

Le stress et la résolution de problèmes sociaux chez les étudiants en enseignement en milieu majoritaire et minoritaire francophone : une comparaison entre deux contextes

Introduction

Il est reconnu qu'un travailleur débutant peut vivre des moments de solitude, d'isolement social et de stress lors de son insertion professionnelle. Dans une étude récente, Pépin (2000) avance que près de 50% des travailleurs canadiens affirment se sentir « très stressés » au travail. Toujours selon cette étude, plus des deux tiers d'entre eux manifestent des problèmes de santé. Afin de mettre en relief les conséquences d'un tel état de chose, l'auteur souligne qu'aux États-Unis, les coûts associés au stress en milieu de travail au cours de l'année 1994 sont évalués à près de 200 milliards de dollars. Au Canada-français, une étude auprès de la Régie des rentes du Québec a révélé que 33 % des rentes d'invalidité pour la population enseignante sont liées à des troubles mentaux comparativement à 12% pour la population en général (Dionne-Proulx, 1995). Les premières manifestations du stress lié à l'enseignement se retrouvent très tôt au sein des cohortes d'étudiants qui se destinent à une carrière dans ce milieu. Chez les étudiants en formation des maîtres, le stage de prise en charge de groupes-classes représente une période au cours de laquelle ils sont amenés à vivre un stress intense. Le stage est un moment crucial dans la vie du futur enseignant. Les intervenants en formation des maîtres perçoivent ordinairement chez les stagiaires les plus stressés une inaptitude à poursuivre dans la profession. Au terme de nombreuses années de formation, cette sanction s'avère onéreuse tant sur le plan personnel que professionnel (Bujold, Grenier et Montgomery, 2000).

Une pléthore d'études dans le domaine de la psychologie sociale et de l'éducation ont démontré qu'il y avait une relation négative entre les capacités de résolution de problèmes sociaux et le stress chez des populations diverses (D'Zurilla, Nezu et Maydeu-Olivares, 1996). Ces études ont démontré que plus un sujet est tendu, moins celui-ci est en mesure de résoudre des problèmes sociaux avec efficacité. De plus, des auteurs prétendent que les aptitudes à la résolution de problèmes sociaux représentent un élément important d'ajustement psychologique en situation de stress (Folkman et Lazarus, 1988). En revanche, la personne qui réussit à résoudre ses problèmes sociaux aura une meilleure capacité à atténuer les effets négatifs de son stress psychologique. D'autres études suggèrent que la perception du stress peut diminuer chez l'individu qui subit une situation de stress prolongée telle qu'une perte d'emploi, un divorce et un nouvel emploi (Heppner, Baumgardner et Jackson, 1985). Parallèlement, gestion de stress et gestion de classe sont intimement liées ; le stress a un impact direct sur la

gestion de classe chez les enseignants en exercice. De plus, une autre étude dans le champ de la formation des maîtres au niveau secondaire démontre que l'inaptitude à résoudre des problèmes sociaux représentent un prédicteur du niveau de stress psychologique, du désarroi et de la dépression chez le futur enseignant, ce qui a pu même mener jusqu'au suicide chez celui-ci, laissant ainsi entendre des conséquences touchant tous les acteurs concernés de la société (Chan, 1998). Il est important de souligner ici que dans le cadre de cette recherche, nous sommes d'accord avec l'affirmation de Chan selon laquelle le stress et les capacités à résoudre les problèmes sociaux s'influencent de manière bidirectionnelle.

Objectifs de recherche

La présente recherche a pour objets d'une part, d'identifier les caractéristiques psychométriques des indicateurs de stress du DSP de Derogatis (version française) chez des stagiaires en enseignement en milieu minoritaire, et, d'autre part, de mettre en évidence les caractéristiques psychométriques des indicateurs de la capacité de résolution de problèmes sociaux de Dugas, Freeston et Ladouceur, chez des stagiaires en enseignement en milieu minoritaire. À cela vient s'ajouter l'objectif d'examiner, en pareil contexte, tout lien corrélatif entre le stress et la capacité adaptative de résolution de problèmes sociaux.

Méthodologie

Préambule

Notons d'abord le fait que la présente recherche est mise ici en résonance avec celle que Montgomery, Bujold, Bertrand et Dupuis (2002) ont réalisé auprès de stagiaires en enseignement en milieu majoritaire. La méthodologie et les résultats de cette recherche seront abordés et commentés corrélativement avec ceux de la présente étude réalisée auprès de groupes minoritaires. Cette recherche en milieu minoritaire est en continuité théorique et méthodologique avec la précédente étude. Elle poursuit donc le travail de validation d'instrument de mesure réalisé, cette fois-ci, en milieu linguistique minoritaire. Cette étape est préalable à une enquête pan-canadienne laquelle fournira les données de base à l'élaboration d'un plan d'intervention auprès de la clientèle à la formation des maîtres pour la mieux préparer à affronter le stress lié aux vicissitudes de leur profession.

