



PROCESSUS ÉMOTIONNEL ET ISSUES PSYCHOPATHOLOGIQUES D'ENSEIGNANTS BURKINABÈ À LA RETRAITE

Moussa OUEDRAOGO

Centre Universitaire de Kaya

Université Joseph KI ZERBO, Ouagadougou, Burkina Faso

ouedraogo.mousco@gmail.com

&

Luc SAWADOGO

Université Joseph KI ZERBO, Ouagadougou, Burkina Faso

&

Sébastien YOUNGBARÉ

Université Joseph KI ZERBO, Ouagadougou, Burkina Faso

Résumé : Dans un contexte perçu comme vulnérable à la personne en fin de carrière professionnelle nous tentons au travers de cette étude de comprendre les troubles anxieux et les processus émotionnels associés à la retraite chez les enseignants du post-primaire de la ville de Ouagadougou. La réalisation de cette étude procède d'une méthode d'étude de cas avec pour théorie de référence le modèle émotionnel de Philippot et Douilliez (2014). Les données ont été recueillies à l'aide de techniques d'entretien semi-directif, d'observation et d'échelles dont l'inventaire d'anxiété gériatrique et le mini international neuropsychiatrique interview. Les résultats indiquent une absence de troubles anxieux et révèlent un processus émotionnel positif marqué par des activités de loisirs et de distraction.

Mots-clés : Processus émotionnels, psychopathologie, retraite, enseignants, post-primaire, Ouagadougou.

EMOTIONAL PROCESSES AND PSYCHOPATHOLOGICAL OUTCOMES OF RETIRED BURKINABE TEACHERS

Abstract : In a context perceived as vulnerable to the person at the end of his professional career, we try through our study to understand the anxiety disorders and the emotional processes associated with retirement among post-primary teachers in the city of Ouagadougou. The realization of this study proceeds from the method of the case study with for reference theory the emotional model of P. Philippot et C. Douilliez (2014). The data were collected using semi-directive interview techniques, observation and scales including the geriatric anxiety inventory and the mini-international neuropsychiatric interview. The results indicate an absence of anxiety disorders and reveal a positive emotional process marked by leisure and distraction activities.

Keywords : Emotional processes, psychopathology, retirement, teachers, post-primary, Ouagadougou.

Introduction

Au soir de nombreuses années de vie professionnelle assidument menée, le travailleur en général fait valoir ses droits à la retraite conformément au code juridique auquel il est astreint et ce au travers du statut qui régit sa profession. La jouissance d'une période de retraite se veut le couronnement d'un processus qui lorsqu'il est bien mené passe nécessairement par une phase de préparation. La retraite, en réalité, se veut une transition majeure dans la vie de celui qui s'y adonne. Elle est le lieu d'une expérience concrète de réaménagement temporel, spatial et social. Cela peut être vécue d'une part comme une période de crise permanente avec des manifestations psychopathologiques, si le retraité ne trouve pas de solutions adaptatives acceptables. Et d'autre part, comme une période de libération et d'expression de plaisir.

Passage obligé pour tout travailleur, le retrait en fin de parcours professionnel est une étape indispensable avec des répercussions sur le retraité et ses proches. Elle se pose généralement comme un défi important sur le plan financier, social et émotionnel. La gestion économique et sociale des départs à la retraite variant d'un pays à un autre, les plans financiers et sociaux sont caractérisés respectivement par la réduction du revenu, du cercle d'amis et la séparation avec les collègues. Le plan émotionnel quant à lui est caractérisé par le sentiment de liberté et d'euphorie pour certains et un sentiment d'incertitude par rapport à l'avenir et de peur pour d'autres. En effet, le travail est une source de contact avec des personnes, des objets et des idées qui viennent nourrir la motivation personnelle. Le travail ayant occupé une place importante dans la vie de l'individu, ce dernier doit progressivement se détacher du rôle qui y est associé pour en adopter un nouveau au moment de la retraite.

En réalité, il subsiste quelquefois une sorte de paradoxe dans le vécu de la phase post-retraite qui pour certains travailleurs est perçu comme une cassure de lien débouchant sur des souffrances multiples et pour d'autres comme une continuité de phase de vie, d'épanouissement. Dans ce second cas, Béliveau (2003) à travers une étude exploratoire se donnant pour objectif d'identifier les stratégies et les processus d'adaptation pratiqués par les retraités précoces de l'enseignement nous édifie sur la question. À partir d'un échantillon de 8 sujets interviewés, il ressort 3 types de stratégies dont celles de type anticipation, de type travail et de type retraite. Les individus qui démontrent la plus grande facilité d'adaptation à l'événement semblent utiliser davantage les stratégies de type retraite. Chez ces derniers, la retraite se vit habituellement comme une transition de vie plutôt que comme une crise.

À contrario, le ressenti de la cassure de lien présage d'une impréparation, un manque d'anticipation quant à la fin de carrière. Cette situation interpelle à plus d'un titre car elle débouche sur des incertitudes dans l'adaptation du sujet retraité à sa nouvelle condition de vie. Elle donne lieu à des questionnements sur la qualité de vie du retraité, sur ses préoccupations socioéconomiques et psychoaffectives susceptibles de le plonger dans un état pathogène.



Ainsi, l'intérêt du présent travail est double et il s'exprime tant du point de vue social que scientifique. Sous l'angle social, cette étude vient rappeler à tous travailleurs, employeurs et décideurs la nécessité constante d'une prise de conscience absolue des exigences et enjeux d'une retraite professionnelle épanouie. En cela, elle s'attache à une mise en relief des dimensions socio-affectives et financières inhérentes à cette période de la vie afin que ceux-ci y compris les proches du retraité puissent en tenir compte.

