

Trop empathiques pour le bien-être des enseignants ?

Examiner les variations des empathies des enseignants depuis la perspective de la formation initiale [Thèse]

*EE = Étudiants-enseignants de la Licence 1 option sciences de l'éducation à T3 (3 ans après le concours)

Introduction

La littérature scientifique constate **un affaiblissement** de l'empathie observé chez les étudiants des métiers de l'enseignement en Roumanie, Chine, Colombie et dans les disciplines de santé (infirmiers, médecine, dentistes...), à mesure qu'ils avancent dans leurs études et prennent de l'âge. Cette diminution de l'empathie, qui devient plus prononcée en Licence 3 et Master, est caractérisée par les chercheurs comme

inquiétante [1]

EN EFFET
L'EMPATHIE DES ENSEIGNANTS AMÉLIORE
la satisfaction au travail des enseignants,
l'empathie des élèves et leurs compétences psychosociales [2]
ET DONC
LE BIEN-ÊTRE
DES PROFS ET DES ÉLÈVES!

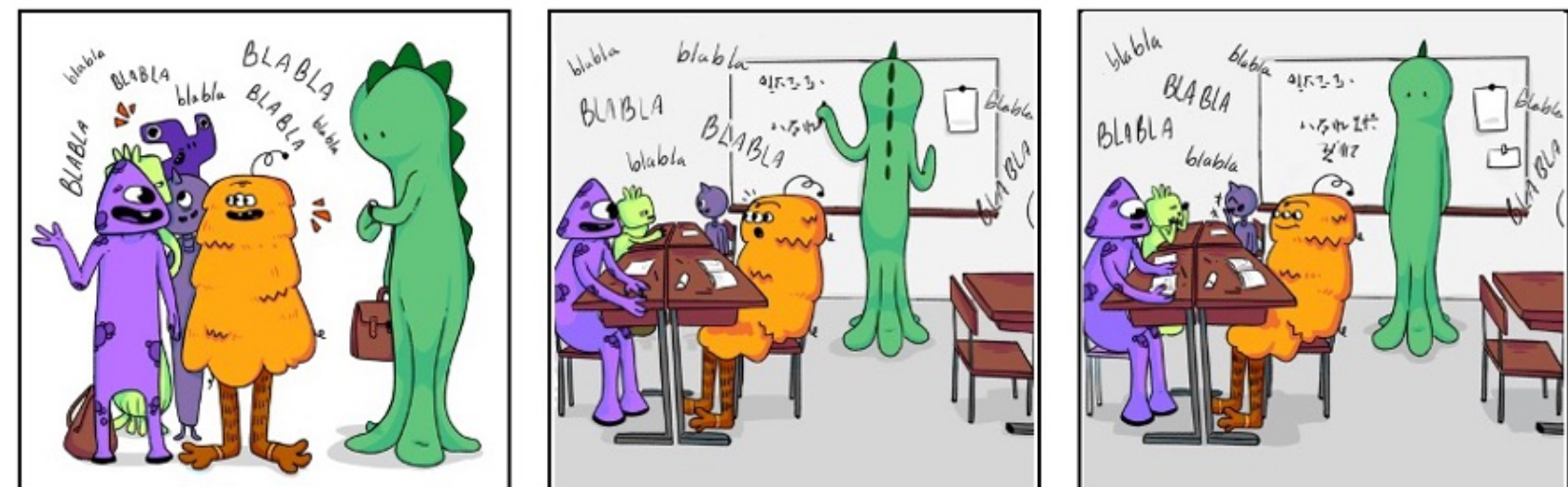
Cadre théorique

Les éléments de théorisation retenus proviennent d'une revue de la littérature systématisée réalisée avec la méthodologie PRISMA 2020, en incluant 240 études à partir de la recherche « empathie » et « enseignant ». En tenant compte de leur classification et de leur crédibilité, un modèle conceptuel est proposé, articulé autour des axes relationnels, de distance et expérientiels, influencés par les contextes scolaires et sociaux. Le manque de consensus théorique autour de l'empathie conduit à adopter une définition polyvalente, inspirée des travaux de Batson (2009), distinguant onze interprétations différentes de l'empathie, dont l'empathie affective, cognitive, et la compassion.

