

Université de Montréal

Les facteurs professionnels et la  
détresse psychologique chez les enseignants

par  
Rachel Chartrand

École des relations industrielles  
Faculté des arts et des sciences

Mémoire présenté à la Faculté des études supérieures  
en vue de l'obtention du grade de maîtrise en relations industrielles

janvier 2006

© Rachel Chartrand, 2006



HD  
4815  
U3f  
2006  
v.014

## AVIS

L'auteur a autorisé l'Université de Montréal à reproduire et diffuser, en totalité ou en partie, par quelque moyen que ce soit et sur quelque support que ce soit, et exclusivement à des fins non lucratives d'enseignement et de recherche, des copies de ce mémoire ou de cette thèse.

L'auteur et les coauteurs le cas échéant conservent la propriété du droit d'auteur et des droits moraux qui protègent ce document. Ni la thèse ou le mémoire, ni des extraits substantiels de ce document, ne doivent être imprimés ou autrement reproduits sans l'autorisation de l'auteur.

Afin de se conformer à la Loi canadienne sur la protection des renseignements personnels, quelques formulaires secondaires, coordonnées ou signatures intégrées au texte ont pu être enlevés de ce document. Bien que cela ait pu affecter la pagination, il n'y a aucun contenu manquant.

## NOTICE

The author of this thesis or dissertation has granted a nonexclusive license allowing Université de Montréal to reproduce and publish the document, in part or in whole, and in any format, solely for noncommercial educational and research purposes.

The author and co-authors if applicable retain copyright ownership and moral rights in this document. Neither the whole thesis or dissertation, nor substantial extracts from it, may be printed or otherwise reproduced without the author's permission.

In compliance with the Canadian Privacy Act some supporting forms, contact information or signatures may have been removed from the document. While this may affect the document page count, it does not represent any loss of content from the document.

Université de Montréal  
Faculté des études supérieures

Ce mémoire intitulé :

Les facteurs professionnels et la  
détresse psychologique chez les enseignants

Présenté par :

Rachel Chartrand

A été évalué par un jury composé des personnes suivantes :

Marie-Thérèse Chicha  
Président-rapporteur

Marcel Simard  
Directeur de recherche

Alain Marchand  
Codirecteur

Delphine Van Hoorebeke  
Membre du jury

## RÉSUMÉ EN FRANÇAIS ET MOTS CLÉS FRANÇAIS

L'objectif de ce mémoire est d'identifier les facteurs professionnels pouvant expliquer la détresse psychologique dans un groupe de quatre cent cinq enseignants. Les données utilisées proviennent du volet santé de l'Enquête sociale et de santé du Québec (1998).

Les résultats des analyses de régressions linéaires montrent que plusieurs facteurs de risque contribuent à augmenter la détresse psychologique soient, dans l'ordre d'importance, les demandes psychologiques, la violence au travail, l'irrégularité de l'horaire de travail et la pression du public. En plus, il a été observé que le soutien social hors travail a un effet modérateur plus important lorsque le nombre d'heures travaillées augmente. Par contre, aucun lien n'a été trouvé entre le niveau d'enseignement et la détresse psychologique.

Les analyses ont permis d'établir qu'en plus de ces facteurs professionnels, certains facteurs hors travail avaient aussi un effet sur la détresse psychologique et ce, indépendamment des facteurs professionnels. Les résultats montrent que le soutien social hors travail ainsi que le nombre d'enfants mineurs dans le ménage sont deux facteurs participant à la diminution de la détresse psychologique. Les tensions vécues avec les enfants, par contre contribuent à l'augmentation de la détresse psychologique.

**MOTS CLÉS :** détresse psychologique, facteurs de risque, facteurs professionnels, santé mentale, enseignants.

## RÉSUMÉ EN ANGLAIS ET MOTS CLÉS ANGLAIS

The goal of this current dissertation is to identify the occupational factors explaining psychological distress in a group of four hundred and five teachers. The data used comes from the health section of the Enquête sociale et de santé du Québec (1998).

The linear regression analysis results show that many risk factors contribute to the rise of the psychological distress in teachers, namely the psychological demands, the presence of violence at work, the irregularities of the work schedule and the pressure from the public. In addition, it has been observed that external social support has greater moderating effects when the number of hours of work is high. On the other hand, no relation was found between teaching level (primary, secondary, post-secondary) and psychological distress.

The analysis allowed us to find that some factors outside of work also affect psychological distress independently of those occupational factors. Results show that social support outside of work as well as the number of minor children in the household both weaken psychological distress. However, tensions with children contribute to the increase of psychological distress.

**KEYWORDS** : psychological distress, risk factors, occupational factors, mental health, teachers.

## TABLE DES MATIÈRES

Résumé en français et mots clés français .....	i
Résumé en anglais et mots clés anglais .....	ii
Table des matières .....	iii
Liste des tableaux .....	vi
Liste des figures .....	vii
Remerciements .....	viii
<b>Introduction .....</b>	<b>1</b>
<b>Chapitre 1 : L'objet de la recherche et l'état des connaissances .....</b>	<b>3</b>
1.1 L'objet de la recherche .....	3
1.2 L'état des connaissances .....	4
1.2.1 Les facteurs professionnels de la détresse psychologique .....	5
a) Le modèle demandes-contrôle .....	6
b) Le modèle demandes-contrôle-support .....	10
c) Le modèle de déséquilibre efforts-récompenses .....	13
d) Autres études sur les facteurs occupationnels de la détresse psychologique.....	15
e) Le modèle intégrateur .....	18
1.2.2 Recension des études sur la détresse psychologique chez les enseignants.....	20
a) Identification des facteurs précurseurs de la détresse psychologique .....	20
b) L'effet du soutien social et des stratégies de défense sur la détresse psychologique .....	28
1.3 Synthèse de l'état des connaissances .....	30

<b>Chapitre 2 : Conceptualisation et hypothèses .....</b>	<b>36</b>
2.1 La problématique .....	36
2.2 Le modèle conceptuel de la recherche .....	37
2.2.1 Modèle conceptuel .....	37
2.2.2 Hypothèses de recherche .....	41
<b>Chapitre 3 : Opérationnalisation et méthodologie .....</b>	<b>42</b>
3.1 Modèle opératoire .....	42
3.2 Plan d'observation .....	47
3.3 Plan d'analyse .....	50
<b>Chapitre 4 : Présentation des résultats .....</b>	<b>53</b>
4.1 Résultats des analyses descriptives .....	53
4.1.1 Variable dépendante .....	53
4.1.2 Variables indépendantes .....	54
4.1.3 Variables modératrices .....	56
4.1.4 Variables de contrôles .....	57
4.2 Résultats des analyses bivariées .....	58
4.3 Résultats des analyses multivariées .....	60
4.3.1 Régression linéaire avec toutes les variables .....	61
4.3.2 Régression linéaire avec chacune des interactions .....	63
4.3.3 Régressions linéaires avec l'interaction latitude décisionnelle et demandes psychologiques .....	64

<b>Chapitre 5 : Discussion</b> .....	<b>66</b>
5.1 Discussion des résultats .....	66
5.1.1 Hypothèse 1 .....	66
5.1.2 Hypothèse 2 .....	70
5.1.3 Hypothèse 3 .....	71
5.1.4 Hypothèse 4 .....	71
5.1.5 Proposition 1 .....	72
5.1.6 Autres résultats .....	72
5.2 Forces et limites de la recherche .....	74
5.3 Pistes de recherches futures .....	75
<b>Conclusion</b> .....	<b>78</b>
<b>Bibliographie</b> .....	<b>83</b>

## LISTE DES TABLEAUX

Tableau I	Tableau synthèse de la littérature sur la détresse psychologique en générale .....	32
Tableau II	Tableau synthèse de la littérature sur la détresse psychologique chez les enseignants .....	35
Tableau III	Modèle opératoire .....	42
Tableau IV	Nature et échelle des concepts du modèle conceptuel .....	50
Tableau V	Données descriptives de la variable dépendante .....	53
Tableau VI	Données descriptives des variables indépendantes .....	55
Tableau VII	Données descriptives des variables modératrices .....	56
Tableau VIII	Données descriptives des variables de contrôles .....	57
Tableau IX	Matrice des corrélations entre les variables .....	59
Tableau X	Résultats des analyses multivariées du modèle 1 (toutes les variables avec la variable dépendante) .....	62
Tableau XI	Résultats des analyses multivariées des modèles 2 à 19 (test de l'effet d'interaction des variables modératrices) .....	64
Tableau XII	Résultats des analyses multivariées du modèle 20 (test de l'effet d'interaction des demandes psychologiques avec la latitude décisionnelle) .....	65

**LISTE DES FIGURES**

Figure 1	Modèle demandes-contrôle .....	7
Figure 2	Modèle de déséquilibre efforts-récompenses .....	14
Figure 3	Modèle intégrateur .....	19
Figure 4	Schéma du modèle conceptuel .....	40

## REMERCIEMENTS

Nous voulons remercier l'organisme Santé Québec qui nous a permis, dans le cadre de la réalisation de notre étude, d'accéder à leur base de données. Nous tenons aussi à remercier M. Marcel Simard et M. Alain Marchand pour leur patience, leurs encouragements et pour leurs précieux conseils ; ainsi que les membres du Jury, madame Marie-Thérèse Chicha et madame Delphine Van Hoorebeke pour le temps qu'elles nous ont accordé. Finalement, nous voulons remercier Jocelyne Vallée, Claude Chartrand et Philippe Chartrand qui ont tous les trois contribué grandement à notre soutien social hors travail et qui nous ont, chacun à leur façon, généreusement aidé aux différentes étapes de la réalisation de ce mémoire.

## INTRODUCTION

En 2001, la Fédération canadienne des enseignants et enseignantes a effectué un sondage afin d'en connaître davantage sur le stress vécu par les enseignants (FCE, 2001). Suite à cette enquête, ils ont trouvé que 6 enseignants sur 10 trouvaient leur emploi plus stressant que deux ans auparavant. La même proportion déclare qu'ils ont une charge de travail beaucoup plus élevée. Celle-ci est causée par l'augmentation du temps consacré aux problèmes scolaires et personnels des élèves, par la croissance du nombre d'étudiants dans chaque classe ainsi que par l'augmentation du nombre d'élèves en difficulté intégrés dans les classes. De plus, les résultats du sondage montrent que les raisons les plus fréquemment évoquées pour expliquer la prise d'une retraite anticipée étaient le stress en général, la surcharge de travail et le stress résultant des comportements des élèves et des questions de discipline. Les résultats de l'étude de Soares sont révélateurs (CSQ, 2004). En effet, il a trouvé que 33% des membres de la CSQ indiquaient un niveau d'épuisement émotionnel élevé. En plus, un membre sur cinq présenterait des symptômes de détresse psychologique élevés. Ces symptômes seraient majoritairement causés par des événements stressants vécus au travail (CSQ, 2004). Donc, ces sondages nous permettent de constater qu'il y a effectivement un problème de détresse psychologique chez les enseignants. Comme cette affection comporte des conséquences considérables, notamment des coûts non-négligeables pour les enseignants, les écoles ainsi que pour la société, il est important de se pencher sur le sujet afin d'améliorer les connaissances s'y rapportant.

Certains chercheurs ont dirigé leurs recherches sur la détresse psychologique. Cependant, très peu l'ont étudiée en lien avec la profession d'enseignant. Malheureusement, plusieurs de ces recherches ont été réalisées il y a environ deux décennies. Les plus récentes ciblaient principalement les stratégies utilisées par les enseignants pour faire face à la détresse psychologique. Même si ces études sont importantes dans le développement des connaissances, nous trouvons qu'il est également primordial d'être en mesure d'identifier les facteurs qui peuvent mener à la

détresse psychologique chez les enseignants. C'est exactement pour cette raison que nous avons choisi cette direction comme objet de recherche. Toutefois, en conséquence à certaines contraintes, telles que les limites de la base de données à laquelle nous avons accès ainsi que le temps, nous avons décidé de cibler notre étude sur l'identification des facteurs professionnels contribuant à la détresse psychologique des enseignants. La connaissance de ces facteurs nocifs à la santé mentale des enseignants permettra aux personnes qui cherchent des solutions au fléau de la détresse psychologique de cibler leurs recherches sur certains aspects plus précis de l'environnement de travail.

Ce mémoire est constitué de cinq chapitres. Dans le premier nous présentons la revue de littérature de la détresse psychologique en générale ainsi que celle de la détresse psychologique spécifiquement chez les enseignants. La conceptualisation de notre modèle et les hypothèses composent le second chapitre. Le troisième porte sur l'opérationnalisation de notre recherche ainsi que sur la méthodologie. Au chapitre suivant sont exposés les résultats des diverses analyses statistiques. Enfin, au dernier chapitre nous retrouvons la discussion par rapport aux résultats obtenus.

## CHAPITRE 1

### L'OBJET DE LA RECHERCHE ET L'ÉTAT DES CONNAISSANCES

Ce chapitre comporte trois parties. La première présentera notre question de recherche et précisera les différentes variables dont nous traiterons. La seconde section résume l'état des connaissances sur les différents facteurs professionnels de la détresse psychologique. Nous y exposerons différents modèles de la détresse psychologique prédominants dans la littérature, ainsi que les études traitant spécifiquement de la détresse psychologique chez les enseignants. Finalement, la dernière partie sera une synthèse de l'état des connaissances.

#### **1.1 OBJET DE LA RECHERCHE**

Notre étude cherche à identifier les facteurs professionnels causant la détresse psychologique chez les enseignants. Elle tente de répondre à la question suivante :

*Quels sont les facteurs professionnels qui sont associés à la détresse psychologique chez les enseignants ?*

Le terme « détresse psychologique » regroupe différentes manifestations psychosomatiques observables chez les individus, l'organisme de ceux-ci réagit ou se défend lorsqu'ils doivent faire face à un environnement nocif. Les quatre manifestations principales de la détresse psychologique sont des réactions dépressives et d'anxiété, l'agressivité, la fatigue et le manque d'énergie, et des problèmes cognitifs (baisse de la mémoire et de la concentration). Le terme « facteurs professionnels » réfère aux divers éléments (vécus et perçus par les individus) des conditions de travail qui peuvent potentiellement représenter une situation nocive pour la santé mentale. Finalement, le terme « enseignants » englobe les individus qui enseignent une(des) certaine(s) matière(s) aux différents niveaux académiques. Selon le Classification type des

professions 1980 (Statistiques Canada, 1981), la catégorie professionnelle des enseignants regroupe les codes type de professions suivants :

- 2711 Professeurs d'université
- 2719 Enseignants universitaires et affiliés n.c.a
- 2731 Enseignants élémentaires et garderies
- 2733 Enseignants secondaires
- 2739 Enseignants secondaires et affiliés nca
- 2791 Enseignants collégiales et école professionnelles
- 2792 Enseignant école des beaux arts
- 2793 Enseignants post-secondaires nca
- 2795 Enseignants étudiants exceptionnels/en difficultés
- 2797 Instructeurs et officiers d'entraînements
- 2799 Autres enseignants et affiliés nca

Étant donné que la détresse psychologique est un phénomène bien réel, comme nous l'avons vu dans l'introduction, nous croyons qu'il est pertinent de tenter de répondre à la question de recherche. Celle-ci est d'ailleurs en lien avec les relations industrielles puisqu'elle cible un certain groupe de travailleurs. De plus, la détresse psychologique entraîne des répercussions financières considérables. C'est dans cette optique qu'il est pertinent d'aller de l'avant avec cette recherche et d'identifier les facteurs professionnels à risque pour la santé mentale afin de pouvoir les contrer et de ce fait diminuer l'occurrence de la détresse psychologique.

## **1.2 L'ÉTAT DES CONNAISSANCES**

Cette partie sera composée, dans un premier temps, des études relatives aux facteurs professionnels de la détresse psychologique parmi la main-d'oeuvre en général. Nous ferons donc la présentation des deux modèles de la détresse psychologique

prédominants dans la littérature, de même que des études empiriques ayant vérifié ces modèles. Nous discuterons aussi d'un troisième modèle élaboré à partir d'une revue de littérature. Dans un deuxième temps, seront abordées les études traitant de la détresse psychologique spécifiquement chez les enseignants. Finalement, cette section se conclura par une synthèse de l'état des connaissances. Les définitions et les dimensions de la détresse psychologique, les facteurs professionnels ayant démontré un effet sur ce problème de santé, ainsi que des facteurs sociodémographiques et hors travail qui doivent être considérés y seront présentés. Il est important de noter que nous avons délibérément choisi d'écarter de notre revue de littérature les articles portant sur le stress et l'épuisement professionnel, et ce tant dans la partie traitant de la main-d'œuvre en générale que dans celle spécifique aux enseignants.

### 1.2.1 FACTEURS PROFESSIONNELS DE LA DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

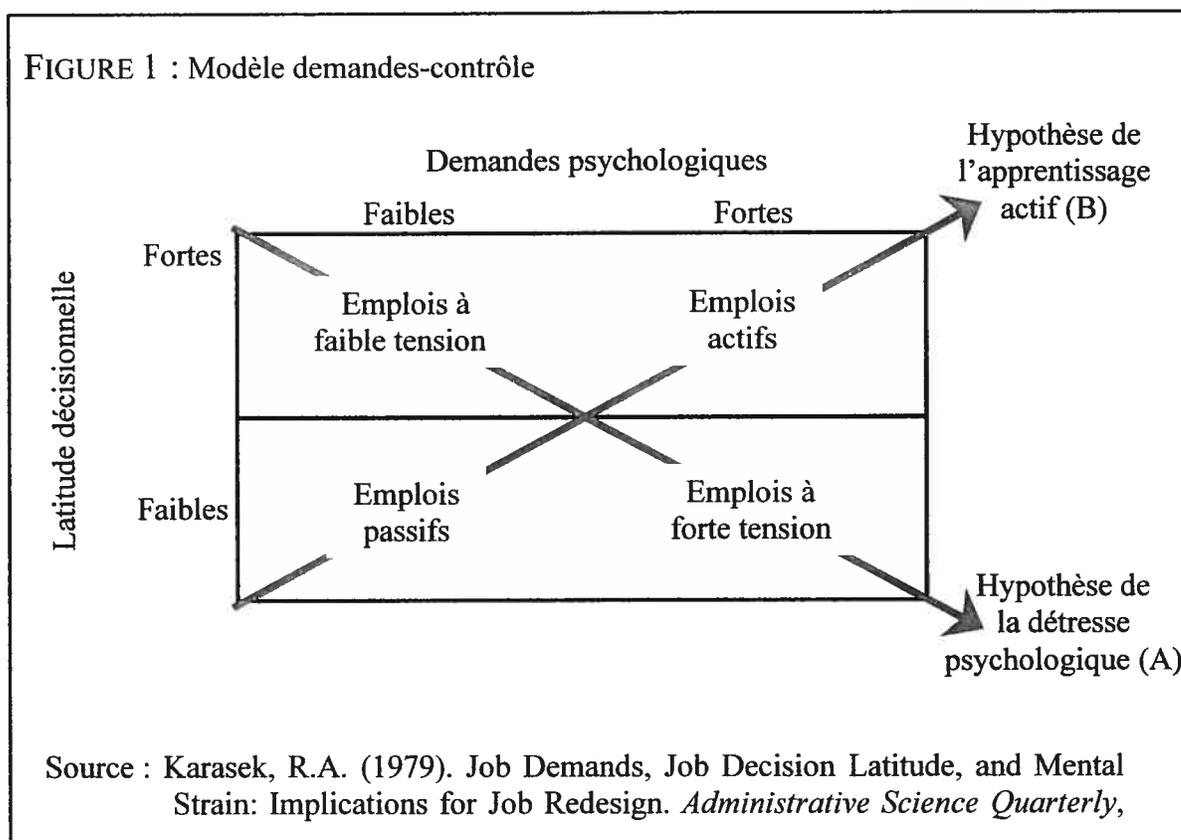
Dans la littérature, deux modèles sont prédominants en ce qui concerne les facteurs professionnels et la détresse psychologique. Il s'agit du modèle demandes-contrôle (qui fut révisé plus tard pour ajouter la composante du soutien social) élaboré par Karasek (1979) et du modèle de déséquilibre efforts-récompenses proposé par Siegrist (1996). Enfin, un troisième modèle existe, ce dernier a été structuré à partir d'une revue de littérature, et n'a pas encore été vérifié empiriquement, c'est le modèle intégrateur conçu par Vézina et ses collègues (1992).

### a) Modèle demandes-contrôle

Karasek (1979) a proposé un modèle qui permettait de regrouper les deux traditions de recherche de l'époque. Ces deux tendances, qui sont à la base de son modèle, identifient les deux principaux éléments de l'environnement de travail qui agissent au niveau de l'individu, c'est-à-dire les demandes psychologiques du travail et la latitude décisionnelle laissée à l'individu par l'organisation du travail. Plus précisément, ces demandes peuvent être définies comme la charge psychologique liée à l'exécution du travail, aux tâches imprévues et aux conflits personnels liés au travail. Tous ces facteurs sont des instigateurs d'action, ce qui signifie qu'ils placent l'individu dans un état de stress élargi ou motivé. Nous pouvons donc les appeler des « stresseurs ». Le second facteur, la latitude décisionnelle, se définit comme étant le niveau de contrôle potentiel, dont dispose les travailleurs, au sujet des tâches à réaliser et de son comportement au travail. Les deux composantes de ce facteur sont l'autonomie décisionnelle, la possibilité de participer aux prises de décisions, et la discrétion quant à l'usage de ses compétences, la possibilité d'utiliser et de développer ses compétences. La latitude décisionnelle représente les contraintes imposées aux stressés afin de transformer ce stress en actions alternatives. Ce facteur correspond à la partie contrôle du modèle. Le modèle postule que la détresse psychologique résulte des effets conjoints des demandes liées à une certaine situation au travail et de la liberté de prise de décision du travailleur qui est dans cette situation.

Karasek a posé deux hypothèses découlant de son modèle, celles-ci étant illustrées à la figure 1 (page 7) par les différentes diagonales. La première hypothèse, représentée par la diagonale A, est celle de la détresse psychologique. Elle stipule que les tensions psychologiques augmentent avec l'augmentation des demandes psychologiques et la diminution de la latitude décisionnelle. En fait, les emplois les plus nocifs pour la santé mentale résulteraient de la combinaison de fortes demandes et d'un faible contrôle. Ce sont des emplois à fortes tensions. Les conséquences de cette combinaison chez le travailleur sont : la fatigue, l'anxiété, la dépression et des maladies physiques. Karasek et Theorell (1990) expliquent l'occurrence de cette réaction par la

transformation de l'énergie d'éveil en tension résiduelle inutilisée et dommageable. Cela se produit lorsqu'une contrainte de l'environnement empêche l'individu d'avoir une réponse optimale (donc de bien utiliser l'énergie disponible). D'autre part, il existe des emplois à faibles demandes psychologiques et à forte latitude décisionnelle, qui sont appelés emplois à faible tension. Le modèle prédit que les individus auront un niveau de tension résiduelle et de risque de maladie inférieur à celui de la moyenne. Cela est dû au fait que l'individu doit faire face à peu de défis et lorsqu'il doit en affronter, la latitude décisionnelle qu'il possède lui permet de répondre de façon optimale à chacun de ces défis.



La diagonale B représente la seconde hypothèse qui est celle de l'apprentissage actif. La présence simultanée de demandes professionnelles élevées et d'une latitude décisionnelle élevée prédit un apprentissage et un sentiment d'épanouissement chez les travailleurs qui incitent à une grande productivité. Les emplois caractérisés par cette

combinaison sont appelés : emplois actifs. Ce nom a été choisi parce que des études (aux Etats-Unis et en Suède) ont montré que les travailleurs qui avaient des emplois de ce type étaient plus actifs dans leurs activités à l'extérieur de leur travail et ce malgré les fortes demandes psychologiques de l'emploi (Karasek et Theorell, 1990). Le modèle explique que les individus qui occupent ce type d'emploi profitent de larges mesures de contrôle et d'une grande liberté à utiliser toutes leurs habiletés. De plus, comme la majorité de l'énergie provoquée par les différents défis (stresseurs) de l'emploi actif est transformée par le processus de résolution de problème en actions, il reste très peu d'énergie pour causer des dommages. C'est cette conversion d'énergie qui est essentielle à l'apprentissage. Inversement, les emplois caractérisés par des demandes psychologiques faibles et une latitude décisionnelle aussi faible se nomment emploi passif. Ce type d'emploi est la seconde cause des problèmes psychologiques des travailleurs. Le modèle prédit une atrophie graduelle des habiletés précédemment apprises par le travailleur. C'est un phénomène inverse à celui de l'apprentissage. Contrairement aux travailleurs avec un emploi actif, les individus dans un emploi passif ont moins de loisirs et d'activités à l'extérieur du travail. Ces employés perdent leurs habiletés, ils manquent de défis et doivent évoluer dans un environnement rigide, cela les empêche de tester leurs propres idées pour améliorer leur travail et résulte en une démotivation et une diminution de la productivité.

