



Un portrait de la santé psychologique des enseignants du collégial durant la pandémie de COVID-19

Carla Barroso da Costa, Nathalie Loye, Karina Lapointe and Élisabeth
Doyon



Electronic version

URL: <https://journals.openedition.org/ripes/4621>
ISSN: 2076-8427

Publisher

Association internationale de pédagogie universitaire

Electronic reference

Carla Barroso da Costa, Nathalie Loye, Karina Lapointe and Élisabeth Doyon, "Un portrait de la santé psychologique des enseignants du collégial durant la pandémie de COVID-19", *Revue internationale de pédagogie de l'enseignement supérieur* [Online], 39(2) | 2023, Online since 13 July 2023, connection on 15 July 2023. URL: <http://journals.openedition.org/ripes/4621>

This text was automatically generated on 15 July 2023.



Creative Commons - Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International - CC BY-NC-SA 4.0
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Un portrait de la santé psychologique des enseignants du collégial durant la pandémie de COVID-19

Carla Barroso da Costa, Nathalie Loye, Karina Lapointe and Élisabeth Doyon

1. Introduction

- ¹ La pandémie de COVID-19 a bousculé les pratiques des enseignants au collégial¹ (Godue-Couture et Tremblay, 2021) et a exigé une adaptation rapide de leur enseignement aux environnements d'apprentissage en ligne et en mode hybride pour respecter les mesures sanitaires de distanciation physique. En effet, plusieurs ont eu à réinventer leur planification afin d'offrir leurs cours selon des modalités d'enseignement synchrone, se déroulant en temps réel avec une intervention enseignante, et/ou asynchrone, c'est-à-dire sans communication simultanée (CSE, 2020). Ainsi, travaillant dans des situations inédites d'appropriation et de familiarisation à des environnements d'enseignement à l'aide de technologies peu connues pour quelques-uns et à des normes sanitaires rigides, les enseignants du collégial ont dû apporter un changement profond à leurs habitudes de travail (Deslandes-Martineau et al., 2020). La gestion de l'environnement d'apprentissage en période de grand stress collectif, accompagnée des réactions liées au contexte général d'organisation du travail, du sentiment d'incompétence numérique pour certains, en plus d'un changement dans les interactions avec les étudiants et les collègues ont pu amener des réactions émotionnelles diverses chez les enseignants (Goyette, 2020; Negrini, 2021). Il semblait donc nécessaire de se pencher sur leur santé psychologique durant cette période de changements.

- 2 La recherche vise à comprendre les états affectifs et émotionnels composant la santé psychologique d'enseignants francophones québécois du niveau collégial durant la pandémie. Menée à l'automne 2020, la recherche poursuit deux objectifs spécifiques : 1) tracer un portrait de la santé psychologique des enseignants, en tenant compte des manifestations positives de bien-être et des manifestations négatives de détresse psychologique liées au contexte de travail et 2) décrire les sentiments qu'éprouvent les enseignants, compte tenu de leur genre et de leurs habiletés avec la technologie.

2. Le contexte théorique : la santé psychologique au travail

- 3 Dans un contexte mondial, le travail représente un important médiateur de l'intégration sociale et un élément de signalisation de l'identité sociale. C'est également l'espace pour le développement de nos compétences professionnelles. Le travail joue ainsi un rôle important dans la construction de notre santé psychologique. Cette dernière, définie comme la capacité de l'individu à répondre à ses besoins émotionnels fondamentaux dans une perspective d'adaptation au travail (OMS, 2014), se détache d'une conception réduite d'absence de maladie.
- 4 Des recherches menées principalement dans le domaine de la psychologie organisationnelle ont montré que le travail est un vecteur important du sentiment d'accomplissement individuel (Lent et Brown, 2008) et que le fonctionnement psychologique est une source d'influence de réalisation et de performance au travail (Brodeur et al., 2015). La profession enseignante, quant à elle, s'insère dans le champ des relations humaines et, par conséquent, les réponses émotionnelles des enseignants peuvent s'expliquer par les interactions qu'ils établissent avec leur environnement et avec les différents acteurs du processus enseignement/apprentissage (Brodeur et al., 2015). Ainsi, les préoccupations des chercheurs à propos de la santé psychologique du personnel enseignant ne représentent pas un phénomène récent.
- 5 Au cours des vingt dernières années, des études ont exposé la prévalence du stress (Genoud et al., 2009; Ntsame Sima et al., 2013), du désengagement (Kamanzi et al., 2017) et de la détresse psychologique autodéclarée chez les professionnels de l'enseignement (Carpentier et al., 2019; Mukamurera et Balleux, 2013; Ngoya, 2016). Avec la pandémie de COVID-19, l'attention des chercheurs, déjà présente pour la santé psychologique du personnel enseignant, a beaucoup augmenté. Au Québec, la Fédération autonome de l'enseignement (FAE) (2020) a mis en évidence la dégradation de la santé psychologique chez plus de 70 % des membres du personnel enseignant interrogés pendant l'application des mesures sanitaires. Au niveau postsecondaire, l'épuisement du personnel enseignant a également été soulevé à plusieurs reprises (Lacroix, 2020; Marin, 2020). Les résultats d'une étude menée en 2020 indiquent qu'un tiers des enseignants ont manifesté des symptômes de détresse (Barroso da Costa et al., 2021), corroborant ainsi ceux de l'Observatoire sur la santé et le mieux-être au travail (OSMET, 2021). Les connaissances sur la santé psychologique du personnel enseignant sont abondantes dans les publications francophones. Cependant, les conséquences de la crise sanitaire sur leur santé psychologique restent encore lacunaires (MSSS, 2020) et sont au centre des préoccupations des organisations multilatérales, comme l'OCDE et l'UNESCO depuis 2020.

- 6 Si les définitions de la santé psychologique varient selon les chercheurs et offrent de multiples interprétations du concept, son caractère multidimensionnel fait toutefois consensus. Selon Massé et al. (1998a), le bien-être (plaisir au travail) et la détresse (souffrance au travail) représentent deux dimensions interreliées qui permettent de mesurer l'état global de la santé psychologique. Le bien-être est défini par des sentiments de plaisir et le bonheur, par la prépondérance des aspects positifs sur les aspects négatifs. Comme dimension psychosociale, le bien-être est mesuré selon des composantes affectives, telles que les émotions positives, la satisfaction et l'enthousiasme à travailler, puis selon des composantes cognitives, comme la satisfaction face à la vie et la perception d'atteindre ses aspirations (Goulart et al., 2015; Massé et al., 1998a). Cette dimension liée au plaisir dans le travail comporte trois facettes concernant le rapport avec soi, avec le travail et avec autrui : 1) la sérénité au travail, comme la confiance sur le plan moral, ainsi que le sentiment d'équilibre au travail, 2) l'engagement au travail, lié aux sentiments de plaisir à développer les tâches professionnelles et 3) l'harmonie sociale qui repose sur la sensation d'entretenir une relation agréable et respectueuse avec l'entourage, puis de démontrer une ouverture et une écoute envers autrui (Gilbert et al., 2011).
- 7 La détresse, quant à elle, est une dimension de la santé psychologique généralement liée à des sentiments d'abandon, de solitude et d'impuissance vécus lorsqu'une personne fait face à une nouvelle situation dans un contexte organisationnel qui requiert des adaptations ou des capacités d'adaptation (Brodeur et al., 2015). Cette dimension est composée de trois facettes concernant le rapport avec soi, avec le travail et avec autrui : 1) l'anxiété/la dépression, liée à un sentiment d'incertitude et d'angoisse permanente provoquant un désarroi aigu, 2) le désengagement au travail, qui engendre un sentiment négatif conduisant à une baisse ou à une absence d'intérêt pour la profession exercée et 3) l'agressivité/l'irritabilité, qui repose sur un sentiment d'impatience et de mécontentement concernant différents aspects de l'emploi occupé et de l'entourage (Gilbert et al., 2011).
- 8 Parmi les études qui soulignent les tensions professionnelles vécues par les personnes et qui sont au cœur des sentiments de frustration et de stress au travail, plusieurs s'intéressent à analyser la santé psychologique à la lumière du genre. Il est à noter que le genre agit comme un déterminant social du bien-être et de la détresse au travail et que, dans ces études, les liens entre ces variables sont souvent démontrés (Oliffe et Greaves, 2012; Roy et Tremblay, 2015). En effet, les normes, les rôles et les attentes de la société envers le genre peuvent affecter les comportements des hommes et des femmes, ce qui peut donner lieu à des réponses émotionnelles différentes (Tannenbaum et al., 2016). En enseignement, les résultats des études viennent corroborer ces liens en présentant une prédisposition accrue à la détresse psychologique au travail chez les enseignantes comparativement aux enseignants (Houlfort et Sauvé, 2010). Selon l'Enquête québécoise sur des conditions de travail, d'emploi, de santé et de sécurité du travail (EQCOTESST), cette réalité peut s'expliquer non seulement par le contingent plus élevé de femmes au sein de la profession enseignante, mais également par leur exposition plus fréquente à des situations de violence psychologique par rapport aux hommes (Vézina et al., 2011).
- 9 Par ailleurs, l'enseignement au post-secondaire s'effectue dans des contextes de formation de plus en plus marqués par le numérique (ADMEE-Canada, 2016; MEES, 2018). Avec la crise sanitaire de la COVID-19, cette transformation numérique s'est

accélérée, imposant une adaptation rapide de l'enseignement aux environnements d'apprentissage en ligne (Detroz et al., 2020). Cette augmentation de la place du numérique dans la mise en œuvre de l'enseignement en ligne n'a pas été vécue sereinement par tout le personnel enseignant pendant la crise sanitaire (Barroso da Costa et al., 2021). Le niveau de maîtrise des outils numériques était d'ailleurs au cœur des tensions ressenties, des sentiments d'inefficacité vécus à la suite du passage massif à l'environnement virtuel (Boudokhane-Lima, et al., 2021).

