

Détresse psychologique chez les enseignants des écoles privées dans le territoire de Nyiragongo au Nord-Kivu.

MASUMBUKO KIHUNDU Olivier*

Résumé

Cet article examine le niveau de la détresse psychologique chez les enseignants des écoles privées dans le territoire de Nyiragongo ainsi que ses dimensions les plus significatives. Les résultats issus d'un échantillon de 226 sujets démontrent que les enseignants travaillant dans ce secteur éducationnel développent un niveau modéré de la détresse psychologique. Les dimensions à travers lesquelles cette détresse agit sur les enseignants sont plus exactement l'auto-dévalorisation, l'irritabilité, l'agressivité et le désengagement social. Les enseignants célibataires, ceux qui ont un niveau d'instruction élevé et ceux ayant moins de six ans d'ancienneté dans le travail développent plus la détresse psychologique que les autres catégories d'enseignants. Certaines spécificités liées à ces deux caractéristiques sont à la base de ce résultat.

Mots clés : *Détresse psychologique(DP), Auto dévalorisation, Irritabilité/agressivité, Anxiété/dépression, Désengagement social.*

Abstract

This article examines the level of psychological distress among private school teachers in the Nyiragongo region, as well as its most significant dimensions.

The results from a sample of 226 subjects demonstrate that teachers working in this educational sector develop a moderate level of psychological distress. The dimensions through which this distress affects teachers are more specifically self-deprecation, irritability, aggressiveness, and social disengagement. Single teachers, those with a high level of education, and those with less than six years of experience in the job develop more psychological distress than other categories of teachers. Certain specificities related to these two characteristics underlie this finding.

Keywords: *Psychological distress, Self-deprecation, Irritability/aggression, Anxiety/depression, Social disengagement.*

* Chef de Travaux, **Enseignant – Chercheur** à l'Université de Goma – UNIGOM –, Domaine des Sciences Psychologiques et de l'Education.

I. Introduction

Le bien-être psychologique des enseignants est une source de préoccupation depuis plusieurs décennies. Certaines études montrent que ces derniers souffrent de détresse psychologique et que cela aurait un impact sur la qualité de leur enseignement aux élèves, ainsi que sur le taux de démission élevé (Miryam de Courville, 2018). Des corrections tardives des devoirs au boycott de certains enseignements ; des absences répétées à des démissions inattendues ; tout cela fait témoignage de certains problèmes au sein de cette profession. Il devient donc nécessaire d'approfondir la compréhension sur cette détresse psychologique, afin d'apporter les améliorations requises.

La recherche menée par Courville, (2018) relative à la mesure du bien-être psychologique et de la détresse psychologique des enseignants a démontré que les enseignants vivent en moyenne un niveau de bien-être psychologique satisfaisant, et vivent moins de la détresse psychologique. Des contraintes du travail telles que les problèmes de conciliation travail-vie personnelle, l'insécurité d'emploi, les longues heures de travail ainsi que l'exposition au bruit peuvent également affecter la santé psychologique des travailleurs et des travailleuses (Amstad et coll., 2011), (Virtanen et al., 2018 ; Kim et al, 2016 ; Yoon et al., 2014 ; La Montagne et al., 2021, cités par Lamonde, 2022). Ce dernier auteur a fait allusion à plusieurs autres composantes organisationnelles ayant un impact sur la santé psychologique des individus. Cela explique en partie que les problèmes de santé psychologique ont souvent des causes d'origine multiple. Ils les regroupent en trois catégories : Les composantes associées au travail (autonomie, reconnaissance, charge et exigences du travail, justice organisationnelle etc.) ; les caractéristiques individuelles (personnalité, état de santé, histoire personnelle, situation de vie, sexe, âge, etc.) et l'environnement social (amis, famille, communauté, etc.).

De façon générale, les états liés à la santé psychologique au travail sont provoqués par plusieurs facteurs et se situent à l'intérieur d'un continuum. À une extrémité, on retrouve un état de bonne santé mentale et à l'autre bout se situe la maladie mentale. La grande majorité des maladies mentales sont transitoires et les traitements appropriés permettent un retour à un état fonctionnel satisfaisant sur les plans personnel et professionnel. Les troubles sévères et persistants, tels que la schizophrénie et la bipolarité, sont moins fréquents. En effet, ces troubles ne surviennent pas en raison du travail. Entre ces deux extrêmes, on retrouve divers problèmes de santé psychologique à intensité

variable, comme le stress et la détresse psychologique. Ces problèmes peuvent arriver à n'importe qui. Ce sont des souffrances bien réelles qui ont des répercussions sur les personnes qui les vivent mais aussi sur les organisations à l'intérieur desquelles elles évoluent.

La détresse psychologique, étant un problème de santé mentale, désigne un état psychologique pénible se manifestant par de l'irritabilité, de l'anxiété, de la tristesse, du découragement et de l'autodépréciation (Ilfeld, 1976; Massé, 2000; Ridner).

Ce mal-être-au-monde plus ou moins profond prend la forme d'une souffrance de soi qui s'inscrit dans un processus d'auto dévalorisation et d'auto responsabilisation : remise en question de ses capacités, de ses qualités, perte d'estime de soi, auto culpabilisation pour ce qui nous arrive (Naouële, 2014). Elle est provoquée par un grand nombre de facteurs et affecte la qualité de vie des personnes au travail et hors travail.