Sujets et procédure

L'échantillon de la recherche de Montgomery et al. (2002) était constitué de 458 répondants de l'Université Laval, échantillon homogène francophone en contexte majoritaire d'expression française (la ville de Québec, Québec). Cet échantillon était pour sa part constitué de trois cohortes d'étudiants,

âgés en majorité (80 %) entre 19 et 30 ans et dont 75 % de l'ensemble des répondants sont de sexe féminin. Tous les étudiants ont le français pour langue maternelle. Environ 64,6 % des répondants, soit 296 étudiants formaient les cohortes de troisième et quatrième année du baccalauréat en enseignement préscolaire et primaire (BEPEP). La troisième cohorte était constituée de 162 étudiants (35,4 %) du baccalauréat en enseignement secondaire (BES).

L'échantillon de la présente recherche en milieu minoritaire est constitué de 106 répondants répartis de manière égale de la Faculté Saint-Jean (FSJ), Université de l'Alberta à Edmonton et du Collège universitaire de Saint-Boniface (CUSB) à Winnipeg, Manitoba. Au total, ces groupes sont âgés pour la plupart (77 %) entre 19 et 30 ans. Soixante-douze pour-cent (72 %) de l'ensemble des répondants sont de sexe féminin. Cinquante pour-cent (50 %) des sujets se disent de langue maternelle française, 25 % de langue maternelle anglaise et 25 % des sujets déclarent un bilinguisme anglais-français. Au moment de l'étude 75 % des répondants sont inscrits en enseignement au niveau des troisièmes et quatrièmes années d'études universitaires.

Instruments

Les instruments de mesure de la recherche en milieu minoritaire consistent en deux questionnaires. Pour la mesure relative à la résolution de problèmes sociaux, nous avons eu recours à une version abrégée de l'inventaire de la résolution de problèmes de Dugas, Ladouceur et Freeston (1996) contenant 35 questions, laquelle est une adaptation française de l'inventaire de Résolution de Problèmes Sociaux (IRPS: D'Zurilla & Nezu, 1982) qui a 70 items. Ce questionnaire abrégé rejoint deux dimensions principales à savoir les habiletés de résolution de problèmes et l'orientation au problème.

Le second questionnaire utilisé dans notre recherche est une version française du questionnaire mesurant le stress psychologique de Derogatis (DSP®1987) composée de 77 items. Il comprend trois dimensions principales à savoir les médiateurs personnels, les événements de l'environnement et la réponse émotive. Cette version a déjà été traduite et validée par Cameron Montgomery, auprès des étudiants en enseignement primaire et secondaire à l'Université Laval mais pas encore en milieu minoritaire francophone (la Faculté Saint-Jean, University of Alberta et le collège universitaire de Saint-Boniface). Ce questionnaire sur le stress autorise également l'obtention d'un score total indiquant la perception globale qu'a le répondant de son propre niveau de stress.

L'un et l'autre questionnaires ont été administrés à tous les répondants avant le début de leur stage en salle de classe, stage qui représente une situation de stress élevé à l'exception des répondants du Collège universitaire de Saint-Boniface qui les ont complétés à mi-stage. Ces questionnaires ont été

remplis de manière individuelle bien que l'administration de ceux-ci ait été faite en grand groupe.

Résultats

Notons que du fait de la nature synthétique de cet article, le détail de nombreux tableaux n'est pas rapporté.

