

## ERRATUM

**Le syndrome du Brown-out :  
expériences vécues et pistes d'intervention  
co-construites par les travailleurs**

### MÉMOIRE

Rédigé par : **VICARI Deborah (s181655)**

Promotrice : **HANSEZ Isabelle**

Superviseuse : **SUTTOR Delphine**

Lectrices : **ETIENNE Anne-Marie & BRAGARD Isabelle**

*Mémoire de fin d'études présenté en vue de l'obtention du grade de Master en Sciences Psychologiques*

*Année académique 2024-2025*

En relisant mon mémoire, j'ai relevé quelques erreurs que je souhaiterais porter à votre connaissance.

- Page 1 : au lieu de « sciences psychologique » veuillez lire « sciences psychologiques »
- Page 6 : Au lieu de « 2018 » veuillez lire « Graeber, 2018 ; Cité par Dujarier, 2015 » (ligne 21)
- Page 7 : au lieu de « se traduisant par s'allonger par terre » veuillez lire « se traduisant par « s'allonger par terre » » (ligne 11)
- Page 9 : Ajouter « Cette introduction s'appuie en partie sur le dossier réalisé par De Reymaeker (2018), qui explore les dimensions culturelles et idéologiques du travail dans nos sociétés contemporaines. » (ligne 7)
- Page 10 : Au lieu de « 2002 » veuillez lire « Karnas, 2002, Cité par Arnoux-Nicolas, 2023 » (ligne 2)
- Page 10 : au lieu de « discuté » veuillez lire « discutées » (ligne 9)
- Page 10 : au lieu de « In fine » veuillez lire « *In fine* » (ligne 9)
- Page 10 : ajouter « mal être » devant « psychologique » (ligne 14)
- Page 10 : Ajouter « selon Godin (2023) » (ligne 24)
- Page 10 : au lieu de « s ensus » veuillez lire « sensus » (ligne 30)
- Page 15 : Au lieu de « 1981 » veuillez lire « Maslach et Jackson, 1981, Cité par Josse, 2004 » (ligne 1)
- Page 15 : Au lieu de « 1976 » veuillez lire « Maslach, 1979, Cité par Josse, 2004 » (ligne 4)
- Page 16 : Au lieu de « 2011 » veuillez lire « Bourion et Trébucq, 2011, Cité par Chtioui, 2021 » (ligne 3)
- Page 16 : Au lieu de « 2016 » veuillez lire « Bourion, 2016, Cité par Chtioui, 2021 » (ligne 20)
- Page 8 : supprimer « ou professionnelles » (ligne 3)
- Page 18 : Au lieu de « 2015 » veuillez lire « Hartmut Rosa, 2010, Cité par Drevon, 2015 » (ligne 7)
- Page 18 : supprimer la virgule qui suit « Barfety (2024) (ligne 21)
- Page 19 : Au lieu de « 2013 » veuillez lire « Graeber, 2013, Cité par Coutrot et Perez, 2022 » (ligne 10)
- Page 19 Au lieu de « 2018 » veuillez lire « Graeber, 2018, Cité par Coutrot et Perez, 2022 » (ligne 17)
- Page 21 : supprimer le point qui précède « et l'augmentation » (ligne 6)
- Page 22 : Au lieu de « 1980 » veuillez lire « Yalom, 1980, Cité par Cherré, Laaraf et Yanat, 2015 » (ligne 22)
- Page 23 : Ajouter à la suite de la référence de Festinger « Festinger, 1957, Cité par Vaidis et Halimi-Falkowicz, 2007 » (ligne 26)
- Page 24 : doublon du mot, supprimer le mot « facteurs » (ligne 23)
- Page 28 : Au lieu de « D'agostino et al., 2022 » veuillez lire « D'agostino et al., 2022, Cité par Dain, 2024 » (ligne 12)

