Document généré le 18 avr. 2024 04:59

Revue de psychoéducation

Le burnout chez les étudiants universitaires et ses liens avec l'ouverture émotionnelle

Burnout among university students and its relationship with emotional openness

Philippe A. Genoud et Michaël Reicherts

Volume 37, numéro 2, 2008

URI : https://id.erudit.org/iderudit/1097002ar
DOI : https://doi.org/10.7202/1097002ar

Aller au sommaire du numéro

Éditeur(s)

Revue de Psychoéducation

ISSN

1713-1782 (imprimé)
2371-6053 (numérique)

Découvrir la revue

Citer cet article

Genoud, P. A. & Reicherts, M. (2008). Le burnout chez les étudiants universitaires et ses liens avec l'ouverture émotionnelle. *Revue de psychoéducation*, *37*(2), 227–244. https://doi.org/10.7202/1097002ar

Résumé de l'article

Cette étude examine les liens entre le traitement affectif – selon le modèle des Dimensions de l'Ouverture Emotionnelle (DOE, Reicherts, 2007) – et les trois composantes du burnout auprès d'un échantillon d'étudiants universitaires. Les résultats des analyses de régressions linéaires indiquent qu'une part importante de l'épuisement émotionnel (selon le concept de burnout développé par Maslach et Jackson, 1986) peut être prédit à partir des divers facteurs du questionnaire DOE, notamment la représentation cognitive, la communication et la régulation des émotions. Des parallèles sont fait avec les recherches postulant que la personnalité joue un rôle dans l'explication des différences interpersonnelles au sujet du burnout ressenti. Les résultats soulignent l'implication du fonctionnement émotionnel du sujet dans le burnout et fournissent une validation croisée de la structure tri-dimensionnelle du Maslach Burnout Inventory (MBI) adressée à des étudiants.

Tous droits réservés © La Corporation de la Revue Canadienne de Psycho-Éducation, 2008

Ce document est protégé par la loi sur le droit d'auteur. L'utilisation des services d'Érudit (y compris la reproduction) est assujettie à sa politique d'utilisation que vous pouvez consulter en ligne.

https://apropos.erudit.org/fr/usagers/politique-dutilisation/

Cet article est diffusé et préservé par Érudit.

Érudit est un consortium interuniversitaire sans but lucratif composé de l'Université de Montréal, l'Université Laval et l'Université du Québec à Montréal. Il a pour mission la promotion et la valorisation de la recherche.

https://www.erudit.org/fr/

Revue de psychoéducation
Volume 37, numéro 2, 2008, 227-244

Le burnout chez les étudiants universitaires et ses liens avec l'ouverture émotionnelle

Burnout among university students and its relationship with emotional openness

P. A. Genoud[1]
M. Reicherts[1]

1. Université de Fribourg
   Département de
   Psychologie

Correspondance :
Dr Philippe A. Genoud
Université de Fribourg
Département de Psychologie
Rue Faucigny 2
CH - 1700 Fribourg

Tél. ++41 26 300 75 49
Fax. ++41 26 300 97 67
philippe.genoud@unifr.ch

Résumé

Cette étude examine les liens entre le traitement affectif – selon le modèle des Dimensions de l'Ouverture Emotionnelle (DOE, Reicherts, 2007) – et les trois composantes du burnout auprès d'un échantillon d'étudiants universitaires. Les résultats des analyses de régressions linéaires indiquent qu'une part importante de l'épuisement émotionnel (selon le concept de burnout développé par Maslach et Jackson, 1986) peut être prédit à partir des divers facteurs du questionnaire DOE, notamment la représentation cognitive, la communication et la régulation des émotions. Des parallèles sont fait avec les recherches postulant que la personnalité joue un rôle dans l'explication des différences interpersonnelles au sujet du burnout ressenti. Les résultats soulignent l'implication du fonctionnement émotionnel du sujet dans le burnout et fournissent une validation croisée de la structure tri-dimensionnelle du Maslach Burnout Inventory (MBI) adressée à des étudiants.

Mots-clés : burnout, ouverture émotionnelle, traitement affectif, étudiants

Abstract

This study addresses the relations between emotional processing – according to the model of Dimensions of Openness to Emotions (DOE, Reicherts, 2007) – and the three components of burnout in a sample of university students. The results of linear regression analyses reveal that an important part of emotional exhaustion (according to Maslach's concept of burnout; Maslach & Jackson, 1986) can be predicted by the DOE factors, in particular Cognitive representation, Communication, and Regulation of Emotions. Parallels are drawn with studies postulating that personality factors play a role in the explanation of interpersonal differences in burnout symptoms. Results highlight the implication of emotional functioning in burnout, and provide a cross-validation of the three-dimensional structure of the Maslach Burnout Inventory (MBI) intended for students.

Key-words: burnout, emotional openness, affect processing, students

Introduction

C'est en 1974 que Freudenberger propose le terme de burnout pour décrire des symptômes de fatigue, de frustration et d'épuisement observés chez des volontaires travaillant auprès d'une institution accueillant des toxicomanes. On peut noter quelques années plus tard – et aujourd'hui encore – un foisonnement de publications sur ce thème, dont la caractéristique commune à la quasi-totalité d'entre elles est que leurs auteurs font référence au modèle proposé par Maslach et ses collaborateurs (Maslach & Jackson, 1981, 1986; Maslach, Jackson & Leiter, 1997). Ces auteurs ont développé parallèlement un questionnaire, le *Maslach Burnout Inventory* (MBI), dans lequel on retrouve la structure tridimensionnelle du burnout. L'*Epuisement émotionnel* constitue la composante centrale considérée également comme le dénominateur commun des différentes définitions de ce syndrome. Cet épuisement est vécu par le sujet comme un sentiment que ses ressources émotionnelles et motivationnelles sont consumées et qu'il ne lui est plus possible de s'investir dans son travail. A cela s'ajoutent des comportements de *Dépersonnalisation* (ou déshumanisation) par lesquels le travailleur s'éloigne des autres, se montre froid, distant, voire cynique. Ce retrait social touche aussi bien les éventuels clients que les collègues ou d'autres personnes de l'entourage. La troisième composante concerne quant à elle la diminution du sentiment d'*Accomplissement personnel*. Se voyant incapable de faire face à la demande, le sujet développe une tendance à s'auto-évaluer négativement, tant dans son travail que dans ses relations avec les autres.

Le burnout chez les étudiants

Si l'on considère le burnout comme un type de réponse voire un syndrome spécifique lié à une situation de stress répétitif, on peut alors le concevoir comme touchant également la population estudiantine. Le développement des premières recherches dans des champs professionnels clairement délimités ainsi que l'utilisation prédominante du MBI (dont certains items sont définis en termes d'interaction avec des « clients ») expliquent certainement l'intérêt limité pour le burnout dans d'autres populations. Néanmoins, la publication du MBI-GS (General Survey; Maslach, Jackson & Leiter, 1997) apporte des opportunités de mesurer le burnout dans des activités professionnelles « without direct personal contact with service recipients or with only casual contact with people » (p. 208). En ce sens, le burnout peut être conçu comme un état d'épuisement – sans référence directe à la source de ce sentiment complexe, comprenant à la fois aspects cognitifs, affectifs et corporels – dans lequel la Dépersonnalisation (appelé également « cynisme ») reflète alors l'attitude distante du sujet, son indifférence, voire son « désengagement » vis-à-vis d'autrui.

