



**Internationale de l'Education (IE)
Comité Syndical Européen de l'Education (CEE)**

Etude sur le stress:

La cause du stress dont souffrent les enseignants, ses effets et propositions d'approche en vue de sa réduction

En collaboration avec l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS)

Table des matières

I.	Introduction	5
	A. La santé et l'éducation à la santé - Séminaire organisé en 1999	5
	B. Importance du stress et exposé des motifs à la base de l'enquête	5
	C. Objectifs de l'étude	6
II.	Le stress induit par le travail en Europe	
	Vue d'ensemble du problème : tendances et constatations actuelles.....	7
	A. Définitions et cadres généraux	7
	B. Examen général du stress induit par le travail - Situation actuelle en Europe.....	8
	C. Un domaine d'action prioritaire en Europe.....	8
III.	Les enseignants et le personnel d'éducation face au stress :	
	La nature et les sources du problème.....	10
	A. Quelles sont les causes principales du stress ?	10
	B. Comment le stress se manifeste-t-il et quels risques présente-t-il ?	13
IV.	Etudes de cas illustrant les méthodes utilisées actuellement pour combattre le problème	
	Inventaire des mesures et dispositions visant à prévenir et réduire le stress.....	14
V.	Quelques recommandations concernant la voie à suivre	17
	ANNEXE I.....	19
	ANNEXE II	21
	Références.....	25

Introduction

La santé et l'éducation à la santé - Séminaire organisé en 1999

Le Comité syndical européen de l'éducation (CSEE) et l'Internationale de l'éducation (IE), en collaboration avec l'Organisation mondiale de la santé (OMS), ont organisé en octobre 1999 un séminaire de formation consacré au thème de la santé et de l'éducation à la santé. Un message particulièrement important transmis au cours de ce séminaire est que la profession enseignante n'est pas à l'abri des risques et des maladies professionnelles. En fait, il a été noté que l'accroissement de la charge de travail pesant sur les enseignants, une tendance que l'on observe dans plusieurs pays européens, débouche sur la multiplication des pathologies, en particulier celles liées au stress. Le stress joue un rôle significatif en amont et en aval de ces pathologies. Dans certains cas, il en est la cause, et dans d'autres, l'effet. Par exemple, certains facteurs qui peuvent jouer un rôle dans les affections dont souffrent les enseignants sont la surcharge nerveuse, la déception et la frustration, certains aspects socio-économiques, l'absence de stabilité et de sécurité d'emploi, l'environnement scolaire, le déni de reconnaissance sociale et les aspects touchant à l'organisation administrative de l'école.¹ En outre, l'incidence de ces maladies sur les travailleurs de l'éducation peut entraîner l'adoption de mesures à caractère dogmatique et autoritaire, qui font de l'emploi d'enseignant une activité de routine et incitent les enseignants à ne prendre guère d'initiatives, les poussent à l'absentéisme, les mènent à la dépression et au stress, les amènent à demander leur transfert et enfin les incitent à quitter la profession (Rapport d'octobre 1999).

Importance du stress et exposé des motifs à la base de l'enquête

Il ne fait pas de doute que la question du stress dans la profession enseignante mérite un débat et une recherche plus approfondis. Dans le cadre du débat sur la politique syndicale au niveau européen, différentes mesures ont été déterminées en rapport avec la santé et la sécurité du personnel de l'éducation. Une des mesures proposées, présentées dans le cadre des observations et recommandations de clôture du séminaire était le lancement d'une étude sur les causes du stress chez les enseignants, ses conséquences et les moyens de le combattre. A la suite des conclusions du séminaire, l'IE et le CSEE ont lancé l'enquête sur le stress tel qu'il est vécu par les enseignants, et le présent rapport se fonde sur les réponses fournies et les résultats de l'enquête. Celle-ci concernait aussi toutes les organisations membres de l'Internationale de l'éducation en Europe centrale et orientale.

¹ D'autres éléments agressifs communs sur les lieux de travail, qui sont également décelables dans l'environnement de l'éducation, sont le manque de temps pour achever le travail dans le respect de la satisfaction personnelle et de la satisfaction des autres; le déni de reconnaissance ou de récompense pour le travail effectué correctement; l'impossibilité d'exprimer ses récriminations; l'importance des responsabilités alors que l'autorité ou la capacité de décision sont faibles; l'absence de coopération ou de soutien de la part des supérieurs et des pairs, l'absence de contrôle ou de fierté vis-à-vis du travail fini; l'exposition aux préjugés (âge, sexe, race, spécificité ethnique, religion); l'exposition à la violence, aux menaces, au harcèlement moral; les conditions de travail désagréables ou dangereuses sur le plan physique; le manque de possibilité de faire valoir ses talents ou capacités personnels de manière effective; ou encore toute combinaison des facteurs qui viennent d'être énoncés.

Objectifs de l'étude

Pour cette raison, compte tenu des objectifs de l'étude, le présent rapport vise à :

- définir le cadre général de la discussion sur le thème du stress sur le lieu de travail en Europe, de manière à « planter le décor » et construire les bases de la réflexion ;
- passer en revue les théories récentes et les découvertes concrètes sur les causes, les effets et les risques du stress, tel qu'il est vécu par les enseignants et le personnel d'éducation, et faire la synthèse de ces éléments ;
- faire la synthèse des conclusions actuelles sur les meilleures pratiques et les méthodes les plus efficaces pour prévenir le stress et le combattre ;
- assimiler de manière cohérente l'ensemble des propositions afin de jeter les bases sur lesquelles seront élaborées les recommandations qu'il conviendra de mettre en œuvre pour réduire le stress et prévenir son apparition dans l'environnement de l'enseignement.

