



Parrainage L.AS 2021-2022

Cette fiche est à destination des étudiants L.AS qui sont des anciens PASS ayant validé leur année (avec plus de 10 de moyenne mais sans réussir la phase de sélection).

- 1) Nom & Prénom : **LAPIERRE Ita**
- 2) Filière de santé: **Masso-kinésithérapie**
- 3) Quelle était ta licence l'année dernière (ex : L.AS 120 ECTS SVT-PC...) ?
L.AS Sciences Sanitaires et Sociales (2^{ème} année)
- 4) Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?
 - Sérieux et travailleur
 - Bon élève
 - Flemmard et pas très motivé
 - Mauvais élève
- 5) Etais-tu un-e L.AS stressé-e ?
 - Extrêmement stressé-e, ça m'empêchait même de dormir parfois!
 - Stressé-e mais en général j'arrivais à contrôler ça
 - Moyennement stressé-e, surtout à l'approche des partiels et des oraux
 - Pas stressé-e du tout, j'étais cool toute l'année!
- 6) Tu assistais aux cours...
 - Tout le temps, ça m'aidait à comprendre et à apprendre
 - Quasiment tout le temps, sauf pour les cours qui me paraissaient inutiles
 - Des fois, je n'allais que à ceux qui m'intéressaient ou qui semblaient difficiles
 - Jamais (sauf cours obligatoire).
- 7) Tu travaillais où?
 - A la BU
 - Chez moi : la tranquillité avant tout !



Parrainage L.AS 2021-2022

- 8) Comment appréhendais tu cette année dans un cursus qui n'était pas forcément ton premier choix au départ ? Au final comment ça s'est passé ?

J'avoue qu'au début je n'avais pas prévu de re-tenter le concours kiné parce que je ne voulais pas revivre le stress et les contraintes que j'avais connu pendant ma PASS. Donc j'appréhendais plutôt bien cette année, qui allait être beaucoup plus tranquille que mon année de PASS. Au final, quand j'ai su que le concours pour moi consistait à déposer un dossier et à passer deux oraux, ça a complètement changé la donne et j'ai décidé de re-tenter le concours (ça c'était au S2). Sinon le S1 s'est super bien passé, j'ai beaucoup aimé plusieurs de mes cours et je suis tombée sur certains profs passionnés et très intéressants donc je ne regrette absolument pas !

- 9) Comment as-tu trouvé la charge de travail par rapport à ta PASS ? As-tu adapté/modifié ton travail et tes techniques de révision en conséquence ?

Et bien franchement, après la charge de travail qu'on a connu en PASS, la licence c'est vraiment pas compliqué, surtout si on a déjà quelques bases dans le domaine dont traite notre licence. J'ai forcément travaillé moins parce que je trouvais mon programme facile mais à part ça j'ai pas vraiment dû adapter ma méthode de travail (si on suppose que j'en ai une xd). Par contre c'est quand même important d'avoir de bonnes notes au S1 parce qu'au-delà d'un certain seuil (l'année dernière le seuil a été défini à 16 de moyenne par le jury), on est admis directement sans même passer par les oraux ! Pratique :)



Parrainage L.AS 2021-2022

10) Pour ta méthode de travail, comment organisais-tu ton travail et tes révisions ? Étais-tu plutôt organisé·e (la fameuse méthode des J par exemple), ou plutôt au feeling ?

Honnêtement je travaillais plutôt au feeling. Déjà j'écoutais bien en cours parce que je mémorise assez bien comme ça (y avait juste un prof dont les cours étaient vraiment inutiles donc je n'y allais pas). Ensuite la plupart des profs nous fournissaient leurs diapos. Moi je prenais en notes (sur papier) tout ce qu'ils rajoutaient par rapport à leurs diapos et ensuite je relisais les diapos avec mes notes à côté et je fluottais pas mal (on ne perd pas les bonnes habitudes !). Certains profs nous dictaient tout leur cours mais dans tous les cas j'écrivais à la main sur papier et pour aller vite j'utilisais beaucoup d'abréviations. Au premier semestre j'ai beaucoup procrastiné et je n'ai vraiment révisé qu'à l'approche des partiels, mais au S2 j'ai pris l'habitude de relire mes cours de la semaine en fin de semaine et j'étais quand même bien moins stressée pour les partiels ensuite.

11) A quoi ressemblait une journée type pendant ta L.AS ?