Alors que quelques recherches ciblées sur les étudiants s'avèreront être en fait menées par exemple auprès de sujets effectuant des stages professionnels (Gold, 1984; Gold, Bachelor & Michael, 1989), d'étudiants exerçant une activité rétribuée (Chang, Rand & Strunk, 2000), d'étudiants occupant des fonctions de

conseillers ou de superviseurs (Hardy, 1998), peu nombreuses sont celles qui se focalisent sur des étudiants en situation d'études, malgré la présence d'une abondante littérature scientifique sur le stress des étudiants universitaires (*e.g.* Chambel & Curral, 2005).

On relèvera cependant la recherche de Fimian, Fastenau, Tashner et Cross (1989) qui, dans le développement d'un outil évaluant le stress scolaire, utilisent une version adaptée du MBI (avec ses trois composantes), ainsi qu'une échelle basée sur le Tedium Measure de Pines, Aronson et Kafry (1981) permettant de donner également un score d'épuisement émotionnel, mais aussi d'épuisement mental et physique. Auprès d'un échantillon d'élèves de 10 à 17 ans, les auteurs relèvent des corrélations fortes entre les deux outils mesurant le burnout, et modérées (mais significatives) avec les diverses mesures de stress. Ces constatations indiquent donc une proximité des deux entités (stress et burnout) qui possèdent toutefois leurs spécificités (Genoud, Brodard & Reicherts, *in press*).

Avec un large échantillon d'étudiants universitaires provenant de trois pays européens, Schaufeli, Martínez, Marques Pinto, Salanova et Bakker (2002) testent les liens entre le burnout (échelle adaptée du MBI-GS) et l' « engagement », défini comme un état positif dans l'accomplissement du travail caractérisé par l'énergie, l'application et la concentration. Les matrices de corrélations indiquent des liens faibles à modérés (-.20 à -.30) entre les dimensions du burnout et celles de l'engagement. A nouveau, la structure tridimensionnelle du MBI est confirmée (cette fois-ci à l'aide d'équations structurales), mais le burnout se distingue clairement des autres concepts mesurés (coefficients de corrélations faibles avec l'engagement, le dévouement ou d'autres mesures encore) et ne pourrait donc pas être défini comme un déficit ou une insuffisance au niveau de l'engagement des étudiants.

Conséquences et variables concomitantes

Si l'on part du postulat que le burnout peut être présent dans une frange de la population estudiantine et que les symptômes associés sont similaires (à savoir Epuisement émotionnel, Dépersonnalisation et diminution du sentiment d'Accomplissement personnel), on peut alors raisonnablement s'attendre à des conséquences négatives comparables à celles observées chez les travailleurs. Cependant, la distinction n'est pas toujours facile à faire entre les variables pouvant être considérées comme des conséquences du burnout et les variables dites « concomitantes » (Lee & Ashforth, 1996), problème apparaissant tant sur un plan méthodologique que conceptuel. De plus, certains facteurs peuvent entrer dans un cercle vicieux ; résultant au départ de l'épuisement émotionnel, ils renforcent par la suite ce sentiment chez le sujet et favorisent le maintien du burnout. Notons encore que l'articulation même des composantes du burnout est soumis à controverse (Golembiewski & Muzenrider, 1988 ; Leiter & Maslach, 1988).

Indépendamment de la mise en exergue des différents types de variables associées au burnout, et dans une tentative de proposer des analogies entre

travailleurs et étudiants, on peut relever un certain nombre de variables qui possèdent des liens plus ou moins forts avec les dimensions du burnout. De nombreux chercheurs mettent particulièrement en évidence la baisse des performances et de l'efficacité chez les sujets présentant un épuisement émotionnel élevé tant chez des enseignants (Friedman, 2000 ; Lackritz, 2004) que dans d'autres catégories professionnelles (Wright & Bonnett, 1997 ; Toppinen-Tanner, Kalimo & Mutanen, 2002 ; Demerouti, Verbeke & Bakker, 2005), et même chez les étudiants (Garden, 1991). Certains travaux relèvent également des taux d'absentéisme élevés ainsi qu'une plus forte propension à vouloir quitter ou changer de travail (Jackson & Maslach, 1982 ; Firth & Britton, 1989 ; Hallberg & Sverke, 2004). D'autres encore soulignent les liens entre le burnout et la santé, en examinant par exemple les problèmes cardiovasculaires, les douleurs psychosomatiques tels que maux de tête, d'estomac, des problèmes d'insomnie, tout comme la diminution du bien-être général (Languirand, 1989; Cox, Kuk & Leiter, 1993; Schaufeli & Bakker, 2004; Melamed, Shirom, Toker, Berliner & Shapira, 2006; Hakanen, Bakker & Schaufeli, 2006). On mentionnera aussi les corrélations entre le burnout et l'épuisement physique, la consommation d'alcool et de drogues ou les problèmes relationnels par exemple (Maslach et al., 1997).

Antécédents : les facteurs situationnels, interpersonnels et personnels

Parmi les nombreuses études empiriques publiées, menées dans des contextes très divers, les tentatives visant à mieux comprendre le phénomène du burnout et son étiologie sont courantes. On trouve généralement, de manière conjointe ou séparée, la prise en compte de variables prédictrices relatives à la personne, à son entourage relationnel ou à sa situation professionnelle particulière. Là encore, les plans expérimentaux transversaux des recherches peinent à distinguer les variables strictement antécédentes des variables concomitantes. Dans une note reprenant quelques réflexions au sujet des recherches menées sur le burnout sous l'intitulé « *What predicts burnout ?* », Shirom (2005, p. 265) soulève la question des variables explicatrices. Sans vouloir hiérarchiser les différentes causes possibles, nous reprenons ci-dessous quelques éléments permettant de mieux comprendre les différents niveaux d'influence.

Au niveau situationnel, on constate clairement que certaines catégories professionnelles sont davantage exposées au burnout. Les conditions dans lesquelles l'individu exerce son métier ainsi que la charge de travail objective sont à même de générer un stress plus ou moins important. Pour ce qui est du burnout, les professions d'aide (infirmières, travailleurs sociaux, etc.) apparaissent les plus exposées (Cordes & Dougherty, 1993). L'épuisement touche en effet principalement le sentiment de ne pas pouvoir répondre à une demande importante, provenant avant tout des clients. Mais les études ne se sont pas limitées à ce type de professions. Peu à peu, le champ a été élargi aux professions des services (policier, vendeur, enseignant, etc.) pour lesquelles le contact avec une « clientèle » reste une composante importante (par exemple De Heus & Diekstra, 1999). La prévalence particulière du syndrome du burnout dans toutes ces métiers met tout d'abord en

évidence l'importance du stress généré par des contacts sociaux répétés comme dénominateur commun, mais également l'impact différentiel des situations professionnelles. Il ne faut cependant pas perdre de vue, d'une part, que la majeure partie des recherches s'est focalisée sur ce type de professions, et d'autre part, que les facteurs de personnalité peuvent expliquer simultanément – et en partie du moins – le choix de la profession et la réponse au stress perçu.