Le stress induit par le travail en Europe

Vue d'ensemble du problème : tendances et constatations actuelles

Définitions et cadres généraux

S'agissant de la conceptualisation, l'examen de la littérature scientifique sur le stress fait apparaître trois cadres distincts, qui pourtant se chevauchent : le cadre technique, le cadre physiologique, le cadre psychologique. Mais les conclusions dont on dispose aujourd'hui mettent en cause le troisième de ces cadres, car il concerne l'interaction dynamique des personnes et de leur environnement de travail. Sur le lieu de travail, le stress est un élément d'un processus d'interaction plus large entre la personne et son environnement de travail, dont elle est le reflet. Il existe un consensus de plus en plus large sur la définition du stress en tant qu'état psychologique négatif ayant des composantes d'ordre cognitif et d'ordre émotionnel, ainsi que sur ses incidences sur la santé tant au plan individuel de chaque travailleur qu'au plan de l'organisation qui l'emploie (*Recherche sur le stress induit par le travail, 2000*). Le stress peut être vécu comme une conséquence de l'exposition à un large éventail d'exigences sur le plan du travail, ce qui, à son tour, a des conséquences tout aussi larges sur la santé.

Le modèle le plus largement reconnu qui illustre cette relation est le modèle de Cooper du processus de stress. Il établit le lien très fort entre le stress et la santé, non seulement pour l'individu mais aussi pour l'organisation qui l'emploie. Les sources du stress peuvent alors avoir une incidence directe sur la santé de l'individu et son bien-être, modifier profondément son comportement, le mener à la maladie physique ou mentale. Cependant, les symptômes du stress peuvent aussi se manifester dans l'organisation proprement dite, ce qui entraîne par exemple un absentéisme élevé, un contrôle de qualité médiocre et l'apathie.

En ce qui concerne les risques professionnels, le stress est l'un des liens principaux entre les risques et la santé. Bien que l'état de stress soit un état de conscience, la perception individuelle de cet état varie selon le stade de développement. Selon le document *Recherche sur le stress induit par le travail*, le processus de stress est caractérisé par un ensemble de contacts et de relations :

- entre l'environnement de travail objectif et la perception qu'ont les salariés de leur travail ;
- entre ces perceptions et l'expérience du stress ;
- et enfin, entre l'expérience et les changements de comportement d'une part, la fonction physiologique et la santé d'autre part.

En outre, ces relations ne sauraient être limitées aux seuls lieux de travail. Les rôles et les relations de chacun en dehors du lieu de travail sont susceptibles d'engendrer certaines situations conflictuelles et, par conséquent, d'induire le stress. En plus des variables caractéristiques de l'environnement de travail, il existe diverses caractéristiques et variables personnelles qui doivent être incorporées dans l'équation. Bien qu'il s'agisse là d'un domaine nécessitant d'importants travaux et une recherche plus approfondie, les mécanismes d'adaptation personnelle et les compétences jouent aussi un rôle. L'influence qu'exercent des facteurs tels que la situation familiale et l'âge ne seront peut-être pas faciles à évaluer, et pourtant ils doivent être inclus dans l'évaluation globale.

Examen général du stress induit par le travail - Situation actuelle en Europe

L'Agence européenne pour la santé et la sécurité sur les lieux de travail² a organisé fin 1998 une conférence sur le thème *Le monde du travail en évolution*, dans le but de mettre en évidence les incidences qu'a sur la santé et la sécurité l'environnement économique et social en évolution à l'échelle planétaire, et les conclusions de cette conférence ont souligné de nombreux nouveaux défis auxquels l'Europe devra faire face pour améliorer la santé et la sécurité au travail. A cet égard, la tendance générale est à l'accroissement du nombre d'heures de prestations, au relèvement des cadences et à l'accroissement des charges de travail, autant d'éléments qui ont une incidence sur le taux d'accidents et le stress au travail.³ Diverses tendances importantes ont été constatées, notamment l'utilisation des nouvelles technologies, le développement de l'emploi dans le secteur des services, l'émergence de nouvelles formes de travail, l'intégration et la mondialisation, le vieillissement de la main-d'œuvre et le relèvement du niveau d'employabilité grâce aux nouvelles qualifications (*Magazine*: « Le monde du travail en évolution »). Il se peut que ces tendances aient des incidences positives, mais elles ont également des conséquences négatives.

L'Agence européenne pour la santé et la sécurité au travail soutient l'échange d'informations entre les quinze Etats membres de l'Union européenne dans ce domaine. A la suite de la conférence évoquée ci-dessus, l'Agence a réuni en une synthèse les rapports énonçant les priorités nationales sur le plan de la recherche, les conclusions d'autres études et les résultats d'un séminaire d'experts, dans la perspective de définir les besoins en matière de recherche sur la santé et la sécurité au travail, en les assortissant de priorités pour l'avenir. Ce document, intitulé *Santé et sécurité au travail - besoins et priorités pour l'avenir dans les Etats membres de l'Union européenne*, réunit toutes les données nécessaires pour établir une analyse au plan européen. Les dix priorités essentielles pour des recherches futures qui ont été déterminées sont citées chacune par au moins deux tiers des Etats membres. Ces réponses indiquent un puissant intérêt pour la santé et la sécurité en tant qu'éléments de prévention des risques professionnels. Les questions psycho-sociales, l'aspect ergonomique et les facteurs de risque chimiques se sont dégagés partout comme des priorités essentielles pour des recherches futures, et ceci dans la quasi-totalité des Etats membres ; par ailleurs, s'agissant du psycho-social, une insistance particulière a été mise sur le stress au travail. En outre, ces questions ont pris une telle importance dans le contexte européen que l'Agence les a classées comme hautement prioritaires dans son plan de travail pour 2000. Les projets en cours sur le stress au travail se sont poursuivis dans les domaines des bonnes pratiques et de la recherche.

Un domaine d'action prioritaire en Europe

Le stress induit par le travail est conditionné par d'importants problèmes qui se situent sur le plan de l'environnement, de l'économie et de la santé, qu'il contribue à aggraver. Il concerne au moins 40 millions de travailleurs dans les quinze Etats membres de l'Union européenne et

².Soucieuse de promouvoir, en particulier dans l'environnement de travail, la protection de la santé et de la sécurité des travailleurs conformément aux dispositions du Traité et des programmes qui se sont succédé en matière de santé et de sécurité sur les lieux de travail, l'Agence s'est fixé pour but de fournir aux organes communautaires, aux Etats membres et à tous les acteurs du terrain des informations techniques, scientifiques et aussi économiques qui seront applicables sur le terrain de la sécurité et de la santé au travail.

