

Sondage éclair sur la santé mentale du personnel enseignant



TABLE DES MATIÈRES

LE CONTEXTE ACTUEL EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE	1
La pandémie se poursuit	1
Poursuivre les recherches sur la santé mentale du personnel enseignant	2
RÉSUMÉ	3
Principaux constats	3
Recommandations	4
HUMEUR ACTUELLE ET STRESS AU TRAVAIL	5
Frustration, bien-être émotionnel, épuisement, gestion du stress et soutien	8
Santé physique du personnel enseignant	14
Inquiétudes sur le bien-être et la santé mentale personnelle	16
BÂTIR UNE SOLIDE BASE DE SOUTIEN	20
Identifier les piliers d'influence	20
ANNEXES	22
Renseignements démographiques	23
<i>Réponse des enseignantes et enseignants canadiens au coronavirus (COVID-19) — Étude sur la pandémie, sondage de juin 2020 (aux fins de comparaison)</i>	34

LE CONTEXTE ACTUEL EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE

La pandémie se poursuit

Récemment, les médias canadiens ont mis à l'avant-plan la question de la santé mentale et du bien-être du personnel enseignant dans le contexte de la pandémie de COVID-19. À Ottawa, l'Ottawa-Carleton District School Board (OCDSB) a mené auprès des membres du personnel enseignant et des élèves un sondage sur l'enseignement et l'apprentissage pendant la pandémie, et les enseignantes et enseignants ont fourni des réponses alarmantes faisant état d'un sentiment d'épuisement, professionnel et autre, et indiquant que le volume de travail qu'on leur demandait d'abattre était « ingérable ». Plus à l'ouest, l'Alberta Teachers' Association (ATA) a récemment publié les résultats d'un deuxième sondage faisant partie d'une série de sondages éclair et ayant été mené au début du mois de septembre (du 10 au 14 septembre). D'après ce sondage, « 95 % des personnes répondantes ont signalé souffrir de stress, 94 % de fatigue et 81 % d'anxiété »^{2,3}. Dans tout le Canada, les enseignantes et enseignants font état d'inquiétudes similaires. Ils disent se sentir submergés, stressés et épuisés, et en proie aux incertitudes quant à savoir s'ils pouvaient tenir le rythme et gérer la complexité d'enseigner dans l'environnement actuel marqué par la pandémie^{4,5}. Ces sentiments ont conduit nombre de membres du personnel enseignant à se demander pendant combien de temps encore ils seraient capables de poursuivre leurs activités, malgré leur amour de l'éducation et leur envie de soutenir les jeunes du système d'éducation publique financée par l'État^{6,7}.

Les enseignantes et enseignants ne sont pas les seuls à souffrir de stress, de dépression et d'anxiété à cause de la pandémie de COVID-19. Le Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH) a effectué un sondage indiquant une augmentation du nombre de personnes faisant état d'anxiété et de dépression parmi les Canadiennes et les Canadiens âgés de 18 ans et plus⁸. Toutefois, les conditions de travail complexes et en perpétuel changement, ainsi que les protocoles additionnels de santé et de sécurité, sont des fardeaux qui pèsent lourdement sur les épaules des éducatrices et éducateurs. La situation est d'autant plus complexe que l'on constate de fortes variations dans la planification et les procédures au niveau des écoles, des conseils ou des commissions scolaires et des ministères lesquelles, en plus des tâches et responsabilités professionnelles ordinaires, créent un environnement instable, tant pour le personnel enseignant que pour les élèves.

-
- 1 Josh Pringle, « Ottawa public school teachers burnt out, some students report declining mental health since school began: Survey », *CTV News*, [En ligne], le 28 octobre 2020. [<https://ottawa.ctvnews.ca/ottawa-public-school-teachers-burnt-out-some-students-report-declining-mental-health-since-school-began-survey-1.5164734>].
 - 2 Jen Janzen, « Stressed out », *ATA News*, [En ligne]. [https://mydigimag.rrd.com/publication/?i=676355&article_id=3783127&view=articleBrowser&ver=html5].
 - 3 The Alberta Teachers Association, *Reporting on COVID-19 Prevention, Infection and Control in Alberta K-12 Schools: ATA Pandemic Research Study*, Edmonton (Alberta), [En ligne], automne 2020. [<https://www.teachers.ab.ca/SiteCollectionDocuments/ATA/News%20and%20Info/Issues/COVID-19/Report%20on%20COVID-19%20Prevention%20Infection%20and%20Control%20in%20Alberta%20K-12%20Schools.pdf>].
 - 4 Jessica Wong, « Teachers say return to school this fall has left them with overwhelming stress and never-ending workload », *CBC News*, [En ligne], le 28 octobre 2020. [<https://www.cbc.ca/news/canada/teacher-questionnaire-pandemic-1.5775805>].
 - 5 Rob Antle, « Schools still COVID-free, but concerns linger for some teachers in N.L. classrooms », *CBC News*, [En ligne], le 28 octobre 2020. [<https://www.cbc.ca/news/canada/newfoundland-labrador/nl-teachers-covid-questionnaire-1.5778823>].
 - 6 Jack Jedwab, *Enseignants canadiens du secondaire : Leurs inquiétudes quant au fait d'être en première ligne face à la COVID-19*, Montréal (Québec), Association d'études canadiennes, [En ligne], le 2 octobre 2020. [<https://acs-aec.ca/wp-content/uploads/2020/10/Enque%CC%82te-aupre%CC%80s-des-enseignants-canadiens-du-secondaire-sur-la-Covid-19-et-les-de%CC%81fis-a%CC%80-relever-en-classe.pdf>].
 - 7 Maan Alhmidi, « Teachers worried about their health, quality of education as they deal with COVID-19 », *The Canadian Press*, [En ligne], le 2 octobre 2020. [<https://www.timescolonist.com/teachers-worried-about-their-health-quality-of-education-as-they-deal-with-covid-19-1.24214087>].
 - 8 Centre de toxicomanie et de santé mentale, « COVID-19 National Survey Dashboard », [En ligne]. [<https://www.camh.ca/en/health-info/mental-health-and-covid-19/covid-19-national-survey>].

Comme l'ont indiqué Laura Sokal et ses collègues, ces déséquilibres viennent alimenter le stress lié à l'emploi et sont les précurseurs de l'épuisement professionnel⁹. D'après un examen des données mené par une équipe de recherche en Écosse, les hauts niveaux de stress professionnel sont liés à des problèmes de santé mentale et physique, et la santé mentale et le bien-être influent sur la relation que les enseignantes et enseignants entretiennent tant avec leur travail qu'avec les élèves¹⁰.

Tandis que la pandémie se poursuit, il est nécessaire de documenter les réalités de l'enseignement et les effets longitudinaux sur les travailleuses et travailleurs de première ligne dans l'économie des soins. Ces renseignements seront indispensables pour plaider en faveur de la prise de mesures de soutien en vue d'atténuer les effets à long terme sur la santé mentale des enseignantes et enseignants et, par ricochet, des élèves^{11,12}. De même, l'UNESCO a elle aussi plaidé pour une étude des effets psychologiques de la COVID-19 afin de pouvoir appliquer les connaissances acquises aux futures pandémies¹³. Cet appel a été relayé par la Commission de la santé mentale du Canada, qui souligne que les effets multicouches et à long terme sont inévitables, ce qui rend d'autant plus important de comprendre les incidences afin de soutenir le personnel enseignant, maintenant et dans l'avenir¹⁴.

Poursuivre les recherches sur la santé mentale du personnel enseignant

En octobre 2020, la Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants (CTF/FCE) a publié son *Rapport sur la santé mentale : Réponse des enseignantes et enseignants canadiens au coronavirus (COVID-19) — Étude sur la pandémie*. Ce document constitue un point de départ important pour comprendre les incidences du fait d'enseigner pendant une pandémie, et les soutiens nécessaires en vue de protéger la santé mentale des enseignantes et enseignants à mesure que la pandémie de COVID-19 progresse. Le sondage de la phase 1 de l'étude sur la pandémie de la CTF/FCE, mené du 1^{er} au 18 juin 2020 (le sondage de juin 2020), a permis de recueillir les réponses complètes de plus de 15 000 enseignantes et enseignants. En se fondant sur les résultats de ce sondage initial, la CTF/FCE a préparé un rapport sur la santé mentale des élèves et du personnel enseignant, et elle a relevé des tendances préoccupantes en matière de santé mentale à un moment où les éducatrices et éducateurs tentaient de gérer l'enseignement à distance mis en place en urgence en juin 2020¹⁵. D'après ce rapport, la santé mentale du personnel enseignant est « grandement menacée » par des facteurs de stress comme la charge de travail excessive, le manque de directives claires et de planification, le temps excessif passé devant un écran et l'isolement social. Le sondage a aussi montré que les enseignantes et enseignants ont du mal à maintenir un équilibre travail-vie, et qu'ils n'ont pas le temps de s'occuper adéquatement de leur bien-être physique personnel.

Le présent rapport contient une analyse des réponses au sondage « éclair » de suivi de la CTF/FCE sur la santé mentale et le bien-être du personnel enseignant pendant l'année scolaire 2020-2021, et documente les effets préjudiciables continus de la longue pandémie sur la santé mentale et le bien-être des enseignantes et enseignants. Les résultats du sondage montrent clairement la nécessité de mettre en place un soutien rapide, de grande ampleur et continu pour soulager la santé mentale en pleine détérioration des éducateurs et éducatrices du système public canadien. Ce rapport constitue à la fois un appel à une prise de conscience et une base d'action politique.

9 Laura Sokal, Lesley G. Eblie Trudel et Jeff C. Babb, « Supporting Teachers in Times of Change: The Job Demands-Resources Model and Teacher Burnout During the COVID-19 Pandemic », *International Journal of Contemporary Education*, vol. 3, n° 2, octobre 2020.

10 Jane White, *Supporting teachers' mental health and wellbeing: Evidence Review*, Édimbourg (Écosse), NHS Scotland, [En ligne], 2020. [<http://www.healthscotland.scot/media/2951/supporting-teachers-mental-health-and-wellbeing-english-feb2020.pdf>].