Problématique. « En quoi et comment les expériences socioculturelles vécues par les enseignants au cours de leur parcours de professionnalisation ont-elles tendance à moduler leur empathie, et en quoi ces variations peuvent-elles impacter leur bien-être ? ».

Méthodologie

Mais évaluer clairement l'empathie des enseignants et des EE* n'est pas simple puisque des biais sont déjà identifiés dans les questionnaires comme le Basic Empathy Scale [3]. Pour limiter les biais liés au genre, à la couleur de peau, et au handicap, nous avons conçu en supplément le RESTT (Ready Empathy Signs Through the Teacher) avec des ... aliens !



NOUS UTILISONS PRINCIPALEMENT

- Le Basic Empathy Scale, échelle d'empathie affective et cognitive [3]
- Le RESTT pour évaluer les émotions perçues
- Des échelles d'autocompassion (SCS) et de bien-être (SPANE) [4]

LE JEU DES 7 ÉTUDES DE LA THÈSE

- étude exploratoire RESTT N=19
- étude RESTT N=346
- évaluation de l'empathie des EE au Maroc, N=112
- étude centrale pour documenter l'empathie des enseignants en France, N=2894
- étude au sein de contextes de formation à l'Inspé de Nice, de Master 1 à T3, N=165
- étude exploratoire autocompassion et empathie, N=18
- seconde étude autocompassion, bien-être et empathie, N=50

Résultats principaux

A UNE EMPATHIE EN HAUSSE DES ÉTUDIANTS-ENSEIGNANTS PENDANT LEURS ÉTUDES

Les résultats montrent que l'empathie des futurs enseignants évolue significativement à la hausse et reste florissante en master. Cette hausse, affective et cognitive est d'autant plus significative entre la Licence 1 et le Master 2, et se stabilise à haut-niveau pendant la carrière (étude 3).