La détresse psychologique se rapporte à un ensemble d'émotions négatives, telles que l'irritabilité, la tristesse, la fatigue, le découragement et la dévalorisation de soi, pouvant mener à des syndromes de dépression ou d'anxiété. Elle peut affecter la qualité de vie des personnes au travail et hors travail. En effet, un niveau élevé de détresse psychologique peut entraîner des conséquences sur la santé physique et mentale des travailleurs et des travailleuses. Elle peut aussi générer des coûts financiers considérables pour les entreprises (baisse de rendement, absences de courte et de longue durée, roulement élevé du personnels). Plus précisément, la détresse psychologique est définie comme un état subjectif incluant des symptômes liés à l'anxiété, l'agressivité, la dépression, l'irritabilité, l'épuisement, le désengagement social et à des problèmes cognitifs (Ilfeld, 1976, Massé et coll, 1998). Certains auteurs attestent que la détresse psychologique contient d'autres composantes comme les troubles cognitifs, la colère (Massé, 1998 ; Massé et al., 1998), la somatisation (Massé, 2000) et le désengagement social (Massé, 1998). Dohrenwerd et al. (1980) affirment que la détresse psychologique contient des dimensions spécifiques distinctes telles que des manifestations physiologiques, cognitives et affectives. La dépression et l'anxiété disposent de deux dimensions : le malaise et l'humeur. Le malaise se réfère à l'expression de céphalées liées à un état d'anxiété (Desmarais et al., 2000). L'humeur quant à elle correspond aux émotions négatives telles que la tristesse et l'incertitude (Desmarais et al., 2000; Mirowsky & Ross, 2003). Selon Massé (1998), la détresse résiderait dans une sorte de «

souffrance psychologique », un mal de vivre ressenti à travers des émotions et des sentiments de dépression, de tristesse, de démoralisation et d'anxiété. Ce mal-être-au-monde plus ou moins profond prend la forme d'une souffrance de soi qui s'inscrit dans un processus d'auto dévalorisation et d'auto responsabilisation : remise en question de ses capacités, de ses qualités, perte d'estime de soi, auto culpabilisation pour ce qui nous arrive (Naouële, 2014). Divers problèmes physiologiques et comportementaux y sont également associés tels que l'insomnie, l'hypertension artérielle, la consommation abusive d'alcool ou de psychotropes (voir entre autres : Harvey et coll., 2006; Vézina et al., 2011; Nielsen et al., 2018). La détresse psychologique peut grandement affecter la vie quotidienne des travailleurs et, par conséquent, leur famille. Elle représente également d'importants coûts financiers pour les entreprises tels que : la réduction du rendement des employés, le présentéisme, les absences de courte et de longue durée, un taux de roulement (turnover) accru, etc. (Burton et coll., 2008 ; Cocker et coll., 2013; Hardy et coll., 2003). D'après la Commission de la santé mentale du Canada (2016), les problèmes psychologiques liés au milieu de travail coûtent cher à l'économie canadienne, soit 20 milliards de dollars par année. Une étude portant sur les déterminants psychosociaux associés au bien-être au travail des employés de banque à Cotonou a été menée par Béata (2021). Cette recherche a démontré que certains facteurs relevant de l'organisation tels que le régime de travail, la justice interpersonnelle ; et ceux liés à l'employé tels que l'épuisement professionnel, la passion pour le métier impactaient le bien-être psychologique des employés de banque au travail. Bagilishya (2007), ayant mené une étude sur la détresse psychologique au sein de l'enseignement primaire, secondaire et collégial au Québec a constaté un lien significatif entre la détresse psychologique et l'environnement physique au travail, la réforme ainsi que la satisfaction de vie en général. Le rapport avec l'administration ne présente pas de lien significatif avec la détresse psychologique. Les tresseurs étudiés expliquent une variance modérée de la détresse psychologique. Le genre et le statut d'emploi sont les seules variables sociodémographiques qui sont liées significativement à la détresse psychologique.

Cyr (2010) s'est également intéressé aux facteurs professionnels et leur relation avec la détresse psychologique. Il a constaté que les travailleurs qui ont une bonne relation avec leur supérieur immédiat ont une probabilité inférieure de développer de la détresse psychologique. Tandis que les travailleurs qui ont de fortes demandes psychologiques

(charges psychologiques, pressions émotionnelles, cognitives ou mentales) ont une probabilité plus grande de développer de la détresse psychologique. Dans l'étude réalisée par Pinard (2015), il a été question de répertorier les facteurs qui affectent positivement la santé psychologique des travailleurs. Les facteurs organisationnels qui ont un impact sur la santé psychologique sont la reconnaissance, le soutien social, la conciliation travail-vie personnelle, la justice organisationnelle, les relations interpersonnelles, les styles de gestion, la clarté des rôles et des tâches, la communication et la participation aux décisions, la latitude décisionnelle, la charge de travail et le sens du travail. Lamarche (2016) a constaté que les caractéristiques du travail telles que la demande psychologique, la latitude décisionnelle, le conflit de rôle, à l'exception de l'ambiguïté de rôle, sont des prédicteurs de la détresse psychologique et de l'intention de quitter l'organisation.

Cloutier (2018) s'est intéressé aux facteurs associés à la détresse psychologique. Plus d'une quarantaine de facteurs ont été étudiés et reconnus comme ayant un lien direct avec la détresse psychologique. Les principaux facteurs de risque sont la surcharge de travail, les conflits travail-famille, le conflit de rôle, le faible degré d'autonomie, l'impossibilité d'utiliser ses compétences, l'injustice relative à l'attribution des promotions, le manque de reconnaissance, le manque de considération à l'égard des efforts ainsi que le manque de considération à l'égard de l'expertise. Cette recension fait retenir que la détresse psychologique est un phénomène qui peut surgir en organisation et qui est provoqué par plusieurs facteurs.