- 10 Notre contribution vise ainsi à tracer un portrait de la santé psychologique des enseignants québécois du niveau collégial et à décrire la contribution de genre et de l'habileté à utiliser la technologie à leur bien-être et à leur détresse professionnelle, à partir de l'articulation de trois questions de recherche :
- 11 Q1 : Est-ce que les facettes de bien-être et de détresse sont perçues différemment chez les enseignants de niveau collégial?
- 12 Q2 : Est-ce que le genre et l'habileté des enseignants à utiliser la technologie contribuent à la variabilité des facettes de bien-être et de détresse?
- 13 Q3 : Quels sont les sentiments qu'éprouvent et que manifestent les enseignants à l'égard de leur santé psychologique?

3. Méthodologie

3.1. Les participants

- 14 Au Québec, sur un total de 352 enseignants francophones de tous les ordres d'enseignement qui ont participé à l'étude originale, 148 (42 %) enseignants du niveau collégial ont répondu au questionnaire en ligne entre le 22 septembre et le 30 novembre 2020, constituant ainsi le groupe de répondants le plus nombreux de l'échantillon. Malgré la période exigeante dans laquelle ils exerçaient alors leur profession et malgré leur état de surmenage, ces enseignants ont jugé pertinent de participer à cette étude qui traitait d'un contexte unique et nouveau pour eux. Constituant un échantillon non aléatoire, ces enseignants du collégial ont participé à l'étude sur une base volontaire, dans l'absolu respect des normes usuelles en matière d'anonymat et de traitement des données, à la suite de l'obtention des certificats éthiques.
- 15 L'échantillon était constitué de 107 femmes et de 41 hommes et la majorité des personnes répondantes étaient âgées entre 40 et 68 ans (76,4 %). Les domaines principaux d'enseignement étaient ceux de sciences pures et appliquées (18,9 %), des lettres et des langues (18,2 %), ainsi que de sciences humaines et sociales (17,6 %). Les modalités d'interaction/communication uniquement à distance (59,5 %) et hybrides (40,5 %) étaient privilégiées par les enseignants au moment de remplir le questionnaire. Le type de formation le plus utilisé combinait les modes synchrone et asynchrone (75,7 %). Enfin, la majorité des enseignants ont indiqué être très à l'aise (55,4 %) ou plus ou moins à l'aise avec les technologies (39,9 %). Très peu ont déclaré ne pas être à l'aise avec celles-ci (4,7 %).

3.2. La collecte de données

- 16 La recherche de type exploratoire avec des analyses quantitatives et qualitatives a été menée pour tracer un portrait du bien-être et de la détresse de ces enseignants et pour décrire les sentiments qu'ils ont éprouvés en enseignement pendant l'automne de 2020, lors de la première année de la pandémie de COVID-19. En ce qui concerne l'approche quantitative, deux instruments de mesure de Massé et al. (1998a et 1998b), validés par Gilbert et al. (2011) ont été utilisés. Des 45 items de type Likert allant de (1) *jamais* à (5) *presque toujours*, 22 items étaient liés à la dimension de bien-être et 23 items à celle de la détresse. Deux items liés à la section « renseignements sociodémographiques et contextuels » ont été également utilisés, soit le genre et le niveau d'habileté à utiliser les technologies. Les analyses quantitatives nous permettront de répondre aux questions 1 et 2 de la recherche.
- 17 Quant aux analyses qualitatives, elles répondront à la troisième question de recherche et ont constitué une démarche d'investigation complémentaire (Van Der Maren, 2004), permettant de comprendre plus en profondeur certains éléments liés au bien-être et à la détresse. La question ouverte « Avez-vous quelque chose à ajouter? » à la fin du questionnaire a donné l'occasion aux répondants de s'exprimer librement sur des sujets qui les touchaient personnellement (Savoie-Zajc, 2018).

3.3. L'analyse de données

- 18 Des analyses descriptives et inférentielles ont été utilisées, les premières visant à comprendre les caractéristiques de l'échantillon et les deuxièmes, à faire émerger des tendances. Précisons que les facettes liées au bien-être et à la détresse analysées dans l'étude (voir tableau 1) sont celles que Gilbert et al. (2011) ont fait émerger dans leur étude de validation des échelles de santé psychologique. Ces facettes sont des variables composites qui agrègent les scores moyens individuels relatifs à plusieurs items. Le tableau 1 présente la répartition des items dans chacune des facettes du bien-être et de la détresse. Des analyses de consistance interne ont été effectuées afin de vérifier la pertinence des regroupements d'items proposés par Gilbert et al. (2011). Le coefficient alpha de Cronbach (α) supérieur à 0,80 a été l'indicateur de fiabilité des items et de consistance interne adéquate du facteur retenu comme seuil de coupure (Ho, 2006). Les résultats ont montré de bons indices de fidélité et de cohérence entre les items et les facettes (voir tableau 1), tels que démontrés dans l'étude de Gilbert et al. (2011).

Tableau 1. Les dimensions et les facettes de la santé psychologique

Dimensions de la santé psychologique	Facettes de bien-être et de détresse		
	Rapport avec soi	Rapport au travail	Rapport avec autrui
Bien-être	Sérénité 10 items ($\alpha = 0,893$)	Engagement 5 items ($\alpha = 0,848$)	Harmonie sociale 7 items ($\alpha = 0,815$)

Détresse	Anxiété/ dépression 7 items ($\alpha = 0,832$)	Désengagement 9 items ($\alpha = 0,913$)	Irritabilité/ agressivité 7 items ($\alpha = 0,904$)
----------	---	--	---

- 19 Des corrélations de Pearson ont été calculées pour examiner les associations linéaires entre les dimensions interfacettes, telles que vérifiées par Gilbert et al. (2011). Des tests *t* pour des échantillons appariés ont été effectués pour comparer les moyennes des deux dimensions (bien-être et détresse), tandis que des test *t* pour des échantillons indépendants ont permis de vérifier certaines tendances générales liées au genre et au degré d'habileté en technologie sur les facettes de bien-être et de détresse. Par ailleurs, des analyses de variance à mesures répétées (ANOVA) ont permis d'examiner si les moyennes des facettes de bien-être et de détresse différaient entre elles. Afin de fournir des informations pour juger les résultats statistiquement significatifs obtenus au moyen des analyses inférentielles, les tailles de l'effet sont présentées, indiquant dans quelle mesure l'hypothèse nulle est fautive (Bourque et al., 2009). Ainsi, plus la taille de l'effet est grande, plus il est justifié de rejeter l'hypothèse nulle. Pour cela, le *d* de Cohen et l'éta-carré (η^2) ont été les critères choisis pour décrire les tailles de l'effet. Selon la proposition de Cohen (1988), la taille de l'effet peut être considérée faible lorsqu'elle est inférieure à 0,2, moyenne, aux alentours de 0,5 et forte lorsqu'elle est supérieure à 0,8.
- 20 Quant à l'approche qualitative, les commentaires des enseignants ont été segmentés et classés négatifs ou positifs selon trois grilles d'analyse : 1) les affirmations sur leur état de bien-être ou de détresse psychologique, 2) les affirmations sur les raisons perçues de leur bien-être ou de leur détresse psychologique et 3) les affirmations sur les actions entreprises pour faire face à leur situation. Les catégories de cette classification reprenaient les facettes du bien-être et de la détresse (en mode déductif), puis ont été enrichies par les catégories contenues dans le corpus des textes en commentaires (en mode inductif). Une étape de contre-codage a été effectuée par un codeur indépendant jusqu'à l'atteinte d'un consensus quant à la description et à la segmentation de la classification.
- 21 Les analyses ont été réalisées avec le logiciel SPSS, version 27 (IBM-Corporation, 2020) pour le volet quantitatif et avec NVivo, version 12,6 (QSR international, 2020) pour le volet qualitatif.

