

Un espace de repos à la BU : Bilan et perspectives

Alors que les bibliothèques universitaires sont vues comme des lieux de travail et de documentation, il peut paraître paradoxal d'y installer un espace dédié au repos des étudiants. Pourtant, cela fait partie des services qui se développent, afin de répondre au mieux au besoin des étudiants et de favoriser leur réussite. De plus, dans la perspective de l'ouverture d'un *Learning center*, mélanger espaces de travail et espaces de vie est tout à fait pertinent.

Résultats de l'expérimentation menée en septembre 2019 à la bibliothèque d'étude



1 Espace de sieste - Université Saint-Etienne

Rappel du contexte

Le sommeil est un élément important pour favoriser la mémorisation et être au mieux de ses capacités. Or des études indiquent que les étudiants manquent de sommeil¹ et que les siestes favorisent une meilleure qualité d'apprentissage².

Fortes de ces conclusions, plusieurs bibliothèques universitaires ont créé ou réfléchissent à créer des espaces destinés au repos³. En France, le mouvement est en marche, avec Saint-Etienne, Versailles-Saint Quentin en Yvelines, Angers, etc. Les retours positifs des étudiants montrent que ces dispositifs ont une légitimité à exister en bibliothèque.

Dans ce contexte favorable, la question s'est posée au sein du SCD Paris Dauphine-PSL sous l'effet d'un double mouvement :

- D'une part, **un local anciennement utilisé** pour des photocopieurs s'est libéré, du fait de la réduction du parc d'appareils. Considérant la pression immobilière au sein de Dauphine, il était nécessaire de trouver un usager à cet espace.
- D'autre part, **la perspective du *Learning center*** dans les années à venir doit inciter l'équipe du SCD à proposer et à tester dès maintenant des nouveaux services, propres à améliorer la qualité de vie et l'accueil des usagers.

Pour cela, un projet « Espace repos » a été monté pour une semaine de test en septembre 2019.

¹ Pascale Santi, « Quand le sommeil se détraque pendant les études », *Le Monde.fr*, 18 janvier 2019, https://www.lemonde.fr/campus/article/2019/01/18/quand-le-sommeil-se-detraque-pendant-les-etudes_5411174_4401467.html.

² Isabelle, « L'importance du sommeil : dormez une heure de plus ! », Sorbonne Université, 26 décembre 2019, <http://www.sorbonne-universite.fr/dossiers/sommeil/limportance-du-sommeil-dormez-une-heure-de-plus>.

³ Liv Audigane, « Ces universités qui ont créé des salles de sieste », *start.lesechos.fr*, 8 février 2017, <https://start.lesechos.fr/apprendre/universites-ecoles/ces-universites-qui-ont-cree-des-salles-de-sieste-7296.php>.

Organisation et méthodologie de la semaine

Les raisons d'une semaine test

Trois raisons ont poussé à la mise en place d'une semaine test :

- D'une part, il convenait de s'assurer que la population dauphinoise trouve **légitime** qu'un tel service soit proposé à la bibliothèque et qu'il s'agit du lieu adéquat pour les utiliser.
- D'autre part, **plusieurs matériels de repos** sont à disposition et offrent des postures différentes. Le test permettait de savoir lesquels étaient les plus appréciés afin d'acquérir du matériel répondant aux attentes des publics.
- Enfin, lors de la préparation du budget 2019, une enveloppe de 5 000 euros avait été demandée pour ce projet. Ce montant élevé était basé sur **la mise en place d'un cocon de sieste** développé par la société Nap&Up. Cependant, ce matériel ayant été créé pour des micro-siestes, il subsistait un doute sur sa gestion au quotidien.

Ces éléments ont donc conduit à opter en 2019 pour une semaine test, afin de rendre par la suite le meilleur service possible aux étudiants.

Les matériels choisis

Afin de sélectionner des matériels à tester tout en respectant le budget, des critères ont été établis. Ils devaient être :

- **Durables** et solides, afin de résister à une utilisation intense et quotidienne,
- **Hygiéniques** et d'un entretien facile, afin de pouvoir être nettoyé régulièrement,
- **Originaux**, pour attirer le regard et donner envie de tester le matériel.

A la suite d'une étude, les trois assises retenues ont été⁴ :

- Un pouf de marque FatBoy, de 180 par 140 centimètres. Très présent en bibliothèque, ce type d'assise offre la possibilité d'être déplacé au gré des besoins et s'adapte à la morphologie des personnes. Il est en revanche posé directement sur le sol.



- Un hamac de marque FatBoy. Ce type d'assise est très visible et permet de s'allonger facilement sans être directement sur le sol. Il est en revanche très volumineux.



- Un cocon de sieste, proposé par la société Nap&Up, incubée à Dauphine. Le cocon est original dans sa forme et permet de s'isoler visuellement. Il est cependant destiné à la micro-sieste et

⁴ Pour le détail budgétaire, consulter l'annexe 1.

nécessite du matériel (audio, housse) et un accompagnement (gestion des réservations, explication de la micro-sieste). La location d'une semaine a été choisie pour le test, au lieu d'un achat pérenne.



