



La qualité de vie au travail : l'affaire de tous

**UN PROGRAMME D'ATELIERS PHILOSOPHIQUES
À COMPOSER AVEC VOUS POUR VOS COLLABORATEURS**



DU SENS À L'ACTION

Pourquoi philosopher sur la Qualité de Vie au Travail ?

Philosopher, c'est penser, certes. Mais pour mieux être et agir. Philosopher a une portée pratique forte : c'est prendre conscience de qui l'on est, de ce que l'on fait et pourquoi.

Initialement utilisé pour faire référence à la gestion des risques psycho-sociaux en entreprise, le concept de **Qualité de Vie au Travail** nomme aujourd'hui l'ambition de créer et de développer un milieu professionnel où chacun puisse s'épanouir et contribuer ce qu'il a de meilleur pour le collectif. La recherche de qualité de vie au travail s'inscrit dans une société où le travail est une valeur affaiblie aux yeux de salariés dont la mobilité géographique et fonctionnelle est désormais plus fréquente. Des études de plus en plus nombreuses le confirment : la perception que se font les collaborateurs de la qualité de vie au travail dépend intimement de leur capacité à s'exprimer et à agir sur le contenu de leur travail. Les réponses à la souffrance au travail ne sauraient donc être strictement matérielles et médicales.



L'**atelier philosophique** est un espace de dialogue bienveillant et exigeant pour penser par soi-même et nommer ensemble les différentes dimensions de la qualité de vie au travail. C'est un moment offert aux collaborateurs, sans enjeu de livrable et sans comptes à rendre.

Nous avons développé chez Thaé une méthodologie accessible à tous et participative, grâce à laquelle chacun fait l'expérience des trois principaux leviers de la philosophie :

- **le questionnement** : quel est le problème ?
- **l'argumentation** : pourquoi est-ce que je pense ce que je pense ?
- **la définition** : de quoi parle-t-on ?

QUELLE EXPÉRIENCE PROPOSONS-NOUS ?

- Prendre le temps de penser
- Créer de nouveaux liens avec ses collègues
- S'initier à la pratique du dialogue

À QUI S'ADRESSE CE PROGRAMME D'ATELIERS ?

Ce programme est à construire avec vous et s'adresse à l'ensemble de vos collaborateurs, sur la base du volontariat et sur inscription préalable. Chaque atelier est limité à dix personnes, pour assurer une qualité de dialogue optimale.

Nous proposons des rendez-vous sur l'heure du déjeuner - ou toute autre plage horaire de 2h à votre convenance - dans un espace idéalement clair et calme pouvant accueillir une dizaine de personnes.

Un programme à construire avec vous

Un atelier par jour pendant la semaine de la **Qualité de Vie au Travail**, un atelier par mois pendant l'année... les modalités d'organisation des ateliers sont flexibles, à imaginer ensemble.

Nous vous proposons ici une sélection de douze thèmes à partir desquels monter votre programme.



L'AUTRE

L'expérience de notre coexistence avec d'autres personnes est un fait. Mais pourquoi cette rencontre est-elle parfois difficile ? L'autre, c'est celui qui est différent. Et pourtant, il arrive qu'il pense et ressente comme moi. L'autre m'est-il alors si étranger ? Ai-je besoin de lui ou besoin de m'en protéger ?

LE CHANGEMENT

Il est la réalité que nous avons tous en partage, mais il est aussi l'une des choses les plus -complexes à vivre, parfois même quand nous l'avons souhaité. Gros de promesses et d'inconnu, on aime à se le présenter comme une opportunité. Mais est-ce toujours le cas ? Qu'est-ce qui fait qu'un changement est bon ?

LA CONFIANCE

Quelles que soient nos actions, une zone irréductible d'incertitude demeure. La confiance est donc ce pari fait sur la situation sans lequel il nous serait impossible de commencer notre journée. Mais si les preuves viennent à manquer, reste-t-elle ? Sur quoi repose la confiance et peut-on la donner aux autres si nous ne l'avons pas en nous-mêmes ?

L'INTIMITÉ

Subtile, l'intimité est à la fois frontière et espace. Besoin d'un lieu et d'un temps où chacun peut être entièrement lui-même, sans retenue, car sans peur d'être jugé et sans risque de déranger. Mais l'entreprise a-t-elle à assurer une quelconque forme d'intimité ?