Plusieurs études ont tenté de vérifier ce modèle. Il est important de noter qu'il faut faire attention lorsque nous interprétons les différents résultats puisque les études présentées dans cette section ne sont pas nécessairement comparables au point de vue méthodologique. Certaines études ont confirmé le modèle original de Karasek (1979), tandis que d'autres ont obtenu des résultats mitigés. L'étude de de Jonge et al. (2000a) a été réalisée auprès de 2 485 participants hollandais qui travaillaient dans un des secteurs de services. Les résultats de cette étude montrent que les employés percevant leur environnement de travail comme ayant de fortes demandes psychologiques et une faible latitude décisionnelle étaient plus à risque de souffrir d'épuisement émotionnel, de troubles de santé physique, de plaintes psychosomatiques, et d'insatisfaction au travail. Ainsi, nous pouvons dire que cette étude fournit une certaine preuve aux deux

hypothèses du modèle demandes-contrôle (Karasek, 1979), par contre, il ne faut pas oublier que cette étude a été réalisée pour un groupe professionnel spécifique.

Une autre étude, effectuée par Schechter et al. (1997) a partiellement confirmé le modèle de demandes-contrôle (Karasek, 1979). Celle-ci s'est tenue dans une grande entreprise canadienne qui était en période de réorganisation, 2 200 employés y ayant participé. Schechter et ses collègues ont trouvé que les employés qui occupaient un emploi passif ainsi que ceux qui avaient un emploi à haute tension vivaient un niveau de stress plus élevé, avaient une moins bonne santé et s'absentaient du travail plus souvent. Un fait intéressant à noter toutefois, est que les travailleurs occupant un emploi actif sont ceux qui ont obtenu le plus haut niveau de stress, ce qui est contraire à la prédiction du modèle (qui prédit un niveau de stress moyen en général, mais inférieur à celui engendré par les emplois passifs et les emplois à haute tension). Ces résultats sont peut-être dus au contexte environnemental de l'entreprise au moment de l'étude, c'est-à-dire un contexte de restructuration, d'insécurité d'emploi pour les emplois de la catégorie « actifs ».

L'étude de Van Der Doef et al. (1998a) a ciblé principalement le modèle demandes-contrôle-support. Cependant, ils ont mentionné, dans leur discussion, certaines observations intéressantes concernant le modèle original de Karasek (1979). Ils ont trouvé que l'effet modérateur du contrôle existait seulement pour l'autorité décisionnelle. Ils ont remarqué que généralement les études sur le modèle utilisaient une conceptualisation plus large du contrôle, incluant l'autorité décisionnelle avec l'usage discrétionnaire des compétences. Ils ont ainsi proposé que l'inclusion de cette usage discrétionnaire des compétences (qui n'a pas d'effet modérateur selon Van Der Doef et al., 1998a) au concept de contrôle pouvait expliquer pourquoi certains résultats d'études infirment le modèle original de Karasek (1979).

Les résultats de l'étude de Mausner-Dorsh et Eaton (2000) sont plutôt mitigés en ce qui concerne la validation du modèle de Karasek (1979). Ces derniers ont examiné la relation entre les variables professionnelles et trois types de dépression (épisode

dépressif majeur, syndrome dépressif et dysphorie) à l'aide de 905 participants travaillant à temps-plein dans diverses professions. Ils ont découvert une association entre de fortes tensions psychologiques au travail et chacun des trois types de dépression, mais plus fortement avec l'épisode dépressif majeur. Cette association était plus forte chez les femmes que chez les hommes. Pour ce qui est de la latitude décisionnelle, ils avaient considéré l'autonomie décisionnelle et l'usage discrétionnaire des compétences comme deux variables distinctes, contrairement à Karasek (1979) qui les combinait ensemble. Lors de la première analyse, ils n'ont pas trouvé de lien entre la latitude décisionnelle et les trois formes de dépression. Ils ont donc réalisé une nouvelle analyse qui identifie l'autonomie décisionnelle comme un facteur de protection important contre les trois types de dépression, tandis que l'usage discrétionnaire des compétences n'était pas lié significativement aux types de dépression. Ces résultats sont en lien avec ceux trouvés par Van Der Doef et al. (1998a).

Finalement, Stansfeld et al. (1999) ont réalisé une étude longitudinale, mieux connue sous le nom de « Whitehall II », auprès de 10 308 fonctionnaires établis à Londres. Bien que les résultats de cette étude montrent que les travailleurs ayant de fortes demandes psychologiques au travail et ceux ayant un faible niveau de latitude décisionnelle avaient plus de risques de souffrir d'un désordre psychiatrique, aucun support n'a été trouvé au modèle original de Karasek (1979). Ainsi, l'interaction entre les fortes demandes au travail et la faible latitude décisionnelle n'avait pas d'effet sur les désordres psychiatriques.

## **b) Modèle demandes-contrôle-support**

Une dizaine d'années suivant la parution du modèle original de demandes-contrôle (Karasek, 1979), une troisième variable y a été intégrée (Karasek et Theorell, 1990) soit le support social au travail. Ce dernier représente le niveau en général des interactions sociales disponibles au travail, tant entre le travailleur et ses collègues qu'avec son superviseur. L'hypothèse élaborée à partir de cette nouvelle version du

modèle est que l'effet des fortes demandes psychologiques et de la faible latitude décisionnelle est accentué lorsqu'il y a présence d'un faible niveau de support social au travail. Ainsi, dans une telle circonstance, le risque de subir une tension psychologique sévère est alors supérieur. Cette hypothèse a été nommée « iso-tension ». Karasek et Theorell (1990) ont identifié deux types de support au travail. Le premier, le support socio-émotionnel, est relié au niveau d'intégration sociale et émotionnelle et à la confiance qui est présente entre les collègues de travail et entre eux et les superviseurs. C'est ce type de support qui est bénéfique pour contrer la tension psychologique. Nous faisons référence ici à la cohésion sociale et à l'intégration d'un groupe de travail. Le second est le support social instrumental, c'est-à-dire les ressources ou l'assistance, nécessaire dans certaines tâches, offerts par les collègues ou le superviseur.

Le modèle demandes-contrôle-support a aussi inspiré plusieurs études. Nous avons déjà mentionné brièvement celle de Van Der Doef et al. (1998a) réalisée auprès de deux échantillons de 2 000 participants hollandais. Afin d'étudier le modèle de Karasek et Theorell (1990), ils ont examiné quatre indicateurs de la tension professionnelle, soient : les plaintes psychosomatiques, la détresse psychologique, l'insatisfaction au travail, et l'absentéisme. L'hypothèse d'« iso-tension » a trouvé du support au niveau de trois des quatre indicateurs (les plaintes psychosomatiques, la détresse psychologique et l'insatisfaction au travail). Les contraintes de temps (demandes psychologiques élevées), le faible niveau de contrôle, et le faible soutien social étaient corrélés à un bien-être psychologique plus faible. L'absentéisme, quant à lui, était corrélé seulement au faible contrôle et au faible soutien social. Les analyses ciblant les effets du contrôle ont trouvé que différentes formes de contrôle pouvaient modérer l'impact de fortes demandes. Cependant, il ne le faisait de façon consistante que lorsque l'individu bénéficiait d'un grand support de la part de son superviseur. C'est pour cette raison que Van Der Doef et al. ont conclu que la dimension du soutien social était des plus importantes et qu'il était nécessaire d'en tenir compte. Par contre, ils ont trouvé que l'effet modérateur du soutien des collègues de travail est plus restreint que celui du superviseur.

Une autre étude réalisée par Sargent et Terry (2000) confirme le modèle de Karasek et Theorell (1990). Quarante employés cléricaux d'une université d'Australie ont participé à cette recherche. L'objectif de celle-ci était de voir jusqu'à quel niveau les différentes sources de soutien social (du superviseur, des collègues, hors travail), la surcharge de travail (demandes psychologiques) et le contrôle qu'il est possible d'exercer sur les tâches, influencent la satisfaction au travail, la dépersonnalisation, et la perception du superviseur de la performance au travail. Les résultats montrent que l'effet négatif des emplois à haute tension sur la satisfaction au travail et sur la dépersonnalisation peut être atténué par la présence d'un haut niveau de soutien du superviseur. Ils ont aussi trouvé que le soutien social des collègues et le support social hors travail peut amoindrir les effets négatifs des emplois à haute tension sur le niveau de performance. En résumé, Sargent et Terry ont trouvé que le soutien social est important qu'il provienne de l'environnement de travail ou de l'extérieur du travail.

Finalement, plusieurs études se sont intéressées à l'effet du support social indépendamment du modèle théorique de Karasek et Theorell (1990). Par exemple, Wilkins et Beaudet (1998) ont examiné, entre autres, les associations entre un faible soutien des collègues de travail et un faible support du superviseur et quatre conséquences au niveau de la santé (les migraines, les accidents de travail, la haute pression sanguine et la détresse psychologique). Pour ce faire, ils ont utilisé les résultats d'un sondage réalisé auprès de 9 023 Canadiens. Les résultats ont montré que le faible soutien social était associé à la présence de migraines chez les hommes. Chez les femmes, le faible soutien social était relié aux accidents de travail et à la détresse psychologique. Une étude menée par Shigemi et al. (1997) cherchait à connaître les effets du stress perçu au travail sur la santé mentale. Les participants étaient tous employés dans une compagnie électrique du Japon (N = 763). Cette étude ne ciblait pas directement le soutien social, mais certains résultats sont tout de même pertinents. Ils ont trouvé que les mauvaises relations avec les supérieurs affectaient de façon négative l'état de santé mentale des travailleurs. Finalement, Frese (1999) a trouvé que la relation entre les stressés et les dysfonctions psychologiques est supérieure lorsque le support

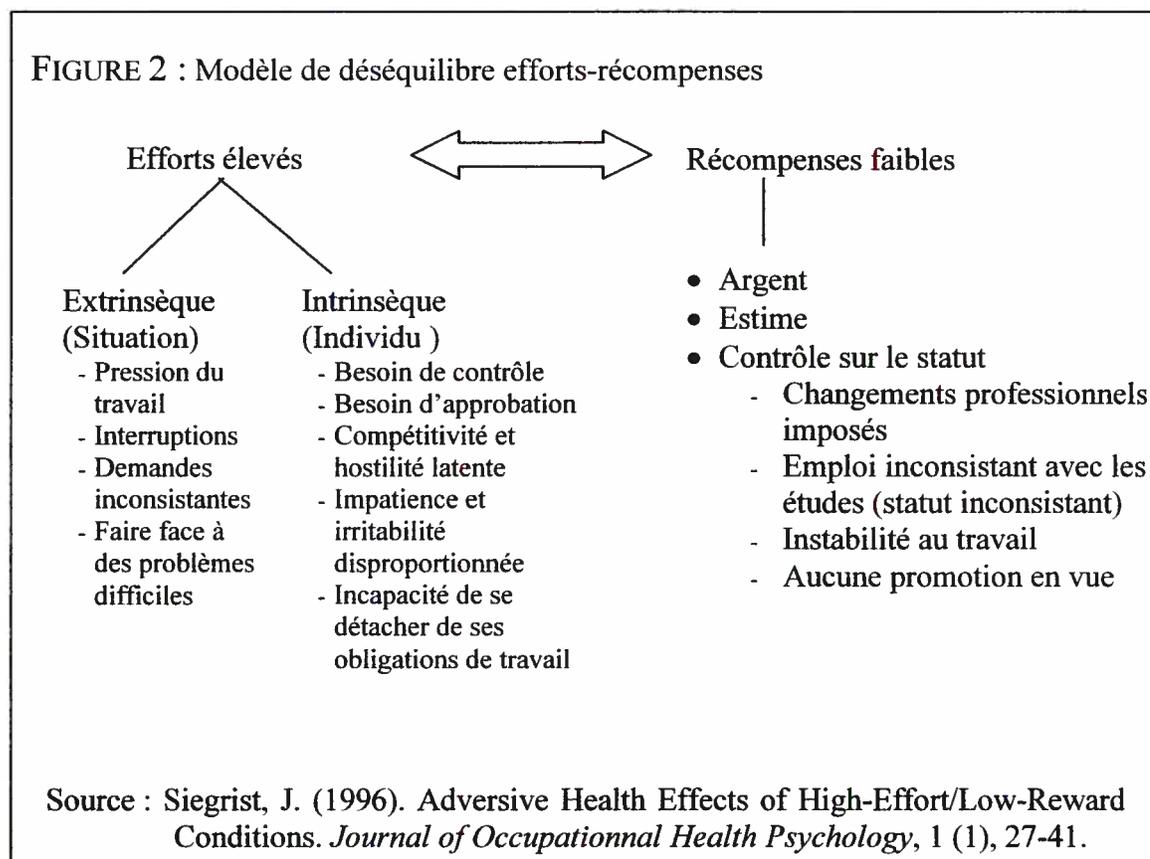
social est bas et l'inverse est vrai aussi. Ces résultats, qui ont été récoltés auprès de cols bleus de l'industrie du métal en Grande-Bretagne (N = 90), appuient l'hypothèse de l'effet modérateur du support social sur la détresse psychologique.

### **c) Modèle de déséquilibre efforts-récompenses**

Le second modèle qui est important dans la littérature est celui de Siegrist (1996). Alors que Karasek accordait beaucoup d'importance au contrôle, ce modèle-ci cible plutôt les récompenses. Siegrist a inspiré son modèle du rôle de travailleur qui est important dans la vie adulte. Il croit en fait que ce rôle a un effet crucial sur le lien entre les fonctions qui s'autorégulent (l'estime de soi, les structures d'opportunités sociales, la perception d'être efficace). Ainsi un statut professionnel est souvent associé à un sentiment de performance, de contribution, un sentiment d'appartenance à un groupe. Cependant, pour que tout fonctionne bien il doit y avoir une certaine réciprocité entre les efforts fournis à ce groupe et les récompenses qu'il est possible d'en tirer. Siegrist a donc déduit que les conditions de travail nocives étaient celles associées à des efforts élevés et à de faibles récompenses. Les efforts sont de deux types : extrinsèques et intrinsèques. Les efforts extrinsèques sont reliés aux situations (pression du travail, interruptions, demandes inconsistantes, faire face à des problèmes difficiles), ils se rapprochent des demandes psychologiques de Karasek (1979). Les efforts intrinsèques sont ceux reliés à une caractéristique individuelle (besoin d'approbation, compétitivité/hostilité, impatience/irritabilité, incapacité à s'éloigner du travail). Les récompenses sont composées de trois éléments : l'argent (salaire), l'estime, et le contrôle sur le statut professionnel (sécurité d'emploi, possibilité de promotions). La figure 2 (page 14) illustre bien le modèle de Siegrist.

Le modèle fait trois grandes prédictions. La première, l'hypothèse extrinsèque, prédit que l'absence de réciprocité entre des efforts/coûts (ex. forts) et les gains (ex. faibles) augmente les risques de détresse émotionnelle, d'éveil autonome et est associée à une réaction de stress. Cette hypothèse est tirée du modèle original de

Siegrist, tandis que les deux suivantes ont été rajoutées par la suite. La deuxième, l'hypothèse du surmenage, prédit qu'un niveau élevé d'implication peut accroître le risque d'avoir une mauvaise santé (mentale et physique). La dernière, l'hypothèse interactionniste, prédit que la combinaison d'un déséquilibre entre les efforts et les récompenses et du surmenage est encore plus nuisible pour la santé mentale et physique.



De nombreuses études ont tenté de vérifier le modèle de déséquilibre efforts-récompenses (Siegrist, 1996). De Jonge et al. (2000b) ont réalisé un sondage auprès de 11 363 Hollandais. Cette étude démontre que les employés qui occupaient un poste avec beaucoup de demandes et peu de contrôle étaient plus à risque de souffrir d'épuisement émotionnel, de se plaindre de leur santé physique ou de symptômes psychosomatiques et d'être insatisfaits de leur travail. Ces résultats confirment le modèle original de Karasek (1979). Par contre, ils ont aussi trouvé que de grands efforts et peu de

récompenses étaient un meilleur indicateur d'un pauvre bien-être que ne l'est le faible contrôle au travail. Enfin, les personnes qui s'investissent trop (hypothèse du surmenage) avaient plus de chances d'avoir un pauvre bien-être en raison du grand nombre d'efforts et des faibles récompenses. Cela confirme donc le modèle de déséquilibre d'efforts-récompenses de Siegrist (1996).

Les résultats de Stansfeld et al. (1999) ont aussi confirmé le modèle de Siegrist (1996). Ils ont trouvé (avec les données de l'étude longitudinale de Whitehall II) qu'un déséquilibre entre les efforts (élevés) et les récompenses (faibles) était corrélé considérablement avec le développement futur de désordres psychiatriques.

#### **d) Autres études sur les facteurs professionnels de la détresse psychologique**

Les modèles précédemment discutés nous ont permis d'identifier certains facteurs de risque à la détresse psychologique soient : le déséquilibre efforts-récompenses (Siegrist, 1996), l'interaction de fortes demandes psychologiques avec une faible latitude décisionnelle et un faible soutien social (Karasek et Theorell, 1990). Cependant, d'autres facteurs ont été identifiés dans la littérature comme étant potentiellement néfastes pour la santé mentale des travailleurs. Plusieurs de ces facteurs comportent quelques similitudes avec un ou plusieurs des éléments fondamentaux de ces modèles. Jex et Bliese (1999) ont trouvé que la surcharge de travail était associée à la présence de tensions psychologiques chez les individus. Cette surcharge de travail peut être comprise en terme de demandes psychologiques ou encore d'efforts devant être déployés afin de bien réaliser ses tâches.

L'insécurité d'emploi est un autre facteur qui a souvent été relié à la détresse psychologique dans la littérature. Taylor et al. (1997) citent quelques auteurs qui ont observé que l'insécurité de l'emploi était associée à différentes maladies physiques et mentales dont la dépression, les symptômes et maladies physiques (Hamilton et al., 1990), l'abus d'alcool (Catalano et al., 1993) et même un taux de mortalité plus élevé

(Sorlie et Rogot, 1990). Contrairement à ces études, les résultats de Wilkins et Beaudet (1998), dont nous avons discuté précédemment, ne permettent pas d'établir une relation significative entre la menace de perdre son emploi et la perception de détresse. L'étude, McDonough (2000), dont les données proviennent de l'Enquête longitudinale sur la santé de la population canadienne, 1994, montre que la maîtrise et l'estime de soi modifient la relation entre l'insécurité d'emploi et la détresse psychologique. Cela peut expliquer le fait que certaines études ne trouvent pas de lien entre ces deux facteurs.

Les heures de travail sont souvent considérées comme un facteur jouant un rôle dans l'apparition de détresse psychologique. Spurgeon et al. (1997) ont réalisé une revue de littérature où était mis en évidence le lien entre les longues heures de travail et le stress. Les longues heures de travail contribueraient à l'augmentation du stress de deux façons : dans un premier temps cela représente de plus grandes demandes au travail puisqu'on doit maintenir un niveau de production convenable malgré la fatigue, deuxièmement cela signifie qu'on est exposé aux stressseurs de son environnement de travail plus longtemps. Marchand et al. (2003) ont examiné les données de l'enquête Santé-Québec de 1987 portant sur les travailleurs québécois de différentes professions (N = 8 812). Les résultats dévoilent que les longues heures de travail ainsi que les horaires irréguliers contribuent à l'augmentation du niveau de détresse psychologique.

À un niveau plus psychologique relié au travail, la perception d'efficacité peut être reliée positivement à la santé mentale. Jex et Bliese (1999), à l'aide d'un échantillon de 2 273 soldats américains, ont investigué les effets modérateurs de la perception d'efficacité sur la relation entre les stressseurs reliés au travail et les tensions psychologiques et physiques. Ils ont découvert que les heures de travail étaient significativement corrélées aux tensions psychologiques et que le sentiment d'efficacité pouvait modérer cette relation. Cela est similaire à la théorie d'auto-efficacité de Bandura (1997). Celle-ci prétend que lorsqu'un individu a confiance en ses capacités, il ne sera pas porté à percevoir un stressseur comme une menace puisqu'il aura développé des stratégies d'adaptation efficaces pour faire face à ce stressseur. Par contre, cela n'est pas vrai pour l'efficacité collective.

Le type de profession a aussi été identifié par Marchand et al. (2003) comme étant un facteur relié à la détresse psychologique. En fait, les travailleurs semi-professionnels, les cadres intermédiaires, les contremaîtres, les travailleurs cléricaux, de vente et de services non qualifié et les travailleurs de la ferme souffrent généralement plus de détresse psychologique que les travailleurs manuels non qualifiés. Toutefois les auteurs ont cru bon de spécifier dans la discussion qu'il serait préférable de tenir compte de l'organisation du travail et de la perception du travailleur au sujet de son emploi afin de mieux comprendre le rôle individuel des facteurs du travail sur la détresse psychologique.

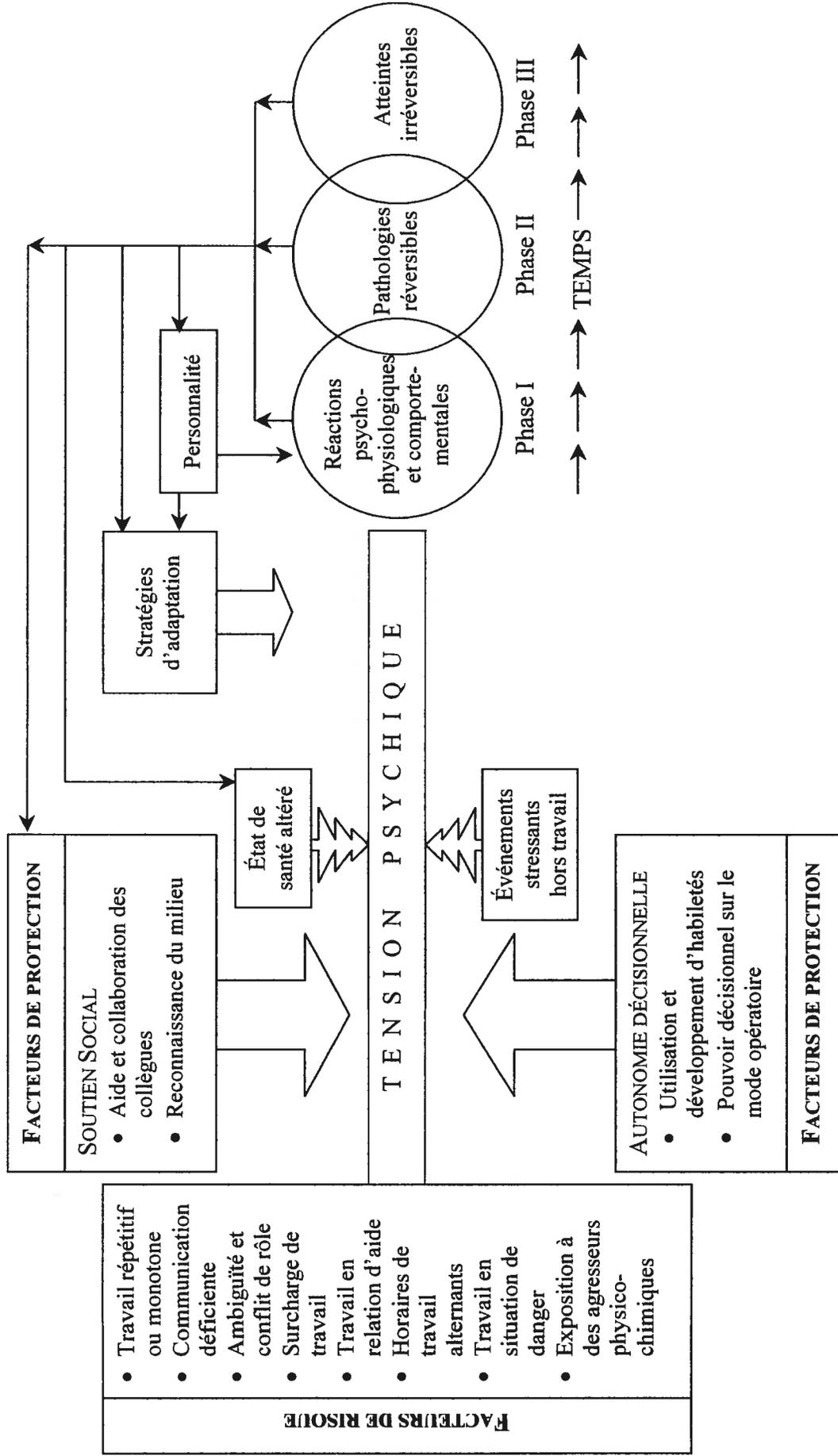
Le niveau hiérarchique peut aussi avoir un effet sur les facteurs psychosociaux identifiés par Siegrist (1996) et Karasek et Theorell (1990). En effet, Niedhammer et al. (2000) ont étudié 11 447 travailleurs français, et ont trouvé que le niveau hiérarchique était relié significativement aux demandes psychologiques, à la latitude décisionnelle, au soutien social et aux récompenses. Plus spécifiquement, les niveaux d'exécution étaient beaucoup plus fréquemment exposés à des tensions au travail, et au déséquilibre entre les efforts et les récompenses, que les niveaux intermédiaires qui eux y étaient plus fréquemment exposés que le niveau cadre.