De nos observations quotidiennes pendant les multiples réunions de parents et les enseignants organisées à chaque début de l'année scolaire par les écoles privées dans le territoire de Nyiragongo, nous avons recensé une série de plaintes relatives à une diminution de la motivation, des difficultés de concentration, une certaine irritabilité, de la tristesse, des changements d'humeur, des sentiments d'impuissance et d'insécurité, de l'absentéisme, des travaux non remis ou remis avec retard, de conflits interpersonnels. Ces éléments sont parmi les manifestations les plus fréquentes d'un état psychologique négatif (Lachapelle, 2022). Les enseignants du secteur privé dans ce territoire font partie des catégories d'employés susceptibles de développer certains états négatifs liés à leur santé mentale générés par une multitude de facteurs organisationnels. Certains de ces facteurs tiennent aux attitudes de ces enseignants à l'égard de différentes réalités vécues au sein de leurs établissements.

Ainsi cette recherche a comme objectif de déceler la détresse psychologique qui caractérise les enseignants des écoles privées dans le territoire de Nyiragongo vu le contexte dans lequel ils travaillent. À côté des conditions socioéconomiques précaires qui caractérisent les habitants de ce Territoire, les enseignants du secteur privé sont victimes des pratiques managériales qui laissent à désirer et susceptibles de contribuer à l'émergence d'une détresse psychologique. Tout le pouvoir est centré dans les mains des gestionnaires et/ou promoteurs de ces écoles. L'application des textes régissant le personnel de l'enseignement primaire et secondaire y est décrite. Les recrutements, les promotions en grade, les fixations des primes et autres avantages, le renouvellement des contrats, toutes ces pratiques managériales sont faites en fonction des critères subjectifs. L'incertitude professionnelle provoquée par la perspective de perdre leurs emplois est permanente étant donné l'impossibilité de faire carrière dans ces écoles. L'autorité de l'enseignant est piétinée au détriment d'une considération accordée à l'élève, ce dernier étant la seule source de revenus pour ces écoles. Il est courant dans ces écoles de licencier un enseignant sans motif administratif valable uniquement sur base des humeurs du gestionnaire. Au sein de ces écoles, et dans la plupart de cas, il s'observe un favoritisme à outrance. Les enseignants qui n'ont pas de relations particulières, familiales, religieuses, politiques ou ethniques avec le gestionnaire, se verront malmenés pendant l'année scolaire en cours au risque de ne plus réintégrer l'année suivante. Et comme cela ne suffisait pas, vers la fin de chaque année scolaire, dans la plupart de ces écoles, les faits prouvent que les enseignants ne reçoivent pas la totalité de leur prime d'activité du dernier mois de l'année scolaire. Les gestionnaires évoquant toujours comme motif l'insolvabilité des élèves. Tout ceci affecte facilement la santé mentale de ces enseignants. Étant conscients de difficultés associées à la conquête d'un nouvel emploi ; la rareté des emplois dans la région, les conséquences du chômage sur le plan personnel, familial et social, le marasme économique et les affres liées aux conflits armés ; les enseignants se résignent à cette gestion qui leur est imposée malgré les conséquences qui peuvent en découler.

Cette étude devient opportune parce que ce contexte est certainement susceptible de provoquer une détresse psychologique qui certainement mérite d'être documentée. Ainsi, est-il question de déterminer l'ampleur de la détresse psychologique générée par tous ces facteurs organisationnels. De manière générale, cette recherche vise à

appréhender l'ampleur de la détresse psychologique des enseignants d'écoles privées dans le Territoire de Nyiragongo.

Spécifiquement cette recherche vise à déterminer le niveau de la détresse psychologique qui caractérise les enseignants d'écoles privées dans le Territoire de Nyiragongo ; identifier les mécanismes par lesquels la détresse psychologique agit sur les enseignants des écoles privées dans le Territoire de Nyiragongo ; déceler les facteurs sociodémographiques qui influencent la détresse psychologique chez les enseignants des écoles privées dans le Territoire de Nyiragongo.

Dans la démarche, nous avons pensé que la détresse psychologique chez les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo est d'une grande ampleur. Les enseignants développent une détresse psychologique élevée. L'auto-dévalorisation et le désengagement social caractérisent plus les enseignants ; l'âge, le sexe, l'état civil, le niveau d'étude et l'ancienneté influencent le niveau de détresse psychologique vécue par les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo.

II. Méthodologie

La population de cette étude est constituée des enseignants d'écoles privées de niveaux primaire et secondaire, dans le territoire de Nyiragongo, qui sont effectivement en service au cours de l'année scolaire 2024-2025. L'intérêt pour les enseignants se justifie par le fait qu'ils sont les plus vulnérables aux agissements non réglementaires de gestionnaires suite aux conditions socio-économiques déplorables qui caractérisent la région. Dans la majorité des cas, ils ne vivent que de l'enseignement. Et donc ils perçoivent que c'est pratiquement difficile pour eux de trouver un autre emploi.

Sur le plan administratif, le territoire de Nyiragongo est subdivisé en sept groupements dont les écoles sont sous l'inspection de la Sous-Division éducationnelle de Nyiragongo. Étant donné que le territoire est actuellement sous l'emprise de la guerre depuis plus de deux ans, ceci devient une difficulté majeure qui rend inaccessible l'ensemble du territoire à notre recherche. En plus, partant du constat que la plupart des écoles privées sont concentrées dans la partie sud partageant les limites de la ville de Goma, nous nous sommes intéressé plus précisément aux écoles implantées dans les groupements Muja et Munigi. C'est dans ces deux groupements que fonctionnent la majorité des écoles privées dans ce territoire. Ainsi, dans le groupement Muja, avons-