Sur le plan scientifique, cette recherche se situe dans la continuité des auteurs Ugwu *et al* (2024) qui dans leurs travaux portant sur l'interaction entre l'anxiété liée à la retraite et la satisfaction de vivre militent en faveur de recherches continues, détaillées et culturellement actualisées afin de saisir pleinement les aspects multiformes de la retraite.

Au Burkina Faso, le phénomène de la retraite est dépeint par Gouba (2009) qui le considère comme une période de difficultés, de détérioration des relations, de problèmes de santé, de déséquilibre physique et psychique pour les retraités. Dans cette veine, la question générale que suscite notre démarche se pose en ces termes : Quels sont les troubles anxieux et les processus émotionnels associés à la retraite des enseignants du post-primaire de la ville de Ouagadougou ?

Dans une méta-analyse de 19 études, Ugwu *et al.* (2024) dans l'objectif d'examiner l'interaction entre l'anxiété liée à la retraite et la satisfaction de vivre concluent à l'existence d'une relation mixte entre la retraite et la satisfaction de vie. Ainsi, 32 % des études ont rapporté une relation positive, 47% étaient négatives et 21 % n'ont trouvé aucune corrélation significative. Tout en suggérant une absence d'impact cohérent de la retraite sur la satisfaction de vie, l'étude révèle une interaction complexe entre l'anxiété liée à la retraite et la satisfaction de vie, soulignant la nécessité de politiques de retraite holistiques qui englobent la santé mentale, l'intégration sociale et l'adaptabilité, en mettant l'accent sur la sensibilité culturelle.

Pour Froidevaux *et al.* (2022), l'anxiété liée à la retraite représente un défi majeur pour les travailleurs âgés qui ont des attentes et des préoccupations négatives quant aux conséquences de leur future retraite. Bien que des études antérieures suggèrent que la retraite est une transition liée à l'âge qui peut rappeler que la vie touche à sa fin, on sait peu de choses sur la façon dont la proximité subjective de la mort est liée à l'anxiété, de la retraite et sur le rôle de l'identification du groupe de travail comme condition limite. Ainsi, de leurs travaux impliquant un échantillon de 327 travailleurs israéliens âgés, il en résulte une association positive entre la proximité subjective de la mort et l'anxiété de la retraite. De plus, ils démontrent que la relation positive entre la proximité subjective du décès et l'anxiété à la retraite est plus importante chez les travailleurs âgés dont l'autodéfinition du groupe de travail et l'auto-investissement sont à la fois élevés ou faibles.

Quant aux auteurs Ujoatuonu *et al.* (2020), l'anxiété apparaîtrait bien avant la retraite. Ainsi, grâce à leurs travaux ils examinent le désengagement professionnel en fin de carrière et l'épanouissement au travail en tant que prédicteurs de l'anxiété avant la retraite chez 278 infirmières (61 hommes et 217 femmes) de 5 hôpitaux du sud-est du Nigéria dont la tranche d'âge varie entre 50 et 60 ans, avec un âge moyen de 55 ans. Les résultats des analyses ont montré que le désengagement professionnel en fin de carrière n'était pas un prédicteur de l'anxiété avant la retraite. De même, l'épanouissement au travail prédisait négativement l'anxiété avant la retraite, montrant que l'augmentation de l'épanouissement au travail était associée à une anxiété avant la retraite plus faible. Cela a montré que plus les infirmières nigérianes s'épanouissent au travail, moins il est probable qu'elles se sentent anxieuses avant la retraite. Des pratiques organisationnelles, des programmes et des politiques visant à faciliter l'épanouissement au travail, le désengagement en fin de carrière et l'épanouissement en préretraite devraient être mis en œuvre dans le secteur des soins de santé.

Au Burkina Faso, Gouba (2009) réalise une étude dont l'objectif concoure à montrer qu'au-delà des enjeux financiers, matériels et physiques les difficultés rencontrées par les retraités sont aussi d'ordre psychologiques et s'articulent autour de l'isolement affectif, la dépression, l'anxiété ou des troubles psychiques sévères comme la démence, la maladie d'Alzheimer.

L'échantillon de l'étude est composé de 109 retraités, dont 18 femmes et 91 hommes avec un âge compris entre 45 et 84 ans. Il en résulte que les travailleurs n'ayant pas préparé leur retraite la perçoivent négativement et souffrent de déséquilibre autant psychique que physique et de détérioration relationnelle. Cependant, les femmes ne perçoivent pas négativement la retraite contrairement aux hommes. Il ressort socialement que les retraités perçus comme, personnes ressources sont sollicités pour des événements sociaux (fiançailles, mariages, décès, résolutions de certains conflits conjugaux). Les résultats montrent également que la période de la retraite est pénible même pour les personnes qui ont eu une retraite normale (retraite non anticipée).

Dans une étude comparée entre 126 athlètes amateurs de haut niveau retraités et 278 autres encore actifs dont l'objectif consiste en la vérification de certaines conséquences physiques et psychologiques de la retraite, Grandisson (1997) montre que l'identité athlétique des retraités est inférieure à celle des athlètes actifs. Cependant, les analyses n'ont pas révélé de différence entre les 2 groupes sur la détresse psychologique. Toutefois, les athlètes retraités ont plus de symptômes de dépression, de sensibilité interpersonnelle, d'anxiété phobique et de paranoïa que les athlètes actifs. Il apparaît aussi que les femmes retraitées vivent plus de détresse psychologique que les hommes retraités. Les athlètes retraités consomment de l'alcool de façon régulière et en quantité plus élevée que ceux actifs. La retraite n'induit pas d'augmentation de la consommation de drogues. Finalement, les athlètes retraités



s'entraînent moins et ont une variation de poids et d'appétit comparativement à ceux actifs. Cette étude invite à une nouvelle vision et compréhension de ce que pourraient vivre les athlètes qui quittent le monde sportif.