11 Jane White, *Supporting Teachers*.

12 Laura Sokal, Lesley G. Eblie Trudel et Jeff C. Babb, « Supporting Teachers in Times of Change: The Job Demands-Resources Model and Teacher Burnout During the COVID-19 Pandemic », *International Journal of Contemporary Education*, vol. 3, n° 2, octobre 2020, p. 67-74.

13 Emily Holmes, et autres, « Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health sciences », *Lancet Psychiatry*, vol. 7, juin 2020, p. 547-560.

14 *COVID-19 et santé mentale : Réponses stratégiques et enjeux émergents — Analyse préliminaire*, Ottawa, Canada, Commission de la santé mentale du Canada, 2020.

15 CTF/FCE, *Réponse des enseignantes et enseignants canadiens au coronavirus (COVID-19) — Étude sur la pandémie : Rapport sur la santé mentale*.

Le *Sondage éclair de la CTF/FCE sur la santé mentale du personnel enseignant* (le sondage d'octobre 2020) a été mené dans les deux langues officielles du 16 au 25 octobre 2020, et il a permis de recueillir un total de 13 770 réponses complètes. La participation à ce sondage était volontaire, et il a été envoyé aux personnes qui enseignaient en milieu scolaire durant l'année scolaire 2020-2021. Le taux de réponse a été très élevé, atteignant en moyenne presque 570 réponses par jour sur une période de dix jours (568 réponses par jour). Comparativement, le sondage de juin 2020 a recueilli en moyenne 216 réponses par jour, pour un total de 15 119 réponses sur une période de deux semaines. On voit donc que le présent sondage a obtenu un taux de réponse presque deux fois supérieur à celui du sondage de juin en un laps de temps plus court, ce qui montre l'importance du thème de la santé mentale.

Le sondage d'octobre a été distribué par l'intermédiaire des réseaux des organisations membres de la CTF/FCE et en utilisant l'effet boule de neige du recrutement sur les plateformes de médias sociaux, Twitter et Facebook. Les personnes répondantes étaient libres de sauter des questions, en totalité ou en partie, sauf celles concernant l'organisation membre et leur propre identification, qui étaient obligatoires. Par conséquent, le nombre de réponses complètes varie d'une question à l'autre.

Le questionnaire contenait notamment dix questions fermées sur la santé mentale et le bien-être, dont des questions de référence sur les niveaux de stress et l'état de santé mentale actuel des enseignantes et enseignants, des échelles de Likert sur le bien-être physique et émotionnel, et des questions comparatives longitudinales. Ces questions, reprises du sondage de juin 2020, permettent de recueillir des données longitudinales sur les sentiments initiaux de bien-être des enseignantes et enseignants, leur état de santé physique, et leurs principales inquiétudes concernant leur bien-être et leur santé mentale. Le présent rapport contient un examen comparatif de ces résultats longitudinaux.

Dans le présent rapport, nous proposons une analyse détaillée des réponses aux dix questions fermées sur la santé mentale et le bien-être du sondage d'octobre 2020. Les résultats pour les questions sur les données démographiques figurent en annexe. Les analyses sont, selon la question, présentées sous forme de graphiques, de cartes thermiques et de tableaux de fréquence. Chaque question est ensuite décomposée et analysée en utilisant les principaux résultats et les marqueurs de comparaison longitudinaux provenant du sondage de juin 2020.

Principaux constats

- Les enseignantes et enseignants veulent être entendus, et ils veulent que leur expérience soit documentée : 17 % (n=2 292) des personnes répondantes ont demandé une entrevue de suivi.
- Les enseignantes et enseignants sont incroyablement stressés, ont dû mal à gérer ce stress et se sentent de plus en plus malheureux : 70 % s'inquiètent pour leur bien-être et leur santé mentale.
- L'augmentation de la charge de travail pendant une pandémie nuit au bien-être et à la santé physique du personnel enseignant. Les enseignantes et enseignants réussissent rarement à conserver un mode de vie sain.
- Les enseignantes et enseignants ont de plus en plus de mal à maintenir leur santé physique quotidienne au niveau le plus élémentaire.
- Il faut de multiples couches de soutien, au niveau de l'école, du conseil ou de la commission scolaire, et du

ministère, premièrement pour écouter et reconnaître les problèmes et deuxièmement pour procéder aux changements requis en vue d'atténuer les effets de l'augmentation de la charge de travail et des exigences professionnelles qui pèsent sur le personnel enseignant.

Recommandations

Les recommandations suivantes ont été formulées dans le *Rapport sur la santé mentale : Réponse des enseignantes et enseignants canadiens au coronavirus (COVID-19) — Étude sur la pandémie* :

- Apporter un soutien immédiat et permanent en matière de santé mentale et émotionnelle au personnel enseignant, aux éducateurs et éducatrices et aux élèves;
- Augmenter le financement consacré aux services de santé mentale pour le personnel enseignant et les élèves;
- Développer de nouvelles ressources en santé mentale afin de traiter les conséquences de la pandémie, notamment des ressources tenant compte des traumatismes subis;
- Adapter les attentes concernant la charge de travail;
- Fournir des instructions claires et s'assurer qu'elles sont bien communiquées par l'administration, les conseils ou les commissions scolaires, et les ministères.

Faisant fond des résultats du sondage d'octobre 2020 et de notre présente analyse, nous continuons de préconiser les recommandations susmentionnées et nous y ajoutons les suivantes :

- Faire de la santé mentale et du bien-être une priorité : modifier les attentes concernant le grand nombre d'heures de travail effectuées en dehors des heures prévues par contrat;
- Mieux sensibiliser le personnel enseignant aux ressources en santé mentale existantes et améliorer l'accès à celles-ci;
- Trouver un juste équilibre entre les ressources et les demandes dans les contextes d'enseignement actuels. Par exemple, dans de nombreux contextes, bien qu'il existe des besoins concernant la surveillance supplémentaire des élèves et le temps consacré à des tâches autres que l'enseignement, il faut donner la priorité au temps de préparation des enseignantes et enseignants et à l'évaluation en augmentant les effectifs;
- Appliquer dans les écoles et les salles de classe les mêmes directives de santé et de sécurité que celles qui sont en vigueur en dehors des écoles, par exemple en ce qui concerne le port du masque et l'éloignement physique;
- Augmenter le financement en vue de réduire l'effectif des classes de manière à respecter les protocoles de santé et de sécurité;
- Élaborer une politique à long terme et des procédures visant à soutenir la santé mentale et le bien-être du personnel enseignant au niveau des écoles, des conseils ou des commissions scolaires et des ministères, surtout dans un environnement d'enseignement marqué par la pandémie ou une autre crise;
- Écouter les expériences du personnel enseignant et reconnaître les effets cumulés à long terme du fait d'être une travailleuse ou un travailleur de première ligne du système d'éducation dans l'économie des soins.

HUMEUR ACTUELLE ET STRESS AU TRAVAIL

Le *Sondage éclair de la CTF/FCE sur la santé mentale* contenait dix questions fermées sur le bien-être et la santé mentale des enseignantes et enseignants. Les deux premières questions permettaient d'évaluer leur état de bien-être global : la première concernait leur « humeur actuelle » et la deuxième les invitait à indiquer leur niveau de stress au travail en faisant glisser un bouton sur une barre graduée.

La première question « comment vous sentez-vous aujourd'hui? » servait à établir la base de référence, et 36 % d'enseignantes et enseignants ont indiqué n'être « ni heureux(-euse) ni malheureux(-euse) » et 30 % se sont dits « plutôt malheureux(-euse) » au moment où ils ont répondu au sondage. Seulement 15 % des enseignantes et enseignants se sont dits « plutôt heureux(-euse) » et 3 % « très heureux(-euse) ».

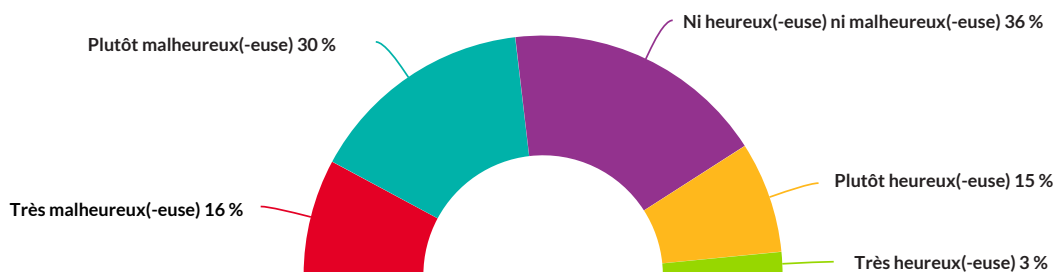
Cette question, qui avait déjà été posée dans le sondage de juin 2020, fournit des renseignements importants sur le bien-être du personnel enseignant à la fin de l'année scolaire 2019-2020 par rapport aux premiers mois de celle de 2020-2021.






Ainsi, parmi les réponses, le pourcentage de « plutôt malheureux(-euse) » a augmenté de 14 %, tandis que celui de « heureux(-euse) » a baissé de 20 % entre la mi-juin et la mi-octobre. En outre, le pourcentage de « très heureux(-euse) » a diminué de moitié (de 7 % à 3 %) et celui de « très malheureux(-euse) » a triplé (de 5 % à 16 %). Ces résultats comparés montrent un important changement négatif dans le sentiment de bien-être du personnel enseignant.

Pour la deuxième question, à savoir « dans quelle mesure votre travail est-il stressant en ce moment? », les enseignantes et enseignants devaient faire glisser un bouton sur une barre graduée où 0 % correspondait à « pas stressant du tout » et 100 % à « extrêmement stressant ». Les résultats montrent qu'une grande majorité d'enseignantes et enseignants (72 %) ont situé leur travail dans la fourchette des « plutôt stressant », « très stressant » et « extrêmement stressant ». La réponse moyenne du personnel enseignant plaçait le bouton à 77 % sur la barre, ce qui correspond à « très stressant ».

