

Résultats de l'évaluation de la formation Premiers Secours en Santé Mentale

Contexte

Le nombre de troubles dépressifs chez les étudiants universitaires a augmenté au cours des dernières décennies, ce qui amène la santé mentale au centre des priorités de santé publique (Ishida et al., 2020). A cela s'ajoute un renoncement aux soins de la part de la population étudiante, touchée particulièrement la précarité économique (Giret & Tenret, 2019), et la peur d'être stigmatisés par leurs pairs (Clement et al., 2015). Ceci retarde la reconnaissance de la survenue d'un trouble psychique, mais également le soin et l'accompagnement de la personne en souffrance psychique (Egisdal et al., 2016).



Pour cela, l'Espace Santé Étudiant propose des consultations et téléconsultations sans avance de frais (tiers payant intégral). Il s'agit d'un service centralisé et holistique où les étudiants peuvent être pris en charge et viser à maintenir ou à améliorer leur capital santé pendant leurs études.

La formation PSSM

En 2001, Betty Kitchener, éducatrice et usagère en santé mentale, et le professeur Anthony F. Jorm, chercheur en santé mentale, créent ce programme originellement pour enrichir et élargir le principe de formation aux premiers secours physiques, en y intégrant les troubles psychiques. Depuis, la formation est adoptée par de nombreux pays qui souhaitent apprendre comment fournir un soutien initial aux personnes atteintes ou développant un trouble psychique, présentant des signes d'aggravation, ou en état de crise (PSSM France, 2021).

Après son arrivée à l'université de Bordeaux en 2018 pour une première phase pilote, l'Espace Santé Étudiant de Bordeaux forme de manière totalement gratuite dès fin 2020 les étudiants en deux jours. Comme tout programme, il est nécessaire d'apporter une évaluation pour, à la fois, rendre compte de l'intérêt que celui-ci peut avoir sur les populations, et produire du changement en vue d'améliorer les enseignements proposés. Ceci permet alors de produire de la connaissance sur le programme et donc contribuer à le faire progresser collectivement.



Méthode utilisée

Une méthodologie mixte a été envisagée pour connaître les apports de la formation pour les étudiants.

- Un questionnaire pré-post formation a été envoyé aux étudiants qui passent la formation entre le 12 mai et 21 juin ($n = 52$). Des statistiques descriptives permettent de connaître l'évolution des connaissances, attitudes et pratiques enseignées dans la formation.
- Pour compléter ces résultats, des entretiens semi-directifs ($n = 9$) sont réalisés avec des personnes formées entre janvier 2021 et mars 2022. Une analyse par thème explore les motivations à participer et l'aide apportée à un individu.

Résultats des CAP

Les résultats de notre étude indiquent que la formation PSSM est intéressante pour les étudiants de l'UB dans la mesure où elle fait évoluer leurs connaissances, attitudes et pratiques dans les questions liées à la santé mentale, notamment les troubles psychiques.

Une note a été attribuée à chaque participant du questionnaire pré-post formation. La note globale pour l'avant formation est de **8.92/12** en moyenne, et il augmente à **10.44/12** en moyenne après la formation.

