

QVT-RPS

5'

15 Livres/Podcasts pour Tout Comprendre à la QVT et aux RPS

Vous souhaitez vous familiariser à la Qualité de Vie au Travail (QVT) et aux Risques Psychosociaux (RPS) ? Approfondir ces deux notions ? Sensibiliser votre entourage professionnel ?

Cette fiche vous propose une sélection de ressources qualifiées, de contenus inspirants et de sources fiables pour vous y aider.



SE RENSEIGNER

Employeur 

Médecins 

Nos sources

• Sources
dans le document

Selon une étude Salesforce réalisée en 2018, le bien-être au travail serait la priorité n° 1 des salariés français, juste devant le pouvoir d'achat et les conditions de travail.

La qualité de vie au travail (QVT) désigne toutes les actions qui permettent de concilier amélioration des conditions de travail pour les salariés et performance globale des entreprises.

Elle implique une toute nouvelle conception du travail. Néanmoins, en raison de ses nombreuses applications, elle peut apparaître aussi comme une notion «fourre-tout». Les ressources présentées dans cette fiche vous aideront à y voir plus clair.

COMPRENDRE

LES RPS

La Qualité de Vie au Travail vise la réduction de ce que l'on appelle communément les risques psychosociaux.

Les RPS regroupent l'ensemble des risques de santé, mentaux et physiques, engendrés par les conditions de travail, l'organisation du travail et les relations qui le constituent.



Risques psychosociaux et qualité de vie au travail

Auteurs : Frank Brillet, Isabelle Sauviat, Emilie Soufflet

Prix : 24 euros

Editeur : Dunod

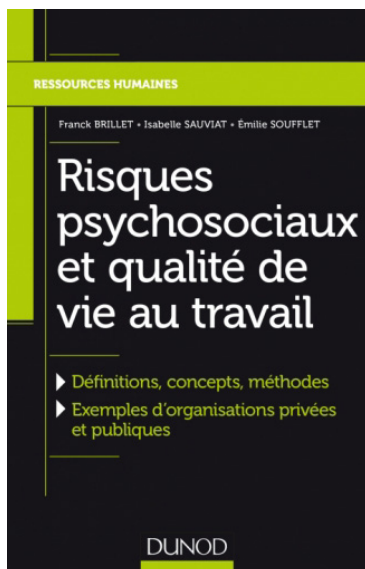
Année de parution : 2017

Nb. de pages : 228 pages

Cet ouvrage propose de dépasser la question des seuls risques psychosociaux.

A l'aide d'exemples concrets d'organisations publiques et privées, les auteurs abordent les problématiques telles que bonheur, bienveillance et bientraitance au travail.

En savoir plus



Le travail à cœur : pour en finir avec les RPS

Auteurs : Yves Clot

Prix : 15 euros

Editeur : La découverte (Cahiers libres)

Année de parution : 2010

Nb. de pages : 192 pages

Avis de lecteur : « Ouvrage très inspirant pour comprendre les mécaniques du bien-être et de la souffrance au travail. »

Ce livre montre comment la négation des conflits relatifs à la qualité du travail menace l'unité de l'entreprise et empoisonne les relations sociales.

En savoir plus



Yves Clot

Le travail à cœur

Pour en finir
avec les risques psychosociaux

Postface inédite de l'auteur

La Découverte/Poche

Les enjeux psychiques du travail : introduction à la psychodynamique

Auteurs : Pascale Molinier

Prix : 15 euros

Editeur : Payot (Petite Bibliothèque Payot)

Année de parution : 2008

Nb. de pages : 335 pages

Avis de lecteur : « Infirmier de secteur psychiatrique et Ingénieur en Organisation diplômé du CNAM [...], je recommande ce livre à tous les acteurs de la vie au travail, ainsi qu'à ceux qui ont le souci d'apaiser la souffrance au travail. »

Ce livre fait l'histoire de la psychodynamique du travail et en présente les principaux concepts. Il constitue un outil essentiel pour les psychologues, les psychiatres, les médecins du travail.

