

Rapport
de recherche
PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

Déterminants et conséquences de l'épuisement professionnel dans les écoles publiques primaires et secondaires

Chercheur principal

Michel Janosz, Université de Montréal

Cochercheurs

Alain Marchand, Université de Montréal
Linda S. Pagani, Université de Montréal
Isabelle Archambault, Université de Montréal Roch
Chouinard, Université de Montréal

Établissement gestionnaire de la subvention

Université de Montréal

Numéro du projet de recherche

2014-RP-179379

Titre de l'Action concertée

Programme de recherche sur la persévérance et la réussite scolaires

Partenaires de l'Action concertée

Le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS)
et
Le Fonds de recherche du Québec - Société et culture (FRQSC)

L'épuisement professionnel des enseignants : déterminants et conséquences

1. Contexte et historique du projet

L'enseignement est reconnu comme une profession à haut risque d'épuisement professionnel (ÉP) en raison de l'accumulation de stress quotidien associé aux interactions continues avec les élèves. L'ÉP affligerait typiquement les travailleurs les plus motivés, dévoués et impliqués, qui réagissent au stress en travaillant excessivement et intensément. Au Québec, l'ÉP des enseignants préoccupe par sa prévalence (de l'ordre de 20%, selon Houlfort & Sauvé, 2010) et ses contrecoups sur l'offre éducative (p.ex. absentéisme, abandon de la profession, roulement de personnel, qualité de l'enseignement). Pour la majorité des chercheurs, l'environnement de travail compte pour beaucoup dans l'émergence de l'ÉP : ils lient à divers degrés le développement de l'ÉP à l'interaction entre les facteurs individuels, la nature de la profession et les conditions de travail. Identifier les facteurs environnementaux qui contribuent au développement de l'ÉP, et en particulier ceux qui sont modifiables, est d'une importance capitale pour la mise en œuvre de pratiques préventives efficaces. De plus, peu d'études se sont jusqu'ici attardées à démontrer empiriquement que l'ÉP enseignant affecte directement la réussite ou le bien-être des élèves. Ainsi, cette recherche tente de répondre à deux grandes questions : (1) quels sont les déterminants organisationnels de l'ÉP des enseignants, étudiée sous l'angle la fatigue professionnelle (FP) et du sentiment d'inefficacité professionnelle (IP), et (2) et quels sont les impacts de l'ÉP des enseignants sur le bien-être et la réussite des élèves ?

1.1 Résultats : les déterminants organisationnels de l'épuisement professionnel

Au primaire, la FP ne varie pas en fonction de facteurs structurels comme la localisation, la taille ou le niveau de défavorisation de l'école. Cependant, les enseignants qui perçoivent plus négativement les comportements des élèves ou les pratiques en cours

dans l'école se disent plus fatigués. Les principaux déterminants perçus par les enseignants sont : une gestion peu efficace des problèmes de comportement, l'absence de travail d'équipe, la présence d'élèves aux prises avec des vulnérabilités scolaires et psychosociales, la violence scolaire et un faible sentiment d'appartenance. Mais qu'en est-il de l'influence de l'environnement scolaire mesurée plus objectivement par l'agrégation des perceptions individuelles de tous les enseignants et élèves de l'école? Les résultats de ces analyses additionnelles conduisent à des conclusions similaires : les enseignants du primaire qui œuvrent dans des écoles où les perturbations en classes sont plus fréquentes et le climat scolaire plus négatif rapportent d'avantage de FP.

Au secondaire, la FP est plus élevée dans les écoles situées à Montréal ou dans les grandes villes, et dans les écoles qui présentent une forte proportion d'élèves issus de l'immigration, de milieux défavorisés, ou qui présentent des difficultés scolaires ou psychosociales. Le sentiment d'IP, pour sa part, est plus élevé dans les écoles francophones et où le retard scolaire des élèves est élevé. Les enseignants qui perçoivent négativement les différentes facettes de l'école (comportements et attitudes des élèves, climat, pratiques) sont plus susceptibles de rapporter de l'ÉP, que ce soit de la FP ou un sentiment d'IP. Comme au primaire, les déterminants perceptuels les plus importants ont trait à l'indiscipline des élèves, à une gestion inefficace des problèmes de comportements, à un faible sentiment d'appartenance ainsi qu'à la présence de tensions entre les individus. Toutes ces perceptions négatives sont non seulement associées à la présence d'ÉP, mais elles prédisent également le développement d'ÉP deux ans plus tard. Ici encore, la réalité objective mesurée par l'entremise de l'agrégation des perceptions individuelle des élèves et des enseignants, et en contrôlant leurs perceptions individuelles, conduit à des conclusions similaires. Par ailleurs et de manière inattendue, ces effets sont plus grands dans les écoles de milieux favorisés (peu d'effets sont observés en milieux défavorisés). Également, fait