³ Plus de la moitié des 147 millions de travailleurs sur le marché de l'emploi de l'Union européenne indiquent qu'ils travaillent à des cadences très soutenues et sont tenus de respecter des délais serrés. Deux enquêtes menées sur l'ensemble de l'Union européenne ont établi qu'une part importante d'entre eux sont exposés à divers facteurs de stress dont il est prouvé qu'ils induisent le stress et la maladie, ou pour lesquels il existe de fortes présomptions en ce sens.

son coût annuel peut être chiffré à 20 milliards d'écus. Il exige un lourd tribut en termes de souffrance, de maladies et de morts. Il perturbe aussi considérablement la productivité et la compétitivité. Or, tous ces troubles pourraient vraisemblablement être évités dans une large mesure (*Lignes directrices sur le stress induit par le travail*, iv).

Il s'agit donc de relever ce défi. Comme la connaissance et la perception des causes et des effets du stress induit par le travail s'affinent chaque jour, la nécessité de la prévention, du recours à de nouvelles méthodes de gestion et d'évaluation se fait plus manifeste. Il devient de plus en plus clair que le lien entre le stress induit par le travail et son incidence sur la santé et le bien-être fait peser sur les décideurs et les responsables de la politique le lourd fardeau des mesures à prendre dans ce domaine.

La question de la répartition des rôles et des tâches dans l'approche du stress sur les lieux de travail doit être resituée dans le cadre élargi de la santé et de la sécurité. Quatre questions fondamentales se dégagent :

- Quel est le rôle de l'Union européenne dans le domaine de la santé et de la sécurité ?
- Comment l'arsenal législatif pourrait-il être renforcé ?
- Quel est le lien entre l'employabilité d'une part, la santé et la sécurité de l'autre : s'agit-il du coût économique ?
- Comment faut-il gérer les nouveaux risques ?

La réflexion sur ces importantes questions, et d'autres encore, s'avérera déterminante pour jeter les bases saines d'une approche effective et holistique.⁴

Conformément à la directive-cadre de l'UE, les employeurs ont « le devoir d'assurer la santé et la sécurité des travailleurs dans tous les aspects liés au travail ». Les principes de prévention énoncés dans la Directive comprennent « l'évitement des risques », « la lutte contre les risques à la source » et « l'adaptation du travail à l'individu ». En outre, la Directive énonce qu'il incombe aux employeurs d'élaborer « une politique globale cohérente de prévention » (*Lignes directrices sur le stress induit par le travail*, iii).

⁴ Ces quatre questions sont au centre d'un rapport publié en décembre 1999 par le Comité économique et social des Communautés européennes sous le titre "Santé et sécurité au travail - Application des mesures de la Communauté et nouveaux risques" (Disponible sur le site http://www.ces.eu.int/en/docs/fr_docs_op_December.htm)

Les enseignants et le personnel d'éducation face au stress : la nature et les sources du problème

L'Internationale de l'éducation a reçu au total vingt-cinq réponses de ses affiliés en Europe. Ces réponses proviennent de seize pays et sont représentatives de toutes les régions d'Europe (c'est-à-dire Europe centrale, Europe de l'Est, Europe du Nord, Europe du Sud et Europe occidentale).⁵ Tous les membres reconnaissent qu'il s'agit d'une question hautement prioritaire pour les enseignants. Un consensus assez large s'est dégagé quant aux sources du stress qui frappe les enseignants ; cependant, la situation varie dans chaque pays quant aux recherches entreprises et aux mesures décidées. Diverses réponses renvoient aux études et aux rapports nationaux pertinents.⁶

Quelles sont les causes principales du stress ?

On observe un accord général sur les facteurs causant le stress ou contribuant au stress chez les enseignants, dans tous les pays concernés par l'enquête en Europe. Même si chaque facteur influence différemment le niveau de stress, les mêmes causes ont été répétées à de nombreuses reprises, quel que soit le pays considéré.

Le point de convergence principal est que l'accent dans ce domaine ne doit pas être mis sur l'individu, mais sur l'organisation. Le stress induit par le travail ne doit pas être considéré comme la somme de nombreux problèmes individuels, mais plutôt comme une question qui doit être abordée dans la perspective de l'organisation, c'est-à-dire la façon dont les emplois et les lieux de travail sont conçus et la manière dont le travail est organisé et géré. Ce sont ces obstacles sur le plan de l'organisation qui handicapent l'enseignant et l'empêchent, dans l'exercice de sa profession, de fournir la qualité correspondant aux normes définies par la société, l'école et l'enseignant.

Pour cette raison, il est important de savoir de quelle manière et dans quel contexte le stress est défini. Il faut absolument trouver une définition commune qui constituera le point de départ de la réflexion, car il s'agit d'un domaine dans lequel les différences culturelles sont susceptibles de jouer un rôle. Déjà, le fait même de définir le problème comme étant en rapport avec l'organisation classe d'emblée cette question dans la catégorie des problèmes de santé et de sécurité au travail et en conséquence, elle mérite d'être traitée en tant que telle.

Différentes études permettent de conclure que ce ne sont pas les caractéristiques personnelles de l'enseignant ni le type d'école, mais plutôt le stress lié à l'emploi qui définit les différents niveaux de stress. On a même rencontré dans une étude l'idée que le stress fait partie intégrante de l'enseignement. Bien qu'il existe des différences quant à l'incidence et quant à la satisfaction retirée du travail, la présence du stress, dont les causes sont communes dans tous les pays et dans tous les systèmes scolaires, ne saurait être niée.

La liste qui suit se veut une tentative de catégorisation des causes citées. Celles-ci ne sont donc pas établies en fonction de leur incidence ni en fonction de leur importance, mais plutôt parce qu'elles semblent toutes reconnues par la plupart des organisations qui ont répondu comme appartenant aux facteurs les plus importants mentionnés.

