

Aperçu de recherché

Améliorer les attitudes des enseignants et prévenir l'épuisements professionnels par l'entremise d'une formation tenant compte des traumatismes et MindUP™

Objet de la recherche

Cette étude a examine les avantages d'une combinaison de formation tenant compte des traumatismes, de formation MindUP™, et de prestation du programme MindUP™ sur les attitudes sensibles aux traumatismes et les sentiments d'épuisement professionnel des enseignants. [MindUP™ est un programme d'apprentissage socio-affectif émotionnel].

De nombreux enfants vivent des traumatismes et de l'adversité pendant leur enfance. Répondre aux besoins de ces enfants est un facteur de stress courant pour les enseignants. Une formation tenant compte des traumatismes peut aider les enseignants à mieux comprendre et répondre aux élèves traumatisés et affectés par l'adversité. De plus, les programmes d'apprentissage socioémotionnel, comme MindUP™, peuvent aider les enseignants à élaborer des stratégies de gestion de classe qui soutiennent d'avantage ces élèves.

Déroulement de la recherche

Les chercheurs ont interrogé les enseignants sur leurs attitudes et leur niveau d'épuisement professionnel au début et à la fin de l'année scolaire. Ils ont également organisé des groupes de discussion avec les enseignants qui ont mis en œuvre MindUP™.

Entre 2016 et 2019, un total de 112 enseignants du sud-ouest de l'Ontario ont participé à l'étude. Parmi les participants à l'étude, 45 enseignants ont participé à une

Faits saillants

- MindUP™ est un programme d'apprentissage socio-affectif destiné aux enfants de la pré-maternelle à la 8e année.
- Des recherches antérieures portaient sur l'impact du programme sur le bien-être des élèves; dans cette étude, les chercheurs ont examiné comment MindUP™ bénéficie aux enseignants qui enseignent le programme.
- Les enseignants qui ont suivi une formation tenant compte des traumatismes et enseigné MindUP™ dans leurs classes ont éprouvé moins d'épuisement professionnel et ont adopté des attitudes sensibles aux traumatismes.
- Par rapport à leurs pairs sans formation et expérience similaires, les enseignants qui enseignaient MindUP™ ont signalé des niveaux accrus d'accomplissement personnel, d'efficacité personnelle et de soins personnels.

formation tenant compte des traumatismes et ont enseigné MindUP™ dans leurs salles de classe pendant un an, et 26 enseignants ont participé à une formation tenant compte des traumatismes et ont enseigné MindUP™ dans leurs salles de classe pendant deux ans. Les 41 autres enseignants ont enseigné le programme régulier sans tenir compte des traumatismes ni suivre la formation MindUP™.

Principales constatations

Dans l'ensemble, les enseignants qui ont suivi une formation tenant compte des traumatismes ainsi que MindUP™, puis mis en œuvre MindUP™ dans leurs salles de classe, ont signalé des niveaux inférieurs d'épuisement professionnel et des niveaux plus élevés d'attitudes tenant compte des traumatismes. Plus précisément, ces enseignants ont montré de plus grandes améliorations dans le sens de l'accomplissement personnel, de l'auto-efficacité, des soins personnels et de la réduction de l'épuisement émotionnel par rapport aux enseignants qui n'ont pas suivi de formation tenant compte des traumatismes ni enseigné MindUP™. Les enseignants qui avaient deux ans de formation et d'expérience avec MindUP™ ont montré les plus grandes améliorations en termes d'accomplissement personnel et d'efficacité personnelle.

Conclusions des groupes de discussion

Au total, 59 enseignants ont participé à des groupes de discussion. Beaucoup ont partagé comment ils ont changé leur point de vue sur l'interprétation et l'approche des comportements des élèves en classe. Un enseignant a recommandé de réfléchir aux causes profondes des comportements des élèves:

“Je me souviens encore, de l'atelier de traumatisme, ‘Pourquoi cet enfant? Pourquoi maintenant?’ ... Je me dis ça quand j'ai un enfant qui se comporte mal ou qui cherche à attirer l'attention.”

Un autre enseignant a souligné l'importance de promouvoir l'établissement de relations lorsque l'on travaille avec des enfants qui ont vécu un traumatisme ou de l'adversité:

“Quand ils entrent dans ma salle de classe, ... Je veux en faire un endroit sûr pour eux. Parce que, pour certains, c'est l'endroit le plus sûr dont ils disposent. ... Je suis beaucoup plus susceptible de me demander ce qui s'est passé ce matin. ... J'ai commencé à faire des contrôles du matin avec les enfants.”

Plusieurs enseignants ont mentionné qu'ils avaient intégré les compétences MindUP™ dans leur vie quotidienne. Un enseignant a réfléchi,

“Prendre une pause ... et prendre des respirations profondes. C'est quelque chose que je n'ai jamais fait. ... [MindUP™] m'a fait remarquer qu' ... ‘Il n'y a rien de mal à attendre quelques minutes au lieu de se lancer dans quelque chose.’”

De nombreux enseignants se sont sentis plus compétents pour calmer leurs élèves en utilisant des stratégies de gestion de classe de MindUP™. Un enseignant a noté,

“Les techniques [MindUP™] que nous avons utilisées, la respiration profonde [et] la pensée d'un souvenir heureux, ... beaucoup [d'élèves] sont capables de le faire maintenant. ... Alors qu'avant, rien ne semblait fonctionner. Il leur fallait une éternité pour se calmer.”

Utilisation des résultats de la recherche

Les résultats prometteurs de cette étude suggèrent que les enseignants ainsi que les élèves peuvent bénéficier de la combinaison

d'une formation tenant compte des traumatismes et de programmes d'apprentissage socioémotionnel en milieu scolaire. En donnant la priorité aux salles de classe tenant compte des traumatismes, les écoles peuvent aider à réduire l'épuisement professionnel chez les enseignants.

Article de recherche initial

Pour une description complète de la recherche et des résultats, veuillez consulter l'article de recherche intégral:

Kim, S., Crooks, C. V., Bax, K., & Shokoohi, M. (2021). Impact of trauma-informed training and mindfulness-based social-emotional learning program on teacher attitudes and burnout: A mixed-methods study. *School Mental Health*, 13, 55-68. <https://doi.org/10.1007/s12310-020-09406-6>

Auteures

Sue Kim, candidate à la maîtrise, faculté d'éducation, Université Western.

Claire V. Crooks, professeure et directrice du Centre for School Mental Health, faculté d'éducation, Université Western.

Karen Bax, professeure adjointe et directrice du Mary J. Wright Research and Education Centre, faculté d'éducation, Université Western.

Mostafa Shokoohi, boursier postdoctoral, Dalla Lana School of Public Health, Université de Toronto.

Mots-clés: traumatisme; apprentissage socioémotionnel; pleine conscience; attitudes des enseignants; épuisement professionnel des enseignants

À propos de ce résumé: Ce résumé à été rédigé par Sue Kim, candidate à la maîtrise, faculté d'éducation, Université Western.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le Centre for School Mental Health de l'Université Western, rendez-vous sur le site www.csmh.uwo.ca

Pour en savoir plus sur MindUP™

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le programme MindUP™, rendez-vous sur le site <https://www.csmh.uwo.ca/research/mindup.html>