



SSPSYS  
SGGPSY  
SSPSIS

Société suisse de  
psychologie de la santé  
Schweizerische Gesellschaft für  
Gesundheitspsychologie  
Società svizzera di  
psicologia della salute

Newsletter, n°1/2021

---

Chères abonnées, chers abonnés,

La pandémie et les mesures de protection continuent de dicter le rythme de notre vie quotidienne. Les restrictions en matière de mobilité, les inquiétudes sur le lieu de travail ou encore les charges multiples à la maison sont exigeantes pour beaucoup d'entre nous. Il est donc d'autant plus important de préserver les ressources individuelles et collectives. Cela coïncide avec l'objectif annuel de la SSPSyS : nous souhaitons mettre nos membres en contact plus étroit les uns avec les autres et établir des collaborations fructueuses avec d'autres organisations. Établir une meilleure visibilité de notre association, ou encore renforcer la formation continue des psychologues de la santé, figurent aussi parmi les principaux objectifs du comité.

Nous avons déjà fait une première expérience avec l'association « [chronischkrank.ch](http://chronischkrank.ch) » et « [Careum Weiterbildung](http://careum-weiterbildung.ch) ». Notre conférence commune du 13 janvier 2021 sur le thème « Chronisch krank in der digitalen Welt » a suscité un grand intérêt. Par ailleurs, nous avons complété notre site web avec des « Astuces pour appliquer les mesures en matière d'hygiène et de comportement » ; ces conseils approuvés sont issus de la psychologie de la santé et peuvent être suivis pendant la pandémie de Covid-19. Vous en apprendrez plus à ce sujet dans cette newsletter.

Nous nous réjouissons de contribuer à nouveau ensemble au développement de la psychologie de la santé en Suisse pendant l'année 2021.

Pour l'équipe de rédaction de la newsletter,  
Roger Keller

## Nos membres se présentent

La newsletter offre à nos membres l'occasion de se présenter et de présenter leur travail, ainsi que de promouvoir le réseautage entre les psychologues de la santé en Suisse. Nous sommes heureux-euses de vous présenter ici deux autres membres.

Si vous souhaitez également profiter de cette occasion, veuillez répondre aux questions suivantes en envoyant un e-mail à [newsletter@healthpsychology.ch](mailto:newsletter@healthpsychology.ch) :

- Nom, prénom :
- Formation :
- Expériences professionnelles :
- Adhésion à des associations professionnelles :
- Titre FSP :
- Quelle sont vos activités professionnelles actuelles dans le domaine de la psychologie de la santé ?
- Si vous aviez trois souhaits pour le développement de la psychologie de la santé en Suisse, quels seraient-ils ?

Nous nous réjouissons de vos contributions !



**Maria del Rio Carral**  
Dr..

[maria.delriocarral@unil.ch](mailto:maria.delriocarral@unil.ch)

### **Formation**

- MSc en psychologie et sociologie à l'Université de Fribourg
- Doctorat en psychologie, thèse en psychologie de la santé à l'Université de Lausanne.

### **Adhésion à des associations professionnelles**

- FSP – Fédération Suisse des Psychologues
- SSPsyS – Société Suisse de Psychologie de la Santé
- SSP – Société Suisse des Psychologues
- EQiP – Association of European Qualitative Researchers in Psychology (Membre fondatrice et Présidente)
- SQiP, APA – Society for Qualitative Inquiry in Psychology
- QMiP, BPS – Qualitative methods in Psychology (membre externe).

### **Activités professionnelles actuelles dans le domaine de la psychologie de la santé**

- Actuellement, je travaille comme Maître d'Enseignement et de Recherche, type 1 (Tenured Lecturer) en psychologie de la santé et méthodes qualitatives à l'Université de Lausanne au sein du laboratoire [PHASE](#) et je suis membre du conseil de formation du CAS en psychologie de la santé de l'Université de Lausanne.
- J'enseigne les méthodes qualitatives appliquées à la psychologie et à la psychologie de la santé.
- Mon activité de recherche comporte deux principaux axes en psychologie de la santé : le premier porte sur les comportements de santé en tant que pratiques contextualisées dans la vie quotidienne et ancrées dans le corps ; le deuxième axe concerne les défis psychologiques liées à la santé digitale. Par exemple, j'ai récemment obtenu un fonds SPARK, FNS encourageant les idées innovantes, ce qui me permet d'analyser les comportements de santé mis en scène par des YouTubeur-euses dans leurs vidéos.

### **Mes souhaits pour le développement de la psychologie de la santé en Suisse**

- La psychologie de la santé reste un domaine encore peu connu en Suisse. La recherche qualitative dans ce domaine l'est encore moins ! Il est donc important de mieux montrer le potentiel de ce type de recherche. Elle permet de développer des modèles et des interventions adaptées à la perspective des acteurs/actrices dans leur contexte

de vie, proches du sens qu'ils/elles donnent à leur expérience vécue.