nous 297 enseignants au niveau primaire dont 144 hommes et 153 femmes répartis dans 49 écoles. Cinq cent dix (510) enseignants au niveau secondaire parmi lesquels 434 hommes et 76 femmes répartis dans 36 établissements. Dans le groupement Munigi les enseignants œuvrant au niveau primaire sont 642 parmi lesquels 287 hommes et 355 femmes répartis dans 80 écoles ; et dans le groupement Munigi 776 enseignants dont 663 hommes et 113 femmes répartis dans 54 établissements. Pour déterminer la taille de notre échantillon, nous avons fait recours aux techniques d'échantillonnage non probabilistes, plus précisément la méthode par quotas. Les sujets ont rempli les critères ci-après : Enseignant en fonction au cours de l'année scolaire 2024-2025 et œuvrant dans une école privée du niveau primaire et/ou secondaire qui fonctionne dans l'un de deux groupements ciblés par notre étude, les groupements Muja et Munigi. S'agissant du nombre d'enseignants considéré dans cette recherche, nous nous sommes référé à la table d'estimation qui définit le nombre au prorata de la population mère ou alors prendre 10 ou plus de 10% de la population mère telle que défini par Dépelteau (2003). L'échantillon de cette étude est constitué de 226 enseignants travaillant au cours de cette année scolaire 2024-2025. Cette taille représente 10.15% de la population mère qui s'élève à 2225 enseignants. Et donc dans chaque catégorie d'enseignant constituant la population nous avons 10.15% de sujets pour ainsi constituer le nombre total d'enseignants faisant partie de notre échantillon. Ainsi, dans le groupement Muja, avons-nous considéré 31 enseignants au niveau primaire dont 15 hommes et 16 femmes. 52 enseignants au niveau secondaire parmi lesquels 8 femmes et 44 hommes. Dans le groupement Munigi, des enseignants œuvrant au niveau primaire, nous avons considéré 65 parmi lesquels nous comptons 29 hommes et 36 femmes et au niveau secondaire nous avons 78 enseignants dont 66 hommes et 12 femmes.

L'échantillon a ensuite été décrit sur base des autres caractéristiques en fonction des recherches qui existent. Le cycle de vie a été subdivisé en huit périodes : période prénatale, première enfance de 0 à 2-3 ans, deuxième enfance de 3 à 6 ans, troisième enfance de 6 à 11-12 ans, l'adolescence de 12 à 20 ans, le jeune adulte de 20 à 40 ans, l'adulte d'âge mur de 40 à 65 ans, et enfin l'adulte d'âge avancé de 65 ans et plus. Les chercheurs développementalistes considèrent en effet que chacune de ces périodes est marquée par des phénomènes qui lui sont propres (Diane et coll, 2014). Notre échantillon est constitué de 31,8% de femmes et 68,2% d'hommes ; 49,6% sont de célibataires et 50,

% sont des mariés. Ceux qui détiennent un diplôme de Licence représentent 15,9%. Les Gradués sont 42,9% et les diplômés d'État font 46,2%. Nos enquêtés ont un âge situé entre 21 et 54 ans la moyenne étant de 30.37. Ils ont également une ancienneté dans le travail situé entre 1 et 24 ans. La moyenne pour cette caractéristique est de 6,12 années de travail. Dans la présente recherche, la méthode d'enquête a été utilisée. Il s'agit d'une démarche méthodologique de recherche qui ne signifie pas tout simplement une quête d'informations, collecte de témoignages, d'avis, recherche de documents, comme en réalisent les journalistes (enquête reportage). Elle est une méthode qui consiste à une quête d'informations réalisée par interrogation systématique des sujets d'une population déterminée. Toutes les techniques d'interrogation systématique qui ont pour but d'obtenir des informations auprès des acteurs en situation relèvent de l'enquête (Paul N'DA, 2015). On distingue, toutefois, trois grandes familles de méthodes d'enquêtes : les enquêtes quantitatives, les enquêtes qualitatives et les méthodes d'observation directe et participative de type ethnographique. Ainsi, considérant les objectifs poursuivis par cette recherche, l'enquête quantitative a été la méthode privilégiée de notre démarche.

Tout chercheur est placé devant la nécessité de disposer des informations et/ou des données relatives à l'atteinte de ses objectifs et à la vérification des hypothèses retenues. Ainsi, il va recourir soit aux documents pour en extraire les données recherchées, soit aux personnes qui sont censées en détenir, soit encore à les cueillir in vivo. Dans l'un ou l'autre cas, les données à récolter se doivent être pertinentes grâce à l'ingéniosité du chercheur dans le choix et l'utilisation de l'instrument à sa disposition (Baluti, 2020).

La présente recherche s'est effectuée sous forme d'une enquête par questionnaire. Le questionnaire construit sous formes d'échelle a permis de récolter les données relatives à notre variable de recherche. Précisons que les échelles permettent d'évaluer des construits, non directement observables. Les échelles sont constituées d'un ensemble d'énoncés (items) qui sont les indicateurs (variables observables) du construit ou facteur psychologique que l'on souhaite mesurer. Le facteur psychologique à mesurer dans cette recherche est la détresse psychologique. Rappelons que la détresse psychologique désigne un état psychologique pénible se manifestant par de l'irritabilité, de l'anxiété, de la tristesse, du découragement et de l'autodépréciation ou dévalorisation (Ilfeld, 1976; Massé, 2000; Ridner, cités par Lamarche, 2004).

Le modèle original de la détresse psychologique étant composé de quatre facteurs, ou indicateurs (Massé et al., 1998b), l'instrument de mesure choisi a été l'Échelle de Mesure des Manifestations de la Détresse Psychologique (ÉMMDP) de Massé et al. (1998a). Celle-ci est composée de 23 énoncés dans sa version courte. Les 23 énoncés de l'échelle de DP sont divisés en quatre catégories : l'auto dévalorisation (7 items) qui réfère à une perte de confiance en soi, un sentiment d'inutilité, une faible estime de soi et une tendance à s'isoler de son entourage ; l'irritabilité/ agressivité (5 items) qui s'accompagne d'arrogance et de conflits avec l'entourage ; l'anxiété/dépression (5 items) couplée à un état de stress et un désengagement social (6 items) associé à un désintérêt généralisé. Pour chaque énoncé, le sujet doit répondre selon une échelle de type Likert attribuant ainsi une cote à la réponse qui lui semble la plus appropriée à sa situation, soit : jamais, rarement, souvent, très souvent et presque toujours.