L'ensemble des travaux ci-dessus, illustratifs des retentissements en matière de retraite professionnelle, nous enjoint à la formulation de l'objectif général de cette étude qui se décline de la manière suivante :

Explorer le vécu psycho-émotionnel des enseignants burkinabè du post-primaire à la retraite

Spécifiquement, il s'agit :

- d'identifier les troubles anxieux associés à la retraite chez les enseignants burkinabè du post primaire ;
- de relever les processus émotionnels associés aux troubles anxieux chez les enseignants burkinabè ;
- de repérer les facteurs socio-économiques et culturels associés aux troubles anxieux chez les enseignants burkinabè.

L'investigation suscitée par la préoccupation que revêt notre question générale de recherche recourt au modèle émotionnel de l'anxiété de Philippot et Douilliez (2014) comme cadre théorique d'interprétation. Ce modèle stipule que face à un événement nouveau, inhabituel subsiste un mécanisme de réajustement psychique après évaluation de la situation par le sujet. Ce processus susceptible d'endiguer tout débordement de l'appareil psychique appréhende l'anxiété à l'instar de l'émotion sous une triple dimension à savoir affective, cognitive et comportementale. Il obéit au principe de l'évaluation schématique sensori-motrice, de la tendance à l'action, des réponses comportementales, physiologiques et cognitives et du sentiment émotionnel.

1. Méthodologie

La méthodologie de l'étude s'articule autour de l'échantillonnage, du matériel utilisé, de la technique de traitement des données recueillies à travers l'analyse de contenu et des résultats.

1.1. Echantillonnage

L'échantillon de l'étude se compose de personnes retraitées de sexe masculin de l'enseignement du post-primaire de la ville de Ouagadougou. Le statut de retraité obéit à une retraite normale donc fixée selon l'âge inscrit dans le code du travail du Burkina Faso en fonction de la catégorie socioprofessionnelle. Cette retraite est comprise entre 1 et 10 ans afin d'observer les manifestations de l'anxiété dues au départ car avant les 6 mois, il peut s'agir d'un trouble de l'adaptation lié au changement de statut (DSM-V). En outre, dans le souci d'éviter des biais, le sujet ne doit pas être un ancien patient des services de santé mentale.

1.2. Matériel d'enquête

Le recueil des données s'est fait au moyen des techniques d'entretien et d'observation, d'échelles dont l'Inventaire d'Anxiété Gériatrique (GAI) ainsi que le Mini International Neuropsychiatrique Interview (MINI) version 5.0.0.

1.2.1. Guide d'entretien

Le guide d'entretien est du type semi-directif, du fait qu'il n'est pas libre ni totalement dirigé par les thématiques. Les thématiques suivantes ont été abordées : la famille, sa composition et sa dynamique, l'histoire personnelle du sujet, les événements marquants et son quotidien, les relations du sujet avec son environnement, les difficultés rencontrées pendant la retraite, les changements de vie pendant la retraite, les processus émotionnels. Ces thèmes résultent de notre question de recherche et des lectures sur des sujets concernant les personnes âgées.

Ces thématiques ont été élaborées dans le but de : Saisir le cadre familial dans lequel vit le sujet retraité et ses caractéristiques ; faire l'histoire de vie et repérer les événements marquants et leurs effets dans la vie du sujet retraité ; connaître les relations du sujet retraité avec son environnement (familial et professionnel) et apprécier les changements relationnels ; comprendre le vécu du sujet avec cette retraite et les processus émotionnels des troubles anxieux ; identifier les facteurs socio-économiques des troubles anxieux de la retraite sur le sujet.

1.2.2. Le dictaphone

De taille assez réduite et pratique pour la prise de notes, le dictaphone permet de recueillir et de stocker une grande quantité d'informations réutilisables pour les besoins de la recherche. Il favorise par ricochet des prises de notes et permet de maximiser l'attention sur les productions non verbales du sujet par l'observation attentive.

1.2.3. Inventaire d'Anxiété Gériatrique (GAI) et Mini International Neuropsychiatrique Interview (MINI) version 5.0.0

1.2.3.1. Inventaire d'Anxiété Gériatrique (GAI)

L'inventaire d'anxiété gériatrique de Pachana *et al.* (2007), est une échelle d'auto-évaluation, composée de 20 items qui mesurant l'anxiété chez les personnes âgées. Il est construit sous le format dichotomique (c'est-à-dire d'accord, pas d'accord) reflétant les différentes facettes de l'anxiété. Il met l'accent sur les aspects de l'inquiétude, la sensibilité à l'anxiété et la cognition à propos de l'anxiété. Sa forme dichotomique facilite son administration chez les personnes âgées, même celles ayant des difficultés légères de cognition. Un score plus élevé témoigne d'une anxiété plus élevée. Il présente des qualités métrologiques satisfaisantes avec une cohérence interne satisfaisante ($\alpha = .83$), une validité convergente adéquate ($r = .86$ avec des instruments



de mesure évaluant des concepts similaires ou reliés à l'anxiété), une bonne fidélité test-retest ($r = .85$) ainsi qu'une structure unifactorielle.