LA QUALITÉ DE VIE

Complétée par « au travail », l'expression est aujourd'hui courante, mais recouvre des enjeux variés. Derrière les mesures prises, il y a les détails personnels du quotidien. Détails qui font finalement la qualité de « ma » vie, car la vie ne se connaît jamais qu'à la première personne et que chacun est seul juge devant la question : ai-je une vie de qualité ?

LA PEUR

Réaction physiologique et affective, la peur est d'abord un instinct primaire de protection. Mais elle est aussi souvent vécue comme une émotion capable de neutraliser entièrement le corps et l'esprit. On n'ose plus prendre d'initiatives, on perd ses moyens, on tait ce que l'on pense réellement... La peur peut-elle alors servir à quelque chose ?

LA RECONNAISSANCE

Souvent le mot est prononcé pour en revendiquer le manque, et notamment pour évoquer le malaise de collaborateurs souffrant que leur contribution dans l'entreprise ne soit pas perçue à sa juste valeur. Mais certains pensent aussi que l'on peut, voire que l'on doit, s'en passer. Le besoin de reconnaissance est-il alors un signe de faiblesse ?

LA RÉUSSITE

La réussite est le grand impératif de nos sociétés, depuis l'école jusqu'à notre dernier jour. Elle convoque pourtant des réalités bien différentes : on peut réussir sa carrière aussi bien qu'un tableau ou un plat cuisiné... Qu'est-ce que la réussite si elle peut avoir tant d'objets différents, jusqu'à porter sur la vie-même, comme le veut l'expression "réussir sa vie" ?

LE SAVOIR-ÊTRE

Si le savoir-faire renvoie à la compétence, le savoir-être renvoie au comportement. A prendre l'expression aux mots, nous découvrons qu'elle ouvre directement un questionnement éthique. Enlevons seulement le trait d'union : « savoir être », est-ce seulement adopter l'attitude qui convient aux codes d'un milieu ?

LE TEMPS

« Je n'ai pas le temps », « le temps passe vite », « le temps, c'est de l'argent », « c'est urgent ! »... Le temps est à la fois une chose précieuse et un phénomène auquel nous ne commandons pas. Il passe, que nous le voulions ou non. Peut-on alors ne pas la subir ? Et existe-t-il un bon emploi du temps ?

LE TRAVAIL

L'étymologie du mot donne froid dans le dos : tripaliare, tourmenter avec un instrument. Le travail a longtemps désigné l'activité pénible par laquelle une personne subvient à ses besoins. Mais depuis plusieurs décennies, il prend un sens plus contrasté : entre aliénation et source d'épanouissement, comment vivre et concevoir cette activité nécessaire aujourd'hui ?

LA TRANSFORMATION NUMÉRIQUE

Connexion permanente et instantanée, multiplications des données à traiter, des applications à maîtriser, substitution de la machine à l'homme... La transformation numérique recouvre des phénomènes divers qui témoignent que la technologie modifie notre rapport au monde, au travail et aux autres. Comment faire bon usage de l'un des outils les plus puissants que l'Homme ait jamais inventé ?

QUI SOMMES-NOUS ?

THAÉ EST UNE AGENCE DE PHILOSOPHIE
FONDÉE EN 2012 POUR AIDER
LES ORGANISATIONS À MIEUX PENSER
CE QU'ELLES FONT ET L'INCARNER
AU QUOTIDIEN.

NOTRE CONVICTION

LE SENS EST NECESSAIRE A L'ACTION
DE CHACUN ET A LA PERFORMANCE
DES ORGANISATIONS

NOTRE MÉTHODE

LA PRATIQUE DE LA PHILOSOPHIE.
POSER LES VRAIS PROBLÈMES,
QUESTIONNER LES ÉVIDENCES,
EXERCER SON DISCERNEMENT, MIEUX
SE COMPRENDRE, SOI ET LES AUTRES.

LES ATELIERS PHILOSOPHIQUES
SONT ANIMÉS PAR
FLORA BERNARD
SOCIOLOGUE,
LONDON SCHOOL OF ECONOMICS
MARION GENAIVRE
PHILOSOPHE, SORBONNE

