

DES ENSEIGNANTS ENTRE LA SOUFFRANCE ET LA DÉPRESSION — DE L'INTERPÉNÉTRATION DE LEURS CONFLITS SOCIAUX ET PSYCHIQUES

Geneviève DIDIER-PASSAQUAY

Résumé. *Une expérience de formation auprès « d'enseignants en difficulté » est exposée dans cet article. Un constat nous est d'abord donné du processus évolutif vers la dépression. De la fatigue, aux problèmes relationnels, à l'isolement de plus en plus grand, à la dénonciation du métier, le seul recours pour l'enseignant devient la maladie.*

Le principal travail des groupes thérapeutiques consiste à redonner la parole aux participants dans un processus de revalorisation de soi, en respectant le cheminement de chacun. L'auteur nous invite ensuite à repenser les conditions nécessaires au bon exercice du métier.

Abstract. *G. Passaquay gives an account of the author's experience with the re-training of « teachers in difficulties ». The article traces the development of personality problems leading to severe depression: after a progression from tiredness to difficulties in interpersonal relations and to more or less complete withdrawal into their selves, the abandonment of their professional task as teachers. Illness provides the only available solution.*

Group Therapy's task consists in the main of giving the participants the opportunity to talk in a process of revaluating their self concept, while fully respecting every members' chosen path to achieve this. The author concludes by inviting the reader to reflect on the conditions necessary for successful teaching.

“Chaque jour, j'attache moins de poids à l'intelligence.”

PROUST contre Ste BEUVE

Qu'il soit nerveux ou physique, l'épuisement des enseignants ne provoque plus la surprise. Il suffirait de laisser parler les chiffres. Depuis quatre ans, nous travaillons à en comprendre les raisons tout en cherchant à l'évacuer et à le dépasser.

À l'initiative de Madame le Conseiller Technique auprès du Recteur, Anny Roucolle, soutenue financièrement par la MAFFEN de Paris, 8 intervenants animent chaque semaine des groupes « d'enseignants en difficulté », informés et choisis après entretien préalable.

Certains sont depuis des années en congés de longue durée ou en réadaptation; certains se maintiennent dans leur profession, mais avec beaucoup de mal.

Le travail spécifique effectué à l'intérieur de chaque groupe entre en coordination avec celui des autres groupes. En aucun cas, il n'entre en compétition avec les pratiques thérapeutiques ou de formation menées à l'extérieur ou sous le patronage de la MGEN. (Nous mentionnons ici le très important et trop peu connu Atelier Thérapeutique de la MGEN de la rue de la Fraternité à Paris.)

Ces groupes sont orientés selon trois axes, pouvant fonctionner simultanément :

— celui de la communication : dans des « groupes de parole » où l'on réapprend à parler de soi, des autres, et à entrer dans une dynamique de projet ;

— celui de la pédagogie : on analyse les causes de ses échecs, et on inventorie de nouvelles pratiques, de nouvelles attitudes, afin de se préparer à réenseigner ;

— celui de la préparation aux concours : il intéresse ceux qui ne veulent plus enseigner et qui tentent par différentes approches techniques, audio-visuelles, de se réentraîner intellectuellement afin de se présenter aux concours administratifs.

Il y a souvent des constats sans lisibilité manifeste : la demande d'aide n'est pas toujours très claire; il nous faut souvent bien du temps avant de décrypter certains propos. La démarche peut sembler idéaliste si on la situe d'emblée dans un activisme de réadaptation-rééducation. Dans le contexte présent, elle est en effet, à plus d'un titre, courageuse. De multiples difficultés surgissent, mettant cette action en péril : nous n'en analyserons pas les causes profondes ici. Les plus manifestes demeurent la précarité d'attribution des locaux et le manque d'argent pour rétribuer les intervenants.

Cependant, depuis que cette plate-forme existe, bon nombre de situations ont été débrouillées, repérables par des reprises de travail réussies, un absentéisme moins important, une évacuation des tentatives suicidaires, des réussites aux concours, des choix de nouvelles professions, ou simplement une « dépsychiatisation ».

