

Noémie Lacombe et Myriam Squillaci

## Liens entre un examen de passage (PPO) et l'épuisement scolaire

### Résumé

*L'objectif de cette recherche vise à évaluer les liens entre des facteurs de risque scolaire comme un examen (la PPO, procédure de pré-orientation) et l'épuisement scolaire testé auprès d'un échantillon de pré-adolescents. 313 élèves ont complété un questionnaire mesurant le burnout, le stress scolaire et des variables contextuelles. 4,5 % des jeunes rapportent des scores de burnout élevé et 4,5 % de burnout moyen. Les résultats montrent des liens entre les faibles résultats scolaires, le climat de classe, le redoublement, le stress et le burnout.*

### Zusammenfassung

*Die vorliegende Studie untersucht Zusammenhänge zwischen schulischen Risikofaktoren, wie es das Übertrittsverfahren darstellt, und schulisch bedingter Erschöpfung. 313 Schülerinnen und Schüler wurden mittels eines Fragebogens befragt. 4,5 % weisen hohe, 4,5 % mittlere Burnout-Werte auf. Die Resultate zeigen Zusammenhänge auf zwischen schwachen schulischen Leistungen, dem Wiederholen eines Schuljahres, dem Klassenklima und Stress bis hin zum Burnout.*

### Introduction

Les études s'intéressant au burnout des élèves sont récentes (Salmela-Aro, Kiuru, & Nurmi, 2008b). Les similitudes entre les milieux scolaires et professionnels ont incité les chercheurs à s'intéresser à l'état d'épuisement manifesté par certains élèves (Schaufeli & Enzmann, 1998; Alami, Ahami, Badda, Latifi, & Fofana, 2012). Ceux-ci ont constaté que les dimensions relevées chez les élèves étaient proches de celles des adultes. Ce syndrome est corrélé aux symptômes dépressifs, au décrochage scolaire, à la consommation de produits illicites et à l'échec scolaire (Jordan, Kuendig, & Schmid, 2007; Silvar, 2001; Meylan, Doudin, Cruchod, & Stephan 2011; Bask & Salmela-Aro, 2012). L'intérêt scientifique sur le burnout scolaire est à lier à sa prévalence inquiétante : 10-15 % des élèves seraient concernés par un burnout durant leur parcours scolaire (Salmela-Aro, Kiuru, Pie-

tikäinen, & Jokela, 2008a). L'objectif de cette recherche est de répondre à différentes questions : qu'est-ce que le burnout ? Quels sont les facteurs de risque chez les élèves ? Existe-t-il des liens entre l'épuisement scolaire et un examen de passage ? Suite à une revue de la littérature, les hypothèses de recherche et les résultats sont présentés et discutés.

### Le burnout en milieu scolaire

L'école est source de stress (Jordan et al., 2007; Persike & Seiffge-Krenke, 2011; Moulds, 2003) et celui-ci concerne les élèves qui s'estiment dépassés par les demandes de l'environnement scolaire, par les exigences intrinsèques (leurs propres attentes) ou extrinsèques (attentes familiales) au regard de leurs capacités (Zakary, Walburg, & Chabrol, 2008). La recherche a permis d'identifier trois facteurs susceptibles d'expliquer 40 % des stressés scolaires

(Meylan et al., 2011) : (1) les examens de fin de scolarité, en lien avec le souci de l'avenir professionnel; (2) la somme de travail exigé, les tests et les devoirs; (3) les relations avec les pairs et les enseignants. Maintes recherches observent une forte corrélation entre l'anxiété ressentie lors d'un examen et l'apparition de symptômes dépressifs (Lee, Wong, Chow, & McBride-Chang, 2006, cités dans Zakary & Bendahman, 2011; Cushman & West, 2006; Zakary et al., 2008; Zakary & Bendahman, 2011). Le burnout s'ancre comme le résultat d'un écart entre les ressources des élèves et les exigences du milieu scolaire (Salmela-Aro, Savolainen, & Holopainen, 2009b). Il comporte trois dimensions (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001) : un épuisement émotionnel (l'élève se sent débordé par son travail), une attitude cynique liée au manque de motivation et à la perte de sens (Meylan et al., 2011) et un sentiment d'inadéquation conduisant à une diminution des attentes envers le monde scolaire (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen, & Nurmi, 2009a).