- De la même manière, des liens avec la pratique doivent être renforcés.
- Enfin, la psychologie de la santé comporte un savoir permettant de mieux accompagner les changements profonds que la crise sanitaire actuelle introduit dans notre société. Ce savoir peut être aujourd'hui mis au service de la collectivité.



**Jeannette Büchel**  
MSc

[Jeannette.Buechel@suva.ch](mailto:Jeannette.Buechel@suva.ch)

### **Formation**

- MSc en psychologie à l'Université de Zürich (UZH)

### **Adhésion à des associations professionnelles**

- FSP – Fédération Suisse des Psychologues
- SSPsyS – Société suisse de la psychologie de la santé
- Fachverband Psychologie der Arbeitssicherheit
- SGAS - La Société Suisse de Sécurité au Travail
- Plattform Sicherheitsmanagement FHNW
- Groupe de suivi – Observatoire suisse du sport

### **Activités professionnelles actuelles dans le domaine de la psychologie de la santé**

- Actuellement : Cheffe d'équipe « Human Factors » à la Suva, Lucerne.
- Divers projets appliqués et de recherche dans le domaine de la prévention des accidents liés aux loisirs et au travail, ainsi que des maladies liées au travail.
- Changements de comportement dans le contexte de la prévention
- Évaluation des mesures de prévention
- Experte sur les thèmes liés à la santé, comme les mesures de prévention et les changements de comportement.

### **Mes souhaits pour le développement de la psychologie de la santé en Suisse**

- La santé a une grande valeur et représente une ressource importante, tant sur le plan privé que professionnel. Grâce à notre expertise en psychologie, nous pouvons proposer des conseils de prévention efficaces. Je souhaite m'engager pour que la psychologie de la santé et ses avantages puissent mieux se faire connaître ; par exemple en encourageant la collaboration avec diverses organisations, en mettant les membres en contact, ou en divulguant dans l'espace public plus d'informations sur les recherches actuelles en psychologie de la santé.

# Activités du comité

## Réévaluation du titre « Psychologue spécialiste en psychologie de la santé FSP »

En collaboration avec la FSP, la SSPsyS est en train de réévaluer le titre de spécialisation ; ceci afin de continuer d'offrir à nos membres la possibilité d'acquérir le titre de « [Psychologue spécialiste en psychologie de la santé FSP](#) » et afin d'assurer la qualité du titre de spécialiste.

Le titre de spécialisation FSP aura une qualité équivalente au titre de formation continue reconnu au niveau fédéral - selon la loi fédérale sur les professions de la psychologie. Étant donné que la FSP a prolongé le délai de réévaluation du titre de spécialiste jusqu'à la fin de l'année 2022, les demandes de titre de spécialisation peuvent toujours être soumises selon les critères précédents.

## Relations publiques

La position et l'avis de la psychologie de la santé sur les questions relatives au Covid-19 sont de plus en plus demandés dans l'espace public. Au cours des derniers mois, plusieurs membres ont eu l'occasion de s'exprimer à ce sujet dans les médias :

- Carlo Fabian: [Keine grossen Feste: Corona-Diskussion um Weihnachten spaltet Familien - 20 Minuten](#)
- Urte Scholz : RTS, émission Arena du 15.01.2021, sur le sujet «[Corona-Hilfe – Wirklich genug?](#)»
- Urte Scholz: [RTS, journal régional radio Zürich/Schaffhausen du 13.01.2021, au sujet des impacts de la crise Coronavirus](#) (dès la minute 8:40)
- Urte Scholz: [Interview dans la table ronde au sujet de la signification des rituels dans le contexte de la pandémie de Covid-19.](#)

## Réseautage

Le comité a également élargi la visibilité de la SSPsyS en créant sa propre page [LinkedIn](#). Nous serions reconnaissant-e-s que vous contribuiez également à mieux faire connaître la SSPsyS sur LinkedIn. En plus de la page LinkedIn de la SSPsyS, il existe également un groupe réservé aux membres ; Jeannette Büchel est responsable des postes sur LinkedIn.

Par ailleurs, un espace réservé aux membres sur le site web de la SSPsyS sera mis en service dès que possible. Cela permet notamment à nos membres de mentionner leurs activités dans le domaine de la psychologie de la santé et de partager leur expertise avec les autres membres.

Une deuxième réunion avec L'Association suisse pour le travail social dans le domaine de la santé ([SAGES](#)) a finalement eu lieu à la mi-janvier 2021. Grâce à la collaboration entre la SSPsyS et des professionnels du domaine de la médecine et du travail social, nous contribuons à une meilleure compréhension bio-psycho-sociale de la santé.

## Covid-19 : Conseils de la psychologie de la santé

Les pages de notre site web consacrées à la [Covid-19](#) représentent une étape importante. Grâce à des conseils scientifiques, la psychologie de la santé rend ainsi compte dans l'espace public de la pertinence de ses connaissances. Cela soutient non seulement l'engagement personnel pendant la pandémie de Covid-19, mais cela montre aussi l'importance de la psychologie de la santé dans cette période. Vous pouvez, vous aussi, aider à faire connaître ces conseils faciles d'accès.