En savoir plus



Stress et risques psychosociaux au travail

Auteurs : Bruno Lefebvre, Matthieu Poirot

Prix : 27 euros

Editeur : Elsevier Masson (pratiques en psychothérapie)

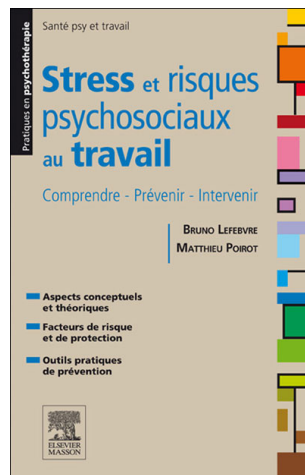
Année de parution : 2015

Nb. de pages : 216 pages

Avis de lecteur : « Ce livre est super pour les psychologues du travail et consultants, mais également pour les DRH et les dirigeants qui veulent améliorer la gestion des RPS dans leur organisation... Je recommande! »

L'ouvrage vous permettra d'acquérir une bonne connaissance des ressorts psychologiques et managériaux relatifs au stress et aux risques psychosociaux. De plus, il vient avec une boîte à outils théoriques et pratiques destinée à l'élaboration d'une stratégie de prévention.

En savoir plus



METTRE EN PLACE UNE STRATÉGIE DE PRÉVENTION



Agir sur la qualité de vie au travail

Auteurs : Julien Pelletier, Collectif Anact

Prix : 17 euros

Editeur : Eyrolles

Année de parution : 2017

Nb. de pages : 136 pages

Avis de lecteur : « Enfin un livre qui se veut opérationnel afin de pouvoir déployer un vrai projet de SQVT dans l'Entreprise. » »

En prenant appui sur de nombreux retours de terrain et nourri d'expériences en entreprise, cet ouvrage propose de centrer les démarches de Qualité de Vie au Travail sur le développement conjoint de la performance collective et de l'engagement individuel. Pour mettre en œuvre un changement en profondeur de nos manières de travailler, l'ouvrage fournit des outils et des savoirs pratiques pour chacune des étapes-clés.

En savoir plus



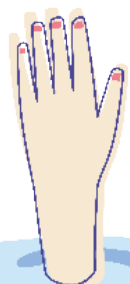


1 salarié français sur 5

déclare ne pas trouver

d'intérêt à son travail.

Source : [une étude](#) réalisée par BVA pour Salesforce.



Promouvoir le bien-être au travail : pour une politique de QVT réussie

Auteur : Pierre-Eric Sutter

Prix : 23 euros

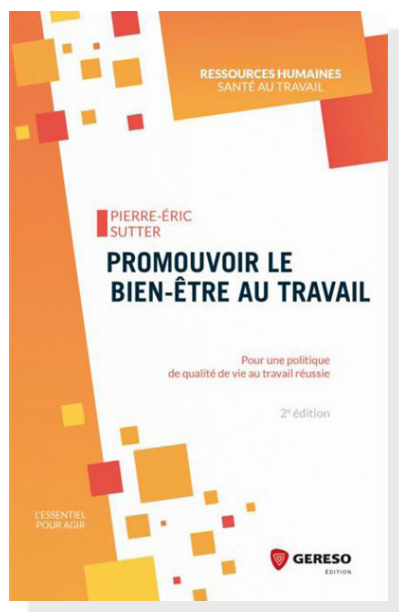
Editeur : Gereso (L'essentiel pour Agir)

Année de parution : 2019

Nb. de pages : 226 pages

Cet ouvrage propose de promouvoir la qualité de vie au travail pour réconcilier le psychosocial et l'économique. Psychologie et droit du travail, sociologie des organisations, gestion des RH... l'auteur essaie de démontrer que cette démarche peut bénéficier à tous les acteurs de l'entreprise, aux employeurs comme aux salariés.

