



DOSSIER DE PRESSE

**Santé mentale : zoom sur
les recherches, formations
et démarches conduites
au sein de l'UBO**

UBO

Université de Bretagne Occidentale

Alors que se tenaient jusqu'au 20 octobre les semaines d'information sur la santé mentale, zoom sur les démarches de prévention et d'accompagnement des personnels et étudiants mises en place à l'UBO, les enseignements qui y sont conduits pour former les futurs professionnels de la santé mentale et les travaux de recherche qui y sont menés pour faire avancer la connaissance et les savoirs sur ce véritable enjeu de santé publique, qui va devenir grande cause nationale en 2025.



Depuis la crise sanitaire de Covid-19, toutes les études, menées notamment par Santé Publique France, font le même constat : la santé mentale s'est détériorée depuis 2020 au sein de la population française, et les indicateurs restent encore à ce jour très préoccupants. Les jeunes de 15 à 24 ans, les femmes et les personnes en situation précaire sont particulièrement concernés par les troubles de la santé mentale.

Former les futurs professionnels de santé du territoire pour répondre aux demandes croissantes de la population, conduire des recherches de pointe pour faire avancer la connaissance et mettre en œuvre des démarches d'information, de sensibilisation et de prévention constituent ainsi des leviers cruciaux pour faire face à cet enjeu de santé publique majeur. Des leviers auxquels contribue fortement l'UBO sur l'ensemble de la chaîne de valeur.

Quelques données clés

- D'après l'OMS, une personne sur quatre sera confrontée à des troubles psychiques au cours de sa vie et une personne sur cinq souffre d'un trouble psychique en France, soit 13 millions de Français.
- Le taux de suicide en France figure parmi les plus élevés des pays européens au développement similaire.
- La dépression est l'un des troubles les plus répandus puisqu'elle concerne environ 15 à 20 % de la population générale, sur la vie entière (source : Inserm).
- Les dépenses liées aux maladies psychiatriques et à la détresse psychique représentent en France plus de 23 milliards d'euros par an, constituant le premier poste de dépenses de l'assurance maladie, devant les cancers et les maladies cardiovasculaires.
- Les consultations d'urgence pour troubles de l'humeur, ainsi que pour idées et gestes suicidaires, ont fortement augmenté en 2021 et 2022, et se sont maintenues à un niveau élevé depuis. Chez les jeunes de 18 à 24 ans, cette hausse s'est accentuée en 2023.
- En 2021, 20,8 % des 18-24 ans étaient concernés par la dépression, contre 11,7 % en 2017.

Sources :

- <https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2023/sante-mentale-des-jeunes-des-conseils-pour-prendre-soin-de-sa-sante-mentale>
- <https://www.vie-publique.fr/en-bref/281664-sante-mentale-repondre-la-forte-demande-de-soins-des-francais>
- https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/dp_sante_mentale_et_psychiatrie_-_3_mars_2023.pdf

Les démarches au sein de l'UBO pour prévenir, informer et sensibiliser sur la santé mentale

Le Service de Santé universitaire (SSU) est mobilisé auprès des étudiantes, étudiants et personnels de l'UBO pour préserver leur santé physique et mentale tout au long de leur parcours universitaire ou professionnel.

"L'engagement de l'UBO en matière de prise en charge de la souffrance psychique des étudiantes et étudiants est tout à fait remarquable. En 4 ans, nous avons en effet augmenté nos effectifs de psychologues pour répondre aux besoins de nos usagers, avec notamment un renfort de deux postes à temps plein sur le site brestois qui est désormais constitué d'une équipe de 4 personnes, et un poste à mi-temps à Quimper alors qu'auparavant, il n'y avait qu'un poste à 20 %. Nous avons de plus initié une prise en charge psychologique d'une demi-journée par semaine à Morlaix. Nous avons obtenu un poste de chargé de prévention en santé mentale effectif depuis septembre 2023. Le service de santé des personnels n'est pas en reste, il s'est vu doté, en 2023, d'un temps supplémentaire de psychologue du travail." **Yvette Le Goff, Responsable administratif et financière du SSU**

La chargée de prévention en santé mentale du SSU propose ainsi aux étudiantes et étudiants des rendez-vous individuels et collectifs, des formations et des actions d'information pour leur permettre de prendre soin de leur santé mentale.

En savoir + : <https://www.univ-brest.fr/service-sante-etudiant/fr/page/prevention-en-sante-mentale>

Toute l'année, des sessions de formation aux premiers secours en santé mentale sont également organisées gratuitement à destination des étudiantes et étudiants. Objectif : former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.

Une première session de formation se tiendra à Quimper les 28 et 29 octobre et à Brest les 30 et 31 octobre prochains.

