

HÜBERMAN A. Michaël, VANDENBERG Roland (dir.) (1995). – *Understanding and Preventing Teacher Burnout*, Cambridge (Mass.): Cambridge University Press, 362 p.

Le stress enseignant ne fait pas l'objet d'étude en France. Voilà une raison suffisante pour réserver un accueil chaleureux à un livre récent, issu d'un colloque organisé par Michaël Hüberman à Marbach, en Allemagne, sur le thème : « *Teacher burnout* ». Comprendre le stress chez l'enseignant à travers différents angles d'approche théoriques et empiriques puis en faire la prévention, telle est l'ambition de l'ouvrage. L'introduction écrite par M. Hüberman déroule la problématique et propose un modèle empirique causal déjouant les évidences inhérentes au métier enseignant.

Trois parties organisent les vingt contributions qui sont autant de chapitres. Survolons ces parties. La première regroupe six articles. C'est une revue de littérature internationale qui confronte d'une manière qualifiée d'intrigante des perspectives nord-américaines et européennes. Un modèle empirique validé est exposé par Barbara Byrne. La seconde partie rassemble douze articles. Faute de pouvoir mettre en relief la richesse de ceux-ci, B. Farber (pp. 159-166) met en scène un modèle virtuel d'un groupe féminin. Une simulation expérimentale est conduite mettant en œuvre des variables constantes que l'on retrouve chez P. Woods. Enfin C. Maslach (pp. 211-221) synthétise les progrès et les limites de la compréhension du *burnout*.

La troisième partie illumine tout l'ensemble à partir d'une question : le métier d'enseignant est-il plus enclin que d'autres métiers à susciter un mal de vivre professionnel ? (P. de Heus et R. F.W. Diekstra). Enfin un agenda de recherche est mis en place (C. Maslach). Détaillons quelques contributions prises dans ces trois parties.

163

■ Dans la première, on peut distinguer trois orientations théoriques du *burnout* :

- L'approche *clinique* proposée par Freudenberger. Les symptômes nécessitent des soins cliniques, un traitement médical. L'usure est le résultat d'un travail trop intense, négligeant les propres intérêts de l'individu.
- L'approche *socio-psychologique* (Maslach et Jakson) porte sur les conditions de travail qui conduisent à l'épuisement. La surcharge de travail et son aspect mécanique peuvent conduire une personne à ressentir une fatigue mentale. Trois aspects du *burnout* sont relevés : 1. l'épuisement émotionnel et affectif ; 2. l'accomplissement à travers le travail ; 3. la dépersonnalisation (Maslach). Cherniss explique les trois catégories de Maslach et Jakson comme une réaction à un travail monotone. La diminution des activités personnelles fabriquerait du stress, de la frustration et *in fine* aggraverait la souffrance.

- L'approche *historico-sociale* de Sarason (1983) met l'accent sur l'impact de la société globale qui agirait en négatif. La montée de l'individualisme serait une réponse explicative du symptôme. Il note l'emprisonnement ressenti par l'acteur, dans un métier de service.

À ces trois orientations théoriques, Byrne a rajouté un modèle empirique validé où le *climat de la classe* devient une variable. L'impact de cette variable joue fortement sur l'épuisement émotionnel et affectif ainsi que sur la dépersonnalisation. La discipline scolaire accroît la sensibilité émotionnelle de l'enseignant et développe des attitudes négatives envers les élèves. Classe apathique, violence verbale et l'incapacité à se contrôler sont reconnues comme les facteurs les plus stressants du métier d'enseignant.

La prise de décision est une autre variable majeure. L'incapacité des décisions, au quotidien, est de première importance car elle altère l'image de soi et change le regard que les autres portent sur l'enseignant.

