

Mots clés : enseignants | burnout | engagement | collaboration | prise de décision



Vanessa Lentillon-Kaestner

UER Didactiques de l'éducation physique et sportive (UER-EPS), Haute École Pédagogique du Canton de Vaud (HEP Vaud), Lausanne, Suisse

@ : vanessa.lentillon-kaestner@hepl.ch



Valérian Cece

UER Didactiques de l'éducation physique et sportive (UER-EPS), Haute École Pédagogique du Canton de Vaud (HEP Vaud), Lausanne, Suisse

@ : valerian.cece@hepl.ch

LES ENSEIGNANTS D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET D'AUTRES BRANCHES FACE À LA COVID-19

QUEL IMPACT LA PÉRIODE DE CONFINEMENT A-T-ELLE EU SUR L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL ET L'ENGAGEMENT DES ENSEIGNANTS ?

Résumé

Dans une période de confinement à cause de la COVID-19, les enseignants ont dû s'adapter dans l'urgence lors de l'année scolaire 2019-2020. L'objet de cette étude était de comparer l'épuisement professionnel, l'engagement des enseignants, et les facteurs contextuels pouvant influencer l'épuisement professionnel durant une année scolaire traditionnelle et celle de la COVID-19. Des données ont été recueillies auprès de 135 enseignants en 2016-2017 et 73 enseignants en 2019-2020. Les résultats suggèrent que les enseignants d'éducation physique ont mieux vécu cette période de confinement que les enseignants d'autres branches. Comparés aux enseignants d'autres branches, ils ont reporté des scores de burnout moins élevés et des scores d'engagement plus élevés lors de l'année COVID-19. Ces résultats peuvent être reliés au fait que durant cette année 2019-2020, les enseignants d'éducation physique ont mieux collaborés et se sont sentis plus impliqués dans les prises de décision de la direction.

La pénibilité du métier d'enseignant augmente les risques d'épuisement professionnel. L'année scolaire 2019-2020 a été perturbée par la COVID-19 et une période de confinement qui ont conduit les enseignants à s'adapter dans l'urgence. Ils ont dû proposer des enseignements à distance sans être forcément habitués et formés. Les questions que nous nous sommes posés dans cette étude sont les suivantes : cette période de confinement a-t-elle eu des effets positifs ou négatifs sur l'épuisement émotionnel et l'engagement des enseignants dans leur travail ? A-t-elle été vécue différemment entre les enseignants d'éducation physique et ceux d'autres branches d'enseignement ?

Burnout et engagement chez les enseignants

Dans le canton de Vaud, les enseignants semblent présenter une plus mauvaise santé comparée à la population active (Papart, 2003). Être enseignant est un métier difficile, et de nombreuses recherches ont confirmé la pénibilité du métier d'enseignant, augmentant ainsi les risques d'épuisement professionnel, plus communément appelé « burnout » (Rasclé & Bergugnat, 2013).

Le burnout est défini comme un syndrome comportant

trois dimensions (Shirom, 2003b) : la fatigue physique (i.e., un épuisement physique global), l'épuisement émotionnel (i.e., le sentiment d'« être vidé », de subir émotionnellement le travail), et la fatigue cognitive (i.e., des difficultés à se concentrer et mobiliser rapidement ses capacités intellectuelles).

Le burnout et l'engagement sont considérés comme des concepts opposés qui doivent être mesurés indépendamment et qui ne représentent pas les extrémités d'un continuum (Schaufeli & Bakker, 2004). Par exemple, le fait de se sentir émotionnellement épuisé dans son travail lors d'une semaine, n'exclut pas le fait de ressentir de l'énergie durant la même semaine. Comme le burnout, l'engagement peut être mesuré et défini autour de trois composantes : la sensation de posséder une force physique (i.e., les capacités physiques de l'individu), l'énergie émotionnelle (i.e., l'individu a la capacité d'exprimer sa sympathie et son empathie envers les autres), et la vivacité cognitive (i.e., les compétences de pensée de l'individu et son agilité mentale) (Shirom, 2003a).

Des facteurs personnels (sexe, ancienneté) mais également contextuels peuvent augmenter les risques de burnout (Vandenberghe, Huberman, & Huberman, 1999). Les facteurs contextuels comme les conditions de travail pénibles (le manque de reconnaissance) ou une mauvaise qualité dans les relations (avec les

collègues, le principal, les élèves) sont reliés au burnout (Ponnelle, 2008).

Très peu d'études antérieures ont comparé la santé des enseignants d'éducation physique aux enseignants d'autres branches. En se basant sur la spécificité du métier d'enseignant d'éducation physique (rôle protecteur de l'activité physique, contexte d'enseignement différent), nous pouvons nous demander si les enseignants d'éducation physique sont davantage protégés des risques de burnout.