- Page 28 : Au lieu de « Dupray et al., 2022 » veuillez lire « Dupray et al., 2022, Cité par Dain, 2024 » (ligne 13)
- Page 30 : au lieu de « condamné » veuillez lire « condamné » » (ligne 20)
- Page 30 : ne pas lire en italique « (Clayton et al., 2017, trad libre) » (ligne 20)
- Page 30 : au lieu de « “accumulation » veuillez lire « « accumulation » (ligne 20)
- Page 30 : ne pas lire en italique « (Pihkala, 2018). » (ligne 22)
- Page 33 : supprimer « sur trois sources principales » (ligne 16)
- Page 37 : ajouter titre au tableau : « Tableau 1 : données démographiques des participants »
- Page 37 : au lieu de « menées » veuillez lire « menés » (ligne 7)
- Page 38 : au lieu de « in vivo », veuillez lire « *in vivo* » (ligne 10)
- Page 56 : au lieu de « formalisée » veuillez lire « formalisés » (ligne 10)
- Page 57 : au lieu de « qu'il » veuillez lire « qu'elle » (ligne 8)
- Page 57 : au lieu de « transparente » veuillez lire « transparentes » (ligne 13)
- Page 57 : au lieu de « employés » veuillez lire « travailleurs » (ligne 14)
- Page 57 : au lieu de « faire » veuillez lire « vers » (ligne 24)
- Page 61 : Ajouter après Siegrist « Siegrist, 1996, Cité par Chapelle, 2016 » (ligne 5)
- Page 69 : Ajouter après Karasek « Karasek, 1979, Cité par Chapelle, 2016 » (ligne 26)

Concernant la bibliographie, veuillez prendre en compte cette version :

## BIBLIOGRAPHIE

- Albrecht G. (2011) « Chronic environmental change : emerging « psychoterratic » syndromes », in Weissbecker Inka, *Climate Change and Human Well-Being*, Springer, p. 43-56, , [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9742-5\\_3](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9742-5_3)
- Alderson, M. (2004). La psychodynamique du travail : objet, considérations épistémologiques, concepts et prémisses théoriques. *Santé mentale au Québec*, 29(1), 243–260. <https://doi.org/10.7202/008833ar>
- Alias, M., Janis, I., Muhammad-Sukki, F & Zulkipli, M. (2020). Using illustrations to make decisions on the most appropriate qualitative research methodology: The industry 4.0 scenario. *International Journal of Qualitative Methods*, 19, 1609406920907247. <https://doi.org/10.1177/1609406920907247>
- Apostolidis, T., Restivo, L. & Julian-Reynier, C. (2018). Performing interpretative phenomenological analysis: A perspective for psychosocial investigation. *Pratiques Psychologiques*, 24(4), 427-449.
- Arnoux-Nicolas, C. (2019). Donner un sens au travail : Pratiques et outils pour l'entreprise. Dunod. <https://doi.org/10.3917/dunod.arnou.2019.01>
- Arnoux-Nicolas, C. (2019). Se former et se reconvertis dans l'artisanat d'art : sens retrouvé du travail et retour en formation. *Le sujet dans la cité, Actuels*, 8(1), 115-129. <https://doi.org/10.3917/lscdlc.hs08.0115>

- Arnoux-Nicolas, C. (2022). Le télétravail transforme-t-il le sens du travail ? *Le Journal des psychologues*, 399(7), 16-20. <https://doi.org/10.3917/jdp.399.0016>
- Arnoux-Nicolas, C., & Olry-Louis, I. (2022). Le sens des transitions et des bifurcations professionnelles. Cairn. <https://shs.cairn.info/le-sens-des-transitions-et-des-bifurcations-professionnelles--9782848357843?lang=fr>
- Arnoux-Nicolas, C. (2023). Trouver du sens dans son travail : des aspirations alliant l'individuel et le collectif. *Action publique. Recherche et pratiques*, 17(2), 17–25.
- ARTE. (2022). *Travailler a-t-il un sens ? Les idées larges | ARTE avec Marie Anne Dujarier* [Vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=mU9jMhXLTN0&t=0s>
- Ashforth, B. E. & Pratt, M. G. (2003). Fostering meaningfulness in the workplace. In R. G. Lord, R. J. Klimoski, & D. R. Ilgen (Eds.), *The handbook of organizational behavior* (pp. 309-340). Sage.
- Baillat, L., Vayre, E., Préau, M., & Guérin, C. (2023). Burnout and Brownout in Intensive Care Physicians in the Era of COVID-19 : A Qualitative Study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 20(11), 6029. <https://doi.org/10.3390/ijerph20116029>
- Barfety, J. (2024). La quête de sens au travail, dans les entreprises et administrations. *Administration*, 281(1), 40-42. <https://doi.org/10.3917/admi.281.0040>
- Bartoli, F., & Durat, M. (2014). *Risques psychosociaux : Comprendre, prévenir, agir*. Editions Liaisons.
- Baumann, F. (2017). *Le brown-out - Quand le travail n'a plus aucun sens*. Josette Lyon.
- Beaudry, C., & Gagnon, M. (2013). Lorsque la vie perd son sens, qu'en est-il du travail ?. *Humanisme et Entreprise*, 315, 61-76. <https://doi.org/10.3917/hume.315.0061>
- Bellego, C. (2012). *Prévenir les risques psychosociaux : Enjeux et méthodes*. Eyrolles.
- Benz, M., & Frey, B. S. (2008). Being independent improves job satisfaction: A European analysis. *Kyklos*, 61(3), 363-383.
- Bert, C. (2023). La valeur travail, vraiment ? Souffrance éthique et transgressions. *Les Politiques Sociales*, 1-2(1), 91-96. <https://doi.org/10.3917/lps.231.0091>
- BeSWIC. (s. d.). *Risques psychosociaux : réglementation*. <https://beswic.be/fr/reglementation/risques-psychosociaux-reglementation>
- Bodier, M & Gollac, M. (2011). *Mesurer les facteurs psychosociaux de risque au travail pour les maîtriser : Rapport du Collège d'expertise sur le suivi des risques psychosociaux au travail*. Ministère du Travail.
- Bouilloud, J., & Fournout, O. (2018). Accélération et bourrage du temps : les enjeux de la perception du temps dans la modernité. Dans N. Aubert (dir.), *la recherche du temps*.