Le pourcentage le plus élevé d'enseignantes et enseignants (24 %) a indiqué que leur travail était « extrêmement stressant », plaçant le bouton entre 91 % et 100 % sur la barre. Ce sont donc plus de 3 500 enseignantes et enseignants qui ont indiqué (n=3 503) que leur travail était extrêmement stressant au moment du sondage. Ce pourcentage est 4, 5 fois plus élevé que le pourcentage d'enseignantes et enseignants ayant répondu « plutôt stressant » en plaçant le bouton entre 41 % et 50 % sur la barre (5 %) et supérieur de 10 points de pourcentage au taux d'enseignantes et enseignants ayant indiqué que leur travail était « très stressant » en positionnant le bouton entre 71 % et 80 % sur la barre (14 %). De plus, presque 90 % (89 %) des réponses se situaient dans la fourchette comprise entre 51 % et 100 %, dont 68 % dans la fourchette comprise entre 71 % et 100 %. Le stress au travail est donc un indicateur important de l'état de santé mentale et du bien-être du personnel enseignant, tel qu'évalué par celui-ci au moment de répondre au sondage.

Comment vous sentez-vous aujourd'hui?

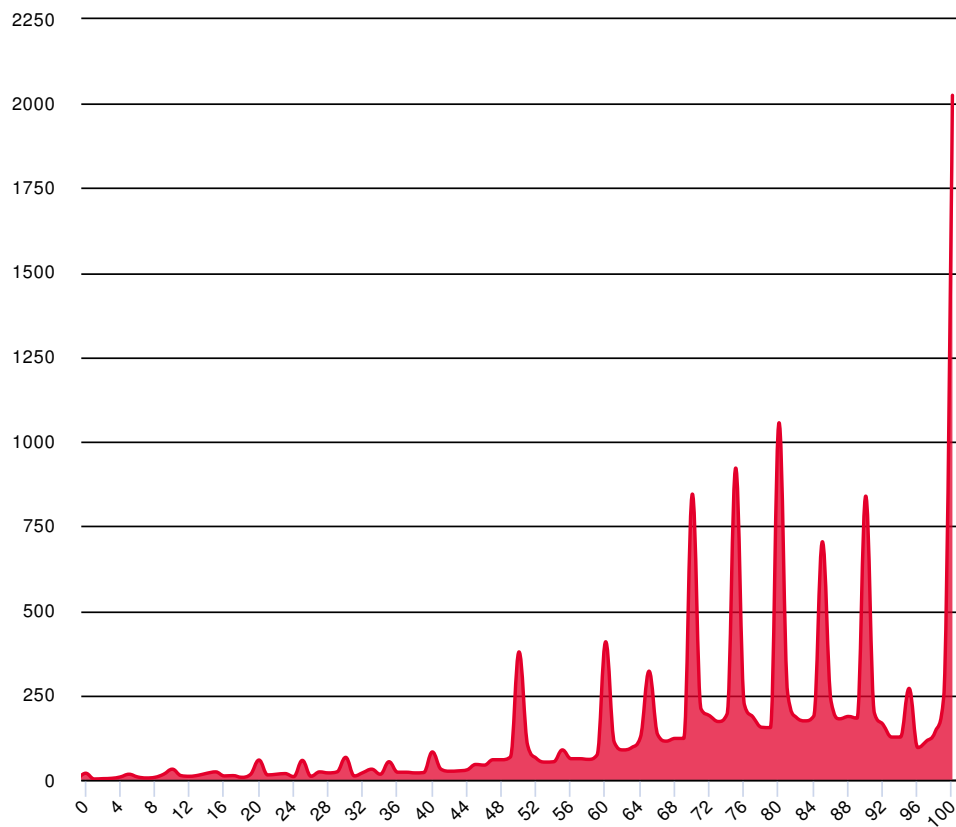


Réponse		%	Nombre
Très malheureux(-euse)		15,7	2 372
Plutôt malheureux(-euse)		30,6	4 616
Ni heureux(-euse) ni malheureux(-euse)		35,6	5 359
Plutôt heureux(-euse)		15,0	2 257
Très heureux(-euse)		3,1	466

Réponses totales : 15 070

Dans quelle mesure votre travail est-il stressant en ce moment?

Indiquez votre réponse en faisant glisser le bouton de la barre graduée



Statistiques

Minimum	0
Maximum	100
Moyenne	76,5

Frustration, bien-être émotionnel, épuisement, gestion du stress et soutien

Le *Sondage éclair de la CTF/FCE sur la santé mentale du personnel enseignant* contenait des questions demandant aux enseignantes et enseignants d'évaluer, à l'aide de diverses échelles de Likert, leur niveau de frustration, de bien-être émotionnel, d'épuisement, de gestion du stress et de soutien. Dans cette partie du sondage, les enseignantes et enseignants ont aussi été invités à indiquer dans quelle mesure ils se sentaient soutenus par différents groupes.

Les enseignantes et enseignants ont fait état d'une certaine frustration à l'égard de nombreux aspects de leur activité professionnelle et de leur environnement de travail actuel au moment du sondage. Ils ont indiqué que l'élément le plus frustrant globalement était les perceptions négatives du public à l'égard de leur travail, 37 % d'entre eux ayant répondu « extrêmement frustrant », 31 % « très frustrant » et 19 % « plutôt frustrant ».

Les plans de réouverture des écoles et de sécurité étaient aussi d'importantes sources de frustration pour le personnel enseignant, et les changements constants dans le milieu de travail et l'application des protocoles de sécurité ont été considérés comme « très frustrant » par plus d'un tiers des enseignantes et enseignants. Concernant ces frustrations, la tentative de respecter leurs propres normes professionnelles était un élément « très frustrant » pour 32 % du personnel enseignant.

Ces sources de frustration montrent des liens avec la santé émotionnelle du personnel enseignant. Ainsi, la tentative de respecter leurs propres normes professionnelles était non seulement frustrante mais en plus, selon 34 % des répondantes et répondants, elle avait une « grande incidence » sur leur santé émotionnelle. Des aspects de la vie professionnelle comme le maintien d'une attitude positive et dynamique dans leurs activités d'enseignement, la gestion du comportement des élèves et le fait de jongler avec de multiples responsabilités, ainsi que la fourniture d'un soutien affectif aux élèves avaient une « grande incidence » sur la santé émotionnelle de plus de 30 % des enseignantes et enseignants.

Les enseignantes et enseignants ont indiqué leur état de santé émotionnelle en répondant à des questions sur leur environnement de travail actuel, puis en évaluant la mesure dans laquelle certains scénarios de travail étaient épuisants. Le fait de gérer le comportement des élèves et de jongler avec de multiples responsabilités a non seulement une « grande incidence » sur la santé émotionnelle du personnel enseignant, mais est aussi l'élément le plus épuisant pour 35 % des enseignantes et enseignants, qui ont coché « extrêmement épuisant », et pour 37 % des enseignantes et enseignants, qui ont coché « très épuisant ».

Tandis que 30 % des enseignantes et enseignants ont indiqué que le temps passé devant l'ordinateur ou un autre appareil numérique était respectivement « très épuisant » et « extrêmement épuisant », 38 % ont trouvé « très épuisant » de s'adapter à de nouvelles pratiques pédagogiques. Fait intéressant, 26 % des enseignantes et enseignants ont indiqué qu'il n'était « pas épuisant du tout » de s'occuper de la classe de collègues absents, tandis que 22 % ont trouvé cela respectivement « plutôt épuisant » et « très épuisant », ce qui pourrait être dû aux grandes variations de la fréquence à laquelle une enseignante ou un enseignant est appelé à s'occuper de la classe de collègues.

Dans l'ensemble, les enseignantes et enseignants ont massivement déclaré avoir du mal à gérer le stress associé à l'enseignement au quotidien. Plus de 11 000 enseignantes et enseignants (n=11 144) ont répondu que leur capacité à gérer le stress était compromise, 33 % affirmant y arriver « tout juste » et 46 % « assez bien ». Un peu plus de 4 % (n=621) ont déclaré ne « pas bien du tout » gérer le stress. Seule une petite proportion d'enseignantes et enseignants ont indiqué faire efficacement face au stress actuel (16 % estimant « bien » gérer le stress et 1 % « très bien »). Ces réponses alarmantes sont révélatrices des dommages causés par le stress, la frustration et l'épuisement ainsi que de l'impossibilité de continuer à fonctionner dans le contexte actuel pour la santé mentale et le bien-être du personnel enseignant.

Dans cette partie du sondage, les enseignantes et enseignants ont aussi évalué le niveau de soutien qu'ils estimaient recevoir de divers groupes (parents et tuteurs ou tutrices des élèves, administrateurs et administratrices, collègues, famille et amis et amis, conseil ou commission scolaire, ministère de l'Éducation, et association professionnelle ou syndicat). Ils ont fait état de divers niveaux de soutien de la part de ces groupes.

D'après leurs réponses, les enseignantes et enseignants pensaient recevoir plus de soutien de leurs personnes proches que des conseils ou commissions scolaires et des institutions publiques. Ils ont déclaré se sentir « très bien » soutenus par leurs réseaux de niveau personnel comme les collègues (48 %) et la famille et les amis et amis (44 %). La majorité d'entre eux ont déclaré se sentir moins soutenus par des personnes de niveau intermédiaire, comme les parents et tuteurs ou tutrices des élèves (56 % se trouvant « assez bien » soutenus) et les administrateurs et administratrices (30 % s'estimant « très bien » soutenus et 35 % « assez bien »). Quatre enseignantes et enseignants sur dix se sentaient « assez bien » soutenus par leur association professionnelle ou leur syndicat et mal soutenus par leur conseil ou leur commission scolaire (30 % ayant indiqué « pas du tout », 30 % « à peine » et 30 % « assez bien »). À l'opposé, la vaste majorité du personnel enseignant ne se sentait « pas du tout » soutenu par le ministère de l'Éducation (60 %). Ces chiffres montrent l'importance des réseaux de personnes proches pour apporter répit et soutien au personnel enseignant ainsi que les niveaux auxquels le soutien doit être amélioré, comme les conseils ou commissions scolaires et les ministères.

Dans quelle mesure trouvez-vous les éléments ci-dessous frustrants?

