



## OBJECTIFS

Ce D.U. « santé et qualité de vie au travail » a pour objectif d'apporter des connaissances théoriques approfondies et des méthodologies afin de mieux comprendre les questions de santé, stress, et qualité de vie au travail. Il s'agit de transmettre des connaissances scientifiques et des outils fiables et actualisés du domaine.

**L'originalité de ce D.U. est d'aborder la santé au travail sous ses deux versants complémentaires : ses aspects positifs (qualité de vie au travail, bien-être au travail, bonheur au travail, etc.) et négatifs (stress, épuisement professionnel, violences au travail, etc).**

## COMPÉTENCES VISÉES

L'objectif de ce D.U. « santé et qualité de vie au travail » est de développer les compétences suivantes :

- identifier ce que recouvrent les notions de stress, bien-être et qualité de vie au travail
- identifier ce que recouvre la notion de risques psychosociaux et cerner le cadre légal ;
- s'approprier les outils et techniques de prévention des risques psychosociaux ;
- s'approprier les démarches qualité de vie au travail et plans d'actions ;
- repérer les salariés en souffrance et connaître les dispositifs permettant leur prise en charge ;
- développer des programmes de prévention et promotion de la santé au travail.

## PUBLIC VISÉ

Ce D.U. « santé et qualité de vie au travail » est une formation ouverte exclusivement à un public en reprise d'études (salariés ou demandeurs d'emploi).

Il est destiné à toute personne concernée par la prévention des risques psychosociaux et de la qualité de vie au travail dans les organisations du secteur privé ou public.

**Capacité d'accueil limitée à 15 personnes.**

## MODALITÉS DE SÉLECTION

Le recrutement des stagiaires dans la formation se fait sur dossier et entretien.

Dossier de candidature : fiche de candidature complétée, CV détaillé et lettre motivation

Les dossiers de candidature sont à envoyer à : [dpt-psychologie-dusqvt@univ-rennes2.fr](mailto:dpt-psychologie-dusqvt@univ-rennes2.fr)

# ORGANISATION DE LA FORMATION

Ce D.U. « santé et qualité de vie au travail » comporte 5 unités d'enseignement (UE).

## UE1 : Stress et souffrance au travail

*Objectifs* : connaître les principaux modèles du stress, savoir repérer les signes de stress, prendre en charge la souffrance au travail et gérer les situations de crise en milieu professionnel.

- Psychologie de la santé au travail
- Stress, burnout et violences au travail
- Approche psychodynamique du travail et prise en charge de la souffrance au travail
- Prévention et gestion de crise en milieu professionnel

## UE2 : Santé au travail et prévention des risques psychosociaux (RPS)

*Objectifs* : identifier les RPS et les facteurs déclencheurs, inscrire les RPS au DUERP, enclencher des démarches de prévention RPS dans les organisations.

- Définition des RPS et facteurs de risques
- Intégrer les RPS au Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels (DUERP)
- Pathologies professionnelles
- Emotions au travail et gestion des émotions
- Prévention des RPS : aspects réglementaires

## UE3 : Qualité de vie et bien-être au travail

*Objectifs* : identifier les indicateurs de bien-être au travail, initier des démarches QVT, connaître les différentes formes de reconnaissance au travail.

- Reconnaissance au travail et pratiques de reconnaissance
- Qualité de Vie au Travail (QVT) : indicateurs du bien-être au travail
- Démarches QVT en entreprise
- La psychologie positive : apports et applications en santé au travail

## UE4 : Cycle de conférences

*Objectifs* : apporter un point de vue d'experts sur la santé au travail (2 conférences par an).

## UE5 : Méthodes d'intervention et supervision de l'élaboration du rapport d'intervention pratique

*Objectifs* : acquérir des compétences méthodologiques et réaliser une intervention pratique en santé et bien-être au travail.

- Méthode d'enquête, analyse des résultats, présentation des conclusions
- Atelier d'accompagnement à l'élaboration du rapport d'intervention pratique

# ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

L'équipe pédagogique est composée :

- **d'enseignants chercheurs** : en psychologie sociale de la santé, psychologie du travail, psychologie positive et ergonomie ;
- **d'intervenants professionnels spécialisés dans le domaine de la santé et qualité de vie au travail** : médecins du travail, psychologues, docteurs en psychologie, inspecteur du travail, ergonomes, consultants.

Ces intervenants sont issus d'organismes reconnus pour leurs activités dans le domaine de la santé au travail : INRS, CARSAT Bretagne, AST35, DIRECCTE Bretagne, Consultation Souffrance au Travail, Cabinet de consultants.

# VALIDATION

Elaboration d'un rapport d'intervention pratique écrit et soutenance orale (en décembre).

# DURÉE

123 heures en présence, auxquelles s'ajoutent 24 heures de suivi à distance. Les regroupements se déroulent de février à décembre 2025, à raison de 2 jours par mois (les jeudis et vendredis).

# CALENDRIER 2025

- 6 et 7 février
- 6 et 7 mars
- 3 et 4 avril
- 15 et 16 mai
- 5 et 6 juin
- 3 et 4 juillet
- 4 et 5 septembre
- 9 et 10 octobre
- 6 et 7 novembre

Les soutenances auront lieu les 4 et 5 décembre 2025.

## Calendrier pour l'envoi des dossiers de candidature pour l'année 2025 :

- 1<sup>ère</sup> session : du 19.08.2024 au 04.10.2024
- 2<sup>ème</sup> session (sous réserve de places disponibles) : du 18.11.2024 au 03.01.2025

# COÛT 2025

**Tarif unique pour le D.U. complet diplômant : 2700 €**

Parcours modulaire possible (seules les UE1, UE2 et UE3 sont ouvertes à la modularisation).

**Coût d'un module : 700 €**

# CONTACTS

## Responsables de la formation

**Estelle MICHINOV & Virginie DODELER**

Mail : [dpt-psychologie-dusqvt@univ-rennes2.fr](mailto:dpt-psychologie-dusqvt@univ-rennes2.fr)

<https://sites-formations.univ-rennes2.fr/du-sqvt/>

## Des questions sur le dossier de candidature ou d'inscription ?

**UFR Sciences Humaines - Joël PILON**

02 99 14 19 73 - [dpt-psychologie-dusqvt@univ-rennes2.fr](mailto:dpt-psychologie-dusqvt@univ-rennes2.fr)

## Des questions sur le financement de la formation ?

**Service Formation Continue - Anthony LEONARD**

02 99 14 20 43 - [anthony.leonard@univ-rennes2.fr](mailto:anthony.leonard@univ-rennes2.fr)



**UNIVERSITÉ  
RENNES 2 SFC  
WWW.UNIV-RENNES2.FR/SFCA**