Des études sur la validité de cette échelle ont été menées et ont abouti aux indices qui prouvent ses bonnes qualités psychométriques. L'échelle totale présente un alpha de Cronbach de 0,93. Les sous-échelles présentent une forte cohérence interne, les coefficients de Cronbach variant entre 0,81 et 0,89 (Battaglini et al, 1998). Ainsi compte tenue de ses qualités psychométriques suffisamment prouvées par de nombreuses recherches de validation, notre étude s'est servie de cette échelle pour la récolte des données relatives à la Détresse Psychologique sous ses quatre indicateurs. Ci-dessous le tableau de spécification de nos instruments de recherche

Tableau 1. Spécification du questionnaire.

Détresse psychologique			
	Dimensions/Indicateurs	Items	Total Items
1	Évaluation de l'Auto-dévalorisation	De 1 à 7	7
2	Évaluation de l'Irritabilité / agressivité	De 8 à 12	5
3	Évaluation de l'anxiété/la dépression	De 13 à 17	5
4	Évaluation du désengagement social	De 18 à 23	6
Total		De 1 à 23	23

Les caractéristiques sociodémographiques qui sont retenues dans cette recherche sont l'âge, le sexe, l'état civil, le niveau d'étude et l'ancienneté des enseignants.

Cette recherche étant quantitative, nous avons procédé à la saisie des réponses aux différentes échelles, construites sur le modèle de Likert. La pondération des réponses s'est effectuée en fonction de la méthode additive préconisée. Les scores en terme de valeur varient de 1 à 5 pour les deux échelles de mesure et la pondération est fonction de

la valence des items. Pour les items à valence positive, la pondération est partie de la première valeur 1 jusqu'à la dernière 5. L'inverse a été adopté pour les items à valence négative.

En vue de trouver le score total pour une variable (échelle totale) et/ou les sous-échelles, les différents scores des items ont été sommés. Cette procédure permet la manipulation statistique des scores moyens obtenus par les participants à la totalité des échelles et à leurs différentes sous-dimensions. Ainsi les scores moyens ont été également calculés et ils varient entre 1 et 5, un score élevé étant, de ce fait, associé à une détresse psychologique élevée. (Andrée Fortin et Lise Lachance, 2011). Notre théorie déclinant la détresse psychologique en trois niveaux distincts, la technique du calcul des terciles a servi pour catégoriser les enseignants en fonction de cette variable. Un score situé entre 1 et 1,25 fait signe d'une détresse psychologique faible. Un score moyen de 2,6 à 3,5 représente un niveau modéré de la détresse psychologique. Un score situé entre 3,6 et 5 fait signe d'une détresse psychologique élevée. À ce qui concerne les variables catégorielles, telles le sexe, l'état civil, le niveau d'instruction, l'âge, l'ancienneté et le cycle d'enseignement, des tables de fréquences avec pourcentages (%) ont été dégagés. Ensuite, des statistiques descriptives de la détresse psychologique et ses dimensions ont été dégagées. Afin de vérifier l'influence des caractéristiques sociodémographiques, le test Khi deux a été choisi pour comparer les résultats obtenus par différents groupes. Enfin, pour l'ensemble des analyses statistiques, le seuil de signification a été fixé à 5 % ($p < 0,05$). Pour ce faire, le progiciel SPSS (Statistical Package for the Social Science) version 26 a été mis à profit. Il nous a permis de calculer tous les indices statistiques utiles à l'atteinte des objectifs de cette recherche.

III. Résultats

La présente partie comprend deux sections : la présentation et l'analyse de résultats et ensuite leur discussion. Rappelons que cette étude vise généralement à appréhender l'ampleur de la détresse psychologique chez les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo en province du Nord-Kivu. De manière spécifique, cette étude vise à déterminer le niveau de détresse psychologique qui caractérisent les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo, identifier les mécanismes par lesquels la détresse psychologique agit sur les enseignants ; déceler les facteurs

sociodémographiques qui influencent la détresse psychologique chez les enseignants d'écoles privées dans ce Territoire.

1. Analyse globale de la Détresse Psychologique

Cette section présente les résultats globaux relatifs à la détresse psychologique et ses sous dimensions en terme des statistiques descriptives. Le niveau de la détresse psychologique qui caractérise les enseignants a été dégagé. Le tableau ci-dessous donne une vue d'ensemble sur les statistiques descriptives de la détresse psychologique et ses différentes composantes.

Tableau 2. Statistiques descriptives de la DP et ses sous dimensions.

	Min	Max	Moy	Ecart type
Détresse psychologique	1,96	5,00	2,7689	,53171
Anxiété/dépression	1,80	5,00	2,8717	,66879
Désengagement social	1,83	5,00	2,8380	,63516
Irritabilité/agressivité	1,80	5,00	2,7150	,62271
Auto-dévalorisation	1,86	5,00	2,6757	,56515

Les informations du présent tableau renseignent que le score moyen obtenu par les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo à l'échelle de la détresse psychologique est de 2,7689 avec un écart type de ,53171. Cette moyenne se situe dans la catégorie de la détresse modérée (2,60 à 3,75). Les quatre composantes de la détresse psychologique présentent des moyennes inférieures situées entre 2,6757 et 2,8380. Il s'agit de l'irritabilité (sensibilité aux stimuli de l'environnement), l'anxiété (inquiétudes et craintes ainsi que les anticipations face à l'avenir), le découragement (manque d'énergie, sentiment d'impuissance et désespoir) et enfin la dévalorisation de soi (sentiment d'incompétence). Dans la suite de l'analyse de cette recherche, le niveau de la détresse psychologique a été dégagé. Le tableau ci-après présente les résultats relatifs à cet aspect.

