

## Comprendre et prévenir en équipe

### les situations de tensions professionnelles

Ce document a été élaboré suite à la conférence de Julie Ceselli\* du 12 novembre 2014 et lors de « stages directeurs ».

\*Julie Ceselli : *Psychologue clinicienne et psychologue du travail, participe au développement des actions de sensibilisation et de prévention autour de la souffrance au travail des enseignants pour les réseaux PAS de la MGEN (PAS = réseau Prévention, Aide et Suivi de la MGEN, né d'un partenariat entre l'Éducation Nationale et la MGEN).*

La **souffrance au travail**, c'est :

- une problématique reconnue
- une problématique peu étudiée
- une problématique difficile à analyser

Les problématiques du métier	Une crise d'idéal
Apports de Julie Ceselli	L'écart entre l'idéal et la réalité du métier peut devenir insoutenable pour les enseignants.
Apports des enseignants lors des réunions de formation : état des lieux	Les enseignants constatent un écart entre la représentation du métier et la réalité. Ils ont l'impression de ne pas être assez performants, et culpabilisent lorsqu'il y a « échec ». Leur métier ne se résume pas seulement à « enseigner », la profession évolue. Le regard extérieur porté sur la profession d'enseignant est parfois dévalorisant.
Éléments de réponse élaborés par le collectif	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Savoir mettre de la distance</b></li><li>➤ <b>S'octroyer des temps de détente</b></li></ul>

Les problématiques du métier	L'usure professionnelle
Apports de Julie Ceselli	Un épuisement en début et en fin de carrière est perceptible. La vie au travail et la vie hors-travail se confondent: le travail remplit tout l'espace, la vie tout entière est envahie, les enseignants n'arrivent pas à décrocher, la pensée est envahie.
Apports des enseignants lors des réunions de formation : état des lieux	Qu' on soit expert ou débutant, une usure physique et mentale se fait sentir. La vie de classe interfère dans la vie personnelle. Il y a une perception erronée des personnes qui ne connaissent pas le milieu enseignant.
Éléments de réponse élaborés par le collectif	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Faire des choix pour organiser au mieux son emploi du temps</b></li><li>➤ <b>Négocier une nouvelle organisation du temps professionnel avec l'équipe enseignante (choix des réunions, temps de récréations, ...)</b></li></ul>

Les problématiques du métier	Une porosité dedans/dehors
Apports de Julie Ceselli	Les exigences augmentent, les critiques également. L'enseignant n'est plus seul « maître à bord », il doit sans cesse se justifier, sa crédibilité est mise à mal . négociable (ex: apprendre par cœur les tables). Les élèves ne savent pas distinguer le temps scolaire où le travail n'est pas négociable et le temps périscolaire où il y a plus de liberté. Les enseignants repérés en difficulté par les élèves ont du mal à changer leur image.

Apports des enseignants lors des réunions de formation : état des lieux	La réussite personnelle, la réussite des élèves, les exigences institutionnelles sont de plus en plus présentes. Les parents interviennent davantage dans le travail des enseignants: ils « connaissent » la pédagogie. Ils ont aussi tendance à régler leurs problèmes personnels/ familiaux à l'école (garde).
Éléments de réponse élaborés par le collectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Devant l'augmentation des sollicitations, répondre au fur et à mesure, éviter l'accumulation</b></li> <li>➤ <b>Se placer en tant que professionnel en faisant des choix pour l'élève sans céder aux pressions des parents</b></li> <li>➤ <b>Utiliser un langage professionnel, avoir une communication claire et respectueuse</b></li> <li>➤ <b>Consulter des partenaires extérieurs : RASED, équipe éducative, professionnel de l'enfance, spécialistes</b></li> </ul>

Les problématiques du métier	<b>Une souffrance générée par l'organisation du travail</b>
Apports de Julie Ceselli	La multiplication et la diversification des tâches dévolues aux enseignants créent le sentiment d'être « débordé » et contribuent à la perte de l'estime de soi, ceci est renforcé par le fait que les enseignants sont souvent perfectionnistes.
Apports des enseignants lors des réunions de formation : état des lieux	Les enseignants se sentent débordés, ont sans cesse « la tête dans le guidon ».
Éléments de réponse élaborés par le collectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Prendre de la distance, se ressourcer dans des activités de loisirs, organiser son temps libre</b></li> <li>➤ <b>Apprendre à déléguer quand cela est possible</b></li> </ul>

Les problématiques du métier	<b>L'isolement relationnel</b>
Apports de Julie Ceselli	Le métier se vit comme <b>une activité individuelle</b> garante d'autonomie intellectuelle et pédagogique.
Apports des enseignants lors des réunions de formation : état des lieux	Les enseignants se sentent isolés dans leurs classes, voire à l'intérieur de leurs écoles.
Éléments de réponse élaborés par le collectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Savoir profiter de l'autonomie dans le travail et de la liberté pédagogique</b></li> <li>➤ <b>Échanger aussi lors des temps informels (récréation ...)</b></li> <li>➤ <b>S'inscrire dans des projets interclasses ou inter-écoles (travail en secteur)</b></li> <li>➤ <b>S'ouvrir vers l'extérieur et profiter des nouveaux moyens de communication</b></li> </ul>