1.2.3.2. Mini international neuropsychiatrique interview (MINI) version 5.0.0

Elaboré par Sheehan, Lecrubier *et al.* (1997), le MINI est un outil d'entretien structuré de diagnostic permettant d'explorer les principaux troubles psychiatriques de l'axe I du DSM-4 de façon standardisée. Il diagnostique environ 17 troubles psychiatriques. Dans le contexte de cette étude, nous l'utilisons pour les troubles anxieux notamment : le trouble panique, l'agoraphobie, la phobie sociale et l'anxiété généralisée. Nous n'incluons ni le trouble obsessionnel compulsif encore moins l'État de stress post-traumatique car selon la nouvelle classification du DSM-5, ces 2 troubles ne sont plus classés comme troubles anxieux même s'ils gardent toujours leurs critères de diagnostic. La version française présente des qualités métrologiques satisfaisantes avec une fidélité test-retest renvoyant à des valeurs du coefficient kappa comprise entre 0,76 et 0,93 (Lecrubier *et al.*, 1997).

1.3. Techniques de traitement des données

1.3.1. Analyse de contenu thématique

Les données recueillies sont traitées par l'analyse de contenu thématique. La mise en œuvre de cette technique d'analyse de données verbales commence par une lecture attentive répétée de la retranscription écrite des explications fournis par le participant à propos des enchaînements qu'il a produits au cours de l'entretien. Cette lecture minutieuse permet de dégager fondamentalement 3 thèmes se rapportant au cycle de la retraite autour desquels s'organisent le discours des enquêtés :

« pré-retraite », « retraite », « post-retraite ». Ces 3 types de relation admettent chacun 3 tonalités : « contraignante », « normale ou ordinaire », « épanouissante ». Celles-ci s'apparentent ici aux sous-thèmes de thèmes précités.

Le premier thème intitulé « Vécu de la pré-retraite », recouvre l'ensemble des explications fournies par l'enquêté traitant de sa réalité professionnelle avant la retraite.

Le deuxième thème désigné par « Vécu de la retraite » englobe les propos du participant sur l'effectivité de sa prise de retraite.

Le troisième thème dénommé « Vécu de la post-retraite » intègre les explications fournies par l'enquêté traitant de sa réalité après la retraite.

Cette analyse se poursuit par l'attribution des différentes portions du discours des enquêtés aux catégories thématiques dégagées à partir des trois critères suivants :

- l'unité d'enregistrement ou de codage permet de décomposer le corpus en ces éléments unitaires. Nous choisissons ici comme unité de codage l'idée ;

- l'unité d'information ou de contexte sert à attribuer chaque unité d'enregistrement aux thèmes dégagés. Est considérée ici comme unité d'information une idée en rapport avec l'un des thèmes décrits précédemment ;
- l'unité de numération sert à la quantification des différentes thématiques à partir de leur fréquence d'apparition dans les propos des participants. La fréquence d'un thème correspond au nombre de fois qu'une idée relative à ce thème est évoquée dans l'ensemble du protocole d'entretien d'un participant.

1.3.2. *Echelles d'évaluation*

1.3.2.1. Inventaire d'Anxiété Gériatrique (GAI)

Pour le GAI, le seuil optimal est de 10/11. Ce seuil classe correctement 83 % des patients avec une sensibilité de 75 % et une spécificité de 84 %. Le score seuil clinique doit être supérieur ou égal 10 pour prouver l'existence de troubles anxieux.

1.3.2.2. Mini international neuropsychiatrique interview (MINI) version 5.0.0

Toutes les questions posées doivent être cotées. La cotation se fait à droite de chacune des questions en entourant, soit OUI, soit NON en fonction de la réponse du patient. L'enquêteur doit s'être assuré que chacun des termes formulés dans la question ont bien été pris en compte par le sujet dans sa réponse et en particulier, les critères de durée, de fréquence, de sévérité et les spécificités. Il ne doit pas hésiter à reprendre tout ou partie des termes de la question avec le sujet. En cas de doute, cotez NON.

1.4. *Présentation des cas Antigone et Théo*

1.4.1. *Présentation du cas Antigone*

Enseignant de collègue dans les disciplines mathématiques et physique-chimie, Antigone, prénom d'emprunt, a 63 ans a fait valoir ses droits à la retraite depuis 2020 et réside dans la ville de Ouagadougou. Il est marié au régime monogamique et père de 3 enfants dont la benjamine est à présent en classe de terminale. Il ajoute que pour avoir été le seul de la famille élargie à réussir à l'école, il avait à charge tous les autres membres de celle-ci.

Pendant longtemps unique enfant de la famille, Antigone a eu une enfance très épanouie marquée par l'apprentissage de la chasse et la pratique des travaux champêtres dont il en garde encore quelques souvenirs.

Il retient comme évènement marquant de son parcours son mal de main droite à 2 jours de son examen du CEP le contraignant à écrire de la main gauche. Il dit avoir été victime des rivalités et de la jalousie des autres membres de sa grande famille vue qu'il était le seul enfant qui connaissait le succès à l'école. Par ailleurs, son militantisme syndical, malgré les acquis engrangés (paiement immédiat des indemnités de



correction des copies d'examen et des heures supplémentaires) lui a valu 3 affectations successives n'obéissant pas au nombre d'années requises par la loi.

Au titre des événements marqués positivement et ayant suscités la joie d'Antigone se dénote son admission au CEP et son succès à l'entrée en 6^e malgré ses déboires à la main à 2 jours de l'examen. A l'exception de quelques conflits avec certains membres de son entourage, qu'il juge normal, les relations entretenues à l'enfance par Antigone étaient sans difficultés majeures.