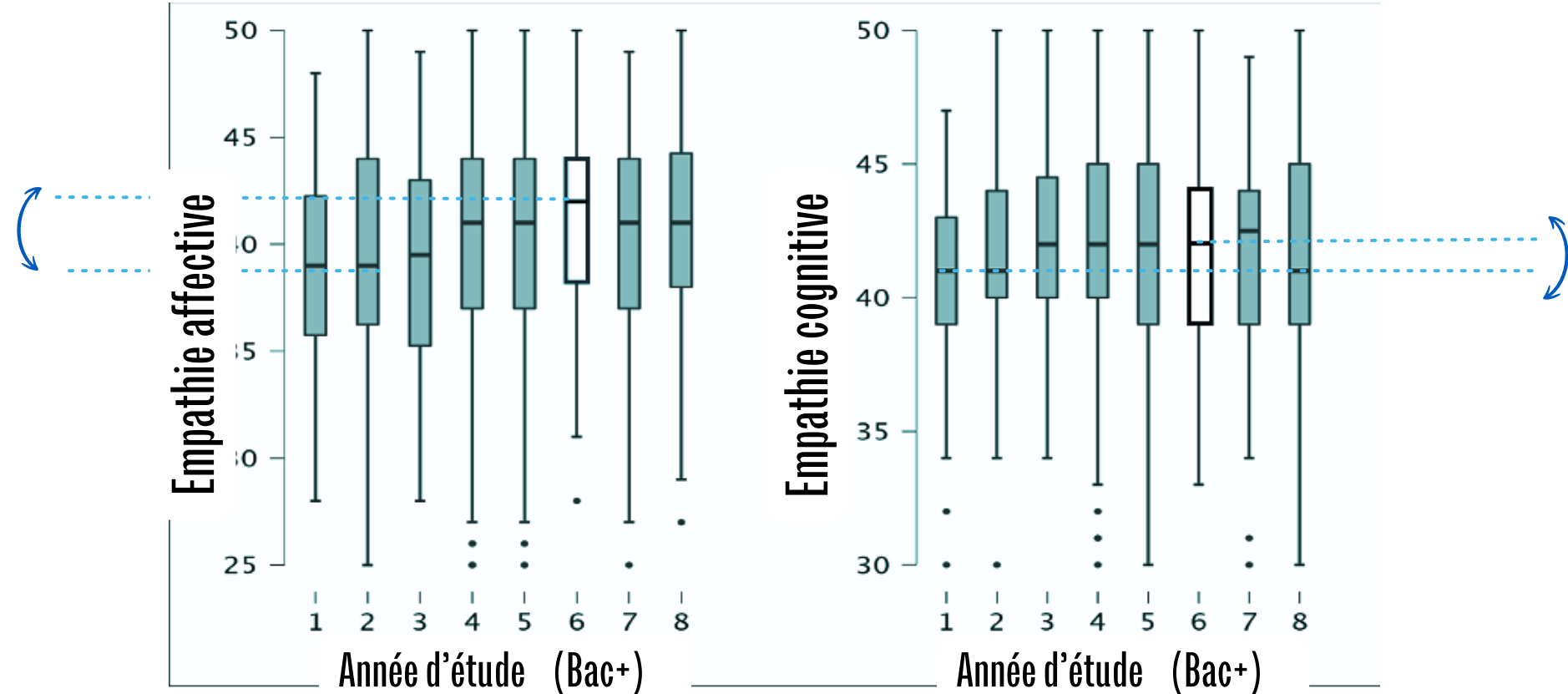


Fig 1- Hausse de l'empathie de Bac+1 à Bac+8 des étudiants aux métiers de l'enseignement. Les lignes pointillées visualisent cette hausse entre Bac+1 et Bac+6 (Master 2).

B UNE EMPATHIE DE HAUT-NIVEAU DES ÉTUDIANTS-ENSEIGNANTS EN MASTER

De plus, les futurs enseignants en Master sont significativement plus empathiques que les futurs médecins. Les hommes enseignants sont plus empathiques que les femmes médecins, alors que les hommes n'avaient jamais surpassés les femmes d'un autre secteur (étude 4). Cela pourrait être un indicateur très **rassurant** impactant le bien-être des enseignants et des élèves... mais cela nous **inquiète également** car ces scores, trop élevés, pourraient nuire au bien-être des enseignants, en favorisant la dépression [5]

