

BILAN D'ACTION

Les interventions en classes préparatoires : un dispositif probant





intro

Gestion du stress difficile, pression à la réussite, difficultés de sommeil, déprime plus ou moins passagère : les étudiant·e·s en classes préparatoires ont bien souvent du mal à prendre soin de leur santé mentale durant leurs études. Étant affilié·e·s à des lycées, ils-elles n'ont souvent pas connaissance des ressources existantes dans le système de soin universitaire. Loin d'être une priorité, le maintien d'une bonne santé mentale est pourtant un facteur essentiel de réussite académique.

Dans ce contexte, Nightline a mis en place à la fin 2020 un dispositif s'adressant spécifiquement à la population des étudiant·e·s de classes préparatoires dans la ville de Paris, grâce au soutien du Crous de Paris via la CVEC.



Aujourd'hui, après plusieurs années d'évolution et d'amélioration constante du dispositif, Nightline tire un bilan de cette action pour l'année 2022, pour laquelle elle a reçu l'agrément du rectorat de Paris d'« association éducative complémentaire de l'enseignement public ».

impact



Volet étudiant

Une action de prévention sur la santé mentale d'1h30, animée par une psychologue, est proposée directement aux étudiant·e·s de classes préparatoires. Elle permet d'apporter des outils et des informations pour prendre soin de soi et faire face aux difficultés qu'ils-elles pourraient rencontrer.

4,5/5

score moyen
de satisfaction

54 classes

toutes filières
confondues

2 041 étudiant·e·s

touché·e·s entre mars
2022 et février 2023

4,3/5

score moyen
d'utilité
perçue

10 lycées

partenaires



Chaptal, Raspail, Carnot, Condorcet,
Jules-Ferry, Lavoisier, Pierre-Gilles
De Gennes, Jean-Baptiste Say,
Turgot et Voltaire

Volet enseignant

Près de 30 professionnel-le-s ont bénéficié d'une formation de 2 heures intitulée « Que faire pour promouvoir la santé mentale des étudiant-e-s et accompagner ceux et celles qui sont en difficulté ? ».

6,33/7
score moyen
de satisfaction

6,33/7
score moyen
d'utilité perçue

Ce qu'ils ont aimé

- clarté du contenu
- utilité pour situations pratiques

Volet infirmier

Un atelier inédit animé par une psychologue de l'association a réuni les infirmières scolaires de plusieurs lycées afin de les aider dans le soutien qu'elles apportent au quotidien aux étudiant-e-s.

Des informations supplémentaires ont été apportées pour étayer la compréhension des situations complexes, notamment dans la question de l'évaluation et l'accompagnement des étudiant-e-s ayant des pensées suicidaires.

Le +

- se retrouver dans un tiers lieu permettant une prise de parole libérée et un partage d'expérience.



58 étudiant·e·s
ont bénéficié de
ces consultations
en 2022

Volet partenarial

Nightline a participé à la mise en place d'une permanence psychologique au lycée Chaptal en collaboration avec les professionnel·le·s du centre médico-psychologique (CMP) Amsterdam dans le 8^{ème} arrondissement de Paris, permettant aux étudiant·e·s du lycée d'avoir accès à 5h30 de consultations par semaine au sein de leur établissement.

Un accès pour tou·te·s

→ Le partenariat avec le CPS (Centre de Prévention Suicide de Paris), permet désormais aux étudiant·e·s des lycées partenaires de bénéficier de consultations rapides dans leur structure, pour des états de crises aiguës.

Nouveauté → 2022

Nightline a choisi d'impliquer des ancien·ne·s étudiant·e·s de classes préparatoires dans un projet de **prévention par les pairs**, dans une démarche de santé communautaire dans laquelle s'inscrit l'association. Ils·elles ont ainsi pu être formé·e·s à la santé mentale et à la démarche communautaire en santé, et ont co-construit une campagne d'affichage de prévention en santé mentale destinée aux étudiant·e·s actuel·le·s en CPGE.



en bref



Le dispositif mis en place auprès des étudiant·e·s et des professionnel·le·s apporte une réponse pertinente et adaptée dans la prévention et la promotion de la santé mentale des étudiant·e·s de CPGE.

Nightline remercie son partenaire le Crous de Paris ainsi que tous les lycées qui nous ont fait confiance.

Aujourd'hui, la France compte plus de 80 000 étudiant·e·s en classes préparatoires : chacun·e d'entre elles·eux devraient pouvoir bénéficier d'un éclairage sur sa santé mentale. C'est ce que soutient Nightline avec ce dispositif que nous espérons essayer dans de nouvelles villes avec le soutien de nos partenaires.