De son dévouement au travail, il retient qu'il faut le faire avec rigueur et discipline tant dans la classe qu'au niveau de l'administration. Il a toujours pris son travail avec amour et passion, même si ses positions au niveau syndicale lui valaient quelques sanctions inavouées. En plus des cours dispensés, Antigone a occupé un poste administratif en tant que Directeur de collège pendant 15 années marqué par de bonnes collaborations et d'engagements professionnels. « Sur le plan du travail, j'ai eu de très bonnes relations avec mes collègues. J'ai collaboré avec les collègues dans la discipline ».

De ces années dans le domaine de l'enseignement, il se sentait mal à chaque fois qu'il avait des résultats jugés insatisfaisants. Il dit se sentir coupable et traumatisé par l'échec d'un élève et les mauvais résultats aux examens. Aussi affirme-t-il : « cela me marque beaucoup et c'est pour tout ça que je ne retourne pas enseigner ».

S'agissant de la retraite, il y a accédé à la fin de l'année 2020. Celle-ci ne l'a pas surpris car il dit l'avoir préparée. Cette préparation a consisté à réunir, avant l'heure, tous les actes nécessaires rentrant dans le processus de sa retraite professionnelle.

Relativement au vécu de cette période de retraite, Antigone dit n'éprouver aucune pression ni anxiété qui du reste était liées aux évaluations et aux notes des élèves. Dans cette logique, il mène une activité d'élevage lui permettant d'éviter au maximum les activités de réflexion intense. Une telle initiative, selon lui, le tient à l'abri de l'anxiété que favorise la pression des classes. « On m'a sollicité pour donner des cours et j'ai refusé. Mon travail, c'est de m'occuper de ma volaille et à 5h30, je suis à la mosquée. Je me sens toujours en forme », surenchérit-il.

Les difficultés rencontrées par Antigone sont beaucoup plus d'ordre financières du fait de la maigreur de sa pension de retraite. Cependant, cette insuffisance de ressource est compensée par ses 2 filles déjà insérées professionnellement. « J'ai 3 enfants dont la benjamine en classe de terminale. J'arrive à lui fournir avec l'aide de ses sœurs déjà dans la vie active ce dont elle a besoin », confirme-t-il.

En plus de s'adonner chaque fois à son sport matinal, il dit être, pour le moment, à l'abri de problèmes de santé et qu'en dehors du mois de jeûne, il s'y adonne 2 fois par semaine.

Les activités ne nécessitant pas trop de réflexion à l'instar de l'enseignement sont au centre du projet de vie d'Antigone. Aussi, privilégie-t-il l'élevage de volaille à domicile. Pour lui, l'enseignement se veut exigeant pour celui qui s'en préoccupe

véritablement car nécessitant une préparation préalable avec des efforts d'anticipations sur les attentes des apprenants d'où l'utilité de se hisser à une certaine hauteur de compétence. Les raisons exactes du refus d'Antigone de renouer avec l'enseignement à l'instar de certains retraités transparaissent à travers la pénibilité des corrections des copies due au rythme de lenteur lié à l'âge et une crainte des éventuelles mauvaises notes susceptible de l'affecter.

1.4.2. *Présentation du cas Théo*

Théo, prénom d'emprunt est un enseignant d'anglais au parcours atypique. D'abord enseignant du primaire, il fut ensuite comptable du même ministère avant de terminer enseignant du post-primaire et secondaire. Il est âgé de 66 ans et marié au régime polygamique.

Né en Côte-D'Ivoire (CI), les souvenirs heureux de Théo sont entre autres son inscription à l'école car il était l'un des enfants étrangers de sa localité à y être, son admission au Concours Élémentaire Primaire (CEP), son inscription au Collège, ses meilleurs résultats durant son parcours.

De retour au Burkina Faso, il s'installe pour la première fois à Bobo-Dioulasso où il échoue une première fois au BAC qu'il réussit plus tard à Ouagadougou. Quant à sa trajectoire professionnelle, il fut d'abord enquêteur forestier et ensuite enseignant du primaire.

De comptable au sein de son Ministère de base vu qu'il avait fait quelques stages dans ce domaine, il devient enseignant d'anglais. S'étant fixé pour objectif l'obtention d'un Doctorat, il acheva prématurément et avec amertume son parcours universitaire en année de maîtrise en raison de quelques affectations dont il fut l'objet.

En ce qui concerne les souvenirs l'ayant affecté douloureusement, il évoque ses difficultés à valider la classe de seconde et celles relatives à la préparation de ses cours au tout début de sa carrière d'enseignant du primaire. A celles-ci s'ajoutent les affectations qui ont été vécues comme des entraves à la poursuite de ses études universitaires en maîtrise. Ses relations de travail étaient bonnes en général, cependant, il souligne, à ses débuts, certaines altercations avec ses collègues du primaire.

Pour Théo, l'enseignement c'est d'abord une vocation et à chaque fois qu'il fait un travail, il cherche à le parfaire. Ainsi, lorsqu'il était au primaire, il a élaboré une méthode d'enseignement facilitant l'assimilation des apprentissages aux apprenants. Sa méthode fut recette à tel point qu'elle était appréciée de certains de ses collègues. Il produisit, comme le mentionne-t-il, des documents qu'il écoulait aussi rapidement : « j'avais produits 1000 exemplaires mais en 6 mois tout était fini ». Relativement à son emploi il y éprouve une grande satisfaction liée surtout aux succès de ses élèves et dit ne rien regretter. Cependant, il déprécie la reproduction illégale de ses œuvres littéraires par certains acteurs et le non-paiement de ses droits d'auteur.