*Individus hyperconnectés, société accélérée : tensions et transformations* (pp. 125-141).  
érès. <https://doi.org/10.3917/eres.auber.2018.01.0125>

- Bourbonnais, R., Brisson, C., Trudel, L., & Vézina, M. (2006). Définir les risques Note de recherche : Sur la prévention des problèmes de santé mentale. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 163(3), 32-38. <https://doi.org/10.3917/arss.163.0032>.
- Chapelle, F. (2018). *Risques psychosociaux et Qualité de Vie au Travail : en 36 notions*. Dunod. <https://doi.org/10.3917/dunod.chape.2018.01>
- Cherré, B., Laarraf, Z., & Yanat, Z. (2015). Dissonance éthique : forme de souffrance par la perte de sens au travail. *Recherches en Sciences de Gestion - Management Sciences - Ciencias de Gestión*, (100), 143–172.
- Chevalier, E. (2020). La crise de la Covid-19 remet en question le sens que l'on donne à son travail. *The Conversation*. <https://theconversation.com/la-crise-de-la-covid-19-remet-en-question-le-sens-que-lon-donne-a-son-travail-136895>
- Chtioui, A., & Hechiche, L. (2021). Le bore-out : quand ennui et épuisement professionnel vont “de pair”. Une compréhension en profondeur d'un phénomène en gestation. *Mémoire présenté à la Conférence AGRH 2021*, Paris, Institut Supérieur de Gestion de Tunis.
- Clark, A. E. (2001). What really matters in a job? Hedonic measurement using quit data. *Labour Economics*, 8(2), 223-242.
- Clayton S. & al. (2017), « Mental health and our changing climate : impacts, implications, and guidance », American Psychological Association.
- Clot, Y. (2004). 19. Travail et sens du travail. Dans P. Falzon *Ergonomie* (p. 317-331). Presses Universitaires de France. <https://doi.org/10.3917/puf.falzo.2004.01.0317>.
- Clot, Y., & Tomás, J. L. (2016). Sens et valeurs du travail. Dans G. Valléry (Éd.), *Psychologie du Travail et des Organisations : 110 notions clés* (pp. 383-386). Dunod. <https://doi.org/10.3917/dunod.valle.2016.01.0383>
- Collectif Nos Services Publics. (2021). *Perte de sens chez les agents du service public : les résultats de notre enquête*.
- Coutrot, T., & Perez, C. (2021). *Quand le travail perd son sens : L'influence du sens du travail sur la mobilité professionnelle, la prise de parole et l'absentéisme pour maladie. Une analyse longitudinale avec l'enquête Conditions de travail 2013-2016* (Document d'études n°249). DARES, Ministère du Travail ; Centre d'économie de la Sorbonne – Université de Paris 1.
- Coutrot, T., & Perez, C. (2022). Redonner du sens au travail. Une aspiration révolutionnaire. *Travail et emploi*, 168. <https://www.cairn.info/revue--2022-1-page-1k.htm>