# Congrès et Conférences

## Conférence « Chronisch krank in der digitalen Welt »

Plus de 90 représentant-e-s des professions des soins, de la psychologie et de la psychothérapie, des caisses maladie, des organisations cantonales de la santé, des hautes écoles et de l'Office fédéral de la santé publique se sont réuni-e-s le 13 janvier 2021 lors de la conférence en ligne « Chronisch krank in der digitalen Welt ».

L'événement était organisé conjointement par la Société suisse de psychologie de la santé (SSPsyS), l'association « [chronischkrank.ch](http://chronischkrank.ch) » et « [Careum Weiterbildung](#) ».

Au début de la conférence, les participant-e-s de Suisse, d'Allemagne et d'Autriche ont eu l'occasion de visiter l'exposition en ligne « Interventions numériques pour la prévention, le maintien ou l'amélioration de la santé (mentale) et pour la gestion des maladies chroniques ». Les 18 offres proposées dans les différentes salles virtuelles ont fait l'objet de discussions avec les exposant-e-s.

Après l'exposition, le Dr. Alfred Künzler a souhaité la bienvenue au nom de l'équipe d'organisation du symposium ; celui-ci était modéré par la Prof. Dr. Jennifer Inauen, membre du comité de la SSPsyS. Prof. Dr. Claudia Witt, Prof. Dr. Urte Scholz et Prof. Dr. Thomas Berger ont participé comme expert-e-s de recherche pour aborder la question du potentiel des offres d'assistance numérique basées sur des preuves. Par ailleurs, lors d'une discussion avec Martina Berchtold-Neumann, Robin Rehmann - présentateur télé et patient atteint de Colitis ulcerosa - a donné un récit impressionnant du quotidien d'une personne touchée par une maladie chronique.

Les liens vers les expositions et vers les trois présentations se trouvent [sur notre site web](#).

# Weiterbildungen

## CAS Gesundheitspsychologischer Lebensstiländerung und Mind Body Medicine

Formation CAS à l'Université de Zürich. Plus d'informations : [ici](#).

Les inscriptions pour une rentrée au semestre d'automne 2021 sont déjà ouvertes.

---

## CAS Psychologie der Arbeit und Gesundheit in der digitalen Welt

Formation CAS à l'Université de Zürich. [Plus d'informations](#). Il reste encore des places disponibles pour une rentrée au semestre de printemps 2021.

---

## CAS Conseil psychologique, santé et famille

Le CAS «[Conseil psychologique, santé et famille](#)» est organisé dans le cadre du MAS en psychologie de la santé des Universités de Fribourg, Genève et Lausanne. Ce CAS est organisé par l'[Université de Fribourg](#) (en français) et peut être suivi indépendamment du MAS.

## CAS Angewandte Ernährungspsychologie

Notre comportement alimentaire est très complexe et peut être influencé par différents aspects. La psyché joue un rôle central dans tout cela. Les professionnels du domaine savent à quel point il est difficile de faire changer le comportement alimentaire. Le morceau de gâteau est le « baume au cœur » après une réunion difficile. Sur les réseaux sociaux, nous suivons des influenceurs-euses avec leur nouvelles Food-Trends et leurs promesses de super régimes. La psychologie appliquée dans le domaine de la psychologie de l'alimentation nous aide à comprendre cette complexité. Elle nous donne des outils efficaces pour développer une offre de conseil centrée sur la personne. Ces outils permettent également, par exemple, d'aborder des problématiques difficiles comme celle de l'obésité ou des troubles alimentaires de manière compétente et empathique.

Le délai pour l'[inscription au CAS](#) 2021 est le 11 juillet 2021.

## Assemblée Générale de la SSPsyS 2021

Fin septembre 2020, les membres de la SSPsyS ont décidé d'aligner l'exercice financier sur l'année civile. Ainsi, l'Assemblée Générale de 2021 s'est tenue en ligne via Zoom le mercredi 13 janvier 2021, seulement trois mois après l'AG 2020. Les documents concernant l'AG sont disponibles sur notre [site web](#).

## Offres d'emploi et de stages

Avez-vous des offres d'emploi ou des possibilités de stage ? Prenez contact avec nous. Nous serions heureux-euses de les publier sur [notre site Web](#).

## Devenir membre de la SSPsyS

Aimeriez-vous développer votre réseau avec vos collègues et recevoir ou partager des informations utiles sur le quotidien de votre vie professionnelle ? Alors devenez [membre](#) de la Société Suisse de Psychologie de la Santé. Les étudiant-e-s sont également les bienvenu-e-s en tant que membres extraordinaires.

*Mentions légales :*  
Société Suisse de Psychologie de la Santé

[Désabonnement newsletter](#)