



FICHE PARRAINAGE L.AS 2023/2024 N° 8

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans une licence accès santé (L.AS) au cours de l'année 2023/2024.

NOM : GUEDES

Prénom : Héliana

Filière : Médecine

Quelle était ta licence l'année dernière (ex : L.AS 60 ECTS SVT-PC...) ?

L.AS 2 sciences sanitaires et sociales

Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?

- Sérieux(se) et travailleur(se)
- Bon(ne) élève
- Flemmard(e) et pas très motivé(e)
- Mauvais(e) élève

Étais-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/oraux
- Pas stressé(e) du tout, j'étais cool toute l'année !

A quelle fréquence assistais-tu au 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), je n'avais pas envie de perdre du temps !

Où est-ce que tu travaillais en général ?

- A la BU (Ma deuxième maison)
- Chez moi : la tranquillité avant tout !
- Les deux

Pendant ta L.AS, où est-ce que tu habitais ?

- Chez tes parents ou ta famille
- Dans un appart seul
- Dans un appart en colocation

As-tu suivi une prépa ou le tutorat au cours de l'année ?

- Tutorat seulement
- Prépa seulement
- Prépa & Tutorat

As-tu fait un PASS avant ta L.AS ?

- Oui
- Non

Si OUI, comment appréhendais-tu cette année dans un cursus qui n'était pas forcément ton premier choix au départ, avec du recul comment ça s'est passé ? Comment as-tu trouvé la charge de travail par rapport à la PASS ?

J'appréhendais beaucoup cette année car j'avais très peu d'informations sur la filière, sur la charge de travail et sur la difficulté des cours, d'autant plus que j'étais en mineure sciences infirmières et pas 3S. Avec le recul je trouve que cette année c'est bien passé et que c'était même plutôt simple, même si j'ai eu des gros moments de doutes dans l'année notamment en novembre où je voyais les partiels approchaient et j'avais l'impression de ne rien connaître. Finalement la quantité de cours était bien moindre qu'en pass et les cours étaient à la fois moins long mais aussi moins durs.

Comment répartissais-tu ton temps de travail entre TP, TD, CM, possiblement la mineure et tes pauses ? Quelle était globalement ta journée type ?

J'allais en cours le matin si il y avait cours et si c'était un cours où je considérait qu'il fallait aller, sinon je dormais et je me levais vers 10h pour travailler. L'après-midi soit je travaillais, soit j'allais en cours (pareil que le matin si c'était vraiment utile d'y aller ou si c'est un TD, souvent les TD étaient l'après-midi). Le soir je continuais à travailler jusqu'à 18h max 19h si je n'avais pas eu cours l'après-midi, sinon je rentrais des cours et je faisais rien. Après j'allais manger vers 19h, 20h, je faisais un peu le ménage et après vers 21h parfois j'allais retravailler mais pour faire des choses « tranquilles ». Typiquement faire des fiches, bien mettre en pages des cours et les imprimer ou des exercices mais pas de révision de cours à proprement parler. Globalement sur une journée je révisais 6h max. En période de révision je me levais vers 10h (oui j'aime dormir), j'allais manger direct, douche et je me mettais à réviser vers 11h voir 11h30 jusqu'à 18h ou 19h, après je faisais les courses, là vaisselle, je mangeais et pareil qu'en période normal vers 21h je retournais faire des fiches sur les points qui rentraient pas ou des exercices. Dodo vers 23h ou minuit même si souvent je m'endormait plus tard car je n'arrivais pas à dormir.

Concernant mes loisirs je sortais le week-end, quelques restos, pas de grosse soirée. J'avais le temps de voir ma famille. Je ne faisais pas de sport (pour raison de santé) mais j'aurais pu en faire avec peut être un peu plus d'organisation.

PS : le week end pendant le semestre j'avais le même rythme qu'en période de révision à pas grand chose près même si certains week-ends je travaillais moins.

Comment as-tu appréhendé les TP (qui peuvent être source de stress) ou plus généralement la pédagogie de la licence qui est un peu différente de celle du PASS ou du lycée ?