En savoir + : <https://www.univ-brest.fr/service-sante-etudiant/fr/page/prevention-en-sante-mentale>

Le SSU propose aussi aux étudiantes et étudiants des séances individuelles et collectives de "bien être" : massages, hypnose, réflexologie, etc.

Les consultations assurées par les psychologues cliniciens du service ont accueilli l'an dernier environ 500 étudiantes et étudiants en consultation psychologique (plus de 1500 rendez vous sur l'année).

En savoir + : <https://www.univ-brest.fr/service-sante-etudiant/fr/page/bien-etre>

Du 7 au 20 octobre, l'UBO s'est mobilisée dans le cadre des semaines d'information sur la santé mentale

Dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale, événement national organisé depuis plus de 30 ans, le SSU a proposé entre le 7 octobre et jusqu'au 20 octobre, une série d'événements visant à informer et sensibiliser les étudiantes et étudiants autour de la santé mentale. Au programme, théâtre, activités sportives, conférence et concert.

> Toutes les infos : <https://www.univ-brest.fr/service-sante-etudiant/fr/actualite/semaines-dinformation-en-sante-mentale-de-lubo>

L'équipe du SSU, spécialisée en santé du travail, propose de plus aux personnels, via des visites d'information et de prévention, un suivi individuel de l'état de santé des agents. Dans une logique préventive, l'équipe du SSU collabore également, de manière directe ou indirecte, avec l'ensemble des services et avec leurs responsables, en particulier avec le pôle Qualité de vie au travail et accompagnement RH ou encore avec le service de Santé et Sécurité au travail (SST) de l'UBO.

Au sein du SSU, la psychologue des personnels et du travail intervient sur des situations individuelles et collectives. Elle accompagne les personnels et les services, à leur demande, dans un travail de compréhension, d'analyse et de recherche de solutions. La psychologue écoute, soutient et accompagne les personnels dans des problèmes liés directement ou indirectement à leur vie professionnelle (exemple : conflit avec un collègue, changement dans l'activité de travail, reprise après un long arrêt de travail, demande de reconversion professionnelle, deuil, divorce difficile, etc.)

Des activités sportives et de relaxation sont également proposées par le Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives (SUAPS) aux étudiantes, étudiants et personnels pour se détendre et prendre soin de soi.

Par ailleurs, l'UBO a récemment répondu à l'appel à projets « Activités physiques et sportives en milieu professionnel » du fonds interministériel pour l'amélioration des conditions de travail (FIACT). Le financement obtenu permet à l'université d'engager des actions contre la sédentarité à destination des personnels, parmi lesquelles : une campagne de sensibilisation par voie d'affichage, une information régulière sur le sujet en interne, de l'information lors des temps forts et institutionnels de l'université (fête des personnels, accueil des nouveaux personnels, etc.), de l'événementiel (théâtre-forum, conférence, etc.), un dispositif itinérant Karavan'UBOuge pour favoriser la pratique des activités physiques et sportives, et ainsi contribuer à son mieux-être.

> En savoir + :

<https://blogs.univ-brest.fr/ubo-durable/2024/10/09/du-theatre-pour-parler-de-sedentarite-entre-collegues/>

<https://blogs.univ-brest.fr/ubo-durable/2024/06/06/lubo-sengage-contre-la-sedentarite/>



Former les futurs professionnels de la santé mentale

De la psychologie à la psychiatrie, l'UBO propose, à la Faculté de Médecine et des Sciences de la Santé, ainsi qu'à la Faculté de Lettres et Sciences Humaines Victor-Segalen, des formations de pointe dans le domaine de la santé mentale.

Se former en psychiatrie...

Après un parcours universitaire commun à toutes les étudiantes et tous les étudiants en médecine, les futurs psychiatres se forment pendant 4 ans, dans le but d'obtenir le diplôme d'Etat en médecine et le diplôme d'études spécialisées (DES) en psychiatrie. Les internes pourront choisir de se diriger vers la psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, ou bien la psychiatrie de la personne âgée. Dans le cadre de son projet professionnel, et en regard des besoins de santé et de l'offre de formation, l'étudiante ou l'étudiant peut être conduit.e à candidater à une formation spécialisée transversale (FST) en addictologie, douleur, expertise médicale - préjudice corporel, nutrition appliquée, ou encore pharmacologie médicale / thérapeutique.

Et en psychologie

A la Faculté des Lettres et Sciences Humaines Victor-Segalen, plusieurs parcours de formation en psychologie sont proposés, de la licence au doctorat. La licence en psychologie apporte ainsi aux étudiants une formation pluridisciplinaire, aussi bien théorique que méthodologique, dans toutes les sous-disciplines de la psychologie (clinique et psychopathologique, cognitive, développementale, sociale), en biologie, en neurosciences, en statistiques, en informatique et en langues vivantes.



