

Atelier
OSMET
2021

Catalogue des meilleures pratiques


Annie Barreck
Marie-Ève Blanc
Alain Marchand

Université 
de Montréal


OSMET
Observatoire sur la santé
et le mieux-être au travail



Ordre de la présentation



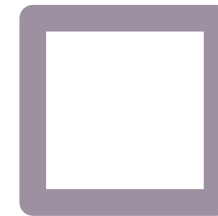
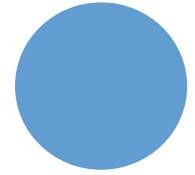
Qu'est-ce que c'est?
Comment est-il construit?
Qu'en ressort-il?
Que faut-il retenir?




Qu'est-ce que
c'est?

Qu'est-ce que c'est?

- Catalogue en ligne
- État des connaissances scientifiques
- Meilleures pratiques (interventions) en santé et mieux-être au travail
- Permet de tirer des conclusions à partir d'un ensemble de données
- Soutient la prise de décision dans divers milieux de travail





Comment est-il construit?

Méthode et classement



Méthode

- Revue systématique et méta-analyse des méta-analyses publiées à ce jour
- Tous types d'interventions et d'employés

Classement





- Typologie de l'OSMET
- Force de l'effet: feux de circulation

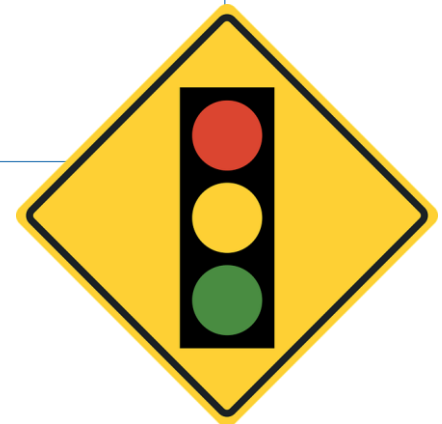


Qu'en ressort-il?

Détresse psychologique, épuisement
professionnel, dépression

Détresse psychologique

	 Aucun	 Faible	 Moyen	 Élevé
MACRO				
MESO	Soutien social - collègues (1) - supérieur (1)			
MICRO		Th. cognitivo-comportementale (3) <i>individuel ou groupe</i> Relaxation (2) <i>ex. respiration, yoga, gigong</i>		Pleine conscience-méditation (4) Dév. d'aptitudes personnelles (1) <i>ex. expression oral</i>



Épuisement professionnel

● Aucun

● Faible

● Moyen

● Élevé

MACRO

MESO

Soutien social (coll. ou sup.) (3)

Communication d'équipe (1)

Réorganisation du travail (1)
ex. autonomie

Dév. compétences liés au rôle (2)

MICRO

Relaxation (4)

Gestion du stress (5)

Strat. d'adaptation cognitive (3)

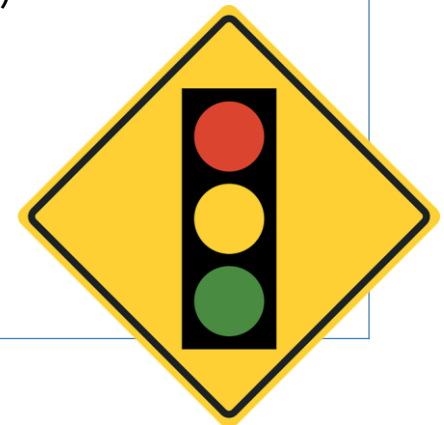
Approche psycho-éducationnelle (1)

Th. cognitivo.-compo. (9)





Pleine conscience-méditation
(10)

Dév. compétences
personnelles (1)

Télésanté
mentale (1)



Dépression

	 Aucun	 Faible	 Moyen	 Élevé
MACRO				
MESO	Participation des employés à l'amélioration de l'environnement (1)			
MICRO	Formation à la résilience (1)	Thérapie cognitivo-comportementale (7)	Gestion du stress (télésanté) (1)	
	Psychologie positive (1)	Pleine conscience-méditation (5)	Résolution de problème (télésanté) (1)	





Que faut-il
retenir?

Que faut-il retenir?

Principaux constats

- Pas de recette miracle
- Tendance forte vers le niveau micro (individu; efficacité relative)
- Interventions méso/macro peu développées (éventail restreint, effet annulé)
- Sur-représentation du milieu de la santé

Pistes futures

- Continuer le développement et la recherche sur l'efficacité de interventions
- Divers milieux de travail et niveaux d'analyse de l'organisation



Merci

Barreck Annie

annie.barreck@umontreal.ca

[https://www.osmet.umontreal.ca/
projets/meilleures-pratiques](https://www.osmet.umontreal.ca/projets/meilleures-pratiques)