Pas directement lié à la situation de travail, mais faisant tout de même partie du contexte du sujet, le soutien social a fait l'objet d'un certain nombre de recherches plus ciblées (Koniarek & Dudek, 1996). L'appui des collègues, de la hiérarchie, de la famille ou des amis a été alors considérée comme variable permettant d'atténuer le sentiment d'épuisement émotionnel (*e.g.* Etzion, 1984 ; Prins et al., 2007).

Cependant, la situation et les autres facteurs contextuels ne sont pas seuls à jouer un rôle. Al'intérieur d'une même catégorie professionnelle, et même dans le cas de deux collègues soumis à des contraintes et des ressources externes similaires, on peut relever des réponses différentes (Cordes & Dougherty, 1993). Ces constatations ont donné lieu à un large spectre de recherches ayant pour but de mettre en évidence les facteurs individuels (tels que traits de personnalité, estime de soi, genre, âge) susceptibles d'expliquer le développement ou non d'un burnout. Schaufeli et Enzmann (1998) relèvent plus de cent études dans lesquelles les chercheurs font des liens entre le burnout et différentes variables en lien plus ou moins étroit avec la personnalité.

Dans les recherches actuelles, on retrouve également différentes démarches ayant pour objectif principal de mettre en évidence l'influence de la personnalité sur les composantes du burnout. La cohérence des résultats est parfois difficile à faire apparaître puisque les instruments utilisés peuvent s'avérer relativement différents (Zellars, Perrewé & Hochwarter, 2000). Cependant, on peut constater des résultats récurrents qui mentionnent le lien entre instabilité émotionnelle ou « névrosisme » et Epuisement émotionnel. Par exemple, Langelaan, Bakker, Doornen et Schaufeli (2006) relèvent que les individus présentant un burnout peuvent être clairement caractérisés par un score de névrosisme élevé (mesuré avec le NEO-FFI). Cano-García, Padilla-Muñoz et Carrasco-Ortiz (2005) rajoutent à l'influence du névrosisme celle de l'introversion, ainsi que le rôle de l'agréabilité comme facteur modérateur (un score élevé a un effet protecteur, un score faible peut rendre l'individu vulnérable). On trouve aussi chez Bakker, Van der Zee, Lewig et Dollard (2006) des analyses de régression indiquant que l'instabilité émotionnelle – que l'on peut rattacher au névrosisme dans la structure du Big Five – est le meilleur prédicteur de l'Epuisement émotionnel. Finalement, auprès d'un échantillon d'étudiants, Jacobs et Dodd (2003) suggèrent que le tempérament négatif (à rattacher également au névrosisme) prédispose au burnout.

Si les liens entre les facteurs de personnalité (dont le névrosisme) et le stress ont déjà été établis par un certain nombre de recherches (*e.g.* Fontana & Abouserie, 1993), on peut aborder ceux qui les lient au burnout. Dans un modèle intégratif de la

personnalité (congruent avec les différentes subdivisions proposées par divers auteurs) le névrosisme est articulé avec ce que l'on appelle *« negative emotionality »* (Watson, Clark & Harkness, 1994, p. 26). Ceci est à rapprocher du concept de burnout décrit comme un état émotionnel ayant pour composante principale un épuisement émotionnel ressenti par le sujet (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Autrement dit, le vécu émotionnel de l'individu (et la manière d'appréhender ce vécu) est à même d'expliquer des différences individuelles dans le développement du burnout. Certaines études vont du reste dans ce sens en analysant les liens entre le burnout et le type de réactions émotionnelles face à des comportements d'hostilité (Mitchell & Hastings, 2001).

Objectifs de la recherche

Tandis que différentes variables représentant le stress vécu sont bien étayées dans la littérature relative au burnout, les variables explicatives, notamment celles correspondant aux processus de faire face au stress (« *coping* »), au traitement des émotions (« traitement affectif » ou « *emotion processing* ») y compris aux stratégies de régulation des émotions (Grandey, Dickter & Sin, 2004) sont moins bien élaborées. Malgré la difficulté de clarifier la distinction entre variables concomitantes et résultantes (voire antécédentes) et la problématique des cercles vicieux dans l'évolution du burnout, on peut supposer que les comportements cognitifs, expressifs et interactionnels jouent un rôle crucial dans la modification du vécu affectif (Gross, 2007) et des expériences susceptibles (avec un potentiel) de déclencher le burnout.

De manière générale, nous attendons comme caractéristiques de ces processus un certain appauvrissement du vécu, une représentation cognitive/conceptuelle moindre des états affectifs – notamment ceux liés aux situations à la source du burnout – et une régulation des émotions (notamment affect « *repair* ») restreinte. Un tel fonctionnement présente des caractéristiques qui décrivent plus spécifiquement les processus en lien avec certaines variables décrivant la personnalité, comme par exemple le névrosisme, l'émotionalité négative (Genoud, Rossier & Reicherts, 2005).

L'objectif principal de cette recherche est donc de tester, auprès d'un échantillon d'étudiants universitaires, les relations entre l'ouverture émotionnelle et les trois composantes du burnout. L'ouverture émotionnelle (Reicherts, 1999, 2007) peut être définie comme un pattern de dimensions caractérisant le traitement émotionnel de la personne, en termes de « méta-émotion » (représentation subjective de son propre fonctionnement émotionnel). Les recherches récentes articulées autour de ce concept ont pu démontrer de nombreux liens avec les facteurs de personnalité (Genoud et al., 2005), avec le traitement affectif dans des situations expérimentales (Reicherts, 2005), mais ont également mis en évidence ses implications cliniques (Reicherts, Casellini, Duc & Genoud, 2007).

Plus spécifiquement, nous posons l'hypothèse que la manière dont les individus gèrent leurs émotions est en lien avec leur niveau d'Epuisement

émotionnel ressenti. L'étude étant exploratoire, nous souhaitons pouvoir mettre en évidence les variables de l'ouverture émotionnelle susceptibles d'expliquer une part de variance significative sur les trois composantes du burnout selon Maslach. Cependant, sur la base des recherches menées jusqu'à présent, nous pouvons nous attendre à ce que la première composante du burnout (l'Epuisement émotionnel) présente des liens négatifs avec une représentation cognitive des différents états affectifs basse (difficulté à distinguer, reconnaître et nommer ses états, y compris les évaluations de la situation ou « *appraisals* »), avec une expression et communication des émotions (difficulté à exprimer, montrer, partager avec autrui), ainsi qu'avec la régulation des émotions (difficulté à atténuer, reporter, réévaluer les émotions fortes ou négatives). Les prédictions concernant les deux autres composantes sont moins explicites, mis à part le lien entre la réduction de la communication émotionnelle et la Dépersonnalisation. Plus globalement encore, les liens concernant l'Accomplissement personnel devraient être inversés.

