

CYCLE DE CONFÉRENCES

Santé et qualité de vie au travail

L'objectif de ce cycle de conférences est de réunir des universitaires et des experts professionnels traitant de thématiques liées à la santé et à la qualité de vie au travail sous des angles différents. Il est organisé par des chercheurs de l'Axe 3 « Performances, Socio-performances et Apprentissages » du Laboratoire de Psychologie : Cognition, Comportement, Communication (LP3C), avec la participation de l'équipe pédagogique du D.U. «Santé et Qualité de Vie au Travail».

A cette occasion, les échanges permettront de croiser les regards et d'ouvrir le débat avec les acteurs du monde de l'entreprise sur les questions de santé et qualité de vie au travail.

Au cours de l'année 2019, deux demi-journées sont prévues pour ce cycle de conférences : le vendredi 5 juillet et le vendredi 6 septembre.

Au programme des conférences du 6 septembre :

- 13h45 : Introduction du cycle de conférences
Virginie Dodeler & Estelle Michinov
- 14h : Elisabeth Grebot
Le burnout : maladie professionnelle ou dépression?
- 15h30 : Lionel Strub
La pleine conscience au service de l'entreprise : mythe ou réalité ?
- 17h : Cocktail de clotûre

LES INTERVENTIONS

Le burnout : maladie professionnelle ou dépression ?

Elisabeth Grebot

Elisabeth Grebot est docteure en psychologie clinique, maître de conférences à l'université Reims-Champagne Ardennes et chercheure au laboratoire psychopathologie et processus de santé à l'institut de psychologie Paris Descartes. Ses recherches sur le burnout, le harcèlement et le licenciement questionnent les équivalences telles que « le burnout est une dépression », développent des méthodes thérapeutiques adaptées aux problématiques professionnelles comme les techniques d'exposition dans le cas du harcèlement, et privilégient une approche intégrative se référant aux modèles transactionnels du stress, systémiques du harcèlement, cognitifs du burnout. La pratique clinique auprès des salariés en souffrance est sa source d'inspiration théorique, expérimentale et thérapeutique. Elisabeth Grebot a créé l'Institut du workaholisme et l'Observatoire du burnout. Elle est auteure de plusieurs ouvrages sur le stress, le burnout, le workaholisme, et le harcèlement moral au travail (<https://burn-out-saint-cloud-92.fr>).

Résumé :

Le travail signifie pour certains individus, réalisation de soi ou accomplissement personnel, et pour d'autres, souffrance voire « galère ». En effet, les Troubles Musculo-Squelettiques ont triplé en une décennie, l'épuisement professionnel vient d'être déclaré maladie liée au stress chronique par l'Organisation Mondiale de la Santé et les troubles anxio-dépressifs touchent un tiers des salariés selon l'Institut National de Veille Sanitaire. Le travail est effectivement responsable de maladies somatiques, de maladies professionnelles et de troubles psychiques. Certains auteurs entretiennent une certaine confusion entre les maladies professionnelles et les troubles psychiques en postulant, par exemple, l'équivalence entre le burnout et la dépression alors que l'épuisement professionnel résulte d'un stress professionnel chronique mal géré (OMS, 2019), et que la dépression relève davantage d'une vulnérabilité psychologique individuelle. Assimiler l'épuisement professionnel à une psychopathologie responsabilise les individus et épargne l'environnement professionnel. Cette conférence vise à différencier maladie professionnelle et trouble psychique ; identifier les nombreux points de convergence entre les différents modèles du stress au travail ; et défendre une approche holistique des souffrances liées au travail.

La pleine conscience au service de l'entreprise : mythe ou réalité ?

Lionel Strub

Docteur en psychologie et psychologue, **Lionel Strub** est actuellement enseignant-chercheur à Grenoble École de Management. Il est chercheur régulier à la Chaire Paix économique, Mindfulness et Bien-être au travail et au GRIPA (Groupe de Recherche et d'Intervention sur la Présence Attentive) à l'UQAM. Ses travaux scientifiques explorent les effets de la pratique de la pleine conscience sur les transformations individuelles et collectives en milieu professionnel. Dans cette perspective, il accompagne des dirigeants et des managers dans l'appropriation de cette ressource et son transfert à la vie professionnelle.

Résumé :

La pleine conscience, ou mindfulness en anglais, est une méthode d'entraînement attentionnel scientifiquement validée qui consiste à entrer en relation directe et immédiate avec ses expériences intérieures et extérieures de façon libre et clairvoyante. Elle suscite depuis une dizaine d'années un intérêt avéré auprès du grand public ainsi qu'un écho scientifique sans précédent comme en témoigne le nombre croissant de publications dans une diversité de domaines. Si son application semble pouvoir répondre à de nombreuses problématiques contemporaines du monde du travail, les entreprises restent encore bien prudentes dans la mise en œuvre de tels dispositifs. Cette présentation a vocation à éclairer les fondements théoriques de la pleine conscience et sa transposition pratique, ainsi qu'à présenter un panorama des travaux de recherche menés en milieu professionnel en évoquant tant les bénéfices possibles que les risques de dérive.

INFORMATIONS PRATIQUES

LIEU

Université Rennes 2 - Campus Villejean
Place du recteur Henri Le Moal - 35043 RENNES Cedex

Les conférences se dérouleront dans l'amphithéâtre Alain Lieury (bâtiment S).
Le cocktail sera servi dans le hall, à partir de 17h.

Un plan du campus est téléchargeable à ce lien :
https://conf-sqvt.sciencesconf.org/data/Plan_Villejean_Amphi_Lieury.pdf

INSCRIPTION ET TARIF

Le nombre de places étant limitée, les inscriptions sont obligatoires.

Tarif : 20€

Participation gratuite pour :

- étudiants (justificatif à présenter le jour de la conférence)
- membres du LP3C

Inscription en ligne au plus tard le 3 septembre 2019 :
<https://conf-sqvt.sciencesconf.org>

ORGANISATION

Virginie DODELER & Estelle MICHINOV

UFR Sciences Humaines - LP3C (EA 1285) - Département de Psychologie
Responsables du D.U. Santé et Qualité de Vie au Travail
dpt-psychologie-dusqvt@univ-rennes2.fr

CONTACT

Cassandra BOSSARD (jusqu'au 19.07.19)

cassandra.bossard@univ-rennes2.fr
02 99 14 19 08

Véronique DEFRANCE (à partir du 26.08.19)

veronique.defrance@univ-rennes2.fr
02 99 14 16 95

Fermeture de l'université du 20.07.19 au 19.08.19



WWW.UNIV-RENNES2.FR