Nous ne sommes pas sans savoir que l'analyse du mauvais fonctionnement d'un système n'aboutit jamais au changement de ce système. On ne peut demander à des gens épuisés, mutiques, se présen-

tant figés et ralentis par des médications sévères, de devenir tout soudain des militants de leur propre cause. Par ailleurs, nous n'allons pas confondre la difficulté d'exercer cette profession, actuellement, avec une analyse de l'histoire ou de l'historicité de l'institution qui la coiffe. Notre réflexion se veut informative, concrète, réaliste et contemporaine ; elle n'ignore pas le travail parallèle mené par des chercheurs au cours de ces dernières années.

1. DE LA PRUDENCE COMME PRÉALABLE

À l'intérieur des groupes et avant toute démarche concernant l'élaboration d'un projet, nous tentons déjà de redonner la parole aux participants. Leur lenteur à produire de la pensée, à élaborer est à repérer parfois comme une tentative d'auto-conservation face à laquelle il faut rester prudent. Mais peu à peu, le plaisir ludique d'utiliser les mots, d'exprimer une violence, de se raconter, d'échanger avec les autres, d'être capable d'écouter sans se lever et partir, échappe à l'émotion et prend la forme d'une nouvelle maîtrise. À partir du moment où l'on repère cette gratification trouvée dans la communication, un nœud se rompt. Ne se sentant plus dans une situation d'évaluation, ils peuvent faire entrer leur expérience dans un rapport actif avec celle des autres.

Agressé par des contraintes extérieures ou propres à son histoire, l'enseignant se met à se sentir dépossédé de son narcissisme et il tombe dans la trilogie : culpabilisation, dévalorisation, auto-critique. (La connotation contemporaine de cette souffrance peut être repérée chez tout individu confronté dans son travail aux mêmes difficultés.)

Nous engageant avec eux dans un processus de revalorisation de soi, nous tentons d'inverser le discours habituel : enseignement = métier à risques = enseignants déprimés ou mal à l'aise. Nous prenons appui sur les propos de « dépréciation » tenus par eux-mêmes et traversés par les effets de leur expérience et des idées reçues. Le poids de la culpabilité ressentie est double car ils se trouvent bien loin du modèle idéal de l'enseignant performant et résistant, et son expérience « ratée » n'est pas le champ du discours administratif et institutionnel. Renvoyé hors de ce contexte, comment va-t-il se racheter pour survivre ?

2. LE CONSTAT DE L'ENSEIGNANT ET LA CRITIQUE DE SON MALAISE

La fatigue arrive en tout premier. Elle est constante, pernicieuse, provoquée par une totale disproportion entre les efforts engagés et les résultats : « Plus on en fait et moins ça marche ». Elle enfonce l'enseignant un peu plus dans la solitude, car il a honte, n'ose se plaindre. Il lui semblerait lire dans le regard de ses collègues ou de ses supérieurs, son incompetence. Devenant de plus en plus nerveux, il bascule dans la dépression ou le laxisme et les élèves ne se privent pas de lui renvoyer les preuves de cette discordance.

C'est ainsi que les troubles relationnels viennent redoubler les troubles psychosomatiques (atteignant surtout le sommeil). L'environnement se fait négatif, persécuteur et le constat d'isolement gagne sa propre famille. Même les sacro-saintes vacances ne sont plus opérantes ni réparatrices ! À ce moment de la critique, surgit toujours une rationalisation : après tout, l'enseignant n'a pas appris à enseigner, et, à quelques exceptions près, il y a un manque d'articulation entre ses connaissances spécifiques et l'art et la manière de les transmettre. (Il dit haïr les élèves, mais était-il seulement préparé à les aimer ?)

Pour rester debout, il lui faudra tout condamner, tout dénoncer. L'absence de valorisation est un thème articulé autour de l'argent. Y a-t-il ou non des enseignants plus méritants que d'autres ? Le dernier échelon est atteint avec l'ancienneté et bon nombre se plaignent d'être des laissés pour compte lorsqu'ils ont affronté des années durant des classes différentes... Ils soulignent qu'aucun partenaire hiérarchique ne leur a envoyé, dans les moments difficiles, une aide, une assistance ou une reconnaissance.