- Coutrot, T., & Perez, C. (2023). Le sens du travail : enjeu majeur de santé publique. Dans B. Palier (Éd.), *Que sait-on du travail* (pp. 98-113). Presses de Sciences Po.
- Crumbaugh, J. C., & Maholic, L. T. (1988). *Purpose in Life Test (PIL)*.
- Dain, A. (2024). Une « quête de sens » ? Construction du sens par des reconvertis dans l'artisanat. *Formation emploi*, 165(1), 85-108. <https://doi.org/10.4000/formationemploi.12404>
- De Reymaeker, B. (2018). Le mythe du travail. *Culture & Démocratie. Le Journal*, (48).
- Dekas, K. H., Rosso, B. D., & Wrzesniewski, A. (2010). On the meaning of work: A theoretical integration and review. *Research in Organizational Behavior*, 30, 91-127. <https://doi.org/10.1016/j.riob.2010.09.001>
- Del Rio Carral, M., & Santiago Delefosse, M. (2017). Les méthodes qualitatives en psychologie et sciences humaines de la santé. *Dunod*. <https://doi.org/10.3917/dunod.santi.2017.01>
- Dik, B. J., Duffy, R. D. & Steger, M. F. (2012). Measuring meaningful work: The Work and Meaning Inventory (WAMI). *Journal of Career Assessment*, 20(3), 322–337. <https://doi.org/10.1177/1069072711436160>
- Drevon, B. (2014). Accélération. Une critique sociale du temps, Hartmut Rosa. Traduction Didier Renault. Paris, La Découverte, coll. « Théorie critique », 2013, 480 pages. *Idées économiques et sociales*, 177(3), 78-79. <https://doi.org/10.3917/idee.177.0078>
- Dujarier, M. (2018). III. Qu'est-ce que le « travail » ?. Dans P. Musso (éd.), *Qu'est-ce qu'un régime de travail réellement humain* (pp. 41-52). Hermann. <https://doi.org/10.3917/herm.musso.2018.01.0041>
- Firket, P., Lutgard, B., Hansez, I., & Mairiaux, P. (2019). *Recherche sur le Burnout au sein de la population active belge : rapport final*.
- Frankl, V. E. (1988). *Découvrir un sens à sa vie*. InterEditions.
- Gilardone, M. (2002). *Une autre approche du travail en économie : Amartya Sen. Des économistes et les tâches du présent. Analyse du travail et dialogue des savoirs*. Aix-en-Provence, France. pp. 77-92.
- Gilson, R. L., Harter, L. M., & May, D. R. (2004). The psychological conditions of meaningfulness, safety and availability and the engagement of the human spirit at work. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 77(1), 11-37. <https://doi.org/10.1348/096317904322915892>
- Godin, R. (2023). Vive la « polycrise » ! Grandeur et misère d'une notion à la mode. *Revue du Crieur*, 23(2), 66-79. <https://doi.org/10.3917/crieu.023.0066>.
- Guergoat-Larivière, M., & Marchand, S. (2012). La qualité de l'emploi: une analyse comparative des indicateurs. *Économie et Statistique*, 451-452(1), 163-195.