Finalement il est important de noter que d'autres facteurs ont été mentionnés dans la littérature en rapport avec la détresse psychologique. Parmi ceux-ci notons le sexe (femmes sont plus sujet à la détresse psychologique), l'âge (corrélacion négative), le niveau de scolarité (corrélacion négative), les événements stressants hors travail (corrélacion positive), l'exercice physique (corrélacion négative) ainsi que l'état de santé perçu (corrélacion négative).

### e) Modèle intégrateur

Ce modèle, élaboré par Vézina et al. (1992), a été conçu à partir d'une revue de littérature. Par contre, il n'a pas été vérifié empiriquement. Comme le spécifie son nom, il intègre plusieurs facteurs. Ainsi, en plus de tenir compte des facteurs de risque professionnels (tels le travail répétitif et monotone, la communication déficiente, l'ambiguïté et conflit de rôle...) il considère les événements stressants hors travail, certaines caractéristiques sociodémographiques (âge, sexe) et l'état de santé. Vézina et ses collaborateurs (1992) ont décrit l'évolution de l'atteinte à la santé mentale, qui se fait, selon eux, en trois phases soit : les réactions psychophysiologiques et comportementales, les pathologies réversibles et finalement les atteintes irréversibles. Évidemment, le modèle comporte certains facteurs de protection comme le soutien social et l'autonomie décisionnelle. La figure 3 (page 19) montre bien l'effet amenuisant de ces facteurs de protection sur la tension psychique créée par les facteurs de risques. Le modèle accorde aussi de l'importance aux stratégies d'adaptation, qui, nous le voyons à la figure 3 (page 19), peut amoindrir la tension psychique. Le rôle de l'influence de la personnalité sur les stratégies d'adaptation de l'individu et l'effet des différentes situations nocives sur la personnalité sont aussi pris en compte par le modèle. Le modèle intégrateur vise l'identification de facteurs qu'ils appellent « éléments protecteurs ou antidotes », ceux-ci permettant de contrer les effets nocifs des situations pathogènes du milieu de travail. Comme nous l'avons mentionné précédemment, ces facteurs regroupent l'autonomie décisionnelle, c'est-à-dire la capacité individuelle ou collective d'avoir un impact sur son travail (contrôler ou influencer) et le soutien social, être reconnu par la communauté d'appartenance pour le travail effectué. Finalement, l'articulation autonomie-soutien que propose Vézina et al. (1992) est possible en milieu de travail lorsque la liberté nécessaire aux échanges horizontaux et verticaux est offerte par l'organisation. Ce type d'échanges favorise une interaction constructive avec la communauté d'appartenance.

FIGURE 3 : Modèle intégrateur



Source : Vézina, M., Cousineau, M., Mergler, D., Vinet, A., Laurendeau, M-C. (1992). *Pour donner un sens au travail : Bilan et orientations du Québec en Santé mentale au travail*. Éditeur Gaëtan Morin, Boucherville. (p. 75)

### **1.2.2 RECENSION DES ÉTUDES SUR LA DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE CHEZ LES ENSEIGNANTS**

Les études qui ont porté sur le sujet de la détresse psychologique chez les enseignants sont relativement peu nombreuses. Parmi celles-ci, on peut cependant distinguer deux tendances. Une première tendance des auteurs consiste à investiguer les facteurs reliés à la détresse psychologique (Finlay-Jones, 1986; Leung, Siu et Spector, 2000; Punch et Tuettemann, 1990; Punch et Tuettemann, 1991; Tuettemann et Punch, 1992; Kyaricou et Pratt, 1985). Plusieurs de ces auteurs se réfèrent à des chercheurs qui ont proposé des modèles plus généraux expliquant la détresse psychologique au travail (Karasek, 1979 ; Karasek & Theorell, 1990 ; Siegrist, 1996 ; van Horn, 2004). La seconde tendance est celle d'autres auteurs qui ont cherché à connaître les stratégies utilisées par les enseignants pour faire face à la détresse psychologique (Schonfeld, 1989; Schonfeld, 1990; Schonfeld, 2001; Chan, 1998).

Dans cette partie, nous allons discuter des différentes études effectuées traitant de la détresse psychologique des enseignants. Dans un premier temps, nous allons aborder la question des facteurs identifiés comme étant reliés, positivement ou négativement, à la détresse psychologique. Puis nous allons discuter des études qui traitent de l'effet du soutien social et des stratégies utilisées par les enseignants pour faire face aux sources de tension dans le milieu de travail.

#### **a) Identification des facteurs précurseurs de la détresse psychologique**

Fletcher et Payne (1982) ont été parmi les premiers à réaliser une étude visant à faire un lien entre la tension psychologique et le travail des enseignants. Leur étude est intéressante puisque les variables de tension qu'ils ont utilisées sont très similaires aux variables utilisées pour mesurer la détresse psychologique. En fait, l'Enquête sociale et de santé du Québec (1998) considère que la détresse psychologique comporte quatre syndromes soient : la dépression, l'anxiété, l'agressivité et les problèmes cognitifs; tous ces syndromes à l'exception de l'agressivité sont des variables de tension selon Fletcher

et Payne (1982). Une enquête par questionnaire a été effectuée auprès de cent quarante-huit enseignants des villes du Midlands en Angleterre. Fletcher et Payne cherchaient à estimer la force des variables de tension et de stress ainsi que les relations qui existaient entre elles. Ils suggèrent que le stress professionnel résulte de l'équilibre entre trois facteurs : les demandes professionnelles, le support et les contraintes. Ils ont découvert que les plus puissants indicateurs des demandes professionnelles sont : les demandes faites individuellement par les enfants, le manque de temps, et le besoin d'être constamment créatif. Au point de vue du soutien au travail, les indicateurs particulièrement forts sont : les congés d'école, la satisfaction d'observer des résultats, la discrétion sur les buts et objectifs, le support du conjoint et de la famille, les encouragements des collègues et la discrétion pour faire les choses voulues. Ils ont aussi investigué les liens entre ces indicateurs et l'état psychologique des enseignants. Cette dernière variable a été évaluée grâce au MHQ (*Middlesex Hospital Questionnaire*) qui comportait, pour cette étude, quatre échelles mesurant la dépression, l'anxiété, l'obsession et les plaintes somatiques. Encore une fois, on remarque, parmi les variables étudiées, la présence de la dépression et l'anxiété, deux des quatre dimensions de la détresse psychologique. Les résultats montrent que les indicateurs des demandes professionnelles sont positivement corrélés avec la dépression, l'anxiété et les plaintes somatiques. En calculant pour chaque enseignant une mesure intégrale du niveau de soutien moins le niveau de demandes professionnelles, ils ont trouvé que les enseignants qui profitaient de plus de soutien que de demandes étaient plus satisfaits, ressentaient moins de pression, étaient moins déprimés et moins anxieux. En d'autres termes, les demandes professionnelles sont modérées par un niveau de soutien élevé pour certains facteurs. En ciblant individuellement les différents états psychologiques contenus dans le MHQ, ils ont pu observer un niveau de dépression considérablement supérieur chez les enseignants de l'étude au niveau de la population générale. Les niveaux d'anxiété, d'obsession et de plaintes somatiques quant à eux étaient sensiblement les mêmes que ceux de l'échantillon de contrôle. C'est suite à l'obtention de ces résultats qu'ils ont décidé d'investiguer plus en profondeur les variables reliées à la dépression. De fortes demandes professionnelles et un pauvre soutien social étaient liés à un niveau de dépression plus élevé. De plus, le niveau de dépression était positivement corrélé avec le

nombre d'années d'enseignement dans l'école, la probabilité d'obtenir une promotion dans l'école, le niveau de pressions professionnelles, l'âge de l'enseignant, le nombre d'enfants de plus de seize ans de l'enseignant et les défaillances cognitives de l'enseignant.

Quelques années plus tard, Finlay-Jones (1986) a réalisé un sondage auprès de 2 128 enseignants australiens de différents niveaux (primaire, secondaire, directeurs, universitaire/professionnel). Le but de cette étude était d'identifier divers stressseurs du travail qui sont associés statistiquement à la détresse émotionnelle, qu'il appelle plus loin détresse psychologique. Ces derniers ont été classés en six catégories de stressseurs : la mauvaise conduite des étudiants, le temps consacré à l'enseignement et autres tâches reliées, les relations avec le personnel enseignant, les caractéristiques physiques de l'école, les conditions de travail, l'attitude critique de la communauté envers les enseignants. Un résultat intéressant à noter est qu'aucun des seize stressseurs n'était commun aux quatre niveaux d'enseignement. Cela suggère que l'environnement de travail est différent selon le niveau. Il y a tout de même certaines analogies, par exemple, le facteur le plus fortement relié à la détresse psychologique pour les enseignants du primaire et du secondaire est le fait de devoir faire face à des étudiants qui les ont menacés de violence physique ou encore qui les abusent verbalement. Aussi, une autre similitude vient de l'importance du soutien social. En fait, à tous les niveaux la catégorie de stressseurs regroupant les divers types de relations avec le personnel enseignant étaient reliées à la détresse psychologique. Finalement, deux grandes conclusions ressortent de cette étude. La première est que les enseignants travaillant avec des conditions idéales, c'est-à-dire qui ne sont pas hautement exposés aux stressseurs mentionnés précédemment, ne souffrent pas plus de détresse psychologique que la population générale. La seconde est qu'il y a un lien quasi-linéaire entre le nombre de facteurs de stress auxquels sont exposés les enseignants et la proportion des enseignants souffrant de détresse psychologique sévère.

Plus récemment, Leung, Siu et Spector (2000) ont aussi étudié les différentes sources de stress et leurs effets sur la satisfaction au travail et sur la détresse

psychologique. Cent six professeurs d'université à Hong Kong ont participé à l'étude par questionnaire. Leung et al. ont trouvé que la perception des pratiques organisationnelles et l'interface maison-travail étaient de puissants prédicteurs de la détresse psychologique. La perception négative des pratiques organisationnelles c'est lorsque le rôle de l'enseignant n'est pas clair, qu'il n'y a pas une bonne communication dans l'environnement de travail et que les besoins en recherche et en enseignement sont inconsistants. Quant à l'interface maison-travail, il fait référence aux travaux académiques que les enseignants rapportent à la maison et qui peuvent constituer une intrusion dans la vie privée. Une particularité de cette étude est qu'elle a investigué le lien entre divers facteurs sociodémographiques et la détresse psychologique. Aucune différence entre les hommes et les femmes n'a été trouvée (tant par rapport à la détresse psychologique qu'avec la satisfaction au travail). De la même manière, les relations entre l'âge et la détresse psychologique et entre l'âge et la satisfaction au travail ne sont pas significatives. Par contre, les professeurs mariés étaient significativement plus satisfaits de leur emploi que les célibataires. De plus, les professeurs célibataires souffraient significativement plus de détresse psychologique que ceux qui étaient mariés. Les auteurs croient que peut-être ce phénomène serait dû au fait que les professeurs mariés sont aussi habituellement plus âgés et occupent une position supérieure avec de meilleures conditions de travail.

Hammen et deMayo (1982) ont étudié la détresse psychologique selon une autre tangente. En fait, ils se sont concentrés sur une dimension spécifique de la détresse soit la dépression. Le but de leur recherche est de décrire systématiquement la prévalence des symptômes de dépression chez les enseignants qui travaillent dans un environnement de travail stressant. Afin de comprendre quels aspects psychologiques sont associés avec les symptômes de dépression, ils ont utilisé une approche théorique cognitive. Ils voulaient voir si la théorie reformulée de l'impuissance acquise s'appliquait à ce cas. Les participants à cette étude par questionnaire sont tous des enseignants au niveau secondaire dans la ville de Los Angeles (N = 75). Au point de vue descriptif, 76% des enseignants vivaient un stress modéré ou grand et 20% vivaient un stress insoutenable. Parmi les 15 enseignants vivant un tel stress, six ont rencontré les

critères de la dépression majeure et neuf ceux de la dépression mineure. Hammen et deMayo ont trouvé une forte corrélation entre le niveau de stress et les symptômes de dépression. Ces symptômes de dépression n'étaient pas associés avec le blâme de soi-même, ce qui contredit le modèle reformulé de l'impuissance acquise (Abramson, Seligman et Teasdale, 1978), lequel place l'emphase sur les cognitions des causes globales, stables et internes comme étant des antécédents à la dépression. Plutôt, les résultats étaient en lien avec le modèle de demandes-contrôle de Karasek (1979) puisque l'aspect de la cognition qui était corrélé le plus puissamment avec la dépression était la croyance des enseignants qu'ils ont, et que les autres ont, peu de contrôle sur les facteurs inchangeables qui produisent du stress. En d'autres mots, l'expérience commune du manque de contrôle sur des solutions à certains problèmes (étudiants à problèmes, décisions administratives, soutien parental et public inadéquat, formation insuffisante, ...), sans égard à leurs causes, représentait la dimension psychologique clé associée aux symptômes dépressifs.

De leur côté, Kyriacou et Pratt (1985) ont passé un questionnaire à 127 enseignants du nord de l'Angleterre afin d'obtenir des résultats leur permettant de comprendre les relations entre le stress perçu par les enseignants et leur santé mentale déficiente. Tout comme Fletcher et Payne (1982), ils ont utilisé le *Middlesex Hospital Questionnaire* pour évaluer l'état de la santé mentale des participants. Comme nous l'avons mentionné, ce questionnaire mesure divers aspects de l'état psychoneurotique dont la dépression et l'anxiété qui sont des dimensions de la détresse psychologique. Le stress, quant à lui, s'exprimait en terme d'incapacité de se relaxer après une journée de travail, de ressentir une forte tension, d'être émotionnellement et physiquement vidé à la fin d'une journée d'école et d'avoir de la difficulté à dormir. Les résultats obtenus illustrent une corrélation considérable entre les indicateurs de stress et la santé mentale déficiente. En fait, onze des douze corrélations étaient significatives. Les effets les plus fréquents du stress sont : l'incapacité de relaxer après le travail, ressentir de fortes tensions, être physiquement et émotionnellement épuisé à la fin de la journée de travail, l'insomnie. Les raisons les plus souvent mentionnées qui expliqueraient le bas niveau de stress sont : beaucoup d'expérience dans l'enseignement, avoir une personnalité stable

ou la capacité de s'adapter, avoir une bonne vie familiale, être bien préparé, être chrétien. Par ailleurs, les raisons données qui expliquent la présence de stress sont la propension à s'inquiéter, à insister sur les standards, être trop consciencieux. Finalement, les associations les plus puissantes sont entre le stress et l'anxiété, les plaintes somatiques et les symptômes de dépression.

Les chercheurs Punch et Tuettemann de l'University of Western Australia ont effectué en 1990 une enquête par questionnaire sur la détresse psychologique auprès de cinq cent soixante-quatorze enseignants, à temps plein, de l'ouest de l'Australie. La détresse psychologique a été évaluée à l'aide du GHQ (*General Health Questionnaire*), ce dernier permettant de déterminer la probabilité, pour un individu, de souffrir de détresse psychologique. Les résultats obtenus grâce à ce questionnaire auprès des enseignants de cette recherche, montrent que ces derniers ont un niveau de détresse psychologique considérablement plus haut que celui la population générale. Les données recueillies leur ont permis d'effectuer de nombreuses analyses et d'obtenir plusieurs résultats intéressants qu'ils ont fait connaître à travers plusieurs articles scientifiques. Nous allons discuter des résultats présentés dans trois de ces articles dans les paragraphes suivants.

L'article de Punch et Tuettemann en 1990 traite des différents facteurs reliés à l'école qui sont susceptibles d'être associés à la détresse psychologique. Leur analyse est fondée sur l'hypothèse que la façon dont l'individu fait face aux stress perçus est influencée par la perception de sa valeur en tant qu'individu. Dans un premier temps, le lien entre différentes variables et la détresse psychologique a été observé. Ils ont découvert que 15% de la variance de la détresse psychologique pouvait être expliqué par neuf variables indépendantes. L'accès inadéquat aux installations, la mauvaise conduite des étudiants, les attentes excessives de la société, l'intrusion du travail dans la vie personnelle et la charge de travail totale sont tous des stressseurs positivement corrélés à la détresse psychologique. L'influence/l'autonomie, l'efficacité/la réalisation, le soutien des collègues et les éloges/reconnaissance sont des facteurs négativement corrélés à la détresse psychologique. Toutes ces corrélations étaient plus fortes pour les femmes que

pour les hommes. Ainsi, tant les stressseurs que les 'déstresseurs' étaient de meilleurs indicateurs de la détresse pour les femmes que chez les hommes, puisque chez les femmes ces facteurs expliquaient 29% de la variance de la détresse contre seulement 10% chez les hommes. Enfin, les relations entre les variables indépendantes et la variable dépendante étaient différentes selon le sexe de l'enseignant. Les différences les plus marquantes concernaient le soutien des collègues et les attentes excessives de la société. Pour les hommes, un soutien inadéquat était très stressant lorsqu'ils étaient placés en situations potentiellement stressantes, et à l'inverse, le soutien adéquat était un 'déstresseur' important. Tandis que pour les femmes le soutien inadéquat des collègues était relié à la détresse dans seulement deux cas ; lorsqu'il y avait des attentes excessives de la société et lorsqu'il y avait intrusion du travail dans la vie personnelle. Ainsi un soutien adéquat était efficace dans beaucoup plus de situations chez les hommes que chez les femmes. Un autre résultat intéressant était la réaction différente des enseignants, selon leur sexe, aux éloges et à la reconnaissance, ce facteur étant plus important pour les femmes que les hommes.

L'article de Punch et Tuettemann de 1991 vise à identifier l'effet cumulé des facteurs de stress sur la probabilité de souffrir de détresse psychologique pour les enseignants. Ils ont découvert que les enseignants qui rapportaient un haut niveau de stress étaient à haut risque de souffrir de détresse psychologique reliée à l'école. Les résultats montrent que les enseignants exposés à aucun stressseur n'étaient pas plus sujets à souffrir de détresse psychologique que la population générale. Le niveau de stress augmentait avec le nombre de stressseurs perçus, augmentant de ce fait les risques de détresse psychologique. Ainsi, au moins la moitié des enseignants percevant quatre stressseurs ou plus avaient significativement plus de probabilités de souffrir de détresse psychologique. Cela était vrai tant pour les hommes que pour les femmes.

Enfin, Tuettemann et Punch (1992), se sont intéressés au lien entre la perception du niveau d'influence et d'efficacité et la détresse psychologique. Pour ce faire, ils ont étudié l'effet de six facteurs sur la détresse psychologique. Quatre facteurs sont considérés comme stressseurs soient : l'accès inadéquat aux installations, la mauvaise

conduite des étudiants, les attentes excessives de la société, l'intrusion du travail dans la vie personnelle ; et les deux autres sont des 'déstresseurs' : l'influence/l'autonomie, l'efficacité/la réalisation. Les données utilisées dans cette étude sont celles recueillies auprès des enseignants à l'aide de leur enquête réalisée précédemment (N = 574). Ils ont découvert que les quatre stresseurs étaient corrélés positivement avec la détresse psychologique tandis que les deux 'déstresseurs' étaient corrélés négativement avec la détresse psychologique. Trois points intéressants ressortent de l'analyse des résultats. Tout d'abord, si l'influence et l'efficacité diminuent tous deux la détresse, l'efficacité le fait de façon plus claire, c'est-à-dire que son effet est présent tant chez les femmes que chez les hommes, tandis que l'influence semble diminuer la détresse psychologique plus chez les femmes que chez les hommes. Ensuite, les attentes excessives de la société sont moins clairement améliorées par l'influence et l'efficacité que les trois autres stresseurs (l'accès inadéquat aux installations, la mauvaise conduite des étudiants et l'intrusion du travail dans la vie personnelle). Les auteurs suggèrent que cela puisse être dû au fait qu'il est plus facile de riposter aux trois derniers stresseurs qu'au fait de croire que la société s'attend à beaucoup d'eux. En terminant, les résultats des corrélations illustrent, de façon constante, des relations entre la détresse et les autres variables plus fortes chez les femmes que chez les hommes.

Finalement, les liens entre le stress professionnel, les symptômes dépressifs et psychophysiologiques et le moral ont été investigués par Schonfeld (1989). Ce qui nous intéresse plus particulièrement sont les symptômes dépressifs, puisque la dépression est une des quatre dimensions de la détresse psychologique et les symptômes psychophysiologiques, qui mesurent la détresse psychologique non-spécifique. Les participants à cette étude par questionnaire étaient des enseignants de la ville de New York (N = 67). Dans un premier temps, il a trouvé que le résultat moyen des participants au CES-D (*Center for Epidemiologic Studies Depression Scale*; mesure les symptômes dépressifs) était, de façon significative, plus grand que celui de la population générale. À l'aide d'analyses de régression, il a découvert que le niveau de tension au travail était relié de façon plus consistante avec les symptômes dépressifs et les variables morales négatives (démotivation et insatisfaction au travail). Il a aussi analysé le lien entre

différentes variables sociodémographiques et les symptômes de détresse psychologique (âge, sexe, état civil, race, classe sociale d'origine), aucune ne s'est avérée significativement reliée aux symptômes.

#### **b) L'effet du soutien social et des stratégies de défenses sur la détresse psychologique**

Irvin Sam Schonfeld s'est intéressé à l'effet du soutien social et des stratégies de défenses sur la détresse psychologique sur les enseignants spécifiquement. Dans son article intitulé *Coping with job-related stress: The case of teachers*, (Schonfeld, 1989), réalisé à partir de la recherche décrite plus haut auprès d'enseignants de la ville de New York (N = 67), il n'a trouvé aucun support à l'hypothèse qui énonce que le soutien des collègues amorti l'impact de la tension professionnelle sur les symptômes de détresse psychologique. En d'autres termes, le soutien des collègues n'agit pas comme variable modératrice dans la relation entre les stressors du travail et la détresse psychologique. Par contre, le soutien des collègues était relié à un niveau inférieur de symptômes de détresse psychologique et à un moral supérieur au travail, le soutien agissant ici comme variable indépendante.