Les conséquences délétères du stress se mesurent aussi bien sur le plan comportemental que scolaire et psychosocial (Pépin-Filion, 1999). Les élèves stressés encourent un risque plus important de ressentir des symptômes psychosomatiques comme des maux de tête, de ventre, une fatigue, de l'anxiété, de la colère ou des troubles du sommeil (Jordan, et al., 2007). La prévalence du burnout varie selon les études : de 6,8 % (Silvar, 2001), à 10-15 % (Meylan et al., 2011; Alami et al., 2012; Lee, Puig, Kim, Shin, Lee, & Lee, 2010; Salmela-Aro et al, 2008a), allant même jusqu'à 20,7 % (Nikodijevic, Labrovic, & Dokovic, 2012) et 28,7 % dans une étude concernant des lycéens français (Zakary et al., 2008).

## Objectifs de la recherche et hypothèses de travail

La présente recherche s'intéresse aux liens entre le burnout de l'élève et les facteurs scolaires. Tout en privilégiant une approche multicausale, la variable dépendante principale est constituée par les trois dimensions du burnout : l'épuisement émotionnel, le cynisme et l'inadéquation. Aucune étude ne l'ayant précédemment fait, l'originalité de la présente recherche vérifie s'il existe un lien entre un examen de passage (PPO) et le niveau d'épuisement des élèves. La revue de la littérature a permis de formuler différentes hypothèses : **H1** : une faible réussite sur le plan scolaire est corrélée à une moyenne de burnout plus élevée (Zakary & Bendahman, 2011; Salmela-Aro et al., 2008a). **H2** : Le stress ressenti à un examen de passage (ici : au cycle d'orientation) est corrélé au burnout (Cushman & West, 2006; Zakary et al., 2008; Moulds, 2003). **H3** : Les élèves ayant un taux de burnout plus élevé sont plus facilement orientés vers une filière non académique type « exigences de base » (Salmela-Aro et al., 2008b).

## Méthode

### *Participants et procédure*

L'échantillon est composé de 313 élèves de 8<sup>e</sup> hamos (11 à 13 ans) du canton de Fribourg. Les questionnaires ont été complétés en présence des chercheurs. Trois temps de mesure ont été effectués : T1 mesure le taux de burnout ressenti, les tracasseries quotidiennes et les données personnelles; T2 mesure les résultats de l'examen de passage (PPO); T3 analyse les décisions d'orientation dans les filières respectives.

### *Mesures*

Trois questionnaires ont permis la récolte des données. Le burnout a été mesuré par le questionnaire validé « School Burnout In-

ventory» (Salmela-Aro & Näätäinen, 2005 cités dans Salmela-Aro et al., 2008a; Salmela-Aro et al., 2009a; Meylan et al., 2011). Il se compose de 9 items. Les élèves évaluent la pertinence des affirmations sur une échelle de Lickert (0 à 6). La cohérence interne de l'instrument est satisfaisante (0.82). L'« Echelle d'évaluation des tracas quotidiens » à la préadolescence relève les déterminants potentiels du burnout scolaire. L'échelle, traduite et validée par Plancherel, Bettschart, Bolognini, Dumont et Halfon (1997) comprend 59 items mesurant les tracas familiaux, personnels, interactionnels et scolaires. La cohérence interne de l'échelle est satisfaisante (0.86). Le « Test de performance scolaire (PPO) » évalue les élèves en français, mathématiques, allemand et environnement. L'analyse des données a été réalisée à l'aide du programme SPSS 21. Des corrélations, des analyses de variance et des T-tests ont été effectués de manière à répondre aux hypothèses de recherche.