- Halimi-Falkowicz S., & Vaidis D. (2007). La théorie de la dissonance cognitive : une théorie âgée d'un demi-siècle. *Revue électronique de Psychologie Sociale*, 1, pp. 9-18. <https://psychologiescientifique.org/wp-content/uploads/2018/02/Vaidis-et-Halimi-Falkowicz-2007-La-th%C3%A9orie-de-la-dissonance-cognitive-une-th%C3%A9orie.pdf>
- Hennink, M., & Kaiser, B. N. (2022). Sample sizes for saturation in qualitative research: A systematic review of empirical tests. *Social Science & Medicine*, 292, 114523.
- Hessels, J., Millan, R., & Thurik, R. (2013). Autonomy and job satisfaction: New evidence from a European analysis. *IZA Journal of European Labor Studies*, 2(1), 1-21.
- Jacquot, L. (2023). Marie-Anne Dujarier, Troubles dans le travail. Sociologie d'une catégorie de pensée. *La nouvelle revue du travail*, 23. <http://journals.openedition.org/nrt/15174>
- Je me sens bien au travail. (s. d.). *Burn-out : Maladie professionnelle ou maladie en relation avec le travail* [En ligne]. Consulté le 20 décembre 2024, sur <https://www.jemesensbienautravail.be/fr/reconnaitre/burn-out/maladie-professionnelle-ou-maladie-en-relation-avec-le-travail>
- Josse, E. (2008). *Le burn-in et le burn-out*. [En ligne]. Consulté sur <https://www.resilience-psy.com>
- Karam-Leder, N. (2023). La quête de sens au travail face à la pénibilité. *Germinal*, 6(1), 196-203. <https://doi.org/10.3917/ger.006.0196>.
- Lampard, R., & Pole, C. J. (2002). Practical social investigation: Qualitative and quantitative methods in social research. Prentice Hall.
- Le Monde. (2024, 22 septembre). Les repentis de la reconversion professionnelle : « On s'attend à vivre une autre vie, mais la désillusion est totale ». [https://www.lemonde.fr/m-perso/article/2024/09/22/les-repentis-de-la-reconversion-professionnelle-on-s-attend-a-vivre-une-autre-vie-mais-la-desillusion-est-totale\\_6327564\\_4497916.html?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.lemonde.fr/m-perso/article/2024/09/22/les-repentis-de-la-reconversion-professionnelle-on-s-attend-a-vivre-une-autre-vie-mais-la-desillusion-est-totale_6327564_4497916.html?utm_source=chatgpt.com)
- Lebrun-Paré, É., & Centr'ERE-UQAM. (2019). *Le phénomène d'écoanxiété - Une fiche-synthèse exploratoire*.
- Les Scop Belgique. (s. d.). *Les Scop en Belgique*. <https://les-scop.be/scop-belge>
- Les Scop. (s. d.). *Site officiel des Scop en France*. <https://www.les-scop.coop/>
- Linhart D. (1978). Quelques réflexions à propos du refus du travail, *Sociologie du travail*, n°3, p. 310-321.
- Lips-Wiersma, M., & Morris, L. (2009). Discriminating between ‘meaningful work’ and the ‘management of meaning’. *Journal of Business Ethics*, 88(3), 491–511. <https://doi.org/10.1007/s10551-009-0118-9>

- Marchand, D. (2022). 89. Solastalgie. Dans D. Marchand (éd.), *Psychologie environnementale : 100 notions clés* (pp. 233-234). Dunod. <https://doi.org/10.3917/dunod.march.2022.01.0233>
- Michaelson C. (2020). « Clap all you like now, but workers with meaningful jobs deserve to be valued in a post-coronavirus economy too », The Conversation
- Morsa, M. (2024). *Approfondissement en recherche qualitative (PSYC5914-1) : Cours 6 : L'analyse thématique réflexive*. FPLSE, ULiège.
- Morse, J. M. (2015). « Data were saturated... ». *Qualitative Health Research*, 25(5), 587-588. <https://doi.org/10.1177/1049732315576699>
- Nguyen, C. (2021). La perte de sens au travail. Dans C. Nguyen (Éd.), *Santé psychologique au travail et Covid-19 : Le pouvoir des bonnes pratiques* (pp. 45-49). De Boeck Supérieur. <https://doi.org/10.3917/dbu.nguye.2021.01.0045>
- Pihkala, P. (2018). Eco-anxiety, tragedy, and hope: Psychological and spiritual dimensions of climate change. *Zygon: Journal of Religion and Science*, 53(2), 545–569. <https://doi.org/10.1111/zygo.12407>
- Rifkin, J. (1995). The End of Work: The Decline of the Global Labor Force and the Dawn of the Post-Market Era. *Putnam Publishing Group*.
- Rifkin, J. (2019). *The Green New Deal*. St. Martin's Press.
- Sifer-Rivière, L. (2023). Enquêter par entretien : se saisir du discours et de l'expérience des personnes. Dans Balard, F., Fournier, C., Kivits, J., & Winance, M. (dirs), *Les recherches qualitatives en santé* (pp. 174-194). Armand Colin. <https://stm.cairn.info/les-recherches-qualitatives-en-sante--9782200631970-page-174?lang=fr>.
- Sousa-Poza, A. (2000). Job satisfaction and working conditions: An investigation of British and German workers. *Applied Economics*, 32(15), 1877-1886.
- Soyez, F. (2023). Burn-out, bore-out et brown-out : quand le travail rend malade. *Harvard Business Review*. Consulté le 3 février 2025 <https://www.hbrfrance.fr/organisation/burn-bore-et-brown-out-quand-le-travail-rend-malade-60296>
- Tribunal du travail de Bruxelles, 1ère chambre, 9 janvier 2018, *J.T.T.*, 2018/9, n°1303, p. 139-143.