

Promouvoir la santé au travail: le sens du travail et le sens au travail

Conférence présentée par Estelle M. Morin, psychologue et professeur
titulaire, HEC Montréal, préparée pour le Service de la santé et de la
sécurité

du travail de la FTQ
11 octobre 2018

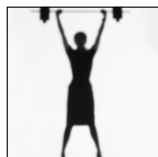
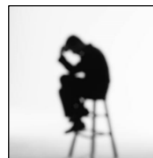


La santé



Physique,
mental et social

Détresse
psychologique

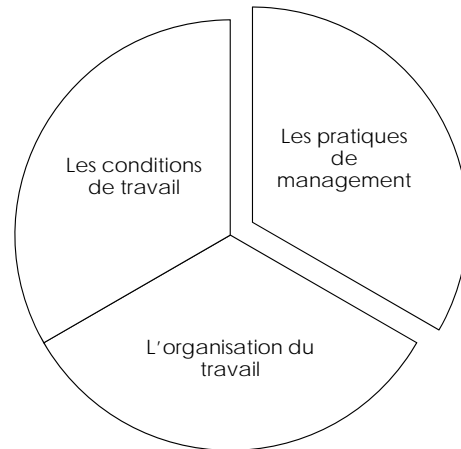


Bien-être
psychologique



2

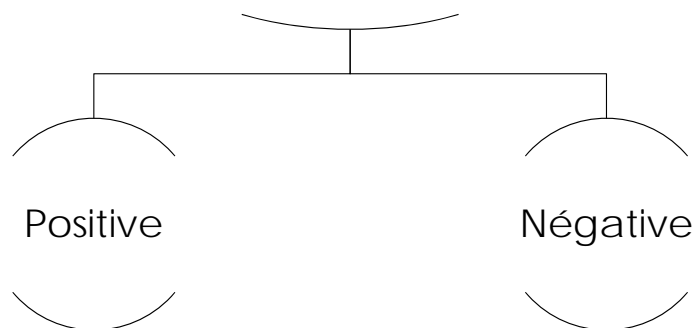
Les facteurs de risque



3

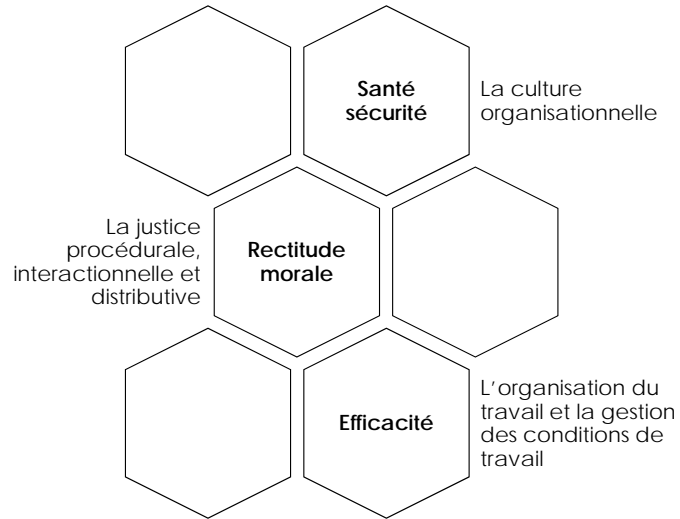
Les pratiques de management

Les hypothèses des dirigeants et des cadres sur la nature humaine et la conception de la dignité humaine