Tableau 3. Niveau de détresse psychologique

Niveau de la détresse psychologique	n	%
Faible	71	31,4
Modérée	142	62,8
Elevée	13	5,8
Total	226	100,0

Les résultats de ce tableau montrent que la DP est modérée chez 142 enseignants soit 62,8%. Cette détresse psychologique est faible chez 71 enseignants soit 31,4%, et elle est élevée chez 13 de nos sujets soit à 5,8%.

2. Analyse détaillée du niveau de la DP avec les caractéristiques sociodémographiques

Cette section expose les résultats du niveau de la détresse psychologique en tenant compte de caractéristiques sociodémographiques retenues dans cette recherche. Il s'agit notamment du sexe, de l'état civil, du niveau d'instruction, de l'âge, de l'ancienneté et du cycle d'enseignement. L'objectif est de dégager la répartition des sujets en fonction de niveaux de la DP et vérifier, grâce au test khi-carré, l'existence des différences significatives ou non entre les enseignants classés sur base des différents groupes issus de caractéristiques sociodémographiques.

Ci-dessous les résultats du niveau de la DP en fonction du sexe des enseignants.

Tableau 4. Niveaux de la DP en rapport avec le sexe

Sexe	Niveau de la détresse psychologique							
	Faible		Modérée		Élevée		Ensemble	
	N	%	n	%	n	%	n	%
Femmes	26	36,1	45	62,5	1	1,4	72	100,0
Hommes	45	29,2	97	63,0	12	7,8	154	100,0
Total	71	31,4	142	62,8	13	5,8	226	100,0

khi-carré=4,240; ddl=2 ; p=,120

Nous constatons que les enseignantes développent la détresse psychologique au niveau modéré en terme de 62,5% et les enseignants en développent à 63,30%. Les résultats du test laissent conclure qu'il n'existe pas de différences significatives qui seraient dues au sexe entre les niveaux de DP qui caractérise les enseignants soumis à cette étude. Et donc le sexe n'impacte pas la DP chez les enseignants des écoles privées dans le territoire de Nyiragogo (khi-carré= 4,240; ddl=2 ; p=,120).

Ci-dessous les résultats du niveau de la DP en fonction de l'état civil des enseignants.

Tableau 5. Niveaux de la DP en rapport avec l'état civil.

Etat civil	Niveau de la détresse psychologique							
	Faible		Modérée		Élevée		Ensemble	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Célibataires	29	25,9	79	70,5	4	3,6	112	100,0
Mariés	42	36,8	63	55,3	9	7,9	114	100,0
Total	71	31,4	142	62,8	13	5,8	226	100,0

khi-carré=6,089; ddl=2 ; p=,048

La lecture du tableau ci-dessus montre que les célibataires sont caractérisés par une détresse psychologique modérée à 70,5% et les mariés la développent à 55,3%. L'état

civil a de l'impact sur le niveau de la détresse psychologique chez les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo (khi-carré=6,089; ddl=2 ; p=,048). Ci-après les résultats du niveau de la DP en fonction du niveau d'instruction des enseignants.

Tableau 6. Niveaux de la DP en rapport avec le niveau d'instruction des enseignants.

Niveau d'instruction	Niveau de la détresse psychologique							
	Faible		Modérée		Elevée		Ensemble	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Diplômés d'Etat	28	30,1	62	66,7	3	3,2	93	100,0
Gradués	28	28,9	65	67,0	4	4,1	97	100,0
Licenciés	15	41,7	15	41,7	6	16,7	36	100,0
Total	71	31,4	142	62,8	15	5,8	226	100,0

khi-carré=13,444; ddl=4 ; p=,009

Parmi les 142 sujets ayant une détresse psychologique modérée, 62 sont diplômés d'État, 65 ont diplôme supérieur Bac+3 (gradués) et 15 ont un diplôme supérieur Bac+5 (Licence). Nous constatons, en effet, que le niveau d'instruction s'est avéré très influent dans le développement de la détresse psychologique des enseignants des écoles privées dans le territoire de Nyiragongo (khi-carré=13,444; ddl=4 ; p=,009).

Dans le tableau ci-après, nous exposons les résultats du niveau de la DP en fonction de l'âge des enseignants.

Tableau 7. Niveaux de la DP en rapport avec l'âge des enseignants

Age	Niveau de la détresse psychologique							
	Faible		Modérée		Elevée		Ensemble	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Jeunes adultes	59	29,1	131	64,5	13	6,4	203	100,0
Adultes d'âge mûr	12	52,2	11	47,8	0	00,0	23	100,0
Total	71	31,4	142	62,8	13	5,8	226	100,0

khi-carré=5,903; ddl=2; p=,052

Nous observons que, de 142 enseignants ayant un niveau modéré de la détresse psychologique, 131 sont des jeunes adultes et 11 sont des adultes d'âge mûr. Les résultats du test montrent clairement que la tranche d'âge n'influence pas le niveau de la détresse psychologique chez les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo (khi-carré=5,903; ddl=2; p=,052).

Le niveau de la DP a également été présenté en fonction de l'ancienneté des enseignants. Le tableau ci-dessous expose les résultats relatifs à cet aspect.

Tableau 8. Niveaux de la DP en rapport avec l'ancienneté des enseignants.

Ancienneté	Niveau de la détresse psychologique							
	Faible		Modérée		Elevée		Ensemble	
	n	%	n	%	n	%	n	%
De 1 - 3 ans	28	34,6	51	63,0	2	2,5	81	100,0
De 4 - 6 ans	15	22,4	51	76,1	1	1,5	67	100,0
De 7 - 9 ans	11	36,7	15	50,0	4	13,3	30	100,0
De 10 - 24 ans	17	35,4	25	52,1	6	12,5	48	100,0
Total	71	31,4	142	62,8	13	5,8	226	100,0
khi-carré=16,482; ddl=6; p=,011								

Le tableau ci-dessous nous renseigne que parmi 136 sujets ayant un niveau modéré de la DP, 76,1% ont une ancienneté située entre 4 et 6 ans, 63,0% ont 1 à 3 ans, 52% ont 10 à 24 ans et 50 % ont 7 à 9 ans. Il se dégage que l'ancienneté a un impact sur le niveau de la détresse psychologique caractérisant les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo.