	Pas frustrant du tout	Rarement frustrant	Plutôt frustrant	Très frustrant	Extrêmement frustrant	Personnes répondantes
Appliquer les protocoles de sécurité Nombre % de la rangée	941 6,4 %	1 892 12,9 %	4 347 29,7 %	5 248 35,9 %	2 192 15,0 %	14 620
Apprendre à maîtriser de nouvelles technologies et m'y adapter Nombre % de la rangée	1 473 10,1 %	2 791 19,1 %	4 745 32,5 %	3 674 25,1 %	1 939 13,3 %	14 622
Respecter mes propres normes professionnelles Nombre % de la rangée	1 608 11,0 %	1 990 13,6 %	3 922 26,9 %	4 720 32,3 %	2 365 16,2 %	14 605
Changements constants dans mon milieu de travail Nombre % de la rangée	580 4,0 %	1 300 8,9 %	3 043 20,8 %	5 025 34,4 %	4 651 31,9 %	14 599

Perceptions du public à l'égard de mon travail actuel	813 5,6 %	1 168 8,0 %	2 795 19,1 %	4 462 30,6 %	5 365 36,7 %	14 603
Nombre % de la rangée						
Réponses totales :						14 622

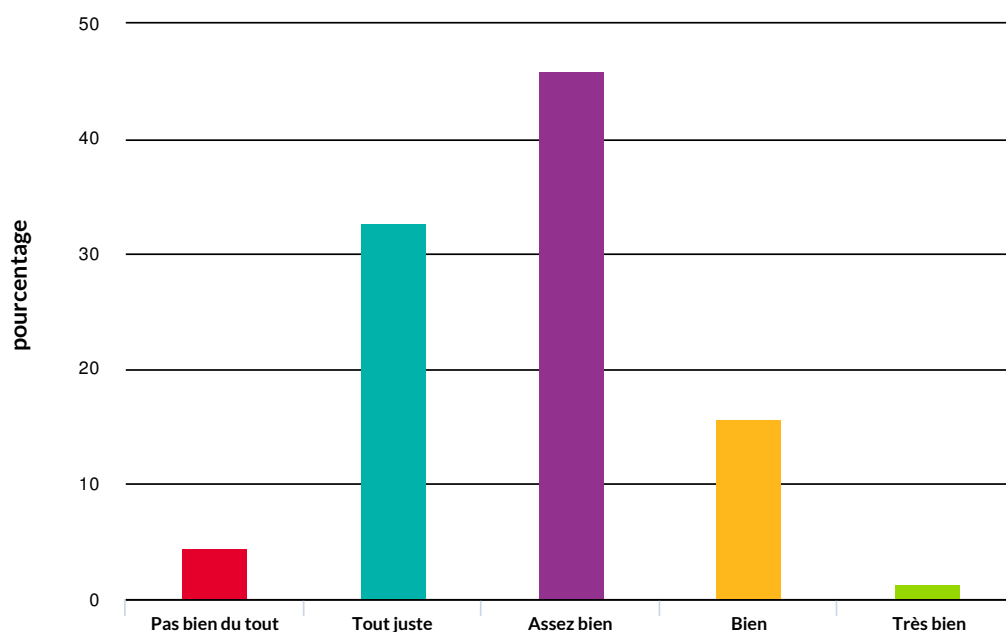
Dans quelle mesure les scénarios ci-dessous ont-ils une incidence sur votre santé émotionnelle?

	Aucune incidence	Incidence faible	Incidence moyenne	Grande incidence	Énorme incidence	Personnes répondantes
Fournir du soutien affectif aux élèves	752 5,2 %	1 885 13,1 %	4 718 32,8 %	5 392 37,5 %	1 641 11,4 %	14 388
Nombre % de la rangée						
Maintenir une attitude positive et dynamique	749 5,2 %	1 353 9,4 %	3 348 23,3 %	5 968 41,4 %	2 982 20,7 %	14 400
Nombre % de la rangée						
Gérer le comportement des élèves et jongler avec de multiples responsabilités	447 3,1 %	1 170 8,1 %	2 729 19,0 %	5 535 38,5 %	4 508 31,3 %	14 389
Nombre % de la rangée						
Apprendre à maîtriser de nouvelles technologies et m'en servir	1 356 9,4 %	2 865 19,9 %	4 515 31,4 %	3 534 24,6 %	2 121 14,7 %	14 391
Nombre % de la rangée						
Respecter mes propres normes professionnelles	1 211 8,4 %	1 866 13,0 %	3 965 27,6 %	4 920 34,3 %	2 393 16,7 %	14 355
Nombre % de la rangée						
Réponses totales :						14 400

Dans quelle mesure trouvez-vous les scénarios suivants épuisants?

	Pas épuisant du tout	Légèrement épuisant	Plutôt épuisant	Très épuisant	Extrêmement épuisant	Personnes répondantes
Gérer le comportement des élèves et jongler avec de multiples responsabilités Nombre % de la rangée	292 2,1 %	1 110 7,8 %	2 526 17,8 %	5 250 37,0 %	5 007 35,3 %	14 185
M'occuper de la classe de collègues absents Nombre % de la rangée	3 575 26,3 %	2 098 15,5 %	2 978 21,9 %	2 923 21,5 %	2 000 14,7 %	13 574
M'adapter à de nouvelles pratiques pédagogiques Nombre % de la rangée	559 3,9 %	1 735 12,3 %	4 035 28,5 %	5 204 36,8 %	2 622 18,5 %	14 155
Temps passé devant l'ordinateur ou un autre appareil numérique Nombre % de la rangée	771 5,5 %	1 672 11,8 %	3 251 23,0 %	4 263 30,1 %	4 187 29,6 %	14 144
Répondre aux attentes personnelles et professionnelles Nombre % de la rangée	314 2,2 %	1 020 7,2 %	2 574 18,1 %	5 483 38,6 %	4 801 33,8 %	14 192
Réponses totales :						14 192

Dans quelle mesure arrivez-vous à gérer le stress associé à votre enseignement au quotidien?



Réponse	%	Nombre
Pas bien du tout	4,4	621
Tout juste	32,7	4 644
Assez bien	45,8	6 499
Bien	15,7	2 224
Très bien	1,4	201

Réponses totales : 14 189

Dans quelle mesure vous sentez-vous soutenu(e) par les groupes suivants?

	Pas du tout	À peine	Assez bien	Très bien	Extrême-ment bien	Personnes répondantes
Parents et tuteurs ou tutrices des élèves Nombre % de la rangée	716 5,1 %	2 274 16,3 %	7 654 54,7 %	3 029 21,7 %	309 2,2 %	13 982
Administrateurs et administratrices Nombre % de la rangée	1 218 8,7 %	2 204 15,7 %	4 902 34,9 %	4 177 29,7 %	1 556 11,1 %	14 057
Collègues Nombre % de la rangée	160 1,1 %	691 4,9 %	3 608 25,7 %	6 689 47,6 %	2 911 20,7 %	14 059
Conseil ou commission scolaire Nombre % de la rangée	4 128 29,5 %	4 260 30,4 %	4 321 30,8 %	1 130 8,1 %	170 1,2 %	14 009
Ministère de l'Éducation Nombre % de la rangée	8 332 59,4 %	3 359 24,0 %	1 903 13,6 %	379 2,7 %	51 0,4 %	14 024
Association professionnelle ou syndicat Nombre % de la rangée	1 191 8,5 %	2 910 20,7 %	5 757 41,0 %	3 462 24,7 %	711 5,1 %	14 031
Famille, amis et amis Nombre % de la rangée	126 0,9 %	714 5,1 %	4 048 28,8 %	6 214 44,2 %	2 956 21,0 %	14 058
Réponses totales :						14 059

Santé physique du personnel enseignant

Dans le *Sondage éclair sur la santé mentale du personnel enseignant*, les enseignantes et enseignants étaient invités à indiquer la fréquence à laquelle ils parvenaient à accomplir certains marqueurs du bien-être et de la santé physique au quotidien (notamment le sommeil, l'alimentation, l'hydratation, le mouvement, l'établissement des priorités et la bonne gestion des tâches pendant les journées de travail).

La plupart des enseignantes et enseignants ont indiqué avoir du mal à répondre à leurs besoins sur le plan de la santé personnelle et de la subsistance. Ils ont estimé qu'ils arrivaient « rarement » à dormir suffisamment toutes les nuits (36 %), à boire suffisamment d'eau pendant leur journée de travail (38 %) et à se réserver des moments dans la journée pour bouger (38 %). Presque la moitié des enseignantes et enseignants ayant répondu à cette question ont indiqué être « parfois » capables de bien gérer leurs tâches et leurs communications électroniques pendant leur journée de travail (46 %).

Par rapport au sondage de juin 2020 (voir l'annexe), on constate une tendance inquiétante du personnel enseignant à avoir du mal à maintenir son bien-être physique. Un changement négatif a été observé dans les réponses pour tous les marqueurs. La fréquence des réponses « jamais » et « rarement » a nettement augmenté, tandis que celle des réponses « fréquemment » et « toujours » a connu l'effet inverse. Ces résultats montrent que, globalement, les enseignantes et enseignants ont eu du mal à préserver et entretenir leur bien-être et leur santé physique entre la mi-juin et la mi-octobre 2020.

Plus précisément, le pourcentage d'enseignantes et enseignants ayant déclaré qu'ils parvenaient « rarement » à accomplir les marqueurs de santé a augmenté dans chaque catégorie : pour l'alimentation, le taux est passé de 19 % à 23%, pour l'hydratation, il est passé de 15 % à 38 %, et pour l'établissement des priorités des tâches, il est passé de 10 % à 24 %. Le taux d'enseignantes et enseignants ayant répondu ne « jamais » dormir suffisamment toutes les nuits a augmenté de dix points de pourcentage, passant de 3 % à 13 %. Non seulement ces statistiques révèlent une tendance négative alarmante concernant les indicateurs de bien-être et de santé personnelle, mais en plus, par rapport à juin 2020, elles montrent qu'il est impossible de fermer les yeux sur le rôle essentiel de la santé physique dans la santé mentale et le bien-être général du personnel enseignant.

Dans quelle mesure arrivez-vous à accomplir ce qui suit quotidiennement?