Méthode

Un questionnaire a été complété par 135 enseignants vaudois (M = 38,41, ET = 13,92, 85 femmes, 50 hommes) lors d'une année scolaire traditionnelle 2016-2017 (en avril-mai 2017) et par 73 enseignants vaudois (M= 36,08, ET = 12,92, 40 femmes, 29 hommes) lors de l'année scolaire COVID-19 (en avril-mai 2020). Les caractéristiques de ces deux échantillons d'enseignants vaudois sont comparables au niveau de l'âge et de répartition hommes - femmes (MANOVA et Chi² de Pearson, p > .05).

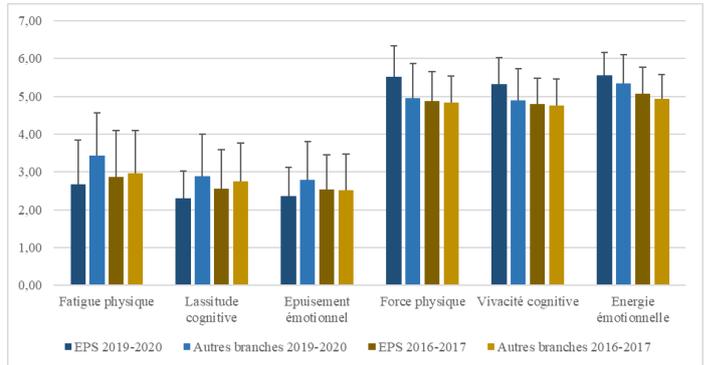
Le questionnaire online était composé de différents questionnaires validés. La version française du « Shirom-Melamed Burnout Measure » (Sassi & Neveu, 2010) a été utilisée pour mesurer le burnout (14 items, fatigue physique : 6 items, lassitude cognitive : 5 items, épuisement émotionnel : 3 items). L'engagement a été mesuré grâce à la version française du « Shirom-Melamed Vigor Measure » (Isoard-Gauthier et al., 2019) (12 items ; force physique : 5 items ; énergie émotionnelle : 4 items ; vivacité cognitive : 3 items). Les items de ces deux questionnaires étaient accompagnés d'une échelle de fréquence de type Likert 1 (jamais) à 7 (toujours). Enfin, les facteurs contextuels ont été mesuré par la version traduite du « Revised School Level Environment Questionnaire » (Johnson, Stevens, & Zvoch, 2007) (21 items, échelle de réponse en 5 points) : la collaboration entre enseignants (6 items), la relation aux élèves (4 items), les ressources de l'école (4 items), les prises de décision (3 items), les innovations pédagogiques (4 items).

Des séries d'analyses de variances multivariées (MANOVA) ont été réalisées afin de comparer les scores des différents groupes. Le seuil de significativité des résultats était fixé à p < 0,05.

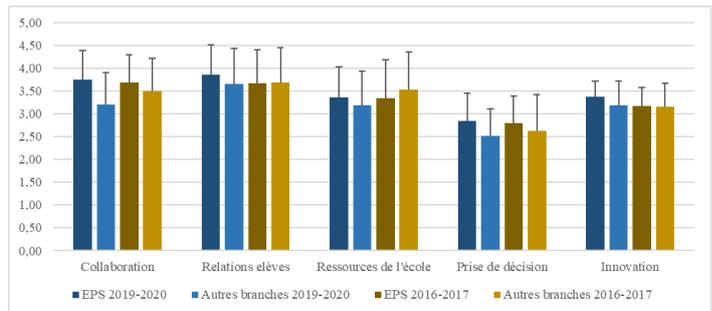
Résultats et discussion

Lorsque nous comparons les résultats en fonction de la matière enseignée, nous trouvons des différences significatives entre les enseignants d'éducation physique et d'autres branches lors de l'année scolaire COVID-19, mais pas lors de l'année scolaire traditionnelle, 2016-2017.

Durant l'année scolaire 2016-2017, les enseignants d'éducation physique et d'autres branches ont reporté des scores comparables au niveau du burnout, engagement, et des facteurs contextuels pouvant influencer les risques d'épuisement et d'engagement (cf. graphiques 1 et 2).