(khi-carré=16,482; ddl=6; p=,011).

IV. Discussion

La détresse psychologique, les dimensions de cette détresse, les facteurs sociodémographiques qui influencent cette dernière chez les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo, telle est la préoccupation de cette recherche. Les résultats prouvent que les enseignants travaillant dans ce secteur développent la détresse psychologique à un niveau modéré. Les dimensions à travers lesquelles cette détresse agit sur les enseignants sont plus exactement l'auto-dévalorisation, l'irritabilité, l'agressivité et le désengagement social. Les enseignants célibataires, ceux qui ont un niveau d'instruction élevé et ceux ayant une ancienneté d'un à six ans dans le travail développent plus la détresse psychologique que les autres catégories d'enseignants. Ces résultats rejoignent ceux des autres recherches menées sur la même problématique : Houlfort (2010), ayant travaillé sur l'état de santé psychologique du personnel enseignant au Canada, a découvert que 19% des enseignants évaluent leur santé mentale comme étant moyenne ou médiocre. Ce taux est deux fois plus élevé que ce qui est recensé auprès de

la population générale du Québec, indiquant ainsi que la population enseignante vit réellement de la détresse psychologique au travail. Cette détresse se traduit par une fréquence élevée d'anxiété, des symptômes d'irritabilité et d'épuisement professionnel ainsi qu'un faible niveau de vitalité. Cette détresse se manifeste surtout par la démoralisation et le pessimisme envers l'avenir qui se traduisent par un sentiment, une conviction qui nous fait croire que tout ne va que s'aggraver dans le futur et que rien n'ira bien. Ce sentiment s'accompagne souvent de démotivation, de désengagement et d'une perte d'intérêt dans les activités sociales et professionnelles (Massé, 2000 : 10), une période d'anxiété, de préoccupations et de tensions. Ces peurs sont vécues comme une souffrance intérieure et entraînent un sentiment d'impuissance. À cela s'ajoute l'autodépréciation, le doute que les gens ressentent face à leurs compétences, leurs capacités ainsi que leurs valeurs sociales, affectives ou professionnelles. Les gens deviennent très autocritiques et mettent le blâme sur eux-mêmes pour ce qu'ils vivent psychologiquement et socialement (Massé, 2000).

Le retrait et l'isolement traduits par des comportements d'isolement de la part des individus qui coupent tout contact avec les autres et qui ne veulent pas socialiser. Ils préfèrent échapper à la vie sociale en coupant tout contact avec le monde. On parle alors de statut de détresse de démoralisation, d'autodépréciation et de désengagement social (Massé, 2000). Toutes ces dimensions constituent les facteurs à travers lesquels se manifeste la détresse psychologique vécue par les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo. Courville (2018) a observé une différence significative au niveau du bien-être psychologique selon le nombre d'années d'expérience chez les enseignants du primaire et du secondaire des commissions scolaires francophones du Québec. En effet, ce sont les enseignants les plus expérimentés qui ont le meilleur bien-être psychologique et donc qui ont un niveau faible de détresse psychologique. Notre recherche a également abouti aux résultats similaires.

Comme il a constaté une différence au niveau du bien-être psychologique à partir de 21 ans d'expérience et que le bien-être optimal est à partir de 31 ans d'expérience, il semble qu'un certain nombre d'années est nécessaire avant de se sentir plus à l'aise dans cette profession. Ceci concorde avec des études (Schonfeld, 2001; Tatar & Horenczyk, 2003) qui démontrent que les enseignants les mieux préparés à faire face aux demandes de l'emploi et aux exigences ressentent moins de symptômes de l'épuisement

professionnel. L'expérience de travail permet donc à ces enseignants d'avoir un meilleur contrôle sur la charge de travail. Il est donc intéressant de constater que plusieurs années sont nécessaires afin de bien s'habituer et de se stabiliser dans cette profession.

La situation matrimoniale s'est avérée déterminante dans l'influence de la détresse psychologique. Cette étude a démontré que les enseignants célibataires présentent plus de détresse psychologique que les enseignants mariés. Des recherches antérieures ont également établi cette liaison. Caron J, Liu A (2010) ont démontré que le mariage a un effet protecteur contre la maladie mentale. Ils ont indiqué que le fait de vivre sans partenaire augmente le niveau de détresse seulement chez les femmes. Au sein de la population à faible revenu, près de la moitié des personnes séparées disent souffrir de détresse psychologique, proportion qu'on ne retrouve pas dans la population à revenu plus élevé. Les enseignants d'écoles privées du territoire de Nyiragongo disposant d'un faible revenu, ces résultats corroborent ceux obtenus par notre recherche.

Le niveau de scolarité a également eu un lien avec la détresse psychologique. Les enseignants ayant un niveau d'étude élevé présentent plus de la détresse psychologique que les autres niveaux d'éducation. De nombreuses études ont fait état de l'effet protecteur d'une scolarité élevée contre la détresse psychologique. Toutefois, des analyses plus poussées du niveau de scolarité par rapport à la situation économique révèlent qu'un faible niveau de scolarité n'est associé à une détresse psychologique élevée qu'au sein de la population plus favorisée. Par ailleurs, Caron et ses collaborateurs (2010) ont observé qu'un niveau de scolarité supérieur était lié à une hausse de la détresse psychologique parmi les populations pauvres de Montréal. Ils ont expliqué ce lien par le fait que les personnes qui ont atteint un plus haut niveau de scolarité tout en restant défavorisées sur le plan économique ont des attentes plus élevées face à leur qualité de vie. Tel est le constat de cette étude chez les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo caractérisés par un niveau économique faible.