Méthodologie

Participants et passation

L'ensemble des étudiants francophones inscrits en première et deuxième année à l'Université de Fribourg (N=1294) ont été sollicités par courrier électronique afin de répondre de manière anonyme aux différents questionnaires en ligne (sur Internet). Nous observons un taux de réponse de 21.5% (N=278), ce qui est relativement bas. Ceci s'explique par plusieurs éléments. Tout d'abord, le taux de réponse de données récoltées par le biais du courrier électronique est systématiquement plus faible que celui réalisé avec une démarche papier-crayon (Couper, Blair & Triplett, 1999), ceci d'autant plus que les adresses électroniques font souvent l'objet de messages non sollicités (*spam*), que le questionnaire est long et qu'il n'est pas directement présent dans le message (on demande au participant d'y répondre sur Internet). De plus, la période de passation a été choisie intentionnellement proche des sessions officielles d'examens et l'on pouvait donc *a priori* s'attendre à un grand pourcentage de non-réponses. Toutefois, on constate que la répartition dans les différentes facultés s'approche fortement des pourcentages calculés sur l'ensemble des étudiants de l'Université de Fribourg. Sans la prétention d'être représentatif de la population estudiantine universitaire, cet échantillon permet par conséquent d'explorer les différents liens postulés sur la base de données que l'on peut espérer fiables. En effet, Joinson (1999) souligne le caractère plus sincère des récoltes de données réalisées par Internet. L'échantillon se compose de 66% de femmes et 34% d'hommes et la moyenne d'âge est de 22.2 ans (E.T.=3.9).

Le choix délibéré d'une passation en fin d'année académique s'est fait afin de cibler une période objectivement chargée, caractérisée non seulement par une accumulation de travail en vu des examens, mais présentant aussi des incertitudes génératrices de stress et de frustration, incertitudes dues également aux changements de curriculum. Si Jacobs et Dodd (2003) constatent qu'il n'y a pas plus de burnout en fin d'année que durant d'autres périodes, leur procédure de passation

repose également sur une base volontaire et on peut raisonnablement envisager un biais d'échantillonnage (Aviv, Zelenski, Rallo & Larsen, 2002; Zelenski, Rusting & Larsen, 2003) dans leur échantillon comme dans le nôtre.

Instruments

Le questionnaire mettant en évidence les Dimensions de l'Ouverture Emotionnelle (DOE, Reicherts, 1999, 2007) propose 36 énoncés que le sujet évalue sur une échelle de Likert (de 0 « pas du tout » à 4 « extrêmement »). Les dimensions sont : (1) La représentation cognitive et conceptuelle (REPCOG) des états mentaux et corporels en terme d'émotions, d'humeurs ou d'affects distincts et différenciés ; (2) la communication et l'expression des émotions (COMEMO) envers autrui, l'ouverture au niveau social concernant ses propres émotions ; (3) la perception des indicateurs et phénomènes corporels internes (PERINT) qui caractérisent ou accompagnent les émotions (*e.g.* l'activité cardiovasculaire, respiratoire, gastro-intestinale) ; (4) la perception des indicateurs émotionnels externes (PEREXT) qui transparaissent à l'extérieur (*e.g.* expression faciale, activité motrice, posture, tensions musculaires) ; (5) la régulation et le contrôle du processus émotionnel (REGEMO), comprenant des activités et capacités de contrôler (diminuer, augmenter), reporter ou atténuer ses émotions et états affectifs, et ceci aux niveaux cognitif, corporel et social ; et une dimension supplémentaire (6) les restrictions normatives du vécu émotionnel (RESNOR) concernant la résonance affective générale et les échanges sociaux. Le tableau 1 ci-après reprend chaque dimension avec un exemple d'item ainsi que le coefficient de consistance interne moyen (alpha de Cronbach ; Cortina, 1993). Pour évaluer la reproductibilité des structures factorielles, nous avons calculé dans deux échantillons récents (N=435 ; N=251) l'indice de Tucker (Lorenzo-Seva & Ten Berge, 2006 ; Abdi, 2007) qui se base sur une comparaison des matrices de saturations. Cet indice de congruence (pouvant varier entre -1 et +1) se monte à .93, indiquant par conséquent une très bonne cohérence des deux solutions factorielles. Les indices CFI (Comparative Fit Index) calculés sur les deux échantillons séparément lors des analyses factorielles confirmatoires (réalisées à l'aide du logiciel AMOS ; Arbuckle & Wothke, 1999) produisent également des résultats comparables (.92 et .95).

Le burnout a été mesuré à l'aide d'une version adaptée du Maslach Burnout Inventory (Maslach & Jackson, 1986). La formulation des items s'est faite sur la base de deux traductions francophones de l'instrument, adaptées à des populations différentes (enseignants, Dion & Tessier, 1994 ; personnel soignant, Canouï & Mauranges, 2004) tout en gardant une attention particulière à la version originale de l'outil. Les items ont été adaptés à notre population estudiantine et nous avons remplacé – de manière similaire aux formes alternatives de l'outil (Maslach et al., 1997) – certains termes en fonction du contexte d'utilisation. En particulier, le terme « travail » a été substitué par « études », et le terme « client » par les termes « enseignants » et « camarades », ce qui a augmenté le nombre d'items de 21 (version originale) à 27 (version utilisée). La dénomination des trois composantes est restée identique à la version de base du MBI (Epuisement émotionnel, Dépersonnalisation, Accomplissement personnel).

Tableau 1. Dimensions de l'Ouverture Emotionnelle (DOE)

Dimensions / échelles		Nombre d'items	Exemple	Alpha
REPCOG	Représentation cognitive et conceptuelle	7	Je distingue bien les états dans lesquels je me trouve.	.82
COMEMO	Communication et expression des émotions	7	Je fais volontiers part aux autres de mes émotions, même désagréables.	.82
PEREXT	Perception des indicateurs externes	6	Mon humeur se voit à travers mes comportements et mes expressions.	.77
PERINT	Perception des indicateurs internes	5	Mes sentiments forts sont accompagnés de réactions corporelles internes.	.72
REGEMO	Régulation des émotions	6	J'arrive à atténuer mes émotions, même dans des situations difficiles.	.76
RESNOR	Restrictions normatives du vécu émotionnel	5	J'aimerais qu'il soit plus facile dans notre société d'exprimer ses sentiments.	.73

Afin de ne pas alourdir la procédure, nous avons opté pour la passation d'une seule variante de l'instrument relative à une mesure de fréquence, comme les auteurs de l'outil le proposent à partir de la deuxième édition de leur manuel. La mesure d'intensité semble en effet être très proche de la mesure de fréquence (Cordes & Dougherty, 1993) et n'apporter que peu de différences dans les scores finaux. De plus, la variante « fréquence » corrèle plus fortement avec d'autres mesures du burnout (Stout & Williams, 1983).

L'analyse factorielle (ACP avec rotation varimax) réalisée sur l'ensemble des données indique un « *scree plot* » sur lequel on voit apparaître clairement (critère de Cattell) trois facteurs qui expliquent 43% de variance : Epuisement émotionnel (25% de variance expliquée), Accomplissement personnel (10%) et Dépersonnalisation (7%). Ce dernier facteur présente un coefficient alpha (voir tableau 2) légèrement inférieur au seuil de .70. Ceci s'explique par deux raisons principales : premièrement, et comme mentionné plus haut, cette composante est secondaire pour les étudiants qui sont certes en interaction avec d'autres personnes (enseignants et camarades) mais dont la qualité des relations n'est pas déterminante pour la réussite de leurs études (par opposition à une interaction qui se veut « active » dans les professions enseignantes ou celles du domaine de la santé) ; deuxièmement, le mélange des interlocuteurs dans les items rend la cohérence interne de l'échelle plus faible (mais en augmente sa validité de contenu). On retrouve dans les recherches concernant le burnout chez les étudiants des valeurs similaires (voir tableau 2), bien que l'on n'utilise pas la même version de l'instrument (les autres recherches étant toutes anglophones).