## Résultats

Les résultats montrent une prévalence de burnout de type « élevé » de 4,5 % et de type « moyen » de 4,5 %, ce qui signifie que 9 % des élèves interrogés ressentent des sentiments d'épuisement, de cynisme et/ou d'inadéquation face à l'école.

**Tableau 1. Moyenne des composantes du burnout chez les élèves**

Composantes du Burnout	Moyenne	Ecart-type (SD)
Epuisement émotionnel	1.87	0.84
Cynisme	1.91	1.08
Sentiment d'inadéquation	2.27	1.28

La composante du burnout la plus fortement ressentie par les élèves est le sentiment d'inadéquation, suivi du cynisme, puis de l'épuisement émotionnel.

## Facteurs de risque du burnout scolaire

Afin de vérifier l'hypothèse H1 d'un lien entre une faible réussite scolaire et un taux plus élevé de burnout, des analyses de corrélation ont été réalisées.

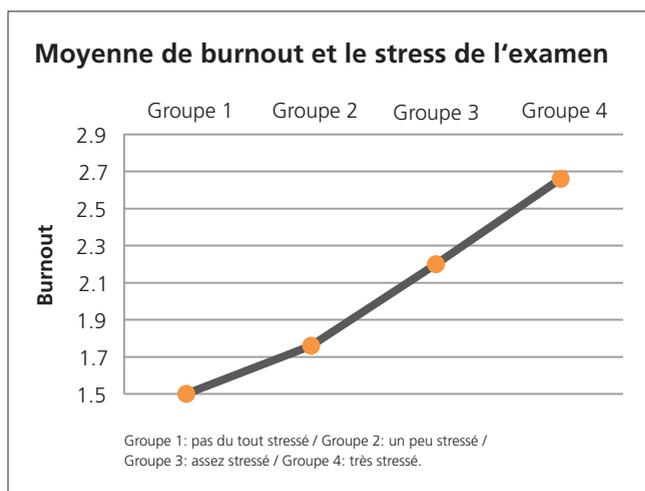
Dans le tableau 2, les variables du burnout sont croisées avec les résultats scolaires calculés sur la base d'un examen similaire pour tous les élèves fribourgeois. La moyenne considère les résultats en français, en mathématiques, en allemand et en environnement. Les analyses de corrélation montrent qu'il existe une relation entre les résultats scolaires plus élevés et un niveau de burnout bas ( $r = -0.477$ ,  $p \leq 0.01$ ). La taille d'effet est plus élevée pour le sentiment d'inadéquation.

**Tableau 2. Corrélations entre les résultats scolaires et le taux de burnout**

Burnout scolaire	Total	Epuisement émotionnel	Cynisme	Sentiment d'inadéquation
	Moyenne des résultats scolaires	-.477**	-.354**	-.405**

\*\* la corrélation est significative au niveau 0.01

Afin de vérifier l'hypothèse H2 d'un lien entre le stress suscité par l'examen de passage et le burnout, une analyse de variance et un test post-hoc ont mis en évidence que la moyenne de burnout varie entre les groupes : le groupe qui ne s'estime pas du tout stressé a une moyenne plus basse que le groupe qui s'estime très stressé (Graphique 1).



Graphique 1 :  
 moyenne de  
 burnout compa-  
 rativement au  
 stress ressenti  
 face à l'examen

Le tableau 3 relève des différences de moyenne selon divers déterminants. Il apparaît que la différence de moyenne entre garçons et filles n'est pas significative. Par contre, les moyennes de burnout diffèrent significativement en fonction du redoublement, des suivis scolaires, du climat de classe et de l'intérêt des parents face au travail scolaire.

Afin de vérifier la troisième hypothèse, le niveau de burnout scolaire a été considéré selon l'orientation des élèves, sous forme de tableau croisé (Tableau 4).