C'est en fin 2017, à 60 ans, que Théo parti à la retraite conformément aux textes en vigueur. Ayant un profil de comptable, il s'était évertué à calculer, en guise d'anticipation, son âge de départ ainsi que ses indemnités.

Après avoir fait valoir ses droits à la retraite, Théo constate en termes de changement une consolidation de lien à l'entourage qui lui voue un respect considérable en étant à ses petits soins. Il prétend avoir réduit son train de vie à l'essentiel et n'enregistre pas de difficultés majeures hormis la perte de quelques proches dont il reconnaît avoir fait le deuil.

S'agissant de ses projets, il s'emploie au jardinage et à sa ferme. Selon lui, c'est mieux de s'y consacrer afin de montrer à ceux qui partent à la retraite que c'est une période de distraction et un temps où il faut se libérer des contraintes et des exigences du métier qu'on a pratiqué pendant 30 ans environ.

2. Résultats de l'étude

Les techniques d'exploration des cas étudiés conjuguant l'analyse de contenu issue des différents entretiens et les scores des échelles du GAI et du MINI nous édifie sur la situation de quelques enseignants du post-primaire à la retraite de la ville de Ouagadougou. Ainsi notre travail relève les éléments d'informations sur le cadre familial et ses caractéristiques, l'histoire de vie, les événements marquants et leurs répercussions, les relations entretenues avec l'environnement familial et professionnel ainsi que les changements, la compréhension du vécu de la retraite, les processus émotionnels et les facteurs socio-économiques de certains retraités.

Le GAI indique chez Antigone un score de 2 sur 20 et les items concernés sont : « j'anticipe toujours le pire » et « je me sens souvent fragile ». Ce score est inférieur au score optimal (10) qui témoigne d'une présence d'anxiété. Nous concluons à une absence d'anxiété chez le sujet en question. Le MINI, lui aussi, atteste d'une absence de troubles anxieux chez Antigone car des 4 troubles anxieux (trouble panique, agoraphobie, phobie sociale et anxiété généralisée) il n'en souffre d'aucune. Ces résultats constatés chez Antigone sont similaires à ceux de Théo même si chez ce dernier 5 items du GAI (11- « Il arrive que mes propres pensées suscitent de l'anxiété chez moi. », 12- « J'ai mal au ventre à cause de mes inquiétudes », 15- « je me sens souvent fragile », 19- « Je rate des occasions parce que je m'inquiète trop » et 20- « je me sens souvent bouleversé(e) ») ont été cotés « d'accord ». Ce score de 5 au GAI est inférieur au score optimal qui est supérieur ou égal à 10.

Le style vestimentaire de Antigone était adapté à son âge. Le ton utilisé, les réponses, la posture pendant l'entretien ne montre pas de signe de perturbation ou d'inquiétude chez lui. Il était à l'aise lors des entretiens. Les gestes, les mimiques n'évoquent pas de quelconque souci par rapport aux questions et aux réponses données. Il vit une retraite épanouie. Nous n'avons pas observé de la nervosité, de la peur, de l'évitement, de l'irritabilité chez lui lors des entretiens.

Contrairement à une réalité peu reluisante de la période de retraite chez certains travailleurs, ceux de notre étude vivent leur retraite sans troubles anxieux dans un processus émotionnel positif fondé sur des activités de loisirs, de distractions et une intensification des relations familiales.

Il ressort, en outre, un sentiment de joie, de libération et de satisfaction des retraités à l'étude qui professent à l'unisson que la période de retraite est synonyme de repos et de distraction.

Antigone tout comme Théo ne manifestent pas de troubles anxieux en ce sens que la retraite n'est pas, pour eux, une source de trouble, ils s'adaptent à leur nouvelle vie. Selon le processus émotionnel de Philippot et Douilliez (2014) à 5 dimensions dont la première est l'évaluation de la nouveauté attestée par la présence d'un événement nouveau, s'identifie chez ces sujets à l'étude par le phénomène de la retraite.

La deuxième dimension, correspondant à l'évaluation de la valence ramenant à la valeur de l'événement nouveau, se fonde en la retraite dont ils ont, tous les deux, une évaluation positive. Antigone de même que Théo, considèrent la retraite comme une libération des contraintes professionnelles. Chez le premier, elle soustrait le retraité de la préparation des cours, la correction des devoirs, des compositions des sujets d'évaluation et des relations conflictuelles avec sa hiérarchie dues à sa vie syndicale qui d'ailleurs lui a valu, entre autres, 3 affections successives la même année. Chez le second en outre, elle le libère de l'encadrement, sans son consentement, des stagiaires.

Ces évaluations positives de la retraite sont en congruence avec les objectifs de liberté consistant à se consacrer du temps et à profiter pleinement du reste de sa vie.

L'anticipation dont ils ont fait montre à travers la préparation préalable de leur dossier d'admission à la retraite et même du calcul des indemnités de départ par Théo car jouissant de compétences en matière de comptabilité atteste d'une parfaite maîtrise et connaissance des délais quant à leurs départs. Cette capacité correspond à la troisième dimension du processus émotionnel de Philippot et Douilliez (2014) se rapportant à l'évaluation du rapport aux buts, qui se veut l'évaluation du rapport entre ce qui se passe dans la vie du sujet et ses objectifs.

