

SERVICE DE COACH ACADÉMIQUE À
LA FACULTÉ DE PHARMACIE:
Quelques résultats

Camille St-Pierre-Foisy

Ema Ferreira

LES OBJECTIFS DU PROGRAMME

- ❖ **Identifier** plus rapidement les étudiants rencontrant des difficultés dans leur parcours universitaire
- ❖ **Cibler** les besoins et les obstacles vécus par les étudiants de la Faculté
- ❖ **Fournir un encadrement personnalisé** à l'étudiant en difficulté afin de lui permettre de contrer la solitude et l'isolement devant ses problèmes
- ❖ **Favoriser la réussite** de l'étudiant, mais surtout **son autonomie et la gestion de son stress** dans ses études universitaires

LA FACULTÉ DE PHARMACIE

- 14 programmes
- 3 programmes de premier cycle
 - Baccalauréat en sciences biopharmaceutiques (BSBP)
 - 3 ans – 90 credits – 100 admissions
 - Doctorat de premier cycle en pharmacie (Pharm.D.)
 - 4 ans – 164 credits – 200 admissions
 - Programme de qualification en pharmacie (QeP)
 - 16 mois – 64 credits – 30 admissions

PROGRAMME DE COACH ACADÉMIQUE

- Hypothèse
 - Les étudiants qui ont des difficultés scolaires vivent souvent des situations stressantes qui peuvent affecter leur santé psychologique
- Objectif principal
 - Mettre en place un programme d'accompagnement pédagogique précoce personnalisé (coach académique) pour les étudiants éprouvant des difficultés scolaires
- Étudiants des 3 programmes de premier cycle de la Faculté de pharmacie
 - Identifiés dès leur premier examen ou lors du premier mois de la première année par les conseillères en gestion des études
- Mise en place d'un plan de développement personnalisé et proposition des outils/stratégies pour améliorer leurs résultats scolaires
- Service gratuit

RÉSULTATS DE L'ENQUÊTE ÇA VA?

	1er cycle	2e cycle	3e cycle	Moyenne pharmacie	Moyenne UdeM
Sx dépressifs (score PHQ-9)	10,27	9,61	8,32	10,04	10,31
% sx dépressifs sévères	20,6	19,4	np	20,1	22,2
% burnout	np	0	0	4,2	3,4
% Idéations suicidaires	8,7				7,8

RÉSULTATS - ÉTUDIANTS EN PHARMACIE

- **Tous les membres de l'AEPUM ont été invités à participer**
 - Programme de doctorat de 1^{er} cycle en pharmacie (Pharm.D.) – n=225
 - Baccalauréat en sciences biopharmaceutiques (BSBP) – n= 53
 - Programme de qualification en pharmacie (QeP) – n= 14
- **Symptômes dépressifs**
 - 20% - symptômes dépressifs pouvant nécessiter un soutien médical
- **Détresse psychologique**
 - 65% - détresse psychologique élevée
- **Épuisement professionnel**
 - 35% - épuisement émotionnel mais manque d'accomplissement faible
- **Idéations suicidaires**
 - 10% des répondants
- **Prédicteurs de la santé psychologique**
 - Solitude, qualité du sommeil, climat de compétition, précarité financière, heures consacrées aux études, qualité de l'interaction avec l'unité académique

RECOMMANDATIONS À L'AEPUM

- Réduire le sentiment de solitude
 - Organiser des activités pour contrer la solitude
 - Rester en contact pendant la saison estivale
 - Sonder les membres pour identifier des activités rejoignant le plus de membres
- Accroître la satisfaction du sommeil
 - Offrir des outils (feuillettes, conférences, publications)
 - Promouvoir les ateliers offerts par l'Université
 - Salle de repos, petits déjeuners...
- Minimiser le climat de compétition
 - Accès aux mêmes ressources pour tous (anciens examens, bonnes méthodes de travail)
 - Rencontres avec l'unité académique (Faculté)

Les étudiants en pharmacie ont un niveau de stress plus élevé que les étudiants dans les autres professions de la santé

Développement de psychopathologies

Atteinte de la qualité de vie

Baisse du niveau de performance scolaire

La charge de travail et les travaux/évaluations ont été identifiés comme des stressseurs importants

En utilisant le *Perceived Stress Scale* (PSS10), les scores plus élevés chez les étudiantes