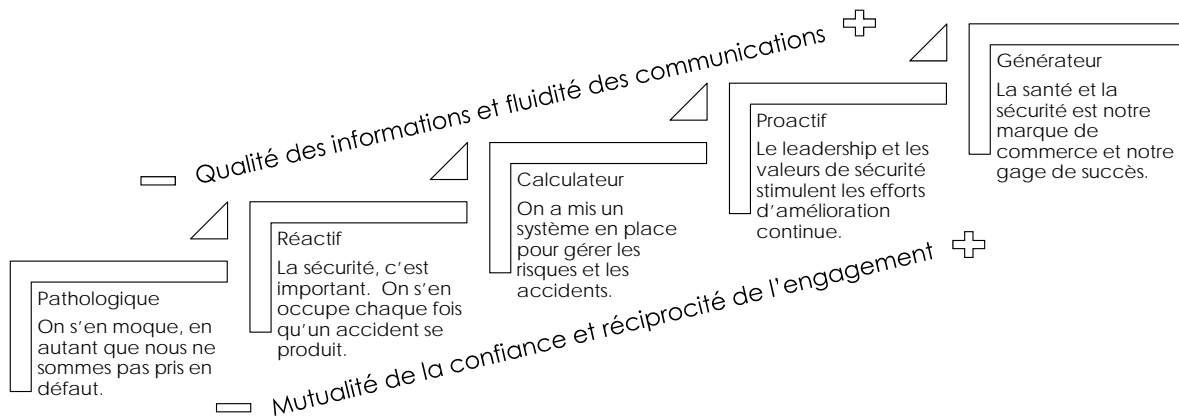
4

Les pratiques de management



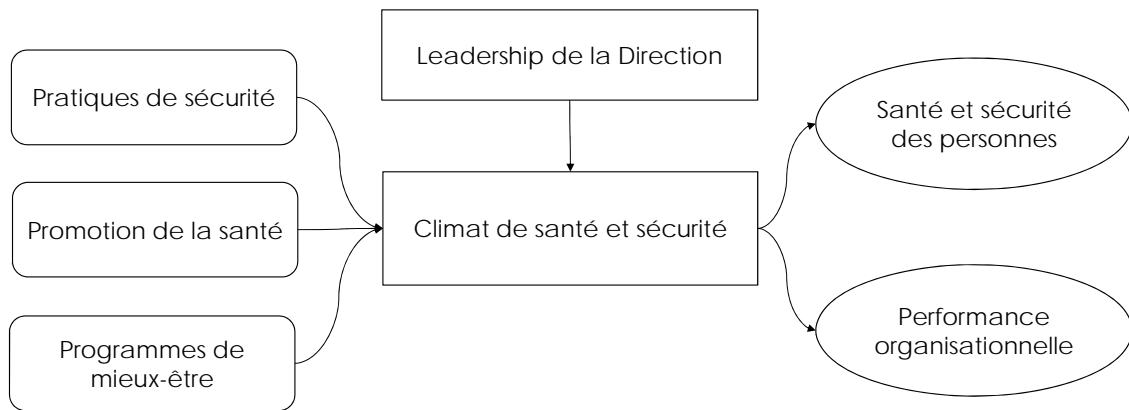
5

Les pratiques de santé et de sécurité au travail (Parker et al., 2006)



6

Le leadership de la direction envers la SST (Tetrick et Peiró 2016)



7

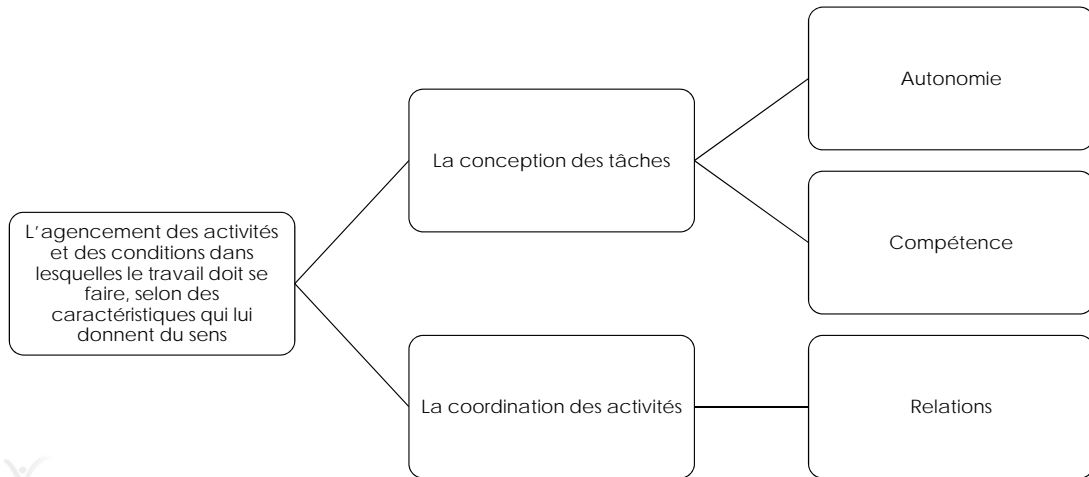
Les conditions de travail

Les pratiques de santé et de sécurité au travail
La gestion des horaires de travail et les temps de récupération
La gestion des espaces de travail et de l'environnement physique
La sécurité des revenus
L'espérance d'un avenir désirable