important à noter, la qualité objective de l'environnement scolaire, contrairement aux perceptions, ne semble pas liée au sentiment d'IP : seules les perceptions et les caractéristiques individuelles prédisent le développement du sentiment d'IP.

1.2 Résultats : les conséquences de l'épuisement professionnel sur les élèves

Au primaire, les élèves exposés à un enseignant rapportant un sentiment élevé d'IP se disent, en fin d'année scolaire, moins engagés, moins compétents et en moins bonne relation avec leur enseignant. Ces derniers trouvent également leurs élèves moins performants et plus turbulents. A contrario, plus l'enseignant se sent efficace, plus le bien-être et la réussite de ses élèves sont élevés. Par ailleurs, les effets de la FP sur les élèves ne sont pas linéaires. En effet, les résultats indiquent que l'engagement comportemental, le sentiment de compétence, le rendement et la relation maître-élève sont à leur meilleur lorsque l'enseignant rapporte un niveau de fatigue moyen, alors que l'absence de FP ou une FP élevée sont associées à des résultats plus négatifs chez les élèves. Nous émettons ici l'hypothèse qu'un certain niveau de fatigue traduit l'effort et l'engagement de l'enseignant. L'absence de FP pourrait traduire une absence d'effort dans le travail alors que trop de FP commencerait à affecter la qualité de l'encadrement pédagogique.

Au secondaire, le sentiment d'IP ne semble pas avoir de répercussions sur le bien-être et la réussite des élèves. Nous expliquons ce résultat, un peu surprenant, par le fait qu'au secondaire, les élèves sont exposés à plusieurs enseignants et que les effets négatifs du sentiment d'IP d'un enseignant peuvent être compensés par les autres. De plus, la mesure de l'IP au secondaire semble moins sensible que celle du primaire. Par contre, la FP rapportée par les enseignants en 1^{re} secondaire prédit des perceptions plus négatives des élèves et un rendement scolaire plus faible et ce, jusqu'à deux ans plus tard. Au secondaire, l'absence de FP semble associée à un bien-être optimal chez les élèves. Ce bien-être diminue alors que s'installe la FP. Toutefois, à des niveaux élevés de FP, le bien-

être tend à s'améliorer légèrement. On peut penser que des niveaux élevés de FP reflètent un engagement au travail très important qui porte fruit ou, encore, comme l'ont suggéré certains enseignants, l'expression d'une d'empathie des élèves face à leur enseignant épuisé. Cette empathie amènerait les élèves à faire plus d'efforts de leur côté.

Ces relations non linéaires inattendues entre fatigue professionnelle et adaptation des élèves devront être approfondies dans le futur. Il en est de même pour deux autres résultats imprévus. D'abord certaines analyses exploratoires ont montré que la FP et l'IP interagissent: les effets de la FP apparaissent parfois très importants lorsque les enseignants se sentent inefficaces et, a contrario, inexistantes si l'enseignant se sent efficace. Ensuite, il est important de mieux comprendre pourquoi certains effets négatifs de la FP (climat, rendement, relations maître-élèves) apparaissent circonscrits aux écoles favorisées ou homogènes sur le plan multiethnique.

2. Implication pour l'action

Cette recherche suggère que les mesures visant à réduire l'indiscipline, les comportements antisociaux à l'école, le climat scolaire ainsi qu'à accroître les compétences de gestion de comportement des enseignants permettraient de réduire les risques d'épuisement professionnel, surtout en ce qui a trait à la fatigue. Elle souligne également l'importance d'offrir aux enseignants des occasions de développement professionnel visant à maximiser leur sentiment d'efficacité professionnel. Enfin, cette étude suggère qu'un certain niveau de fatigue professionnelle peut être l'expression d'un engagement positif et performant dans le travail et non uniquement comme un symptôme d'épuisement.