Tableau 2. Coefficients de consistance interne (alpha de Cronbach)

Etude	A	B	C	D	E
Epuisement émotionnel	.84	.86	.86	.86	.78
Dépersonnalisation / Cynisme	.67	.63	.63	.71	.82
Accomplissement personnel	.75	.72	.76	.77	.71

A : Présente recherche

B : Powers & Gose (1986)

C : Fimian, Fastenau, Tashner, & Cross (1989)

D : Jacobs & Dodd (2003)

E : Schaufeli, Martínez, Marques Pinto, Salanova, & Bakker (2002)

La différence marquée des alphas (étude E dans le tableau) de Schaufeli et al. (2002) s'explique aisément par une conception de l'échelle « cynisme » quelque peu différente des autres recherches mentionnées. C'est en effet une version adaptée (*le Maslach Burnout Inventory - Student Survey*) qui est utilisée et dont les items décrivent un éloignement ou une distanciation des études et non des individus (enseignants ou camarades). De plus, l'instrument utilisé se déclinait en trois versions : hollandaise, espagnole et portugaise.

En ce qui concerne les corrélations calculées entre les trois composantes, nous trouvons des valeurs plus élevées pour celles concernant l'Accomplissement personnel, par rapport aux résultats publiés dans d'autres recherches (Fimian et al., 1989 ; Jacobs & Dodd, 2003). Les composantes présentent dans notre échantillon des liens légèrement plus forts indiquant ainsi des patterns plus homogènes au niveau du burnout. De plus, si l'on compare les scores obtenus par les hommes et les femmes séparément, aucune différence significative n'apparaît sur les trois composantes, résultat tout à fait semblable à ce que Jacobs et Dodd indiquent dans leur échantillon d'étudiants universitaires.

Les premières analyses effectuées avec cet instrument adapté à la population estudiantine (structure et homogénéité des échelles) ne sont pas suffisantes à une validation complète de l'outil. Toutefois, la robustesse du modèle heuristique original (Maslach & Jackson, 1981), l'analyse de diverses adaptations et traductions de l'outil et leur comparaison avec notre adaptation donnent une certaine pertinence aux mesures effectuées.

Résultats

Pour comprendre l'articulation de l'ouverture émotionnelle avec le ressenti du burnout, nous avons effectué des analyses de régressions linéaires permettant alors, de manière exploratoire, de mettre en évidence la valeur explicative de l'ouverture émotionnelle au syndrome du burnout. Pour cette procédure statistique, tous les étudiants de notre échantillon n'ont pas été pris en compte. En effet, une

petite partie d'entre eux (N= 28) n'ont pas répondu aux deux questionnaires, et deux individus ont été écartés (présentant des valeurs légèrement supérieures dans les scores des distances de Cook et de Mahalanobis, considérées comme critères préalables à cette analyse multivariée). Une analyse visuelle des diagrammes des résidus permet d'affirmer qu'il n'y a aucune violation des modèles au niveau de la linéarité, de la normalité et de l'hétéroscédasticité.

Les analyses indiquent que les dimensions du DOE prédisent de manière significative le burnout. Le tableau 4 présente les Beta standardisés ainsi que les coefficients de détermination ajustés (R^2). Les trois analyses proposent des modèles permettant de prédire de manière significative les composantes du burnout : Epuisement émotionnel, $F_{(5,242)}=24.57$, $p<.01$, Dépersonnalisation, $F_{(5,244)}=9.13$, $p<.01$ et Accomplissement personnel, $F_{(5,243)}=17.55$, $p<.01$.

Tableau 3. Coefficients Beta des régressions linéaires

	Epuisement émotionnel	Dépersonnalisation	Accomplissement personnel
REPCOG	-.19 **	-.22 **	.22 **
COMEMO	-.27 **	-.24 **	.31 **
PERINT	.28 **	.16 *	.16 *
PEREXT	-.06	.09	-.02
REGEMO	-.30 **	.06	.31 **
RESNOR	.13 *	.09	-.06
R	.65	.37	.57
$R^2_{\text{ajusté}}$	.40	.11	.30

* p < .05 / ** p < .01

Les coefficients de corrélation multiple présentés dans le tableau 3 indiquent des liens marqués entre ouverture émotionnelle et burnout. Les patterns présentés pour les trois analyses de régression présentent une bonne cohérence, particulièrement pour les variables les plus significatives. Même si la Dépersonnalisation est la composante du burnout la plus difficile à prédire à partir des facteurs du DOE, elle comporte tout de même des poids Beta significatifs pour trois facteurs. Ces mêmes coefficients apparaissent avec des valeurs très substantielles pour les deux autres composantes, permettant ainsi une compréhension de l'articulation entre le traitement émotionnel de la personne et son ressenti relatif au syndrome tridimensionnel du burnout.

Discussion

Au niveau des facteurs du DOE qui saturent de façon élevée, on trouve premièrement la régulation des émotions (REGEMO) – notamment dans le sens du « *mood repair* » – qui intervient tant dans l'Epuisement émotionnel que dans l'Accomplissement personnel. La difficulté qu'un individu peut avoir à réguler ses émotions, à en différer l'impact, voire à les atténuer va jouer un rôle très important dans le développement du burnout (cf. l'importance générale de la régulation des émotions ; *e.g.* Gross, 2007 ; Eisenberg & Spinrad, 2004). Ne possédant pas suffisamment de ressources pour gérer les émotions – généralement engendrées par des situations stressantes se produisant de manière répétée – il risque effectivement d'être plus rapidement épuisé qu'un de ses pairs dans un contexte similaire. Cette capacité de pouvoir gérer les émotions est aussi logiquement en lien avec l'auto-évaluation de son efficacité et des ses propres capacités vis-à-vis de son travail (Accomplissement personnel). La saturation sur la deuxième composante (Dépersonnalisation) n'est pas significative dans nos analyses ; nous l'expliquons par le fait que ce facteur reflète plus l'aspect interactionnel du burnout alors que REGEMO – dans le DOE – souligne un processus essentiellement interne de gestion et de contrôle des émotions. Ce lien apparaît plus clairement dans une conception plus interpersonnelle de la régulation des émotions (Reicherts, Genoud, Maggiori, 2007 ; Rimé, 2005).

La communication et expression des émotions (COMEMO) est une variable qui présente des poids Beta marqués pour les trois composantes du burnout. Etre capable d'exprimer et de partager avec autrui ses émotions et sa vie affective semble donc agir comme un facteur protecteur du burnout (*e.g.* Rimé, 2005). C'est certainement pour les individus une manière de désamorcer les conflits qui sont générateurs de stress, ou plus simplement de faire part d'une charge de travail perçue comme trop écrasante. De la même manière qu'un manque de soutien social a des effets directs sur le burnout (Prins et al., 2007), une difficulté à rechercher ce soutien par la communication de ses états affectifs semble jouer un rôle dans l'épuisement ressenti. Komiya, Good et Sherrod (2000) soulignent d'ailleurs le frein que peut jouer le style émotionnel des individus (en l'occurrence des étudiants) sur la recherche d'aide et de soutien. De plus, le facteur COMEMO corrèle positivement avec l'Extraversion (Genoud et al., 2005), ce qui permet de comprendre également son lien avec la Dépersonnalisation en raison d'un retrait social.