La quatrième dimension en tant qu'évaluation du potentiel de maîtrise détermine quels types de réponses sont possibles lors d'un événement et quelles conséquences découleront des différentes options disponibles. Ainsi, les activités de loisirs et de distraction passent chez Antigone par l'élevage de volailles, le sport, les voyages afin d'améliorer son quotidien et son bien-être. Quant à Théo, elles s'articulent autour de la gestion de sa ferme, la musique par le jeu de piano, la rédaction de poèmes et de manuels d'apprentissage de l'anglais dédiés aux élèves.

La dernière dimension du processus émotionnel est celle de l'évaluation de l'accord avec les normes donc de la norme sociale. La retraite chez Antigone et Théo est perçue comme un accomplissement de soi, un repos mérité, un temps de liberté. La



taille, la stabilité et l'ambiance familiale leur permet de mieux gérer aussi leurs ressources émotionnelles et économiques, vu qu'ils ont certains enfants qui travaillent et qui leur viennent en aide. Avec ses poèmes, Théo est membre du Bureau Burkinabè du Droit d'Auteur (BBDA). Tous ces éléments, sources d'adaptation générant un processus émotionnel positif réduisent la présence de symptômes inducteurs de troubles anxieux.

3. Discussion des résultats

Les conclusions de notre recherche n'aboutissent pas à une mise en évidence de trouble psychopathologique notamment de troubles anxieux associés à la retraite. Elles ne présentent non plus de graves difficultés observables affectant le vécu de la retraite chez les enseignants du post-primaire étudiés. Cette réalité peut être due aux difficultés relationnelles avec la hiérarchie rencontrée par chacun des enseignants pendant le temps du service et aux exigences du travail. D. Alaphilippe *et al.* (2001) soutiennent que ceux qui ont été malmenés ou bien ont eu des difficultés avec leur hiérarchie au cours de l'activité professionnelle manifestent moins de craintes. En effet, les sujets étudiés perçoivent la retraite comme un temps de libération des contraintes et des exigences du milieu professionnel car leur travail était jalonné de difficultés et contraintes administratives.

Ces résultats corroborent ceux obtenus par Galais (2003) qui affirme que la cessation de l'activité professionnelle est souvent associée à un temps de libération des contraintes, et une expression du plaisir et de désir chez ces derniers. Cette perception du plaisir et de la liberté engendre une évaluation positive de la situation de retraite et par conséquent, des émotions positives. L'absence de difficultés importantes et de troubles témoigne d'une préparation certaine favorisant l'adaptation à la retraite. Pour eux, la retraite n'a pas été un événement « surprise » dans leur vie. Ce qui rejoint les résultats de Béliveau (2003) qui montrent que certains retraités acceptent le changement et se tournent vers des nouveaux centres d'intérêts.

Les résultats de notre étude confirment également en partie les travaux de Mercier et Rhéaume (2017) qui postulent que pour rester actif dans la vie, les retraités s'investissent dans les relations familiales, amicales et dans les activités de loisirs.

Les difficultés financières ressenties par nos sujets d'étude les obligeant à développer des initiatives qui suppléent à leur baisse de revenus confirment le travail de Galais (2003) qui soutient que la retraite est souvent source de difficulté financière pour ces derniers. Dans cette même logique de pénibilité, Gouba (2009), en plus des difficultés financières, atteste d'une détérioration des relations, d'un déséquilibre psychique et physique chez les retraités.

Les résultats de notre étude montrent aussi des discordances avec d'autres études citées dans la littérature. Chez Arbus (2017), la retraite professionnelle

déstabilise une majorité de retraités, met certains en difficulté et peut être la cause d'un véritable traumatisme.

De même, Grandisson (1997) souligne que la retraite entraîne une baisse de l'identité personnelle, de l'anxiété phobique, de la consommation en grande quantité et de façon régulière de l'alcool.

Pour Froidevaux *et al.* (2022), l'anxiété de la période de retraite chez travailleurs âgés israéliens est liée à l'effroi de la mort suscité par le vieillissement rappelant que la vie touche à sa fin.

Quant aux auteurs Hyde *et al.* (2004) la retraite a traditionnellement été considérée comme le début de la vieillesse. Il a été décrit comme une expulsion obligatoire du marché du travail et considéré comme marquant la transition vers une période de mauvaise santé et de pauvreté.

Les auteurs Ugwu *et al.* (2024) notent une absence d'impact cohérent de la retraite sur la satisfaction de vie. Ils révèlent une interaction complexe entre l'anxiété liée à la retraite et la satisfaction de vie, soulignant la nécessité de politiques de retraite holistiques qui englobent la santé mentale, l'intégration sociale et l'adaptabilité, en mettant l'accent sur la sensibilité culturelle.

L'analyse des études montre que la retraite qui est une période de cessation de l'activité professionnelle est une période de grands changements dans la vie du retraité tant sur le plan économique, social, physique que psychologique. Elle peut être une source de souffrance pour le retraité, si ce dernier ne parvient pas à s'adapter à sa nouvelle vie. Parmi les souffrances que peut vivre le retraité, nous pouvons citer la dépression, la consommation permanente ou en grande quantité de l'alcool et les troubles anxieux.

Conclusion

Dans cette recherche, nous avons étudié les troubles anxieux et les processus émotionnels en association avec la retraite chez les enseignants du post-primaire dans la ville de Ouagadougou.

Les objectifs étaient d'identifier les troubles anxieux associés à la retraite, de relever les processus émotionnels associés aux troubles anxieux et d'identifier les facteurs socio-économiques et culturels associés aux troubles anxieux chez les enseignants du post primaire à la retraite dans la ville de Ouagadougou.

