UNION INFO express

UNION du corps enseignant secondaire genevois - 6, rue de la Tour-de-Boël - 1204 Genève
secretariat@union-ge.ch --- **www.union-ge.ch**

Dans ce numéro :

- Spécial « burn out »
- Suis-je concerné ?
- 6e enquête sur les conditions de travail

JUIN 2019

News : le burnout reconnu comme maladie par l'OMS (27 mai 2019)

Contre-news : le burnout n'est pas une maladie selon l'OMS (28 mai 2019)

Comme le montre l'actualité récente, la question de la reconnaissance du burnout comme maladie reste brûlante … mais de quoi parle-t-on ?

Tout vous demande un effort; vous travaillez au ralenti; vous êtes inefficace; vous avez tendance à tout oublier; vous êtes souvent cynique ou négatif; vous perdez parfois patience; vous vous sentez épuisé; vous n'êtes plus capable de vous lever le matin; alors il y a de fortes chances que vous soyez proche d'une situation de burnout, mais rassurez-vous vous n'êtes pas malade.

En effet, si la presse annonçait lundi que vous étiez malade, vous n'êtes plus que la victime d'un « facteur influençant l'état de santé » selon le communiqué de presse de l'OMS du mardi 28 mai. Cela semble anodin, mais implicitement l'OMS définit l'employé présentant ces symptômes comme le « maillon faible » incapable de faire face à un environnement défavorable …

Pourquoi un numéro spécial sur le burnout ?

Les enseignants exercent une profession à risque, car pour nombre d'entre nous ce travail correspond à une manière de concevoir son rôle dans la société, un engagement personnel, voire un sacerdoce. D'ailleurs, notre employeur nous rappelle sans cesse que « les valeurs du service public génèrent des devoirs dans l'accomplissement de la mission confiée dans l'environnement professionnel, mais aussi dans la vie privée ». Ainsi, à l'instar des geeks travaillant dans les nouvelles technologies, nous avons du mal à faire une véritable séparation entre vie privée et vie professionnelle, d'autant plus que cela pourrait nous être reproché. Cela induit souvent un sur-engagement découlant de l'impossibilité de véritablement délimiter et quantifier son travail.

Sur ce point, l'enquête sur le temps de travail des enseignants (ETT'19) publiée le mois dernier par le SER, et auquel les membres de l'UNION ont activement participé, met en évidence que les enseignants des gymnases romands travaillent en moyenne 118h de plus par an que ce qui leur est demandé officiellement. Les enseignants ne prennent par ailleurs que 29 jours de vraies vacances (fériés compris) ce qui reste bien moins que le reste des fonctionnaires genevois qui profitent de 25 jours de congés et de 10 fériés par an, comme beaucoup d'employés de grandes sociétés.

suite page suivante …

Suis-je concerné ?

Si vous vous êtes reconnu dans certaines des descriptions du début de l'article, vous avez la possibilité de procéder à une autoévaluation en répondant aux questions du BAT http://bat.wechange.be/ ou du CBI www.therapiebreve.be/plus/tests/burnout-cbi qui sont deux outils en français.

Il est important de noter que ces autoévaluations ne sont qu'indicatives quant à un possible état de burnout et qu'elles ne peuvent en aucun cas être considérées comme des diagnostics.

Sixième Enquête européenne sur les conditions de travail en 2015

Comparaison avec les travailleurs salariés en Europe : En France (41,2%) et en Italie (37,3%), l'épuisement en fin de journée de travail est aussi fréquent qu'en Suisse (35,2 %). Si le taux de Suisses et d'Autrichiens épuisés (30,4%) est proche de la moyenne européenne de 33,5%, les salariés épuisés sont nettement moins nombreux en Allemagne (26,0%) qu'en Italie et en France.

