

Burnout et stratégies de coping

Une approche théorique
autour du métier d'enseignant en comparaison avec celui d'infirmier

Résumé

Le milieu de travail peut engendrer des sentiments positifs comme l'investissement et la satisfaction, mais aussi des sentiments négatifs, tels que le stress et l'épuisement professionnel, mieux connu sous le terme de burnout. Ce syndrome, caractérisé par le stress professionnel chronique, concerne les professionnels qui se trouvent en forte relation avec leurs clients et apparaît lorsqu'ils ne parviennent pas à utiliser des stratégies d'ajustement capables d'atténuer et de contrôler un tel effet. Notre travail traite des prédicteurs, des conséquences et en particulier des stratégies de coping utilisées par les enseignants face au burnout, tout en apportant un regard analytique par rapport aux infirmiers. A ce propos, nous allons discuter des enjeux, des similitudes et des spécificités autour de ces thématiques. Notamment, nous allons focaliser notre attention sur les caractéristiques favorisant et défavorisant la santé et le bien-être des deux catégories professionnelles analysées. De même, ce travail met l'accent sur les processus transactionnels qui s'activent entre le milieu du travail et le professionnel. En effet, l'adoption des stratégies de coping favorables à lutter contre le burnout dépend des caractéristiques contextuelles, mais aussi individuelles.

Mots-clés : Burnout, stratégies de coping, infirmier, enseignant, stress