

1 Discussion

L'activité professionnelle d'enseignant est caractérisée par deux régimes très différents en fonction des périodes de l'année scolaire, notamment les périodes scolaires et les périodes extrascolaires. Alors que les périodes scolaires sont marquées par une forte contrainte liée aux horaires, au plan d'études, aux examens, etc., les périodes extrascolaires offrent beaucoup plus d'autonomie par rapport aux activités professionnelles. Ainsi, l'hypothèse de départ était que les enseignants ont tendance à tenir le coup durant les périodes scolaires et à tomber malades une fois que les cours sont finis.

Les résultats de cette enquête montrent que la moitié des enseignants syndiqués ayant participé à cette enquête ont effectivement l'impression de devoir tenir le coup durant les périodes scolaires et qu'ils sont très nombreux à assumer les cours tout en étant malades. Il semble y avoir une volonté/nécessité de reporter la récupération à la période extrascolaire. Effectivement, les enseignants étaient nombreux à indiquer qu'ils utilisaient un pourcentage élevé des périodes extrascolaires à récupérer de la fatigue accumulée. Ce report de la récupération à la période extrascolaire comporte un risque d'accumulation de la fatigue durant les périodes scolaires. Le risque d'une accumulation de la fatigue durant les périodes scolaires est aggravé par le fait que leur activité professionnelle est évaluée comme étant stressante par les enseignants. Ils sont nombreux (60%) à constater une dégradation de leur état de santé au cours des périodes scolaires. Leur score de santé moyen durant les périodes scolaires est par ailleurs nettement plus bas que celui de la population générale en Suisse. Ainsi, il n'est pas surprenant que le niveau d'épuisement était évalué comme étant élevé durant la première semaine d'une période extrascolaire. C'est justement au début des périodes extrascolaires – au moment du relâchement – que la maladie s'était manifestée le plus fréquemment parmi les personnes qui tombaient malades durant les périodes extrascolaires. Plus que la moitié de ces personnes faisait un lien entre la maladie et les contraintes professionnelles.

Concernant le type de maladie, les enseignants évoquaient avant tout des maladies ou un mal-être physique plutôt que psychique. Ceci peut donner l'impression que les enseignants sont moins touchés par le mal-être psychique. Or, le stress ne se manifeste pas uniquement par une tension psychique, une agitation nerveuse, des pensées négatives, etc. mais il peut également se manifester au niveau du corps à travers des symptômes physiques tels que des maux de tête, de dos, des troubles de la digestion ou du sommeil. Des symptômes somatiques peuvent donc avoir pour origine un trouble physique, mais également psychique. Le fait de rapporter des symptômes physiques n'exclut donc pas une origine psychique de ces mêmes symptômes. De plus, même à l'heure actuelle, il est plus simple et moins stigmatisant de se plaindre de symptômes physiques que d'un mal-être psychique. Ces éléments doivent être pris en compte pour l'interprétation de ces résultats.

Contrairement à d'autres professions, les enseignants passent un pourcentage non-négligeable de leur temps d'activité en dehors de l'école, loin de l'employeur. Durant les périodes extrascolaires, l'employeur n'est généralement pas informé lorsqu'un enseignant tombe malade. Ainsi, des données par rapport aux jours de maladie des enseignants durant ces périodes semblent manquer en Suisse. La présente étude a permis de montrer, en se basant sur une évaluation subjective des enseignants, qu'ils étaient malades/accidentés en moyenne deux semaines entières durant l'année civile 2016.

Les jours de maladie/accident étaient plus élevés durant la période extrascolaire que la valeur attendue. Ceci va dans le sens de l'hypothèse que les enseignants sont plus souvent malades durant la période extrascolaire que durant la période scolaire (au pro rata) sans pour autant montrer une différence frappante entre les deux périodes. Ce résultat peut être dû à la façon de définir « maladie » (toute atteinte à la santé (qui n'est pas due à un

accident) qui a contraint une personne à ne pas travailler ou qui aurait dû l'y contraindre, bien qu'elle ait continué à travailler). Il se peut, en effet, que la différence entre les périodes scolaires et extrascolaires se manifeste avant tout au niveau du comportement par rapport à la maladie plutôt qu'au niveau de l'apparition d'une maladie/d'un accident. Il serait intéressant d'examiner si les enseignants restent plus facilement au lit et prennent davantage de temps pour se soigner quand ils sont malades durant les périodes extrascolaires alors qu'ils continuent à assumer les cours durant les périodes scolaires tout en étant malades. Pour cela, il pourrait être intéressant de réaliser une étude utilisant comme outil un journal de bord avec un sous-groupe représentatif d'enseignants qui indiquerait chaque jour s'ils étaient malades/accidentés, si c'était un jour de cours et s'ils ont travaillé. Cette procédure permettrait également d'avoir des données non sujettes au biais lié à la mémoire vu qu'elles seraient récoltées continuellement.

Les évaluations du nombre de jours de maladie/accident étaient très différentes en fonction des cantons. Les cantons de Vaud et de Genève paraissent plus touchés par cette problématique. Ce sont aussi les répondants de ces deux cantons avec le canton de Neuchâtel qui ont rapporté le pourcentage le plus faible d'enseignants qui n'étaient ni malades ni accidentés au cours de l'année civile 2016. Les répondants de ces trois cantons ont également fait l'évaluation la plus importante de la dégradation de leur santé à cause du travail au cours des cinq années passées et de l'impression de devoir « tenir le coup » durant la période scolaire. Ils ont également atteint les valeurs de burnout les plus élevées comparés aux autres cantons. Il serait intéressant d'analyser davantage ces différences cantonales, en se penchant sur d'éventuelles différences au niveau des conditions de travail ou de l'organisation du travail.

Malgré une évaluation légèrement plus élevée des jours de maladie/accident durant la période extrascolaire (au pro rata), l'état de santé était évalué comme étant clairement meilleur comparé à la période scolaire. En effet, l'évaluation de l'état de santé des enseignants durant les périodes extrascolaires s'apparentait à celle de la population générale en Suisse. Basé sur ces résultats et étant donné que l'activité d'enseignant était considérée comme stressante par une grande majorité des répondants, il faut se poser deux questions:

- (1) comment les contraintes auxquelles les enseignants sont confrontés durant la période scolaire peuvent-elles être diminuées ? ;
- (2) comment les ressources que les enseignants ont à disposition pour faire face à ces contraintes peuvent-elles être augmentées ?

Un travail de fond sur ces deux aspects semble primordial afin de permettre de diminuer le stress durant les périodes scolaires. Ce travail est d'autant plus important qu'il existe un lien entre le vécu de l'activité d'enseignant comme étant stressante et l'évaluation du nombre de jours de maladie/accident.

En résumé, les enseignants semblent clairement faire un lien entre leur état de santé et leur activité professionnelle. Même si une très grande majorité d'enseignants vivent leur métier comme un défi positif, vivent la relation avec les collègues comme source d'épanouissement et beaucoup d'entre eux considèrent que la flexibilité de l'activité professionnelle leur permet de concilier la vie professionnelle et la vie privée, ils sont également nombreux à relever que l'activité d'enseignant est stressante pour eux et qu'elle tend au fur et à mesure à dégrader leur état de santé. Il ne semble pas faire de doute que l'activité d'enseignant en période scolaire est usante à long terme.