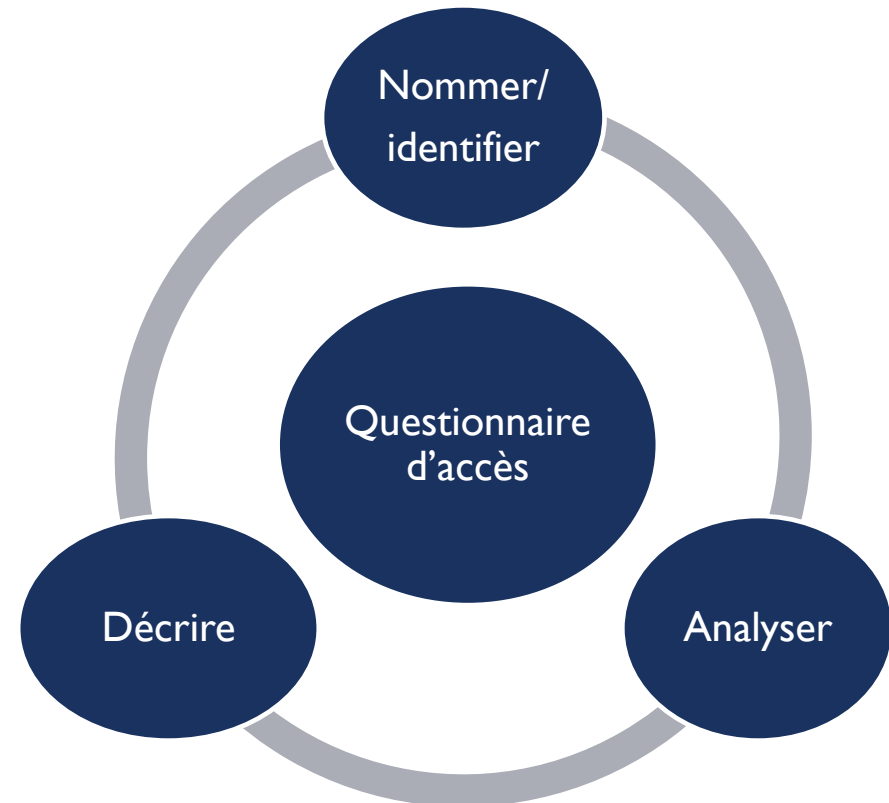
Les scores de PSS étaient plus élevés dans un programme condensé sur 3 ans et par blocs que dans un programme traditionnel et sur 4 ans

REVUE DE LA LITTÉRATURE MÉDICALE

Assaf 2013, Opoku-Acheampong 2017, Hirsch 2009, Sun 2015, Beall 2015, Garber 2017, Frick 2011

PROCÉDURES ET QUESTIONNAIRE

- ❖ Communication par courriel
- ❖ Inscription au groupe sur Studium
- ❖ Questionnaire proposé



RÔLES DE LA CONSEILLÈRE

**Cibler des
interventions**

**Assurer
un suivi**

**Établir une
relation de
confiance**

**Déterminer
les besoins**

**Guider
l'étudiant**

**Écouter;
Faire preuve
d'empathie**

ÉVALUATION DU SERVICE : ANNÉE 2018-2019

- ❖ À l'automne: 31 demandes de services
- ❖ À l'hiver: 20 nouvelles demandes et 10 suivis de l'automne
- ❖ Sur les 51 demandes d'aide reçues dans l'année 2018-2019, 12 étudiants n'ont pas été suivis
- ❖ Au total: **39 étudiants** ont participé au *service coach académique*

MOTIFS DE CONSULTATION

Pharmacie

- ❖ 20 étudiants suivis
- ❖ 1 étudiant aux cycles supérieurs (54%)

Sciences biopharmaceutiques

- ❖ 12 étudiants suivis (32%)

Qualification en pharmacie

- ❖ 6 étudiants suivis (15%)

❖ 3 grands motifs de consultation:

- ❑ Améliorer l'**organisation** (94%) ➡ 100% pour BSBP et QeP
- ❑ Améliorer les **méthodes d'étude** (85%) ➡ 92% BSBP et 81% PharmD
- ❑ Gérer le **stress** (26%) ➡ 42% BSBP

RÉSULTATS SUR LA SATISFACTION - SONDAGE

Nombre de rencontres et durée

- ❖ 47% ont assisté à 2 séances
- ❖ 42% ont assisté à 3 séances
- ❖ 26% ont jugé que le nombre de rencontres n'était pas adéquat
 - Nombre insuffisant de rencontres et disponibilités restreintes
 - Plusieurs commentaires et points à améliorer en ce sens
- ❖ 100% sont en accord avec la durée d'une rencontre

Sondage envoyé à l'automne et à l'hiver
19 répondants/37 étudiants (51%)

Tableau 2: Évaluation du nombre et de la durée des séances

	Proportion (n=19)	
Nombre de séances assistées	2	47% (9)
	3	42% (8)
	4	11% (2)
Nombre de séances adéquat	Oui	74% (14)
	Non	26% (5)
Durée des séances adéquate	Oui	100% (19)
	Non	0% (0)

Tableau 4: Satisfaction concernant les attentes, les outils et l'utilisation du service