Les scores relatifs à la perception des indicateurs émotionnels internes (PERINT) peuvent trouver une double interprétation. D'un côté, le fait de se tourner vers les réactions corporelles internes et d'y prêter une attention particulière peut être générateur de stress. Ressentir fortement ses émotions par le biais du rythme cardiaque ou respiratoire par exemple peut occasionner un épuisement plus rapide qu'une émotion plus « intellectualisée ». D'un autre côté, le fait de se sentir épuisé peut amener l'individu à être plus préoccupé par son état physique. En ce sens, PERINT deviendrait alors une variable concomitante au burnout, comme on l'observe dans ses liens avec les troubles psychiques (Reicherts et al., 2007). En ce

qui concerne les poids Beta relatifs aux deux autres composantes (Dépersonnalisation et Accomplissement personnel), ils sont d'une part plus faibles que les autres mais aussi plus difficilement interprétables. Une contre-validation du modèle devrait être faite afin de s'assurer de la présence effective de la significativité de ces coefficients.

La dimension PEREXT (perception des indicateurs émotionnels externe) ne présente quant à elle aucun lien significatif avec les composantes du burnout. Alors que la communication des émotions décrit un comportement délibéré pour exprimer ses états affectifs, PEREXT joue un rôle beaucoup plus passif (perception que l'expression faciale ou la posture par exemple reflètent les émotions). Il s'agit donc d'un facteur qui ne possède ni les caractéristiques des processus plus internes (tels que REGEMO ou PERINT), ni tout à fait celles relatives aux aspects interpersonnels (COMEMO dans ce modèle ou Extraversion dans les facteurs de personnalité).

Relativement proche de la régulation des émotions (en terme d'aptitudes et compétences liées aux émotions), la représentation cognitive et conceptuelle (REPCOG) touche les trois composantes du burnout. La capacité – cette fois-ci relative à la compréhension des états affectifs et de ses « déclencheurs » – semble protéger du burnout. A l'inverse, un déficit dans cette capacité pourrait rendre l'étudiant plus vulnérable à des émotions dont l'origine lui paraîtrait *a priori* peu claire. Si l'on compare les saturations avec celles de REGEMO, on peut relever ici un coefficient significatif sur la composante Dépersonnalisation. En examinant l'articulation des facettes du DOE, la corrélation entre la communication des émotions (COMEMO) et REPCOG est positive (r=.20). Ce lien, bien que faible, est à comprendre dans le sens que la représentation de ses émotions est un préalable à leur expression vis-à-vis d'autrui et que, par conséquent, elle inclut la possibilité pour l'individu de les verbaliser (Reicherts, 2007). Ce dernier a donc besoin de se représenter ses états affectifs pour pouvoir les communiquer aux autres. Avoir des difficultés à distinguer et conceptualiser ses propres émotions peut alors créer une certaine distance, voire un désengagement dans la relation avec les autres.

Finalement, et de manière plus anecdotique, les restrictions normatives de l'ouverture émotionnelle (RESNOR) n'ont qu'un faible lien explicatif sur l'Epuisement émotionnel. Ce lien – qu'il faudrait encore confirmer par une nouvelle recherche – indique que l'individu qui se montre insatisfait ou contraint par des normes sociales relatives à l'expression de l'affectivité (« *emotion work* ») ont tendance à ressentir plus d'épuisement émotionnel (Zapf, Seifert, Schmutte, Mertini, & Holz, 2001).

Conclusion

L'analyse de l'articulation entre burnout et ouverture émotionnelle comprend des construits hypothétiques de type et de niveau différents. Tandis que le burnout est plutôt à concevoir comme un état d'une certaine durée (plus ou moins prolongée ; par exemple comparable à un épisode dépressif), les variables de l'ouverture émotionnelle sont à considérer comme des traits. Toutefois, à la différence des traits

de personnalité (comme le névrosisme ou l'extraversion), ces traits s'appuient sur les réponses cognitives, affectives et comportementales de l'individu, et sont par conséquent directement liés aux processus du fonctionnement affectif. Ces traits reflètent alors des tendances à des processus, permettant de préciser l'affectivité de l'individu, également au niveau des « stratégies ».

Les résultats indiquent que le modèle de l'ouverture émotionnelle (fonctionnement émotionnel aux niveaux corporel, cognitif et social) est à même d'expliquer une bonne part de la variance des trois composantes du burnout, et ceci auprès d'un échantillon d'étudiants. En 2005, Shirom relève le peu d'attention porté par les chercheurs à la compréhension de l'implication des états affectifs dans le burnout. En effet, les publications font une part belle à la controverse sur la prépondérance des facteurs situationnels ou des facteurs de personnalité. Le manque d'outils standardisés permettant de mesurer différents aspects liés aux émotions en est peut-être également une cause supplémentaire.

Un certain nombre de limites sont à prendre en considération dans cette recherche. Tout d'abord au niveau des participants, nous avons un peu plus d'un étudiant sur cinq qui a répondu aux deux questionnaires. Si la taille finale de l'échantillon s'avère acceptable, on peut douter de la représentativité des données recueillies. Les scores récoltés sur les divers facteurs du DOE sont cependant comparables aux valeurs de référence. De plus, les analyses descriptives des distributions des items et des variables nous indiquent une dispersion importante des scores. Visiblement, ce ne sont donc pas uniquement les étudiants avec de faibles niveaux de burnout qui ont répondu à notre sollicitation, mais également leurs collègues plus épuisés qui ont saisi l'occasion de se manifester par le biais de ces questionnaires. Deuxièmement, cette recherche ne porte que sur des étudiants universitaires. Si l'intérêt pour l'étude du burnout dans cette population est encore actuellement limité – puisque quasi exclusivement ciblé sur certaines catégories professionnelles (infirmier et enseignant principalement) – les résultats des premières recherches sont prometteurs (*e.g.* Jacobs & Dodd, 2003). L'interprétation des relations entre ouverture émotionnelle et burnout dans notre étude ne se limite donc *a priori* qu'à cette frange de la population. Des recherches ultérieures devront encore mettre en évidence la généralisation des résultats obtenus. En troisième lieu, il ne faut pas oublier que la démarche est corrélationnelle et qu'aucune causalité ne peut être déduite des résultats mis en évidence, même si l'on peut raisonnablement suggérer que les facteurs du DOE sont plus stables que les composantes du burnout. Afin de poursuivre l'analyse de l'articulation entre ouverture émotionnelle et burnout, deux stratégies s'imposent : la mise en place de recherches longitudinales (avec également la prise en compte des facteurs de personnalité) permettant de souligner la fonction protectrice de certains patterns de traitement affectif, ainsi que les études d'intervention ciblant ces mêmes processus auprès d'individus entraînés à développer certaines réponses dans leur traitement affectif (« stratégies » de gestion du stress ou de régulation des émotions). Finalement, alors que la validation du questionnaire DOE est solidement étayée (Reicherts, 2007), celle de l'adaptation du MBI se base sur quelques éléments solides (validité de structure principalement) mais nécessitera d'être encore développée et confirmée dans de prochains travaux.