En savoir plus



La qualité de vie au travail : un levier de compétitivité : refonder les organisations du travail

Auteur : Martin Richer, Marie-Madeleine Pérétié, Emilie Bourdu

Prix : 22 euros (broché), gratuits (PDF)

Editeur : La Fabrique

Année de parution : 2017

Nb. de pages : 186 pages

Ce livre part du constat que les entreprises françaises ont besoin de progresser pour parvenir au niveau de leurs meilleures homologues européennes en matière d'autonomie et de responsabilisation des salariés. Dans cette perspective, l'ouvrage fournit des pistes d'actions aux dirigeants d'entreprises pour les aider à entreprendre ces axes de développement.

Télécharger le livre



Révolutionner la santé et la sécurité au travail.

La nouvelle approche pour une gestion des risques dans l'entreprise

Auteur : Mikael Mourey

Prix : 26 euros

Editeur : Diateino

Année de parution : 2019

Nb. de pages : 210 pages

Dans ce livre, Mikael Mourey relève les absurdités du management traditionnel de la santé et de la sécurité au travail. Il offre des pistes, simples et concrètes, pour remettre l'agilité et l'intelligence collective au cours du processus, tout en améliorant la performance de l'entreprise.

En savoir plus



S'INSPIRER

DE CE QUI MARCHE

CHEZ LES MEILLEURS



Talents Précieux

Editeur/podcasteur : Human Learning eXpedition

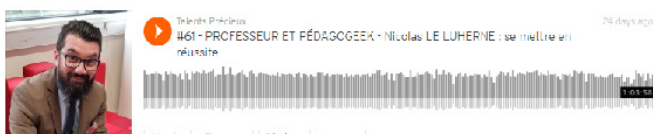
Plateformes : Apple Podcasts, Soundcloud, Deezer, Spotify, Google Podcasts, Castbox, YouTube

Durée : 30 minutes

Exemple d'épisode : « #55 - DIRECTRICE GENERALE - Audrey REGNIER : grandir avec son entreprise »

Talents Précieux a pour ambition de recenser les états d'esprit et les stratégies qui mènent au succès professionnel à travers des témoignages de chefs d'entreprises, d'entrepreneurs, d'investisseurs, d'artistes, etc.

Ecouter le podcast



L'Entreprise de Demain

Editeur/podcasteur : Delphine Zanelli, Directrice Conseil
chez Hi Consulting

Plateformes : Apple Podcast, RadioLine, PlayerFM

Durée : 30 minutes

Exemple d'épisode : « #28 - Mathilde Le Coz - Faire évoluer l'entreprise et le monde du travail »

Ce podcast met en avant les initiatives des entreprises conciliant un management humain, responsable socialement et compatible avec des stratégies rentables.

Ecouter le podcast



#29 - Béatrice Rousset - Gérer les modèles mentaux



Rediffusion épisode #1 - Dominique Steiler - Pour une entreprise épanouissante et florissante



#28 - Mathilde Le Coz - Faire évoluer l'entreprise et le

HR LEADERS

Editeur/podcasteur : HRLeaders

Plateformes : Itunes, YouTube, Tunein, Stitcher, Spotify

Durée : 35 minutes

Exemple d'épisode : « Tim Munden, Chief Learning Officer at Unilever joins us on the podcast to share how purpose drives performance »

HR Leaders est une communauté composée des directeurs des ressources humaines les plus influents du monde. Leur podcast propose un état des lieux et des discussions autour des dernières innovations dans le domaine. Attention ! Podcast en anglais.

Ecouter le podcast



Jeffrey Deckman
Award-Winning author,
Coach & Speaker
Jeffrey Deckman
DEVELOPER

**DEVELOPING THE
CONSCIOUS
LEADERSHIP
MINDSET FOR
THE 21ST
CENTURY**

in association with 

Guest: Jeffrey Deckman, Award-Winning Author, Coach & Speaker [READ MORE](#) →

8 October 2019



Tim Munden
Chief Learning Officer


**HOW
PURPOSE
DRIVES
PERFORMANCE**

in association with 

Guest: Tim Munden, Chief Learning Officer at Unilever joins us on the podcast to share how purpose drives performance.