Tous les phénomènes observables ne sont pas toujours faciles à interpréter. Objectiver un trouble n'éclaire pas forcément sur la complexité de certaines régressions. D'une façon générale, la tristesse et l'inhibition dont ils témoignent s'accompagnent d'un aveu d'indignité : hors du travail (et ils avouent qu'ils l'aiment ce travail !), hors de la maîtrise de cette relation pédagogique, tout bascule dans l'insécurité. Ils ne valent plus rien, car ils ne savent rien faire d'autre.

Dans ce constat de perte narcissique, de solitude, renforcé dans un premier temps par le repérage méthodique de chaque point de rupture, ils assistent impuissants à la désorganisation de ce qui faisait

la structure de leur vie sociale, professionnelle et personnelle. On leur *doit* quelque chose. C'est alors qu'intervient le recours à la maladie.

3. DU RECOURS À UNE SITUATION PARADOXALE

Au creux de sa désorganisation, l'enseignant glisse dans les stéréotypes de la dépression. Nous l'avons compris, le paternalisme ou la suspicion ne sont pas des solutions opérantes. Mais la nécessité de tomber malade pour se faire entendre génère aussi l'impossibilité de jamais se faire entendre. Le dépressif, enfermé dans une plainte répétitive, pauvre, est ennuyeux et renvoyé à un statut de malade qu'il faut calmer. Son insécurité devient rancœur, parfois haine, elle fait fuir l'entourage.

L'intervention médicale tend à faire disparaître le symptôme, et le silence, l'apragmatisme mettent en déroute la tentation suicidaire du sujet. Dans son demi-sommeil, l'enseignant malade se trouve placé à contre-courant de toute critique et prise de conscience. Nous assistons justement dans ces moments là, à une mise en œuvre des miettes d'énergie restantes : dans l'entêtement aux renoncements, dans l'absence de projets, dans la prolifération des troubles somatiques. Il s'établit à son insu, une confusion entre l'économie psychique et l'économie psychosomatique, le rendant à long terme, dépendant des médicaments et « consentant » à son état d'individu en échec.

Il n'est pas question dans ces groupes de faire de l'analyse sauvage. Si nous, nous comprenons, tant mieux. Mais nous ne sommes pas en position de pédagogue de la « compréhension de la vie ». Souvent, il faut en rester là, respecter le chemin de chacun avec le temps qui est nécessaire à chacun, tout en observant avec précision sa position de « retrait-repos ». Encore faudra-t-il épuiser le grand sujet du changement à l'intérieur de l'Éducation Nationale avant de solliciter sans risque, le désir du changement valable pour chaque personnalité.

4. AU-DELÀ DE LA FONCTION SOCIO-THÉRAPEUTIQUE DES GROUPES, DES PROJETS

Notre souci n'est pas de faire un procès de la fonction enseignante dans son ensemble, mais de tirer des conclusions pratiques, face à des états de souffrance devenus incontournables.

Il est vrai que ce métier n'est pas fait pour n'importe qui et que l'intelligence n'est pas une condition nécessaire et suffisante à son bon exercice. Il serait intéressant de se pencher d'un peu plus près :

— sur le recrutement des instituteurs et des professeurs, de comprendre leurs motivations, de pointer leurs alliances secrètes avec l'enfance, leur enfance, les enfants ; leur peur des adultes ; leurs rapports avec ce désir de savoir, souvent confondu avec le désir de pouvoir ; leur façon de gérer l'autorité, souvent confondue avec l'autoritarisme...

