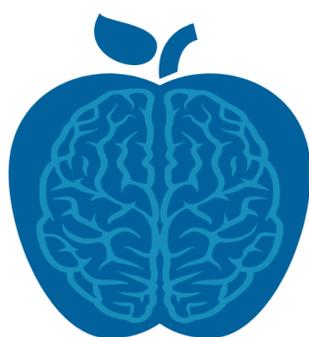


# LES 5 PLUS GRANDES INQUIÉTUDES

En octobre 2020, 13 750 enseignantes et enseignants ont répondu au Sondage éclair de la CTF/FCE sur la santé mentale du personnel enseignant. Voici un résumé de leurs réponses :

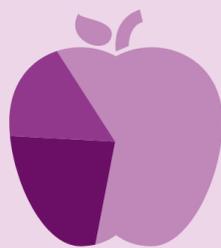


## STRESS, ANXIÉTÉ ET DÉPRESSION



**1 enseignant ou enseignante sur 3** arrive « tout juste » à gérer son stress

**15 %** des enseignantes et enseignants qui ont répondu au sondage se disent extrêmement stressés (ont indiqué 100 sur une échelle graduée de 1 à 100)  
**23 %** des enseignantes et enseignants qui enseignent en classe et en ligne (selon un mode hybride) se disent extrêmement stressés (ont indiqué 100 sur une échelle graduée de 1 à 100)



## CHARGE DE TRAVAIL ET ÉQUILIBRE TRAVAIL-VIE



**1 enseignant ou enseignante sur 3** trouve qu'il est « très épuisant » ou « extrêmement épuisant » de gérer le comportement des élèves, de jongler avec de multiples responsabilités et de répondre aux normes professionnelles



## ÉPUISEMENT MENTAL ET ÉMOTIONNEL



**41 %** des enseignantes et enseignants estiment que le besoin de maintenir une attitude positive et dynamique a une « grande incidence » sur leur santé mentale et émotionnelle



**37 %** trouvent qu'il est « très épuisant » de s'adapter pour enseigner dans un contexte de pandémie



## SANTÉ PHYSIQUE



**1 enseignant ou enseignante sur 3** arrive rarement à dormir, à boire et à bouger suffisamment pendant la journée de travail, et

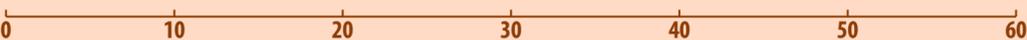
**1 sur 3** n'arrive que parfois à trouver le temps de se nourrir convenablement

## SOUTIENS AUX ENSEIGNANTS



**Plus de 60 %** des enseignantes et enseignants ne se sentent pas du tout soutenus par leur ministère de l'Éducation

**48 %** ne se sentent pas du tout soutenus par les parents et les tuteurs ou tutrices



## RECOMMANDATIONS

**Augmenter** le financement des services de soutien en santé mentale destinés au personnel enseignant et aux élèves, et les faire mieux connaître

**Élaborer** des politiques, des procédures et des ressources visant à soutenir la santé mentale et émotionnelle du personnel enseignant en temps de crise

**Faire appliquer** tous les protocoles de santé publique, y compris le port du masque, les mesures d'hygiène et de distanciation et la réduction de l'effectif des classes, et augmenter le personnel afin de faciliter leur application

**Écouter** les expériences des enseignantes et enseignants, et reconnaître les répercussions à long terme sur la santé mentale du personnel enseignant et des élèves

**Soutenir** les enseignantes et enseignants maintenant et à long terme en faisant que leur santé mentale et leur bien-être soient une priorité des différents ordres de gouvernement et de la société

## Comment obtenir de l'aide

Communiquez avec votre organisation membre de la CTF/FCE pour connaître les ressources et les services de santé mentale et de bien-être offerts dans votre province ou territoire.

- Association canadienne pour la santé mentale <https://bounceback.cmha.ca/fr/>
- Services de crises du Canada <https://www.crisisservicescanada.ca/fr/ressources-locales-et-soutien/>
- Espace mieux-être Canada <http://ca.portal.gs/>