4. Les résultats

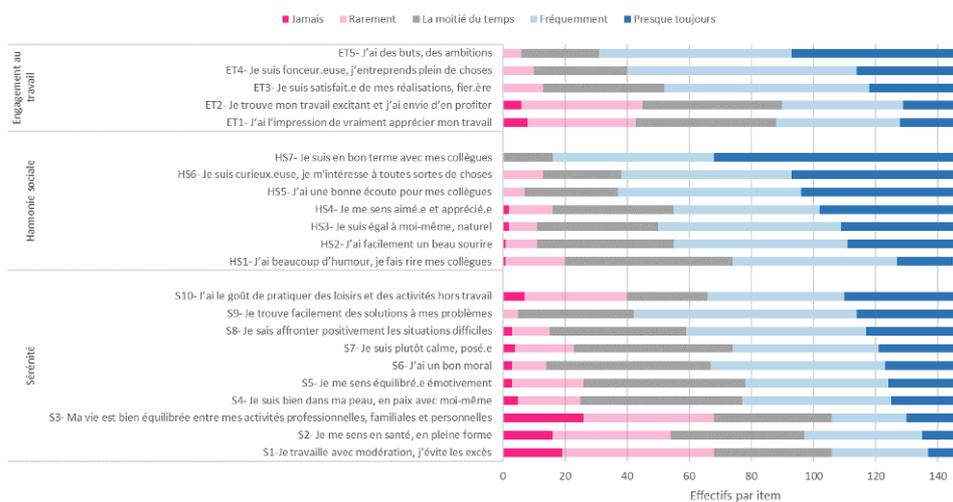
- 22 Les résultats sont présentés en deux sous-sections selon la nature des données analysées. Dans la première, nous abordons les résultats des analyses quantitatives et dans la deuxième, les résultats des analyses qualitatives.

4.1. Les résultats des analyses quantitatives

4.1.1. Les items et les facettes de bien-être

- 23 Les analyses des 22 items concernant la dimension du bien-être montrent que, malgré la pandémie et de manière générale, les enseignants du niveau collégial se sentaient engagés au travail, en harmonie avec autrui et sereins au moins la moitié du temps. La figure 1 présente les résultats relatifs à chaque item de bien-être. La couleur bleue met en évidence ce qui était souhaité, soit des manifestations de bien-être fréquentes, et la couleur rose, ce qui l'était moins, soit des manifestations de bien-être rares ou absentes. La couleur grise correspond à la moitié du temps.

Figure 1. La dimension du bien-être et ses facettes : sérénité (S), harmonie sociale (HS) et engagement au travail (ET)



- 24 L'engagement au travail a été fréquent pour la majorité de ces enseignants. Malgré le contexte pandémique, ils avaient des buts et des ambitions (ET5), se sentaient fonceurs (ET4), étaient fiers de leurs réalisations (ET3). En revanche, trouver leur travail excitant (ET2) ou l'apprécier (ET1) était un peu moins fréquent, tout en le restant pour la majorité d'entre eux.
- 25 Pendant la période de pandémie, le lien social était généralement établi par divers moyens technologiques disponibles pour les enseignants. Comme réponse, l'harmonie sociale a été la facette du bien-être la plus positive (voir figure 1). La grande majorité des enseignants affirmaient être en bons termes avec leurs collègues (HS7) et être à leur écoute (HS5). De plus, ils se sentaient généralement curieux (HS6), aimés et appréciés (HS4) ainsi que naturels (HS3). Même l'humour restait présent (HS1).
- 26 La sérénité a présenté un portrait un peu plus nuancé. Si pour la grande majorité des enseignants, les problèmes rencontrés au travail étaient faciles à régler (S9), le moral au travail était bon (S6), les situations difficiles étaient affrontées positivement (S8) et le calme était présent (S7), plusieurs autres manifestations étaient plus rares. En effet, l'équilibre entre les activités professionnelles, familiales et personnelles (S3) et la modération dans le travail (S1) étaient des manifestations de sérénité peu ou pas présentes pour presque la moitié des enseignants. En outre, au moins le quart d'entre eux avaient peu d'intérêt à pratiquer des loisirs et des activités à l'extérieur du travail

(S10) et percevaient un déclin de leur santé générale (S2). Il faut souligner que les centres de sports, conditionnement physique, entre autres, ont été fermés durant plusieurs mois à cause de la pandémie.

Tableau 2. Tests ANOVA à mesures répétées et corrections Bonferroni pour les facettes de bien-être

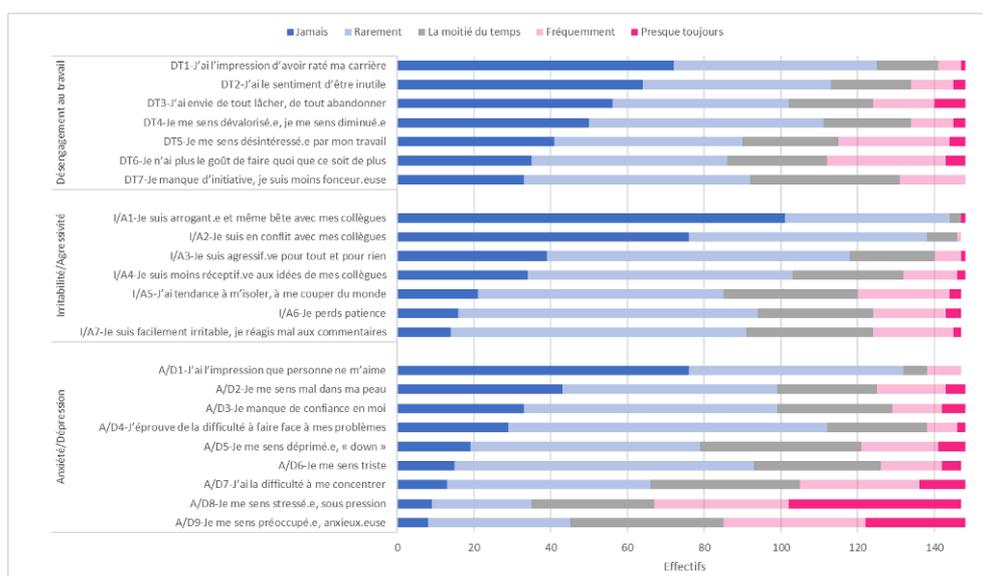
Dimensions m (é.t.)	Facettes	m (é.t.)	ANOVA pour des échantillons appariés	Comparaisons Bonferroni
Bien-être 3,63 (0,63)	Sérénité	3,35 (0,78)	$F_{(2, 294)} = 67,22^{***}$ η^2 partiel = 0,31	$t_{(\text{sérénité} - \text{engagement})} = - 5,21^{***}$ d de Cohen = - 0,43
	Engagement	3,62 (0,74)		$t_{(\text{sérénité} - \text{harmonie})} = - 12,43^{***}$ d de Cohen = - 1,02
	Harmonie	3,91 (0,61)		$t_{(\text{engagement} - \text{harmonie})} = - 6,06^{***}$ d de Cohen = - 0,50
Notes :				
moyenne (m) et écart-type (é.t.).				
* $p < 0,05$ ** $p < 0,01$ *** $p < 0,001$				

- 27 En analysant les moyennes des trois facettes de bien-être (voir tableau 2), le résultat statistiquement significatif du test ANOVA pour des échantillons appariés ainsi que les comparaisons par paires avec correction Bonferroni ont indiqué des différences de moyennes dans les comparaisons effectuées. Ainsi, les manifestations de sérénité, d'engagement et d'harmonie étaient perçues différemment par les enseignants du collégial. Les estimations de d de Cohen indiquent des effets moyens à forts en ce qui concerne les résultats des comparaisons Bonferroni présentés dans le tableau 2.

4.1.2. Les items et les facettes de la détresse

- 28 D'une manière générale, les enseignants du niveau collégial ont vécu peu de symptômes de désengagement au travail, d'irritabilité/agressivité ou d'anxiété. La figure 2 présente les résultats relatifs à la détresse. La couleur bleue met en évidence ce qui était souhaité, soit des manifestations de détresse rares ou absentes, et la couleur rose, ce qui l'était moins, soit des manifestations de détresse fréquentes. La couleur grise correspond à la moitié du temps.

