

LES FAITS EN ÉDUCATION

Quelle est l'incidence du stress et de l'épuisement professionnel des enseignants sur la réussite des élèves?

La santé et le bien-être mentaux des écoliers canadiens suscitent de plus en plus d'inquiétude, mais ce n'est pas seulement le bien-être des enfants dont il y a lieu de s'inquiéter. De récents travaux de recherche démontrent que le bien-être des élèves et celui des enseignants vont de pair. En particulier, une amélioration du bien-être des enseignants amène des relations entre enseignant et élèves plus favorables. En dépit de ce fait établi, selon un sondage de la Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants, 85% des enseignants trouvent que leur difficulté à concilier travail et vie personnelle les empêche d'enseigner de la façon dont ils aimeraient le faire.

LES EFFETS DU STRESS ET DE L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL DES ENSEIGNANTS COMPRENNENT NOTAMMENT :

Effets sur les enseignants	<ul style="list-style-type: none"> • Une détérioration de l'état de santé : Hypertension artérielle, maladie cardiovasculaire, anxiété et dépression. • Une hausse de l'absentéisme : Au Canada, le nombre moyen de jours de travail perdus par enseignant (dans les écoles, les collèges, les universités et les centres de formation) a augmenté de 8,9 en 2014 à 11,9 en 2018. • Une baisse de la satisfaction au travail : Il existe une étroite corrélation entre un niveau élevé d'épuisement professionnel et un faible niveau de satisfaction professionnelle et d'engagement envers le travail.
Effets sur les élèves	<ul style="list-style-type: none"> • Une baisse de la motivation et de la réussite scolaire : L'épuisement professionnel et la dépersonnalisation (c.-à-d. le désintérêt envers le travail) chez l'enseignant a des effets néfastes sur la qualité de l'enseignement dispensé et la motivation des élèves (p.ex. comportement perturbateur, faible sentiment d'appartenance, moindre confiance en sa capacité de réussite, notes inférieures). • Une hausse des niveaux de stress : Il y aurait un lien entre l'élévation du niveau d'épuisement professionnel chez les enseignants et l'élévation du niveau de cortisol chez les enfants, un phénomène biologique indicateur de stress.

VOICI EN REVANCHE TROIS MOYENS POUR LE PERSONNEL DE DIRECTION DE CRÉER UN MILIEU SCOLAIRE POSITIF QUI FAVORISE LE BIEN-ÊTRE DES ENSEIGNANTS :

Promouvoir le mieux-être : Les enseignants gagnent à avoir un sentiment d'affinité avec leurs collègues, de se faire reconnaître pour leurs compétences et d'avoir l'autonomie nécessaire pour travailler de façon collaborative.	Promouvoir la résilience de l'équipe : Le personnel scolaire qui persévère, va énergiquement de l'avant et surmonte les obstacles fait généralement preuve de bonnes pratiques en matière de relations, d'un solide professionnalisme, d'attitudes positives, d'intelligence émotionnelle et de facilités d'adaptation.	Promouvoir le leadership positif : Les administrateurs qui font preuve de compassion et de gratitude, connaissent les atouts et les intérêts des enseignants, clarifient les rôles et les attentes, et offrent des occasions d'épanouissement créent un milieu scolaire positif.
--	--	---

Les facteurs de promotion du bien-être des élèves sont les mêmes que ceux s'avérant propices au bien-être des enseignants. Un milieu scolaire positif amène une baisse de l'absentéisme chez les enseignants, un moindre nombre d'abandons de la profession, de plus riches relations entre enseignant et élèves, et une hausse du rendement scolaire chez les élèves. Une formation ciblée à l'intention des équipes et du personnel de direction des établissements scolaires en matière de pratiques du mieux-être, de la résilience et de leadership positif représente une première étape importante vers l'amélioration du milieu scolaire, la réduction du stress des enseignants et le rehaussement du rendement scolaire des élèves.

Pour plus de ressources en ligne et de références : www.edcan.ca/faits-en-education

Auteurs,
Robert Laurie, Ph. D. et Emily Larson

La série « Les faits en éducation » est produite grâce au généreux parrainage de l'Association canadienne des commissions/conseils scolaires et de la Fondation Desjardins.

Information sur le droit d'auteur : Vous êtes libre de reproduire et de distribuer ce document sous toute forme, à condition de reproduire intégralement les commentaires et d'en attribuer la provenance au Réseau EdCan, à l'University of New Brunswick et à The Behavioural Insights Team.