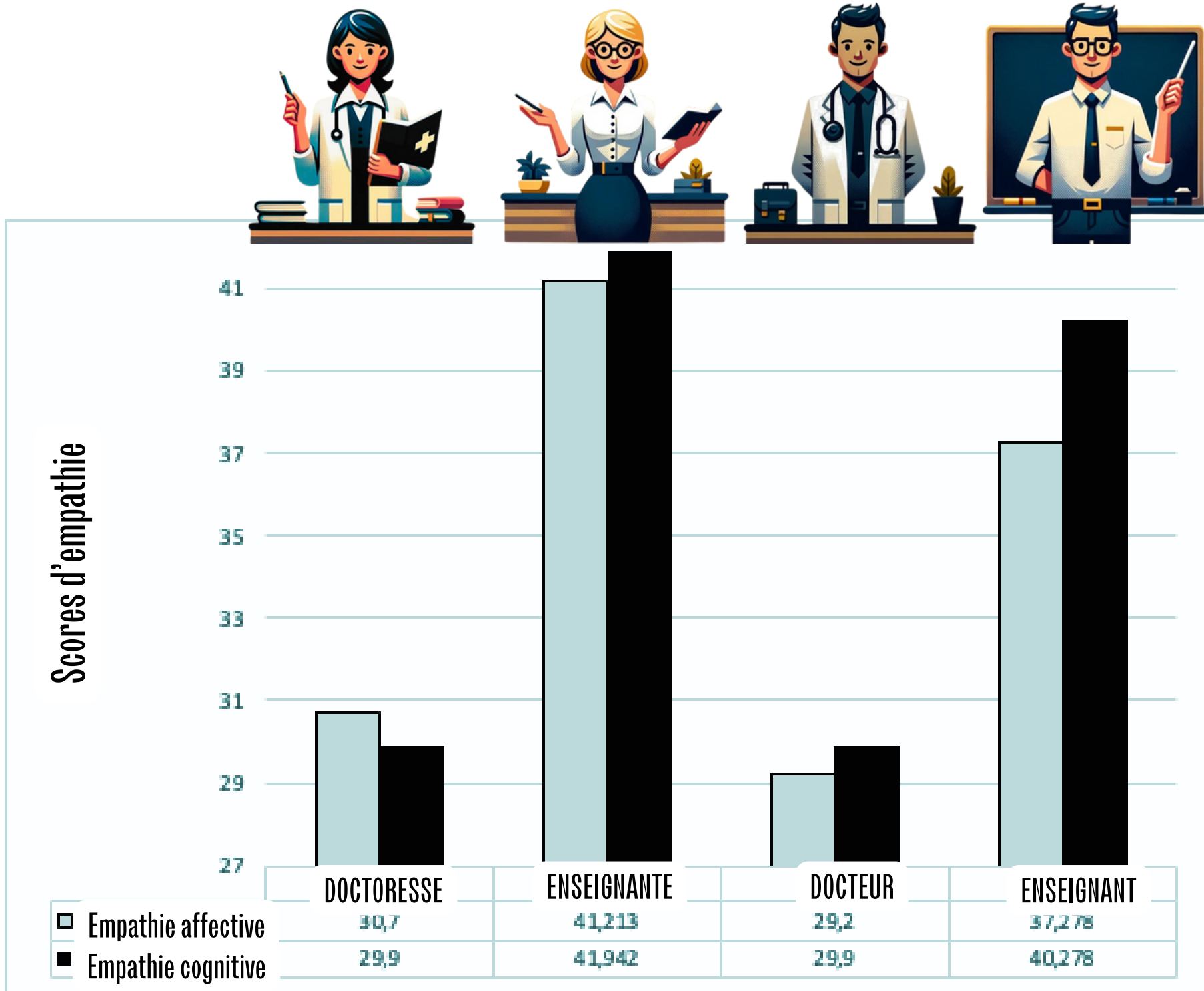


Fig 2 - Comparaison des scores d'empathie des étudiants en médecine et aux métiers de l'enseignement en Master 2