Puis, Schonfeld (1990) a écrit un deuxième article réalisé à partir de la recherche décrite plus haut auprès d'enseignants de la ville de New York (N = 67, et portant sur les différents types de défenses utilisées pour faire face aux troubles de la santé mentale. Schonfeld avait identifié cinq types de défenses soit : la recherche de conseils, l'ignorance sélective, la comparaison positive, l'utilisation de discipline et l'action positive directe. Une corrélation significative a été observée entre les symptômes de dépression et la recherche de conseil, la comparaison positive, la discipline et l'action directe. Il est à noter que la dépression est une des dimensions de la détresse psychologique, c'est pourquoi ces résultats sont intéressants pour notre étude. Les analyses de régression montrent que la recherche de conseil et l'action directe sont les deux types de défense les plus cohérents avec les symptômes faibles de dépression, elles

sont donc considérées comme variables indépendantes. L'ignorance sélective semble être le type qui amorti l'impact de l'adversité environnementale sur les symptômes de dépression, elle est considérée comme une variable modératrice.

Finalement, le soutien social et les façons de faire face au stress chez les femmes qui étaient à leur première année d'enseignement a été investigué (Schonfeld, 2001). Pour ce faire, cent quatre-vingt-quatre enseignantes ont participé à cette étude longitudinale. Parmi les facteurs qui influencent les symptômes de dépression (dimension de la détresse psychologique), au printemps, on retrouve le soutien social et, à l'automne, l'adversité (c'est-à-dire l'ensemble des stressseurs auxquels doivent faire face les enseignants) présente dans l'environnement. En fait, le soutien provenant de l'extérieur du travail était directement relié à l'amélioration future des symptômes et de l'estime de soi. Le soutien provenant des supérieurs et des collègues est quant à lui directement relié à la satisfaction au travail futur.

Schonfeld n'est pas le seul chercheur à s'être intéressé aux stratégies de défenses utilisées par les enseignants. En 1998, Chan a investigué l'efficacité des stratégies dont les enseignants se servent pour faire face à la détresse psychologique. Quatre cent douze enseignants (de niveau secondaire) travaillant à Hong Kong ont participé à la recherche en répondant à un questionnaire. Il a évalué la détresse psychologique selon cinq dimensions symptomatiques soit la dysphorie, la préoccupation de la santé, l'anxiété, les problèmes de sommeil et les idées suicidaires. Quatre stratégies utilisées pour faire face aux problèmes ont été identifiées ; la résolution de problème rationnelle, la recherche de soutien ou ventilation, la distanciation résignée et l'espérance passive. Les résultats montrent que les stressseurs professionnels (mauvaise direction du travail, pauvre gestion de l'école, gestion des comportements des étudiants, charge de travail et contraintes de temps, et mauvaises relations interpersonnelles au travail) étaient reliés significativement à la détresse psychologique. Cela concorde avec les résultats de Fletcher et Payne (1982) et Kyriacou et Pratt (1985). Cette relation entre le stress et la détresse était considérablement réduite lorsque des stratégies de défense étaient impliquées. Cela indique donc que les stratégies utilisées pour faire face aux difficultés

peuvent influencer les effets des stressseurs sur la détresse psychologique. Il est donc possible de concevoir les stratégies de coping comme des variables modératrices atténuant l'effet des stressseurs sur la détresse.

### 1.3 SYNTHÈSE DE L'ÉTAT DES CONNAISSANCES

Cette section rappelle les éléments importants des parties précédentes. En fait, nous allons discuter des définitions et dimensions primordiales de la détresse psychologique, des facteurs professionnels qui ont un effet sur le trouble de la santé mentale et des facteurs sociodémographiques et hors travail que nous devons considérer dans notre étude.

Le concept de détresse psychologique, tel qu'utilisé dans les modèles de Karasek et Theorell (1990), Siegrist (1996) et Vézina et al. (1992), peut être défini par l'ensemble des manifestations d'une tension psychique causé par différents facteurs externes. Si ces trois modèles cherchent à mesurer la détresse psychologique résultant de certains facteurs professionnels à l'aide du niveau de tension psychique et des manifestations de dépression, d'anxiété, et de fatigue temporaire, chacun est à la recherche d'éléments bien précis. Karasek et Theorell (1990) considèrent que l'anxiété, la fatigue, la dépression et les troubles psychiques sont les principales manifestations des tensions psychologiques. Siegrist (1996) prétend que les expériences stressantes entraînent un état de détresse émotionnelle, qui peut causer l'excitation du système nerveux autonome et des réactions de tensions y étant associées. Finalement, Vézina et al. (1992) estiment que la détérioration de la santé mentale s'effectue en trois phases. La détresse psychologique est plutôt associée à la première phase de ce processus, la phase de réactions psycho-physiologiques et comportementales. Cette étape est caractérisée par certaines réactions de l'organisme utilisées comme mécanismes de défense ou encore pour de la récupération physique ou psychologique d'un individu ayant été exposé à des situations de travail néfastes. Si la détresse psychologique n'est pas traitée,

le processus passera à la phase suivante soit au stade des pathologies réversibles, puis passera à la phase trois qui est représentée par la présence de pathologies irréversibles.

Différentes dimensions ont été rattachées à la détresse psychologique, par contre, nous observons que de manière générale les auteurs ont recours aux mêmes dimensions. **Les réactions dépressives** sont une des dimensions les plus souvent utilisées, comme ce fut le cas dans les études de Marchand et al. (2000), Mausner-Dorsh et Eaton (2000), Fuhrer et al. (1999), Van Der Doef et al. (1999b), Frese (1999), Stansfeld et al. (1998), Niedhammer et Gold (1998), Roxburgh (1996), et Turner et al. (1995). D'autres dimensions souvent considérées sont **l'anxiété** (Fuhrer et Stansfeld, 2002; Marchand et al. 2000; Frese, 1999; Fuhrer et al., 1999; Van Der Doef et al. 1999b; Niedhammer et al. 1998; Roxburgh, 1996), **l'irritabilité à la tension** (Marchand et al., 2000; Frese, 1999) et finalement **les symptômes physiques et psychosomatiques** tels que la fatigue et la baisse des facultés intellectuelles (de Jonge et al., 2000a; de Jonge et al. 2000b; Frese, 1999; Jex et Bliese, 1999; Wilkins et Beaudet, 1998).

**L'épuisement professionnel** est aussi un sujet qui a été fréquemment exploré dans la littérature. Nous savons que ce dernier comporte trois dimensions : l'épuisement émotionnel, la dépersonnalisation et le manque du sentiment d'accomplissement personnel. Cette première dimension de l'épuisement émotionnel présente beaucoup de similitudes avec la détresse psychologique, c'est pourquoi nous considérons les auteurs qui ciblaient cette dimension comme ayant étudié indirectement la détresse psychologique (de Jonge et al., 2000a; de Jonge et al. 2000b; Sargent et Terry, 2000). **Le stress** est aussi souvent considéré comme un indicateur important des troubles de la santé mentale (Pelfrenet et al., 2001; Schechter et al., 1997).

Afin d'identifier un trouble de la santé mentale, certains auteurs utilisent des symptômes qui peuvent y être associés, tels **la satisfaction au travail** (de Jonge et al. 2000a; Pelfrenet et al., 2001; Sargent et Terry, 2000; Jex et Bliese, 1999), **la performance au travail** (Sargent et Terry, 2000), **l'engagement organisationnel** (Jex et Bliese, 1999) et **l'absentéisme** (Fuhrer et al., 2002).

Finalement, le tableau qui suit (tableau I) présente les différents facteurs sociodémographiques, facteurs hors travail et facteurs professionnels dont diverses études ont montré empiriquement un effet sur la détresse psychologique en général. Le tableau II (page 35) cible plutôt les facteurs qui ont un lien avec la détresse psychologique chez les enseignants.

TABLEAU I : Tableau synthèse de la littérature sur la détresse psychologique en générale

FACTEURS	EFFETS DOCUMENTÉS	AUTEURS
<b>FACTEURS SOCIODÉMOGRAPHIQUES &amp; HORS TRAVAIL</b>		
Sexe	En général, les <b>femmes</b> présentent un niveau de détresse psychologique plus élevé que les hommes.	Bourbonais et al., 1996; Brisson et al., 2001; Fuhrer et al., 1999; Griffin et al., 2002; Marchand et al., 2000) ; Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; McDonough, 2000 ; Roxburgh, 1996 ; Vermulen et Mustard, 2000.
État Civil	Ne pas avoir de conjoint(e) <b>augmente</b> la détresse psychologique.	Arber, 1991 ; Fuhrer et al., 1999; Griffin et al., 2002; Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; McDonough, 2000 ; Niedhammer et Gold, 1998 ; Turner et al., 1995.
Nombre d'enfants mineurs dans le ménage	Ne pas avoir d'enfants <b>augmente</b> la détresse psychologique chez les femmes.	Arber, 1991
Âge	L'âge est relié <b>négalement</b> à la détresse psychologique.	Fuhrer et al., 1999; Hemingway et al., 1997; Marchand et al., 2000) ; Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; McDonough, 2000 ; Turner et al., 1995; Vermulen et Mustard, 2000 ; Williams et Collins, 1995.
Race	Les individus de <b>race noire</b> présentent plus de détresse psychologique.	Taylor et Repetti, 1997.

Niveau professionnel (position hiérarchique)	Il est relié <b>négativement</b> à la détresse psychologique.	Bourbonais et al., 1996; Brisson et al., 2001; Fuhrer et Stansfeld, 2002; Griffin et al., 2002; Hemingway et al., 1997; Karasek, 1979; Niedhammer et al., 2000; Pelfrenet et al., 2001; Schrijvers et al. 1998; Taylor et Repetti, 1997; Vermulen et Mustard, 2000 ; Williams et Collins, 1995.
Revenu	Le niveau de revenu est relié <b>négativement</b> à la détresse psychologique.	McDonough, 2000 ; Vermulen et Mustard, 2000 ; Williams et Collins, 1995.
Contrôle exercé à la maison (faible)  Habilité à remplir les obligations familiales et à contrer les stressseurs journaliers (faible)	<b>Augmente</b> la détresse psychologique.	Griffin et al., 2002.
Événements de vie stressants	<b>Augmente</b> la détresse psychologique.	Stansfeld et al., 1998; Turner et al., 1995; Wilkins et Beudet, 1998.
Support social hors travail	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Bourbonais et al., 1996; Stansfeld et al., 1998.
<b>FACTEURS PROFESSIONNELS</b>		
Demandes psychologiques au travail (élevées)	<b>Augmente</b> la détresse psychologique.	Bourbonais et al., 1996; de Jonge et al., 2000a; de Jonge et al., 2000b; Jex et Bliese, 1999; Karasek, 1979; Karasek et Theorell, 1990; Loscocco et Spitze, 1990; Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; McDonough, 2000 ; Niedhammer et al., 1998 ; Niedhammer et Gold, 1998 ; Pelfrenet et al., 2001 ; Roxburgh, 1996 ; Sargent et Terry, 2000 ; Schechter et al., 1998 ; Shigemi et al., 1997; Stansfeld et al., 1999 ; Van Der Doef et al., 1999a; Van Der Doef et al., 1999b; Vermulen et Mustard, 2000 ; Wilkins et Beudet, 1998.
Demandes physiques au travail (élevées)	<b>Augmente</b> la détresse psychologique.	Jex et Bliese, 1999.

Latitude décisionnelle (élevée) (usage discrétionnaire des compétences et autorité décisionnelle)	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Bourbonais et al., 1996; de Jonge et al., 2000a; de Jonge et al., 2000b; Griffin et al., 2002; Karasek, 1979; Karasek et Theorell, 1990; Loscocco et Spitze, 1990; Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; McDonough, 2000 ; Niedhammer et Gold, 1998 ; Pelfrenet et al., 2001 ; Sargent et Terry, 2000 ; Schechter et al., 1998 ; Schrijvers et al., 1998 ; Stansfeld et al., 1999 ; Van Der Doef et al., 1999a; Van Der Doef et al., 1999b; Vermulen et Mustard, 2000 ; Wilkins et Beaudet, 1998.
Support social au travail (élevé)	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Cohen et Wills, 1985; Fuhrer et Stansfeld, 2002; Fuhrer et al., 1999; Loscocco et Spitze, 1990; Niedhammer et Gold, 1998 ; Pelfrenet et al., 2001 ; Taylor et Repetti, 1997; Van Der Doef et al., 1999a; Van Der Doef et al., 1999b; Vézina et al., 1992 ; Wilkins et Beaudet, 1998.
Support social au travail (élevé)	<b>Effet modérateur</b> sur la relation entre les stressseurs au travail et la détresse psychologique.	Frese, 1999 ; Karasek et Theorell, 1990; Roxburgh, 1996 ; Sargent et Terry, 2000 ; Stansfeld et al., 1999 ; Van Der Doef et al., 1999a; Vermulen et Mustard, 2000.
Insécurité d'emploi	<b>Augmente</b> la détresse psychologique.	McDonough, 2000 ; Taylor et Repetti, 1997; Wilkins et Beaudet, 1998.
Horaire de travail (nuit, alternant)	<b>Augmente</b> la détresse psychologique.	Marchand et al., 2000 ; Vézina et al., 1992.
Longues heures de travail	<b>Augmente</b> la détresse psychologique.	Spurgeon et al., 1997.
Conditions de travail dangereuses	<b>Augmente</b> la détresse psychologique.	Schrijvers et al., 1998.
Récompenses intrinsèques au travail	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	de Jonde et al., 2000A ; Jex et Bliese, 1999; Siegrist, 1996; Stansfeld et al., 1999.
Perception d'efficacité individuelle	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Jex et Bliese, 1999.

TABLEAU II : Tableau synthèse de la littérature sur la détresse psychologique chez les enseignants

FACTEURS	EFFETS DOCUMENTÉS	AUTEURS
Soutien social hors travail	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Chan, 2002 ; Finlay-Jones, 1986 ; Griffith et al., 1999 ; Leung et al., 2000; Punch et Tuettemann, 1990; Schonfeld, 2001.
Soutien social au travail	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Finlay-Jones, 1986 ; Fletcher et Payne, 1982.
Soutien social au travail	Pas de lien avec la détresse psychologique	Schonfeld, 1989.
Latitude décisionnelle	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Fletcher et Payne, 1982; Hammen et deMayo, 1982; Tuettemann et Punch, 1992.
Sexe	En général, les <b>femmes</b> présentent un niveau de détresse psychologique plus élevé que les hommes.	Punch et Tuttemann, 1990.
Suffisance du revenu	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Leung et al., 2000.
État civil	Les <b>célibataires</b> souffrent plus de détresse psychologique.	Leung et al., 2000.
Stratégies utilisées pour contrer le stress	<b>Diminue</b> la détresse psychologique.	Chan, 1998; Schonfeld, 1990.
Demandes faites individuellement par les enfants	Contribue à l' <b>augmentation</b> de la détresse psychologique.	Finlay-Jones, 1986 ; Fletcher et Payne, 1982; Punch et Tuettemann, 1990; Tuettemann et Punch, 1992.
Contrainte de temps (manque)	Contribue à l' <b>augmentation</b> de la détresse psychologique.	Finlay-Jones, 1986 ; Fletcher et Payne, 1982; Punch et Tuettemann, 1990.
Besoin d'être constamment créatif	Contribue à l' <b>augmentation</b> de la détresse psychologique.	Fletcher et Payne, 1982.

## CHAPITRE 2

### CONCEPTUALISATION ET HYPOTHÈSES

Ce deuxième chapitre présente les éléments qui nous ont servi à conceptualiser notre recherche, et à émettre certaines hypothèses. Ainsi, dans un premier temps, nous exposerons la problématique. Ensuite, nous présenterons (textuellement et sous forme de schéma) le modèle conceptuel ; donc, les différentes variables que nous allons observer et analyser. Enfin, c'est aussi dans cette section que seront mentionnées nos diverses hypothèses de recherche.

#### **2.1 LA PROBLÉMATIQUE**

Comme nous l'avons spécifié précédemment, notre question de départ est reliée à un problème important des relations industrielles ; il y a de plus en plus de détresse psychologique engendrée par le travail. Les conséquences de ce trouble de santé mentale peuvent s'observer en termes de coûts pour les individus, les entreprises et même la société. Afin d'en connaître plus sur ce problème, plusieurs chercheurs l'ont étudié. Plusieurs auteurs se sont même intéressés à la détresse psychologique en lien avec une profession précise. C'est dans cet ordre d'idée que quelques chercheurs se sont intéressés spécifiquement au groupe des enseignants. Certains modèles théoriques ont été créés dans le but de comprendre et d'expliquer la détresse psychologique. Deux de ces modèles ont été particulièrement repris et évalués, ce sont les modèles demandes-contrôle (Karasek, 1979 ; et avec l'ajout du support social, Karasek et Theorell, 1990) et déséquilibre efforts-récompenses (Siegrist, 1996). Nous avons aussi discuté d'un troisième, le modèle intégrateur (Vézina et al., 1992), qui, même s'il n'a encore jamais été vérifié empiriquement, est tout aussi intéressant puisqu'il englobe les deux modèles discutés précédemment. En fait, notre modèle conceptuel est inspiré de ce dernier

modèle intégrateur, c'est pourquoi nous allons aborder les variables indépendantes en terme de facteurs de risque et facteurs de protection.

L'Enquête sociale et de santé du Québec (1998) a permis de recueillir de nombreuses données, dont plusieurs sur des facteurs professionnels considérés dans la littérature comme facteurs de risque et de protection de la détresse psychologique. Comme nous utilisons les données de l'Enquête sociale et de santé du Québec (1998), nous serons en mesure d'évaluer de nombreuses caractéristiques du travail des enseignants du Québec et de les mettre en relation avec la présence de détresse psychologique. Nous pourrions ainsi faire ressortir quelques facteurs de risque et de protection propres aux enseignants, ce qui permettra peut-être d'améliorer leur santé mentale.

## **2.2 LE MODÈLE CONCEPTUEL DE LA RECHERCHE**

### **2.2.1 MODÈLE CONCEPTUEL**

Le sujet que nous avons choisi d'étudier est celui de la détresse psychologique, c'est pourquoi celle-ci est notre variable dépendante. Comme nous le mentionnions précédemment, la détresse psychologique a souvent été étudiée dans un contexte professionnel. Certaines études ont même trouvé que les enseignants avaient plus de risques, que la population en générale, de souffrir de détresse psychologique (Finlay-Jones, 1986 ; Schonfeld, 1990). C'est pourquoi nous allons restreindre notre recherche à la détresse psychologique chez les enseignants.

Vézina et al. (1992) ont abordé les variables indépendantes en les catégorisant en deux catégories : les facteurs de risques définis comme étant « [...] différents facteurs liés à l'organisation et à l'environnement de travail susceptibles de porter atteinte à la santé mentale des personnes exposées. » (Vézina et al., 1992, p.58), et les facteurs de protections, « [...] facteurs liés à l'organisation du travail qui peuvent diminuer cette

tension psychique ou nerveuse » (Vézina et al., 1992, p. 61). Nous allons discuter en premier lieu des facteurs de risque liés au travail. Plusieurs facteurs professionnels étaient disponibles dans la base de données que nous utilisons, ce qui nous a permis d'en identifier quelques-uns qui semblent particulièrement relié à la détresse psychologique selon l'état actuel des connaissances.

Parmi les facteurs de risques, le concept de demandes psychologiques de travail a été largement étudié, de Jonge et al. (2000) ont consacré une partie non-négligeable de leur revue de littérature à ce concept précisément. Des liens ont aussi été trouvés entre les demandes de travail et la santé (Finlay-Jones, 1986 ; Fletcher et Payne, 1982; Punch et Tuettemann, 1990; Tuettemann et Punch, 1992). Ces demandes se résumaient souvent aux demandes engendrées par les étudiants. Cependant, les contraintes de temps et le manque de temps sont aussi des facteurs souvent associés à la détresse psychologique (Finlay-Jones, 1986 ; Fletcher et Payne, 1982; Punch et Tuettemann, 1990). Quant à l'irrégularité de l'horaire de travail, nous considérons que ce facteur fait partie des efforts de nature extrinsèque tel qu'expliqué par Siegrist (1996). Dans l'explication de son modèle de déséquilibre efforts-récompenses il mentionne que les efforts, s'ils ne sont pas accompagnés de récompenses appropriées, créent un stress supplémentaire pour le travailleur. Nous allons aussi considérer le statut d'emploi comme étant un facteur de risque. Dionne-Proulx (1995) rapporte que certaines études ont découvert une relation entre le stress vécu par les enseignants et le statut d'emploi. La présence de violence au travail est aussi un facteur important associé à la détresse psychologique chez les enseignants (Finlay-Jones, 1986 ; Schonfeld, 1990 ). Enfin, la pression du public, exprimée en terme d'attitude critique de la communauté envers les enseignants, a aussi été liée à la détresse psychologique (Finlay-Jones, 1986). Ainsi, à partir des données disponibles dans l'Enquête sociale et de santé du Québec (1998) et des liens significatifs présentés dans les recherches empiriques nous justifions l'inclusion à notre recherche des facteurs de risque professionnels suivant : les demandes psychologiques du travail, le nombre d'heures travaillées, l'irrégularité de l'horaire de travail, le statut d'emploi, la présence de violence au travail et de pressions du public.

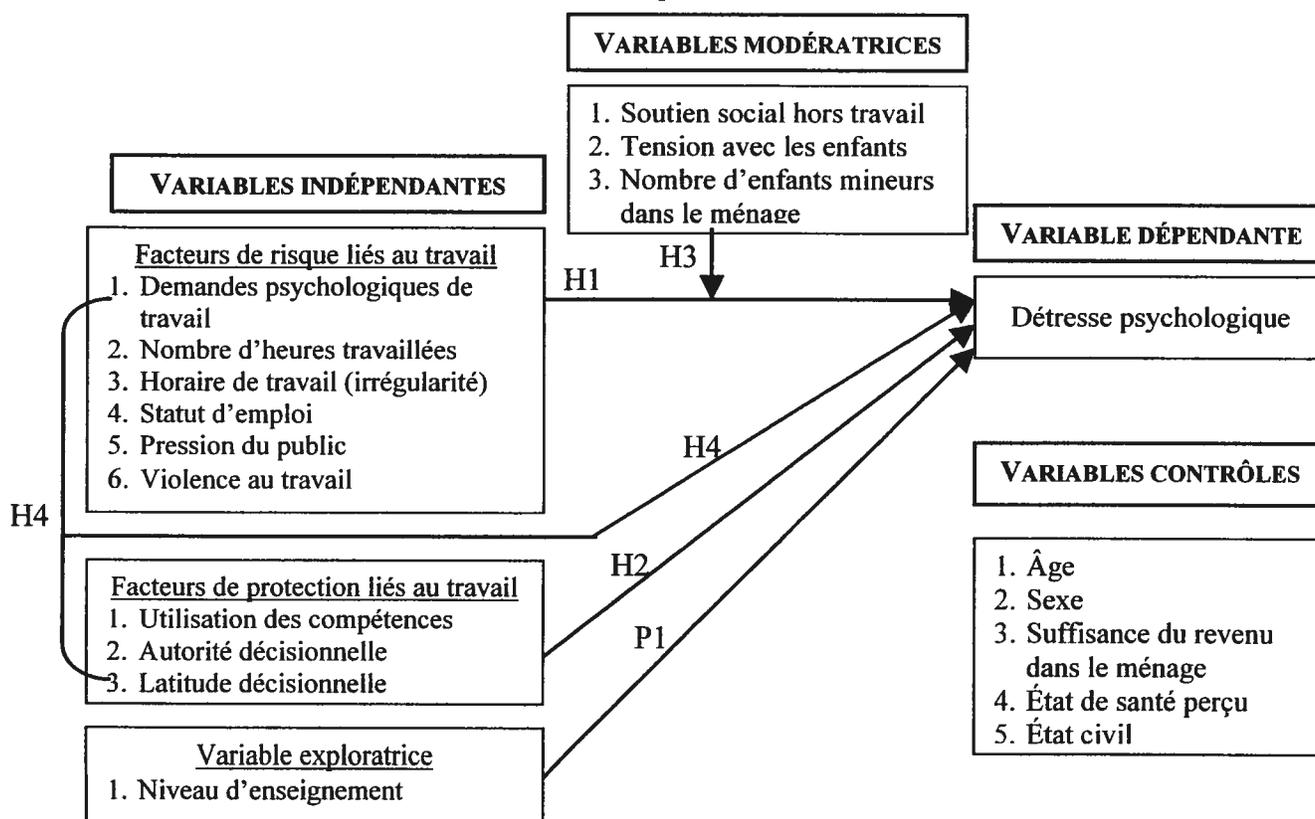
Les données de l'enquête nous permettent d'identifier trois facteurs de protection de nature professionnelle soit l'utilisation des compétences, l'autorité décisionnelle et la latitude décisionnelle. Ce dernier facteur est en fait tout simplement une combinaison des deux précédents. Ceux-ci sont partis intégrantes du modèle demandes-contrôle de Karasek (1979). Ce modèle a été testé à maintes reprises et semble être encore aujourd'hui un modèle valide. L'utilisation des compétences et l'autorité décisionnelle sont des facteurs qui ont souvent été reliés à la santé mentale (Siegrist, 1996 ; Karasek, 1979 ; Karasek et Theorell, 1990 ; Fletcher et Payne, 1982; Hammen et deMayo, 1982; Tuettemann et Punch, 1992). Certains auteurs ont considéré ces facteurs de protection comme étant des variables modératrices (Vézina et al., 1992). Nous avons plutôt choisi de les considérer comme des variables indépendantes afin d'analyser séparément l'effet direct de ces facteurs sur la détresse psychologique. De plus, nous allons pouvoir analyser l'interaction entre les demandes psychologiques de travail et la latitude décisionnelle, ce qui nous permettra de tester le modèle de Karasek et Theorell (1990).