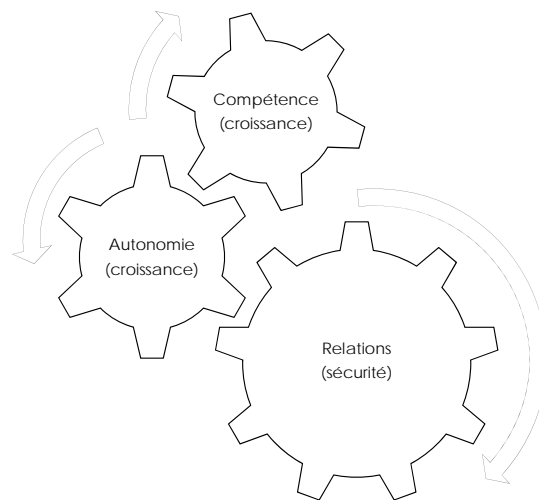
8

L'organisation du travail



9

Besoins fondamentaux (Deci et Ryan, 1985)



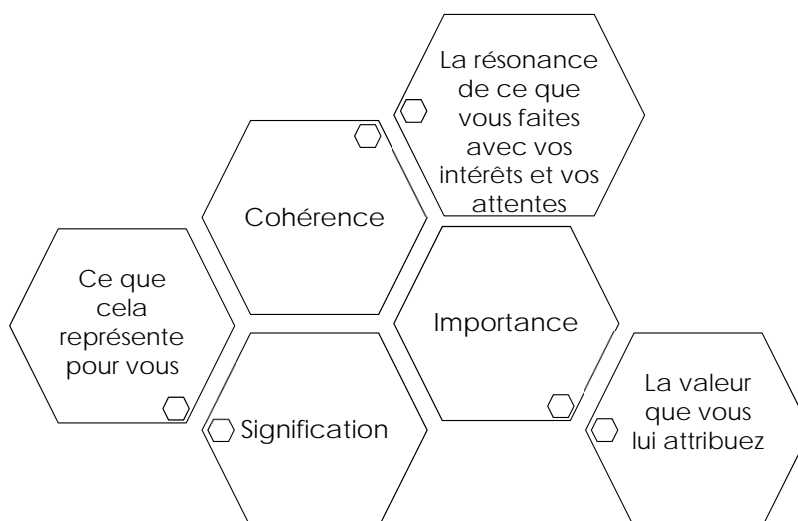
10

1. Est-ce que votre travail a du sens?
2. Qu'est-ce qui donne du sens à votre travail?



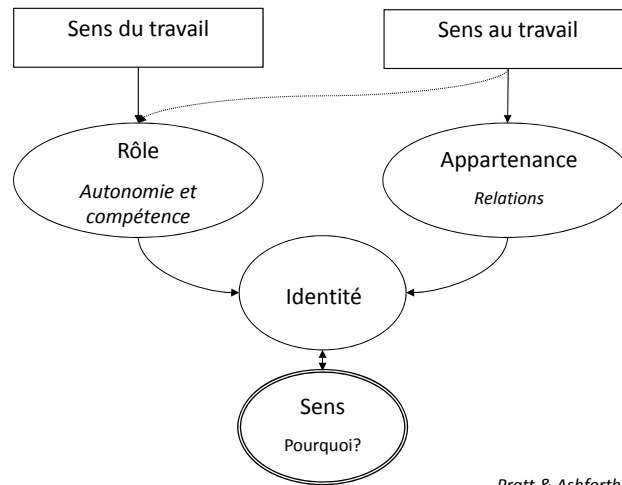
11

Le sens (Morin, 1995)



12

Le sens et l'identité



Pratt & Ashforth, 2003, p. 313

13

Modèle empirique (Morin et Aranha, 2008)