Première question de recherche

Notre premier souci était d'identifier les caractéristiques psychométriques des indicateurs de stress du DSP de Derogatis (version française) chez des stagiaires en enseignement en milieu minoritaire. Soulignons pour fins de comparaison que l'étude de Montgomery et al. (2002) auprès des stagiaires en milieu majoritaire a permis d'identifier trois facteurs du questionnaire sur le stress : les médiateurs personnels (le temps et l'avenir), la réponse émotionnelle relationnelle et le stress de l'environnement. L'analyse factorielle exploratoire auprès de la population de l'Ouest a également permis de révéler l'existence de trois facteurs. Toutefois, les items à l'intérieur de chaque facteur sont plutôt mixtes en nature, au sens où ils font appel à plus d'un facteur, ce qui n'autorise pas d'interprétation définitive. En revanche, l'analyse factorielle auprès de la population minoritaire a fait ressortir, après épuration des items dont la corrélation est négative avec l'un ou l'autre facteurs, des items ayant une corrélation item-total particulièrement faible ce qui révèle autre chose que le reste du questionnaire. Cela dit, d'autres particularités s'observent dans la population de l'Ouest alors que toujours selon l'étude Montgomery et al. (2002), les étudiants en milieu majoritaire francophone semblent être stressés par rapport à leur avenir, au manque de temps, aux relations humaines (incluant les émotions) et à l'environnement (satisfaction à l'égard de la carrière, de la situation familiale et l'attitude à l'égard de la santé). Les données obtenues auprès des cohortes minoritaires de l'Ouest ne permettent pas une interprétation aussi détaillée des sensibilités au stress mais ces sujets semblent privilégier l'activité physique comme réponse au stress suite à une étude de fiabilité de ces items sous le facteur 3 (au-dessus de .3). Ce facteur regroupe notamment des items dont quatre d'entre eux sur cinq proviennent de la sous-échelle attitude à l'égard de la santé dans la dimension médiateurs personnels. Ces cinq items s'énoncent comme suit :

- Item 26 - J'éprouve beaucoup d'intérêts pour les "hobbies" et les sports ;
- item 32 - Je suis en bonne condition physique ;
- item 49 - Je crois vraiment qu'on se sent seul au sommet ;
- item 54 - Je crois qu'être en santé est plus important que tout;
- item 71 - J'estime que la vie est une lutte et qu'on n'obtient rien gratuitement.

Dans l'ensemble, ces éléments indiquent, selon toutes apparences, une tendance à combattre le stress par le biais de l'activité physique. Peut-être, faut-il y voir l'expression d'un particularisme régional, voire culturel ; la société anglo-saxonne dans laquelle baignent ces futurs enseignants et dont ils sont pour la plupart issus, possède une tradition sportive bien implantée.

Seconde question de recherche

À l'instar des résultats obtenus par Montgomery et al. (2002) auprès de l'échantillon en milieu majoritaire, l'analyse factorielle exploratoire du questionnaire portant sur la résolution de problèmes sociaux permet également de retrouver les deux facteurs principaux à l'origine du modèle structural original de Dugas et al., en l'occurrence, « les habiletés de résolution de problèmes » et « l'orientation au problème ». Ce modèle se trouve une fois de plus confirmé, en milieu minoritaire francophone cette fois-ci, et ce, en dépit du nombre limité de sujets soumis au questionnaire.

Troisième question de recherche

Nous voulions mieux comprendre la relation entre le stress et la résolution de problèmes sociaux chez les stagiaires en enseignement tant en milieu minoritaire que majoritaire. De ce fait, nous avons corrélé les résultats aux deux questionnaires afin de dégager toute relation positive ou négative. Après analyse des corrélations pour chacun des deux milieux, nous avons constaté des différences minimales. Nous avons donc combiné les données des deux milieux ensemble. La mise en corrélation des dimensions liées aux habiletés de résolution de problèmes et celles de l'orientation au problème démontre une relation linéaire positive ($r = .432$). On observe également des relations linéaires positives après pairages des trois dimensions du stress : $r = .458$ les médiateurs personnels et les événements de l'environnement, $r = .550$ pour les événements de l'environnement et la réponse émotionnelle et $r = .625$ pour les médiateurs personnels et la réponse émotionnelle.

À cela, ajoutons que chacune des deux dimensions du questionnaire de l'inventaire de la résolution de problèmes de Dugas, Ladouceur et Freeston (1996) affiche une relation linéaire négative avec chacune des trois dimensions du questionnaire sur le stress. Ici encore, conformément à des attentes déjà exprimées lors de l'étude réalisée auprès de l'échantillon en milieu majoritaire, un haut niveau de stress est associé à un faible niveau de capacité à résoudre des problèmes sociaux alors qu'un faible niveau de stress est associé à un haut niveau de capacité à résoudre des problèmes.

Discussion

Soulignons pour débiter, que cette recherche a, pour la première fois, mis en perspective la relation entre le stress et la résolution de problèmes sociaux chez des étudiants en milieu minoritaire et majoritaire francophone, utilisant des instruments valides et fiables qui ont été traduits et validés en français par l'auteur. La présente recherche confirme, en partie, la validité psychométrique du questionnaire de résolution de problèmes sociaux de Dugas et al. (1996) ainsi que la version française du questionnaire sur le stress de Montgomery et al. (2002).