Les problématiques du métier	<b>Les modes de relation aux pairs</b>
Apports de Julie Ceselli	Les enseignants ne veulent pas se montrer vulnérables aux yeux de leurs pairs, n'osent pas montrer leurs difficultés, ne s'autorisent pas à faillir. Il est difficile pour eux d'exprimer leurs difficultés professionnelles. Les coopérations les plus souvent affinitaires peuvent engendrer des tensions (imbrication personnel et professionnel).
Apports des enseignants lors des réunions de formation : état des lieux	Des tensions liées à des coopérations pédagogiques entre deux enseignants et de ce fait à l'exclusion des autres sont palpables
Éléments de réponse élaborés par le collectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Rendre lisible sa pratique aux autres, mutualiser</b></li> <li>➤ <b>Participer à des projets interclasses, inter-écoles et de secteur</b></li> </ul>

Les problématiques du métier	<b>Une médiatisation de la violence</b>
Apports de Julie Ceselli	Une violence est présente quotidiennement pendant la classe mais également lors des rapports sociaux de travail (l'enseignant ne se sent plus écouté). Un effet de banalisation de la violence renvoie l'image d'une école « poreuse » et d'enseignants désarmés .
Apports des enseignants lors des réunions de formation : état des lieux	La légitimité vient d'ailleurs (Internet/Médias). Le manque de performance de l'école est stigmatisée dans les médias.

Éléments de réponse élaborés par le collectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Rendre visible ce qui est fait pour renvoyer une image positive de l'enseignant et de son métier</b></li> <li>➤ <b>Rester professionnel en toutes circonstances</b></li> </ul>
---	--

Les problématiques du métier	La dégradation des relations professeurs-élèves
Apports de Julie Ceselli	<p>Les enseignants déploient une énergie considérable pour trouver des supports qui intéressent les élèves et ressentent ainsi d'autant plus un sentiment d'échec quand ils n'arrivent pas à mobiliser leurs élèves.</p> <p>Les élèves ont tendance à négocier ce qui n'est pas négociable (ex: apprendre par cœur les tables). Les élèves ne savent pas distinguer le temps scolaire où le travail n'est pas négociable et le temps périscolaire où il y a plus de liberté.</p> <p>Les enseignants repérés en difficulté par les élèves ont du mal à changer leur image.</p>
Apports des enseignants lors des réunions de formation : état des lieux	<p>Le dehors est beaucoup plus attrayant que l'école (&lt;image de l'école).</p> <p>Le zapping entre les différentes activités perturbe la concentration.</p> <p>La relation à l'adulte est plus difficile d'une manière générale.</p>
Éléments de réponse élaborés par le collectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Rendre explicite les différents temps de l'enfant (temps scolaire/temps périscolaire)</b></li> <li>➤ <b>Choisir les modalités d'enseignement qui correspondent le mieux aux besoins des élèves</b></li> <li>➤ <b>Motiver les élèves, rendre explicite le travail scolaire, donner du sens aux apprentissages</b></li> </ul>

## Compléments pour rompre l'isolement

### 1. Se faire aider : Personnes ressources

- **Les interlocuteurs de la sphère institutionnelle:** les collègues, l'équipe de circonscription (IEN, CPC), les membres du RASED, l'administration (M. Aomar, M. Maurin), les syndicats...
- **Les interlocuteurs du domaine médico-social:**
  - Médecine de prévention (Docteur Baudouin): 03.80.44.87.68
  - Assistante sociale des personnels (Mme Kratzer): 03.86.71.86.76
  - CHSCT (comité d'hygiène et de sécurité) (M.Charleux): 03.86.85.04.67
- **Réseau PAS:** Espace d'écoute: 03.86.59.98.48 (service confidentiel, neutre, anonyme et gratuit mis à la disposition de tous les personnels de l'EN du département)

### 2. En parler et travailler en équipe

**Constat:** « *Ce qui porte atteinte à la santé, ce ne sont pas les contraintes, qui existent nécessairement dans tout travail, c'est le fait que ces contraintes deviennent indiscutables, que les individus n'aient plus de possibilité d'action dessus.* »



L'enseignant est dans le subi, plus que dans l'action.

Afin que le métier ne soit plus ressenti comme subi mais qu'on le rende vivant en se réappropriant le travail:



Il est nécessaire de partager les problématiques des enseignants, de mutualiser les contraintes par des échanges et des discussions.

Ces temps de partage entre pairs peuvent être:

- soit prévus, institutionnalisés ou organisés (réunions d'équipe, groupe de parole...)
- soit plus informels (salle des maîtres, aux récréations, avant ou après la classe...)

**Maintenir la coopération collective est une des issues possibles et constructives pour garantir la santé au travail et prévenir les facteurs de risques psycho-sociaux.**

## Bibliographie

- DEJOURS Christophe, *Travail: usure mentale*, Paris, Bayard, 2000
- DUJARIER Marie-Anne, *L'idéal au travail*, Paris, PUF,
- Collection Partage du savoir, Essai, 2006
- HORENSTEIN J-Mario, *La qualité de vie au travail des enseignants du premier et du second degré*, MGEN, 2006
- LANTHEAUME Françoise, HELOU Christophe, *La souffrance des enseignants*,
- Paris, PUF, Collection Éducation et Société, Essai, 2008