Le soutien social au travail est aussi un facteur de protection qui a été largement documenté précédemment, cependant, aucune mesure de ce dernier n'est disponible dans la base de données à laquelle nous avons accès. Par contre, le soutien social hors travail est lui aussi reconnu comme étant relié à la détresse psychologique (Chan, 2002 ; Finlay-Jones, 1986 ; Griffith et al., 1999 ; Leung et al., 2000; Punch et Tuettemann, 1990; Schonfeld, 2001) et des données sur ce concept ont été recueillies lors de l'Enquête sociale et de santé du Québec. Si le soutien de la famille aide à avoir une meilleure santé mentale, l'inverse est vrai aussi. C'est pourquoi nous allons tenir compte aussi de la tension vécue avec les enfants. Dans cet ordre d'idée, le nombre d'enfants peut aussi avoir un effet sur la tension et le support ressentis par l'individu. Nous allons donc considérer ces différents concepts comme des variables modératrices pouvant modifier la force de la relation entre les facteurs de risque et la détresse psychologique. Notre choix de considérer ces facteurs hors travail comme variables modératrices découlent de notre question de recherche qui s'intéresse prioritairement aux facteurs professionnels expliquant la détresse psychologique des enseignants.

Comme nous savons que les exigences de travail sont différentes pour les enseignants du primaire, ceux du secondaire, et ceux du post-secondaire, nous croyons qu'il serait pertinent d'analyser le lien entre la détresse psychologique et le niveau d'enseignement. Il serait intéressant de voir si un certain niveau d'enseignement est plus néfaste pour la santé mentale des enseignants que les autres.

Finalement, comme nous utilisons des données secondaires, nous avons à notre disposition plusieurs variables que nous pourrions contrôler. L'âge (Dionne-Proulx, 1995 ; Leung, 2000), le sexe (Leung, 2000), la suffisance du revenu (Leung, 2000), l'état de santé perçu (Schweizer et Döbrich, 2003) et l'état civil (Leung, 2000) sont toutes des variables ayant un effet sur la détresse psychologique montré par diverses études, d'où la nécessité pour nous de les contrôler afin de neutraliser ces effets potentiellement confondants dans le cadre de notre étude qui porte spécifiquement sur l'effet des facteurs professionnels. La figure 4 présente de façon schématique le modèle conceptuel de notre recherche.

FIGURE 4 : Schéma du modèle conceptuel



## 2.2.2 HYPOTHÈSES DE RECHERCHE

Les hypothèses de notre recherche se formulent comme suit :

- H1 : Les facteurs de risque liés au travail, soit des demandes psychologiques de travail, le nombre d'heures travaillées, l'irrégularité de l'horaire de travail, le statut d'emploi, la pression du public et la violence au travail sont reliés positivement à la détresse psychologique chez les enseignants.
- H2 : Les facteurs de protection liés au travail, soient l'utilisation des compétences, l'autorité décisionnelle et la latitude décisionnelle, sont reliés négativement à la détresse psychologique chez les enseignants.
- H3 : Le soutien social hors travail, la tension avec les enfants et le nombre d'enfants mineurs dans le ménage modèrent la relation entre les facteurs de risque liés au travail et la détresse psychologique chez les enseignants.
- H3.1 : Le soutien social hors travail atténue la relation entre les facteurs de risque liés au travail et la détresse psychologique chez les enseignants.
- H3.2 : La tension avec les enfants renforce la relation entre les facteurs de risque liés au travail et la détresse psychologique chez les enseignants.
- H3.3 : Le nombre d'enfants mineurs dans le ménage renforce la relation entre les facteurs de risque liés au travail et la détresse psychologique chez les enseignants.
- H4 : L'interaction entre les demandes psychologiques de travail et la latitude décisionnelle (utilisation des compétences et autorité décisionnelle) est associée à la détresse psychologique.
- P1 : Le niveau d'enseignement peut être relié à la détresse psychologique des enseignants.

## CHAPITRE 3

### OPÉRATIONNALISATION ET MÉTHODOLOGIE

Dans ce chapitre seront présentés les divers aspects méthodologiques de notre recherche. Tout d'abord, nous arborerons le modèle opératoire sous forme de tableau. Ensuite nous exposerons notre plan d'observation. Finalement, nous discuterons de notre plan d'analyse c'est-à-dire des analyses que nous prévoyons faire afin de tester nos hypothèses.

#### 3.1 MODÈLE OPÉRATOIRE

Comme nous travaillons à partir de données secondaires, notre modèle opératoire est basé sur les définitions des concepts utilisés par les spécialistes qui ont réalisé les questionnaires. Le tableau III présente le modèle opératoire de notre recherche. Il est composé des principaux concepts et de leurs indicateurs respectifs correspondant aux items du questionnaire sur les habitudes de vie et la santé du volet de l'Enquête sociale et de santé du Québec (1998).

TABLEAU III : Modèle opératoire

CONCEPTS	DÉFINITIONS CONCEPTUELLES	INDICATEURS
<b>Variables indépendantes</b> <b>Facteurs de risque liés au travail</b>		
Demandes psychologiques de travail	Surcharge quantitative de travail (quantité de travail, contrainte de temps, pression au travail, etc.) et surcharge qualitative de travail (difficulté de la tâche, etc.).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mon travail exige d'aller très vite</li> <li>2. Mon travail exige de travailler très fort</li> <li>3. On ne me demande pas de faire une quantité excessive de travail</li> <li>4. J'ai suffisamment de temps pour faire mon travail</li> <li>5. Je ne reçois pas de demandes contradictoires de la part des autres</li> <li>6. Mon travail m'oblige à me concentrer intensément pendant de</li> </ol>

		<p>longues périodes</p> <p>7. Ma tâche est souvent interrompue avant que je l'aie terminée, je dois alors y revenir plus tard</p> <p>8. Mon travail est très souvent mouvementé</p> <p>9. Je suis souvent ralenti(e) dans mon travail parce que je dois attendre que les autres aient terminé le leur</p> <p>(Échelle en 4 points allant de « fortement en désaccord » à « fortement en accord »)</p>
Nombre d'heures travaillées	Nombre d'heures travaillées hebdomadairement par un individu.	Somme totale du nombre d'heures travaillées par semaine.
Irrégularité de l'horaire de travail	Degré d'instabilité du quart de travail de l'individu.	<p>Dans le cadre de votre emploi actuel, êtes-vous exposé(s) à un horaire irrégulier ou imprévisible ?</p> <p>1. Jamais</p> <p>2. De temps en temps</p> <p>3. Assez souvent</p> <p>4. Tout le temps</p>
Statut d'emploi	Emploi de type permanent ou autres.	<p>Actuellement, votre travail est-il :</p> <p>1. Permanent (temps plein ou temps partiel)</p> <p>2. Autres (temporaire à durée déterminée, temporaire à durée indéterminée, autres)</p>
Pression du public	Degré auquel l'individu subit des situations de tension avec le public.	<p>Si votre travail vous amène à être en contact direct avec le public (patients, bénéficiaires, voyageurs, clients, étudiants, etc.) vivez-vous des situations de tension dans vos rapports avec ce public ?</p> <p>1. Sans contact avec le public</p> <p>2. Jamais</p> <p>3. Rarement</p> <p>4. De temps en temps</p> <p>5. Souvent</p> <p>6. Très souvent</p>

Violence au travail	Degré auquel l'individu est victime de violence verbale ou physique au travail.	<p>Au cours des 12 derniers mois, au travail, avez-vous :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Subi de la violence physique ?</li> <li>2. Subi de l'intimidation?</li> <li>3. Été l'objet de paroles ou de gestes à caractère sexuel non désiré?</li> </ol> <p>(échelle de réponse en 4 points allant de « jamais » à « tout le temps »).</p>
<b>Variables indépendantes</b> <b>Facteurs de protection liés au travail</b>		
Utilisation des compétences	La variété du travail et la capacité pour le travailleur, d'utiliser ses habiletés et ses qualifications et d'en développer de nouvelles.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mon travail exige que j'apprenne des choses nouvelles</li> <li>2. Mon travail exige un niveau élevé de qualifications</li> <li>3. Dans mon travail, je dois faire preuve de créativité</li> <li>4. Mon travail consiste à refaire toujours les mêmes choses</li> <li>5. Au travail, j'ai l'opportunité de faire plusieurs choses différentes</li> <li>6. Au travail, j'ai l'opportunité de développer mes habiletés personnelles</li> </ol> <p>(échelle de réponses en 4 points allant de « fortement en désaccord » à « fortement en accord »).</p>
Autorité décisionnelle	Possibilité, pour le travailleur, de choisir comment effectuer son travail et de participer aux décisions qui le concernent.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. J'ai la liberté de décider comment je fais mon travail</li> <li>2. Mon travail me permet de prendre des décisions de façon autonome</li> <li>3. J'ai passablement d'influence sur la façon dont les choses se passent à mon travail</li> </ol> <p>(échelle de réponses en 4 points allant de « fortement en désaccord » à « fortement en accord »).</p>
Latitude décisionnelle	Combinaison des facteurs « autorité décisionnelle » et « utilisation des compétences ».	Moyenne statistique des deux facteurs « utilisation des compétences » et « autorité décisionnelle »

<b>Variable indépendante exploratrice</b>		
Niveau d'enseignement	Niveau académique auquel l'individu enseigne.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Enseignement au primaire</li> <li>2. Enseignement au secondaire</li> <li>3. Enseignement post-secondaire</li> </ol>
<b>Variables modératrices</b>		
Soutien social hors travail	Niveau de soutien apporté par des personnes significatives dans l'entourage familial ou social de l'individu.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Présence d'une personne dans l'entourage pour se confier, parler librement de ses problèmes</li> <li>2. Nombre de confidents</li> <li>3. Présence d'une personne dans l'entourage qui peut nous aider quand on est mal pris</li> <li>4. Présence d'une personne dans l'entourage de qui on se sent proche ou qui est affectueuse envers soi</li> <li>5. Nombre de personnes proches et affectueuses</li> </ol>
Tension avec les enfants	Consiste à déterminer si l'individu a des tensions dans ses relations avec ses enfants.	<p>(Si oui) Comment décririez-vous les relations que vous avez avec eux ?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aucun problème</li> <li>2. Presque pas de problème</li> <li>3. Des problèmes occasionnels</li> <li>4. Des problèmes fréquents</li> <li>5. Des problèmes constants</li> </ol>
Nombre d'enfants mineurs dans le ménage	Consiste à déterminer si l'individu a ou non un ou des enfants mineurs (moins de 18 ans) vivant avec lui.	<p>Avez-vous un ou des enfants (biologique/s ou adopté/s), âgés de moins de 18 ans ? Combien ?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Non</li> <li>2. Oui (combien)</li> </ol>
<b>Variable dépendante</b>		
Détresse psychologique	Niveau de souffrance psychique non spécifique.	<p>Niveau de détresse psychologique de la dernière semaine : mesurée par 14 items de l'index des symptômes psychiatriques de Ilfeld (1976)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je me suis senti(e) désespéré(e) en pensant à l'avenir</li> <li>2. Je me sens seul(e)</li> <li>3. J'ai eu des blancs de mémoires</li> <li>4. Je me suis senti(e) découragé(e) ou</li> </ol>

		<p>j'ai eu les « bleu »</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Je me suis senti(e) tendu(e) ou sous pression</li> <li>6. Je me suis laissé(e) emporter contre quelqu'un ou quelque chose</li> <li>7. Je me suis senti(e) ennuyé(e) ou peu intéressé(e) par les choses</li> <li>8. J'ai ressenti des peurs ou des craintes</li> <li>9. J'ai eu des difficultés à me souvenir des choses</li> <li>10. J'ai pleuré facilement ou je me suis senti(e) sur le point de pleurer</li> <li>11. Je me suis senti(e) agité(e) ou nerveux(se) intérieurement</li> <li>12. Je me suis senti(e) négatif(ve) envers les autres</li> <li>13. Je me suis senti(e) facilement contrarié(e) ou irrité(e)</li> <li>14. Je me suis fâché(e) pour des choses sans importance</li> </ol> <p>(échelle de Lickert en 4 points allant de « jamais » à « très souvent »)</p>
Variables contrôles		
Âge		Nombre d'années
Sexe		<ol style="list-style-type: none"> <li>0. Homme</li> <li>1. Femme</li> </ol>
Suffisance du revenu dans le ménage	Basée sur trois éléments, soit le revenu total du ménage, le nombre de personnes composant le ménage ainsi que les seuils de faible revenu fixés selon la taille des ménages par Statistiques Canada (1992) et reconduits pour le recensement de 1996.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Très pauvre</li> <li>2. Pauvre</li> <li>3. Moyen inférieur</li> <li>4. Moyen supérieur</li> <li>5. Supérieur</li> </ol>
État de santé perçu	L'auto évaluation qu'un individu fait de sa santé par rapport à un groupe de référence donné, soit des personnes du même âge.	<p>Comparativement à d'autres personnes de votre âge, diriez-vous que votre santé est en général ...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Excellente</li> <li>2. Très bonne</li> <li>3. Bonne</li> <li>4. Moyenne</li> <li>5. Mauvaise</li> </ol>

État civil	Consiste à déterminer si l'individu a un(e) conjoint(e) ou non.	Avez-vous un(e) conjoint(e), un « chum » ou une « blonde » ? 1. Non 2. Oui
------------	-----------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------

### 3.2 PLAN D'OBSERVATION

Afin de confirmer ou infirmer nos hypothèses nous allons utiliser des données secondaires provenant du volet 1998 de l'Enquête sociale et de santé du Québec réalisée sous la supervision de la division de Santé Québec.

Notre étude comporte donc deux niveaux d'échantillonnage : un plus général soit celui de l'Enquête sociale et de santé du Québec et le second plus spécifique soit le sous-échantillonnage ciblant les participants pouvant être intéressants pour notre étude donc ceux qui occupent un poste d'enseignant. Nous allons discuter en premier lieu de l'échantillonnage général. L'unité d'analyse de ce dernier est une personne âgée de 15 ans et plus. Celles-ci seront analysées au niveau de l'individu. La population est donc composée des québécois(es) ayant 15 ans et plus. Il est évident que cette population est trop importante pour que nous soyons en mesure de l'étudier en entier. C'est pourquoi, un échantillon est nécessaire. Brièvement, ce dernier provient d'un « plan de sondage stratifié à trois degrés. [Comme] il n'est pas réparti de façon proportionnelle à la taille des strates, [on a dû] en tenir compte dans la pondération et l'estimation de la variance » (Enquête sociale et de santé du Québec, 1998). Ainsi, 11 986 ménages (soit 30 386 personnes de tous âges) ont répondu au questionnaire informatisé rempli par l'intervieweur (QRI). De ceux-ci, 24 129 individus étaient admissibles au questionnaire auto-administré (QAA) puisqu'ils étaient âgés de 15 ans et plus. Finalement, 20 773 individus ont complété l'enquête.

Pour ce qui est du sous-échantillonnage spécifique aux enseignants, l'unité d'analyse est, évidemment, un enseignant. L'individu est encore une fois le niveau que nous voulons étudier. Tous les enseignants du Québec constituent notre population. Encore une fois, il serait trop long et trop coûteux d'étudier toute la population. De plus, nous utilisons des données secondaires et nous n'avons pas accès aux données de tous les enseignants, c'est pour ces raisons que nous allons étudier seulement un échantillon des enseignants québécois. La base de données de l'Enquête sociale et de santé du Québec comporte 405 enseignants. À titre descriptif, 232 sujets enseignent au primaire, 126 au secondaire et 47 au post-secondaire.

Toutes les données dont nous disposons ont été colligées à partir de données secondaires qui sont le résultat d'une enquête par questionnaires. Celle-ci s'est déroulée de janvier 1998 à décembre 1998 (afin de tenir compte du caractère saisonnier des problèmes de santé et de certains comportements reliés aux habitudes de vie. De nombreux experts du milieu de la santé et des services sociaux ont collaboré à l'élaboration des instruments ayant servi à la collecte des données, soit le questionnaire rempli par l'intervieweur (QRI) et le questionnaire auto-administré (QAA). Ces instruments avaient auparavant été utilisés pour les enquêtes de 1987 et 1992-1993. Ils ont cependant été adaptés aux objectifs de la présente enquête.

Le questionnaire auto-administré (QAA) reprend les sujets présents dans les deux premières enquêtes. Il est destiné aux personnes âgées de 15 ans et plus à l'intérieur d'un ménage. Il comporte des questions sur les habitudes de vie (usage du tabac, consommation d'alcool, de drogues ou d'autres substances psychoactives, alimentation, activité physique et poids corporel), la perception de l'état de santé, l'autonomie décisionnelle au travail, diverses manifestations liées à la santé mentale et au suicide, l'environnement de soutien, la famille, certains comportements de santé propres aux femmes ainsi que sur les renseignements démographiques, socioculturels et socioéconomiques. Pour l'enquête de 1998, la section du QAA portant sur le travail a été élaborée davantage, des questions sur les valeurs spirituelles ainsi que des nouvelles sections (Info-Santé CLSA, la sexualité et le problème auditif que constitue

l'acouphène) ont été ajoutées. La très grande majorité des données qui seront traitées dans notre étude proviennent des résultats de ce questionnaire.

Les données du questionnaire rempli par l'intervieweur (QRI) ne seront pas utilisées pour notre étude, à l'exception du nombre d'heures de travail. C'est pourquoi il n'est ni nécessaire ni pertinent de décrire dans les détails le QRI.

Enfin si nous voulons obtenir des résultats nous permettant de confirmer ou infirmer nos hypothèses, nos données et questionnaires doivent être valides. Il y a deux types de validité : interne et externe. La validité interne c'est la capacité qu'a un questionnaire de saisir de façon pure et entière les manifestations concrètes qui correspondent à un concept (Gingras, 2001). En d'autres termes, un questionnaire valide mesure ce qu'il doit mesurer. Les questionnaires utilisés pour l'enquête ont été utilisés précédemment, ils ont été créés et testés par des spécialistes du domaine traité. Nous pouvons donc considérer que les résultats obtenus sont valides au point du contenu. Il est également valide au niveau du construit puisque la théorie sur laquelle nous basons notre étude est internationale. En fait, les modèles qui fondent notre raisonnement, ont été testés par plusieurs chercheurs provenant de différents contextes et pays. Ce qui nous permet d'affirmer qu'il est possible de se fier aux modèles utilisés.

Pour ce qui est de la validité externe, elle se caractérise par l'« aptitude d'une technique ou d'un instrument à permettre de généraliser les informations recueillies sur un phénomène [...], au-delà des manifestations observées » (Gingras, 2001). C'est la qualité de généralisation que possède une recherche. Au point de vue statistique, nos résultats pourront effectivement se généraliser à la population entière, puisque l'échantillonnage stratifié est par définition aléatoire et devrait théoriquement être représentatif de la population étudiée, en l'occurrence ici la population des enseignants du Québec.

### 3.3 PLAN D'ANALYSE

Le tableau IV présente la nature et l'échelle des diverses variables de notre modèle conceptuel et opératoire. Cela nous permet de déterminer la façon dont celles-ci seront codées pour ensuite être traitées statistiquement.

TABLEAU IV : Nature et échelle des concepts du modèle conceptuel

VARIABLES	TYPE	ÉCHELLE
<b>Variables indépendantes</b>		
<b>Facteurs de risque liés au travail</b>		
Demandes psychologiques de travail	Continue	Plus le score est élevé, plus fortes sont les demandes psychologiques. (échelles allant de 9 à 36)
Nombre d'heures travaillées	Continue	Nombre d'heures de travail par semaine
Irrégularité de l'horaire de travail	Ordinale	1. Jamais 2. De temps en temps 3. Assez souvent 4. Tout le temps
Statut d'emploi	Ordinale (dichotomique)	0. Autres (temporaire à durée déterminée, temporaire à durée indéterminée, autres) 1. Permanent (temps-plein ou temps-partiel)
Pression du public	Ordinale	1. Sans contact avec le public 2. Jamais 3. Rarement 4. De temps en temps 5. Souvent 6. Très souvent
Violence au travail	Ordinale (dichotomique)	0. Non (jamais) 1. Oui (de temps en temps, souvent, très souvent)
<b>Variables indépendantes</b>		
<b>Facteurs de protection liés au travail</b>		
Utilisation des compétences	Continue	Plus le score est élevé, plus forte est l'utilisation des compétences. (échelle allant de 6 à 24)
Autorité décisionnelle	Continue	Plus le score est élevé, plus forte est l'autorité décisionnelle. (échelle allant de 3 à 12)
Latitude décisionnelle	Continue	Plus le score est élevé, plus forte est la latitude décisionnelle. (échelle allant de 6 à 24)

<b>Variable indépendante exploratrice</b>		
Niveau d'enseignement	Ordinale	1 Enseignement au primaire 2. Enseignement au secondaire 3. Enseignement post-secondaire
<b>Variables modératrices</b>		
Soutien social hors travail	Continue	Plus le score est élevé, plus grand est le soutien social hors travail. (échelle allant de 0 à 14)
Tension avec les enfants	Ordinale (dichotomique)	0. Faibles tensions (aucun problème, presque pas de problèmes) 1. Fortes tensions (des problèmes occasionnels, fréquents ou constants)
Nombre d'enfants mineurs dans le ménage	Ordinale	Âge regroupé en 4 catégories (0-4, 5-9, 10-14, 15-17)
<b>Variable dépendante</b>		
Détresse psychologique	Continue	Plus le score est élevé, plus grande est la détresse psychologique. (échelle de 0 à 10)  (26,19 est le seuil établi par Santé Québec pour départager les individus souffrant ou non de détresse psychologique. Cependant nos données représente la racine carrée des scores obtenus à l'aide du questionnaire, c'est pourquoi nous avons établi le seuil à 5,12 (qui est la racine carrée de 26,19). Ainsi, un score égal ou plus élevé que 5,12 correspond à un cas de détresse psychologique)
<b>Variables contrôles</b>		
Âge	Ordinale	Âge regroupé en 12 catégories
Sexe	Nominale (dichotomique)	0. Homme 1. Femme
Suffisance du revenu dans le ménage	Ordinale	0. Très pauvre 1. Moyen inférieur 2. Moyen supérieur 3. Supérieur
État de santé perçu	Ordinale	1. Excellente 2. Très bonne 3. Bonne 4. Moyenne 5. Mauvaise
État civil	Nominale (dichotomique)	0. Non 1. Oui

Les analyses statistiques seront effectuées à l'aide de la version 11.0 du logiciel *Statistical Package and Social Science* (SPSS). Celles-ci se feront en trois étapes. En premier lieu, afin d'avoir une description des répondants qui composent notre échantillon en lien avec chacune des variables incluses dans le modèle conceptuel et opératoire, nous procéderons à des analyses univariées. Ces dernières nous permettront de déterminer si la distribution des répondants, pour chaque variable, suit une courbe normale.