— sur leur formation : est-il suffisant d'être un bon mathématicien ou un bon latiniste pour comprendre ce que signifient l'hyperagitation, la provocation verbale ou gestuelle ou même la semi délinquance d'enfants ou d'adolescents ? C'est souvent au hasard d'un propos tenu sur les parents, que l'on saisit toute l'inadéquation du comportement des enseignants. Ils notent que les parents véhiculent trop d'angoisse ou manifestent un total désintéret à l'égard des enfants, qu'ils les rencontrent pour subir des pressions de leur part, des menaces même, lors d'un passage de classe difficile... Là encore, l'enseignant se sent seul, démuni, dans une sorte d'hypocrisie générale, où même ce « qu'il a à vendre » le dévalorise.

Dans ces situations conflictuelles, un minimum de connaissance en psychologie et en sociologie lui serait d'un grand secours. Le tissu social qui règle les rapports entre enseignants et élèves s'inscrit dans une problématique d'adolescence difficile à comprendre (l'adolescence s'éternise...), mais aussi dans un ensemble de rapports de classes. Où se situe l'enseignant dans notre société ? Relie-t-il son appartenance à une catégorie, un type d'enseignement, un établissement ? Nous avons été souvent surpris par leur absence de culture au présent, tant sociale, esthétique, économique ou humaine. Ils dénoncent alors la frilosité du conservatisme bureaucratique qui les incite à rester entre leurs murs, ne trouvant la possibilité de parler que dans le collectif du syndicalisme.

Au-delà de cette précision sur l'importance d'un recrutement plus subtil et d'une formation réaliste, il pourrait se mettre en place des structures de prévention très souples et modulables selon les besoins, pouvant fonctionner avant que l'enseignant ne sombre dans la maladie.

Chaque établissement, chaque académie pourrait disposer d'un lieu de parole où des intervenants, extérieurs à l'établissement pourraient déjà évaluer ce qui ne va pas. Référent privilégié, attentif, il

aurait aussi des solutions de rechange, pourrait élaborer de nouveaux contrats, proposer d'autres aménagements, d'autres rotations. La sécurité de l'emploi a des effets souvent pervers, et l'on sait bien que tout changement ne peut venir que de l'intérieur (1).

De nouvelles formules pédagogiques sont à créer, prenant en compte la personnalité de l'enseignant et son environnement scolaire. Elles pourraient faire coopérer des structures qui ne communiquent pas entre elles, représentées par des interlocuteurs extérieurs à l'Éducation Nationale, des membres du personnel administratif, et surtout des représentants du Comité Médical. Mais, dans cette dynamique où chacun devrait pouvoir trouver sa place, sans se sentir menacé, il faudra bien que l'enseignant admette qu'il ne pourra faire longtemps l'économie d'une démarche aboutissant à la connaissance de soi.

*

* *

Parler, c'est déjà sortir du refuge maternel, c'est-à-dire accepter de prendre un écart, entrer dans l'échange, ou mieux, dans la culture. C'est la démarche suivie dans ces groupes de travail. En parlant, l'enseignant redonne un sens à sa maladie, la réhabilite comme une expérience singulière, humaine, dont il va pouvoir faire quelque chose. Il rend cohérents ses affects, ses émotions, les réinscrit dans un « travail intérieur ».

À travers cette réparation narcissique, il retrouve le plaisir et parfois la jubilation d'une activité à nouveau féconde et tournée vers le monde.

Ces actions peuvent sans doute être repensées et remaniées en fonction de l'état psychique des participants et de leur niveau de possibilité d'échange avec autrui. Beaucoup de questions restent

(1) Une association intégrant la même équipe et soucieuse de répondre à ces besoins, travaille actuellement à se mettre en place, toujours dans le cadre du Rectorat de Paris.

ouvertes. Revenons à l'intelligence. Nous voyons, sur ce terrain particulier, qu'elle est inopérante, voire gênante: elle n'est utilisée qu'à structurer les stratégies de l'échec. C'est à l'examen des enjeux inconscients générateurs de conflits qu'il faut s'attaquer. Des perspectives de recherche demeurent, mais nous savons désormais qu'elles s'inscrivent dans l'urgence...

Geneviève DIDIER-PASSAQUAY
Psychologue - Enseignante
15 rue Labrouste - Paris