[READ MORE](#) →
4 October 2019



Amy C. Edmondson
Novartis Professor of Leadership &
Management at Harvard Business
School


**THE FEARLESS
ORGANIZATION:
CREATING
PSYCHOLOGICAL
SAFETY IN THE
WORKPLACE FOR
LEARNING, INNOVATION,
AND GROWTH**

in association with 

Guest: Amy Edmondson, Novartis Professor of Leadership & Management at Harvard Business School [READ MORE](#) →

30 September 2019



Sefi Bahcall
Physicist, Entrepreneur &
author of Loonshots


**LOONSHOTS: HOW TO
NURTURE THE CRAZY
IDEAS THAT WIN
WARS, CURE
DISEASES, AND
TRANSFORM
INDUSTRIES**

in association with 

Guest: Sefi Bahcall, Physicist, Entrepreneur & Author of Loonshots [READ MORE](#) →

24 September 2019

Y'a plus qu'à

Editeur/podcasteur : Christelle Stierli, experte en gestion des talents et fondatrice de Instant H Consultants

Plateformes : Apple Podcasts

Durée : 20 minutes

Exemple d'épisode : « Le rôle du manager dans l'amélioration de la QVT, avec le Cabinet Technologia »

L'émission décrypte la transformation des entreprises : pratiques managériales, gestion des talents, conduite du changement... Elle propose un état des lieux des actions qui marchent et marchent moins bien en entreprise.

Ecouter le podcast



 <p>Y A PLUS QU'À !</p>	<p>Y A PLUS QU'À ! - Le rôle du manager dans l'amélioration de la...</p> <p>Y A PLUS QU'À ! L'émission qui décrypte la transformation des entreprises. L'acculturation digitale. Avec Christelle Stierli, experte en gestion des talents</p> <p>22min Publié le 7 septembre 2019</p>
 <p>Y A PLUS QU'À !</p>	<p>Y A PLUS QU'À ! - L'acculturation digitale, avec Big Mat.</p> <p>Y A PLUS QU'À ! L'émission qui décrypte la transformation des entreprises. L'acculturation digitale. Avec Christelle Stierli, experte en gestion des talents</p> <p>21min Publié le 26 mars 2019</p>
 <p>Y A PLUS QU'À !</p>	<p>Y A PLUS QU'À ! - Attirer les talents, avec PWC.</p> <p>Y A PLUS QU'À ! L'émission qui décrypte la transformation des entreprises. Comment attirer les talents dans l'entreprise ? Avec Christelle Stierli, experte</p> <p>17min Publié le 25 mars 2019</p>
 <p>Y A PLUS QU'À !</p>	<p>Y A PLUS QU'À ! - Faire vivre les valeurs de l'entreprise, avec J...</p> <p>Y A PLUS QU'À ! L'émission qui décrypte la transformation des entreprises. Avec Christelle Stierli, experte en gestion des talents et fondatrice de Instant</p> <p>19min Publié le 10 février 2019</p>
 <p>Y A PLUS QU'À !</p>	<p>Y A PLUS QU'À ! - Le management participatif, avec Leroy Merl...</p> <p>Y A PLUS QU'À ! L'émission qui décrypte la transformation des entreprises. Avec Christelle Stierli, experte en gestion des talents et fondatrice de Instant</p>

1 salarié français sur 2

souffre d'un **manque**

de reconnaissance

à son travail.

Source : [une étude](#) réalisée par BVA pour Salesforce.



Ça fait rêver

Editeur/podcasteur : Gaël Chatelain, spécialiste

du Management Bienveillant

Plateformes : Spotify, YouTube, Apple Podcast

Durée : 4 minutes

Exemple d'épisode : « Daimler Benz : la fin des emails en vacances »

Ça fait rêver est une revue d'initiatives positives et inspirantes réalisées par des entreprises en matière de management.