	Jamais	Rarement	Parfois	Fréquemment	Toujours	Personnes répondantes
Sommeil. Je dors suffisamment (qualité et quantité) toutes les nuits Nombre % de la rangée	1 880 13,3 %	5 083 36,0 %	4 580 32,4 %	2 230 15,8 %	366 2,6 %	14 139
Alimentation. Je me nourris régulièrement pour améliorer ma concentration et mon rendement Nombre % de la rangée	540 3,8 %	3 242 22,9 %	4 790 33,9 %	4 295 30,4 %	1 263 8,9 %	14 130
Hydratation. Je bois suffisamment d'eau tout au long de ma journée de travail Nombre % de la rangée	1 940 13,7 %	5 359 37,9 %	3 586 25,4 %	2 363 16,7 %	886 6,3 %	14 134
Mouvement. Je me réserve des moments à intervalles réguliers pour bouger pendant ma journée de travail Nombre % de la rangée	2 506 17,7 %	5 321 37,7 %	3 590 25,4 %	1 911 13,5 %	797 5,6 %	14 125
Établissement des priorités. Je suis capable de bien gérer mes tâches et mes communications électroniques, et de déterminer quelles tâches sont les plus pressantes. Nombre % de la rangée	741 5,2 %	3 442 24,4 %	6 471 45,8 %	3 049 21,6 %	425 3,0 %	14 128
Réponses totales :						14 139

Inquiétudes sur le bien-être et la santé mentale personnelle

Dans le sondage de juin 2020 (voir l'annexe), les enseignantes et enseignants ont été invités à indiquer s'ils avaient des inquiétudes au sujet de leur santé mentale, et 44 % d'entre eux ont répondu par l'affirmative. Une question ouverte a ensuite été soumise aux personnes ayant répondu « oui » afin qu'elles puissent décrire leur problème de santé mentale. Les données de ces réponses qualitatives ont été codées et regroupées en catégories dans le *Rapport qualitatif : Réponse des enseignantes et enseignants canadiens au coronavirus (COVID-19) — Étude sur la pandémie* (p. 11-13). Les principales inquiétudes en matière de santé mentale citées en juin 2020 étaient les suivantes :

1. Manque de planification et de directives de la part du Ministère, crainte du retour — 99 %
2. Stress, anxiété, dépression — 68 %
3. Sommeil, alimentation, santé physique — 65 %
4. Équilibre travail-vie, charge de travail — 50 %
5. Dynamique, responsabilités familiales — 43 %
6. Isolement, solitude — 29 %
7. Restrictions dans l'enseignement, temps d'écran, accès — 27 %
8. Regret de l'école, inquiétude pour le bien-être des élèves — 15 %
9. Pressions économiques, sécurité d'emploi — 5 %

Le sondage d'octobre contenait des questions similaires demandant aux enseignantes et enseignants s'ils avaient des inquiétudes au sujet de leur santé mentale, et les invitant à classer une liste d'inquiétudes provenant des résultats codés de la *Réponse des enseignantes et enseignants canadiens au coronavirus (COVID-19) — Étude sur la pandémie* menée en juin 2020 par la CTF/FCE.

Dans le sondage d'octobre, 69 % des enseignantes et enseignants ont dit avoir des inquiétudes au sujet de leur santé mentale, de leur bien-être ou des deux. Il s'agit d'une forte hausse (+25 points de pourcentage) par rapport au précédent sondage mené en juin, dans lequel seulement 44 % du personnel enseignant avait répondu s'inquiéter ou s'interroger à propos de sa santé mentale, de son bien-être ou des deux.

En ce qui concerne les neuf principales inquiétudes codées et citées lors du sondage de juin 2020, les enseignantes et enseignants ayant répondu au sondage d'octobre ont effectué le classement suivant :

1. Stress, anxiété, dépression
2. Charge de travail, équilibre travail-vie
3. Épuisement mental et émotionnel
4. Santé physique et sécurité
5. Manque de planification et d'instructions du Ministère, du conseil ou de la commission scolaire
6. Responsabilités familiales
7. Inquiétudes concernant les élèves
8. Épuisement numérique, temps passé devant un écran
9. Solitude

Ces résultats montrent des continuités et des changements importants. Le stress, l'anxiété et la dépression restent des sujets d'inquiétude majeurs pour le personnel enseignant. Ils constituent clairement le premier sujet d'inquiétude dans le sondage d'octobre (comme le montre le classement du tableau ci-dessous) et le deuxième dans le sondage de juin. Viennent ensuite l'équilibre travail-vie et la charge de travail, qui restent eux aussi de grands sujets d'inquiétude pour le personnel enseignant, occupant le deuxième rang du classement dans les deux sondages.

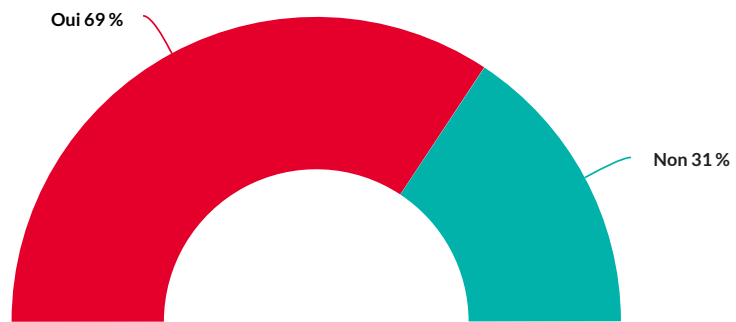
Cependant, les différences entre les deux sondages révèlent les fortes incidences sur la santé mentale et physique du fait de travailler pendant la pandémie. Dans le sondage d'octobre 2020, les enseignantes et enseignants ont classé l'épuisement mental et émotionnel au troisième rang de leurs inquiétudes. Avec le stress, l'anxiété et la dépression, et la charge de travail et l'équilibre travail-vie, ces facteurs montrent que le personnel enseignant a terriblement besoin de soutien et d'un changement systémique afin de préserver sa vie professionnelle pendant la pandémie.

Une autre différence entre le sondage de juin et le présent sondage concerne le degré d'inquiétude du personnel enseignant au sujet de la planification et des instructions du Ministère et du conseil ou de la commission scolaire. Dans le sondage de juin, ce sujet était une inquiétude majeure pour 99 % des enseignantes et enseignants. Dans le sondage d'octobre, cette inquiétude a été éclipsée par le stress, l'anxiété et la dépression, étant donné que les enseignantes et enseignants étaient déjà retournés dans les écoles au moment où ils ont répondu au questionnaire.

De son côté, la solitude est devenue un sujet d'inquiétude moins grand pour les enseignantes et enseignants, qui l'ont classée au dernier rang dans la liste des neuf inquiétudes du sondage d'octobre. Elle était classée au sixième rang dans le sondage de juin 2020. Ces deux changements sont peut-être liés au fait que le sondage de juin a été mené avant que le personnel enseignant ne retourne dans les écoles, et ils pourraient résulter en partie des incertitudes entourant le contexte et les plans de reprise des cours. Ils peuvent aussi être liés aux fermetures et aux mesures de distanciation dues à la pandémie, qui ont eu lieu à divers niveaux pendant la période de réalisation des sondages (juin et octobre, respectivement).

Lors du sondage d'octobre, la plupart des enseignantes et enseignants avaient déjà recommencé à donner leurs cours en salle de classe, par Internet ou en combinant les deux depuis au moins un mois, et les incertitudes liées aux instructions et aux plans du Ministère, et du conseil ou de la commission scolaire concernant la reprise des cours avaient (dans une certaine mesure) été intégrées par celles et eux qui devaient travailler dans le contexte existant. Certes, les enseignantes et enseignants restaient préoccupés par la planification et les instructions du Ministère du conseil ou de la commission scolaire, mais ils ont classé cette inquiétude après des facteurs de stress comme la charge de travail et l'équilibre travail-vie, la santé physique, et l'épuisement émotionnel, et avant les responsabilités familiales, les inquiétudes concernant les élèves, l'épuisement numérique, le temps passé devant un écran et la solitude.

Avez-vous des inquiétudes au sujet de votre santé mentale ou de votre bien-être en ce moment?



Réponse		%	Nombre
Oui		68,6	9 612
Non		31,4	4 406

Réponses totales : 14 018

Quelles sont vos principales inquiétudes au sujet de votre santé mentale ou de votre bien-être à ce stade-ci de l'année scolaire 2020-2021?

Dossier	Classement global	Répartition selon l'ordre d'importance	Nbre total de Réponses
Stress, anxiété, dépression	1		8 906
Charge de travail, équilibre travail-vie	2		8 927
Épuisement mental et émotionnel	3		8 787
Santé physique et sécurité	4		8 063
Manque de planification et d'instructions du Ministère, du conseil ou de la commission scolaire	5		8 087
Responsabilités familiales	6		7 719
Inquiétudes concernant les élèves	7		7 855
Épuisement numérique, temps passé devant un écran	8		7 655
Solitude	9		6 890

Le moins important Le plus important

BÂTIR UNE SOLIDE BASE DE SOUTIEN

Identifier les piliers d'influence

En nous fondant sur les réponses et l'analyse du *Sondage éclair de la CTF/FCE sur la santé mentale du personnel enseignant*, nous avons recensé plusieurs facteurs clés pouvant être répartis dans ce que l'on pourrait décrire comme les couches immédiate, institutionnelle et sociétale, ayant une incidence sur la santé mentale et le bien-être du personnel enseignant. Le tableau ci-dessous présente ces trois couches, accompagnées de la liste des facteurs.



Sociétale

- Perceptions de la profession enseignante
- Pression pour maintenir la stabilité sociale pour les familles
- Pression pour garder l'économie ouverte
- Déterminants sociaux de la santé
- Inégalités systémiques (p. ex. racisme, inégalité économique)
- Stress et incertitude dus à la pandémie

Institutionnelle

- Leadership de l'école, du conseil ou de la commission scolaire, et du Ministère
- Planification, instructions et clarté de la communication
- Politiques et protocoles de santé et de sécurité
- Attentes professionnelles
- Technologies et ressources pédagogiques

Immédiate

- Aptitudes personnelles à gérer le stress
- Soutien des collègues
- Santé physique et bien-être
- Effectif et composition des classes
- Temps de préparation
- Mode d'enseignement (en ligne, présentiel, hybride)

Les facteurs susmentionnés agissent en trois couches distinctes du système d'éducation, mais toutes ces couches sont interreliées et interdépendantes. La couche immédiate correspond aux réseaux, opérant à proximité et au quotidien, de personnes et de ressources comme le sentiment personnel d'atteindre et d'appliquer ses normes professionnelles, les mécanismes de gestion du stress ainsi que les interactions avec les collègues, les élèves, la famille et les amis et amies. La couche institutionnelle correspond aux personnes et aux ressources comme les lignes directrices et les protocoles scolaires, les administratrices et administrateurs, et les conseils ou commissions scolaires, ainsi que les parents et les tuteurs ou tutrices des élèves. La couche sociétale correspond aux attentes de la société et aux pressions exercées sur le système d'éducation, aux problèmes plus généraux comme le racisme, l'inégalité économique et les structures corollaires. L'ensemble de ces couches forme les piliers d'influence qui ont une incidence sur le bien-être et la santé mentale du personnel enseignant.

