



# 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 l'entreprise sur les questions de santé et qualité de vie au travail.

Au cours de l'année 2021, deux demi-journées sont prévues pour ce cycle de conférences : le vendredi 11 juin et le jeudi 9 septembre.

### **Au programme des conférences du 11 juin :**

- 14h : Introduction du cycle de conférences  
Virginie Dodeler & Estelle Michinov
- 14h15 : Marie Lacroix  
*Fatigue et interactions sociales en visioconférence : le point de vue des sciences cognitives sur le télétravail*
- 15h45 : Martin Ragot  
*Vers un Numérique Responsable au service de la Qualité de Vie au Travail ?*
- 17h15 : Clotûre

# LES INTERVENTIONS

---

## Fatigue et interactions sociales en visioconférence : le point de vue des sciences cognitives sur le télétravail

Marie Lacroix

*Marie Lacroix est docteure en Neurosciences, spécialisée dans les rythmes biologiques et leurs impacts sur les capacités cognitives. Après son parcours de recherche académique, et sa formation de chef de projet en recherche clinique, elle a cofondé Cog'X, une agence de conseil, de formation et d'études, constituée de docteurs en sciences cognitives. A la lumière des connaissances sur le fonctionnement du cerveau et des comportements, ils et elles oeuvrent ensemble à questionner et améliorer les modes de travail, pour préserver et développer durablement les ressources cognitives et sociales des salariés.*

*Découvrez l'approche Cog'X sur le blog de l'Usine nouvelle et sur le site [www.cogx.fr](http://www.cogx.fr).*

### Résumé :

Discussion à deux, avec un·e collègue ou son/sa manager, réunion d'équipe, groupe de travail, webinaires ou formation à distance,... le télétravail se traduit pour beaucoup en un long tunnel de visio-conférence. Mais ce n'est pas sans impact pour notre cerveau et beaucoup de salarié·e·s témoignent d'une plus grande fatigue accumulée.

Comprendre les mécanismes cognitifs associés respectivement aux interactions face-face ou à distance, est essentiel pour interroger les pratiques de travail en plein essor depuis le début de la crise sanitaire et prévenir collectivement les risques. Qu'est-ce que la visio-conférence change ? et quelles pistes pouvons-nous explorer pour préserver nos ressources cognitives et notre bien-être dans la durée ?

Nous aborderons ensemble plusieurs thèmes : l'attention sociale, l'importance du non-verbal dans la communication, la fatigue mentale et la charge cognitive,... autant de mécanismes cognitifs qui sont impactés par ce changement de modalité.

## Vers un Numérique Responsable au service de la Qualité de Vie au Travail

Martin Ragot

*Martin Ragot est psychologue-ergonome, chercheur en sciences cognitives au sein du Laboratoire Technologies et Facteurs Humains, à l'Institut de Recherche Technologique b<>com, à Cesson-Sévigné. Il est actuellement responsable d'un projet de recherche prospectif et interdisciplinaire, qui vise à étudier les moyens de faire advenir un Numérique Responsable à l'horizon 2040. Ses travaux scientifiques portent plus particulièrement sur l'impact et la perception des nouvelles technologies, dans un cadre d'innovation responsable.*

### Résumé :

La transformation digitale bouleverse et transforme actuellement le monde de l'entreprise. Or, le numérique n'est pas une industrie immatérielle et entraîne des impacts bien réels, en particulier dans le monde du travail, conséquences qu'il convient d'anticiper, mesurer et maîtriser. Pour ce faire, la notion de Numérique Responsable est en train d'émerger. Le Numérique Responsable représente une démarche d'amélioration continue reposant sur les 3 piliers du développement durable. Elle vise ainsi à réduire l'empreinte écologique, économique et sociale des Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) et en à maximiser ses effets bénéfiques.

Au sein de cette présentation, il conviendra de discuter de ce concept novateur qu'est le Numérique Responsable en l'appliquant à la Santé et Qualité de Vie au Travail (SQVT). Il s'agira ensuite de montrer en quoi les transformations digitales et les nouvelles formes d'organisation du travail peuvent contribuer à la SQVT. Enfin, différentes perspectives prospectives sur le numérique et le futur du travail seront abordées..

# INFORMATIONS PRATIQUES

---

## LIEU

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

Compte tenu de la situation sanitaire, les conférences se dérouleront exceptionnellement en distanciel sur zoom.

Le lien de connexion vous sera envoyé la veille à l'adresse mail que vous aurez indiquée lors de votre inscription.

## INSCRIPTION ET TARIF

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

Tarif : gratuit pour tous

Inscription en ligne au plus tard le mercredi 9 juin 2021 :  
<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](mailto:dpt-psychologie-dusqvt@univ-rennes2.fr)

## CONTACT

Brigitte MORIN

[brigitte.morin@univ-rennes2.fr](mailto:brigitte.morin@univ-rennes2.fr)  
02 99 14 19 08



[WWW.UNIV-RENNES2.FR](http://WWW.UNIV-RENNES2.FR)