Ecouter le podcast



Ca fait rêver. Daimler Benz : la fin des emails en vacances



La fin des entretiens annuels



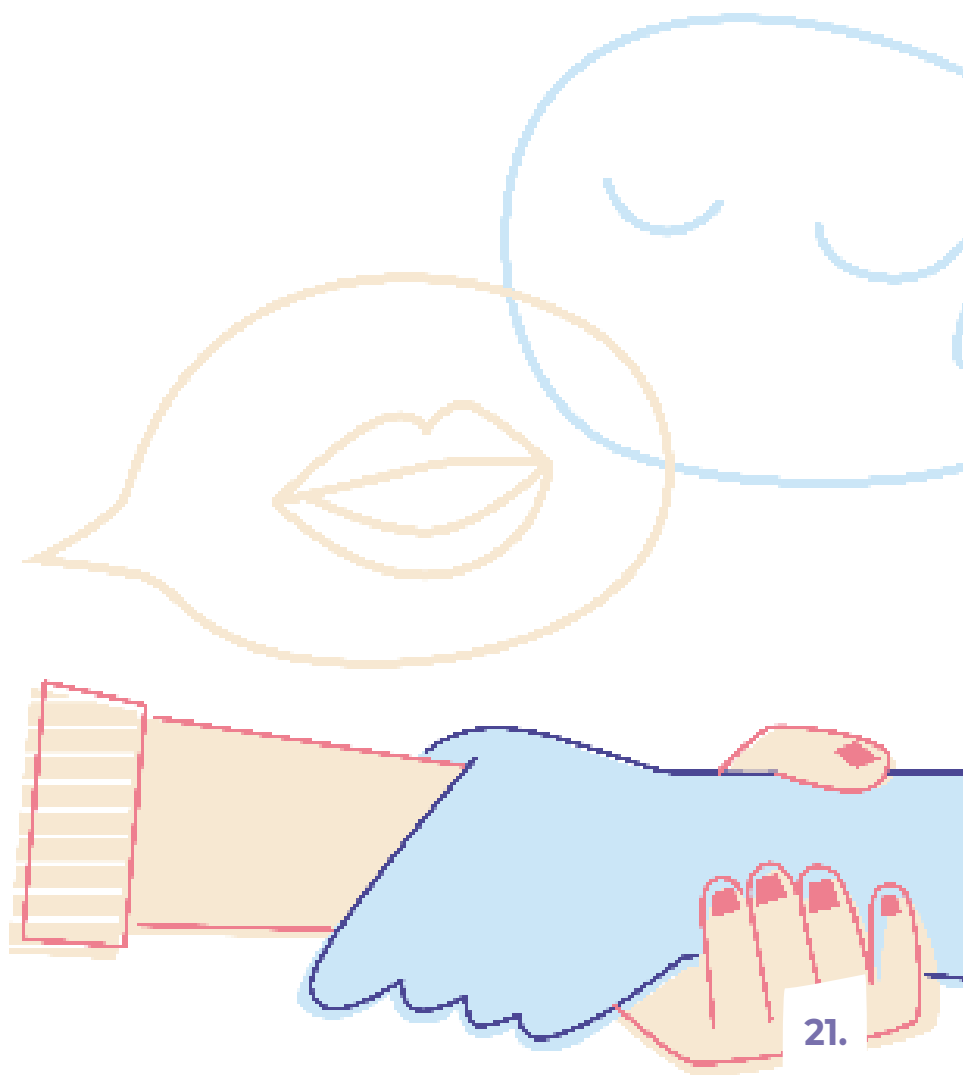
Ca fait rêver : la fin des horaires de travail chez Norsys



ÉCOUTER

VOS EMPLOYÉS

SANS FILTRES



Vécus

Editeur/podcasteur : Ticket for Change

Plateformes : Apple Podcast, Soundcloud, Spotify

Durée : 20 minutes

Exemple d'épisode : « COMMENT CHANGER EN PROFONDEUR UNE ENTREPRISE POUR LA RENDRE PLUS DURABLE ? »

Dans Vécus, des entrepreneurs qui ont réussi racontent comment ils ont surmonté les difficultés de leurs projets. Chaque épisode est centré sur une problématique managériale ou entrepreneuriale.