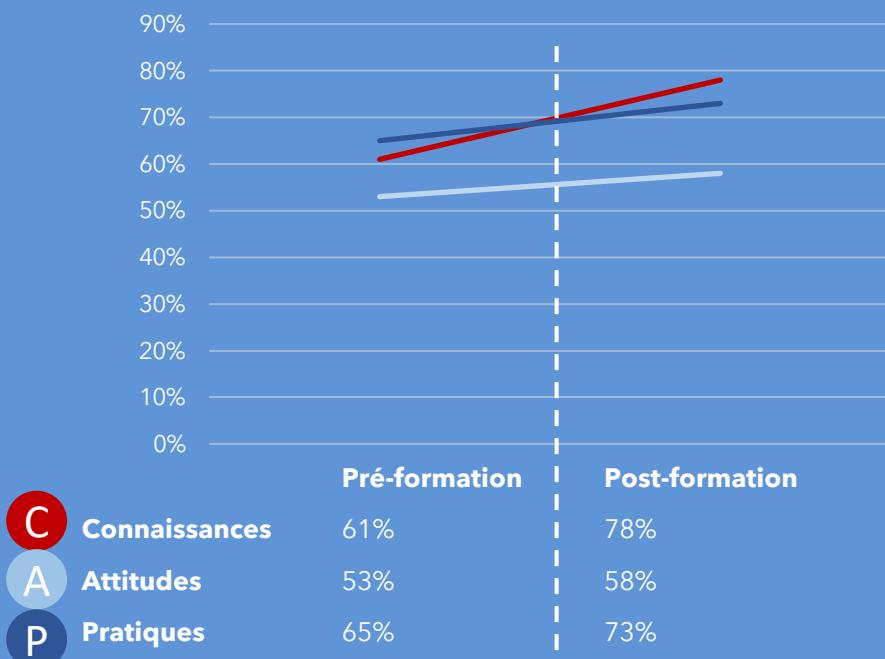
L'enquête CAP est un outil qui permet d'identifier un besoin éducationnel. Elle évalue trois points : « *le niveau de la connaissance complète, les attitudes motivant les comportements, et les pratiques préventives et de prise en charge des populations cibles. Il s'agit d'une étude mixte, (qualitative et quantitative) menée dans une visée analytique.* » (Essi et al, 2013)

Évolution de la note entre l'Avant et après formation	Nombre d'étudiants	Pourcentage d'étudiants (%)
Évolution négative (<0)	13	5,77%
Évolution positive (>0)	39	75%
Total	52	100,00%

Exemple d'interprétation :
75% des étudiants ont vu leur note augmenter après avoir passé la formation PSSM.

Plus précisément, les étudiants ont gagné jusqu'à 5 points sur leur note (sur 12 points au total). Avec 11 étudiants ayant connu une augmentation de plus de 3 points (soit 21,15% des participants au questionnaire).

Évolution des C-A-P entre l'avant et après formation



Le questionnaire à destination des étudiants a été distribué avant et après la formation PSSM. Cette méthode nous a permis d'observer directement la différence entre l'avant et l'après formation. Les résultats de ce tableau montrent alors que le nombre de réponses correctes aux questions sur les CAP est plus élevé après la formation.

Des entretiens semi-directifs ont été réalisés afin de compléter et enrichir les données du questionnaire. En effet, le fait d'avoir pu récolter des informations plus détaillées sur le vécu des étudiants nous a donné plus de visibilité sur les différents apports de la formation.

Connaissances

« C'est venu confirmer ce que je voulais faire, et c'est venu aussi enrichir mes connaissances à ce niveau-là »

(M, étudiant en 3ème année de licence de psychologie)

Attitudes

« Je pense qu'avant j'avais un peu la vieille mentalité des pompiers de se dire « arrête de pleurnicher, ce n'est rien ce que tu as » »

(T, étudiant en doctorat de physique)

« Je me dis que maintenant je saurai réagir. [...] justement ce dispositif AERER est très intéressant à connaître et surtout le fait qu'il soit universel et applicable pour tous types de troubles. »

(LO, étudiante en master MEEF)

Pratiques

Résultats des apports personnels

Elle permet également d'apporter davantage de confiance, d'empathie et de légitimité au soutien à autrui. De plus, la formation fournit des éléments permettant aux formés d'évaluer leur propre santé mentale, et de connaître donc les différentes ressources qui s'ouvrent à eux.

Évolution de la confiance ressentie	Étudiants
< 0	3
Entre 0 et 1 points	15
Entre 1 et 2 points	22
Entre 2 et 3 points	8
Entre 3 et 5 points	4
Total	52 étudiants

Exemple d'interprétation :
3 étudiants ont estimé avoir perdu en confiance après avoir passé la formation PSSM (sur une échelle de Likert allant de 0 à 5 points)

Exemple d'interprétation :
22 étudiants ont estimé avoir gagné jusqu'à 1 point de confiance après avoir passé la formation PSSM (sur une échelle de Likert allant de 0 à 5 points)