Parmi le groupe d'élèves qui présente un niveau de burnout faible, 42 % sont orientés en « prégyrnasiale », 49 % en « générale » et 9 % en « exigences de base ». Aucun élève ressentant un degré de burnout moyen ou élevé n'est orienté en « prégyrnasiale ».

Le tiers des élèves (29 %) décrivant un burnout moyen et plus de la moitié (57 %) des élèves présentant un burnout de type élevé sont orientés vers la filière « exigences de base ». Les analyses statistiques ont montré des différences de burnout significatives selon les sections fréquentées ( $p \leq 0.05$ ), ce qui signifie que dans cet échantillon, les élèves allant en « exigences de base » présentent des moyennes de burnout plus élevées que leurs pairs orientés en « générale » et en « prégyrnasiale ».

### Discussion

L'échantillon montre un taux de burnout élevé (4,5 %) moins important que mentionné dans la littérature scientifique. L'âge influence certainement ces résultats, l'échantillon étant plus jeune que celui mentionné par les recherches (Salmela-Aro et al., 2008a; Meylan et al., 2011; Silvar, 2001; Alami et al., 2012; Lee et al., 2010). Cette variabilité relative à l'âge se retrouve dans l'étude sur la santé des élèves en Suisse (Torriani-Hammon, Delgrande-Jordan, & Haller, 2013) qui mentionne que 90-91 % des élèves de 11 ans se disent satisfaits de leur vie contre 86 % à 15 ans. Ces tendances se retrouvent également chez Archimi et Delgrande-Jordan (2014). La composante du burnout la plus fortement ressentie est le sentiment d'inadéquation. Une explication relevée par Meylan et al. (2011) peut

Tableau 3. Comparaison de moyenne entre le burnout et ses déterminants

		Genre		Redoublement		Suivis scolaires		Climat de classe		Intérêt des parents	
		Garçons N=155	Filles N=158	Non N=267	Oui N=46	Non N=253	Oui N=60	Bon N=293	Mauvais N=20	Oui N=307	Non N=5
<b>Burnout total</b>	M	1.93	2.00	1.93**	2.36**	1.83**	2.56**	1.90**	2.87**	1.94**	3.60**
	SD	.82	.87	.82	.91	0.74	1	.80	.97	.82	1.24

Différence statistiquement significative \*\* en dessous de 0.01

Tableau 4. Pourcentage d'élèves orientés vers une section d'après le niveau de burnout

	Section			Total
	Prégyrnasiale	Générale	Exigences de base	
<b>Niveau de burnout faible</b>	119 41,9 %	138 48,6 %	27 9,5 %	284 100 %
<b>Niveau de burnout moyen</b>	0 0 %	10 71,4 %	4 28,6 %	14 100 %
<b>Niveau de burnout élevé</b>	0 0 %	6 42,9 %	8 57,1 %	14 100 %

être une utilisation inadéquate des stratégies de coping : pour se protéger d'un sentiment d'épuisement, l'élève choisirait de se détacher de l'école en diminuant ses attentes. Or, le détachement entraîne un risque de burnout et aurait l'effet inverse de celui recherché. D'autres recherches, dont celle de Ciairano, Menna, Molinar et Sestito (2009) corroborent ces résultats. La littérature confirme le lien entre une faible réussite scolaire et le burnout (Salmela-Aro et al., 2008a; Nikodijevic et al., 2012). Lorsque les élèves expérimentent le burnout, leurs résultats scolaires diminuent de façon linéaire avec le temps (Roeser, Eccles, & Sameroff, 2000; Zakary & Bendahman, 2011; Gagné, Marcotte, & Fortin, 2011). Finalement, plus un élève ressent de stress face à l'examen de passage, plus il présente des risques de burnout (Lee et al., 2006, cités dans Zakary & Bendahman, 2011; Meylan et al., 2011; Moulds, 2003).

