

La “santé dans ses baskets” ou propositions de stratégies de bien-être pour les enseignants d’éducation physique

Elise Houssin, David Kirk

School of Education, University of Strathclyde (Glasgow, Ecosse)

Introduction et objectifs

Pour penser l’école en santé des élèves, nous devons penser à des enseignants « bien dans leurs baskets », à leur bien-être dans leur communauté de pratique et dans leur vie quotidienne (Achermann Fawcett et al., 2018). Les facteurs de stress chez les enseignants d’éducation physique croissent, ils se sentent marginalisés et isolés (Richard et al., 2017). Notre objectif est de leur permettre d’atteindre l’efficacité individuelle et professionnelle par des stratégies de bien-être. En nous appuyant sur la théorie salutogénique (Antonovsky, 1979) et en utilisant la théorie de l’activité (Engeström, 1987), nous proposerons des stratégies pour que l’enseignant puisse évoluer dans la rivière de la vie (McCuaig & Quennerstedt, 2018) et être agent de sa transformation personnelle.

Méthodologie

A partir de l’analyse inductive des informations retenues dans les questionnaires, nous effectuerons une « cueillette » préparatoire afin d’identifier les facteurs de stress et les contraintes qui empêchent les enseignants d’être dans une logique de bien-être. Les questionnaires servent à orienter la modélisation du système d’activité par le biais d’une recherche interventionniste.

Résultats et discussion

Quatre équipes d’enseignants d’EPS ont répondu au questionnaire. Nous notons que le manque de soutien professionnel reste prévalant et que le métier est stressant. Les enseignants ne parlent pas de stratégies de bien-être. La proposition d’artefacts médiateurs permettrait de trouver un équilibre par le biais de stratégies matérielles. Intégrer la théorie salutogénique permettrait aux enseignants de se questionner sur leur capacité de contrôle et le sens de leurs expériences et contribuerait par ce travail de réflexivité d’être en adéquation avec leur sentiment de cohérence.

Conclusions et perspectives

Les contradictions et stress surmontés impulsent un changement d’attitude et de pratique des enseignants. Ils collaborent par une réflexivité en action et partagent leurs réponses de résolutions d’artefacts afin de créer des stratégies durables et significatives qui surmonteraient le paradoxe entre l’impression de « se sentir bien » et être à l’« aise dans ses baskets ».

Références bibliographiques

- Achermann Fawcett, E., Keller, R., & Gabola, P. (2018). Impact de la santé des directions d’établissement et du corps enseignant sur la santé et la réussite scolaire des élèves. Bases scientifiques pour l’argumentaire "La santé renforce l’éducation", édité par l’Alliance PSE dans les écoles. Zurich et Lausanne: Pädagogische Hochschule Zürich et Haute école pédagogique Vaud.
- Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*, 11(1), 11–18.
- Engeström, Y. (1987). Learning by expanding: An activity-theoretical approach to developmental research. Accessible sur Internet: <http://lchc.ucsd.edu/MCA/Paper/Engestrom/expanding/toc.htm>
- McCuaig, L. & Quennerstedt, M. (2018). Health by stealth—exploring the sociocultural dimensions of salutogenesis for sport, health and physical education research. *Sport, education and society*, 23(2), 111-122.
- Richards, K. A. R., Gaudreault, K. L., & Woods, A. M. (2017). Understanding Physical Educators' Perceptions of Mattering Questionnaire--Physical Education. *European Physical Education Review*, 23(1), 73-90.