

Bien-être et sentiment d'efficacité personnelle des enseignants



PHOTO : ISTOCK

Pour vivre des expériences professionnelles réussies

Nancy Gaudreau, Ph.D., est professeure en adaptation scolaire à la faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval. Elle est chercheure à la Chaire de recherche sur la sécurité et la violence en milieu éducatif et au Laboratoire international sur l'inclusion scolaire.

par Nancy Gaudreau

SELON LA THÉORIE sociocognitive de Bandura¹, le fonctionnement humain est le produit des interactions entre l'environnement, les expériences vécues et les facteurs personnels d'un individu. Parmi ceux-ci, le sentiment d'efficacité personnelle (SEP) exerce une influence majeure sur nos prises de décision et tout ce que nous entreprenons. Il fait référence à notre capacité perçue à réaliser une tâche précise dans un contexte donné et à la croyance

que nos actions produiront les effets escomptés².

En contexte scolaire, le SEP des enseignants affecte ainsi leur interprétation des situations d'intervention en modulant l'intensité de leurs expériences émotionnelles et leurs scénarios d'intervention.

À cet égard, de nombreuses recherches démontrent que les enseignants qui présentent **un fort SEP** se montrent :

- Plus ouverts à accueillir des élèves présentant des difficultés de comportement dans leur classe;
- Perçoivent les situations difficiles comme des opportunités d'apprentissage;
- Ont recours à la différenciation pédagogique;
- Collaborent davantage avec leurs collègues et les parents³.

Ceux qui présentent **un faible SEP** :

- Perçoivent de manière plus pessimiste la motivation des élèves;
- Ont recours à une gestion punitive de la classe;
- Se disent plus stressés, épuisés et insatisfaits sur le plan professionnel⁴.

Pour Bandura⁵, **le SEP** se construit à partir de quatre sources d'auto-efficacité :

1. Les expériences antérieures (de succès et d'échecs);
2. Les expériences vicariantes (l'observation des comportements d'autrui et de leurs conséquences);
3. La persuasion sociale;
4. Les expériences physiologiques et psychologiques.

Ainsi, plus un enseignant vit des expériences de succès dans un contexte d'intervention donné, plus il développe un fort SEP à intervenir dans ce type de situation. Toutefois, lorsqu'il vit des échecs, cela produit l'effet inverse. Du même coup, lorsqu'un enseignant est témoin de la réussite d'une intervention de l'un de ses collègues, cela a aussi pour effet d'accroître son SEP à intervenir dans un contexte similaire d'intervention, l'inverse est aussi vrai. Ce principe découle de la théorie de l'apprentissage social à l'effet que nous portons des jugements sur nos aptitudes en nous comparant à nos pairs et que nous apprenons en regardant et en écoutant ceux qui savent faire⁶. De plus, l'enseignant qui est entouré de gens significatifs qui croient en ses capacités de réaliser une tâche donnée dans un contexte particulier d'intervention aura davantage confiance en ses capacités que celui qui ne bénéficie pas de tels encouragements. Enfin, lorsqu'un enseignant vit des expériences positives sur les plans physiologique et psychologique qui se traduisent pour un sentiment de bien-être et de plaisir, cela a également pour effet de soutenir le développement d'un fort SEP. Au cours de sa carrière, chaque enseignant aura à traverser des périodes professionnelles plus difficiles. Les changements d'écoles et de postes de travail (degré scolaire ou discipline enseignée), la conciliation entre le travail et la famille ou encore la prise en charge de groupes d'élèves plus difficiles peuvent rendre certains enseignants plus vulnérables. Le SEP de l'enseignant étant lié à un contexte d'intervention précis, toutes ces variables peuvent affecter celui-ci de manière positive comme négative. Par exemple, un enseignant peut présenter un fort SEP à enseigner aux élèves de première année du primaire tout en ayant un faible SEP à enseigner à ceux de sixième année. Plusieurs stratégies peuvent être exploitées pour favoriser le développement d'un fort SEP chez les enseignants et ainsi contribuer à leur bien-être au travail. Tous les membres du personnel scolaire peuvent mettre à profit ces stratégies et contribuer ainsi au bien-être et au développement du SEP des enseignants influençant ainsi leurs pratiques professionnelles et la qualité des services offerts aux élèves. La figure 1 qui suit en présente plusieurs exemples.