Au sein du Master mention Psychologie Clinique, Psychopathologie et Psychologie de la Santé, plusieurs parcours sont mis en place pour former de futurs psychologues spécialisés dans les troubles du développement et des situations de handicap, ou encore dans l'accompagnement des personnes âgées. Le Master mention Psychologie comporte également différents parcours visant à former des psychologues cliniciens capables de prendre en charge des situations et pathologies liées aux traumatismes, précarités et exclusions (parcours SPI), des psychologues cognitivistes, spécialistes de l'apprentissage, de l'utilisation et de l'évaluation de systèmes de simulation pour le secteur de la formation (parcours CAER), ainsi que des psychologues sociaux spécialisés dans la conception d'études quantitatives et qualitatives en matière de représentations sociales (parcours RESPI).

Les connaissances et compétences en psychologie au cœur de nombreux parcours de formation, du sport à l'enseignement

D'accompagnatrice /teur de sportifs de haut niveau à enseignant/e, de juriste à l'ensemble des métiers du soin (orthophoniste, sage-femme, gynécologue, ergothérapeute,), de nombreuses formations comportent un socle essentiel d'enseignements en psychologie. Parce que le bien-être des individus est au cœur d'une grande majorité de métiers. C'est le cas par exemple du Master Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive, Parcours Accompagnement de la performance individuelle et collective, qui forme des professionnels compétents pour accompagner des personnes (ou des équipes) impliquées dans la réalisation d'un projet de performance, du Master Activité Physique Adaptée et Santé- Parcours Prévention-Santé qui forme des futurs professionnels de la rééducation, de la prévention, de l'accompagnement de la personne âgée ou handicapée, des licences et master en Sciences de l'éducation, qui forment les futurs enseignants du premier et du second degré, ou encore du Master en droit des personnes vulnérables.

Les formations continues en santé mentale pour les professionnels du territoire

Afin de permettre aux professionnels du territoire d'acquérir de nouvelles connaissances et compétences en santé mentale, l'UBO met à leur disposition un vaste panel de formations continues dédiées. Quelques exemples : pour prévenir ou prendre en charge les troubles psychiques chez les jeunes, il existe le Diplôme d'Université Adolescents Difficiles. L'objectif est de mieux comprendre les comportements perturbés et perturbateurs des adolescents et de construire un accompagnement coordonné avec les différents acteurs impliqués du territoire, basé sur les nouvelles approches thérapeutiques. La formation courte "Prévention en santé mentale et jeunesse" apporte une base de connaissances solide aux professionnels en lien avec des adolescents en fragilité psychique ou en risque de développer des troubles psychiques.

Pour les professionnels en santé au travail, des thématiques de formation courte sont proposées afin de faciliter l'identification d'une pathologie mentale chez un salarié et ainsi, permettre une prise en charge adaptée. D'autres sujets liés sont également traités dans l'offre de formation professionnelle de l'UBO : addictologie, prise en charge des conduites suicidaires, accompagnement des femmes et enfants victimes de violences intrafamiliales...



Les recherches conduites à l'UBO autour de la santé mentale

Les formations de l'université de Bretagne Occidentale s'adosent à une recherche en lien avec les questions de société. La santé mentale est l'une de ces thématiques sociétales centrale et pluridisciplinaire. Les recherches dans ce domaine sont à l'interface entre psychologie, sociologie, médecine, droit...

A l'UBO, un laboratoire de recherche est entièrement dédié à la psychologie : le LP3C (laboratoire de psychologie : cognition, comportement, communication). Si la santé mentale n'est pas le cœur de leurs travaux, cette thématique infuse dans toutes les recherches.

Le LP3C est un laboratoire multi-site présent à l'UBO, l'UBS et l'université de Rennes 2. Le site UBO du LP3C est réparti entre la faculté des lettres et sciences humaines et les sites des INSPE, illustrant les liens forts entre psychologie et éducation. Le site brestois compte onze membres permanents, une doctorante et quatre chercheuses et chercheurs associés.

“À l'UBO, les chercheuses et chercheurs du LP3C ont plusieurs spécialités dont deux principales : la psychologie sociale et la psychologie du développement. D'autres psychologies sont également représentées : psychologie clinique, psychologie différentielle, psychologie environnementale et psychologie de la santé. Toutes ces spécialités étudient la question de la santé mentale, mais selon différents points de vue. Le point de vue de la sociologue sur la santé mentale ne sera pas le même que celui d'une médecin ou d'une sociologue. On travaille souvent en interdisciplinarité, ce qui permet d'aborder la question de la santé mentale par différents angles, ça oblige également à l'écoute réciproque. La frontière peut être mince entre les disciplines, mais c'est l'entrée d'étude qui va être différente. Par exemple, la porte d'entrée en psychologie c'est l'individu, on étudie et on cherche à comprendre les mécanismes socio-cognitifs en lien avec une thématique. Par exemple, à Brest, les chercheuses et chercheurs du laboratoire travaillent sur des questions d'identité et d'attachement au lieu, sur le bien être et la qualité de vie, ou encore sur le vieillissement et le handicap. Chaque scientifique à sa propre thématique de travail : ce qui nous réunis toutes et tous, c'est la psychologie.”