Compétences professionnelles

⁵ La liste des membres qui ont répondu est donnée en annexe I.

⁶ Se référer à l'annexe II pour la bibliographie annotée de ces études, par pays.

Nouvelles méthodes d'enseignement
Modifications des programmes de cours et des cours proprement dits
Adaptation aux changements dans les technologies de l'information et de la communication
Formation initiale et formation continue inadéquate

Pressions économiques
Salaires inadéquats
Insécurité de l'emploi

Population étudiante
Drogues, violence, agression
Augmentation du nombre d'élèves par classe
Démotivation des élèves, manque d'attention et d'intérêt
Relâchement de la discipline
Classement et évaluation
Définition des objectifs, et leur réalisation

Relations difficiles entre parents et enseignants
Nouvelles exigences concernant les rôles de l'enseignant
Responsabilité du bien-être d'ensemble de l'étudiant
Moindre participation des parents

Faiblesse de la planification et de la programmation
Restructuration permanente
Fréquence des réformes du système de formation professionnelle
Travail individuel et transition vers le travail en équipe
Manque de personnel et mauvaise affectation
Administration puissamment hiérarchisée et manque de soutien
Insuffisance des ressources financières

Pressions sur le plan social et sur le plan personnel
Ambitions propres à chaque enseignant
Inquiétudes quant à la qualité de l'éducation
Divergence entre les objectifs personnels et les obligations professionnelles
Position sociale - pas de reconnaissance
Manque d'estime de la part du public
Exigences imposées par la société à l'enseignant en ce qui concerne l'éducation des enfants

L'école en tant que lieu de travail fort stressant
Charge de travail excessive, journées de travail trop longues, manque de temps
Manque de contrôle et d'autonomie
Environnement bruyant, mauvaise ventilation
Manque de solidarité et moral défaillant
Difficultés sur le plan de l'hygiène et de la sécurité
Tâches administratives excessives
Discrimination et harcèlement psychologique sur le lieu de travail
Équipement et matériel didactiques en nombre insuffisant et dépassés, manque de locaux
Solitude et isolement

Il s'avère que dans la plupart des cas, cette situation s'explique par la manière dont le travail est organisé ; suivent ensuite les pressions de la société et les pressions personnelles en rapport avec la profession enseignante. S'agissant du développement professionnel, l'offre de formation initiale et de formation continue ne répond pas aux besoins liés à l'évolution des méthodes d'enseignement, des programmes de cours et des matériels auxiliaires. En outre, la réforme de la politique d'éducation et la restructuration politique tendent à faire peser un lourd fardeau sur les enseignants, non seulement en raison de la mise en œuvre des changements mais aussi en termes de sécurité d'emploi. La fréquence des restrictions budgétaires a été citée comme un facteur de premier plan dans ce domaine. Les enseignants ne sont pas rémunérés selon la même échelle salariale que la plupart des autres professions, et cet état de choses les soumet à une lourde charge financière qui les incite à lancer un message de détresse : leur travail ne jouit pas d'une haute reconnaissance sociale.

Le comportement des étudiants n'a pas été cité comme étant la source principale du stress ; cependant, cela tient plutôt au fait que la structure d'organisation n'a pas délégué aux enseignants des pouvoirs spécifiques pour gérer de la manière la plus appropriée certaines difficultés en rapport avec les étudiants. Les enseignants sont quelquefois démunis face à l'accroissement de la violence et du nombre d'agressions, au manque d'attention, d'intérêt et de motivation, aux problèmes de discipline, à la consommation de drogues et à la surpopulation des classes. En outre les relations parents-enfants ne cessent de se détériorer, tandis que les parents se désengagent de plus en plus massivement. Les parents mais aussi la société dans son ensemble soumettent les enseignants à des pressions de plus en plus fortes dans l'éducation des enfants, non seulement sur le plan éthique mais aussi en lui offrant aide et conseil face à des problèmes tels que le suicide, la boulimie, l'avortement et le divorce. La responsabilité des enseignants vis-à-vis du bien-être général des étudiants et de leur épanouissement moral est génératrice de stress. Il a également été noté que les femmes sont souvent davantage victimes du stress induit par le travail, du fait qu'elles subissent également d'autres pressions extérieures, par exemple parce qu'elles éprouvent le même type de responsabilité sur le plan émotionnel et sur le plan psychologique dans leur vie privée comme sur le lieu de travail, c'est-à-dire respectivement pour leur famille et pour les étudiants dont elles ont la charge.

L'école est également considérée comme un environnement qui expose au stress physique et psychologique. L'absence de ressources financières pour mettre à disposition le matériel, les locaux et les équipements en nombre requis, le bruit ambiant, la mauvaise aération et les problèmes liés à l'hygiène et à la sécurité ne sont que quelques aspects des mauvaises conditions de travail. Celles-ci vont de pair avec le manque de temps et une charge de travail irréaliste, une activité administrative excessive, le manque de personnel et son affectation inadéquate et une administration fortement hiérarchisée, avec un manque de soutien. La combinaison de ces facteurs fait que les enseignants travaillent dans un milieu où le moral est bas et où la solidarité fait défaut, et où ils se sentent souvent fortement isolés, seul face à leur classe. Cette situation engendre un stress important parce que ces sentiments sont en opposition avec les ambitions personnelles de l'enseignant et avec les objectifs, qu'il s'est fixés, d'exécuter correctement son travail et de fournir une éducation de qualité ; l'éducateur se sent donc abandonné. L'administration doit jouer ici un rôle crucial pour la gestion de ces risques, et elle doit s'efforcer d'équilibrer l'organisation du travail, la gestion des ressources humaines, la supervision du personnel qu'elle emploie et l'évaluation des performances.

Comment le stress se manifeste-t-il et quels risques présente-t-il ?