Figure 2. La dimension de détresse et ses facettes : irritabilité/agressivité (I/A), désengagement au travail (DT) et anxiété/dépression (A/D)



- 29 Il est possible d'observer dans la figure 2 que les signes de désengagement au travail étaient rares. Un petit nombre d'enseignants ont mentionné avoir eu l'impression d'avoir raté leur carrière (DT1). Ils se sentaient inutiles (DT2), dévalorisés (DT4) et sans initiative (DT7). Ils étaient peu nombreux à rapporter une envie de tout lâcher (DT3), une sensation de désintérêt (DT5) ou une absence d'envie d'en faire plus (DT6).
- 30 Concernant la facette d'irritabilité/agressivité, peu de ces manifestations ont été rapportées par les enseignants. Les conflits (I/A2), l'arrogance (I/A1), l'agressivité (I/A3) étaient rares, voire absents pour la grande majorité des enseignants. Un manque de réceptivité aux idées des autres (I/A4) ou de patience (I/A6) et une certaine irritabilité (I/A7) restaient également peu fréquents.
- 31 Les manifestations d'anxiété/dépression ont offert un portrait plus contrasté. Si le fait d'avoir l'impression de ne pas être aimé (A/D1) ou d'avoir de la difficulté à faire face à ses problèmes (A/D4) était rares, le manque de confiance en soi (A/D3), le fait de se sentir mal dans sa peau (A/D2), triste (A/D6) ou déprimé étaient un peu plus présents chez les enseignants. Entre le quart et la moitié d'entre eux ont eu de la difficulté à se concentrer (A/D7), puis se sentaient préoccupés (A/D9) et plus de la moitié se sentaient stressés (A/D8).
- 32 En analysant les moyennes des trois facettes de la détresse, l'ANOVA pour des échantillons appariés montre un résultat statistiquement significatif (voir tableau 3). Des trois paires de moyennes analysées dans le test Bonferroni, deux ont montré une différence significative, en indiquant des effets forts selon les résultats de l'estimateur *d* de Cohen. Par contre, aucune différence entre les moyennes d'irritabilité et de désengagement n'a été vérifiée ($p > 0,05$).

Tableau 3. Tests ANOVA à mesures répétées et corrections Bonferroni pour les facettes de la détresse

Dimensions m (é.t.)	Facettes	m (é.t.)	ANOVA pour des échantillons appariés	Comparaisons Bonferroni

Détresse 2,25 (0,67)	Anxiété/ Dépression	2,55 (0,79)	$F_{(2, 294)} = 70,49^{**}$ η^2 partiel = 0,32	$t_{(\text{irritabilité} - \text{anxiété})} = -$ 10,58***
	Désengagement	2,13 (0,81)		$t_{(\text{irritabilité} - \text{désengag.})} = -$ 1,33
	Agressivité /Irritabilité	2,07 (0,57)		$t_{(\text{anxiété} - \text{désengag.})} =$ 10,97***
Notes :				
moyenne (m) et écart-type (é.t.).				
*p < 0,05 **p < 0,01 ***p < 0,001				

- 33 De manière générale, les résultats montrent que les enseignants au niveau collégial manifestaient plus des sentiments positifs de bien-être que de sentiments négatifs liés à la détresse pendant la pandémie de COVID-19 [$t_{(147)} = 13,72, p = 0,000; d = 1,22$]. Ces deux dimensions de bien-être et de détresse, fortement corrélés ($r = -0,80, p = 0,000$), corroborent les résultats de Massé et al. (1998a) et indiquent une relation indirectement proportionnelle entre les deux dimensions, comme le suggère la littérature. Les moyennes et les écarts-types des deux dimensions de la santé psychologique sont montrés dans les tableaux 2 et 3.
- 34 Les résultats mettent donc en évidence que le bien-être restait largement présent chez les enseignants malgré les conditions sanitaires et professionnelles dans lesquelles ils travaillaient à l'automne 2020. Par ailleurs, les manifestations de détresse, bien que moins fréquentes, étaient également perçues par un certain nombre d'enseignants.

4.1.3. Le bien-être et la détresse selon le genre

- 35 La comparaison des moyennes des deux dimensions (bien-être et détresse) selon de genre (voir le tableau 4) indique une tendance pour les enseignants à posséder une meilleure santé psychologique que les enseignantes.
- 36 Concernant les moyennes des trois facettes du bien-être (sérénité, engagement et harmonie sociale) selon le genre, les résultats du tableau 4 montrent que les hommes se sentaient généralement plus sereins que les femmes durant la pandémie. Dans ce cas, le d de Cohen indique un effet moyen. Par contre, aucune différence statistiquement significative entre les enseignants des deux genres n'a été relevée à l'égard des facettes d'engagement et d'harmonie sociale.
- 37 Quant à la dimension de détresse, les différences de moyennes entre les genres présentées dans le tableau 4 pour les trois facettes de la détresse au travail montrent que les femmes ont vécu plus d'anxiété que les hommes pendant la crise sanitaire. Nous en déduisons qu'elles vivaient un sentiment d'incertitude et de préoccupation plus important que leurs collègues masculins. Pour les facettes d'irritabilité/agressivité et de désengagement, aucune différence statistiquement significative n'a été relevée entre les enseignants des deux genres.

Tableau 4. Tests t et d de Cohen pour les dimensions et les facettes de la santé psychologique selon le genre

Dimensions et facettes de bien-être et de la détresse		Hommes m (é.t.)	Femmes m (é.t.)	test t et d de Cohen
Dimension	Bien-être	3,86 (0,61)	3,54 (0,61)	$t_{(146)} = - 2,81^{**}$ $d = - 0,52$
Facettes	Sérénité	3,73 (0,72)	3,21 (0,75)	$t_{(146)} = - 3,87^{***}$ $d = - 0,71$
	Engagement	3,80 (0,83)	3,55 (0,69)	$t_{(146)} = - 1,85$ $d = - 0,34$
	Harmonie	4,03 (0,57)	3,86 (0,62)	$t_{(146)} = - 1,53$ $d = - 0,28$
Dimension	Détresse	2,02 (0,64)	2,33 (0,66)	$t_{(146)} = 2,55^*$ $d = 0,47$
Facettes	Anxiété/Dépression	2,22 (0,81)	2,67 (0,75)	$t_{(146)} = 3,23^{**}$ $d = 0,59$
	Désengagement	1,92 (0,81)	2,21 (0,80)	$t_{(146)} = 1,95$ $d = 0,36$
	Agressivité/Irritabilité	1,94 (0,52)	2,12 (0,59)	$t_{(146)} = 1,69$ $d = 0,31$
Notes :				
moyenne (m) et écart-type (é.t.).				
* $p < 0,05$ ** $p < 0,01$ *** $p < 0,001$				

4.1.4. Le bien-être et la détresse selon l'habileté à utiliser la technologie

- 38 En ce qui concerne la perception des enseignants à l'égard de leur habileté à utiliser la technologie, les résultats des tests t , renforcés par des effets moyens des estimateurs d de Cohen (voir tableau 5) montrent que les enseignants très habiles avec la technologie se sentaient généralement plus sereins, plus engagés et plus en harmonie que leurs collègues qui se percevaient peu ou pas habiles avec les outils technologiques durant la pandémie.
- 39 Quant à la détresse, l'analyse des moyennes des trois facettes (irritabilité, anxiété et désengagement) selon l'habileté des enseignants à utiliser la technologie, montre que les enseignants peu ou pas habiles à utiliser celle-ci, se sentaient généralement plus irrités, plus anxieux et plus désengagés que leurs collègues qui se sentaient à l'aise avec

la technologie durant la pandémie (voir tableau 4). Dans ce cas, les d de Cohen indiquent des effets moyens.

Tableau 5. Tests t et d de Cohen pour les dimensions et les facettes de la santé psychologique selon l'habileté à utiliser la technologie

Dimensions et facettes de bien-être et de la détresse		Très habile avec la technologie m (é.t.)	Peu ou pas habile avec la technologie m (é.t.)	test t et d de Cohen
Dimension	Bien-être	3,79 (0,59)	3,43 (0,62)	$t_{(146)} = 3,66^{***}$ $d = 0,61$
Facettes	Sérénité	3,54 (0,76)	3,11 (0,74)	$t_{(146)} = 3,47^{**}$ $d = 0,57$
	Engagement	3,81 (0,72)	3,38 (0,69)	$t_{(146)} = 3,68^{***}$ $d = 0,61$
	Harmonie	4,01 (0,57)	3,78 (0,64)	$t_{(146)} = 2,32^*$ $d = 0,38$
Dimension	Détresse	2,08 (0,60)	2,46 (0,69)	$t_{(146)} = 3,62^{***}$ $d = -0,60$
Facettes	Anxiété/Dépression	2,38 (0,77)	2,75 (0,77)	$t_{(146)} = 2,90^{**}$ $d = -0,48$
	Désengagement	1,91 (0,71)	2,40 (0,84)	$t_{(146)} = 3,81^{***}$ $d = -0,63$
	Agressivité/ Irritabilité	1,94 (0,51)	2,23 (0,62)	$t_{(146)} = 3,07^{**}$ $d = -0,52$
Notes :				
moyenne (m) et écart-type (é.t.).				
* $p < 0,05$ ** $p < 0,01$ *** $p < 0,001$				

4.2. Les résultats des analyses qualitatives

- 40 Les enseignants du niveau collégial ont été invités à inscrire leurs commentaires généraux dans la dernière section du questionnaire. Plus du tiers de l'échantillon

($n = 51, 34 \%$), soit huit enseignants et 43 enseignantes, ont pris le temps de rédiger des commentaires détaillés sur leur réalité depuis le début de la pandémie de COVID-19. Ces commentaires touchaient, entre autres, leur organisation au travail, l'utilisation de la technologie ainsi que leurs interactions avec les étudiants et les collègues durant la pandémie. L'analyse du contenu nous a permis de faire ressortir la dichotomie entre le bien-être et la détresse psychologique dans les commentaires. Les segments associés au bien-être témoignent de sentiments positifs des enseignants liés à la sérénité, à l'engagement et à l'harmonie sociale. Les segments associés à la détresse mettent en lumière l'état psychologique négatif des enseignants, faisant mention de l'anxiété/dépression, de leur désengagement et de la surcharge de travail. Les affirmations sur l'état psychologique ont aussi été distinguées des affirmations sur les causes perçues de cet état psychologique pour tracer un portrait plus fin du contexte vécu.

