



## Ruth Pearson

### INFLUENCEUR

La plupart des entreprises ont mis en place une stratégie en matière de bien-être. Mais rares sont celles qui savent comment réagir lorsqu'un cadre supérieur gère en silence une maladie chronique qui n'apparaît jamais sur un arrêt de travail. C'est dans ce décalage entre la politique officielle et ce que dit réellement un supérieur hiérarchique un mardi matin que l'on perd des collaborateurs, que les talents restent cachés et que le stress se transforme en épuisement professionnel.

Ruth Pearson est conférencière spécialisée dans le bien-être, coach et ancienne directrice adjointe d'établissement. Elle aide les organisations à traduire leurs politiques de bien-être en comportements concrets chez les cadres, en s'appuyant sur plus de vingt ans d'expérience dans l'enseignement secondaire et sur son propre parcours de dirigeante de haut niveau, tout en vivant avec le lupus.

## biographie de Ruth Pearson 2026

### Pourquoi les entreprises font appel à Ruth Pearson

- Elle aborde le handicap invisible de l'intérieur. Cette dirigeante, qui a mené une carrière de 25 ans dans l'enseignement supérieur tout en gérant son lupus, apporte une crédibilité sur la maladie de longue durée au travail que ni les documents stratégiques ni les formations RH ne peuvent offrir.
- Son cadre de coaching, 5STEPS2LEARN, présenté dans *Say Yes To New Opportunities!*, offre aux responsables hiérarchiques et aux individus un vocabulaire commun pour aborder les sujets qu'ils évitent généralement : le stress, les capacités et les aménagements raisonnables.
- Elle a côtoyé les deux publics auxquels une stratégie de bien-être est destinée : les équipes de direction qui définissent la politique, et le personnel de première ligne qui doit la mettre en pratique. Elle fait le lien entre eux.
- En tant que vérificatrice de la London Healthy Workplace Charter, elle a évalué les déclarations en matière de bien-être par rapport à la réalité organisationnelle, ce qui affine sa capacité à diagnostiquer l'écart entre les intentions et les comportements.
- Son travail à la radio pour GoodNewsBritain.com, notamment en tant qu'animatrice de « *Tomorrow News Today* », lui confère un registre capable de captiver un public non spécialisé, ce qui s'avère utile lors de sessions destinées à l'ensemble du personnel où la salle rassemble des personnes de différents niveaux hiérarchiques et de différents degrés d'engagement.

### DISPONIBLE POUR

- Coaching
- Intervention

### LES THÈMES D'INTERVENTION DE RUTH

- Bien-être employé
- DEI (Diversité, équité et inclusion)
- Gestion du changement
- Leadership inclusif
- Santé mentale au travail

### LANGUES: Anglais

## Faits marquants de sa biographie

- Fondatrice de Listening To Your Voice Ltd, un cabinet de conseil en bien-être, coaching et formation au service des dirigeants du monde des affaires et de l'éducation.
- Ancienne directrice adjointe d'établissement avec plus de 25 ans d'expérience dans l'enseignement secondaire au Royaume-Uni.
- Auteure de *Say Yes To New Opportunities! Be Motivated to L.E.A.R.N.* (2015), qui présente la stratégie de coaching 5STEPS2LEARN, et de *Listening for God's Voice*.
- Présentateur de télévision et animateur sur GoodNewsBritain.com, animateur de « *Tomorrow News Today* ».
- Vérificateur de la Charte londonienne pour un lieu de travail sain ; membre fondateur de Cornerstone Counselling Services.
- A pris la parole lors du Business Show, à l'ExCeL de Londres.

## Biographie

Le problème de bien-être le plus difficile dans la plupart des organisations n'est pas l'absentéisme. Il s'agit plutôt de l'employé senior qui ne se met jamais en arrêt maladie, mais qui fonctionne discrètement à moitié de ses capacités en raison d'une affection dont personne n'a connaissance. Le lupus est l'une de ces affections. Ruth Pearson vit avec depuis 1996 et a continué, tout au long de cette période, à diriger des équipes dans des établissements d'enseignement secondaire britanniques jusqu'au poste de directrice adjointe.

Cette expérience est le pilier de son travail. À travers « *Listening To Your Voice* », elle accompagne les dirigeants, anime des sessions pour les conseils d'administration et les équipes de terrain, et écrit à l'intention des managers qui souhaitent acquérir le vocabulaire nécessaire aux conversations que la politique de bien-être suppose déjà en cours. Son cadre de coaching, 5STEPS2LEARN, est présenté dans son livre de 2015 « *Say Yes To New Opportunities! Be Motivated to L.E.A.R.N.* » et s'articule autour de la motivation, des capacités et des mécanismes pratiques permettant de demander de l'aide au travail.

Sa crédibilité en matière de normes sur le lieu de travail ne repose pas uniquement sur son expérience personnelle. En tant que vérificatrice de la London Healthy Workplace Charter, elle a évalué dans quelle mesure les organisations tiennent réellement leurs promesses en matière de bien-être, ce qui lui permet de diagnostiquer l'écart entre la politique et le comportement. Elle est également membre fondatrice de Cornerstone Counselling Services et intervient régulièrement sur GoodNewsBritain.com, notamment en animant l'émission en direct *Tomorrow News Today*.