Elisabeth Guillou, professeure en psychologie et directrice adjointe du LP3C, responsable du site UBO.

Dynamique de la recherche brestoise en psychologie sociale : 2 jours dédiés à la recherche sur le territoire de Brest Métropole

Depuis 2002, les journées d'études en psychologie sociale (JEPS) réunissent des praticiennes et praticiens, des chercheuses et des chercheurs de diverses institutions françaises et internationales, en psychologie, mais aussi dans d'autres disciplines, comme les sciences de la santé.

Les 21 et 22 novembre 2024, les 22e JEPS se focaliseront sur les travaux de recherches en psychologie sociale menées depuis plusieurs années sur le territoire de Brest Métropole, par l'équipe brestoise du LP3C. Ces travaux de recherches portent sur des thématiques liées à des phénomènes sociaux d'actualité tels que des enjeux de santé (ex. : étude des représentations de l'impact du soleil, de la prématurité), sociaux (ex. : étude de la mémoire sociale de la ville de Brest, étude sur l'identité lesbienne), environnementaux (ex. : étude longitudinale sur la décroissance et le développement durable, étude sur les risques littoraux).

Les JEPS22 ont pour objectif de valoriser les travaux de recherche en présentant les principaux résultats et en les comparant à des études similaires menées dans d'autres régions, en France et à l'international.

> En savoir + : <https://www.univ-brest.fr/lp3c-psychologie-comportement-communication/fr/actualite/jeps22>

Les recherches scientifiques sur la santé mentale ne se limitent pas à la psychologie. Au laboratoire de recherche en droit (Lab-LEX), un axe de recherche est dédié à la notion juridique de vulnérabilité. Les travaux menés par les membres de cet axe ont pour objectifs, à la fois de définir juridiquement cette notion complexe et polymorphe de vulnérabilité, mais aussi de produire une analyse des instruments juridiques spécifiques devant permettre une meilleure protection des personnes vulnérables.

Si on s'intéresse aux personnes vulnérables, on s'inscrit plus particulièrement dans le droit civil et dans le droit pénal. Le droit civil permet d'arbitrer un conflit entre des personnes et de tenir compte des risques exacerbés auxquels certaines personnes peuvent être confrontées (par exemple, les mineurs ou les majeurs protégés). Le droit pénal s'inscrit entre l'accusé et la société pour punir des actions répréhensibles (contraventions, délits ou crimes) avec la possible prise en compte de la particulière vulnérabilité de la victime (par exemple, par l'aggravation des peines encourues).

“

“En droit civil, les personnes atteintes de handicap physique ou mental, ou souffrant de troubles psychiques ou neuropsychologiques, ne sont pas automatiquement considérées comme vulnérables : le code civil ne définit pas juridiquement la vulnérabilité. En revanche, le code pénal établit une liste de critères de la particulière vulnérabilité d’une personne : l’âge, une maladie, une infirmité, une déficience physique ou psychique ou un état de grossesse. Ainsi, les mineurs, les majeurs protégés (sous tutelle ou curatelle) et les femmes enceintes peuvent être considérés comme vulnérables. Pénalement, prouver juridiquement la vulnérabilité de la victime permettra d’établir des circonstances aggravantes ou de qualifier un acte infractionnel (par exemple, un abus de faiblesse). Par ailleurs, si l’auteur d’une infraction pénalement répréhensible est atteint de troubles psychiques ou neuropsychologiques, on peut prendre en compte l’altération du discernement, voire la perte de discernement et dans ce cas, la personne est considérée comme irresponsable pénalement.

Enfin, en recherche en droit, la santé mentale n’est pas nécessairement le sujet de la recherche, mais les personnes atteintes de troubles psychologiques ou neuropsychologiques représentent un public cible dans un contexte particulier qui sert de terrain d’étude.”

François-Xavier Roux-Demare, maître de conférences en droit privé et co-responsable de l’axe “Vulnérabilité” du Lab-LEX .

Contacts presse

Enora LEPROUST | Chargée de communication et de médiation scientifique
enora.leproust@univ-brest.fr | +33(0)7 63 74 53 67

Emilie PAUL | Attachée de presse de l'UBO
emilie.paul@univ-brest.fr | +33(0)6 65 60 86 91