Le stress se répercute généralement sur le comportement, sur la condition physique ou l'état psychologique de la personne qui en est victime. Dans l'ensemble, les enseignants fortement stressés présentent également les signes d'une grande détresse psychologique, qui s'exprime généralement par une forte anxiété et un faible confort psychologique, ainsi que par la diminution de la satisfaction retirée de l'emploi.

Le stress est un facteur de risque de premier plan pour la santé physique et mentale de l'enseignant, et ses effets peuvent se manifester à court terme comme à long terme. Il ressort de nombreuses enquêtes que la pression induite par le travail à laquelle sont exposés les enseignants a augmenté considérablement au cours des années 1990. Les enseignants qui connaissent un important stress lié au travail sont susceptibles de développer une espèce de « syndrome du stress » combinant le stress proprement dit avec des émotions négatives telles que la colère, la peur ou un sentiment d'impuissance. Ainsi, il leur sera très difficile de se détendre pendant leurs loisirs, tandis que leur santé et leur bien-être s'en trouvent ébranlés ; quant à leurs relations interpersonnelles, leur vie privée et leur vie familiale, elles en subiront également les répercussions défavorables. Il faut absolument que les enseignants comprennent que le secteur de l'éducation est précisément un secteur où le besoin de rétablissement, de relaxation et de ressourcement se fait particulièrement sentir, et qu'ils devraient pouvoir le satisfaire sans éprouver en aucune façon des sentiments de culpabilité. La prévalence du stress ou d'une maladie liée au stress est souvent associée à un sentiment de honte, de culpabilité, de perte d'amour-propre et de dignité. Outre qu'ils ne se sentent guère soutenus dans l'exercice de leurs fonctions, la plupart des enseignants estiment que leurs employeurs oublient également de prendre soin de leur santé et de leur sécurité. Parmi les maladies les plus couramment citées en rapport avec le stress figurent l'accroissement de la tension artérielle, la migraine, des infections virales à répétition, le côlon irritable, les ulcères à l'estomac, l'asthme et la dépression.

Cependant, l'un des risques les plus importants liés au stress est la dégradation de la qualité de l'éducation, qui va de pair avec l'efficacité moindre de l'enseignant. La combinaison de tous ces éléments signifie que la qualité d'ensemble de l'éducation fournie par les établissements est également mise à mal. Les conséquences du stress pour l'ensemble de l'organisation peuvent s'étendre très loin. Une organisation affectée par le stress est susceptible de présenter les symptômes suivants :

- niveau élevé d'absentéisme et de maladies ;
- accidents fréquents et graves ;
- importante rotation du personnel ;
- dysfonctionnements interpersonnels ;
- apathie des travailleurs ;
- faible qualité du service et faible efficacité.

Etudes de cas illustrant les méthodes utilisées actuellement pour combattre le problème

Inventaire des mesures et dispositions visant à prévenir et réduire le stress

Les données rassemblées jusqu'à présent sont dans une large mesure le fruit des travaux de recherche, et elles se fondent sur le constat des progrès accomplis. Le problème du stress tel que l'éprouvent les éducateurs est pris en charge sur différents fronts : sur le front législatif d'abord, sur le front des établissements ensuite et enfin sur le front personnel. Il s'agit à chaque fois d'une approche double : la prévention et la gestion. Les efforts sont centrés sur la prévention du stress à l'avenir ; cependant, il ne faut pas perdre de vue la nécessité de réduire et de gérer le stress dès aujourd'hui.

Etude de cas : Irlande - Projet de prévention du stress chez les enseignants du niveau secondaire

Parmi les recommandations essentielles d'une enquête nationale menée sur le stress des enseignants en 1991 figurait la mise en œuvre d'un projet pilote visant à développer des stratégies de prévention du stress dans les écoles, l'accent étant mis sur la manière d'aborder les causes du stress dans chaque école. Ce projet a été élaboré avec l'aide financière du programme SAFE de l'UE dans le cadre du programme LEONARDO, avec pour partenaires transnationaux des enseignants et des consultants du secteur de la santé au travail appartenant au secteur public des Pays-Bas et de Catalogne. Essentiellement, il a permis l'élaboration d'une méthode visant à prévenir le stress en agissant sur le travail de développement réalisé par des équipes d'enseignants dans les écoles des pays participant au projet. La synthèse des travaux de ces équipes a été faite à l'occasion de plusieurs réunions transnationales, et le produit fini, c'est-à-dire un manuel sur la prévention du stress, reflète l'expérience des enseignants dans leur environnement professionnel quotidien. Ayant achevé ce manuel, les syndicats irlandais d'enseignants du niveau secondaire ont obtenu du Département de l'éducation et de la science qu'il finance le développement de ce projet pilote sur le stress. La phase 2 du projet consistera en la formation d'un groupe d'animateurs qui seront affectés à différentes écoles, où ils assisteront le personnel scolaire lors de la mise en œuvre de la méthode de prévention du stress. Ce processus de formation se réalisera dans quelque 40 écoles sur une période de 18 mois, et fera par la suite l'objet d'une évaluation dans la perspective d'étendre cette méthode à toutes les écoles du niveau secondaire. Au cours de la phase 2 de l'initiative sur le stress, c'est-à-dire la phase concernant le développement et la planification dans les écoles, celles-ci seront en mesure d'utiliser les fonds attribués dans le cadre de cette initiative pour s'assurer les services de formateurs provenant du Panel de formateurs pour la prévention du stress.

Néanmoins, si l'on considère l'ensemble des efforts consentis pour faire sortir de l'ombre la question du stress des enseignants et pour faire comprendre et reconnaître cette situation, il faut bien constater que peu de choses sont faites dans la réalité. Il est vrai que différents pays sont en avance par rapport à d'autres en ce qui concerne la mise en application de programmes ; ils exercent des pressions efficaces pour améliorer la législation et prônent que les employeurs soient tenus de faire face à leurs responsabilités et, pour ce faire, n'hésitent pas à s'adresser à la justice. Cependant, dans certains pays, très peu de mesures sont prises pour lutter contre le problème, en dépit du fait que celui-ci est reconnu par le ministère de

l'Education et par les syndicats d'enseignants. Il faut que se déclenche un mouvement en faveur d'une action menée au nom des gouvernements, une action qui trouve son origine au sein des parlements mêmes, afin de faire un exemple.