Ecouter le podcast



VECUSXMOUVES – COMMENT METTRE EN PLACE UNE GOUVERNANCE INNOVANTE DANS UNE ENTREPRISE CONVENTIONNELLE ?

Fabrice Ponsard, La Fabrique

«Il faut faire les choses avec sincérité, simplicité, et que ce qu'on prône en terme de fonctionnement se traduise par de l'exemplarité.»

► | [Écouter](#)



COMMENT FAIRE GRANDIR SA COMMUNAUTÉ SANS PERDRE SON ADN ET SANS S'ÉPUISER ?

Solène Peyron, Multicoop

«Ma recette pour développer les parcours d'engagement, c'est de faire seule, de faire avec quelqu'un, puis enfin de faire faire en toute autonomie.»

► | [Écouter](#)



COMMENT NE PAS PERDRE SON ÂME QUAND ON PASSE DE 10 À 70 SALARIÉS ?

Léo Humeau, HelloWau

«Même si les valeurs de départ sont des valeurs perso, il est important d'accepter qu'à un moment cela nous dépasse. Cela devient les valeurs d'un collectif.»

► | [Écouter](#)



VECUSXEXPANSIENG – COMMENT CHANGER EN PROFONDEUR UNE ENTREPRISE POUR LA RENDRE PLUS DURABLE ?

Le Bureau

Editeur/podcasteur : Welcome to the Jungle (Elodie Maillot)

Plateformes : Soundcloud

Durée : 25 minutes

Exemple d'épisode : « Celui qui ne voulait pas s'arrêter de travailler »

Le Bureau propose des témoignages d'employés sans « langue de bois », où ces derniers questionnent leurs rapports au travail.

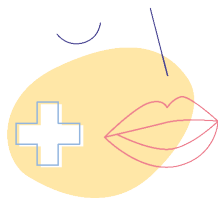
Ecouter le podcast



- 25** **† Celui qui dormait sur le canapé**
Quand Jonathan perd son logement, dépourvu de solution pérenne, il atterrit sur le canapé de son entreprise. Comment cacher cette situation délicate ?
Il y a 10 jours
- 24** **† Celui qui a peur de ses boss**
Julien ne peut pas être convoqué par son boss sans trembler. Malgré de bons résultats, la peur de la figure hiérarchique ne le jamais quitté.
28 septembre 2019
- 23** **† Celle qui se fait harceler par son ex**
De manière récurrente, l'ex petit ami de Clara réapparait dans sa vie perso. Seul que ça ne fonctionne pas. Alors, il débarque à son bureau.
10 septembre 2019
- 22** **† Celle qui devait dire au revoir à son job de rêve**
Sophie a trouvé le "dream job" qui ressemble aux conditions idéales mais au bout d'un an d'antéité, c'est le licenciement économique.
16 juillet 2019

ILS PEUVENT VOUS AIDER

L'annuaire des acteurs compétents.



[Associations](#)



[Cabinets de conseil](#)



[Complémentaires santé](#)



[Organismes Publics](#)



[Partenaires institutionnels](#)



[Service de santé au travail](#)



[Start-up](#)



Une question, un doute ?

Prenez rendez-vous avec votre Médecin du travail et son équipe. Ils sont là pour vous aider.

APPROFONDISSEZ LE SUJET

Avec ces fiches complémentaires

- Les 6 facteurs professionnels

- aggravant

- les risques psychosociaux



- Les 8 étapes clés pour

- réussir votre politique

- de prévention



Toutes les fiches sont sur www.addictaide.fr/pro

UNE IDÉE DE FICHE, UN AVIS ?

On vous écoute !



Le Fonds Actions Addictions réunit tous les acteurs concernés par la lutte contre les addictions dans le but de développer des projets préventifs innovants. Le portail Addict'Aide Pro est dédié à la prévention des conduites addictives en milieu professionnel.

Tour Montparnasse • 33 avenue du Maine BP 119 • 75755 Paris Cedex 15
contact@actions-addictions.fr