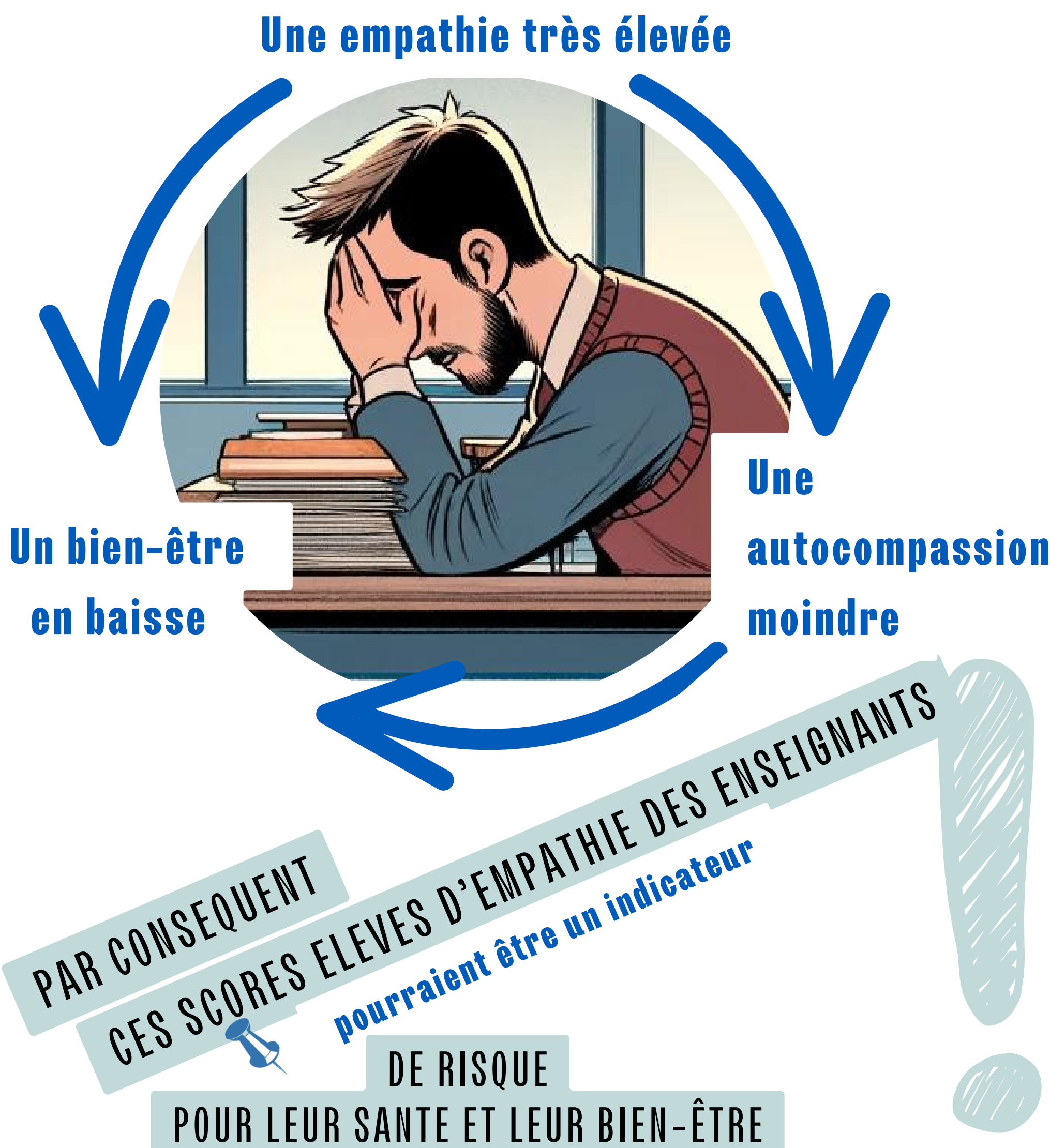
C L'EMPATHIE DES ENSEIGNANTS, OBSTACLE A LEUR BIEN-ÊTRE ?

Les résultats montrent que l'empathie des enseignants est corrélée (études 6 et 7) :

- positivement avec les "auto-jugements",
- négativement avec l'autocompassion (c'est-à-dire se considérer avec bienveillance, reconnaître sa propre humanité et maintenir un équilibre face à la souffrance [6]) et le bien-être hédonique.

Pour le dire simplement: les enseignants seraient **contagieux** des émotions négatives de leur entourage.

Leur empathie très élevée les pousse à être fatigués et stressés. De plus, leur empathie est négativement corrélée à leur **capacité d'autocompassion** de sorte qu'ils ruminent davantage le négatif [6].