Dans un second temps, nous procéderons à des analyses bivariées. Elles nous indiqueront les cas de co-linéarité ce qui nous permettra de choisir adéquatement les variables pertinentes à prendre en compte lors de la dernière étape d'analyse.

Finalement, des analyses multivariées seront effectuées afin de vérifier ou non les hypothèses de recherche et la question exploratoire formulée précédemment. De façon plus spécifique, dans notre étude, nous allons privilégier les analyses de régression linéaire puisque notre variable dépendante en est une quantitative d'intervalle.

## CHAPITRE 4

### PRÉSENTATION DES RÉSULTATS

#### 4.1 RÉSULTATS DES ANALYSES DESCRIPTIVES

Dans cette section seront présentés les résultats des analyses descriptives des variables dépendantes, indépendantes, modératrices et de contrôles respectivement. Au fur et à mesure de la présentation des résultats, nous expliquerons s'il y a lieu certaines particularités de nos mesures. Comme nous l'avons déjà mentionné, les résultats proviennent de la banque de données de l'Enquête sociale et de santé du Québec de 1998 (Santé Québec, 1998). Au départ, nous avons identifié 416 participants qui faisaient partie de la catégorie d'emploi des enseignants. Cependant, en effectuant les analyses univariées, nous avons remarqué que certaines variables comportaient des valeurs manquantes, notamment la détresse psychologique (N = 411), la pression du public (N = 411), le soutien social hors travail (N = 415), la tension avec les enfants (N = 415) et l'état civil (N = 414). Comme ces cas étaient relativement peu nombreux, nous avons décidé d'éliminer tous les participants qui avaient au moins une valeur manquante. L'échantillon final est donc de 405 enseignants.

##### 4.1.1 VARIABLE DÉPENDANTE

Le tableau ci-dessous comporte les principales données descriptives de notre variable dépendante, la détresse psychologique.

TABLEAU V : Données descriptives de la variable dépendante

VARIABLES	VALEURS	FRÉQUENCE	ÉTENDUE		MOYENNE	ÉCART-TYPE
			MIN	MAX		
Détresse psychologique	-----	-----	0	9,13	3,360	1,917

Lors de l'Enquête sociale et de santé du Québec (1998), la détresse psychologique a été mesurée à l'aide d'une adaptation du « Psychiatric Symptoms Index » élaboré par Ilfeld (1976). L'échelle pouvait s'échelonner de 0 à 100. Étant donné la forte asymétrie de la distribution, l'échelle a été transformée afin de rapprocher les scores et obtenir une courbe normale. Pour ce faire, une transformation par la racine carrée a été utilisée ramenant ainsi les scores sur une échelle de 0 à 10. Comme le seuil établi par Santé Québec pour départager les individus souffrant ou non de détresse psychologique était de 26,19 (sur l'échelle de 100), il est devenu 5,12 suite à l'extraction de sa racine carrée. Cela nous permet d'interpréter les résultats obtenus au tableau V. Nous remarquons qu'en moyenne, le niveau de détresse psychologique des répondants est faible. Toutefois, 18,7% des enseignants ont obtenu un résultat égal ou supérieur à 5,12, et peuvent donc être considérés comme souffrant de détresse psychologique. Cette affirmation ne signifie pas que pour les analyses futures nous utiliserons une mesure dichotomique de la détresse psychologique. Au contraire, il est important de se rappeler que pour toutes les analyses, nous utiliserons une mesure continue de la détresse psychologique (sur une échelle de 0 à 10).

#### 4.1.2 VARIABLES INDÉPENDANTES

Les données descriptives des variables indépendantes et de la variable exploratoire sont présentées dans le tableau VI à la page suivante. En ce qui concerne les facteurs de risques liés au travail, nous remarquons que l'écart-type est raisonnablement petit compte tenu de l'étendue des valeurs. Cela signifie qu'il y a une faible variance entre les répondants. Les participants ont déclaré travailler en moyenne 35,12 heures par semaine, ce qui est représentatif d'une semaine normale pour un enseignant. La grande majorité des répondants qualifie leur travail de jamais irrégulier. Environ, quatre cinquième (79,3%) des enseignants occupaient un poste permanent. De plus, 34,8% disent ressentir la pression du public souvent ou plus. Finalement, nous remarquons que 23% des enseignants auraient été victimes (oui = occasionnellement ou davantage) de violence à caractère physique, psychologique ou sexuel.

TABLEAU VI : Données descriptives des variables indépendantes

VARIABLES	VALEURS	FRÉQUENCE	ÉTENDUE		MOYENNE	ÉCART-TYPE
			MIN	MAX		
<b>Facteurs de risque liés au travail</b>						
Demands psychologiques de travail	-----	-----	9	35	22,274	3,973
Nombre d'heures travaillées	-----	-----	2	70	35,116	10,652
Irrégularité de l'horaire de travail	Jamais De temps en temps Assez souvent Tout le temps	58,0% 28,6% 6,9% 6,4%	1	4	1,617	0,873
Statut d'emploi	Autres Permanent	20,7% 79,3%	0	1	0,207	-
Pression du public	Sans contact avec public Jamais Rarement De temps en temps Souvent Très souvent	1,2% 2,2% 16,0% 45,7% 15,8% 19,0%	1	6	4,296	1,093
Violence au travail	Non Oui	77,0% 23,0%	0	1	0,230	-
<b>Facteurs de protection liés au travail</b>						
Utilisation des compétences	-----	-----	6	24	20,440	2,377
Autorité décisionnelle	-----	-----	3	12	9,425	1,710
Latitude décisionnelle	-----	-----	18	48	39,289	4,989
<b>Variable exploratrice</b>						
Niveau d'enseignement	Primaire Secondaire Post-secondaire	57,3% 31,1% 11,6%	1	3	1,543	0,694

Du côté des facteurs de protection, nous observons une forte utilisation des compétences de la part des enseignants de l'échantillon. En fait, rappelons que cette variable se mesure sur une échelle de 6 à 24, un score élevé représente un niveau élevé d'utilisation des compétences. La moyenne des valeurs de cette dernière est de 20,44 avec un écart-type de 2,377, ce qui permet de conclure que la majorité des répondants considèrent qu'ils ont la possibilité d'utiliser leurs connaissances. L'autorité

décisionnelle est également forte car la moyenne des valeurs des enseignants est de 9,425 sur une échelle allant de 3 et 12. Enfin, comme l'utilisation des compétences et l'autorité décisionnelle sont fortes, il n'est pas surprenant de voir que la latitude décisionnelle a aussi une moyenne élevée, soit de 39,289 sur une échelle variant de 18 à 48.

Enfin, plus de la moitié des répondants enseignent au primaire (57,3%), environ le tiers enseignent au secondaire (31,1%) et finalement 11,6% enseignent à un niveau post-secondaire.

#### 4.1.3 VARIABLES MODÉRATRICES

Le tableau VII nous montre que les participants bénéficiaient d'un soutien social hors travail relativement élevé. Ainsi, sur une échelle de 0 à 15 les enseignants ont obtenu en moyenne une valeur de 9,686. L'écart-type entre les résultats étant cette fois de 3,555. Seulement 1% des enseignants parents estimaient avoir des problèmes avec leurs enfants fréquemment ou constamment et plus de la moitié des enseignants de notre échantillon n'ont pas d'enfants. Par ailleurs, aucun répondant n'a plus de trois enfants. Parmi les enseignants aussi parents, la majorité n'ont qu'un seul enfant.

TABLEAU VII : Données descriptives des variables modératrices

VARIABLES	VALEURS	FRÉQUENCE	ÉTENDUE		MOYENNE	ÉCART-TYPE
			MIN	MAX		
Soutien social hors travail	-----	-----	0	15	9,686	3,555
Tension avec les enfants	Aucun Presque pas Occasionnels Fréquents Constants	75,6% 14,3% 9,1% 0,5% 0,5%	1	5	1,361	0,710
Nombre d'enfants mineurs dans le ménage	-----	-----	0	3	0,810	1,005

## 4.1.4 VARIABLES DE CONTRÔLE

Le tableau VIII comporte les différentes données descriptives des variables de contrôle :

TABLEAU VIII : Données descriptives des variables de contrôle

VARIABLES	VALEURS	FRÉQUENCE	ÉTENDUE		MOYENNE	ÉCART-TYPE
			MIN	MAX		
Âge	-----	-----	6	14	9,69	2,011
Sexe	Homme	26,9%	0	1	0,731	0,444
	Femme	73,11%				
Suffisance du revenu dans le ménage	Très pauvre	0,7%	1	5	3,96	0,797
	Pauvre	3,5%				
	Moyen inférieur	18,8%				
	Moyen supérieur	52,8%				
	Supérieur	24,2%				
État de santé perçu	Excellente	24,0%	1	9	2,47	1,708
	Très bonne	29,8%				
	Bonne	25,9%				
	Moyenne	5,4%				
	Mauvaise	4,9%				
État civil	Autres	27,2%	0	1	0,728	0,445
	Vit avec un conjoint	72,8%				

La catégorie d'âge minimum des enseignants de notre échantillon est celle des 20 à 24 ans, et la dernière est celle des 60 à 64 ans. La moyenne d'âge des répondants est entre 40 et 44 ans. L'échantillon comporte 73,11% de femmes et 26,9% d'hommes. La majorité des enseignants considèrent que le revenu de leur ménage peut être qualifié de moyen à supérieur (77%). Pour ce qui est de la perception de leur état de santé, 89,6% considèrent être en bonne, très bonne ou excellente santé. Finalement, 27,2% des répondants sont célibataires, tandis que 72,8% sont en couple ou mariés.

## 4.2 RÉSULTATS DES ANALYSES BIVARIÉES

Nous allons maintenant aborder la question des analyses bivariées. Le tableau IX présente toutes les corrélations existantes entre les variables. Dans un premier temps, nous discuterons des différentes corrélations entre la variable dépendante et les variables indépendantes, médiatrices et de contrôle. Puis nous vérifierons toutes les corrélations afin d'identifier les cas possibles de colinéarité. Advenant un cas de co-linéarité, nous devons décider du comment traiter les variables touchées.

La majorité des facteurs de risque que nous avons identifiés sont reliés positivement avec la variable dépendante. Ainsi les demandes psychologiques de travail ( $r = 0,206$  ;  $p < 0,01$ ), l'horaire de travail irrégulier ( $r = 0,203$  ;  $p < 0,01$ ), la pression du public ( $r = 0,170$  ;  $p < 0,01$ ) et la violence au travail ( $r = 0,206$  ;  $p < 0,01$ ) sont tous reliés significativement à la détresse psychologique. Cependant, aucune corrélation significative n'a été trouvée pour les heures travaillées, ni pour la permanence de l'emploi.

Les facteurs de protection ne sont pas corrélés significativement avec la détresse psychologique. Nous observons toutefois que le sens de la relation est tel que nous l'avions prévu, tant pour l'utilisation des compétences ( $r = -0,036$  ; n.s.) que pour l'autorité décisionnelle ( $r = -0,055$  ; n.s.), que pour la latitude décisionnelle ( $r = -,0,53$  ; n.s.). Notre variable exploratrice, soit le niveau d'enseignement n'est corrélé significativement à la détresse psychologique que pour le niveau « secondaire » ( $r = -0,106$  ;  $p < 0,05$ ), au sens où les professeurs du niveau secondaire souffre moins de détresse psychologique que les enseignants des autres niveaux. Il est important de noter que nous traitons notre variable exploratrice comme une variable nominale plutôt qu'ordinaire. Ainsi, chaque niveau d'enseignement est en soi une variable auxiliaire à laquelle nous avons attribué la valeur « 0 » si la personne n'enseignait pas à ce niveau et la valeur « 1 » si elle enseignait à ce niveau.

TABLEAU IX : Matrice des corrélations entre les variables

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
1. Détresse psychologique	1																					
2. Demandes psychologiques	,206**	1																				
3. Heures travaillées	-,036	,199**	1																			
4. Horaire irrégulier	,203**	,121*	-,057	1																		
5. Permanence de l'emploi	,069	-,055	-,294**	,197**	1																	
6. Pression du public	,170**	,319**	,052	,060	-,005	1																
7. Violence au travail	,206**	,320**	,102*	,105*	-,033	,261**	1															
8. Utilisation compétences	-,036	,212**	,029	-,039	,021	,144**	,092	1														
9. Autorité décisionnelle	-,055	,011	,010	-,080	-,052	-,053	-,132**	,464**	1													
10. Latitude décisionnelle	-,053	,108*	,021	-,073	-,026	,032	-,047	,795**	,907**	1												
11. Niveau primaire	,077	-,109*	-,045	-,070	-,026	-,113*	-,158**	-,116	-,054	-,092	1											
12. Niveau secondaire	-,106*	,026	-,047	-,035	-,081	,150**	,140**	,001	-,008	-,005	-,778**	1										
13. Niveau post secondaire	,034	,130**	,137**	,159**	,157**	-,042	,040	,177**	0,095	,149**	-,420**	-,243**	1									
14. Soutien social hors travail	-,169**	-,041	,012	-,052	-,003	-,068	-,087	,075	,076	,088	-,013	,047	-,048	1								
15. Tension enfants	,095	,101*	,026	-,076	-,071	,041	,153**	,017	-,031	-,013	,087	-,056	-,054	-,067	1							
16. Nb. d'enfants ménage	-,060	-,002	,048	-,123*	-,055	-,068	,022	,024	-,057	-,028	,075	-,006	-,108*	-,011	,520**	1						
17. Âge	-,069	,079	,096	-,178**	-,274**	,094	,031	-,135**	,057	-,025	-,174**	,137**	,071	-,133**	,091	-,154**	1					
18. Sexe	,107*	-,114*	-,109**	,027	,104*	-,121*	-,079	-,110*	-,068	-,099*	,433**	-,338**	-,180**	,103*	-,029	-,032	-,165**	1				
19. Suffisance revenu	-,013	,131**	,074	-,102*	-,183**	,121*	,048	,168**	,101*	,149**	-,153**	,132**	,046	,040	-,024	-,157**	,283**	-,042	1			
20. État santé perçu	,096	,012	,010	,102*	-,074	,072	,048	-,023	-,073	-,061	,097	-,071	-,046	-,057	,036	,002	-,010	,025	-,034	1		
21. État civil	,001	,044	,006	-,064	-,057	-,058	-,115*	,050	-,007	,019	,023	,039	-,091	-,045	,044	,299**	,023	-,058	,223**	-,048	1	

Note. \*p &lt; 0,05. \*\*p &lt; 0,01

Pour ce qui est des variables modératrices, seul le soutien social hors travail ( $r = -0,169$  ;  $p < 0,01$ ) est corrélé significativement à la variable dépendante. Le sens de cette relation est négatif, donc plus il y a de soutien, moins il y a de détresse psychologique.

Finalement, de toutes les variables de contrôle, seul le sexe ( $r = 0,107$  ;  $p < 0,05$ ) a une relation suffisamment forte pour être considérée significative. Cette corrélation est positive, ce qui signifie dans ce cas-ci que les femmes souffrent plus de détresse psychologique que les hommes.

Nous avons établi le seuil de colinéarité à 0,7 (Tabachnik et Fidell, 1989), car une corrélation plus forte que 0,7 entre deux variables signifie que celles-ci ne sont pas assez différentes pour être considérées comme entièrement distinctes. Dans le tableau IX nous remarquons qu'il y a deux corrélations qui possèdent un coefficient supérieur au seuil de 0,7. C'est le cas de la corrélation entre la latitude décisionnelle et l'utilisation des compétences ( $r = 0,795$  ;  $p < 0,01$ ) et de celle entre la latitude décisionnelle et l'autorité décisionnelle ( $r = 0,907$  ;  $p < 0,01$ ). Ces colinéarités ne sont pas surprenantes puisque la variable « latitude décisionnelle » est en fait la combinaison des deux autres variables. Elle a été créée dans le but de tester une de nos hypothèses (H4). C'est pourquoi nous ne l'utiliserons dans aucune analyse de régression à l'exception de celle qui a pour objectif de vérifier l'hypothèse en question. Lors de cette régression nous n'utiliserons que la variable « latitude décisionnelle » et laisserons de côté les deux autres facteurs de protection.

### **4.3 RÉSULTATS DES ANALYSES MULTIVARIÉES**

Dans cette section, seront présentés les résultats des différentes analyses multivariées. Dans un premier temps, nous présenterons les résultats de la régression linéaire comportant toutes les variables. Puis, nous exposerons les résultats des différentes régressions linéaires testant l'effet des variables modératrices. Enfin, nous analyserons les résultats de la régression linéaire qui teste le lien entre la détresse

psychologique et l'interaction de la latitude décisionnelle et des demandes psychologiques.

#### 4.3.1 RÉGRESSION LINÉAIRE AVEC TOUTES LES VARIABLES

Dans cette première régression, nous avons considéré toutes les variables du modèle conceptuel comme étant des variables indépendantes, à l'exception de la détresse psychologique qui est restée notre variable dépendante. Le but de cette analyse est de faire ressortir les variables qui ont un lien direct avec la détresse psychologique. Les résultats obtenus suite à la régression linéaire sont représentés au tableau X. Le coefficient B indique la valeur de l'augmentation de la détresse psychologique pour chaque unité d'augmentation de la variable indépendante en question. Le coefficient Beta ( $\beta$ ) est le coefficient de régression standardisé, qui permet de comparer les différentes variables et d'identifier la plus puissante. Pour cette régression, nous avons obtenu un  $R^2$  ajusté de 0,144. Ce coefficient nous indique que 14,4% de la variance est expliquée par les variables indépendantes du modèle. De plus, le test de l'hypothèse nulle ( $F = 4,764$  ;  $p = 0,000$ ) nous indique qu'au moins une variable indépendante est significativement reliée au niveau de détresse psychologique.

En effet, quatre des facteurs de risque liés au travail se sont avérés significativement liés à la détresse psychologique, dans cette première analyse. Toutes ces relations sont positives ce qui signifie que plus le facteur est présent ou prend des valeurs plus élevées, plus grande est la détresse psychologique. Ainsi, les demandes psychologiques ( $\beta = 0,140$  ;  $p < 0,01$ ), l'irrégularité de l'horaire de travail ( $\beta = 0,116$  ;  $p < 0,05$ ), la pression du public ( $\beta = 0,115$  ;  $p < 0,05$ ) et la violence au travail ( $\beta = 0,139$  ;  $p < 0,01$ ) peuvent tous quatre être considérés comme influençant la détresse psychologique des enseignants. Cependant, les analyses de régression n'ont trouvé aucun lien significatif entre les facteurs de protection liés au travail et la détresse psychologique.

TABLEAU X : Résultats des analyses multivariées du modèle 1 (toutes les variables avec la variable dépendante)

	B	$\beta$	t	Sig.
<b>VARIABLES INDÉPENDANTES</b>				
<b>FACTEURS DE RISQUE LIÉS AU TRAVAIL</b>				
Demandes psychologiques	0,068	0,140	2,650**	0,008
Nombre d'heures travaillées	-0,009	-0,053	-1,046	0,296
Horaire de travail (irrégularité)	0,255	0,116	2,320*	0,021
Statut d'emploi	0,031	0,007	0,125	0,900
Pression du public	0,202	0,115	2,249*	0,025
Violence au travail	0,631	0,139	2,671**	0,008
<b>Facteurs de protection liés au travail</b>				
Utilisation des compétences	-0,085	-0,105	-1,818	0,070
Autorité décisionnelle	0,056	0,050	0,919	0,358
<b>Variable indépendante exploratrice</b>				
Niveau d'enseignement : secondaire	-0,295	-0,071	-1,314	0,190
Niveau d'enseignement : post-secondaire	0,132	0,022	0,409	0,683
<b>VARIABLES MODÉRATRICES</b>				
Soutien social hors travail	-0,075	-0,140	-2,927**	0,004
Tension avec les enfants	0,374	0,138	2,421*	0,016
Nb. d'enfants mineurs dans le ménage	-0,273	-0,143	-2,327*	0,020
<b>VARIABLES DE CONTRÔLE</b>				
Âge	-0,106	-0,111	-2,017*	0,044
Sexe	0,470	0,109	2,061*	0,040
Suffisance du revenu dans le ménage	-0,018	-0,007	-0,141	0,888
État de santé perçu	0,059	0,053	1,116	0,265
État civil	0,342	0,079	1,519	0,129

Il est essentiel de se rappeler que nous traitons notre variable indépendante exploratrice comme étant nominale plutôt qu'ordinaire. Les résultats s'y rapportant nous montrent que, à ce stade-ci, le niveau d'enseignement n'est pas relié de façon significative à la détresse psychologique.

Il est intéressant de noter que toutes nos variables modératrices possèdent un lien significatif avec la variable dépendante. Ainsi, nous observons que le soutien social hors travail est relié négativement à la détresse psychologique ( $\beta = -0,140$  ;  $p < 0,01$ ), ce qui signifie que plus un enseignant se sent soutenu par ses proches (à l'extérieur de l'école), moins il souffre de détresse psychologique. Une relation du même sens, soit négative, a été trouvée entre le nombre d'enfants mineurs dans le ménage et la détresse psychologique ( $\beta = -0,143$  ;  $p < 0,05$ ). Ainsi, plus un enseignant a d'enfants, moins il a de chance de souffrir de détresse psychologique. Finalement, nous remarquons un lien cette fois-ci positif entre la tension avec les enfants du ménage et la variable dépendante ( $\beta = 0,138$  ;  $p < 0,05$ ). Donc, plus le niveau de tension avec les enfants est élevé, plus il y aura de détresse psychologique chez l'enseignant.

Enfin, les seules variables de contrôle à être reliées à la détresse psychologique sont le sexe ( $\beta = 0,109$  ;  $p < 0,05$ ) et l'âge ( $\beta = 0,111$  ;  $p < 0,05$ ). Les résultats montrent que les enseignantes sont proportionnellement plus nombreuses que les enseignants à souffrir de détresse psychologique et que les jeunes de cette profession sont plus atteints de détresse psychologique.

#### 4.3.2 RÉGRESSIONS LINÉAIRES AVEC CHACUNE DES INTERACTIONS

Pour vérifier nos hypothèses sur les variables modératrices, nous avons testé les interactions entre les facteurs de risque et les variables modératrices une à une. Ainsi, le tableau XI présente les différents résultats des dix-huit modèles de régression linéaire. Nous remarquons que la seule interaction ayant un effet significatif est celle du soutien social avec le nombre heures travaillées ( $\beta = -0,167$  ;  $p < 0,001$ ). Dans ce modèle, la relation entre les heures travaillées et la détresse psychologique ( $\beta = -0,035$  ; n.s.) et celle entre le soutien social et la variable dépendante ( $\beta = -0,133$  ;  $p > 0,01$ ) sont toutes deux négatives, par contre seule la dernière est significative. Toutefois, comme le tableau X montre que le nombre d'heures travaillées n'a pas d'effet direct sur la détresse

psychologique, il faut interpréter ce résultat dans le sens que le soutien social hors travail joue un rôle modérateur de réduction de la détresse psychologique qui est d'autant plus grand que le nombre d'heures travaillées augmente. Ainsi, plus les heures travaillées augmentent, plus l'effet du soutien social est important dans le sens d'atténuer la détresse psychologique.