Autre variable majeure, le *conflit intérieur* résultant de la conjugaison de la quantité et de la qualité du travail à donner chaque jour. Cette variable est liée d'une part aux contraintes du temps scolaire, d'autre part aux exigences globales d'une classe selon le niveau et enfin aux besoins individuels des élèves. Les problèmes disciplinaires auxquels s'ajoutent des remarques négatives émanant de l'administration ou des parents d'élèves : représentent des facteurs externes constitutifs du conflit intérieur de l'enseignant. Autre variable : la *surcharge de travail*. C'est, avec le conflit intérieur, une des composantes importantes de la structure causale du *burnout*. Des distinctions sont mises à jour selon les niveaux d'enseignement (maternelle, élémentaire, secondaire). Tandis que le conflit enraye l'épuisement émotionnel et affectif chez les maîtres de l'école maternelle et élémentaire, le conflit accroît la dépersonnalisation des professeurs du secondaire. Sur la base de ces résultats, un modèle théorique est vivement souhaité.

■ Dans la deuxième partie sont évoqués les progrès et les limites dans la compréhension du *burnout*. Ainsi Farber et Maslach, s'accordent à identifier les variables indépendantes : sexe, âge, statut social issu du mariage. Les variables dépendantes sont organisées en une échelle de trois catégories quasiment constantes au fil de l'ouvrage. Les dernières études longitudinales montrent que le conflit personnel conjugué au manque de soutien des collègues et de la hiérarchie apparaît comme étant un facteur essentiel du *burnout*. Une construction multidimensionnelle au niveau conceptuel est envisagée. Beaucoup de facettes, de variables individuelles et sociales s'organisent autour des trois indicateurs du MBI de C. Maslach.

■ La dernière partie part d'une interrogation : les enseignants sont-ils plus enclins que d'autres à être dépressifs ? Cette question en soulève une seconde : comment comparer le travail de l'enseignant (dans la situation-classe) avec un autre métier ? Oui, le métier d'enseignant est plus enclin que d'autres métiers de services sociaux à fabriquer du stress. Les professeurs se montreraient plus fragiles au niveau émotionnel et affectif que leurs homologues de l'école élémentaire, selon P. de Heus et René F.W. Diekstra. Cette remarque n'est pas anodine puisqu'elle est considérée par Shirom comme étant le trait caractérisant le mal de vivre le métier d'enseignant.

Faire de la prévention consiste à envisager le *burnout* comme un élément de vie et de travail dans les écoles. Un agenda pallie les difficultés à résoudre. Ne plus accepter les symptômes comme une fatalité est un déjà là. Déplacer le problème vers une dimension collective revient à considérer l'école en tant qu'identité collective dans une intention visant à une protection de l'identité individuelle, limitant la souffrance, selon l'auteur.

Conclusion

Une approche clinique et sociologique nous amène à admettre le manque d'unité d'ensemble. Le *burnout* est un concept à l'aspect théoriquement faible. En revanche, l'aspect empirique voire virtuel est richement décrit et exposé. Le problème de la construction de la validité d'un modèle est nécessaire pour confirmer ou infirmer les résultats que les articles proposent, ceci, afin de construire « une » théorie dont le monde professionnel enseignant a besoin. Le livre riche de ses références bibliographiques (35 pages) auxquelles s'ajoute un index de 13 pages représente une banque de données particulièrement fructueuse sur le sujet.

La méthode biographique est une piste féconde de recueil de données. Les trois indicateurs de Maslach et Jackson conviennent pour identifier ce que M. Hüberman nomme une crise professionnelle. La difficulté d'une unité théorique vient du fait de la diversité des approches, visant à expliciter des troubles médicaux. Le sujet d'étude loin d'être tari, mérite d'être encore étudié dans les aboutissements vers lesquels le *burnout* peut mener. Ce livre est dépositaire, en quelque sorte, d'une réflexion variée sur un moment difficile du métier d'enseignant, sujet trop peu exploré en France, alors que ce moment traverse les identités professionnelles. Tout cela nous amène à souhaiter fortement sa prompte traduction en français.

Christiane CAMANA,
Université Paris V