Malgré ces limites, nos analyses indiquent qu'une part importante de variance peut être prédite à partir de l'ouverture émotionnelle des étudiants interrogés, principalement pour l'Epuisement émotionnel, en partie pour l'Accomplissement personnel et, dans une moindre mesure seulement, pour la Dépersonnalisation. La comparaison avec les résultats issus de recherches évoquant l'impact des facteurs de personnalité révèle des scores relativement variables d'une étude à l'autre, dans la mesure où les coefficients de détermination oscillent entre .11 et .53. En conséquence, les Dimensions de l'Ouverture Emotionnelle (DOE) ne semblent pas être moins pertinentes que les facteurs de personnalité dans l'explication des différences interpersonnelles relatives au burnout. Il faut également noter que l'on trouve des patterns de corrélations entre les facteurs du DOE et ceux de la personnalité (Genoud et al., 2005), que ces derniers soient mesurés avec le NEO-PI-R (Costa & McCrae, 1998) ou un modèle alternatif (le ZKPQ, Zuckermann, 2002).

Les patterns représentant les poids des différents facteurs du DOE sont très cohérents et le profil DOE d'un individu semble avoir des répercussions sur le burnout ressenti. Nous ne nions pas l'influence du contexte qui est susceptible de générer chez les individus plus ou moins de stress et d'émotions. Cependant, l'impact de l'ouverture émotionnelle – comme manière ou « stratégie » de traiter ses états affectifs, notamment de réguler ses émotions – est suffisamment fort pour être pris en considération, tout autant voire davantage que les variables liées à la personnalité. Ceci d'autant plus que ces tendances peuvent être considérées comme des stratégies auxquelles on peut s'entraîner, ouvrant ainsi un accès au traitement psychoéducatif et à la prévention. La prise en compte de ces deux types de facteurs, pris conjointement, permettrait de mieux articuler encore les modèles postulant des différences individuelles dans le développement du burnout.

Références

Abdi, H. (2007). RV Coefficient and Congruence Coefficient. In N.J. Salkin (Ed.), *Encyclopedia of Measurement and Statistics* (Vol. 3, pp. 849-853). Thousand Oaks, CA: Sage.

Arbuckle, J. L., & Wothke, W. (1999). *Amos 4.0 user's guide*. Chicago: Smallwaters Corporation.

Aviv, A.L., Zelenski, J.M., Rallo, L., & Larsen, R. J. (2002). Who comes when: personality differences in early and later participation in a university subject pool. *Personality and Individual Differences, 33* (3), 487-496.

Bakker, A.B., Van der Zee, K.I., Lewig, K.A., & Dollard, M.F. (2006). The relationship between the Big Five personality factors and burnout: A study among volunteer counselors. *Journal of Social Psychology, 146* (1), 31-50.

Cano-García, F.J., Padilla-Muñoz, E.M., & Carrasco-Ortiz, M.A. (2005). Personality and contextual variables in teacher burnout. *Personality and Individual Differences, 38* (4), 929-940.

Chambel, M.J., & Curral, L. (2005). Stress in academic life: work characteristics as predictors of student well-being and performance. *Applied Psychology: An International Review, 54* (1), 135-147.

Chang, E.C., Rand, K.L., & Strunk, D.R. (2000). Optimism and risk for job burnout among working college students: stress as a mediator. *Personality and Individual Differences, 29* (2), 255-263.

Canouï, P., & Mauranges, A. (2004). *Le burn out : Le syndrome d'épuisement professionnel des soignants* (3ème ed.). Paris: Masson.

Cordes, C.L., & Dougherty, T.W. (1993). A review and an integration of research on job burnout. *Academy of Management Review, 18* (4), 621-656.

Cortina, J.M. (1993). What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology, 78* (1), 98-104.

Costa, P.T., & McCrae, R.R. (1998). NEO PI-R : *Inventaire de personnalité-révisé*. Paris: Les Editions du Centre de Psychologie Appliquée.

Couper, M. P., Blair, J., & Triplett, T. (1999). A comparison of mail and email for a survey of employees in U.S. statistical agencies. *Journal of Official Statistics, 15* (1), 39-56.

Cox, T., Kuk, G., & Leiter, M.P. (1993). Burnout, health, work stress, and organizational healthiness. In W.B. Schaufeli, C. Maslach & T. Marek (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 177-193). Washington, DC: Taylor & Francis.

De Heus, P., & Diekstra, R.F.W. (1999). Do teachers burn out more easily? A comparison of teachers with other social professions on work stress and burnout symptoms. In R. Vandenberghe & A.M. Huberman (Eds.), *Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice* (pp. 269-284). Cambridge: Cambridge University Press.

Demerouti, E., Verbeke, W.J., & Bakker, A.B. (2005). Exploring relationship between a multidimensional and multifaceted burnout concept and self-rated performance. *Journal of Management, 31 (2), 186-209.*

Dion, G., & Tessier, R. (1994). Validation de la traduction de l'Inventaire d'épuisement professionnel de Maslach et Jackson. *Revue Canadienne des Sciences du Comportement, 26* (2), 210-227.

Eisenberg, N,, & Spinrad, T.L. (2004). Emotion-related regulation. Sharpening the definition. *Child Development, 75*, 334-339.

Etzion, D. (1984). Moderating effect of social support on the stress-burnout relationship. *Journal of Applied Psychology, 69* (4), 615-622.

Fimian, M.J., Fastenau, P.A., Tashner, J.H., & Cross, A.H. (1989). The measure of classroom stress and burnout among gifted and talented students. *Psychology in the Schools, 26* (2), 139-153.

Firth, H., & Britton, P. (1989). 'Burnout', absence and turnover amongst British nursing staff. *Journal of Occupational Psychology, 62* (1), 55-59.

Fontana, D., & Abouserie, R. (1993). Stress levels, gender and personality factors in teachers. *British Journal of Educational Psychology, 63* (2), 261-270.

Freundenberger, H.J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues, 30* (1), 159-165.

Friedman, I.A. (2000). Burnout in teachers: Shattered dreams of impeccable professional performance. *Journal of Clinical Psychology, 56* (5), 565-606.

Garden, A.-M. (1991). Relationship between burnout and performance. *Psychological Reports, 68*, 963-977.

Genoud, P.A., Brodard, F., & Reicherts, M. (in press). Burnout et facteurs de stress chez les enseignants du degré primaire. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée*.

Genoud, P.A., Rossier, J., & Reicherts, M. (2005, October). *Dimensions of "Emotional Openness", the five personality factors and Alexithymia.* Paper presented at the 9th Congress of the Swiss Society of Psychology (SSP), Geneva.

Gold, Y. (1984). The factorial validity of the Maslach Burnout Inventory in a sample of California elementary and junior high school classroom teachers. *Educational and Psychological Measurement, 44* (4), 1009-1016.

Gold, Y., Bachelor, P., & Michael, W.B. (1989). The dimensionality of a modified form of the Maslach Burnout Inventory for university students in a teacher-training program. *Educational and Psychological Measurement, 49* (3), 549-561.

Golembiewski, R.T., & Muzenrider, R.F. (1988). *Phases of burnout: developments in concepts and applications*. New York: Praeger.

Grandey, A.A., Dickter, D.N., & Sin, H.-P. (2004). The customer is not always right: customer aggression and emotion regulation of service employees. *Journal of Organizational Behavior, 25* (3), 397-418.