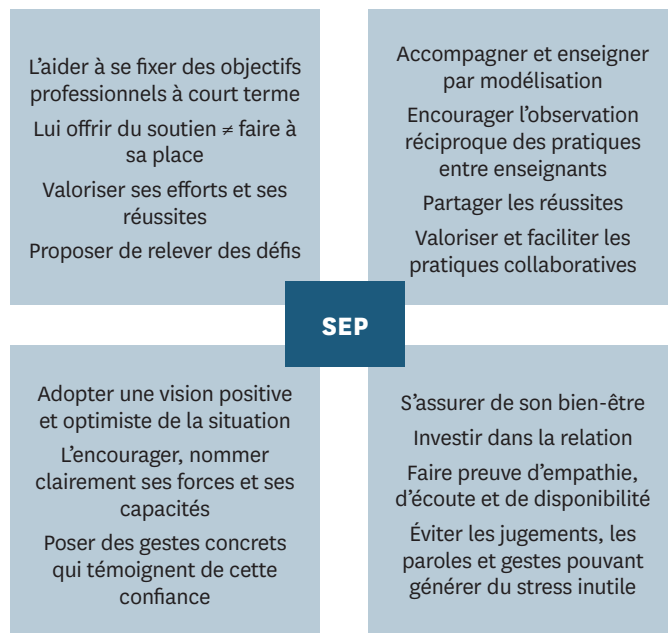


Figure 1 : Stratégies permettant de soutenir le développement du sentiment d'efficacité personnelle des enseignants à intervenir dans les situations difficiles (synthèse réalisée à partir de Gaudreau, 2013)⁷.

Le SEP des enseignants exerce une influence notable sur leurs pratiques professionnelles et leur perception des élèves présentant des difficultés ayant ainsi pour effet d'influencer la réussite scolaire des élèves. Bien que le rôle joué par le SEP des enseignants ne soit plus à démontrer, il s'agit encore aujourd'hui d'un concept peu connu par le personnel scolaire. Une meilleure connaissance du SEP, de son influence et de son développement constitue un moyen incontournable pour mieux accompagner les enseignants dans leur travail et favoriser ainsi leur bien-être et celui des élèves. **éc**

NOTES

- 1 Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- 2 Bandura, A. (2007). *L'auto-efficacité, le sentiment d'efficacité personnelle* (J. Lecomte, Trans. 2e éd.). Paris : De Boeck.
- 3 Gaudreau, N., Royer, É., Beaumont, C. et Frenette, É. (2012). Le sentiment d'efficacité personnelle des enseignants et leurs pratiques de gestion de la classe et des comportements difficiles des élèves. *Revue canadienne de l'éducation*, 35(1), 82-101.
- 4 Mavropoulou, S. et Padelidiu, S. (2002). Teachers' Causal Attributions for Behaviour Problems in Relation to Perceptions of Control. *Educational Psychology*, 22(2), 191-202. doi:10.1080/01443410120115256
- 5 Bandura, A. (2007). *L'auto-efficacité, le sentiment d'efficacité personnelle* (J. Lecomte, Trans. 2e éd.). Paris : De Boeck.
- 6 Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- 7 Gaudreau, N. (2013). Soutenir la mise en oeuvre de nouvelles pratiques éducatives par l'accompagnement des enseignants et le développement de leur sentiment d'efficacité personnelle. Dans J. Pharand et M. Doucet (dir.), *En éducation, quand les émotions s'en mêlent!* (p. 174-197). Québec : Presses de l'Université du Québec.

Copyright of Education Canada is the property of Canadian Education Association and its content may not be copied or emailed to multiple sites or posted to a listserv without the copyright holder's express written permission. However, users may print, download, or email articles for individual use.