



# Diplôme d'Université Santé et qualité de vie au travail

## Présentation

### 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

- 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.

### Organisation de la formation

123 heures en présence, auxquelles s'ajoutent 24 heures de suivi à distance.

Il se déroule de février à décembre, à raison de 2 jours par mois (les jeudis et vendredis).

### Admission

#### Modalités d'inscription

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)

Calendrier pour l'envoi des dossiers de candidature : consultable sur le site Internet du DU (<https://sites-formations.univ-rennes2.fr/du-sqvt/>)

#### Public cible

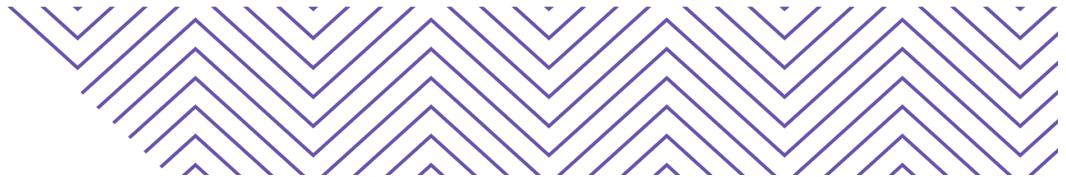
Ce D.U. « santé et qualité de vie au travail » est une formation ouverte exclusivement à un public en formation continue ou reprise d'études (salariés ou demandeurs d'emploi).

Il est destiné aux personnes suivantes :

- tout acteur concerné par la prévention des risques psychosociaux et de la qualité de vie au travail dans les organisations du secteur privé ou public ;
- responsables des ressources humaines ;
- cadres et dirigeants exerçant des responsabilités de direction d'équipe ou de service ;
- responsables ou personnels des services de santé au travail ;
- délégués syndicaux, représentants du personnel, secrétaires CHSCT ;
- préventeurs ;
- ergonomes ;
- consultants formateurs dans le domaine des relations sociales ;
- personnels médicaux et paramédicaux : médecins et infirmiers du travail, cadres de santé.

#### Droits d'inscription

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€

Pour les parcours modulaires, une attestation de compétences sera délivrée.

En résumé

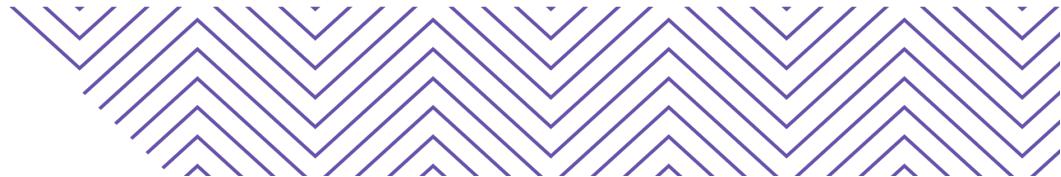
Durée : 147 heures

**Modalité d'enseignement**

- \* Formation continue

Nature de la formation : Diplôme d'université homologué

Langue(s) d'enseignement : Français



# Programme

## 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 document unique, enclencher des démarches de prévention RPS dans les organisations.

- Définition des RPS et facteurs de risques
- Intégrer les RPS au Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels
- 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 et enclencher des pratiques 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 conférenciers par an).

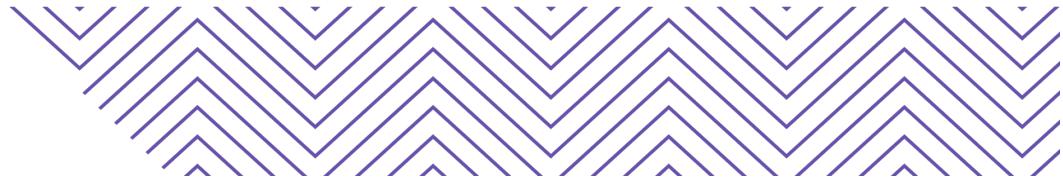
## UE5 : Méthodes d'intervention et supervision de l'élaboration du rapport d'intervention pratique

**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

## Année DU SQVT

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
<b>BLOC 1</b>	Module				
UE2 - Santé au travail & prévention risques psychosociaux	UE d'enseignement fondamental		35h		
UE1 - Stress et souffrance au travail	UE d'enseignement fondamental		31h		
UE3 - Qualité de vie, bien-être et bonheur au travail	UE d'enseignement fondamental	28h			



UE4 - Cycle de conférences	UE de spécialité	8h
UE5 - Méthodes supervision élaboration rapport intervention	UE de méthodologie	21h
BLOC 2	Module	
Suivi individuel	Enseignement fondamental	75h
BLOC 3	Module	
Soutenances	Mémoire	24h