3 hommes
dont 5 en filière Santé - 26% (pour un % de répondants de 15%)

Recours aux soins

21% des répondants ont eu recours dans les 12 derniers mois à au moins une structure / un dispositif de soins pour des problèmes psychologiques

Recours aux structures de soins ou autre dispositif



Recours aux soins

% de répondants ayant consulté au moins un professionnel sur les 12 derniers mois pour un problème psychologique (Généraliste, psychiatre, autre spécialiste, psychologue, psychanalyste, psychothérapeute, autre thérapeute)	35%
dont % de répondants ayant consulté plusieurs professionnels dans les 12 derniers mois	15%

Le recours à l'un (ou plusieurs) de ces services ou professionnels de santé vous a t'il été bénéfique ?		Cumul
Oui, beaucoup	30%	72%
Oui, un peu	42%	
Non, pas du tout	7%	
Non, pas vraiment	21%	

Le recours à des professionnels reste essentiel pour faire face aux difficultés psychologiques rencontrées, 72% des répondants estiment que ce recours leur a été bénéfique



Recours aux soins

Dans les 12 derniers mois % d'occurrences sur l'ensemble des répondants d'une prescription d'un anxiolytique ou d'un somnifère ou d'un psychostimulant ou d'un antidépresseur ou d'une thymorégulateur ou d'un neuroleptique	33%
Dans les 12 derniers mois % de répondants ayant eu une prescription d'un ou plusieurs médicaments : anxiolytique ou somnifère ou psychostimulant ou antidépresseur ou thymorégulateur ou neuroleptique	19%
Ont eu recours à un dispositif de soutien (SSE, Santé Psy Etudiants, Ligne d'écoute, autre) dans les 12 derniers mois	16%

Cela vous a t'il été bénéfique ?		Cumul
Oui, beaucoup	19%	73%
Oui, un peu	54%	
Non, pas du tout	9%	
Non, pas vraiment	18%	

Les dispositifs de soutien, quels qu'ils soient, apparaissent aussi bénéfiques en terme de soutien psychologique

Connaissance d'actions de prévention/de soutien concernant la santé mentale qui sont éventuellement mises en œuvre au sein de leur structure d'enseignement ?	
Oui	48%
Non	52%



Modulation des mesures effectuées

- **Surreprésentation (modérée) dans notre échantillon brut des étudiants en Langues, Lettres et Sciences Humaines**, dont on observe dans toutes les études qu'ils présentent des mesures un peu plus élevées d'anxiété et de détresse psychologique (exemple : taux de tentatives de suicide dans notre échantillon 1,4 fois supérieur pour ces étudiants que leur proportion).
- **Surreprésentation des femmes** (69% contre 55% en population étudiante nationale, soit un facteur de 1,25) pour lesquelles on observe aussi des taux plus élevés de détresse psychologique ou d'épisodes dépressifs (cf. études OVE, Santé publique France).
- **Biais « d'auto-sélection » courant dans les études de cette nature** : une proportion souvent plus forte des répondants qu'en population générale est plus réceptive à la problématique de la santé mentale, parce qu'ils ont traversé ou traversent ce type de situation. Il est très difficile d'évaluer dans quelle proportion, même limitée, cela intensifie les résultats.
- **Caractère rétrospectif des questions servant à évaluer un épisode dépressif** (« Dans les 12 derniers mois avez-vous connu »). Si le souvenir est parfaitement là, la netteté de l'intensité de tous les facteurs sur lesquels portent les différentes questions peut être susceptible de réévaluation en fonction de l'antériorité temporelle, or c'est sur ces questions que se détermine l'évaluation de l'intensité de l'épisode dépressif.
- **Tendance possible - même modérée - à une intensification de certaines réponses** (notamment du fait d'un discours sociétal le rendant plus acceptable), alors même que le questionnaire est rempli individuellement et anonymement.

Suite de l'analyse

- Exploitation de l'ensemble des critères d'analyse et questions de l'enquête de façon consolidée
- Déclinaison des analyses sur des sous-populations spécifiques
 - H/F
 - 1^{er} et 2^e/3^e cycles d'études
 - Grandes filières
 - Handicap ou maladie chronique
 - Etc..
- Comparaison des résultats consolidés avec l'enquête OVE et les enquêtes d'autres sources
- Analyse des corrélations entre certaines variables (critères et mesures) pour identifier des facteurs significatifs éventuels (ressources financières, proximité familiale, pratique d'une activité physique, handicap ou maladie chronique, ambiance et déroulement de la scolarité)

Discussion en cours avec le Laboratoire de Psychologie de l'UBO pour faire travailler un petit groupe d'étudiants de M1 sur ces sujets à partir d'octobre 2024 dans le cadre d'un stage collectif