

Les effets de travailler auprès d'enfants réfugiés sur la santé des enseignants



Pourquoi est-ce important d'être sensible à cet enjeu ?

Plusieurs pédagogues rapportent qu'enseigner auprès d'enfants réfugiés peut s'avérer une expérience professionnelle et personnelle des plus gratifiantes (Tweedie et al., 2017). Il n'en demeure pas moins que cette expérience vient avec plusieurs défis qui s'ajoutent à ceux d'enseigner dans une classe régulière. En ces circonstances, il est primordial que les enseignants prennent soin de leur santé et soient à l'écoute de leurs besoins.



Fondements théoriques

Enseigner dans une classe d'accueil comporte plusieurs défis. Premièrement, il faut tenir compte des barrières culturelles et linguistiques pouvant exister entre l'enseignant et ses élèves. Cela a pour effet de compliquer la communication et de rendre la tâche d'accompagner les élèves plus ardue (Gay, 2013; Vignen et al., 2022). Deuxièmement, ces enseignants sont plus susceptibles de côtoyer des élèves ayant vécu des événements traumatiques découlant de leur parcours migratoire. Le vécu d'un événement traumatique entraîne des répercussions néfastes sur les enfants, affectant leurs capacités d'apprentissage, leur participation en classe et leur comportement. Ces difficultés peuvent augmenter la charge de travail des enseignants, et entraîner certaines réactions chez ces derniers. Le tableau ci-dessous fait état de trois réactions possibles face aux difficultés d'enseigner en classe d'accueil.

Réaction	Définition	Symptômes	Répercussion
Épuisement professionnel (progression graduelle; Christian-Brandt et al., 2020; Herman et al., 2018; Smith, 2021)	Stress chronique vécu sur le lieu de travail et n'ayant pu être géré adéquatement en raison d'un écart entre les demandes et les ressources disponibles.	↑ Attitude négative ou cynique envers son emploi ↓ Énergie ↓ Rendement professionnel	↑ Comportements perturbateurs chez l'élève ↓ Satisfaction au travail ↓ Rendement scolaire chez l'élève
Fatigue de compassion (progression graduelle; Del-Zio, 2022; Koenig et al., 2018; Yu et al., 2022)	Diminution de l'intérêt ou des habiletés à soutenir et accompagner une personne dans sa souffrance ou les difficultés qu'elle rencontre.	↑ Irritabilité ↑ Sentiment d'impuissance ↓ Concentration au travail ↓ Satisfaction au travail	↓ Rendement scolaire chez l'enfant ↓ Motivation de l'enseignant
Trauma vicariant (apparition abrupte; Caringi et al., 2015)	Ensemble de réactions symptomatiques en réponse à des informations traumatiques vécues et racontées par quelqu'un dans son entourage	↑ Évitement ↑ Hypervigilance ↑ Pensées et images intrusives ↑ Cauchemars ↑ Reviviscence	↓ Patience ↓ Implication ↓ Capacités d'enseignement ↓ Niveau d'énergie

Les effets de travailler auprès d'enfants réfugiés sur la santé des enseignants



Une alternative : la satisfaction de compassion

À l'opposé des phénomènes délétères pour la santé des enseignants que sont l'épuisement professionnel, la fatigue de compassion et le trauma vicariant, on retrouve la satisfaction de compassion. La satisfaction de compassion se définit comme un état de satisfaction, de compétence et un sentiment positif général à l'égard de son rôle d'aidant (Christian-Brandt et al., 2020). Une étude conduite dans les milieux de soins de première ligne en santé mentale a rapporté qu'une plus grande satisfaction de compassion était corrélée avec des taux plus faibles de fatigue de compassion et d'épuisement professionnel (Ray et al., 2013). Cette association a également été observée dans une étude conduite auprès d'enseignants évoluant dans des écoles publiques défavorisées (Abraham-Cook, 2012).

Stratégies de prévention

Des initiatives peuvent être prises pour prévenir et intervenir face à l'épuisement professionnel, la fatigue de compassion, le trauma vicariant et favoriser un sentiment de satisfaction de compassion.

Sur le plan individuel

Adopter une approche sensible aux traumatismes (voir fiche 3) à l'endroit des élèves réfugiés est également bénéfique pour les enseignants (Christian-Brandt et al., 2020). En dehors du travail, des techniques d'autosoins comme l'activité physique, le rire, la méditation, la lecture, des exercices de respiration, se confier à un proche, consulter un thérapeute ainsi que différents hobbies et activités de socialisation constituent des moyens pour promouvoir une bonne santé mentale (Caringi et al., 2015).

Sur le plan collectif

Une forte cohésion du corps professoral est essentielle pour prévenir des effets néfastes de l'enseignement en classe d'accueil. Cela implique de reconnaître les effets du travail auprès d'enfants réfugiés, de cultiver un esprit de solidarité et d'entraide entre enseignants et d'informer ses collègues lorsque des signes d'épuisement professionnel, de fatigue de compassion ou de trauma vicariant sont vécus par soi-même ou observés chez les pairs.

Le cas de Magalie enseignante en classe d'accueil

Magalie est enseignante en classe d'accueil depuis plusieurs années. Elle a enseigné à différents niveaux scolaires. Cette année, elle dit avoir heurté un mur pour la première fois de sa carrière. Elle a dû prendre un mois de congés car elle était en épuisement professionnel. Elle a rapporté avoir voulu offrir le plus de service possible à ses élèves en grande difficulté, mais ne pas avoir reçu suffisamment de soutien et de ressources pour y parvenir. Cette situation la fait parfois se sentir impuissante, et elle ressent de la frustration de ne pas pouvoir faire avancer les choses. Au retour de son congé, elle a réalisé que personne n'était à l'abri de l'épuisement professionnel, et que même si l'on possède une grande expérience de travail, il est important de reconnaître ses limites.