### Conclusion

Au terme de cet article, il convient de relever ses limites et de prendre les résultats avec précaution. En effet, la taille de l'échantillon N=313 incite à une interprétation prudente des résultats, une marge d'erreur demeurant possible. Une autre réserve concerne les résultats de l'échelle de burnout. Ceux-ci sont, en effet, basés sur une auto-évaluation des élèves passée à un seul

moment de l'année. Des biais relatifs au moment de l'observation sont possibles avec un seul temps de mesure.

*Les élèves allant en « exigences de base » présentent des moyennes de burnout plus élevées que leurs pairs orientés en « générale » et en « prégyrnasiale ».*

De plus, la prise en compte des résultats scolaires lors du passage de l'examen cantonal (PPO) peut comporter des biais. En effet, si ce procédé a l'avantage d'être basé sur la même épreuve pour tous, celle-ci génère du stress et il est ainsi possible que pour certains, les résultats soient inférieurs aux épreuves habituelles. Il aurait été intéressant de soumettre le « School Burnout Inventory » une nouvelle fois aux élèves, afin de comparer le taux de burnout et l'évolution de celui-ci. Une autre possibilité aurait été de considérer l'influence des camarades de classe, du type d'enseignement sur le développement du burnout. Des études à plus large échelle, comprenant des cohortes considérables, permettraient de mettre en évidence les déterminants du burnout des élèves par des analyses de régression. Cette recherche a souhaité ouvrir de nouvelles perspectives pour de futures recherches relatives à la santé scolaire des préadolescents. Des études complémentaires s'avèrent nécessaires afin d'améliorer la connaissance de ce phénomène.

## Références

- Alami, N., Ahami, A. O. T., Badda, B., Latifi, M., & Fofana, L. (2012). *Burnout et anxiété en milieu scolaire*. Repéré à [www.epi.asso.fr/revue/articles/a1206d.htm](http://www.epi.asso.fr/revue/articles/a1206d.htm)
- Archimi, A., & Delgrande-Jordan, M. (2014). Vulnérabilité aux comportements à risque à l'adolescence: définition, opérationnalisation et description des principaux corrélats chez les 11-15 ans de Suisse. *Addiction suisse: rapport de recherche* 67, 1-43.
- Bask, M., & Salmela-Aro, K. (2012). Burned out to drop out: Exploring the relationship between School Burnout and School Dropout. *European Journal of Psychology of Education*, 28, 511-528. doi:10.1007/s10212-012-0126-5.
- Ciairano, S., Menna, P., Molinar, R., & Sestito, L. A. (2009). The relationships between perceived stress for the future and coping strategies in times of social uncertainty: A study of Italian adolescents. *Journal of Psychology and Counseling*, 1(1), 5-18.
- Cushman, S., & West, R. (2006). Precursors to College Student Burnout: Developing a Typology of Understanding. *Qualitative Research Reports in Communication*, 7(1), 23-31. doi:10.1080/17459430600964638.
- Gagné, M. E., Marcotte, D., & Fortin, L. (2011). L'impact de la dépression et de l'expérience scolaire sur le décrochage scolaire des adolescents. *Revue canadienne de l'éducation* 32(2), 77-92.
- Jordan, M. D., Kuendig, H., & Schmid, H. (2007). Stress scolaire, et symptômes somatiques et psychoaffectifs chroniques à l'adolescence. *Stress et trauma*. 7(3), 183-192.
- Lee, J., Puig, A., Kim, Y., Shin, H., Lee, J. H., & Lee, S. M. (2010). Academic Burnout Profiles in Korean Adolescents. *Stress and Health* 26, 404-416. doi:10.1002/smi.1312.
- Maslach, C., Schaufeli, W., & Leiter, P. (2001). Job burnout: New Directions in Research and intervention. *Group and Organizational Studies*, 14(1), 15-22.
- Meylan, N., Doudin, P. A., Cruchod, D., & Stephan, P. (2011). School burnout in adolescents: differences in background variables and exploration of school-related stress at the end of compulsory schooling. *Ricerche di Psicologia*, 4, 539-563. doi:10.3280/RIP2011-004006
- Moulds, J. D. (2003). Stress manifestation in high school students: an Australian sample. *Psychology in the Schools*, 40(4). doi:10.1002/pits.10093.
- Nikodijevic, A., Labrovic, J.-A., & Dokovic, A. (2012). Academic Burnout Among Students at Faculty of Organizational Sciences. *Journal for Theory and Practice Management*, 64, 47-53.
- Pépin Fillion, J. F. (1999). *Le coping chez les adolescents en difficulté d'adaptation et sa relation avec le risque suicidaire*. (Mémoire de maîtrise, Université du Québec). Repéré à <http://depot-e.uqtr.ca/3195/1/000664872.pdf>
- Persike, M., & Seiffge-Krenke, I. (2012). Competence in coping with stress in adolescents from three regions of the world. *Journal of youth and adolescence*, 41(7), 863-79. doi:10.1007/s10964-011-9719-6
- Plancherel, O., Bettschart, B., Bolognini, W., Dumont, M., & Halfon, M. (1997). Influence comparée des événements existentiels et des tracas quotidiens sur la santé psychique à la préadolescence. *Neuropsychiatrie Enfance, Adolescence*, 45(3), 126-138.
- Roeser, R. W., Eccles, J. S., & Sameroff, A. J. (2000). School as a context of early adolescents' academic and social-emotional development: a summary of research findings. *The Elementary School Journal*, 100(3), 443-471.

- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Pietikäinen, M., & Jokela, J. (2008a). Does School Matter? The Role of School Context in Adolescents' School-Related Burnout, *European Psychologist*, 13(1), 1-13. doi:10.1027/1016-9040.13.1.xxx
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., & Nurmi, J. (2008b). The role of educational track in adolescents' school burnout: A longitudinal study. *The British Psychological Society*, 663-689. doi:10.1348/000709908X281628.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J.-E. (2009a). School Burnout Inventory (SBI). *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48-57. doi:10.1027/1015-5759.25.1.48.
- Salmela-Aro, K., Savolainen, H., & Holopainen, L. (2009b). Depressive symptoms and school burnout during adolescence: evidence from two cross-lagged longitudinal studies. *Journal of youth and adolescence*, 38(10), 1316-27. doi:10.1007/s10964-008-9334-3.
- Schaufeli, W., & Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and practice: a critical analysis*. London: Taylor and Francis.
- Silvar, B. (2001). The syndrome of burnout, self-image, and anxiety with grammar school students. *Horizons of Psychology*, 10, 21-32.
- Torriani-Hammon, C., Delgrande-Jordan, M., & Haller, D.M. (2013). Etude HBSC 2010 sur les comportements de santé des jeunes adolescents: quelques données pour les praticiens. *Revue Médicale Suisse*, 9, 52-56.
- Zakari, S., & Bendahman, H., (2011). Syndrome d'épuisement scolaire et dépression à l'adolescence: étude qualitative auprès d'une vingtaine de lycéens français. *Les Collectifs du Cirp*, 2, 318-329.
- Zakari, S., Walburg, V., & Chabrol, H. (2008). Étude du phénomène d'épuisement scolaire, de la dépression et des idées de suicides chez des lycéens français. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 18(3), 113-118. doi:10.1016/j.jtcc.2008.06.005.

Dr phil. Myriam Squillaci  
 Département de pédagogie spécialisée  
 Université de Fribourg  
 St Pierre-Canisius 21  
 1700 Fribourg  
 myriam.squillaci@unifr.ch



M.A. Noémie Lacombe  
 Enseignante spécialisée  
 Université de Fribourg  
 noemie.lacombe@fr.educanet2.ch