TABLEAU XI : Résultats des analyses multivariées des modèles 2 à 19 (test de l'effet d'interaction des variables modératrices)

INTERACTIONS	B	$\beta$	t	Sig.
Soutien social x Demandes	0,002	0,012	0,262	0,793
Soutien social x Heures travaillées	-0,009	-0,167	-3,535***	0,000
Soutien social x Horaire de travail	0,043	0,073	1,568	0,118
Soutien social x Statut d'emploi	0,029	0,023	0,438	0,662
Soutien social x Pression du public	-0,014	-0,030	-0,644	0,520
Soutien social x Violence au travail	-0,085	-0,084	-1,518	0,130
Tension avec enfants x Demandes	0,024	0,036	0,730	0,466
Tension avec enfants x Heures travaillées	-0,011	-0,032	-0,679	0,498
Tension avec enfants x Horaire de travail	0,127	0,037	0,781	0,435
Tension avec enfants x Statut d'emploi	0,004	0,001	0,010	0,992
Tension avec enfants x Pression du public	-0,101	-0,042	-0,901	0,368
Tension avec enfants x Violence au travail	-0,109	-0,025	-0,416	0,678
Nb. enfants mineurs x Demandes	-0,033	-0,069	-1,460	0,145
Nb. enfants mineurs x Heures travaillées	-0,008	-0,039	-0,830	0,407
Nb. enfants mineurs x Horaire de travail	0,211	0,089	1,858	0,064
Nb. enfants mineurs x Statut d'emploi	0,049	0,012	0,220	0,826
Nb. enfants mineurs x Pression du public	-0,100	-0,060	-1,278	0,202
Nb. enfants mineurs x Violence au travail	-0,102	-0,026	-0,488	0,626

#### 4.3.3 RÉGRESSIONS LINÉAIRES AVEC L'INTERACTION LATITUDE DÉCISIONNELLE ET DEMANDES PSYCHOLOGIQUES

Finalement, nous avons effectué une analyse de régression linéaire testant le lien entre l'interaction de la latitude décisionnelle et des demandes psychologiques, et la détresse psychologique. Les résultats sont présentés dans le tableau XII.

TABLEAU XII : Résultats des analyses multivariées du modèle 20 (test de l'effet d'interaction des demandes psychologiques avec la latitude décisionnelle)

INTERACTION	B	$\beta$	t	Sig.
Latitude décisionnelle x Demandes psychologiques	0,003	0,044	0,936	0,350

Les résultats montrent que, dans la présente étude, il n'y a pas de lien significatif entre la détresse psychologique et l'interaction entre la latitude décisionnelle et les demandes psychologiques des enseignants ( $\beta = 0,044$  ; n.s.).

La majeure partie du prochain chapitre sera consacrée à une discussion plus large des résultats de nos analyses.

## CHAPITRE 5

### DISCUSSION

Cette section comporte trois parties. Dans un premier temps, nous discuterons les résultats que nous avons obtenus en rapport avec chacune de nos hypothèses. Ensuite, nous exposerons les forces et faiblesses de notre étude et finalement, nous proposerons quelques pistes pour les recherches futures.

#### **5.1 DISCUSSION DES RÉSULTATS**

La revue de littérature que nous avons réalisée au chapitre 1 nous a permis d'élaborer quatre hypothèses ainsi qu'une proposition exploratoire. Suite aux diverses analyses réalisées, dont nous avons vu les résultats au chapitre précédent, nous sommes en mesure de statuer sur ces hypothèses et proposition, et d'en discuter l'interprétation possible et la signification en regard de la littérature.

##### **5.1.1 HYPOTHÈSE 1**

Tout d'abord, rappelons que la première hypothèse posait que les six facteurs de risque liés au travail (soient : les demandes psychologiques de travail, le nombre d'heures travaillées, l'irrégularité de l'horaire de travail, le statut d'emploi, la pression du public et la violence au travail) étaient reliés positivement à la détresse psychologique chez les enseignants. Nos résultats obtenus lors de l'analyse de régression linéaire du modèle 1 (Tableau X), présenté au chapitre 4, montrent que quatre de ces six facteurs de risques sont reliés à la détresse psychologique.

De ces quatre facteurs de risque, deux sont prépondérants et ont un effet pratiquement équivalent sur la détresse psychologique. Il s'agit d'abord de la violence

au travail qui est un facteur assez fortement relié à notre variable dépendante. Ce résultat concorde avec ceux de Finlay-Jones (1986), qui avait aussi trouvé que la violence des étudiants envers leurs enseignants était le facteur le plus relié à la détresse psychologique chez les enseignants du primaire et secondaire. Le deuxième facteur est celui des demandes psychologiques du travail qui sont aussi assez fortement reliées à la détresse psychologique. Rappelons-nous que les demandes psychologiques du travail caractérisent en fait la charge psychologique reliée aux tâches imprévues, aux conflits personnels (liés au travail) ainsi qu'à l'exécution même du travail. Ainsi, ces demandes, en quantité élevée, peuvent placer l'individu dans un état de stress. Comme nous savons que les enseignants subissent une quantité considérable de stress dans leur emploi causé, entre autres, par la charge de travail accru (FCE, 2001) il n'est pas surprenant de constater que nos résultats montrent l'existence d'un lien entre les demandes psychologiques du travail et la détresse psychologique des enseignants. À notre connaissance, aucune autre étude traitant du lien entre la détresse psychologique et les demandes psychologiques spécifiquement chez les enseignants n'avait été réalisée. Cependant, bon nombre de recherches ayant des échantillons d'autres professions ont porté sur ce lien, et plusieurs ont obtenu des résultats similaires aux nôtres, c'est-à-dire que ces demandes contribueraient à l'augmentation de la détresse psychologique (Bourbonais et al., 1996; de Jonge et al., 2000a; de Jonge et al., 2000b; Jex et Bliese, 1999; Karasek, 1979; Karasek et Theorell, 1990; Loscocco et Spitze, 1990; Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; McDonough, 2000 ; Niedhammer et al., 1998 ; Niedhammer et Gold, 1998 ; Pelfrenet et al., 2001 ; Roxburgh, 1996 ; Sargent et Terry, 2000 ; Schechter et al., 1998 ; Shigemi et al., 1997; Stansfeld et al., 1999 ; Van Der Doef et al., 1999a; Van Der Doef et al., 1999b; Vermulen et Mustard, 2000 ; Wilkins et Beaudet, 1998).

Les deux autres facteurs de risque ont un effet significatif un peu moindre sur la détresse psychologique. Il s'agit de la pression du public ainsi que l'irrégularité de l'horaire de travail qui se sont aussi avérés des facteurs positivement reliés à la détresse psychologique. Le résultat sur l'irrégularité de l'horaire de travail est nouveau pour les enseignants. En fait, Marchand et al. (2003) et Vézina et al. (1992) ont trouvé que l'horaire de travail, s'il était alternant ou de nuit, augmentait la détresse psychologique,

mais ces études n'étaient pas spécifiques à la population des enseignants. Or, dans le cas de ces derniers, l'irrégularité de l'horaire de travail fait plutôt référence à la situation des professeurs qui font du remplacement et dont l'horaire varie fréquemment, une situation qui, selon la matrice des corrélations, est plus fréquente chez les jeunes professeurs et ceux qui n'ont pas encore la permanence. Par contre, le résultat sur l'effet de la pression du public corrobore celui de l'étude de Finlay-Jones (1986), qui était spécifique aux enseignants, et qui a montré que l'attitude critique de la communauté envers les enseignants était significativement liée aux niveaux de détresse psychologique des enseignants. Considérant que l'attitude critique de la communauté et la pression du public sont des concepts plutôt semblables, nos résultats concordent donc avec ceux trouvés dans cette étude. Nos résultats correspondent aussi avec ceux obtenus par Tuettemann et Punch (1992) qui avaient obtenu une corrélation significative entre les attentes sociales excessives relatives aux enseignants et la détresse psychologique.

Par contre, contrairement à nos suppositions le statut d'emploi n'a pas de lien significatif avec la détresse psychologique. Considérant que nous avons traité le statut d'emploi de façon objective, nous pouvons dire que ce résultat est consistant avec l'étude de Marchand et al (2005a) qui n'avait pas trouvé de lien significatif entre le statut d'emploi et la détresse psychologique. Il est cependant intéressant de noter que ces mêmes chercheurs, dans une étude différente, avaient trouvé un lien significatif entre la perception du statut d'emploi et la probabilité de développement un ou plusieurs épisodes de détresse psychologique (Marchand et al, 2005b) Nous pouvons donc supposer que la perception des travailleurs quant à leur statut est plus importante que le statut d'emploi réel (Virtanen et al, 2002). Une autre explication possible est qu'après un certain temps, les travailleurs précaires finissent par s'accoutumer à leur statut temporaire. Peut-être qu'un certain mécanisme de protection s'enclenche et leur permet de se créer une résistance à l'insécurité d'emploi, diminuant grandement l'inquiétude ressentie. Finalement, le nombre d'heures travaillées n'est pas non plus lié à la détresse psychologique. Très peu d'études avaient étudié la relation entre ces deux facteurs. En fait, nous avons surtout trouvé des recherches traitant de l'effet du manque de temps (Finlay-Jones, 1986 ; Fletcher et Payne, 1982 ; Punch et Tuettemann, 1990), ce qui ne

signifie pas que cette contrainte de temps est créée par un nombre d'heures de travail trop élevées. Finalement, il est plus logique de penser que le manque et les contraintes de temps sont plutôt un aspect des demandes psychologiques du travail qui sont, tel qu'indiqué plus haut, un facteur de risque assez fortement relié à la détresse psychologique.

La littérature tentant d'identifier certains facteurs de risque de la détresse psychologique n'est pas très vaste. Elle est encore plus restreinte lorsqu'il est question précisément de la détresse psychologique des enseignants. Or, nos résultats sont nouveaux pour les enseignants dans le cas de deux facteurs de risque : le facteur des demandes psychologiques, qui est celui parmi les six qui s'avère être avoir le lien le plus fort avec le niveau de détresse psychologique, et celui de l'irrégularité de l'horaire de travail. Dans le cas des autres facteurs identifiés, la violence au travail et la pression du public, nos résultats corroborent ceux trouvés dans la littérature sur les enseignants. Cela nous permet de proposer que nos résultats contribuent à l'avancement des connaissances dans ce domaine, puisque nous ajoutons à la littérature, une étude, plus récente, qui identifie quatre facteurs de risque de la détresse psychologique chez les enseignants. De plus, grâce à la matrice de corrélations (tableau IX), nous observons que tous les facteurs de risque significatifs sont inter-corrélés de façon significative ensemble (à l'exception de la pression du public et de l'horaire de travail qui ne sont pas corrélés significativement entre eux, mais qui le sont à d'autres). En fait, ces quatre facteurs interreliés permettent d'orienter la réflexion sur les déterminants de la détresse psychologique des enseignants dans deux directions complémentaires. D'une part, l'alourdissement de la charge de travail avec l'effet des demandes psychologiques et de l'horaire de travail, et d'autre part la détérioration du climat de travail, avec l'effet de la violence au travail, que ce soit entre collègues ou de la part des étudiants, et de la pression du public, notamment des parents.

### 5.1.2 HYPOTHÈSE 2

À la seconde hypothèse, nous avons proposé que les facteurs de protection liés au travail étaient reliés négativement à la détresse psychologique des enseignants. Contrairement à nos prédictions, aucun de ces facteurs n'a de relation significative avec la détresse psychologique. Il est cependant pertinent de noter que le facteur « utilisation des compétences » ( $\beta = -0,105$  ;  $p = 0,070$ ) est très proche du seuil de signification. De plus, la relation entre ce dernier et la détresse psychologique est dans le même sens que nous avons prévu, c'est-à-dire que plus un enseignant peut utiliser ses compétences dans son travail, moins élevé est son niveau de détresse psychologique. La littérature montrant l'existence d'une relation significative entre ces facteurs et la santé mentale est plutôt abondante (Bourbonais et al., 1996; de Jonge et al., 2000a; de Jonge et al., 2000b; Griffin et al., 2002; Karasek, 1979; Karasek et Theorell, 1990; Loscocco et Spitze, 1990; Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; McDonough, 2000 ; Niedhammer et Gold, 1998 ; Pelfrenet et al., 2001 ; Sargent et Terry, 2000 ; Schechter et al., 1998 ; Schrijvers et al., 1998 ; Stansfeld et al., 1999 ; Van Der Doef et al., 1999a; Van Der Doef et al., 1999b; Vermulen et Mustard, 2000 ; Wilkins et Beaudet, 1998). Cependant, celle-ci est basée sur des échantillons de travailleurs, elle est donc non spécifique aux enseignants. Également, certaines études ont porté sur divers aspects de la santé mentale et non précisément sur la détresse psychologique. Donc, face à ces résultats maints fois répétés, nous pouvons supposer que nos résultats non significatifs peuvent être dus à certaines limites de notre étude. Ainsi, en consultant le tableau VI du chapitre 4, on peut constater que les moyennes des facteurs de protection dans notre échantillon sont très élevées tandis que les écart-types sont assez faibles. Ceci traduit une situation de faible variance des facteurs de protection parmi les enseignants qui pourrait expliquer l'absence de corrélation significative.

### 5.1.3 HYPOTHÈSE 3

La troisième hypothèse s'énonçait comme suit : le soutien social hors travail, la tension avec les enfants et le nombre d'enfants mineurs dans le ménage modèrent la relation entre les facteurs de risque liés au travail et la détresse psychologique chez les enseignants. Nous avons ensuite spécifié le sens supposé de chacune de ces variables modératrices. C'est en faisant les modèles de régression linéaire 2 à 19 (Tableau XI), que nous avons pu vérifier cette hypothèse. Des dix-huit effets modérateurs qui pouvaient exister, un seul s'est avéré significatif, soit l'interaction entre le soutien social hors travail et le nombre d'heures travaillées. Il s'agit d'un résultat nouveau, car aucune étude antérieure sur les enseignants n'avait jamais examiné un effet modérateur pour le soutien social hors travail. Plus spécifiquement, l'effet modérateur de réduction de la détresse psychologique produit par le soutien social hors travail est d'autant plus grand que le nombre d'heures travaillées augmente. Ainsi, plus les heures travaillées augmentent, plus l'effet du soutien social hors travail est important dans le sens d'atténuer la détresse psychologique.

### 5.1.4 HYPOTHÈSE 4

Finalement, nous avons posé une hypothèse testant le modèle de Karasek (1979) à l'effet que l'interaction entre les demandes psychologiques de travail et la latitude décisionnelle était associée à la détresse psychologique. La régression linéaire suivant le modèle 20 (Tableau XII) nous permet de vérifier cette hypothèse. Les résultats de l'analyse se sont avérés non significatifs. Donc, nos résultats ne correspondent pas à ceux de Karasek (1979) ni à ceux des quelques études qui ont vérifié le modèle de Karasek (de Jonge et al., 2000a ; Schechter et al., 1997) Cependant, il est important de mentionner que la plupart des études ayant testé cette hypothèse avaient trouvé des résultats plutôt non concluants quant à la validation du modèle de Karasek (Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; Van Der Doef et al., 1998). Dans le même ordre d'idée, l'étude de Stansfeld et al. (1999) a obtenu des résultats similaires aux nôtres, c'est-à-dire qu'ils

ont découvert que l'interaction entre les fortes demandes au travail et la faible latitude décisionnelle n'avait pas d'effet sur les désordres psychiatriques.

### 5.1.5 PROPOSITION

Nous avons aussi énoncé une proposition spécifiant que le niveau d'enseignement pourrait être relié à la détresse psychologique chez les enseignants. Les résultats de l'analyse de régression linéaire du modèle 1 (Tableau X) nous montrent qu'il n'y a pas de lien significatif entre ces deux facteurs. Sans doute, les sources de facteurs de risque ou de stress sont différentes à chacun des niveaux d'enseignement, mais en bout de ligne s'équivalent. De plus, les analyses bivariées (tableau IX) montrent que les différents niveaux d'enseignement sont corrélés avec différents facteurs de risques. Ainsi, le niveau d'enseignement « secondaire » est corrélé significativement avec la pression du public et la violence au travail qui sont tous deux reliés de façon significative à la détresse psychologique selon nos analyses de régression linéaire (tableau X). Le niveau d'enseignement « post-secondaire » quant à lui est corrélé significativement avec le nombre d'heures travaillées, la permanence de l'emploi, les demandes psychologiques et l'irrégularité de l'horaire de travail, les deux derniers facteurs étant aussi reliés positivement et significativement au niveau de détresse psychologique selon les analyses multivariées (tableau X). L'infirmité de cette proposition est donc sans doute due à ces fortes corrélations entre les niveaux d'enseignement et les facteurs de risques. Au total, les résultats suggèrent que le niveau d'enseignement puisse influencer indirectement la détresse psychologique à travers des conditions de travail différentes selon les niveaux d'enseignement.

### 5.1.6 AUTRES RÉSULTATS

L'analyse de régression du modèle 1 (Tableau X) nous a permis d'identifier toutes les variables ayant un lien significatif avec la détresse psychologique chez les

enseignants. Ainsi, les variables modératrices n'ont, à une exception près, aucun effet sur la relation entre les facteurs de risque et la détresse psychologique. Cela n'est pas considérablement surprenant, puisque les études qui traitent des facteurs que nous considérons comme modérateurs les traitaient, eux, comme des variables indépendantes agissant comme facteurs de protection. Il y a cependant une exception, la recherche de Griffin et al. (2002) dans laquelle il a été trouvé que le soutien social modérait l'impact des stressseurs sur le bien-être. Il est toutefois important de noter que cette étude ne s'intéressait pas précisément aux enseignants et à la détresse psychologique. Par contre, nous avons découvert que toutes les variables que nous avons appelées modératrices sont significativement liées à notre variable dépendante. Le sens des relations entre celles-ci et la détresse psychologique est dans tous les cas dans le sens attendu d'un point de vue logique. En effet, nous remarquons que le soutien social hors travail a un effet protecteur, donc que le lien est négatif. Cela correspond aux résultats qui ressortent de la littérature (Chan, 2002 ; Finlay-Jones, 1986 ; Griffith et al., 1999 ; Leung et al., 2000; Punch et Tuettemann, 1990; Schonfeld, 2001). Le lien entre la tension avec les enfants et la détresse psychologique va aussi dans le sens prévu, c'est-à-dire que la relation est positive. C'est semblable aux résultats de Griffin et al. (2002). Enfin, nous avons obtenu une relation négative entre le nombre d'enfants mineurs dans le ménage et la détresse psychologique. Arber (1991), qui n'a pas étudié spécifiquement les enseignants, avait trouvé que ne pas avoir d'enfants augmentait la détresse psychologique chez les femmes. En considérant que nous avons dans notre échantillon une grande majorité de femmes, nous pouvons comprendre pourquoi la relation est positive.

Pour ce qui est des variables de contrôle, seulement le sexe et l'âge se sont avérés avoir un lien significatif avec la détresse psychologique des enseignants. Les femmes et les jeunes étant plus sujets à celle-ci. Ces résultats concordent avec plusieurs études (sexe : Bourbonais et al., 1996; Brisson et al., 2001; Fuhrer et al., 1999; Griffin et al., 2002; Marchand et al., 2000) ; Mausner-Dorsh et Eaton, 2000 ; McDonough, 2000 ; Roxburgh, 1996 ; Vermulen et Mustard, 2000 ; Punch et Tuttemann, 1990 ; âge : Fuhrer et al., 1999 ; Hemingway et al., 1997 ; Marchand et al., 2000 ; Mausner-Dorsh et Eaton,

2000 ; McDonough, 2000 ; Turner et al., 1995; Vermulen et Mustard, 2000 ; Williams et Collins, 1995).

## **5.2 FORCES ET LIMITES DE LA RECHERCHE**

Une des forces de notre recherche et vient sans aucun doute du fait que notre échantillon a été élaboré avec soins par Santé Québec (1998), et que sa taille est suffisamment grande. Notre recherche possède donc une validité externe raisonnable. De plus, les questionnaires que Santé-Québec ont choisis possèdent une bonne validité interne, puisqu'ils ont été conçus par des spécialistes et qu'ils avaient déjà été utilisés dans le passé. La collecte de données a été effectuée minutieusement par des personnes ayant reçu une formation appropriée (Santé Québec, 1998). En plus, Santé Québec a procédé à différents types de validation de données (Santé Québec, 1998). Finalement, nous avons contrôlé plusieurs des facteurs identifiés dans la littérature comme pouvant influencer la détresse psychologique.

Cependant, comme toutes études, la notre comporte aussi certaines limites. La plus importante vient du fait que nous utilisons des données secondaires. Nous ne possédions donc pas de toute la liberté dans la sélection de nos variables. Ainsi, plusieurs autres facteurs auraient sans aucun doute été pertinents à étudier, tels le lieu de naissance, l'ancienneté, le soutien social au travail, et d'autres encore. Toutefois comme nous ne disposions pas données sur ces facteurs nous avons été contraints de ne pas pouvoir en tenir compte dans notre étude. Ensuite, bien de notre recherche fournit des résultats appropriés, ils proviennent d'une étude transversale, alors qu'il serait préférable de réaliser des études longitudinales, qui auraient permis d'encore mieux cibler les facteurs causant la détresse psychologique. Finalement, la base de données à laquelle nous avons accès était très bien réalisée et assez complète, cependant elle date de 1998 et il pourrait être pertinent d'effectuer des analyses avec des données plus récentes.

### 5.3 PISTES DE RECHERCHES FUTURES

Dans le futur, des études longitudinales devraient être réalisées afin de tenter d'identifier des facteurs qui déclenchent la détresse psychologique chez les enseignants. Afin, de préciser notre étude, il serait pertinent de reprendre le facteur statut d'emploi, mais de le traiter de façon subjective, c'est-à-dire de recenser la perception que les enseignants ont de la précarité de leur emploi plutôt que leur statut réel.

Aussi, il serait intéressant d'examiner un plus grand nombre de facteurs professionnels afin de vérifier s'ils ne peuvent pas eux aussi contribuer à l'augmentation de la détresse psychologique. Par exemple, la clientèle étudiante pourrait jouer un rôle dans la santé mentale des enseignants. Il serait ainsi pertinent d'étudier des facteurs tels le type de milieu social d'où proviennent les étudiants, le pourcentage d'étudiants immigrants dans l'école, la présence d'étudiants ayant des troubles d'apprentissage. Bien que nous ayons différencié les niveaux d'enseignement dans la présente étude, il pourrait être révélateur d'élargir ce facteur en y ajoutant des variables telles que l'enseignement aux adultes ou la formation à distance (via l'internet ou le téléphone). Le type d'institution d'enseignement serait aussi un facteur à considérer, peut-être les enseignants des écoles publiques se différencient-ils des enseignants des écoles privées au niveau de la détresse psychologique. Également, il serait intéressant de voir si les enseignants qui participent à des programmes particuliers (écoles alternatives, écoles internationales) vivent un niveau de détresse psychologique comparable à celui des enseignants du programme régulier. Dans le même ordre d'idées, les études futures pourraient vérifier s'il existe un lien entre le secteur d'enseignement (professionnel ou général) et la détresse psychologique. Nous trouvons qu'il serait aussi profitable de vérifier la présence d'association entre la matière enseignée et la détresse psychologique. Sans doute certaines matières demandent plus de préparation ou encore sont généralement plus redoutées des étudiants et de ce fait demandent plus de création, d'originalité et de patience de la part des enseignants.

Notre étude montre que le soutien social hors travail joue un rôle important puisqu'il protège les enseignants, dans une certaine mesure, de la détresse psychologique. Aussi, il serait utile d'étudier le soutien social au travail. Pour ce faire, les prochaines études devront considérer des facteurs tels la qualité des relations entre les enseignants et la direction, la qualité des relations des enseignants entre eux et le climat au travail (entraide entre les enseignants ou compétition).

D'autres facteurs professionnels relatifs à la charge de travail des enseignants seraient des plus pertinents à étudier. Nous pourrions inclure parmi ceux-ci le nombre d'étudiants par classe et la lourdeur des tâches connexes des enseignants (la correction, la préparation des cours, la rédaction d'examens, pour les enseignants de niveau post-secondaire ; la recherche et la publication d'articles).

Il serait aussi possible de traiter le présent sujet sous un angle plus psychologique. Les études futures pourraient ainsi considérer la personnalité des enseignants ; à savoir s'ils ont une personnalité de type A (perfectionniste, exigeant avec eux-mêmes, ambitieux, impatient) ou de type B (patient, peu compétitif, décontracté). Les antécédents de détresse psychologique chez les enseignants ou dans leur famille pourraient être un autre facteur psychologique à considérer puisque nous savons que beaucoup de troubles de santé mentale apparaissent simultanément avec d'autres troubles semblables et que les gens provenant d'une famille où un membre est atteint d'un tel trouble sont plus à risque que la population en générale. Enfin, il pourrait être pertinent d'effectuer une comparaison entre les facteurs professionnels influençant la détresse psychologique chez les enseignants aux facteurs d'ordre plus personnels, tel que le centre du contrôle, le sentiment d'efficacité, l'estime de soi, les habitudes de vie (alcool, tabac, activités physiques), l'état de santé physique et les événements stressants de l'enfance (Marchand et al, 2005b).