4.2.1. L'état psychologique positif – le bien-être

- 41 Parmi les 51 commentaires, trois portaient sur les sentiments positifs et 15 commentaires incluaient des propos liés au bien-être. Les raisons des états psychologiques positifs étaient diverses et établissaient des rapports avec les trois facettes de bien-être : la sérénité, l'engagement au travail et l'harmonie sociale.
- 42 Ainsi, en lien avec la sérénité, certains enseignants ont indiqué apprécier la liberté et le plaisir que leur procurait l'enseignement à distance, malgré la crise sanitaire. Ils affrontaient de manière positive les difficultés vécues pendant la COVID-19 et cherchaient à adapter leur enseignement à la situation en trouvant un certain équilibre émotionnel :
- 43 E113 : « J'ai trouvé un certain côté créatif à créer du contenu en ligne et à réformer la façon de donner mon cours de manière asynchrone. Ça a beaucoup aidé ma confiance en moi [...] »
- 44 E574 : « [...] je suis plus sereine qu'à l'habitude, malgré la pandémie. »
- 45 D'autres enseignants ont trouvé leur bien-être dans la conciliation travail/famille, ce qui contribuait à leur stabilité émotionnelle et à leur sérénité :
- 46 E160 : « Je crois être dans une situation idéale pour enseigner : j'ai suffisamment d'espace pour travailler à la maison. [...] Mon conjoint est enseignant et nous pouvons nous soutenir mutuellement dans les moments plus difficiles. Puisque je suis 100 % du temps à la maison, je peux prendre soin de mes enfants et passer du temps avec eux comme jamais. »
- 47 L'habileté à utiliser la technologie a également fait partie des commentaires positifs liés à l'estime de soi. C'est le cas de la participante E99 qui s'est sentie confiante dans sa tâche d'enseignante pendant la COVID-19 :
- 48 E99 : « [...] Étant nouvelle dans le domaine de l'enseignement et à l'aise avec les technologies, je me sens plus en confiance et moins dépassée que certains de mes collègues qui se disent submergés [...] ».
- 49 La facette de l'engagement au travail a également été présente dans les discours des enseignants, comme celui de E124, qui montre son attachement à la tâche enseignante malgré la période éprouvante de la pandémie ou celui de E265 qui retrouve le plaisir d'enseigner à partir de l'interaction avec les étudiants :

- 50 E124 : « En tant que nouvelle enseignante (un an d'ancienneté seulement), je dirais que mon réel coup de cœur pour ce nouveau métier m'a permis de passer au-travers de cette session et de garder une vision positive et nourrissante de mon métier [...] ».
- 51 E265 : « [...] En cinq semaines, j'ai pu établir un bon contact avec plusieurs de mes élèves et ainsi retrouver le plaisir d'enseigner [...] ».
- 52 En lien avec l'harmonie sociale, plusieurs enseignants mentionnaient des aspects positifs concernant leurs interactions avec les étudiants comme des éléments salvateurs de leur santé psychologique et de leur engagement pendant la pandémie, mettant en évidence l'importance des relations sociales dans les manifestations de bien-être :
- 53 E312 : « L'enseignement de la chimie nécessite une partie en présentielle (les laboratoires). Ces activités sont, selon moi, salvatrices car elles contribuent à mes sentiments d'efficacité et de satisfaction dans ma vie professionnelle. »
- 54 E548 : « J'ai la chance cette session d'avoir un groupe [...] d'étudiant.e.s formidables qui m'offrent énormément de rétroactions positives. »
- 55 Bien que ces extraits aient présenté des situations positives vécues par les enseignants pendant la pandémie de COVID-19, ils étaient accompagnés d'adverbes, des mots ou d'expressions indiquant une opposition ou une atténuation du sentiment positif décrit. À la suite de la présentation des sentiments de bien-être, il n'était pas rare de rencontrer des aspects négatifs exposés par les enseignants qui relataient des angoisses. Plusieurs mentionnaient leur engagement au travail, leur plaisir à enseigner et leur fierté d'avoir choisi la profession enseignante, mais présentaient par la suite leur sentiment d'impuissance et d'angoisse face à des nombreux éléments vécus durant la pandémie.

4.4.2. L'état psychologique négatif – la détresse

- 56 Parmi les 51 commentaires, 35 extraits traitaient d'aspects associés à la détresse psychologique, donc des sentiments négatifs par rapport à la santé psychologique liés à l'exercice de la profession enseignante en temps de pandémie. Leurs sentiments défavorables, souvent illustrés par des mots percutants, ont été attribués à une ou plusieurs causes d'anxiété/dépression, de désengagement et d'irritabilité/agressivité comme la baisse de motivation et le sentiment d'impuissance face à la situation vécue, l'appauvrissement de la relation avec les étudiants, la préparation chronophage et l'anxiété associée à l'utilisation des technologies.
- 57 En ce qui concerne l'anxiété/dépression, certains enseignants mentionnaient leur incertitude ou leur absence de motivation durant la crise sanitaire :
- 58 E309 : « Aucune motivation, la situation rend triste et est lourde. »
- 59 E349 : « J'enseigne depuis plus de 10 ans et je n'ai jamais connu autant de stress, d'incertitude, d'ambivalence par rapport à mon travail. [...] »
- 60 Quant au désengagement, certains enseignants ont éprouvé du désintérêt ou de la désillusion à l'égard du travail, comme l'a exprimé E437 :
- 61 E437 : « [...] je n'aime plus vraiment mon emploi depuis août 2020. Au printemps, je me disais que c'était temporaire, mais là, rendu à l'automne, mes réserves d'énergie ne sont plus présentes et j'ai beaucoup de difficulté à faire mes journées complètes sans me sentir complètement épuisée. »

- 62 Par rapport à la facette irritabilité/agressivité, des manifestations d'indignation, de mécontentement ou d'étonnement à l'égard des interactions générées à l'intérieur des formations ont émergé du discours des enseignants :
- 63 E552 : « [...] Lors de mes cours, j'ai l'impression que je parle dans le vide... Les étudiants sont-ils présents? Écoutent-ils? Comprennent-ils? Il est très difficile d'avoir l'heure juste [...] ».
- 64 E554 : « [...] J'ai vécu [...] un incident avec un étudiant agressif et très impoli. Je lui ai fait une rétroaction de son travail, le plus délicatement possible, et il m'a pratiquement hurlé dessus! [...] »
- 65 Certains enseignants ont, entre autres, traité de l'absence de contact avec les étudiants ou du manque de qualité de leurs interactions, comme un aspect de déception ou de découragement :
- 66 E344 : « [...] J'ai le sentiment de ne pas avoir le temps de soutenir et d'encadrer les étudiant.e.s qui en ont le plus besoin [...] ».
- 67 E580 : « Le contact en classe me manque avec mes étudiants. C'est ce qui pèse le plus lourd dans le psychologique. »
- 68 L'habileté élevée ou faible des enseignants à intégrer les technologies dans leurs formations n'était pas l'élément central des manifestations liées aux sentiments de souffrance psychologique lorsqu'ils répondaient à la question ouverte du questionnaire. Leur angoisse semblait porter sur le défi de travailler avec d'innombrables outils numériques qui émergeaient à grande vitesse, sans généralement être accompagnés des formations préalables pour les utiliser, sur un fort sentiment de réaliser un travail pour lequel ils n'étaient pas initialement qualifiés, sur une sensation de faire face à des inégalités sociales et numériques, bref, sur l'alourdissement du travail enseignant. D'autres commentaires étaient associés à la surcharge de travail, au stress et à l'angoisse vécus lors de la préparation et de la mise en œuvre des cours en ligne pendant la pandémie :
- 69 E349 : « [...] Les outils technologiques nouveaux et variés qui ne cessent de s'offrir à nous finissent par créer un état de surcharge cognitive et de désintérêt : manque de temps et de disponibilité cognitive pour ne serait-ce que jeter un œil aux outils dont je ne cesse d'entendre parler, chaque semaine, un nouveau nom d'outil arrive. Ouf. »
- 70 E563 : « [...] Surcharge, sentiment d'impuissance et d'éloignement, surutilisation du numérique (cours en mode synchrone, préparation de séances, correction devant l'écran, nombreux courriels, rencontres individualisées, etc.), insomnie et fatigue. »
- 71 Les sentiments d'inégalité sociale, avec la présence massive des nouvelles technologies, ou de frustration par rapport à l'absence de formation préalable à l'usage du numérique par les enseignants ou les étudiants faisaient également partie du discours des enseignants :
- 72 E108 : « [...] Je remarque que les étudiants forts (structurés et motivés) et qui ont un bon contexte d'étude (ex : pas à 5 dans un 3 1/2...) réussissent beaucoup mieux dans le contexte de l'enseignement à distance. Il me semble assez clair que la situation actuelle exacerbe les inégalités. [...] »
- 73 E555 : « [...] et l'utilisation de la technologie y compte pour beaucoup [...], tout comme les problèmes technologiques en général : les outils et les systèmes dont je dispose ne sont pas adéquats. »