L'étude a été menée en privilégiant une méthode basée sur l'études de cas auprès de 2 enseignants retraités du post-primaire de la ville de Ouagadougou dispensés d'antécédents psychiatriques. Les résultats qui en découlent montrent que les sujets ne souffrent pas de troubles anxieux et s'adaptent bien à la retraite. Ils ont un



sentiment subjectif positif qui s'accompagne du soutien émanant de leur environnement (épouses, enfants, entourages, amis et anciens collègues) constituant d'ailleurs sur le plan psychosocial un élément déterminant pour le bien-être psychologique des retraités.

Il ressort en outre que le travail constituait une source d'anxiété et de stress au regard du type de relations entretenues avec la hiérarchie et reposant sur le vécu des contraintes administratives et pédagogiques pendant le service. Cette acception se justifie dans leur conception de la retraite comme un temps de repos, de libération et de distraction s'exprimant entre autres par le refus de faire la vacation dans les lycées privés à l'instar de quelques-uns de leurs collègues retraités.

Nonobstant l'absence de troubles anxieux chez les cas étudiés, il subsiste en raison de pension modeste qui correspond à la réduction du salaire au tiers, des difficultés économiques se soldant par une modification du train de vie mais celles-ci n'engendrent pas de souffrance significative.

En somme, une telle étude contribue à lever un coin de voile sur la psychopathologie du vécu de la retraite dans un contexte où le retraité de manière générale se doit de survivre aux contingences qui assaillent son univers de vie marqué parfois de troubles et de difficultés non constituant de véritables freins à son épanouissement.

Les limites de cette recherche sont consubstantielles à l'approche fondée sur l'étude de cas réduit à l'exploration de 2 situations impliquant des enseignants retraités du post-primaire. En termes de perspective, il conviendrait, à travers une approche mixte, d'étendre une telle étude à un échantillon beaucoup plus large de retraités. Cette démarche aura pour avantage de cerner toute la complexité du vécu de la vie du retraité autant chez les sujets de sexe féminin que masculin, de même que chez ceux de différentes catégories socioprofessionnelles (cadre, cadres moyens, exécutants) et de différents régimes de retraite (retraite anticipée versus retraite normale).

Références bibliographiques

- Alaphilippe, D., Gana, K., & Bailly, N. (2001). Le passage à la retraite : craintes et espoirs. *Connexions*, (2), 29-40.
- Arbuz, G. (2017). Vécu psychologique et enjeux du départ à la retraite. *Nouvelle revue de psychosociologie*, 23(1), 57-70. <https://www.cairn.info/revue-nouvelle-revue-de-psychosociologie-2017-1-page-57.htm>.
- Béliveau, A. M. (2004). *Processus et stratégies d'adaptation à la retraite chez les retraités précoces de l'enseignement*. National Library of Canada= Bibliothèque nationale du Canada, Ottawa.
- Froidevaux, A., Bergman, Y. S., & Segel-Karpas, D. (2022). Subjective nearness-to-death and retirement anxiety among older workers: A three-way interaction with work group identification. *Research on Aging*, 44(9-10), 770-781. doi:10.1177/01640275221079023. Epub 2022 Mar 28. PMID : 35344459.

- Gouba, M. (2009). Vies de retraités au Burkina Faso : Vécu et moyens d'adaptation. [Mémoire de Maitrise non publié]. Université de Ouagadougou.
- Grandisson, A. (1997). Conséquences physiques et psychologiques de la retraite chez des athlètes amateurs de haut niveau. [Mémoire de Maitrise non publié]. Université de Laval.
- Hyde, M., Ferrie, J., Higgs, P., Mein, G., & Nazroo, J. (2004). The effects of pre-retirement factors and retirement route on circumstances in retirement: findings from the Whitehall II study. *Ageing & Society*, 24(2), 279-296. doi:10.1017/S0144686X03001624.
- Lecrubier, Y., Sheehan, D. V., Weiller, E., morim, P., Bonora, I., Sheehan, K. H., ... & Dunbar, G. C. (1997). The Mini International Neuropsychiatric Interview (MINI). A short diagnostic structured interview: reliability and validity according to the CIDI. *European psychiatry*, 12(5), 224-231.
- Pachana, N. A., Byrne, G. J., Siddle, H., Koloski, N., Harley, E., & Arnold, E. (2007). Development and validation of the Geriatric Anxiety Inventory. *International psychogeriatrics*, 19(1), 103-114.
- Philippot, P., & Douilliez, C. (2014). 2. Émotion, cognition et comportement : apport des modèles émotionnels à la compréhension de l'anxiété. In *Les troubles anxieux* (pp. 6-17). Lavoisier.
- Rexand-Galais, F. (2003). *Psychologie et psychopathologie de la personne âgée*, Vuibert.
- Ugwu, L. E., Ajele, W. K., & Idemudia, E. S. (2024). Paradox of life after work: A systematic review and meta-analysis on retirement anxiety and life satisfaction. *PLOS Global Public Health*, 4(4), e0003074. doi: 10.1371/journal.pgph.0003074. PMID: 38573992; PMCID: PMC10994353.
- Ujoatuonu, I. V., Okafor, C. O., Kanu, G. C., Chibuogu, U. F., & Anene, C. C. (2020). Late Career Work Disengagement and Thriving at Work as Predictors of Pre-Retirement Anxiety among Nigerian Nurses. *Nigerian Journal of Psychological Research*, 16(2), 104-110