Il faut toutefois signaler que les résultats de l'analyse factorielle en milieu minoritaire francophone sont moins concluants. La taille de l'échantillon retenu ($n = 106$) doit être mise en cause. Cela dit, les résultats obtenus offrent tout de même quelques particularités qui ne sont pas moins intéressantes. On l'a vu, les stagiaires francophones en milieux minoritaires affichent une tendance marquée au recours à l'activité physique pour combattre le stress. Tel que nous l'avons mentionné brièvement antérieurement, on peut être tenté d'y voir, l'expression d'un particularisme régional, voire culturel ; la société anglo-saxonne dans laquelle baignent ces futurs enseignants et dont ils sont pour la plupart issus, possède une tradition sportive bien implantée. Une étude similaire auprès des stagiaires anglophones au Canada-Anglais et auprès de stagiaires francophones ailleurs au Québec pourrait confirmer le recours à des types particuliers de réponse au stress. Éventuellement, il serait intéressant, au terme d'études longitudinales et comparatives des niveaux de stress à l'échelle inter-provinciale, de mesurer l'efficacité de ces types de réponses dans la perspective de leur intégration, après évaluation de leurs bienfaits relatifs, au programme de formation des stagiaires.

Montgomery et al. (2002) ont souligné des limites à leur recherche. Nous faisons écho ici à celle qu'ils ont évoquée concernant la nature quantitative de leur étude qui ne fournit pas suffisamment d'informations pertinentes à l'égard des solutions générées par l'individu afin de permettre une distinction entre les sources de stress et les habiletés de résolution de problèmes sociaux. Nous souscrivons à l'idée qu'une approche mixte quantitative et qualitative autoriserait une détection plus affinée des différences individuelles. La nature écologique de l'étude ne permet pas le recours à un groupe contrôle et donc la généralisation des résultats à d'autres populations. C'est pourquoi, une fois encore, il nous apparaît souhaitable d'étendre le programme de recherches de manière à accroître le nombre et la diversité des échantillons étudiés.

Le stress, nous l'avons souligné, interfère dans le maintien d'une bonne gestion de classe et représente un facteur important d'abandon chez les enseignants. Les pistes les plus attrayantes que nous offrent ces recherches sont ouvertes par la mise en lumière d'une corrélation négative fortement

marquée entre le niveau de stress des sujets et leur capacité à résoudre les problèmes sociaux qu'ils ont à affronter. Elles rangent, en quelque sorte, la résolution de problèmes sociaux au nombre des étiologies du stress. Des recherches plus poussées permettront vraisemblablement de qualifier la place qu'elle y occupe. Les résultats obtenus s'avèrent déjà prometteurs au sens où ils offrent aux formateurs de futurs enseignants stagiaires la perspective d'interventions fructueuses en agissant sur l'aptitude à résoudre des problèmes sociaux. Le choix et les modalités d'intervention appropriées représentent, elles aussi, un vaste champ de recherche à explorer.

Références

- Bujold, N. Grenier, J. and Montgomery, C. (2000). The affective side of primary school student teaching at Laval University. *Pedagogia e vita*, 23(2), 19-39.
- Chan, D.W. (1998). Stress, Coping Strategies, and Psychological Distress Among Secondary School Teachers in Hong Kong. *American Educational Research Journal*, 35(1), 145-163.
- Derogatis, L.R. (1987). The Derogatis Stress Profile (DSP) : Quantification of Psychological Stress. *Adv. Psychosom. Med.*, 17, 30-54.
- Dionne-Proulx, J. (1995). Le stress au travail et ses conséquences à long terme : Le cas des enseignants québécois. *Revue Canadienne de l'Éducation*, 20(2), 146-155.
- Dugas, M.J., Freeston, M.H. et Ladouceur, R. (1996). Version abrégée de l'inventaire de résolution de problèmes sociaux. *Thérapie comportementale et cognitive*, 6(2), 59-62.
- D'Zurilla, T.J. et Nezu, A.M. (1982). Social Problem-Solving in Adults. In P.C. Kendall (Ed.), *Advances in Cognitive-Behavioral Research and Therapy 1*, 201-274. New York : Academic Press.
- D'Zurilla, T.J., Nezu, A.M. and Maydeu-Olivares, A. (1996). *Manual for the Social Problem-Solving Inventory-Revised*. Unpublished manuscript, State University of New York at Stony Brook.
- Folkman, S. and Lazarus, R.S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466-475.
- Heppner, P.P., Baumgardner, A., et Jackson, J. (1985) Problem-solving self-appraisal, depression and attributional styles : Are they related ? *Cognitive Therapy and Research*, 9, 105-113.
- Montgomery, C., Bujold, N., Bertrand, R. et Dupuis, F. (2002). Étude des caractéristiques psychométriques des indicateurs de stress et de la résolution de problèmes sociaux chez les stagiaires en enseignement. *Revue canadienne de l'enseignement supérieur*, XXXII (1), 57-90.