- 74 E573 : « Je n'ai pas été formée pour cet emploi [enseignement à distance], je n'ai pas été formée pour devenir le service de dépannage informatique de mes étudiants. Il en résulte de nombreuses frustrations : j'ai dû passer près de 200 heures à me former moi-même pour maîtriser les nouvelles technologies et la nouvelle pédagogie que ce changement de carrière implique. »
- 75 E535 : « [...] Les cours suivis en ligne à cause de la pandémie ont donné l'occasion à beaucoup d'étudiants insécures et dont la formation morale est déficiente, de tricher pour obtenir des notes qui n'ont aucune commune mesure avec leurs réelles capacités [...] »
- 76 Pour résumer, bien que les enseignants aient exprimé plusieurs sentiments positifs dans leurs commentaires, les défis pour la profession enseignante semblaient imposants et nombreux, et cela, indépendamment du genre. Les commentaires les plus percutants traitaient en effet de sentiments désagréables vécus durant la pandémie. La détresse et l'épuisement professionnel étaient clairement manifestés et pesaient lourd dans la balance de la santé psychologique.

5. Discussion

- 77 Les résultats quantitatifs et qualitatifs nous amènent à dégager un certain nombre de constats. Avant tout, l'enseignement est une pratique interactive, qui subit des influences environnementales et affectives (Barroso da Costa et Loye, 2016). Les résultats quantitatifs montrent que l'harmonie sociale est la facette du bien-être que les enseignants évaluent le plus favorablement, dégagant les interactions assez positives entre les collègues et les étudiants. Sans surprise, cette caractéristique marquante de la profession enseignante a été centrale pendant la COVID-19. De manière cohérente, l'irritabilité/agressivité, facette associée à une manifestation négative de la composante sociale (p.ex. : les conflits avec les collègues ou les étudiants), était la facette la moins présente chez les enseignants. En revanche, les résultats qualitatifs font ressortir l'autre côté de la médaille : un sentiment d'absence de liens sociaux, principalement avec les étudiants, un certain appauvrissement des relations en classe virtuelle et des communications lacunaires, parfois froides ou même agressives, entre les enseignants et les étudiants.
- 78 Les analyses quantitatives ont mis en évidence une tendance plus marquée chez les femmes à ressentir des symptômes d'anxiété que chez leurs collègues masculins. De plus, elles se sentaient moins équilibrées et sereines face aux événements que les enseignants. Ces résultats de la recherche corroborent ceux des études précédentes qui ont souligné la contribution du genre au stress et à l'épuisement professionnel, en associant la présence plus élevée des sentiments négatifs chez les enseignantes que chez les enseignants, et ce, pendant la période de la crise sanitaire de 2020 (Loye et al., soumis) et avant (Klassen et Chiu, 2011; Koustelios, 2001; Oliffe et Greaves, 2012; Roy et Tremblay, 2015; Vézina et al., 2011). Cela dit, la pandémie de COVID-19 n'a pas été la cause de la différence entre les genres à l'égard de la santé psychologique, mais elle a possiblement contribué à son aggravation. Si les résultats quantitatifs montrent un état émotionnel plus délicat pour les femmes que pour les hommes, les réponses des enseignants à la question ouverte suggèrent la prédominance des sentiments négatifs, et ce, indépendamment du genre.

- 79 Quant à l'habileté à utiliser les technologies, les résultats de l'analyse quantitative indiquent qu'elle a peut-être été l'un des facteurs déterminants des manifestations de bien-être et de détresse. Les sentiments de bien-être, tels que la sérénité, l'engagement au travail et l'harmonie sociale étaient plus fréquents chez les enseignants qui se disaient habiles avec les technologies, tandis que les symptômes de détresse, comme l'irritabilité/agressivité, le désengagement ou l'anxiété/dépression étaient plus présents chez les enseignants qui se déclaraient peu ou pas habiles avec les technologies. La transformation numérique accélérée et l'utilisation forcée des outils numériques dans l'enseignement collégial pendant la crise sanitaire (Champagne et Granja, 2021) a exigé une certaine maîtrise technique, l'accès aux outils et une capacité de les intégrer adéquatement dans l'enseignement (Boudokhane-Lima et al., 2021). Dans ce sens, les résultats quantitatifs de la recherche montrent que le passage obligé vers la formation en ligne a été perçu plus positivement par ceux qui avaient déjà une connaissance de base de l'utilisation des technologies et une certaine habileté avec celles-ci comparativement aux enseignants moins habiles avec les outils numériques. Du côté des analyses qualitatives, les commentaires montraient que les enseignants avaient le sentiment de manquer de temps et qu'ils devaient improviser des solutions acceptables, mais pas toujours souhaitables (Hodges et al., 2020). Les résultats qualitatifs font également ressortir des réflexions chez les enseignants sur l'inégalité sociale et numérique assez évidente pendant la crise sanitaire (Russo et al., 2021), ainsi que sur des préoccupations quant à certains aspects liés à l'intégrité académique, comme la tricherie et le plagiat (Béland et al., 2020).
- 80 Les résultats de la recherche présentent un certain déséquilibre entre les résultats quantitatifs et qualitatifs. Alors que les premiers indiquent que les sentiments de bien-être sont plus fréquents que les symptômes de détresse, les deuxièmes, issus des analyses des commentaires écrits, mettent en évidence des sentiments négatifs, illustrés par des mots percutants, intenses et intimes. Ce décalage entre les résultats quantitatifs et qualitatifs peut être attribué à deux sources importantes. Premièrement, les instruments de mesure de santé psychologique utilisés dans la recherche (Massé et al., 1998a, 1998b) n'ont pas été créés pour recueillir les perceptions des enseignants et, donc, ne détaillent pas les éléments inhérents à la profession enseignante. Ainsi, il est possible que les enseignants, en décrivant leurs sentiments, aient pu ajouter d'autres aspects qui n'étaient pas abordés dans les échelles de type Likert et qui étaient plutôt liés à leur sentiment de détresse, probablement vécu intensément. Deuxièmement, précisons qu'environ le tiers des enseignants ont laissé des commentaires écrits. Ainsi, les deux tiers des enseignants de notre échantillon n'ont fourni aucun commentaire écrit, ce qui nous empêche d'obtenir une compréhension élargie des éléments positifs et négatifs liés à leur santé psychologique et à leur qualité de vie.
- 81 Finalement, l'analyse des résultats indique que la pandémie de COVID-19 a occasionné des changements dans les habitudes des enseignants du niveau collégial qui ne sont pas passés inaperçus. En effet, de telles circonstances ont exigé une adaptation rapide et des ajustements pour respecter les règles sanitaires, que quelques-uns ont perçu comme des sources de souffrance au travail. D'un autre côté, ces circonstances ont donné la chance d'élargir favorablement l'éventail d'expériences de travail des enseignants, devenant pour certains des sources de plaisir.

