

«On ne peut pas vivre derrière un écran»

Nathalie Cosnard et Claire Mariot-Durant tiennent les permanences de soutien psychologique aux étudiants. Elles constatent un grand mal-être.

Richard TALLET
r.tallet@charentelibre.fr

Depuis quelques semaines, le Services & Culture des Campus Universitaires de la Charente (SCCUC) a mis en place des permanences de soutien psychologique pour aider les étudiants à traverser cette crise sanitaire. Nathalie Cosnard, infirmière du service santé de l'Université de Poitiers, et Claire Mariot-Durant, psychologue sociale, sont à leur écoute et les guident vers des solutions pour aller mieux.

Pourquoi cette crise sanitaire est si difficile à vivre pour les étudiants?

Nathalie Cosnard. La plupart ont 18 ans. Ils ne savent pas ce qu'est une vie normale à l'université, ils ont une perte complète de repères.

Claire Mariot-Durant. Ils font face à des problématiques de solitudes, de stress de l'échec augmenté par l'absence de contacts avec les profs ou les autres étudiants. L'interaction sociale ne peut pas être remplacée par la visio. Cette crise démontre qu'on ne peut pas vivre derrière un écran.

Quels outils leur apportez-



Plus des deux tiers des gens que reçoit Nathalie Cosnard viennent pour une problématique de mal-être.

Photo RT

vous pour faire face?

C. M.-D. J'essaie de leur faire prendre conscience de leurs ressources. On se focalise sur les contraintes sans voir qu'on a les moyens de surmonter. J'essaie de les déculpabiliser. Ils ne sont pas responsables de cette situation.

N. C. Il faut s'offrir des moments de plaisir dans la journée, de reconnexion avec soi, pour se sentir vivant. Il faut s'organiser comme si on allait en cours, se laver, s'habiller, sortir prendre l'air.

Êtes-vous très sollicitées?

N.C. Oui, 70 % de mon travail en ce moment concerne des problématiques de mal-être. Les confinements et le couvre-feu accentuent les situations difficiles.

C. M.-D. Le covid, et ce qu'il y a autour, ne fait que mettre en lumière des problématiques déjà existantes.

Pour prendre rendez-vous il faut aller sur le site de Scuc ou écrire à infirmierie.ang@univ-poitiers.fr