

Le corps et la voix, pourquoi ?

Pour protéger le corps et la voix des enseignants dans leur métier, le SE-Unsa revendique :

- **l'intégration de la gestion de la voix et du corps à la formation initiale et continue des enseignants** comme par exemple l'utilisation de pratiques pédagogiques limitant l'utilisation de la voix ;
- **un accès régulier, remboursé, aux professionnels de la voix**, pour les enseignants ;
- **des effectifs limités à 25 élèves par classe ;**
- **un diagnostic d'insonorisation des salles de classe**, à mettre en œuvre avec les associations des collectivités territoriale et à prendre en compte dans les rénovations et constructions de bâtiments scolaires ;
- **un équipement des salles évitant la station debout prolongée** (tabourets hauts, mobilier adaptable) ;
- **une meilleure formation initiale et continue** pour faire face aux défis du métier d'enseignant : pédagogie différenciée, gestion de classe, des troubles d'apprentissage et du comportement ;
- **la rénovation des établissements scolaires** pour en faire des lieux de vie facilitant les apprentissages (des classes plus grandes, insonorisées, mieux agencées et mieux équipées) ;
- **une meilleure implication des équipes pédagogiques** dans l'autonomie des établissements et le développement du travail d'équipe reconnu dans le temps de service sur des temps dédiés.

CAS PRATIQUE

SIGNALER UN PROBLÈME AU CHSCT AVEC LE SE-UNSA ?

Imaginons la salle d'un enseignant, mal insonorisée (matériel des murs, plafond bas, pas assez de mobilier) qui résonne beaucoup, le brouhaha est énorme et à chaque cours, l'enseignant doit hausser la voix pour se faire entendre au-dessus du bruit des élèves, le travail en groupe est impossible. L'an dernier, en janvier, le collègue a été aphone pendant un mois et son docteur a dû lui prescrire un arrêt de travail. Le collègue a donc fait l'objet d'un arrêt de travail car il souffre au travail, c'est la responsabilité de l'employeur définie par le Code du travail de protéger la santé physique et mentale de ses employés. Une inscription au registre de Santé et Sécurité au travail (souvent conservé dans le bureau de l'intendant, la salle des profs ou le secrétariat) était possible pour signaler le problème en ces termes : ma salle est mal insonorisée, le bruit de la classe me fait forcer sur la voix et me rend aphone. Le chef d'établissement aurait alors été obligé de réagir et le CHSCT, où siège les représentants du SE-Unsa, aurait été alerté.



Le corps et la voix

NOS COORDONNÉES



se-unsa.org



se-unsa.org

Le corps et la voix, pourquoi ?

En classe, les enseignants doivent souvent hausser la voix et ils peuvent souffrir d'une fatigue vocale importante. Tout bruit susceptible de masquer partiellement la parole entraîne une élévation de la voix pour couvrir le bruit ambiant. Pour les élèves, le bruit est un facteur d'échec : on observe une baisse des performances des enfants exposés au bruit par rapport à des enfants non exposés voire un retard dans l'acquisition du langage⁽¹⁾.

D'autre part, quand le corps est marqué par l'activité professionnelle, en lien avec des situations de stress, on parle de troubles musculo-squelettiques (TMS). En 2005, une étude indiquait que 19,55 % des enseignants du secondaire pouvaient être concernés, par un syndrome du canal carpien au niveau du poignet (les corrections), ou des tendinopathies de l'épaule (écrire au tableau). Maladies multifactorielles à composante professionnelle, les TMS touchent les muscles, les tendons et les nerfs au niveau des articulations. De la même manière, le piétinement in-

cessant, la station debout prolongée peuvent aussi provoquer des problèmes dorsaux et veineux. Enfin, acouphènes et hyperacousie (intolérance à certains bruits) sont plus importants chez les enseignants que dans les autres métiers⁽²⁾.

(1) source : centre d'information

sur le bruit et la santé, guide bruit et santé

(2) source : étude de l'Institut danois du travail de 2002.

Les enseignants, le corps et la voix

La voix est essentielle à l'exercice de la profession d'enseignant, c'est un véritable outil professionnel. Les enseignants s'expriment plusieurs heures par jour dans un environnement bruyant, souvent mal insonorisé. Ce qui exige à la fois une utilisation et une élévation de la voix constantes, et peut entraîner l'apparition d'aphonie temporaire (extinctions de voix) et des maux de gorge fréquents.

L'apparition d'un trouble de la voix chez l'enseignant peut avoir un impact

bien plus important car il retentit sur la vie professionnelle et sociale de la personne, sur le mental, le physique, l'émotionnel et la communication.

Les problèmes vocaux surviennent plus fréquemment chez les enseignants que dans la population générale. Ainsi, aux États-Unis, la prévalence est d'environ 12 % chez les enseignants et 6 % chez les non-enseignants. Une étude finlandaise récente montre que la prévalence des symptômes vocaux chez les enseignants a significativement augmenté en 12 ans (1988- 2000). Elle croît avec l'âge, pour atteindre un maximum dans le groupe d'âge des 50-59 ans.

Certains types d'enseignement comportent un risque plus élevé (musique, sport, classes maternelles, primaires). Chez les enseignants, beaucoup de cordes vocales ne ferment plus très bien. Il faut se représenter les cordes vocales comme deux petits « silos »

placés à l'horizontal. La qualité de la voix dépend beaucoup de la tonicité et de la fermeture de ces bandelettes. Les enseignants, soumis à un stress important, contractent excessivement leurs cordes vocales. Cela provoque un relâchement musculaire, source de fuite d'air avec comme résultat une voix soufflée, des difficultés à monter dans les aigus et à parler fort, mais aussi le risque de développer un œdème au niveau des cordes vocales, ou bien des nodules ou un polype, surtout s'il y a un terrain tabagique. Il faudrait apprendre aux enseignants à protéger leur voix en s'échauffant (avant la rentrée notamment), en se modérant, en variant les situations de formation pour ne pas avoir à parler pendant de longues périodes ; en se désaltérant toute la journée.