« Je me sens plus légitime à pouvoir aider si besoin. »

(LO, étudiante en master MEEF)

Gain en confiance, en légitimité

Apport sur leur propre santé mentale

« J'apprends à mieux m'évaluer. A me dire où j'en suis. Je m'évalue toujours d'une manière relative »

(T, doctorant en physique)

Conclusion

Le questionnaire permettait, d'une part, de connaître l'évolution des CAP à très court terme. D'autre part, les entretiens reposaient sur le vécu et les ressentis des étudiants interviewés, à moyen et long terme. Il en résulte finalement des constats assez proches : les étudiants voient leur CAP évoluer positivement dans le temps, tout en gagnant globalement un niveau de confiance et de légitimité dans le domaine de la santé mentale.

Il est important de souligner le fait que, parfois, les niveaux de confiance estimés par les étudiants ayant répondu aux deux questionnaires (pré et post formation) diminuent après la formation. Ce qui semble s'expliquer par les informations apportées par les entretiens. Par exemple, M, avoue avoir une crainte à l'idée d'intervenir en situation d'urgence. La formation lui a permis d'appréhender la réalité de ces dernières, ce qui a induit ce sentiment.

« *C'est ça, ça fait réel la chose et ça fait peur.* » (M, étudiant en 3ème année de licence de psychologie)

De plus, la confiance que ressentent les étudiants dépend en partie des caractéristiques de la situation qu'ils rencontrent. En effet, plusieurs étudiants interviewés semblent être plus à l'aise à l'idée d'intervenir sur des cas plus communs. Pour revenir à l'exemple de M, ce dernier se sent plus confiant à l'idée d'intervenir sur des situations spécifiques, comme la gestion du stress.

« *là oui totalement plus à l'aise. C'est plus l'urgence qui met la pression.* » (M, étudiant en 3ème année de licence de psychologie)

Par ailleurs, le questionnaire a montré que la formation permet de faire évoluer le regard qu'ont les étudiants sur la santé mentale. Avec les entretiens, il a été expliqué que la formation a permis aux étudiants de changer les attitudes stigmatisantes, ou de corriger des formulations de phrases. Elle leur a également permis d'évaluer leur propre santé mentale.

Le questionnaire présente alors une vision globale des apports de la formation sur le sujet de la santé mentale. Les entretiens semi-directifs ont permis de compléter et expliquer en profondeur ces apports.

Références

Clement, S., Schauman, O., Graham, T., Maggioni, F., Evans-Lacko, S., Bezborodovs, N., Morgan, C., Rüsch, N., Brown, J. S. L., & Thornicroft, G. (2015). What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A systematic review of quantitative and qualitative studies. *Psychological Medicine*, 45(1), 11-27. <https://doi.org/10.1017/S0033291714000129>

Egsdal, M., Montagni, I., Tournier, M., & Tzourio, C. (2016). Les services en santé mentale à disposition des étudiants inscrits dans l'enseignement supérieur: Le cas de l'université de Bordeaux: *Revue française des affaires sociales*, 2, 105-122. <https://doi.org/10.3917/rfas.162.0105>

Essi, M.-J., & NJOYA, O. (2013). L'enquête CAP en recherche médicale. *HEALTH SCIENCES AND DISEASE*, 14(2). Retrieved from <https://www.hsd-fmsb.org/index.php/hsd/article/view/183>

Giret, J.-F., & Tenret, É. (2019). Les ressources des étudiants: Mesure, inégalités et vulnérabilités. En P. Cordazzo (Ed.), *Parcours d'étudiants* (pp. 129-141). Ined Éditions. <https://doi.org/10.4000/books.ined.12717>

Ishida, M., Montagni, I., Matsuzaki, K., Shimamoto, T., Cariou, T., Kawamura, T., Tzourio, C., & Iwami, T. (2020). The association between depressive symptoms and self-rated health among university students: A cross-sectional study in France and Japan. *BMC Psychiatry*, 20(1), 549. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02948-8>

Pour plus d'informations :

<https://pssmfrance.fr>

<https://www.sante-etudiants-bdx.fr>