Graphique 1. Comparaison du burnout et de l'engagement chez les enseignants d'éducation physique et d'autres branches durant une année scolaire traditionnelle (2016-2017) et l'année scolaire COVID-19 avec confinement (2019-2020)



Graphique 2. Comparaison des facteurs contextuels perçus chez les enseignants d'éducation physique et d'autres branches durant une année scolaire traditionnelle (2016-2017) et l'année scolaire COVID-19 avec confinement (2019-2020)

Par contre, lors de l'année COVID-19, comparés aux enseignants des autres branches, les enseignants d'éducation physique semblent avoir mieux vécu la période de confinement. Tout d'abord, durant cette année, ils ont présenté des symptômes de burnout moins élevés que les enseignants d'autres branches : la fatigue physique et la lassitude cognitive étaient significativement moins élevées, et une tendance dans ce sens a été observée pour l'épuisement émotionnel. Les enseignants d'éducation physique ont présenté également un niveau d'engagement plus élevé, avec des scores significativement plus élevés au niveau de la force physique et de la vivacité cognitive (aucune différence n'a été observée au niveau de l'énergie émotionnelle). A contrario, les enseignants des autres branches ont moins bien vécu cette période de confinement à l'image des scores de fatigue physique plus élevés et des scores d'énergie émotionnelle plus bas que lors d'une année type (cf. graphique 1).

Durant cette année COVID-19, des écarts significatifs ont

également été observés au niveau de deux facteurs contextuels pouvant influencer l'épuisement professionnel, la collaboration entre enseignants et la prise de décision. Durant cette année particulière liée au confinement, les enseignants d'éducation physique ont plus collaboré avec leurs collègues et se sont sentis mieux impliqués dans les prises de décision de leur direction. A l'opposé, la collaboration entre les enseignants des autres branches a été inférieure aux années traditionnelles (cf. graphique 2).

Les enseignants d'éducation physique ont également eu tendance à percevoir davantage d'innovations pédagogiques durant cette période de confinement. Pour les autres facteurs contextuels, comme les relations avec les élèves et les ressources de l'école, aucune différence significative entre les enseignants d'éducation physique et ceux d'autres branches n'ont été observées (cf. graphique 2).

branches. La période de confinement a permis d'améliorer la collaboration dans les équipes d'enseignants d'éducation physique et ils se sont sentis impliqués dans les décisions d'établissement. Nous pouvons supposer que ces facteurs contextuels (collaboration, prise de décision) ont pu jouer un rôle protecteur contre les risques d'épuisement professionnel chez les enseignants d'éducation physique durant cette période de confinement. A l'opposé, la collaboration entre enseignants d'autres branches a été plus faible lors de la période de confinement et les scores de burnout plus élevés. Il semble donc important de favoriser le travail en équipe notamment lorsque l'enseignant doit changer ses pratiques d'enseignement dans l'urgence, enseigner autrement, comme ceci a été le cas lors du confinement.

Conclusion

Les résultats de cette étude suggèrent que les enseignants d'éducation physique ont mieux vécu cette période de confinement que les enseignants d'autres

Bibliographie

- Isoard-Gauthier, S., Ginoux, C., Heuzé, J.-P., Tessier, D., Trouilloud, D., Guillet-Descas, E., & Sarrazin, P. (2019). Construct validity of the French Shirom-Melamed Vigor Measure (F-SMVM): A multitrait-multimethod (MTMM) approach. *European Journal of Psychological Assessment*, 36(2), 372-386.
- Johnson, B., Stevens, J. J., & Zvoch, K. (2007). Teachers' perceptions of school climate: A validity study of scores from the Revised School Level Environment Questionnaire. *Educational and Psychological Measurement*, 67(5), 833-844.
- Papart, J. P. (2003). La santé des enseignants et des éducateurs de l'enseignement primaire. Rapport de l'organisation du travail. Versoix: Département de l'action sociale et de la santé.
- Ponnelle, S. (2008). Contribution des déterminants personnels, organisationnels et des styles d'ajustement au stress dans l'explication de la santé subjective des enseignants du secondaire. *L'Orientation Scolaire et Professionnelle*, 37(2), 183-213.
- Rasclé, N., & Bergugnat, L. (2013). Les déterminants et les conséquences de l'épuisement professionnel des enseignants débutants: quels effets sur leur santé? Quels effets sur les élèves? Université de Bordeaux.
- Sassi, N., & Neveu, J.-P. (2010). Traduction et validation d'une nouvelle mesure d'épuisement professionnel: Le Shirom-melamed burnout measure. *Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 42(3), 177.
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 25(3), 293-315.
- Shirom, A. (2003a). Feeling vigorous at work? The construct of vigor and the study of positive affect in organizations. *Research in Organizational Stress and Well-Being*, 3, 135-165.
- Shirom, A. (2003b). Job-related burnout: A review. In J. C. Quick & L. E. Tetrick (Eds.), *Handbook of occupational health psychology* (pp. 245-265). Washington, DC: American Psychological Association.
- Vandenberghe, R., Huberman, A. M., & Huberman, M. (1999). *Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice*. Cambridge: Cambridge University Press.