

Protocole d'une étude quasi-expérimentale évaluant une intervention de promotion du bien-être des étudiants en santé au Havre

Houria EL OUAZZANI¹, Christiane BOURDAIRE², Angélique PICARD¹, Lena GAZAIX¹

¹ Cellule De Recherche Clinique Du Groupe Hospitalier Du Havre – Montivilliers (France)

² Institut De Formation Paramédicale Mary Thieullent - Le Havre (France)

Auteur correspondant : Houria EL OUAZZANI (elhouria.sp@gmail.com)

Introduction

Plusieurs indicateurs de mal-être ont été observés chez les étudiants en santé, justifiant la nécessité d'implémenter des interventions de promotion de la santé auprès de cette population. En réponse à cette situation et à la demande des étudiants de l'Institut de Formation Paramédicale (IFP) du Havre, nous avons mis en place une intervention de promotion du bien-être des étudiants.

Méthodes

L'intervention « IFP Days » a été organisée sur une journée et s'adressait aux étudiants inscrits en première année. Nous avons évalué par des questionnaires validés les scores moyens de l'estime de soi (Rosenberg), du stress (PSS-10) et de la résilience (CD-RISC10) avant l'intervention et 8 mois après. La satisfaction des étudiants a également été évaluée.

« IFP Days » a comporté des conférences sur **l'organisation** durant l'année et le **tabagisme**, et des ateliers en groupes sur : **yoga, autohypnose, micro-siestes, menus semaine-type et karaoké**. Les conférences et l'atelier karaoké ont été animés par l'équipe pédagogique de l'IFP, la conférence sur l'organisation a été coanimée par des étudiants en **2e année**. Les autres ateliers ont été animés par une enseignante de yoga et une nutritionniste.

Résultats

Au total, **116 étudiants** ont participé à l'intervention, 97 (84%) femmes et 19 (16%) hommes, tous étudiants **en soins infirmiers**, avec une **moyenne d'âge de 20 ans**. Les scores moyens étaient de **29,9/40** (ET=4,4) pour **l'estime de soi**, **17,8/40** (ET=6,5) pour le **stress perçu** et **26,0/40** (ET=5,7) pour la **résilience**.

Concernant l'intervention, les participants étaient **satisfaits** ou **très satisfaits** de **l'organisation** à 78% (127) et du choix des **thématiques** à 69% (110). Les étudiants ont apprécié les **ateliers micro-sieste et karaoké**, et "**la bonne humeur de toute l'équipe pédagogique**". Ils ont trouvé que "**les échanges avec les 2e année**" étaient "**enrichissants et rassurants**". Enfin, ils ont suggéré de prévoir **plus d'activités culturelles et sportives en groupe** et d'intégrer les **autres promotions**.

Les mêmes questionnaires ont été diffusés anonymement aux étudiants 8 mois après : 106 étudiants, 87 (82%) femmes et 13 (12%) hommes (6 données manquantes) ont répondu et les scores moyens étaient de : **29,7/40** (ET=6,1) pour **l'estime de soi**, **19,7/40** (ET=6,8) pour le **stress perçu** et **24,2/40** (ET=5,6) pour la **résilience**.

Conclusion

L'intervention « IFP Days » a été appréciée pour son rôle dans le **renforcement des liens intra et inter-promotions** et le **renforcement des liens avec l'équipe pédagogique**, bien qu'initialement conçue pour promouvoir le bien-être des étudiants. Par conséquent, l'intervention « IFP Days » a été reconduite en 2023. A court terme, l'intervention ne semble pas avoir d'effet sur la résilience, l'estime de soi et le stress. Une évaluation à distance permettrait d'apprécier l'évolution de ces paramètres multifactoriels à moyen terme.