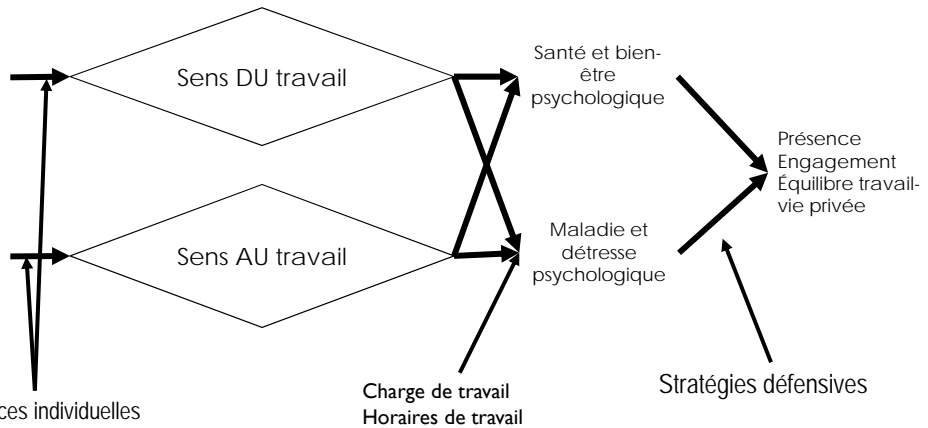
Le travail lui-même

Utilité
Autonomie
Occasions
d'apprentissage

Les relations

Rectitude morale
Relation avec ses
collègues
Relations avec ses
supérieurs

Différences individuelles



14

Le sens du travail

L'utilité sociale

- Faire quelque chose qui est utile aux autres ou à la société, qui apporte une contribution à la société

L'autonomie

- Pouvoir exercer ses compétences et son jugement pour résoudre des problèmes et prendre des décisions qui concerne son travail

Les occasions d'apprentissage

- Faire un travail qui permet de développer ses compétences, de se perfectionner et de s'épanouir

15

Le sens au travail

La rectitude morale

- Travailler dans un milieu moralement acceptable, régi par des règles de bienséance et des devoirs moraux (équité, réciprocité et sollicitude)

La collaboration avec les collègues

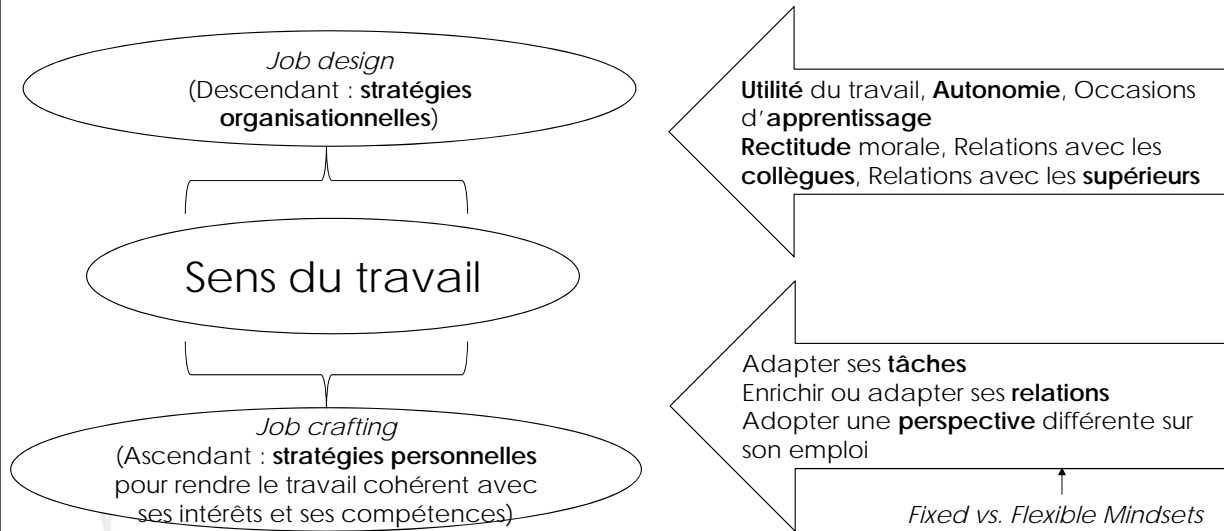
- Travailler dans un esprit d'équipe avec les autres et pouvoir compter sur leur soutien

La qualité de la relation avec ses supérieurs

- Avoir une relation authentique avec son supérieur et pouvoir compter sur son soutien

16

Job design vs. Job crafting (Berg et al., 2013. p. 85)



17

Répondez pour vous-même



- Dans mon travail, j'essaie d'utiliser mes talents autant que possible.
- Je propose des projets à mes collègues qui stimulent nos intérêts.
- J'organise mon travail avec mes collègues afin de m'assurer que nous mobilisons nos talents.
- Je prends des initiatives pour rendre notre travail plus intéressant.