Etude de cas : Espagne - Loi sur la santé et la sécurité

La loi sur la santé et la sécurité (*Ley de prevencion de Riesgos Laborales*), adoptée en Espagne en 1996, a mis en évidence la nécessité d'instaurer une approche ou « culture » préventive sur les questions telles que l'organisation du travail et les conditions de travail. Cette approche préventive implique de définir des méthodes d'évaluation objectives, notamment de la part des travailleurs. Etant donné cette tâche à caractère individuel et collectif, la FE - CC.OO. a mené une enquête en mai 2000 dans le but de déterminer différents points en rapport avec la santé et la sécurité parmi les enseignants du secteur public espagnol. Cette enquête s'était fixé les buts concrets définis ci-dessous :

- mesurer jusqu'à quel point les enseignants connaissent la teneur de la loi sur la santé et la sécurité ;
- évaluer la relation entre la qualité de l'éducation d'une part, la santé et la sécurité d'autre part ;
- obtenir les réactions des enseignants face à la « culture de la prévention » sur le plan de la santé et de la sécurité ;
- prendre acte de la manière dont les enseignants apprécient la pratique éducative dans une perspective psycho-sociale.

Les risques principaux cités par les enseignants espagnols étaient ceux en rapport avec l'effort psychique, le stress et le syndrome de l'épuisement. Les mesures prises actuellement par diverses autorités universitaires afin de mieux faire face à la situation n'ont pas tenu compte suffisamment de la pertinence de ces faits, bien que certaines mesures de faible ampleur aient été prises. La loi sur la santé et la sécurité n'est pas mise en pratique. En réaction, le FE - CC.OO. a mis en valeur soixante-deux mesures visant à organiser le travail afin que soient prises en charge intégralement la santé et la sécurité des enseignants espagnols.

Il est également possible de fonder l'action sur un modèle interactif prévoyant une approche partant de l'école. Au Royaume-Uni, ce type d'approche de la gestion du stress est encouragé depuis le début des années 1990. De même, il existe divers outils pour l'évaluation de listes de symptômes permettant de déceler le stress, ainsi que des formes de réaction au stress sur le lieu de travail, et pour l'évaluation des progrès réalisés. La discussion en groupe et l'auto-évaluation sont vivement encouragées.

Etude de cas : Royaume-Uni - « Plan d'action pour les écoles »

Le « Plan d'action pour les écoles » du National Union for Teachers (NUT) / Université de Nottingham a été élaboré en 1990 par des spécialistes du stress de l'université de Nottingham, dans le cadre d'un projet pilote de recherche sur le stress exécuté pour le compte du NUT. Ce projet définit la base d'un programme de gestion du stress partant de l'école, qui met l'accent sur le fait que la cause essentielle du stress des enseignants est la manière dont l'enseignement est organisé, et que ce domaine doit être pris en compte pour gérer le problème du stress proprement dit.

Le « Plan d'action pour les écoles » du NUT / Université de Nottingham porte sur les points suivants :

- transmission de l'éducation : « l'environnement de travail » auquel les enseignants sont confrontés à l'école lorsqu'ils exercent la fonction qui consiste à transmettre l'éducation aux élèves ;
- résolution des problèmes : mesure dans laquelle l'école fonctionne collectivement à la manière d'une équipe lorsqu'il s'agit d'aborder les problèmes auxquels elle est confrontée ;
- développement : la manière dont le développement professionnel et le développement personnel sont pris en compte à l'école.

Sur le plan juridique, le Royaume-Uni dispose d'un système particulièrement développé qui protège la santé des travailleurs et en garantit la sécurité. De la loi sur la santé et la sécurité de 1974 (*Health and Safety at Work Act*) aux règlements de la gestion de la santé et de la sécurité du travail de 1999 (*Management of Health and Safety at Work Regulations*), la liste est longue des actes, des codes et des lois qui ont été votés dans le souci de protéger le travailleur. En réalité, il s'agit là d'un autre élément distinctif de la situation au Royaume-Uni. Comme il est admis que ce sont les conditions de travail qui sont les éléments fondamentaux de cette question, il semble évident qu'une intervention juridique et judiciaire s'avère ici appropriée. Certains pays ont répondu que leur législation ne prend même pas en considération la cause du stress dans la législation sur la santé et la sécurité. En outre, lorsque les lois sont conçues afin de tenir compte du stress induit par le travail, elles sont rarement appliquées.

Etude de cas : Royaume-Uni - Droit coutumier et droit civil

Selon le droit coutumier, c'est aux employeurs qu'il incombe de prendre soin dans des limites raisonnables de leurs salariés afin de protéger ces derniers et leur famille proche des risques prévisibles de blessures, maladies ou mort au travail. En conséquence, si un employeur est informé d'un risque pour la santé et/ou la sécurité des personnes qu'il emploie ou encore si, compte tenu de l'état des connaissances actuelles, il devrait avoir connaissance de l'existence d'un risque, il pourrait être tenu responsable de la blessure ou de la mort ou encore de la maladie d'un de ses salariés, résultant de ce risque. Aux termes du droit coutumier, il incombe aux employeurs de prendre soin de la santé physique et mentale de leurs salariés, et ils peuvent être jugés coupables de négligence si un de leurs salariés présentait une maladie ou se trouvait dans un état de santé affecté par le stress à la suite de la concrétisation d'un risque qui pouvait raisonnablement être prévu.