Gross, J. J. (2007). *Handbook of emotion regulation.* New York: Guilford Press.

Hakanen, J.J., Bakker, A.B., & Schaufeli, W.B. (2006). Burnout and work engagement among teachers. *Journal of School Psychology, 43*(6), 495-513.

Hallberg, U.E., & Sverke, M. (2004). Construct validity of the Maslach Burnout Inventory: Two Swedish health care samples. *European Journal of Psychological Assessment, 20* (4), 320-338.

Hardy, S.E. (1998). Burnout among university resident assistants as a function of gender and floor assignement. *Journal of College Student Development, 39*, 499-501.

Jackson, S.E., & Maslach, C. (1982). After-effects of job-related stress: families as victims. *Journal of Occupational Behavior, 3* (1), 63-77.

Jacobs, S.R., & Dodd, D.K. (2003). Student burnout as a function of personality, social support, and workload. *Journal of College Student Development, 44* (3), 291-303.

Joinson, A. (1999). Social desirability, anonymity and internet-based questionnaires. *Behavior Research Methods, Instruments & Computers, 31* (3), 433-438.

Komiya, N., Good, G. E., & Sherrod, N. B. (2000). Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology, 47* (1), 138-143.

Koniarek, J., & Dudek, B. (1996). Social support as a buffer in the stress-burnout relationship. *International Journal of Stress Management, 3* (2), 99-106.

Lackritz, J.R. (2004). Exploring burnout among university faculty: incidence, performance, and demographic issues. *Teaching and Teacher Education, 20* (7), 713-729.

Langelaan, S., Bakker, A.B., Doornen, L.J.P., & Schaufeli, W.B. (2006). Burnout and work engagement: Do individual differences make a difference? *Personality and Individual Differences, 40* (3), 521-532.

Languirand, J. (1989). *Vaincre le mal-être. Prévenir la dépression quotidienne et le burn-out.* Paris: Albin Michel.

Lee, R. T., & Ashforth, B. E. (1996). A meta-analytic examination of the correlates of the three dimensions of job burnout. *Journal of Applied Psychology, 81* (2), 123-133.

Leiter, M.P., & Maslach, C. (1988). The impact of interpersonal environment on burnout and organizational commitment. *Journal of Organizational Behavior, 9* (4), 297-308.

Lorenzo-Seva, U., & Ten Berge, J.M. (2006). Tucker's Congruence Coefficient as a meaningful index of factor similarity. *Methodology: European Journal of Research Methods for the Behavioral and Social Sciences, 2* (2), 57-64.

Maslach, C., & Jackson, S.E. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986). *Maslach Burnout Inventory Manual* (2nd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Maslach, C., Jackson, S.E., & Leiter, M.P. (1997). Maslach Burnout Inventory. Third edition. In C.P. Zalaquett & R.J. Wood (Eds.), *Evaluating stress: A book of resources* (pp. 191-218). Lanham, MD: The Scarecrow Press.

Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology,* 53, 397-422.

Melamed, S., Shirom, A., Toker, S., Berliner, S., & Shapira, I. (2006). Burnout and risk of cardiovascular disease: Evidence, possible causal paths, and promising research directions. *Psychological Bulletin, 132* (3), 327-353.

Mitchell, G., & Hastings, R.P. (2001). Coping, burnout, and emotion in staff working in community services for people with challenging behaviors. American *Journal on Mental Retardation, 106* (5), 448-459.

Pines, A.M., Aronson, E., & Kafry, D. (1981). *Burnout: From tedium to personal growth.* New York: The Free Press.

Powers, S., & Gose, K.F. (1986). Reliability and contruct validity of the Maslach Burnout Inventory in a sample of university students. *Educational and Psychological Measurement, 46*, 251-255.

Prins, J.Z., Hoekstra-Weebers, J.E., Gazendam-Donofrio, S.M., Van de Wiel, H.B., Sprangers, F., Jaspers, F.C., et al. (2007). The role of social support in burnout among Dutch medical residents. *Psychology, Health & Medicine, 12* (1), 1-6.

Reicherts, M. (1999, September). *Dimensions de l'ouverture émotionnelle (DOE). Concept théorique, instrument et études de validation*. Paper presented at the 6th Congress of the Swiss Society of Psychology (SSP), Fribourg.

Reicherts, M. (2005, September). *Emotion Regulation as a dimension of "Emotional Openness"*. Conference at the 9th Congress of the Swiss Society of Psychology, Geneva.

Reicherts, M. (2007). *Dimensions of Openness to Emotions (DOE): A model of affect processing. Manual* (Scientific Report No. 168). Fribourg: Department of Psychology, University of Fribourg.

Reicherts, M., Casellini, D., Duc, F., & Genoud, P.A. (2007). L' "Ouverture émotionnelle" dans les Troubles de la dépendance et les Troubles de la personnalité. *Annales Médico-Psychologiques, 165* (7), 485-491.

Reicherts, M., Genoud, P.A., & Maggiori, C. (2007, October). "*Emotional Openness" as offered and as received: a two-fold perspective of dispositional aspects in interpersonal emotion processing*. Paper presented at the 4th International Emotions Conference, Tilburg University (Netherlands).

Rimé, B. (2005). *Le partage social des émotions [The social sharing of emotions].* Paris: Presses Universitaires de France.

Schaufeli, W.B., & Bakker, A.B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: a multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior, 25* (3), 293-315.

Schaufeli, W.B., & Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and practice: A critical analysis*. London: Taylor & Francis.

Schaufeli, W.B., Martínez, I.M., Marques Pinto, A., Salanova, M., & Bakker, A.B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 33* (5), 464-481.

Shirom, A. (2005). Reflections on the study of burnout. *Work and Stress, 19* (3), 263-270.

Stout, J.K., & Williams, J.M. (1983). Comparison of two measures of burnout. *Psychological Reports, 53* (1), 283-289.

Toppinen-Tanner, S., Kalimo, R., & Mutanen, P. (2002). The process of burnout in white-collar and blue-collar jobs: eight-year prospective study of exhaustion. *Journal of Organizational Behavior, 23* (5), 555-570.

Watson, D., Clark, L.A., & Harkness, A.R. (1994). Structures of personality and their relevance to psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology, 103* (1), 18-31.

Wright, T.A., & Bonett, D.G. (1997). The contribution of burnout to work performance. *Journal of Organizational Behavior, 18* (5), 491-499.

Zapf, D., Seifert, C., Schmutte, B., Mertini, H., & Holz, M. (2001). Emotion work and job stressors and their effects on burnout. *Psychology and Health, 16,* 527-545

Zelenski, J.M., Rusting, C.L., & Larsen, R.J. (2003). Consistency in the time of experiment participation and personality correlates: a methodological note. *Personality and Individual Differences, 34* (4), 547-558.

Zellars, K.L., Perrewé, P.L., & Hochwarter, W.A. (2000). Burnout in health care: the role of the five factors of personality. *Journal of Applied Social Psychology, 30* (8), 1570-1598.

Zuckerman, M. (2002). Zuckerman-Kuhlman Personality Questionnaire (ZKPQ): An alternative five-factorial model. In B. De Raad & M. Perugini (Eds.), *Big Five Assessment* (pp. 377-396). Seattle: Hogrefe & Huber.