(Kooij et al., 2017, p. 975)

18

Exemples de ce qui est possible de faire (Tims et al., 2012; Demerouti et al., 2015; Hakanen et al., 2018)

Mieux gérer ses ressources

- Acquérir ou perfectionner des compétences utiles pour améliorer son efficacité
- Organiser des rencontres périodiques pour faire le point sur le travail, sur la coordination ou sur la santé - sécurité
- Instaurer un climat de confiance et de sécurité (bienveillance, soutien, loyauté)
- Soutenir le développement de l'autonomie (rationalité, importance et cohérence)

Se lancer des défis!

- Enrichir son travail en donnant plus d'attention aux tâches qui lui donnent un sens
- S'engager dans des activités qui représentent un défi pour soi
- Se tenir informé des nouveaux projets pour être prêt à se proposer si l'occasion se présente.

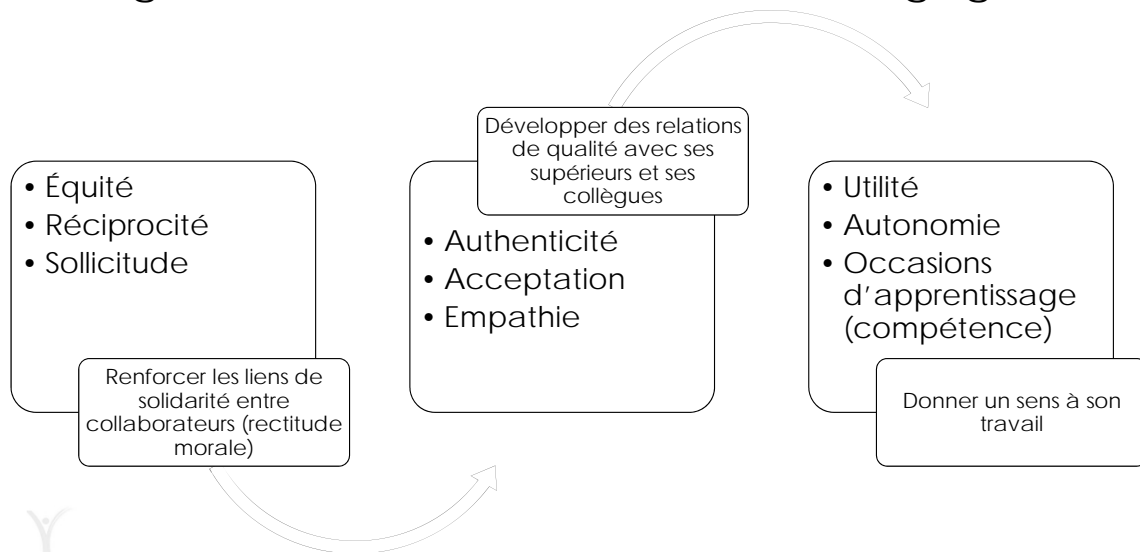
Réduire les tensions

- Réduire le temps d'exposition à des situations toxiques
- Ne plus participer à la propagation des rumeurs
- Prendre des pauses pour récupérer ses forces
- S'échanger du soutien pour calmer ses inquiétudes



19

Pour garder sa santé et renforcer son engagement



20

Ce que peuvent faire les officiers syndicaux

Avec le management

- Veiller à la justice et à la rectitude morale des pratiques de management
- Prendre les devants pour offrir aux membres un travail décent et la qualité de vie au travail

Les conditions de travail

- Faire évoluer le climat de SST vers des pratiques proactives, voire génératives de SST
- Promouvoir les pratiques de récupération et les saines habitudes de vie
- Protéger la sécurité du revenu
- Prendre les devants pour envisager l'avenir de manière positive: encourager le dialogue sur le futur.

Le travail lui-même

- Veiller à la qualité des relations avec les membres du syndicat
- Veiller à la qualité des relations entre les membres du syndicat
- Encourager les membres à créer et maintenir des bonnes relations avec leurs collaborateurs et le management
- Développer l'autonomie des membres du syndicat
- Encourager le développement des compétences
- Les aider à donner un sens à leur travail (*job crafting*)

21

Merci de votre participation!

estelle.morin@hec.ca

22