Les dispositions contenues dans le droit civil imposent aux employeurs de prendre raisonnablement soin de la santé et de la sécurité de leurs salariés. Cette responsabilité s'étend à la santé mentale autant qu'à la santé physique. C'est par le non respect des obligations qui leur incombent dans le cadre du droit civil que les employeurs sont susceptibles de s'exposer le plus à des actions en justice pour avoir mis en péril la santé de leurs salariés en les plaçant dans une situation de stress. C'est ainsi que le Royaume-Uni a connu son premier « procès pour stress » important en 1994 ; John Walker a en effet obtenu que son ancien employeur soit condamné pour n'avoir pas pris les mesures qui s'imposaient afin d'éviter que la charge de travail pesant sur lui mette en danger sa santé. Le cas John Walker a établi ou affirmé un grand nombre des idées actuelles sur la responsabilité civile en matière de blessures induites par le stress lié au travail.

Quelques recommandations pour l'action future

On trouvera dans les lignes qui suivent quelques-unes des exigences les plus couramment formulées par les syndicats d'enseignants ainsi que les études qui ont été menées dans le but de réduire les causes du stress frappant les enseignants :

- améliorer les conditions de travail ;
- mettre en place une politique fiscale favorable pour l'enseignement : relèvement des salaires et des prestations sociales, amélioration des termes et conditions de travail ;
- recruter et garder un effectif ayant les qualifications adéquates ;
- s'assurer le respect des parents et s'engager à travailler avec les associations de parents ;
- prendre un engagement financier aux termes duquel l'Etat répondrait aux exigences du 21^{ème} siècle sur le plan de l'éducation, en mettant à disposition des équipements améliorés et des outils modernes de communication ;
- associer les enseignants et leurs organisations au système éducatif à tous les niveaux ;
- intégrer des programmes d'éducation à la santé dans le programme des cours ;
- mettre en place un système de soutien robuste pour les jeunes à risques et leurs familles ;
- développer la solidarité au cœur des syndicats, en prévoyant notamment une coopération et des échanges professionnels davantage ouverts sur le plan international, afin de réduire l'impression d'isolement dont souffrent les éducateurs ;
- améliorer les possibilités et les programmes offerts en matière d'éducation continuée ;
- élaborer des programmes de formation initiale et de formation en cours de service prenant en compte tous les aspects, notamment la gestion des critiques et des conflits, les théories de la communication, la définition d'objectifs et de limites à atteindre, la gestion du stress, le développement de la carrière ;
- reconnaître la profession enseignante comme intrinsèquement valable et sensibiliser la société afin qu'elle fasse preuve d'une plus grande compréhension envers les enseignants et leur soit d'un plus grand secours plutôt que de se montrer critique à leur égard ;
- améliorer la planification notamment en ce qui concerne l'affectation du personnel et l'utilisation du temps et des ressources ;
- soutenir les aptitudes à diriger, la formation à ces aptitudes et faciliter l'adaptation à l'environnement de travail du secteur de l'éducation par le renforcement des réseaux de soutien ;
- appliquer des mesures préventives et de soutien sur le plan des soins de santé professionnels : examens médicaux obligatoires au début de l'année scolaire, évaluation périodique du stress ;
- concrétiser les objectifs de l'éducation et de la formation et intégrer la qualité de la vie professionnelle des enseignants dans l'évaluation de la qualité de l'éducation et dans l'évaluation des aptitudes professionnelles ;
- ramener le nombre d'élèves par classe à un niveau mieux gérable, instaurer un code de discipline effectif et diminuer le nombre d'heures de présence des enseignants en classe ;
- protéger les droits des enseignants ainsi que leurs intérêts sur le plan économique et sur le plan social.

Des interventions directes ne sont pas nécessairement indispensables, s'il est possible de réduire le stress à la source. L'accent devrait être mis sur l'élargissement des capacités et sur le développement professionnel de chaque enseignant, et ceci dans l'ensemble de la structure de l'éducation. La supervision est une méthode de travail qui permet la réflexion et donne à

l'enseignant la possibilité de faire l'expérience du progrès, c'est-à-dire d'être un enseignant sans cesse en apprentissage et en développement.

Il faut sans cesse légiférer et conclure des accords de coopération : de ce processus se dégageront les recommandations appropriées. Lorsque les causes et les effets du stress induit par le travail chez les éducateurs auront été déterminés, il y aura lieu de passer à l'action et d'appliquer les recommandations.

La gestion du stress et son évaluation apparaît comme un domaine essentiel sur lequel la recherche devra se poursuivre, plutôt que d'approfondir les travaux sur la nature fondamentale du stress. Il y aurait lieu de centrer les activités sur les interventions de gestion du stress au niveau de l'organisation, tandis que des évaluations plus adéquates et systématiques des interventions sont nécessaires. L'accent devrait être mis également sur la transposition des informations aujourd'hui disponibles en une forme pratique et mesurable, à utiliser dans les audits et les évaluations desdites interventions.

La question de la santé et de la sécurité des enseignants doit être prise au sérieux par les employeurs. Toutes les parties concernées (gouvernements, agences responsables de la mise en application des mesures décidées, employeurs et syndicats) doivent collaborer à tous les niveaux dans le but de réduire réellement le stress induit par le travail. Les données présentées démontrent clairement que toutes les questions qui viennent d'être esquissées et qui doivent être mises en rapport avec le stress induit par le travail exigent une prise en charge en partenariat, le travail en commun pour prévenir le stress, le contrôler, le gérer et le réduire.