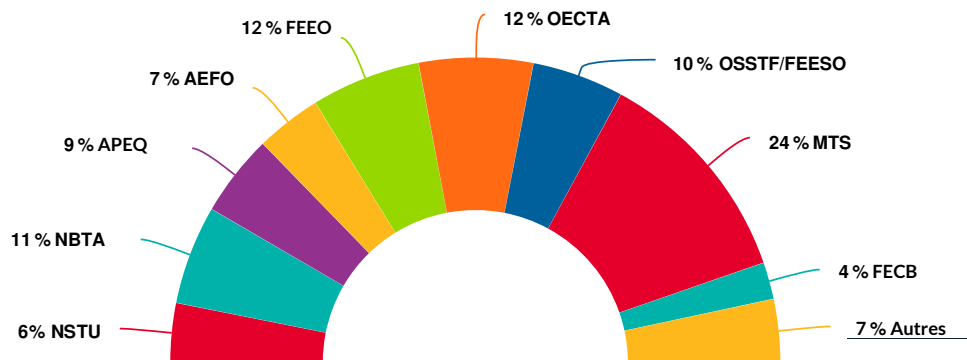
L'interdépendance de ces couches en tant que piliers d'influence signifie qu'un soutien et des changements positifs doivent être apportés et mis en œuvre ensemble. Autrement dit, agir sur une seule couche n'aura pas d'effet positif sur la santé mentale du personnel enseignant si un ou plusieurs autres piliers créent de plus en plus d'obstacles au bien-être et à la santé mentale de celui-ci. Ainsi, le *Sondage éclair sur la santé mentale du personnel enseignant* a montré que les enseignantes et enseignants se sentaient positivement soutenus dans la couche immédiate, citant le solide soutien de leurs collègues, de leur famille et de leurs amis et amies. Par contre, ils se sentaient beaucoup moins soutenus dans la couche institutionnelle, par les administratrices et administrateurs, et par les conseils ou commissions scolaires, et encore moins soutenus par leurs ministères de l'Éducation. Conséquence de cette situation, le pilier immédiat subit une tension accrue. Le personnel enseignant a exprimé cette tension en faisant état de sa frustration et de son épuisement dans son environnement de travail actuel ainsi que de son inquiétude quant à sa capacité à gérer le stress et à maintenir son bien-être physique au quotidien.

Les recommandations présentées au début du présent rapport résultent d'une meilleure compréhension des nombreux facteurs qui influent sur l'environnement de travail actuel du personnel enseignant. Ensemble, nous devons consolider la base du soutien dont les enseignantes et enseignants ont désespérément besoin pour leur bien-être et leur santé mentale, afin de veiller à ce que la pression externe exercée par les trois couches ne soit pas trop lourde pour les seuls enseignants et enseignantes. Brique par brique, connexion par connexion, nous pouvons améliorer et protéger le bien-être et la santé mentale du personnel enseignant, non seulement dans le contexte particulier de la pandémie mondiale de COVID-19, mais aussi pour assurer à l'avenir un environnement durable, sûr et sain pour la profession enseignante.

ANNEXES

RENSEIGNEMENTS DÉMOGRAPHIQUES

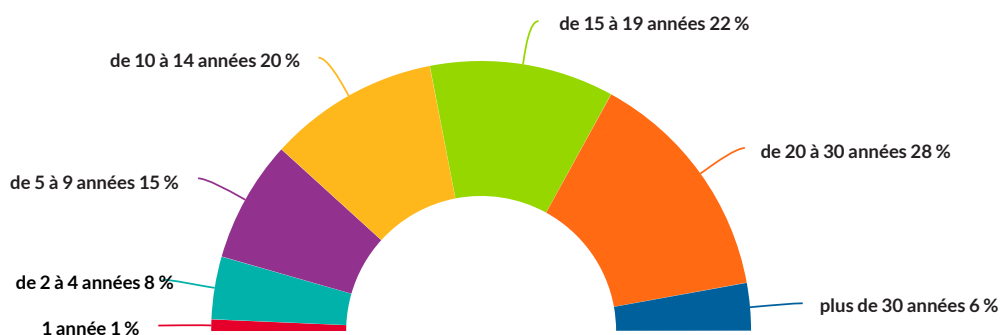
Veillez indiquer le nom de l'organisation de l'enseignement dont vous êtes membre :



Réponse		%	Nombre
NLTA		1,7	253
PEITF		2,7	416
NSTU		6,3	958
NBTA		10,5	1 592
APEQ		8,7	1 323
AEFO		7,0	1 059
FEEO		11,6	1 766
OECTA		12,1	1 829
OSSTF/FEESO		9,7	1 467
MTS		23,6	3 585
FES		0,3	48
ATA		0,4	58
FECB		3,9	586
AEY		0,1	11
AETNO		1,2	188
AEN		0,3	38

Réponses totales : 15 177

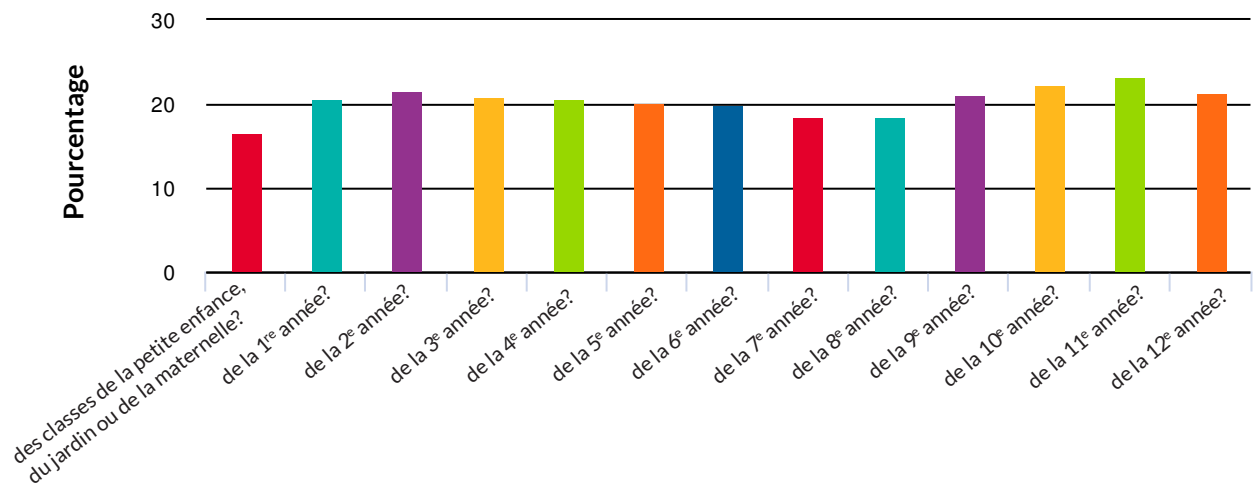
Combien d'années d'expérience en enseignement avez-vous en comptant l'année en cours?



Réponse	%	Nombre
1 année	1,4	198
de 2 à 4 années	7,5	1039
de 5 à 9 années	14,6	2029
de 10 à 14 années	20,4	2827
de 15 à 19 années	22,1	3067
de 20 à 30 années	28,3	3921
plus de 30 années	5,7	785

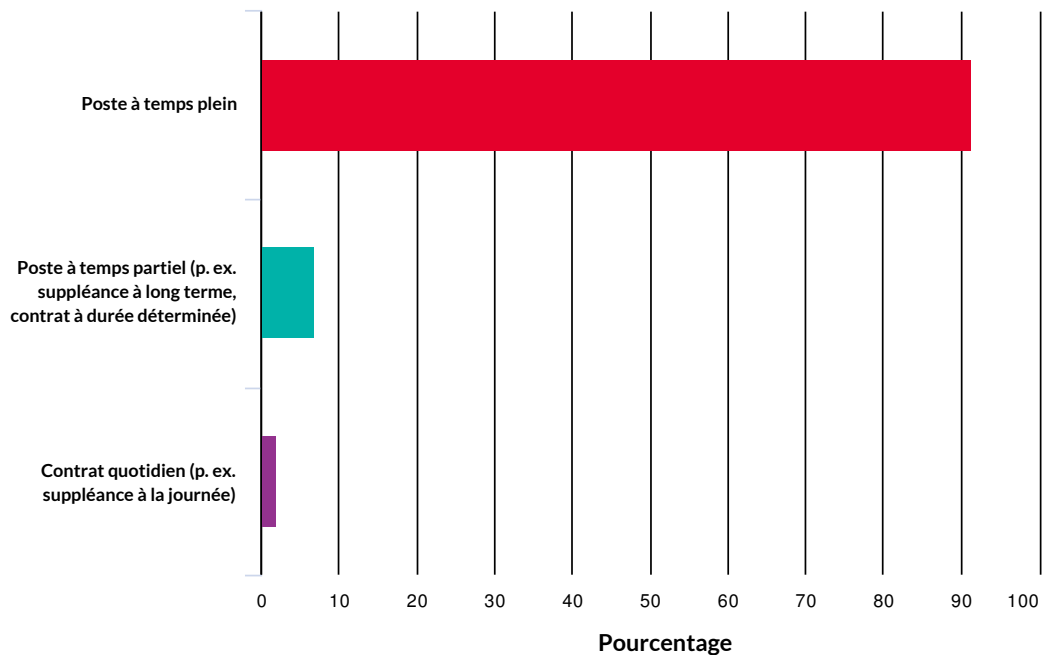
Réponses totales : 13866




Dans votre poste actuel, travaillez-vous exclusivement ou principalement avec des élèves... (Cochez toutes les cases pertinentes.)