6. Conclusion

- 82 Au centre de tout cet ajustement, les enseignants auraient peut-être souhaité avoir accès à une formation adaptée sur le plan numérique, à une meilleure préparation pour innover et créer ainsi qu'à un soutien psychologique. Negrini (2021) fournit des pistes d'action adaptées à certains des défis qu'ont vécus les enseignants depuis mars 2020 afin de favoriser leur santé psychologique. Elle propose, entre autres, d'axer l'attention sur les réussites et les bons coups, de prioriser les tâches à effectuer, de prendre soin de soi en adoptant une bonne hygiène de vie, d'avoir des attentes réalistes, de travailler en équipe afin d'offrir du soutien émotionnel et instrumental aux autres, puis d'être en mesure de donner un sens à la situation vécue, de sorte à accroître sa motivation liée à l'accomplissement des tâches professionnelles. Par ailleurs, les résultats de la présente étude ont clairement montré que la collaboration entre les collègues et le soutien de ces derniers ont fait une différence dans l'état de bien-être des personnes participantes. Au quotidien, elles auraient tout de même souhaité maintenir la collaboration en toutes circonstances par le biais de différents outils de communication afin de reproduire les conversations de corridor, les rencontres spontanées et les périodes d'échanges formels.
- 83 Dans l'avenir, peut-être qu'un heureux mélange entre les habitudes d'enseignement en périodes pré-COVID et post-COVID pourrait rafraîchir la profession enseignante. Si, d'un côté, l'enseignement en présentiel présente des avantages, comme la possibilité d'interactions plus personnalisées avec les étudiants qui sont difficiles à reproduire en ligne (Deslandes-Martineau et al., 2020), d'un autre côté, l'enseignement en ligne favorise le développement de l'autonomie chez les étudiants et une diminution de leur dépendance face à l'encadrement des enseignants (Deslandes-Martineau et al., 2020). La combinaison des aspects positifs de ces deux modèles d'enseignement favorisera peut-être l'adaptation des enseignants à une nouvelle réalité professionnelle.
- 84 Finalement, l'étude présente certaines limites méthodologiques importantes qu'il importe de mentionner. Tout d'abord, il faut interpréter les résultats quantitatifs avec une certaine prudence. En effet, bien que les analyses effectuées dans le cadre de la recherche visent à tracer un portrait de la santé psychologique rapportée par les enseignants du niveau collégial, l'échantillon de convenance et, donc, non aléatoire, augmente la probabilité d'occasionner un important biais d'échantillonnage et, ainsi, de nuire à la possibilité d'offrir des conclusions sur cette population, même si des études antérieures de même nature les appuient. De plus, les analyses qualitatives ont été effectuées à partir des réponses des enseignants à la seule question ouverte du questionnaire. Ainsi, les commentaires des enseignants, bien qu'extrêmement riches et touchants, reposaient sur plusieurs éléments, augmentant ainsi la complexité des analyses et des associations entre les discours des enseignants et les facettes du bien-être, puis de détresse présentes dans les analyses quantitatives. Par ailleurs, quelques commentaires écrits ont souligné l'absence de certaines questions importantes dans l'étude, comme le nombre d'années d'expérience en enseignement, variable couramment utilisée dans les recherches sur la persévérance et sur la détresse professionnelle du personnel enseignant (Portelance et al., 2014). Malgré ces limites, il est important de souligner l'implication indéniable des enseignants dans la recherche, même dans des conditions très difficiles telles que celles vécues pendant la pandémie de COVID-19.

BIBLIOGRAPHY

- Association pour le développement des méthodologies d'évaluation en éducation (ADMEE)-Canada. (2016). *Enjeux et défis de l'évaluation à l'ère du numérique*. 38^e session d'études de l'ADMEE-Canada, 17-18 novembre, Sherbrooke, Québec.
- Barroso da Costa, C. et Loye, N. (2016). L'engagement professionnel affectif chez les nouveaux enseignants du primaire et du secondaire : une étude canadienne. *Revue des sciences de l'éducation*, 42(3), 1-35. <https://doi.org/10.7202/1040084ar>
- Barroso da Costa, C., Loye, N., Doyon, E. et Alioum, A. (2021, 28 mai). *La santé psychologique et la qualité de vie au travail des enseignant.e.s francophones pendant la pandémie de Covid-19* [Conférence]. Centre d'études sur l'apprentissage et la performance (CEAP)-UQAM. <https://ceap.uqam.ca/>
- Béland, S., Bureau, J. S. et Peters, M. (2020). Plagier en temps de pandémie. *Journal International de Recherche en Éducation et Formation - E-Jiref*, 1(numéro hors-série), 1-3. <https://journal.admee.org/index.php/ejiref/article/view/216>
- Boudokhane-Lima, F., Felio, C., Lheureux, F. et Kubiszewski, V. (2021). L'enseignement à distance durant la crise sanitaire de la Covid-19 : le faire face des enseignants en période de confinement. *Revue Française des Sciences de l'information et de la communication*, 22. <https://doi.org/10.4000/rfsic.11109>
- Bourque, J., Blais, J.-G. et Larose, F. (2009). L'interprétation des tests d'hypothèses : p, la taille de l'effet et la puissance. *Revue des sciences de l'éducation*, 35(1), 211-226. <https://doi.org/10.7202/029931ar>
- Brodeur, N., Roy, V., Lindsay, J., Tremblay, G. et Damant, D. (2015). Une critique de la définition de la psychothérapie au Québec. *Nouvelles pratiques sociales*, 27(2), 295-308. <https://doi.org/10.7202/1037694ar>
- Carpentier, G., Mukamurera, J., Leroux, M. et Lakhal, S. (2019). Pourquoi les enseignants débutants ne se sentent-ils pas assez soutenus? *Phronesis*, 8(3-4), 5-18. <https://doi.org/10.7202/1067212ar>
- Champagne, E. et Granja, A. D. (2021). Comment la pandémie pourrait changer l'enseignement universitaire. *The Conversation*, 16 mars. <https://theconversation.com/comment-la-pandemie-pourrait-changer-lenseignement-universitaire-157011>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioural sciences*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Conseil supérieur de l'éducation (CSE). (2020). *Définitions et modalités de la formation à distance*. Bibliothèque et Archives nationales du Québec. <https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2020/04/50-2108-ER-Formation-a-distance.pdf>
- Deslandes-Martineau, M., Charland, P., Arvisais, O. et Vinuesa, V. (2020, septembre). Éducation et Covid-19 : entre défis et possibilités. *Commission canadienne pour l'UNESCO*. <https://fr.ccunesco.ca/ideeslab/education-et-Covid-19-entre-defis-et-possibilites>
- Detroz, P., Tessaro, W. et Younès, N. (2020). Évaluer en temps de pandémie. *Journal international de recherche en éducation et formation - E-Jiref*, 1(numéro hors-série), 1-3. <https://journal.admee.org/index.php/ejiref/article/view/212>

Fédération autonome de l'enseignement. (2020, 2 octobre). *Santé psychologique des profs en temps de pandémie - communiqué*. <https://www.lafae.qc.ca/actualites/sante-psychologique-des-profs-en-temps-de-pandemie-communique/>

Genoud, P. A., Brodard, F. et Reicherts, M. (2009). Facteurs de stress et burnout chez les enseignants de l'école primaire [*Stress factors and burnout in elementary school teachers*]. *European Review of Applied Psychology/Revue européenne de psychologie appliquée*, 59(1), 37-45. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2007.03.001>

Gilbert, M.-H., Dagenais-Desmarais, V. et Savoie, A. (2011). Validation d'une mesure de santé psychologique au travail. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 61, 195-203.

Godue-Couture, C. et Tremblay, J. (2021). Enseigner l'éducation physique en temps de pandémie : pratiques enseignantes. *Revue Hybride en Éducation*, 4(6), 25-35. <https://doi.org/10.1522/rhe.v4i6.1226>

Goulart, P. M., Ribas Blanch, J. M., Sahagún, M. A. et Bobsin, T. S. (2012). Questionário de bem-estar no trabalho : estrutura e propriedades psicométricas [*Questionnaire of well-being at work : structure and psychometric properties*]. *Estudos de Psicologia*, 29(Suppl), 657-665. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000500002>

Goyette, N. (2020, 10 mars) Qu'en est-il du bien-être des enseignants durant cette période de pandémie? *Le Nouvelliste*. <https://www.lenouvelliste.ca/2020/04/08/quen-est-il-du-bien-etre-des-enseignants-durant-cette-periode-de-pandemie-05c2d83ff9e615333116ab1cbbd88e16>

Ho, R. (2006). *Handbook of Univariate and Multivariate Data Analysis and Interpretation with SPSS*. Chapman & Hall/CRC.

Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T. et Bond, A. (2020, 27 mars). The Difference Between Emergency Remote Teaching and Online Learning. *Educause review*. <https://er.educause.edu/articles/2020/3/the-difference-between-emergency-remote-teaching-and-online-learning>

Houlfort, N. et Sauvé, F. (2010). *Santé psychologique des enseignants de la Fédération autonome de l'enseignement*. École nationale d'administration publique. <https://depot.erudit.org/id/003212dd>

IBM-Corporation. (2020). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 27* [Computer Program]. IBM Corp.

Kamanzi, P. C., Barroso da Costa, C. et Ndinga, P. (2017). Désengagement professionnel des enseignants canadiens : de la vocation à la désillusion. Une analyse à partir d'une modélisation par équations structurelle. *Revue des sciences de l'éducation de McGill*, 52(1), 115-134. <https://doi.org/10.7202/1040807ar>

Klassen, R. M. et Chiu, M. M. (2011). Effects on teachers' self-efficacy and job satisfaction : teacher gender, years of experience, and job stress. *Journal of Educational Psychology*, 102(3), 741-756.

Koustelios, A. (2001). Personal characteristics and job satisfaction of Greek teachers. *The International Journal of Education*, 15(7), 354-358.

