

10 novembre 2026

13h00 à 16h30

Conférence en virtuel

Gratuit MO membres du RRSPT

MO non membres du RRSPT 200 $ + tx

ACTIVITÉ DE DÉVELOPPEMENT

SENS AU TRAVAIL, SANTÉ PSYCHOLOGIQUE ET PERFORMANCE DURABLE : REGARDS CROISÉS

Mot du SCT

Dans un contexte où les exigences organisationnelles évoluent rapidement, le rôle du gestionnaire dépasse largement la gestion des opérations : il devient un acteur clé de la santé psychologique, du sens au travail et de la mobilisation des équipes. Chaque geste posé, chaque décision prise et chaque interaction contribue à laisser une empreinte, tant sur les membres de son équipe que sur lui-même.

Le sens donné à son travail influence grandement l'état de la santé psychologique. Lorsqu'il est perçu comme utile et cohérent avec ses valeurs et ses aspirations, il devient une source de motivation, d'engagement et de satisfaction. Se questionner à ce sujet est d'autant plus important en contexte d'incertitude et de transformation. Pour les gestionnaires comme pour leurs équipes, prendre le temps de donner du sens au travail de manière individuelle et collective constitue une pratique à considérer pour renforce la résilience, qui se veut un levier essentiel pour soutenir la santé psychologique.

Cultiver ce sens au quotidien, pour soi et pour son équipe, peut devenir un objectif réaliste à atteindre. Les deux conférences offertes dans le cadre de cette activité de développement ont été conçues pour outiller les gestionnaires à la fois sur leur posture et sur leurs pratiques. Elles proposent des astuces concrètes tout en invitant à la réflexion pour renforcer son pouvoir d'agir. Il s'agit d'une belle opportunité pour mettre la santé au cœur de ses priorités et tendre vers une performance plus durable.

Valérie Poulin
Directrice principale
Direction principale de la santé des personnes et de l'éthique
Secrétariat du Conseil du trésor

CLIENTÈLES VISÉES

Gestionnaires CGRH

INSCRIPTION

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Conférencières invitées



France St-Hilaire, Ph. D.

Professeur titulaire

La santé psychologique au travail, ça se construit au quotidien

Dans un contexte de surcharge, de transformations rapides et d'instabilité organisationnelle, la santé psychologique s'impose comme un enjeu d'importance. Cette conférence propose une immersion dans les principaux facteurs organisationnels et comportementaux qui influencent la santé psychologique, la performance des équipes et la durabilité des organisations.

S'appuyant sur des résultats de recherche appliquée et sur des situations issues de milieux organisationnels variés, la conférence permet de mieux comprendre comment les modes d'organisation du travail, les choix de gestion et les dynamiques d'équipe peuvent constituer des facteurs de risque, ou a contrario devenir des leviers de protection et de performance durable.

À travers une approche concrète et interactive, les participantes et participants seront amenés à reconnaître les signaux de déséquilibre pour soi-même et les autres, à identifier les leviers d'action associés aux comportements et à réfléchir à des stratégies permettant de soutenir des environnements de travail plus sains, résilients et performants.

Cette conférence constitue une occasion privilégiée de renforcer son rôle dans la prévention des risques psychosociaux et dans la mise en place de conditions organisationnelles favorisant à la fois la santé des personnes, la qualité des décisions et la performance durable des organisations.



Estelle M. Morin, Ph. D.

Psychologie (Université de Montréal)

L'empreinte du gestionnaire : donner du sens à son travail pour préserver sa santé et soutenir son efficacité

Les dernières années ont profondément transformé l'expérience du travail de gestion. Entre l'urgence, l'incertitude et la pression de performance, plusieurs gestionnaires ont été amenés à repenser leur rôle, leurs priorités et la manière dont ils, elles souhaitent exercer leur influence au quotidien.

Dans le prolongement de la conférence portant sur les risques psychosociaux, cette présentation propose une réflexion sur le sens du travail comme facteur de protection et de résilience. En nous appuyant notamment sur les travaux de Lazarus et Folkman, nous verrons comment les stratégies orientées vers le sens, soutenues par des émotions positives, contribuent à soutenir l'adaptation face aux exigences du travail.

La conférence invitera les participants à réfléchir à l'empreinte qu'ils, elles souhaitent laisser par leur travail de gestion. Cette réflexion reposera sur une distinction entre :

- la trace, c'est-à-dire l'empreinte laissée lorsqu'une personne quitte une fonction ou une organisation ;
- l'impression, soit l'empreinte créée dans les interactions quotidiennes avec les collaborateurs.