Le Matin 28.05.2018

LE BURN-OUT N'EST PAS UNE «MALADIE» SELON L'OMS

Alors que l'Organisation mondiale de la santé avait ajouté le burn-out dans sa liste des pathologies, un porte-parole a affirmé que ce n'était finalement pas le cas.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) considère que le burn-out est un «phénomène lié au travail» et pas une maladie, a déclaré mardi un porte-parole, en apportant des précisions à ce qui avait été annoncé la veille par l'agence spécialisée de l'ONU.

L'OMS avait indiqué lundi que le burn-out, un concept souvent traduit par «épuisement professionnel», avait fait son entrée dans sa nouvelle Classification internationale des maladies, qui sert de base pour établir les tendances et les statistiques sanitaires. Mais, mardi, un porte-parole a apporté une correction, en précisant que le burn-out était en fait déjà dans la classification précédente sous le chapitre «Facteurs influençant l'état de santé».

«L'inclusion dans ce chapitre signifie précisément que le burn-out n'est pas conceptualisé comme une condition médicale mais plutôt comme un phénomène lié au travail», a-t-il écrit dans une note aux médias. Il a précisé que seule la définition du burn-out «a été modifiée à la lumière des recherches actuelles».

Le burn-out ne peut se rencontrer qu'au travail

(…) Le registre de l'OMS précise que le burn-out «fait spécifiquement référence à des phénomènes relatifs au contexte professionnel et ne doit pas être utilisé pour décrire des expériences dans d'autres domaines de la vie».

…suite de la page précédente

Par ailleurs, cette étude met en évidence que des facteurs de surcharge (stress) font partie intégrante de la profession. Parmi eux, on peut notamment relever les problèmes de comportement des élèves vécus comme un stress par 90% de l'échantillon (2'949 enseignants), l'hétérogénéité des classes (75%), l'intégration des enfants issus de l'immigration (63%) et la délégation de la mission d'éducation (50%). Bien entendu, ces facteurs peuvent s'additionner.

Comment lutter contre le burnout ?

De nombreuses études scientifiques ont permis de définir une série de facteurs permettant de diminuer les effets négatifs du stress, et en particulier celui lié aux activités professionnelles. Parmi ceux-ci, on pourra relever que de pouvoir compter sur un soutien social bienveillant est un élément permettant de mieux supporter le stress, or l'étude ETT'19 met en évidence que les collègues de travail sont considérés aussi souvent comme un facteur de stress que comme une aide …

Parmi les autres facteurs, nous pouvons relever que pouvoir être averti à l'avance d'une situation stressante et avoir le contrôle de la situation sont importants pour pouvoir gérer son stress. Chacun d'entre vous pourra aisément se rendre compte que la source principale de surcharge mentionnée ci-dessus, les comportements inadéquats des élèves, est par définition peu prévisible et que l'hétérogénéité d'une classe et le nombre d'élèves migrants à accompagner ne figurent pas dans la sphère de contrôle de l'enseignant.

La dernière recommandation souvent citée dans les études sur le stress, à savoir l'accès à un « exutoire de frustration » comme une pratique sportive ou la méditation, ne sont malheureusement que très rarement organisées par le DIP. Pire encore, la dernière nouvelle en date a été d'annoncer aux groupes sportifs des écoles, essentiellement issus d'initiatives individuelles de quelques enseignants, que dès la rentrée 2019, l'accès aux installations sportives des écoles serait payant en dehors des horaires scolaires !

Une vraie responsabilité du DIP

Bref, nous devons nous rappeler en tout temps que nous sommes employés de l'Etat, et à ce titre veiller à conserver « la dignité de notre fonction », mais lorsque nous faisons du sport avec nos collègues, nous devenons une association ou un club privé devant s'acquitter d'un émolument ... Force est de constater que notre employeur a encore beaucoup à faire pour mieux protéger le corps enseignant contre les dangers du burnout et l'UNION entend bien mettre le sujet sur la table afin que le DIP puisse prochainement mieux prendre soin de ses employés.

Adhérez, l'UNION c'est vous !

L'UNION s'engage à vos côtés

Edit. Resp. Bureau UCESG