Réponse		%	Nombre
des classes de la petite enfance, du jardin ou de la maternelle?		16,6	2 309
de la 1 ^{re} année?		20,6	2 861
de la 2 ^e année?		21,6	2 998
de la 3 ^e année?		21,0	2 916
de la 4 ^e année?		20,7	2 868
de la 5 ^e année?		20,3	2 815
de la 6 ^e année?		20,0	2 772
de la 7 ^e année?		18,6	2 581
de la 8 ^e année?		18,5	2 571
de la 9 ^e année?		21,2	2 939
de la 10 ^e année?		22,4	3 102
de la 11 ^e année?		23,4	3 246
de la 12 ^e année?		21,5	2 987

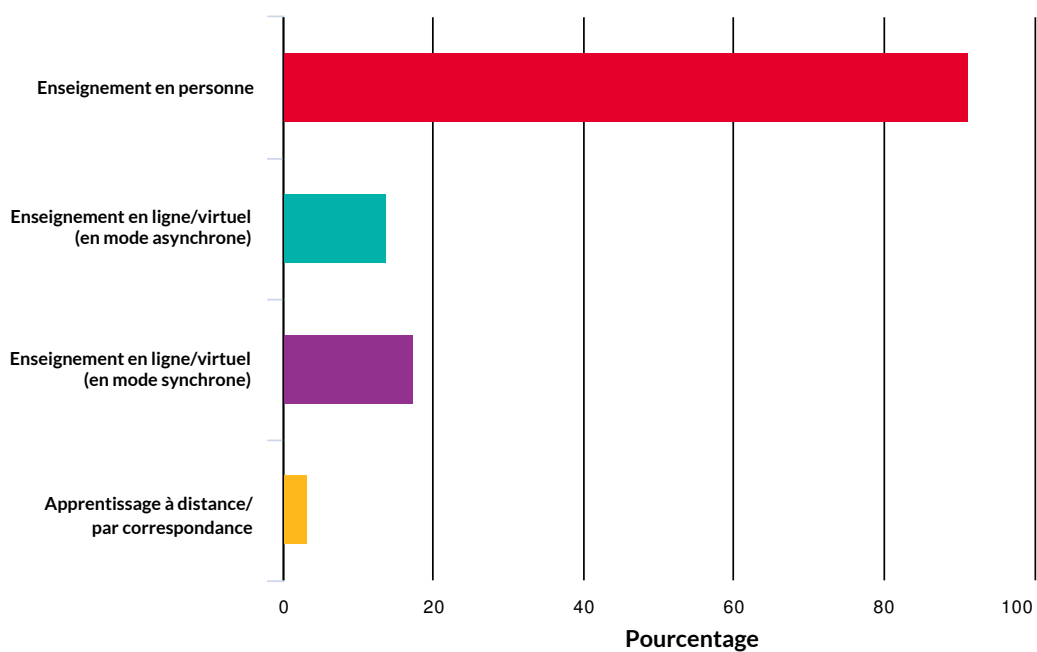
Travaillez-vous...



Réponse		%	Nombre
Poste à temps plein		91,3	12 615
Poste à temps partiel (p. ex. suppléance à long terme, contrat à durée déterminée)		6,8	933
Contrat quotidien (p. ex. suppléance à la journée)		1,9	263

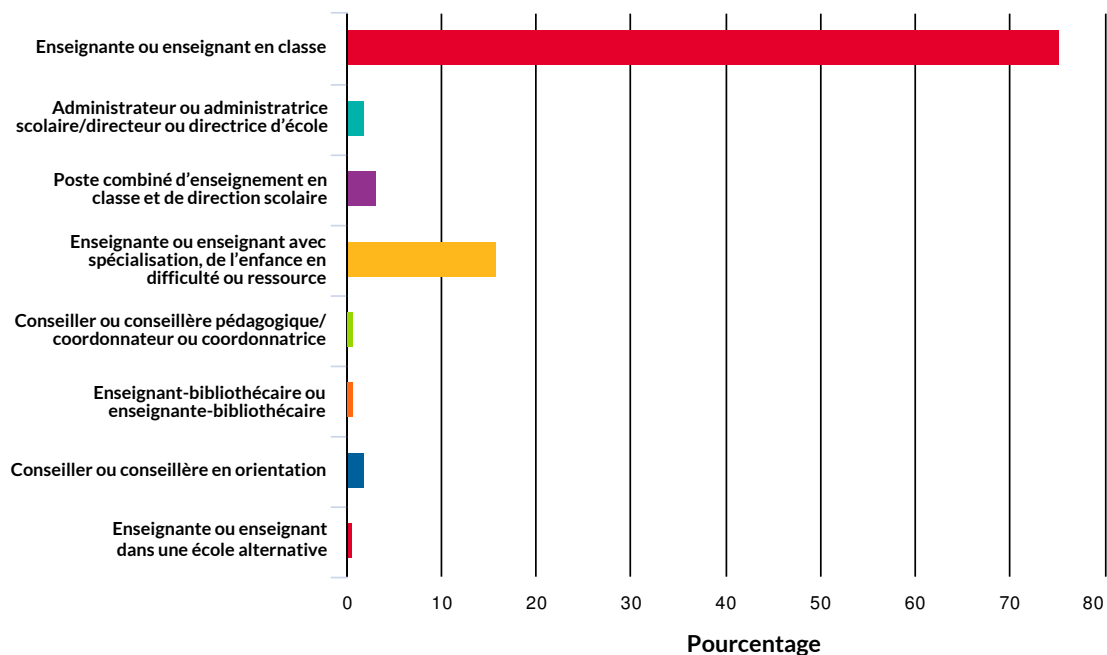
Réponses totales: 13811

Lequel des éléments ci-dessous décrit le mieux votre poste actuel?



Réponse	%	Nombre
Enseignement en personne	91,2	13 816
Enseignement en ligne/virtuel (en mode asynchrone)	13,8	2 092
Enseignement en ligne/virtuel (en mode synchrone)	17,5	2 651
Apprentissage à distance/ par correspondance	3,3	506

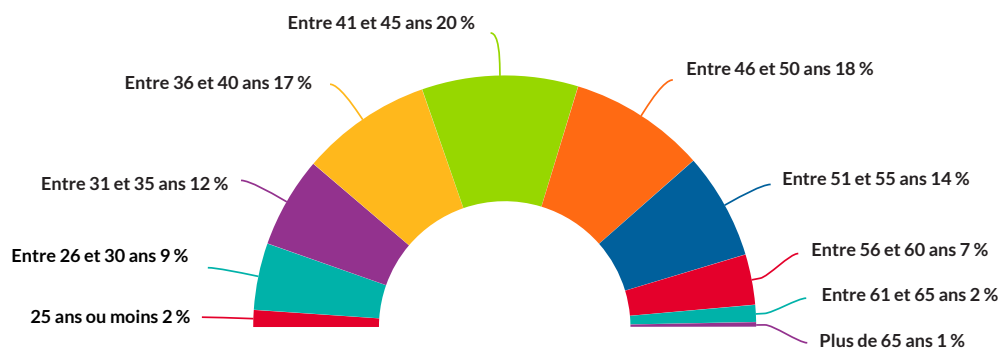
Lequel des postes ci-dessous correspond le mieux à ce que vous faites actuellement?



Réponse	%	Nombre
Enseignante ou enseignant en classe	75,3	10 397
Administrateur ou administratrice scolaire/directeur ou directrice d'école	1,8	249
Poste combiné d'enseignement en classe et de direction scolaire	3,1	434
Enseignante ou enseignant avec spécialisation, de l'enfance en difficulté ou ressource	15,8	2 184
Conseiller ou conseillère pédagogique/coordonnateur ou coordonnatrice	0,7	97
Enseignant-bibliothécaire ou enseignante-bibliothécaire	0,7	91
Conseiller ou conseillère en orientation	1,9	263
Enseignante ou enseignant dans une école alternative	0,6	85

Réponses totales: 13 800

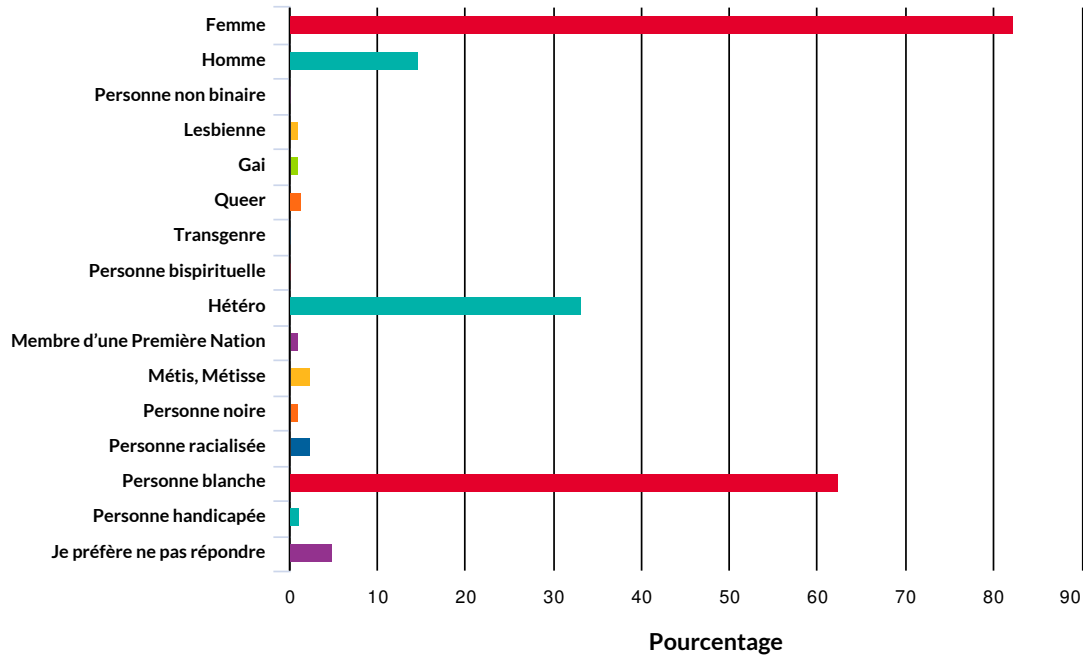
À quelle tranche d'âge appartenez-vous?