ANNEXE I

Liste des organisations membres ayant répondu à l'enquête de l'Internationale de l'éducation

SEB - Syndicat des Enseignants Bulgares	Bulgarie
Danmarks Laererforening	Danemark
Dtl - Dansk Teknisk Laererforbund	Danemark
EEPU - Syndicat d'Estonie	Estonie
OAJ	Finlande
FEN - Fédération de l'Education Nationale	France
SNETAA	France
SNEP - FSU	France
ASTI	Irlande
Lithuanian Teacher's Union	Lituanie
Aob	Pays-Bas
UTU - Ulster Teachers Union	Irlande du Nord
Laererforbundet	Norvège
Norsk Laererlag	Norvège
Trade Union Solidarnosc	Pologne
Education and Science Employees' Union of Russia	Russie
OZPSAV	Slovaquie
ELA	Espagne
Federacion de Ensenanza - CC.OO.	Espagne
USO - Unión Sindical Obrera	Espagne
FETE-UGT	Espagne
Association of University Teachers	Royaume-Uni
NATFHE	Royaume-Uni

National Union of Teachers

Royaume-Uni

NASUWT

Royaume-Uni

Läroerförbundet

Suède

ANNEXE II

En réponse à l'enquête, divers syndicats membres soit ont incorporé dans leurs réponses soit ont cité des travaux importants de recherche et d'enquête sur le stress ainsi que d'autres documents nationaux pertinents, en précisant de quelle manière la question avait été traitée dans leur pays. On trouvera ci-dessous la bibliographie, par pays, des matières présentées, ainsi que des références spécifiques à des documents pratiques présentant un intérêt. Ces références peuvent s'avérer utiles pour les échanges d'informations, la comparaison des données statistiques nationales et l'examen approfondi de la manière dont les causes, les effets et les solutions dans ce domaine sont traités dans différents pays.

Danemark

Working Environment in the Danish Folkeskole (primary and lower secondary school) in the year 2000. Un rapport de l'Institut de recherche des autorités locales (AKF).

France

Lassare, Dominique; Rosnet, Elisabeth; et Wawrzyniak, Michel. *Faire Face. Adultes, adolescents et violence à l'école (1994-1997).* Reims: Laboratoire de psychologie appliquée "Stress and Society".

Irlande

Survey on Teacher's Workload. Belfast: Ulster Teacher's Union, 1998.

Wynne, Richard; Clarkin, Nadia; Dolphin, Ciaran. *The Experience of Stress amongst Irish School Teachers.* Dublin: Work Research Centre Ltd., 1991.

Pays-Bas

Berkhout, Zijl, and van Praag. Amsterdam University Foundation for Research into the Economy. *Teachers on the threshold of the millennium: study on job satisfaction among teachers in secondary education.* Amsterdam: AOb, 1998.

Falke and Verbann BV. *A study of the work-related stress experienced at colleges.* Commandité par le Conseil néerlandais de l'enseignement professionnel supérieur. Août 2000.

Tasks and job-related stress among supervisory staff in primary vocational education. Une étude menée par l'ITS. Juin 2000.

Tasks and workload managers in primary and secondary education. Une étude menée par Regioplan Onderwijs en Arbeidsmarkt. Septembre 2000.

Work-related stress among education ancillary staff. Netherlands Institute for Employment Issues, Organisation néerlandaise de la recherche scientifique appliquée. Octobre 1998.

Work-related stress among education ancillary staff in special and secondary education. Une étude menée par le Groupe B&A. Mars 1999.

Norvège

Mykletun, Reidar J. *Teacher stress: Perceived and objective sources, and quality of life.* Scandinavian Journal of Education Research 28, 1985.

Mykletun, Reidar J. *Work stress and satisfaction of comprehensive school teachers: An interview study.* Scandinavian Journal of Education Research 29, 1985.

Ursin, H. *Stress.* Tanum-Nordli, 1984.

Royaume-Uni

Craig, Steve. *Tackling Workplace Stress.* Anglia Region Training: NATFHE, 2000.

Help on Work-related Stress: A short guide. London: Health and Safety Executive, 1998.

Health and Safety Commission. *Managing stress at work.* Document de discussion. London: Health and Safety Executive, 1999.

"Oh, Let Us Be 'Suns' Again" - Les points de vue des enseignants du secteur primaire sur les hauts et les bas auxquels ils sont confrontés dans les écoles et dans les classe d'Angleterre et du Pays de Galles. London: National Union of Teachers, 1999.

Pressure Points. Une enquête sur les causes et les conséquences du stress lié au travail chez le personnel universitaire et connexe au Royaume-Uni. London: Association of University Teachers, 1998.

Tackling Stress. London: National Union of Teachers, 2000.

"Trust us to do our job" - Enquête sur les points de vue et attitudes des enseignants de écoles secondaires et de la sixième année des instituts techniques. London: National Union of Teachers, 2000.

The University & College Lecturers' Union. *Harassment at Work - How to Deal with it.* London: NATFHE, 1994.

The University & College Lecturers' Union. *Lecturers' Workload and Factors Affecting Stress Levels.* Un rapport d'enquête de Peter Earley, National Foundation for Educational Research. London: NATFHE, 1994.

The University & College Lecturers' Union. *A Survey Report: Occupational Stress and Health Among Lecturers Working in Further and Higher Education.* Un rapport d'enquête de Gail Kinman, University of Luton. London: NATFHE, 1996.

NASUWT, *Stress in Schools*, 1976.

Etude menée par le Professeur Cary Cooper de Manchester University pour NASUWT, 1989.

NASUWT, *Management Bullying - No place to Hide*, 1995

Références

Internationale de l'éducation. *Rapport sur le séminaire de formation relatif à la santé et à l'éducation à la santé.*

Agence européenne pour la santé et la sécurité au travail. *Rapport annuel 1999* . Luxembourg: Office des publications officielles des Communautés européennes, 2000.

Agence européenne pour la santé et la sécurité au travail. *Besoins futurs en matière de recherche sur la santé et la sécurité au travail et priorités dans les Etats membres de l'Union européenne.* Luxembourg: Office des publications officielles des Communautés européennes, 2000.

Agence européenne pour la santé et la sécurité au travail. *Magazine* (2^{ème} édition). « Le monde du travail en évolution ». Luxembourg: Office des publications officielles des Communautés européennes, 2000.

Agence européenne pour la santé et la sécurité au travail. *News* (numéro #6). Luxembourg: Office des publications officielles des Communautés européennes, 2000.

Agence européenne pour la santé et la sécurité au travail. *Research on Work-related Stress.* Luxembourg: Office des publications officielles des Communautés européennes, 2000.

Commission européenne, Direction général de l'emploi et des affaires sociales. *Guidance on work-related stress. "Spice of Life - or Kiss of Death?"* Luxembourg: Office des publications officielles des Communautés européennes, 2000.