Il n'y a eu qu'un seul TP en L3S qui n'était pas noté, c'était vraiment pour découvrir un laboratoire de microbiologie. J'ai trouvé que la pédagogie en licence ce rapprochait plus du lycée que de la pass surtout dans ma méthode pour revoir les cours (j'avais l'impression d'être de retour au lycée). Certes les profs ne sont pas derrière vous à vous dire quand travailler, mais le programme était bien cadré et on était pas perdu.

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

En pass je faisais au feeling, bon on a vu le résultat donc en LAS j'ai décidé de faire une méthode des J revisité à ma sauce étant donné qu'on aurait plus d'heures de cours et qu'on aurait pas le tutorat pour nous « cadrer » avec les colles et les concours blancs. Il faut savoir que je besoin de revoir beaucoup mes cours mais vraiment beaucoup. Je faisais donc : J0, J1, J2, J3, J4, J5, J7, J10 et J15 et après 1 fois par semaine. Bon c'était exhaustif parfois le J4 et le J5 passaient à la trappe quand j'avais la flemme. Et je ne revoyais pas forcément tous les cours une fois par semaine non plus mais j'essayais quand même. Quand je revoyais un cours je le lisais à voix haute (très important j'ai une mémoire auditive) entre 2 et 5 fois d'affilé en fonction de la longueur du cours. Donc oui je pouvais relire un cours 5 fois de suite en 2h. En général j'évitais de passer plus de 2h sur un même cours c'est pour ça que le nombre de relectures est différent en fonction de la longueur. Si un cours était trop long ou trop complexe je le coupais en plusieurs parties et je revoyais ces parties indépendamment dans mon planning comme si c'était un chapitre différent (en commençant par le début sinon ça serait incompréhensible).

Et en période de révision je faisais des tour de programme ce qui me permettait de revoir tous les chapitres plusieurs fois en 2 semaines et je revoyais plus les cours ou j'avais du mal (donc en période de révision stop la méthode des J).

Comment t'es-tu préparé aux oraux (si tu les as passé) pendant ton année ?

Je n'ai pas passé les oraux (team grand admis).

Comment se sont déroulé tes oraux ? Quel était ton ressenti après ces derniers ?

Encore une fois j'ai pas passé les oraux.

Comment as-tu ressenti ta L.AS en général ? As-tu vécu des moments difficiles ? Et une fois cette dernière finie, estimes-tu que cela t'apporté quelque chose ?

J'ai plutôt bien ressenti ma LAS même si il y a eu des moments difficiles au niveau des cours où je croyais que je n'y arriverai jamais mais aussi au niveau personnel j'ai enchaîné les décès donc je me retrouvais souvent à pleurer dans mon lit et c'est pas un très bon mood pour travailler efficacement. Quand je suis sortie des partiels du S3 je me sentais plutôt confiante je savais que je n'avais pas fait n'importe quoi. Mais j'attendais les résultats et je me disais que je présenterai mon dossier seulement si j'avais plus de 16 de moyenne (ce qui c'est passé). Quand j'ai eu les résultats définitifs j'ai encore pleuré mais j'étais très fière d'avoir réussi malgré les moments difficiles que j'ai dû traverser cette année, qui ont fait que je ne pouvais pas toujours travailler quand, comme et autant que j'avais envie. Avec le recul du PASS et de la LAS, je me rend compte que la LAS m'a permis de construire une méthode de travail solide pour la suite, qui me suivra sûrement plus tard. J'ai aussi appris de mes erreurs, si une méthode marche pas il ne faut pas avoir peur de changer.

Pour le mot de la fin, en LAS sciences sanitaires et sociales on a une matière qui est la microbiologie où on voit les maladies infectieuses même si on ne rentre pas dans tous les détails et ça reste très général. Ça a été une sorte de révélation pour moi, j'ai adoré et maintenant je me dis pourquoi pas devenir infectiologue.

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

Croyez en vous et croyez en vos rêves. Vous pouvez tous y arriver, même si vous traversez des moments difficiles ou qu'on vous dit que vous n'y arrivez pas. Faites taire les vipères (moi même on m'a dit que je n'avais pas le niveau et maintenant ces personnes là ont l'air un peu bête). Sachez que même si ça vous fait peur (et c'est normal c'est très différent de la pass) vous y arriverez, même que ça pourrait vous plaire et vous pourrez vous découvrir.