Durant la semaine test

Les matériels ont été installés du 23 au 27 septembre 2019, de 9h à 20h. Deux salles de travail en groupe ont été utilisées. Le hamac et le pouf étaient regroupés dans le même espace et accessibles sans réservation. Le cocon était dans un local à côté et accessible sur réservation, pour quinze minutes.



Une communication avait été préparée en ligne⁵ et sur place.

Des questionnaires⁶ ont été distribués ou donnés en main propre, afin de recueillir l'avis des utilisateurs-testeurs.

Résultats du questionnaire auprès des usagers

84 questionnaires ont été recueillis⁷.

Deux sont négatifs, du fait de la suppression temporaire des salles de travail en groupe.

Les personnels dauphinois sont largement représentés dans les réponses (23 sur 84). Ils plébiscitent le cocon de sieste, mais ne sont pas le public cœur de cible de la bibliothèque d'étude.

Pour les étudiants, notamment L et M, le matériel le plus apprécié est le hamac, suivi du cocon de sieste. **D'une manière globale, tous les matériels sont souhaités, même sans test.**

Perception des agents de la bibliothèque

Les agents n'ont pas perçu négativement la présence de matériels de sieste. Elle a même été l'occasion d'échanger avec les étudiants sur cette expérimentation.

⁵ « Buller à la BU », BU Dauphine, 11 septembre 2019, <https://bu.dauphine.psl.eu/actualites/buller-a-la-bu.html>.

⁶ Questionnaire disponible en Annexe 1.

⁷ Résultats détaillés en Annexe 2.

Les bibliothécaires ont aussi soulevé **la question du nettoyage** du pouf, du hamac et du cocon, l'hygiène étant stratégique pour le vieillissement de ces outils.

Enfin, **ce test a surpris parfois sur les pratiques des usagers**. Si peu de comportements inopportuns ont été relevés, le fait de dormir de manière visible ou d'être à plusieurs dans le hamac a interpellé certains collègues. Il s'agira dans l'avenir de définir précisément les règles d'utilisation.

Conclusions de l'expérimentation

Il apparaît donc que **les usagers tout comme les personnels perçoivent comme légitime la présence de matériel de sieste / repos en bibliothèque universitaire**.

Pour les étudiants, le besoin est assez important pour accepter tout support leur permettant de se reposer. L'expérience ayant été concluante, le matériel acquis a été mis en place rapidement, avec des aménagements minimums : affichage explicatif, boîte à chaussures.

Cette expérimentation a donc porté ses fruits et **montré l'utilité d'un tel espace** pour satisfaire un des besoins des usagers. Si l'aménagement d'un espace repos est donc à retenir pour le futur *Learning center*, il est également possible de développer dès maintenant ces aménagements.

Perspectives pour les années 2020 et 2021

Un développement à prévoir

Actuellement, le pouf et le hamac, qui ont été acquis à l'occasion de la semaine test, sont à disposition des usagers. L'utilisation de cet espace est raisonnable et il est régulièrement occupé, mais le lieu reste aménagé très rapidement. **Il y manque une ambiance** qui pourrait rendre ce lieu encore plus propice à la détente et quelques éléments complémentaires seraient la solution (stickers muraux, lampe, petit mobilier, plaids, etc.).

L'autre point soulevé par les agents du SCD est que ce type de matériel pourrait aussi se trouver en **bibliothèque de recherche**.

Ces deux aspects concourent pour un développement *a minima* de cet espace sur les années 2020 et 2021, afin de voir si l'utilisation perdure et se renforce ou non. Les futurs travaux étant source de stress et de dérangements pour les étudiants, ils seront peut-être satisfaits de trouver un endroit où se détendre à la bibliothèque.

Contact :

Renaud DELEMONTEZ-SAGE, responsable du Pôle Services aux Publics
renaud.delemontez@dauphine.psl.eu

Annexes

Annexe1 – Questionnaire de satisfaction

Questionnaire de satisfaction

Vous avez testé un ou plusieurs matériels de repos ? Nous aimerions avoir votre avis. Vos réponses et remarques nous serviront pour vous proposer un espace de repos répondant au mieux à vos besoins.

Quel(s) matériel(s) avez-vous testé ?

Pouf Hamac Cocon

D'après vous, quel matériel est le plus...

Confortable :

Hygiénique :

S'il est à la BU, je l'utiliserai régulièrement :

.....

Avez-vous des remarques ou des commentaires sur ces matériels et leur présence à la BU ?

.....
.....
.....
.....

Pour mieux vous connaître

Femme Homme

L M D Personnels dauphinois Lecteurs extérieurs

Année de naissance :

Merci pour votre participation !

Annexe 2 – Présentation des résultats du questionnaire