Réponse	%	Nombre
25 ans ou moins	2,2	297
Entre 26 et 30 ans	8,6	1 179
Entre 31 et 35 ans	11,7	1 617
Entre 36 et 40 ans	16,9	2 323
Entre 41 et 45 ans	20,1	2 768
Entre 46 et 50 ans	17,6	2 430
Entre 51 et 55 ans	13,7	1 882
Entre 56 et 60 ans	6,5	897
Entre 61 et 65 ans	2,2	309
Plus de 65 ans	0,6	84

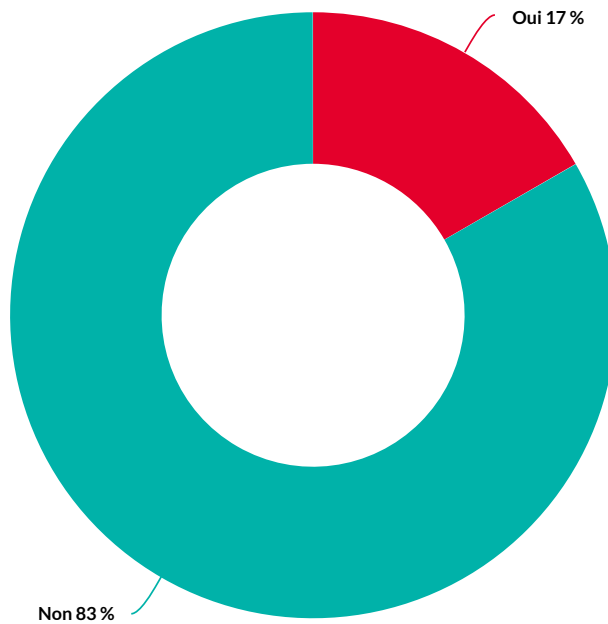
Réponses totales: 13 786


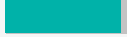
Parmi les éléments ci-dessous, lesquels correspondent à votre identité personnelle?
(Cochez toutes les cases pertinentes.)



Réponse		%	Nombre
Femme		82,4	11 314
Homme		14,7	2 024
Personne non binaire		0,2	28
Lesbienne		0,9	123
Gai		0,9	117
Queer		1,4	187
Transgenre		0,1	9
Personne bispirituelle		0,1	15
Hétéro		33,2	4 560
Membre d'une Première Nation		0,9	122
Métis, Métisse		2,3	319
Inuit, Inuite		0,0	4
Personne noire		0,9	122
Personne racialisée		2,4	332
Personne blanche		62,5	8 577
Personne handicapée		1,1	152
Je préfère ne pas répondre		4,8	660

Souhaitez-vous participer à une entrevue de suivi de 20 minutes?

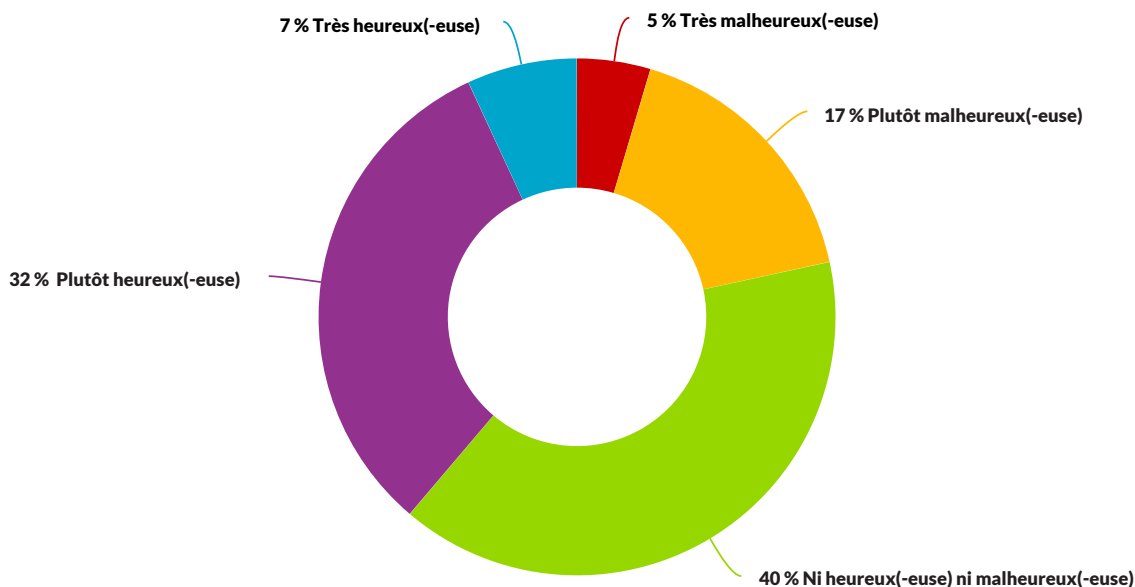


Réponse		%	Nombre
Oui		16,7	2 292
Non		83,3	11 458

Réponses totales: 13 750

RÉPONSE DES ENSEIGNANTES ET ENSEIGNANTS CANADIENS AU CORONAVIRUS (COVID-19) — ÉTUDE SUR LA PANDÉMIE, SONDAGE DE JUIN 2020 (AUX FINS DE COMPARAISON)

Comment vous sentez-vous aujourd'hui?



Réponse		%	Nombre
Très malheureux(-euse)		4,6	621
Plutôt malheureux(-euse)		17,0	2 317
Ni heureux(-euse) ni malheureux(-euse)		39,6	5 392
Plutôt heureux(-euse)		31,9	4 341
Très heureux(-euse)		6,9	945



Réponses totales : 13 616

Dans quelle mesure arrivez-vous à accomplir ce qui suit quotidiennement?

	Jamais	Rarement	Parfois	Fréquemment	Toujours
Sommeil. Je dors suffisamment (qualité et quantité) toutes les nuits. Nombre % de la rangée	613 3,5 %	3 607 20,7 %	6 264 36,0 %	5 584 32,1 %	1 337 7,7 %
Alimentation. Je me nourris régulièrement pour améliorer ma concentration et mon rendement. Nombre % de la rangée	148 0,9 %	1 797 10,3 %	4 711 27,1 %	7 554 43,4 %	3 176 18,3 %
Hydratation. Je bois suffisamment d'eau tout au long de ma journée de travail. Nombre % de la rangée	303 1,7 %	2 683 15,4 %	5 067 29,1 %	6 178 35,5 %	3 154 18,1 %
Mouvement. Je me réserve des moments à intervalles réguliers pour bouger pendant ma journée de travail. Nombre % de la rangée	985 5,7 %	4 620 26,6 %	5 432 31,3 %	4 191 24,1 %	2 149 12,4 %
Établissement des priorités. Je suis capable de bien gérer mes tâches et mes communications électroniques, et de déterminer quelles tâches sont les plus pressantes. Nombre % de la rangée	303 1,7 %	1 741 10,0 %	5 858 33,7 %	7 179 41,3 %	2 303 13,2 %

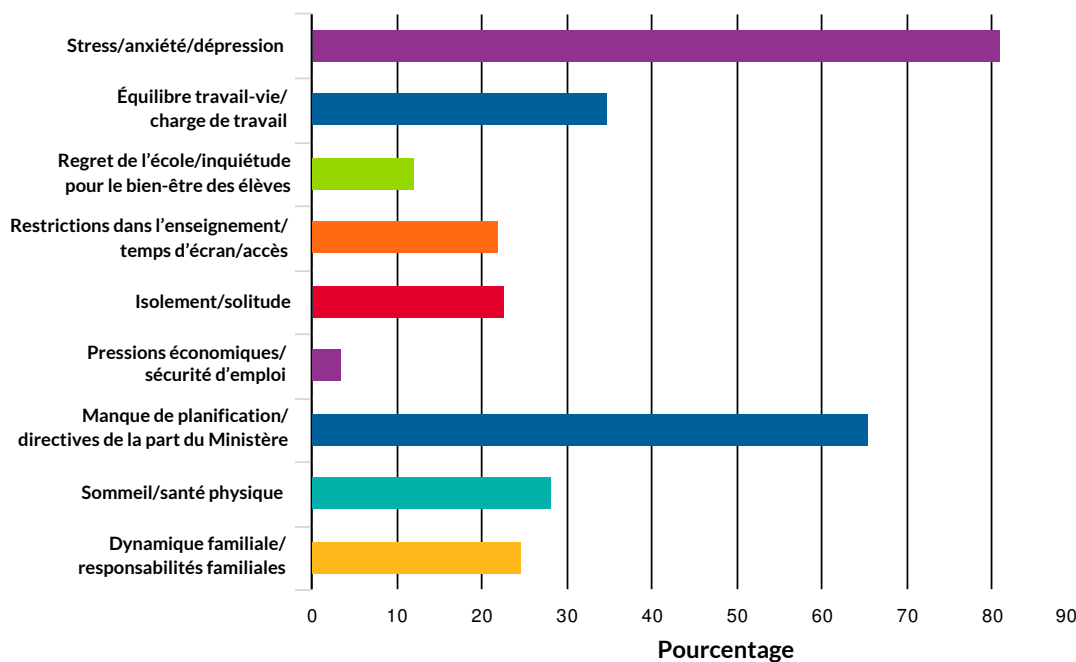
Avez-vous des inquiétudes ou des questions au sujet de votre santé mentale et de votre bien-être dans le contexte de la pandémie de coronavirus (COVID-19)?












Réponse		%	Nombre
Oui		46,1	8 003
Non		53,9	9 343

Réponses totales: 17 346

Quelles sont vos deux principales inquiétudes ou questions au sujet de votre santé mentale et de votre bien-être dans le contexte de la pandémie de coronavirus (COVID-19)? – Analyse textuelle



Réponse		%	Nombre
Stress/anxiété/dépression		81,0	1 361
Équilibre travail-vie/charge de travail		34,9	587
Regret de l'école/inquiétude pour le bien-être des élèves		12,1	204
Restrictions dans l'enseignement/temps d'écran/accès		22,0	370
Isolement/solitude		22,7	381
Pressions économiques/sécurité d'emploi		3,5	59
Manque de planification/directives de la part du Ministère		65,4	1 099
Sommeil/santé physique		28,3	476
Dynamique familiale/responsabilités familiales		24,8	417

Fédération canadienne des enseignantes et des enseignants

2490, promenade Don Reid
Ottawa (Ontario) K1H 1E1
Canada

Téléphone : 613-232-1505
Ligne sans frais : 1-866-283-1505
Fax : 613-232-1886

www.ctf-fce.ca