Lacroix, M. (2020, janvier). L'épuisement comme norme. *Spuq Info : Bulletin de liaison du syndicat des professeures et professeurs de l'Université du Québec à Montréal*. https://spuq.uqam.ca/documents/x_documents/528_spuq-info_310.pdf

Lent, R. W. et Brown, S. D. (2008). Social cognitive career theory and subjective well-being in the context of work. *Journal of Career Assessment*, 16(1), 6-21.

- Marin, S. (2020, 19 octobre). COVID-19 : stress, anxiété et surcharge de travail chez les profs du cégep. *La Presse Canadienne*. <https://lactualite.com/actualites/covid-19-stress-anxiete-et-surcharge-de-travail-chez-les-profs-du-cegep/>
- Massé, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Bélaïr, S. et Battaglini, A. (1998a). Élaboration et validation d'un outil de mesure du bien-être psychologique : L'ÉMMBEP. *Revue canadienne de santé publique*, 89, 352-357.
- Massé, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Bélaïr, S. et Battaglini, A. (1998b). Élaboration et validation d'un outil de mesure de la détresse psychologique dans une population non clinique de Québécois francophones. *Revue canadienne de santé publique*, 89, 183-187.
- Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES). (2018). *Plan d'action numérique en éducation et en enseignement supérieur*. Gouvernement du Québec. http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/ministere/PAN_Plan_action_VF.pdf
- Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). (2020). *Plan d'action : services psychosociaux et services en santé mentale en contexte de COVID-19*. Gouvernement du Québec. <https://www1.ontstcfq.org/wp-content/uploads/2020/05/20-210-131W-PLAN-D%E2%80%99ACTION-Sante%CC%81-mentale-et-services-psychosociaux-COVID-19.pdf>
- Mukamurera, J. et Balleux, A. (2013). Malaise dans la profession enseignante et identité professionnelle en mutation : le cas du Québec. *Recherche et formation*, 74, 57-70. <https://doi.org/10.4000/rechercheformation.2129>
- Negrini, A. (2021, 28 mai). *Le maintien de la santé mentale des enseignant.e.s en contexte de pandémie : défis et pistes d'action*. Demi-journée d'étude du CEAP UQAM : Pandémie et santé mentale des enseignant.e.s et des élèves. <https://www.facebook.com/Centre.etudes.apprentissage.performance.UQAM/videos/1981428085366141>
- Ngoya, J. (2016). *Étude des relations entre le développement professionnel des enseignants du postsecondaire et leur bien-être psychologique au travail* [thèse de doctorat, Université de Montréal]. Papyrus. <https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/handle/1866/15838>
- Ntsame Sima, M. N., Desrumaux, P. et Boudrias, J.-S. (2013). Bien-être psychologique et motivation autodéterminée chez les enseignants. *Les Cahiers Internationaux de Psychologie Sociale*, 97, 69-87. <https://doi.org/10.3917/cips.097.0069>
- Observatoire sur la santé et le mieux-être au travail (OSMET). (2021). *Flash Recherche : La santé mentale en milieux de travail en temps de pandémie*. <https://www.osmet.umontreal.ca/publications/flash-recherche/flash-recherche-la-sante-mentale-en-milieux-de-travail-en-temps-de-pandemie/>
- Oliffe, J. et Greaves L. (2012). *Designing and Conducting Gender, Sex & Health Research*. SAGE.
- Organisation mondiale de la Santé. Bureau régional de l'Europe. (2014). *Rapport sur la santé en Europe 2012 : la quête du bien-être*. Organisation mondiale de la Santé. Bureau régional de l'Europe. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/327882>
- Portelance, L., Martineau, S. et Mukamurera, J. (2014). *Développement et persévérance professionnels dans l'enseignement. Oui, mais comment?* Presses de l'Université du Québec.
- QSR International. (2020). NVivo [Computer Software]. Pty Ltd. Version 12,6.
- Roy, P. et Tremblay, G. (2015). L'expérience du stress chez les agriculteurs : une analyse du genre masculin. *Nouvelles pratiques sociales*, 27(2), 236-252. <https://doi.org/10.7202/1037690ar>

Russo, K., Soares, R., Magnan, M.-O. et Borri-Anadon, C. (2020). *Droit à la santé ou droit à l'éducation? Inégalités en éducation pendant la première vague de la Covid-19 au Québec*. Chaire-réseau de recherche sur la jeunesse du Québec (CRJ). www.chairejeunesse.ca/node/1179

Savoie-Zajc, L. (2018). La recherche qualitative/interprétative. Dans T. Karsenti et L. Savoie-Zajc (dir.), *La recherche en éducation - étapes et approches* (p. 114-129). Presses de l'Université de Montréal.

Tannenbaum, C., Greaves, L. et Graham, I. D. (2016). Why sex and gender matter in implementation research. *BMC Medical Research Methodology*, 16(1), 145. <https://doi.org/10.1186/s12874-016-0247-7>

Van Der Maren, J.-M. (2004). *Méthodes de recherche pour l'éducation*. Presses de l'Université de Montréal.

Vézina, M., Cloutier, E., Stock, S., Lippel, K., Fortin, E., Delisle, A., St-Vincent, M., Funes, A., Duguay, P., Vézina, S. et Prud'homme, P. (2011). *Enquête québécoise sur des conditions de travail, d'emploi et de santé et de sécurité du travail (EQCOTESST)*. Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et sécurité du travail - Institut national de santé publique du Québec et Institut de la statistique du Québec. <http://www.irsst.qc.ca/media/documents/pubirsst/r-691.pdf>

NOTES

1. Au Québec, le collégial, Collège d'enseignement général et professionnel (CEGEP), correspond à un niveau d'études supérieures situé entre celui de l'enseignement secondaire et de l'enseignement universitaire.

ABSTRACTS

In the unique context of the COVID-19 pandemic for teachers, it is essential to address their psychological health because of all the upheaval they experienced. The research discussed in this article aims to understand the affective and emotional feelings that make up the psychological health of college teachers through their teaching tasks during the pandemic. The research was conducted in the fall of 2020 in order to pursue two specific objectives : 1) to draw a portrait of teachers' psychological health, taking into account positive manifestations of well-being and negative manifestations of psychological distress related to the work context and 2) to describe the feelings that teachers experience, taking into account their gender and their skills with technology. The research was exploratory in nature and used both quantitative and qualitative analyses to provide a detailed picture of the subject matter. A total of 148 French-speaking Quebec college teachers voluntarily responded to a self-administered online questionnaire. The quantitative results highlight the preponderance of positive versus negative feelings experienced by the teachers, as well as differences in their psychological health according to their gender and their ability with technology. The qualitative results, for their part, allow us to deepen the teachers' reflections on certain aspects of their psychological health. Finally, the study provides avenues for action adapted to certain aspects experienced by the teachers in order to promote their psychological health.

Dans le contexte particulier de la pandémie de COVID-19 pour les enseignants, il est essentiel de s'intéresser à la santé psychologique de ces derniers, compte tenu de tous les bouleversements qu'ils ont vécus. La recherche dont traite cet article vise à comprendre les états affectifs et émotionnels témoignant de la santé psychologique des enseignants du collégial à travers leurs tâches durant la pandémie. Menée à l'automne 2020, la recherche a poursuivi deux objectifs spécifiques : 1) tracer un portrait de la santé psychologique des enseignants, en tenant compte des manifestations positives de bien-être et négatives de détresse psychologique liées au contexte de travail et 2) décrire les sentiments qu'éprouvent les enseignants, selon leur genre et leurs habiletés avec la technologie. De type exploratoire, la recherche a utilisé des analyses quantitatives et qualitatives pour dresser un portrait détaillé du sujet étudié. Au total, 148 enseignants québécois francophones provenant du milieu collégial ont répondu, sur une base volontaire, à un questionnaire en ligne autoadministré. Les résultats quantitatifs mettent en évidence la prédominance des sentiments positifs par rapport aux sentiments négatifs vécus par les enseignants, ainsi que les différences liées à leur état de santé psychologique selon leur genre et leur habileté avec la technologie. Les résultats qualitatifs, quant à eux, permettent d'approfondir les réflexions des enseignants sur certains aspects de leur santé psychologique. Finalement, l'étude fournit des pistes d'action adaptées à certains éléments vécus par les enseignants afin de favoriser leur santé psychologique.

INDEX

Mots-clés: santé psychologique, pandémie de COVID-19, enseignants, collégial

AUTHORS

CARLA BARROSO DA COSTA

Université du Québec à Montréal, Montréal, Canada, barroso_da_costa.carla@uqam.ca

NATHALIE LOYE

Université de Montréal, Montréal, Canada, nathalie.loye@umontreal.ca

KARINA LAPOINTE

Université du Québec en Outaouais, Gatineau, Canada, lapk02@uqo.ca

ÉLISABETH DOYON

Université du Québec à Montréal, Montréal, Canada, doyon.elisabeth@courrier.uqam.ca