		Proportion (n=19)
Le service répond aux attentes	Totalement répondu	26% (5)
	Très bien répondu	53% (10)
	Assez bien répondu	16% (3)
	Peu répondu	5% (1)
	Pas du tout répondu	0% (0)
Satisfait(e) du service	Totalement satisfait(e)	47% (9)
	Très satisfait(e)	37% (7)
	Assez satisfait(e)	16% (3)
	Peu satisfait(e)	0% (0)
	Pas du tout satisfait(e)	0% (0)
Outils/stratégies adaptés aux besoins	Totalement adaptés	21% (4)
	Très adaptés	58% (11)
	Assez adaptés	16% (3)
	Peu adaptés	5% (1)
	Pas du tout adaptés	0% (0)
Probabilité d'utiliser le service à nouveau	Totalement probable	53% (10)
	Très probable	32% (6)
	Assez probable	16% (3)
	Peu probable	0% (0)
	Pas du tout probable	0% (0)

Attentes, outils et utilisation du service



- ❖ La grande majorité des étudiants sont totalement/très satisfaits des services (84%) et ont vu leurs attentes totalement/très bien répondues (79%)
- ❖ Pertinence du service:
 - ❑ Outils très adaptés à 58%, totalement 21%
 - ❑ Fortes chances de réutiliser le service: 85%
- ❖ 3 Répondants assez satisfaits et attentes assez bien répondues
- ❖ 1 Répondant attentes peu répondues et outils peu adaptés

Tableau 5: Impacts sur la performance scolaire et le stress

		Proportion (n=19)
Performance scolaire a :	Augmenté	63% (12)
	N'a pas changé	37% (7)
	Diminué	0% (0)
Niveau de stress/anxiété a :	Augmenté	5% (1)
	N'a pas changé	42% (8)
	Diminué	48% (9)
Augmentation de :	Ne s'applique pas	5% (1)
	Mon estime de soi	26% (5)
	Ma motivation	42% (8)
	Ma concentration	16% (3)
	Mon organisation de travail	68% (13)
	Mes méthodes d'étude	79% (15)
	Ma conciliation études/travail/famille	26% (5)
Mon temps consacré aux études	21% (4)	

Performance et stress

❖ Retombées positives sur:

- ❑ La performance scolaire  chez 63% des répondants (selon leurs perceptions)
- ❑ Le stress  chez 48% et n'a pas changé chez 42% des répondants
- ❑ **Elles répondent aux objectifs de départ**

❖ Principales variables améliorées:

- ❑ Les méthodes d'étude
 - ❑ L'organisation de travail
- ❑ La motivation
 - ❑ L'estime de soi et la conciliation

POINTS FORTS ET À AMÉLIORER SOULEVÉS

Points forts

- ❖ Approche personnalisée
- ❖ Augmente la confiance en soi
- ❖ Coach à l'écoute, donne de bons conseils
- ❖ Réduction du stress
- ❖ Très ouverte, empathique et sympathique
- ❖ Donne beaucoup d'exemples
- ❖ Service gratuit

Points à améliorer

- ❖ Plus de disponibilités
- ❖ Connaître davantage les programmes
- ❖ En faire plus la promotion et la publicité
- ❖ L'offrir à tout le monde
- ❖ Encore plus adapter les interventions en fonction de la situation personnelle

PROCHAINES ÉTAPES

- ❖ Intervenir sur la transition entre le collégial et l'université (intégration à l'université)
- ❖ Pérenniser le financement du service
- ❖ Donner des exemples plus concrets directement sur le contenu des cours
- ❖ Plus grande modélisation des stratégies (organisation, étude et stress) = Tutoriels
- ❖ Promotion dans les séances d'accueil
- ❖ Augmenter le nombre maximum de rencontres par étudiant et les disponibilités de la coach

Des questions?

Merci à:

- Vice-rectorat aux affaires étudiantes et aux études
- Conseillères en gestion des études
 - Catherine-Sophie Belzile
 - Myriam Grefford
 - Névine Nessim

Ema Ferreira, B.Pharm., M.SC., Pharm.D, FCSHP, FOPQ
Vice-doyenne aux études de premier cycle

ema.ferreira@umontreal.ca

Camille St-Pierre Foisy, M.Éd.
Conseillère pédagogique et orthopédagogue

camille.st-pierre.foisy@umontreal.ca

QUELQUES OUTILS PRÉSENTÉS

Organisation	Stratégies d'étude	Gestion du stress
Organisateur de session	Méthode d'étude en 3 étapes	Respiration diaphragmatique
Organisateur de semaine, agenda	Le résumé	CINE
Un objectif par jour	La lecture active	Méditation pleine conscience
Priorisation	1h40-10-10	Truc de l'alphabet
Décortiquer une tâche	Carte conceptuelle	Application gestion du stress (article UdeM)
Liste de tâches (temps requis et estimé)	Fiche de révision: Quizlet	Relaxation progressive de Jacobson
Bloqueurs de page internet	Truc de mémorisation	Un loisir