Conclusion

1 DES SCORES DE LA CAPACITÉ D'EMPATHIE DES ENSEIGNANTS AVEC DES TENDANCES À LA HAUSSE ET AU TRÈS HAUT-NIVEAU

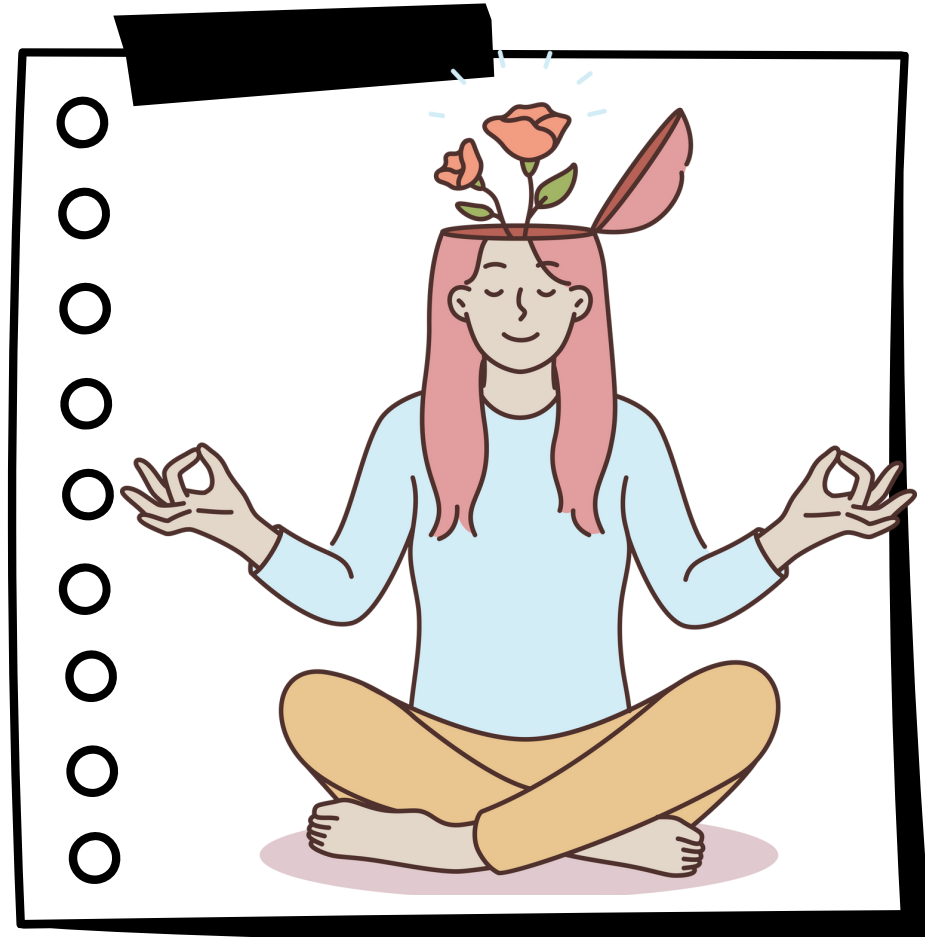
Tous les pays du monde cherchent aujourd'hui à former et recruter des enseignants ayant de bonnes capacités d'empathie, c'est une norme scolaire. En France, à rebours de nos hypothèses principales, nos enseignants et futurs enseignants possèdent déjà cette capacité.



2 UNE CAPACITÉ D'EMPATHIE TROP MUSCLÉE, ATTENTION À LA SANTÉ !

Mais l'empathie des enseignants a tendance à être trop élevée, les enseignants seraient capables de la sur-solliciter, sans en avoir conscience. Cette capacité peut se retourner contre leur propre bien-être quand elle est poussée au maximum.

Pour prendre soin du bien-être des enseignants, ces derniers pourraient bénéficier de formations à la compétence d'utiliser leur propre empathie et/ou de pleine conscience pour limiter les effets négatifs de l'empathie.



3 POINTS DE VIGILANCE EN FORMATION

3 propositions:

- Différencier la capacité d'empathie des enseignants de leur propre compétence à l'utiliser, en connaître **les risques et les limites**
- Soutenir les enseignants dans le développement et la compréhension de leur compétence d'empathie, par exp. en expérimentant la contagion des émotions qui peut fortement les décourager en début de carrière. Ces précautions pourraient être importantes en intégrant plusieurs gestes professionnels, et particulièrement pour **la lutte contre le harcèlement ou la formation à l'empathie des élèves**, qui sont des enjeux de formation actuels.
- Proposer des formations à l'**autocompassion**, pour contrebalancer les effets d'une empathie très élevée.

References

- Chen et al., 2007; Hojat et al., 2004; Huang et al., 2018; Tatalović-Vorkapić et Ružić, 2013; Triffaux et al., 2019
- Andreychik, 2019; Tavant, 2021; Cornelius-White, 2017
- Joliffe et Farrington, 2006; D'Ambrosio, 2009
- Kotsou et al., 2016; Diener, 2009
- Rico et Nil, 2010; Rosa, 2018; Chen et al., 2023
- Germer et Neff 2020