Elle est particulièrement utile aux organisations qui ont déjà une stratégie de bien-être sur le papier et qui souhaitent comprendre pourquoi celle-ci ne trouve pas d'écho auprès des personnes auxquelles elle est destinée. La réponse est généralement d'ordre comportemental, et non structurel, et elle tend à se manifester le plus clairement dans la manière dont les managers s'adressent aux employés souffrant de troubles qu'ils ne peuvent pas voir.

## Principaux thèmes de ses interventions

- Bien-être au travail et prévention du burn-out
- Handicaps invisibles et maladies chroniques au travail

- Stress, résilience et capacités personnelles
- Motivation et engagement face au changement
- Le leadership inclusif dans les milieux éducatifs et les entreprises
- Communication entre les managers et les employés sur la santé
- Le récit personnel comme outil d'inclusion au travail

## **Idéal pour**

- Les responsables RH et bien-être chargés de concevoir ou de relancer une stratégie de bien-être
- Les responsables DEI et inclusion traitant des handicaps cachés et des maladies chroniques
- Les responsables du secteur de l'éducation, les cadres des groupes scolaires (MAT) et les chefs d'établissement
- Événements réunissant l'ensemble du personnel ou de l'établissement, où le public est hétérogène en termes d'ancienneté et d'engagement

## **Résultats attendus**

- Une vision plus claire de ce à quoi ressemblent les handicaps cachés aux niveaux de direction et des lacunes des politiques actuelles à cet égard.
- Un vocabulaire pratique, tiré de 5STEPS2LEARN, pour les conversations entre managers et employés que le stress et les maladies chroniques nécessitent.
- Une meilleure compréhension des raisons pour lesquelles leur stratégie de bien-être actuelle fonctionne bien dans certaines équipes et pas dans d'autres.
- Un regain d'énergie et un sentiment de liberté d'action, en particulier pour les membres du personnel qui gèrent actuellement une pathologie qu'ils n'ont pas divulguée au travail.

## **Ruth Pearson's 2026 talks & ; topics**

### **Surmonter les difficultés et améliorer les relations grâce à une meilleure communication**

Une session consacrée aux mécanismes conversationnels qui déterminent si les politiques de bien-être se traduisent par des pratiques quotidiennes ou restent cantonnées à l'intranet.

#### **Points clés à retenir :**

- Pourquoi la plupart des problèmes liés au bien-être sont d'ordre conversationnel, et non structurel.
- Une structure simple pour les entretiens avec les managers qui permet de détecter rapidement les problèmes de capacité.
- Comment aborder le stress et les problèmes de santé au travail sans enfreindre la confidentialité.

---

### **Le stress lié au travail et les handicaps invisibles**

Une conférence s'appuyant sur l'expérience personnelle de Ruth face au lupus et sur ses années passées à diriger des équipes scolaires tout en gérant une maladie chronique.

**Points clés à retenir :**

- À quoi ressemble réellement un handicap invisible lorsqu'on occupe un poste de direction.
- Les signaux que les managers manquent généralement et les a priori qui coûtent des talents aux organisations.
- Comment mettre en place des aménagements raisonnables que les personnes acceptent plutôt que de les refuser.

---

**Cinq étapes pour agir en faveur du bien-être en tant que chef d'entreprise**

Une session pratique s'appuyant sur 5STEPS2LEARN, le cadre de coaching présenté dans *\*Say Yes To New Opportunities!\**.

**Points clés à retenir :**

- Un modèle axé sur la motivation pour le bien-être personnel face à une charge de travail soutenue.
- Comment retrouver ses capacités sans renoncer à son rôle de dirigeant.
- Des habitudes pratiques qui permettent de tenir le coup pendant de longues périodes de pression ou de mauvaise santé.

---

**Célébrez votre singularité**

Une conférence sur les différences individuelles en tant qu'atout sur le lieu de travail, particulièrement pertinente dans le domaine de la diversité, de l'équité et de l'inclusion (DEI), ainsi que dans le milieu scolaire et auprès des jeunes.

**Points clés à retenir :**

- Pourquoi la standardisation des comportements au travail ne permet pas d'exploiter pleinement les capacités.
- Comment les dirigeants encouragent la différence sans la mettre en pratique.
- Le lien entre la sécurité psychologique et la divulgation de conditions cachées.

**Ruth Pearson's Videos**



## Ce que disent les clients de Ruth Pearson

Ruth raconte son « histoire personnelle » d'une manière qui peut vous émouvoir aux larmes, tout en vous « inspirant profondément ». Pas étonnant que ses livres remportent un franc succès et qu'elle soit sollicitée par des émissions de télévision et de radio pour raconter son histoire poignante. Ce qui est encore plus impressionnant, c'est son dévouement à aider les autres à vivre ce que beaucoup appellent sa « guérison miraculeuse », exactement comme elle l'a vécue. Ruth, tu es vraiment une source d'inspiration, merci...

### **Anthony Vee**

*Coprésident, Master Coach S.A.*

Ruth est une femme remarquable et pleine de ressources ; elle a animé nos émissions sur Sky et a toujours fait preuve du véritable professionnalisme d'une journaliste exceptionnelle, bien informée et fiable. Elle communique à merveille et sait captiver son public grâce à son charisme. Je suis heureux de dire qu'elle compte parmi mes collègues les plus précieux.

### **Ian Pelham Turner**

*Le projet « Good News Britain » et l'émission « Modern Britain Today » sur SKY Olive*