Conclusion

Cet article portant sur la détresse psychologique chez les enseignants d'écoles privées dans le territoire de Nyiragongo démontre que les enseignants travaillant dans ce secteur développent la détresse psychologique à un niveau modéré. Les dimensions à travers lesquelles cette détresse agit sur les enseignants sont plus exactement l'auto-dévalorisation, l'irritabilité, l'agressivité et le désengagement social. Les enseignants

célibataires, ceux qui ont un niveau d'instruction élevé et ceux ayant une ancienneté de un à six ans dans le travail développent plus la détresse psychologique que les autres catégories d'enseignants. Cette étude permet de mieux cerner les enseignants vulnérables en matière de santé mentale, susceptibles de bénéficier des programmes de prévention de la maladie et de promotion de la santé.

Bibliographie

Bagilishya,O.(2007). *Détresse psychologique dans l'enseignement primaire, secondaire et collégial au Québec*. Université Laval : Canada.

Baluti, T.(2020). *Constat sur l'éducation de base à Goma/Nord-Kivu et perspectives indicatives*, Thèse De Doctorat N°005/P/Fpdd/Upn/Rdc.

Caroline B. L,(2022). *Comment reconnaître les signes de détresse à la maison et au travail*.

Caron,J et Liu, A,(2010). *Predictors of psychological distress in the Canadian population: comparison between low income and non-low income*. Community Ment Hlt J.

Caron,J,(2010). *Étude descriptive de la prévalence de la détresse psychologique et des troubles mentaux au sein de la population canadienne : comparaison entre la population à faible revenu et la population à revenu plus élevé*. Canada.

Cloutier, J. (2018). *Les résultats de l'enquête sur la détresse psychologique au travail dans le secteur universitaire*, École des sciences de la gestion de l'UQAM –Canada.

Cyr, M.(2010). *La détresse psychologique et les facteurs professionnels : étude du milieu policier* : Mémoire présenté à la faculté des études supérieures en vue de l'obtention du grade de Maîtrise en relations industrielles (M.Sc.).

De Courville, M. (2018). *Le bien-être psychologique des enseignants du primaire et du secondaire des commissions scolaires francophones du Québec*, psychologie du travail et des organisations.

Dépelteau, F.(2000). *La démarche d'une recherche en sciences humaines*. Bruxelles:De Boeck.

Dépelteau, F.(2003). *La démarche d'une recherche en sciences humaines. De la question de départ à la communication des résultats*. Bruxelles : de boeck.

- Desmarais, D. (2000). *Détresse psychologique et insertion sociale des jeunes adultes. Un portrait complexe, une responsabilité collective*. Québec : Les Publications du Québec.
- Diane E. Papalia, R, Feldman, (2014). *Psychologie du développement humain*,
- Goyette, K, (2015). *Un modèle intégrateur de la détresse psychologique au travail : la charge de travail et l'équilibre des récompenses*, JANVIER.
- Houltfort, N, (2010). *Santé psychologique des enseignants de la Fédération autonome de l'enseignement*, École nationale d'administration publique Frédéric Sauvé, B.Éd. Université de Montréal.
- Ilfeld, F.W. (1976). *Further validation of a psychiatrie symptom index in a nonnal population*. *Psychological reports*, 39(3f), 1215-1228.
- Ilfeld, F.W. (1976). *Further validation of a psychiatrie symptom index in a nonnal population*. *Psychological reports*, 39(3f), 1215-1228.
- Lamarche, S.(2016). *Les aspects de l'organisation du travail et la détresse psychologique : une explication de l'intention des travailleurs de donner leur démission* mémoire. Canada.
- Lamonde, (2022), *Les déterminants de la détresse psychologique élevée liée au travail : résultats de l'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-201, 09-2022*
- Massé, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Bélair, S. et Battaglini, A. (1998b). *Élaboration et validation d'un outil de mesure de la détresse psychologique au Québec*. *Revue canadienne de santé publique*, 89(3), pp. 83-189.
- Miryam ,C,(2018). *Le bien-être psychologique des enseignants du primaire et du secondaire des commissions scolaires francophones du Québec* , Québec.
- Mucchielli, R. (1971), *le questionnaire dans l'enquete psychosociale, connaissance du probleme* 10eme Ed.
- N'dan, P. (2015). *Recherche et méthodologie en sciences sociales et humaines, Réussir sa thèse, son mémoire de master ou professionnel, et son article*, Paris, L'Harmattan
- Naouële, B. (2014). *Vers un modèle de la santé psychologique au travail des agents du social et de l'insertion : quels inducteurs organisationnels, psychosociaux et personnels sur le bien-être, la détresse et l'épuisement ?* Philosophie. Université Charles de Gaulle-Lille III. Français. NNT: 2014LIL30060
- Ridner, S. H. (2004). *Psychological distress: concept analysis*. *Journal of advanced nursing*, 45(5), 536-545.

Schonfeld, I. S. (2001). *Stress in first-year women teachers: The context of social support and coping*. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 127, 133–168.

Tatar, M., & Horenczyk, G. (2003). *Diversity-related burnout among teachers*. *Teaching and Teacher Education*, 19, 397–408.

Vézina, M . et al.(2022). *Les déterminants de la détresse psychologique élevée liée au travail : résultats de l'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015* Direction de la santé environnementale, au travail et de la toxicologie Institut Nationalde Santé Publique du Québec.

Vézina, M . et al.(2022). *Les déterminants de la détresse psychologique élevée liée au travail : résultats de l'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015* Direction de la santé environnementale, au travail et de la toxicologie Institut Nationalde Santé Publique du Québec.