C'est bien simple, j'allais en cours (souvent en retard parce qu'à la fac on t'engueule pas si t'es en retard, à l'IFMK ce n'est plus le cas donc maintenant je fais attention à l'heure ^^), ensuite je rentrais souvent manger chez moi et je revenais à la fac s'il y avait cours. Le soir éventuellement je relisais ou annotais encore quelques trucs dans mes cours de la journée mais je faisais plutôt ça le week-end. D'après tout ce que je vous raconte là, ça donne l'impression que j'ai vraiment pas beaucoup travaillé et j'avoue que c'est vrai. Mais j'étais tellement intéressée par mes cours que je les retenais hyper facilement et puis avoir déjà des bases en santé publique etc ça m'a quand même beaucoup aidé. Je pense aussi que le programme n'était pas très compliqué, après ce n'est que mon avis :)



Parrainage L.AS 2021-2022

12) Comment t'es-tu préparé à l'oral pendant ton année ?

Ca par contre je l'ai pas pris à la légère. Je suis assez à l'aise à l'oral mais je savais qu'il fallait pas que je me repose là-dessus, que l'occasion était trop belle pour la laisser passer donc j'ai vraiment bossé mes oraux en m'aidant beaucoup du tutorat ! J'ai fait leur colle et leur oral blanc et ça a vraiment été un bon entraînement. Je me suis aussi entraîné toute seule à analyser des textes et j'ai eu la chance de pouvoir faire d'autres oraux blancs (pour la partie motivation), un avec un prof de la fac et un autre avec des amis de mes parents. Tout cet entraînement m'a donné encore plus d'assurance et j'ai donc réussi à bien gérer mon stress pendant les vrais oraux.

13) Comment s'est déroulé ton oral ? Quel était ton ressenti après ce dernier ?

Pour la partie analyse de document je suis tombée sur un texte plutôt intéressant et pendant l'analyse et ensuite l'oral, j'ai fait attention à appliquer tous les conseils du tutorat donc ça s'est très bien passé. Pour l'oral de motivation pareil, je suis arrivée sûre de moi et de mon texte, je suis restée spontanée pendant l'échange avec le jury (ça les a même fait rire à un moment donné) et ça s'est super bien passé.



Parrainage L.AS 2021-2022

14) Comment as-tu ressenti cette année en général ? As-tu vécu des moments difficiles ? Et une fois l'année finie, estimes-tu que cette année t'apporté quelque chose ?

J'ai beaucoup apprécié cette année de licence et je suis contente d'avoir pu faire une année d'étude à la "vraie" fac (parce que bon, médecine c'est la fac mais avec un rythme de prépa !). J'ai effectivement vécu des moments difficiles au S1 mais qui étaient plutôt d'ordre personnel. Avec du recul je ne regrette absolument pas mon choix de commencer par une PASS option Sciences Sanitaires et Sociales puis d'avoir fait la L2 de cette licence. Même si la PASS est dure elle m'a beaucoup apporté, mais je crois que mon année de licence m'a apporté encore plus ! Des connaissances, une année d'expérience et de maturité de plus... En plus de ça pendant l'année j'ai pu reprendre mes loisirs, j'ai rencontré des gens et je me suis fait des amis. Bref, ça a été une bonne expérience pour moi.





Parrainage L.AS 2021-2022

15) Et le mot de la fin ! Que dirais-tu aux L.AS pour les encourager et les motiver à affronter cette année ?

Chère/cher L.AS,

Tu t'apprêtes cette année à tenter de réaliser ton rêve (ou en tout cas ton projet professionnel !) et ce n'est pas toujours facile de vivre dans le stress et dans l'incertitude d'être admis dans la filière que tu veux. J'ai vécu ça moi aussi et je pense que ce qui est important cette année c'est de bien se connaître soi-même, connaître ses points forts et ses faiblesses pour savoir en profiter ou les combattre ! Bien sûr ce ne sont pas des choses forcément évidentes au début et cette année est aussi là pour permettre de se découvrir et de progressivement devenir l'adulte que l'on souhaite être :)

Je suis prête à t'accompagner durant tout ton parcours, que ce soit pour te motiver mais aussi pour t'apporter des conseils et répondre à toutes tes questions, t'aider dans la rédaction de ta lettre de motivation et dans la mise en page de ton CV, te soutenir dans tes moments de doute ou de fatigue, rire avec toi dans tes moments joyeux et bien d'autre !

J'ai moi-même gardé contact avec ma marraine de PASS et encore aujourd'hui je lui demande conseil sur certaines choses. D'ailleurs je me souviens lui avoir posé pleeeins de questions ces deux dernières années :D Avoir une marraine m'a vraiment été très utile et j'espère cette année pouvoir à mon tour me rendre utile. Qui sait, peut-être à toi? :)

Je te souhaite une très belle réussite et plein de bons moments cette année,

A bientôt !

Ita