Finalement, comme nous l'avons mentionné les données utilisées dans la présente étude datent de 1998. Depuis, il y a eu certains changements majeurs dans le monde de l'éducation. Par exemple, en 1997 le Ministère de l'Éducation du Québec a

mis en place un programme d'incitation à la retraite. Les enseignants pouvaient ainsi prendre leur retraite sans pénalité. Aussi, avec la réforme du monde de l'enseignement en cours depuis quelques années, les enseignants voient leur charge de travail s'accroître considérablement. En plus, plusieurs enseignants et spécialistes restent sceptiques quant au bien-fondé de ce renouveau pédagogique. Ainsi, la réforme est controversée et les enseignants se demandent si les efforts supplémentaires qu'ils déploient servent vraiment au bien des élèves. Comme les données que nous possédons identifient certains facteurs contributifs à la détresse psychologique et nous montrent un niveau de détresse psychologique préoccupant, ces changements nous permettent de supposer que la situation actuelle n'a pu que s'être détériorée.

En dernier lieu, si les mêmes données étaient recueillies au cours d'une année de négociation entre le gouvernement et les enseignants (comme ce fut le cas cette année ; les enseignants québécois ont été sans contrat de travail du 30 juin 2003 au 15 décembre 2005), il nous est possible, voire même raisonnable, de prévoir que le climat de tension, d'insécurité, d'irritation dans le milieu enseignant n'aurait pu être que néfaste au point de vue du niveau de détresse psychologique des enseignants. C'est pourquoi nous croyons que la relation entre les enseignants et leur employeur et le statut de leur contrat pourraient également être une variable révélatrice pour une recherche future.

## CONCLUSION

Comme le montrent les résultats du sondage réalisé par la Fédération canadienne des enseignants et enseignantes (2001), le monde de l'enseignement n'est pas un milieu de travail des plus faciles. C'est pourquoi cette étude tente d'identifier les facteurs professionnels qui expliquent la détresse psychologique chez les enseignants. Rappelons que le terme enseignant fait référence à tous les individus qui enseignent une(des) certaine(s) matière(s) aux différents niveaux académiques. Afin de pouvoir mener à terme cette étude, nous avons eu accès aux données recueillies lors de l'Enquête sociale et de santé du Québec de 1998.

Afin d'élaborer notre modèle conceptuel, nous avons examiné tous les modèles présents dans la littérature scientifique, soient ceux conçus par Karasek (1979), Karasek et Theorell (1990), Siegrist (1996) et Vézina et al. (1992). Cependant, nous nous sommes plutôt basés sur ce dernier modèle. En effet, Vézina et al. (1992) ont une approche intéressante en ce qui a trait à l'identification de facteurs professionnels de risque et de protection à la détresse psychologique, tout en considérant aussi certains facteurs hors travail. Nous nuancions toutefois, puisque, contrairement à Vézina et al., qui traitent les facteurs de protection comme étant des variables modératrices, nous avons choisi de les considérer en variables indépendantes, compte tenu des résultats des recherches empiriques à ce sujet. De cette façon, nous avons identifié dix variables indépendantes, de nature professionnelle, pour notre modèle conceptuel. Six de celles-ci sont des facteurs de risque (les demandes psychologiques de travail, le nombre d'heures travaillées, l'irrégularité de l'horaire de travail, le statut d'emploi, la pression du public et la violence au travail). Nous avons trois facteurs de protection soient : l'utilisation des compétences, l'autorité décisionnelle et la latitude décisionnelle. Ce dernier facteur est en fait, l'interaction des deux facteurs précédents et nous permet de tester l'hypothèse principale de Karasek (1979) proposant que l'interaction entre de fortes demandes psychologiques et une faible latitude décisionnelle engendre la détresse psychologique. Finalement, nous avons choisi d'inclure une variable exploratrice qui est le niveau

d'enseignement. Tout comme Vézina et al. (1992), nous avons choisi d'inclure à notre modèle quelques variables modératrices telles que le soutien social hors travail, la tension avec les enfants et le nombre d'enfants mineurs dans le ménage. Finalement, la littérature traitait parfois d'autres facteurs pouvant avoir un effet sur la détresse psychologique, dont nous avons intégré certains comme variables de contrôle. Nous en avons identifié cinq soient : l'âge, le sexe, la suffisance du revenu dans le ménage, l'état de santé perçu et enfin, l'état civil.

Une fois notre modèle conceptuel élaboré, nous avons énoncé certaines hypothèses. Nous en avons formulé quatre ainsi qu'une proposition. La première hypothèse avançait que les facteurs de risque liés au travail (les demandes psychologiques de travail, le nombre d'heures travaillées, l'irrégularité de l'horaire de travail, le statut d'emploi, la pression du public et la violence au travail) augmenteraient la détresse psychologique des enseignants. La seconde, prédisait que les facteurs de protection liés au travail (l'utilisation des compétences, l'autorité décisionnelle et la latitude décisionnelle) diminueraient la détresse psychologique. La troisième supposait dans un premier temps, que le soutien hors travail atténuerait la relation entre les facteurs de risque et la détresse psychologique et dans un deuxième temps que la tension avec les enfants ainsi que le nombre d'enfants mineurs dans le ménage renforceraient la relation entre les facteurs de risque et la détresse psychologique. Enfin, la dernière hypothèse prédisait que l'interaction entre les demandes psychologiques et la latitude décisionnelle serait associée à la détresse psychologique. Finalement, nous avons proposé que le niveau d'enseignement puisse être relié à la détresse psychologique.

Nous avons pu tester ces hypothèses et proposition grâce à des analyses statistiques, univariées, bivariées et multivariées, effectuées sur un échantillon de 405 enseignants qui ont participé à l'Enquête sociale et de santé du Québec de 1998. Nous avons confirmé partiellement notre première hypothèse puisque nous avons trouvé un lien positif significatif entre quatre des six facteurs de risque et la détresse psychologique. Les deux facteurs ayant un effet plus important sont la violence au travail et les demandes psychologiques de travail. Finlay-Jones (1986) avait également

trouvé un lien similaire pour ce qui est de la violence au travail. Cependant, aucune étude n'avait vérifié le lien entre les demandes psychologiques et la détresse psychologique spécifiquement chez les enseignants. En plus de ces deux facteurs, la pression du public et l'irrégularité de l'horaire de travail font aussi augmenter significativement la détresse psychologique chez les enseignants, mais à un moindre degré. Le résultat relatif à la pression du public vient confirmer les résultats antérieurs de Finlay-Jones (1986), tandis que celui concernant l'irrégularité de l'horaire de travail est nouveau dans la littérature se rapportant aux enseignants. Finalement, aucun lien significatif n'a été découvert entre les facteurs nombre d'heures travaillées et statut d'emploi et la détresse psychologique. La littérature traitant de ces facteurs n'était pas en lien avec la détresse psychologique et pas non plus spécifique aux enseignants.

Les résultats obtenus infirment complètement notre deuxième hypothèse portant sur l'effet des facteurs professionnels de protection, puisqu'aucun d'entre eux n'est corrélé significativement avec la détresse psychologique. Par contre, il est important de mentionner que le sens des relations que nous avons trouvé est, pour chacun des facteurs, dans le sens attendu et surtout que le coefficient de régression est près du seuil de signification dans le cas du facteur utilisation des compétences. Il est probable que l'absence de corrélation entre ces facteurs et la détresse psychologique soit due à la faible variance existant entre les trois facteurs. En effet, les moyennes des facteurs de protection sont élevées et leur écart-type est faible.

Pour ce qui est de notre troisième hypothèse portant sur des variables modératrices hors travail, nos résultats indiquent que seul le soutien social hors travail a un rôle modérateur par rapport au nombre d'heures travaillées dans la relation avec la détresse psychologique. En fait, ce résultat significatif indique que le soutien social hors travail joue un rôle modérateur de réduction de la détresse psychologique qui est d'autant plus grand que le nombre d'heures travaillées augmente. Notons par contre, que considéré en tant que variables indépendantes, ces trois facteurs sont reliés de façon significative avec la détresse psychologique. Plus précisément, le soutien social hors travail ainsi que le nombre d'enfants mineurs dans le ménage contribuent à la

diminution de la détresse psychologique, tandis que les tensions avec les enfants augmente la détresse psychologique.

Quant à la quatrième hypothèse, les résultats de l'analyse multivariée testant l'hypothèse de Karasek (1979), qui prédisait que l'interaction entre de fortes demandes psychologiques et une faible latitude décisionnelle serait associé à la détresse psychologique, se sont avérés non-significatifs. Bien que ces résultats diffèrent de quelques études sur le sujet, il est essentiel de se rappeler que plusieurs études n'ont, tout comme nous, pas réussi à valider le modèle de Karasek (1979).

Enfin, les enseignants des différents niveaux académiques semblent souffrir à peu près du même degré de détresse psychologique.

En résumé, nos résultats confirment que la violence au travail ainsi que la pression du public sont des facteurs de risque de la détresse psychologique pour les enseignants. De plus, nous avons découvert que les demandes psychologiques de travail et l'irrégularité de l'horaire de travail sont aussi des facteurs contribuant à l'augmentation de la détresse psychologique des enseignants. Nous avons aussi trouvé un effet modérateur du soutien social pour la relation entre le nombre d'heures travaillées et la détresse psychologique. Finalement, nos analyses ont permis d'établir que certains facteurs hors travail avaient aussi un effet sur la détresse psychologique et ce, indépendamment des facteurs professionnels.

La présente étude contribue à l'avancement des connaissances au sujet de la détresse psychologique chez les enseignants puisqu'elle s'ajoute à la liste relativement courte de recherches traitant de ce sujet. Une seule étude avait traité de lien entre la violence au travail et la détresse psychologique, nous avons réussi à confirmer ce lien, montrant même qu'il était le facteur de risque le plus important. Aucune étude n'avait ciblé spécifiquement le nombre d'heures travaillées et le statut d'emploi comme facteur de risque à la détresse psychologique pour les enseignants, nous avons pu montrer qu'il n'y avait pas de lien entre ces derniers et notre variable dépendante. Même si cela

infirmes partiellement notre hypothèse, ces résultats sont importants parce qu'ils vont permettre de guider les chercheurs dans l'élaboration de leurs modèles conceptuels pour leurs prochaines études. Similairement, s'il est intéressant de connaître le rôle modérateur du soutien social sur la relation entre le nombre d'heures travaillées et la détresse psychologique, il est aussi intéressant de savoir que les autres variables modératrices ne jouent pas de rôle significatif, mais que tous les facteurs modérateurs, relevant du domaine hors travail, agissent sur la détresse psychologique en tant que variables indépendantes, et donc ont un effet additif par rapport à celui des facteurs de risque professionnels. Nous avons aussi identifié certaines corrélations entre des facteurs de risque et les niveaux d'enseignement, suggérant ainsi une nouvelle voie d'investigation pour les recherches futures.

## BIBLIOGRAPHIE

- Abramson, L.Y., Seligman M.E.P. & Teasdale J.D. (1978). Learned helplessness in humans : Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.
- Arber, S. (1991). Class, Paid Employment and Family Roles : Making Sense of Structural Disadvantage, Gender and Health Status. *Social Science & Medecine*, 32(4), 425-436.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman, New York, 604 pages.
- Bourbonais, R., Brisson, C., Moisan, J. & Vézina, M. (1996). Job Strain and Psychological distress in white-collar Workers. *Scandinavian Journal of Work Environmental Health*, 22, 139-145.
- Brisson, C., Laroque, B. & Bourbonnais, R. (2001). Les contraintes psychologiques au travail chez les Canadiennes et les Canadiens. *Canadian Journal of Public Health*, 92(6), 460-467.
- Centrales des syndicats du Québec. (2004). *Un salarié de la CSQ sur trois est en situation à risque d'épuisement professionnel au travail*. Page consultée le 5 février 2005. <http://www.csq.qc.net/section5/nouvelles/nouvelle2023.html>
- Chan, D.W. (1998). Stress, coping strategies, and psychological distress among secondary school teachers in Hong Kong. *American Educational Research Journal*. Vol 35(1), 145-163.
- Chan, D.W. (2002). Stress, self-efficacy, social support, and psychological distress among prospective Chinese teachers in Hong Kong. *Educational Psychology*. Vol 22(5), 557-569.
- Cohen, S., & Wills, T.A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- de Jonge, J., Dollard, M. F., Dormann, C., Le Blanc, P. & Houtman, I. L. D. (2000a). The Demand-Control Model: Specific Demands, Specific Control, and Well-Defined Groups. *International Journal of Stress Management*, 7(4), 269-287.
- de Jonge, J., Bosma, H., Peter, R. & Siegrist, J. (2000b). Job Strain, Effort-Reward Imbalance and Employee Well-Being : A Large Scale Cross-Sectional Study. *Social Sciences and Medecine*, 50, 1317-1327.

- Fédération canadienne des enseignants et des enseignantes. (2001). *Sondage sur le milieu de travail*. Page consultée le 5 février 2005. <http://www.ctf-fce.ca/fr/>
- Finlay-Jones, R. (1986). Factors in the teaching environment associated with severe psychological distress among school teachers. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, Vol 20(3), 304-313.
- Fletcher, B. & Payne, R. (1982). Levels of reported stressors and strains amongst school teachers: Some UK data. *Educational Review*, 34, 267-278.
- Frese, M. (1999). Social Support as a Moderator of the Relationship Between Work Stressors and Psychological Dysfunctioning : A Longitudinal Study with Objective Measures. *Journal of Occupational Health Psychology*, 4(3), 179-192.
- Fuhrer, R. & Stansfeld, S.A. (2002). How Gender Affects Patterns of Social Relations and their Impact on Health : A Comparison of One or Multiple Sources of Support from "Close Persons". *Social Science & Medecine*, 54(5), 811-825.
- Fuhrer, R., Stansfeld, S.A., Chemali, J. & Shipley, M.J. (1999). Gender, Social Relations and Mental Health: Prospective Findings from an Occupational Cohort (Whitehall II study). *Social Science & Medecine*, 48(1), 77-87.
- Gingras, F-P. (2001). *Validité interne, fiabilité, validité externe*. Page consulté le 4 avril 2005. <http://aix1.uottawa.ca/~fgingras/metho/validite.ppt>
- Griffin, J.M., Fuhrer, R., Stansfeld, S.A. & Marmot, M. (2002). The Importance of Low Control at Work and Home on Depression and Anxiety : Do these Effects Vary by Gender and Social Class? *Social Science & Medecine*, 54(5), 783-798.
- Griffith, J., Steptoe, A. & Cropley, M. (1999). An Investigation of Coping Strategies associated with Job Stress in Teachers. *British Journal of Educational Psychology*, 69, 517-531.
- Hammen, C. & deMayo, R. (1982). Cognitive Correlates of Teacher Stress and Depressive Symptoms: Implications for Attributional Models of Depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 96-101.
- Hemingway, H., Nicjolson, A., Stafford, M., Roberts, R. & Marmot, M. (1997). The Impact of Socioeconomic Status on Health Functioning as assessed by the SF-36 Questionnaire: the Whitehall II Study. *American Journal of Public Health*, 87(9), 1484-1490.
- Ilfeld, F.D. (1976). Further validation of a psychiatric symptom index in a normal population. *Psychological Reports*, 39, 1215-1218.

- Jex, S.M. & Bliese, P.D. (1999). Efficacy Beliefs as a Moderator of the Impact of Work-Related Stressors : A Multilevel Study. *Journal of Applied Psychology*, 84(3), 349-361.
- Karasek, R.A. (1979). Job Demands, Job Decision Latitude, and Mental Strain: Implications for Job Redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285-308.
- Karasek, R.A. & Theorell, T. (1990). *Healthy Work : stress, productivity, and the reconstruction of the working life*. Basic Books inc. Publishers, New York, 381 pages.
- Kyriacou, C. & Pratt, J. (1985). Teacher stress and psychosomatic symptoms. *British Journal of Educational Psychology*, 55, 61-64.
- Leung, T., Siu, O., & Spector, P.E. (2000). Faculty stressors, job satisfaction, and psychological distress among university teachers in Hong Kong: The role of locus of control. *International Journal of Stress Management*. Vol 7(2), 121-138.
- Loscocco, K.A. & Spitze, G. (1990). Working Conditions, Social Support, and the Well-Being of Female and Male Factory Workers. *Journal of Health and Social Behavior*, 31(4), 313-327.
- Marchand, A., Demers, A., Durand, P. & Simard, M. (2003). Occupational Variations in Drinking and the Role of Psychological Distress : A Multilevel Analysis. *Work*, 21(2), 153-163.
- Marchand, A., Demers, A. & Durand, P. (2005a). Does work really cause distress? The contribution of occupational structure and work organization to the experience of psychological distress. *Social Science & Medicine*, 61, 1-14.
- Marchand, A., Demers, A. & Durand, P. (2005b). Do occupation and work conditions really matter? A longitudinal analysis of psychological distress experiences among Canadian workers. *Sociology of Health & Illness*, 27(5), 602-627.
- Mausner-Dorsh, H. & Eaton, W.W. (2000). Psychological Work Environment and Depression : Epidemiologic Assessment of the Demand-Control Model. *American Journal of Public Health*, 90(11), 1765-1770.
- McDonough, P. (2000). Job Insecurity and Health. *International Journal of Health Services*, 30(3), 453-476.
- Niedhammer, I. & Gold (1998). Psychological Factors at Work and Subsequent Depressive Symptoms in the Gazel Cohort. *Scandinavian Journal of Work Environmental Health*, 24(3), 197-205.

- Niedhammer, I., David, S., Bugel, I. & Chea, M. (2000). Catégorie socioprofessionnelle et exposition aux facteurs psychosociaux au travail dans une cohorte professionnelle. *Travailler*, 5, 23-45.
- Otto, R. (1986). *Teachers Under Stress*. Melbourne, Australie : Hill of Content Publishing Compagny.
- Pelfrenet, E., Vlerick, P., Mak, R.P., De Smet, P., Kornitzer, M. & De Backer, G. (2001). Scale Reliability and Validity of the Karasek "Job Demand-Control-Support" Model in the Belstress Study. *Work and Stress*, 15(4), 297-313.
- Punch, K. F. & Tuettemann, E. (1990). Correlates of psychological distress among secondary school teachers. *British Educational Research Journal*, 16, 369-382.
- Punch, K.F. & Tuettemann, E. (1991). Stressful factors and the likelihood of psychological distress among classroom teachers. *Educational Research*. Vol 33(1), 65-69.
- Roxburgh, S. (1996). Gender Differences in Work and Well-Being: Effects of Exposure and Vulnerability. *Journal of Health and Social Behavior*, 37(3), 265-277.
- Sann, U. (2003). Job Conditions and Wellness of German Secondary School Teachers. *Psychology and Health*, 18 (4), 489-500.
- Santé Québec (1998). Enquête générale sur la santé et le bien-être de la santé dans la population de 1998. Protocole. Montréal : Ministère de la Santé et des Services Sociaux, Gouvernement du Québec.
- Sargent, L.D. & Terry, D.J. (2000). The Moderating Role of Social Support in Karasek's Job Strain Model. *Work and Stress*, 14(3), 245-261.
- Sari, H. (2004). An Analysis of Burnout and Job Satisfaction among Turkish Special School Headteachers and Teachers, and the Factors Effecting their Burnout and Job Satisfaction. *Educational Studies*, 30(3), 291-306.
- Schechter, J., Green, L.W.M. Olsen, L., Kruse, K & Cargo, M. (1997). Application of Karasek's Demand/Control Model in a Canadian Occupational Setting Including Shift Workers During a Period of reorganization and Downsizing. *American Journal of Health Promotion*, 11(6), 394-399.
- Schonfeld, I.S. (1989). Coping with job-related stress: The case of teachers. *Journal of Occupational Psychology*, 63, 141-149.
- Schonfeld, I.S. (1990). Psychological distress in a sample of teachers. *The Journal of Psychology*, 123, 321-338.

- Schonfeld, I.S. (2001). Stress in 1st-year women teachers : The context of social support and coping. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 127(2), 133-168.
- Schrijvers, C.T., van de Mheen, H.D., Stronks, K. & Mackenbach, J.P. (1998). Socioeconomic Inequalities in Health in the Working Population: The Contribution of Working Conditions. *International Journal of Epidemiology*, 27(6), 1011-1018.
- Schweizer, K. & Dobrich, P. (2003), Self-reported health, appraisal, coping, and stress in teachers. *Psychology Science*, 45(1), 92-105.
- Shigemi, J., Mino, Y., Tsuda, T., Babazono, A. & Aoyama, H. (1997). The Relation Between Job Stress and Mental Health. *Industrial Health*, 35, 29-35.
- Shumaker, S.A. & Czajkowski, S.M. (1994). Social Support and Cardiovascular Disease. New-York : Plenum.
- Siegrist, J. (1996). Adverse Health Effects of High-Effort/Low-Reward Conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1 (1), 27-41.
- Spurgeon, A., Harrington, M.J. & Cooper, C.L. (1997). Health and Safety Problems associated with Long Working Hours: A Review of the Current Position. *Occupational and Environmental Medicine*, 54, 367-375.
- Stansfeld, S.A., Fuhrer, R., Shipley, M.J. & Marmot, M.G. (1998). Work Characteristics Predict Psychiatric Disorder: Prospective Results from the Whitehall II Study. *Occupational and Environmental Medicine*, 56, 302-307.
- Stansfeld, S.A., Head, J. & Marmot, M.G. (1999). Explaining Social Class Differences in Depression and Well-Being. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 33, 1-9.
- Statistiques Canada. (1981). Classification type des professions 1980. Ottawa : Approvisionnement et Services Canada, Division des normes.
- Tabachnik, B.G. & Fidell, L.S. (1989). Using multivariate statistics, New York : Harper & Row.
- Taylor, S.E. & Repetti, R.L. (1997). Health Psychology : What is an Unhealthy Environment and How Does it Get Under the Skin ? *Annual Review Psychology*, 48, 411-447.
- Tuettemann, E. & Punch, K.F. (1990). Stress levels among secondary school teachers. *Educational Review*. Vol 42(1), 25-29.

- Tuettemann, E. & Punch, K.F. (1992). Teachers' psychological distress: The ameliorating effects of control over the work environment. *Educational Review*. Vol 44(2), 181-194.
- Turner, R.J., Wheaton, B. & Lloyd, D.A. (1995). The Epidemiology of Social Stress. *American Sociology Review*, 60, 104-125.
- Van Der Doef, M., Maes, S. & Diekstra, R. (1998a). An Examination of the Job Demand-Control-Support Model with Various Occupational Strain Indicators. *Anxiety, Stress, and Coping*, 13, 165-185.
- Van Der Doef, M. & Maes, S. (1998b). The Job Demand-Control(-Support) Model and Psychological Well-Being: A Review of 20 Years of Empirical Research. *Work and Stress*, 13(2), 87-114.
- van Horn, J.E., Taris, T.W., Schaufeli, W.B. & Schreurs, P.J.G. (2004). The Structure of Occupational Well-being: A Study among Dutch Teachers. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 77, 365-375.
- Vermulen, M. & Mustard, C. (2000). Gender Differences in Job Strain, Social Support at Work, and Psychological Distress. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(4), 428-440.
- Vézina, M., Cousineau, M., Mergler, D., Vinet, A. & Laurendeau, M-C., (1992). Pour donner un sens au travail : Bilan et orientations du Québec en Santé mentale au travail. Éditeur Gaëtan Morin, Boucherville.
- Virtanen, P., Vahtera, J., Kivimaki, M., Pentti, J. & Ferrie, J., (2002). Employment Security and Health. *Journal of Epidemiology and Community Health*. 56, 569-574.
- Wilkins, K. & Beaudet, M.P. (1998). Le stress au travail et la santé. Rapports sur la santé, 10(3), 49-64.
- Williams, D. & Collins, C. (1995). US Socioeconomic and Racial Differences in Health: Patterns and Explanations. *Annual Review Sociology*, 21, 349-386.