

Bien-être, mal-être au travail

Bibliographie sélective

Janvier 2012

LIVRES

Etre au travail

Psychologie du travail, Guy Karnas (PUF, Que-Sais-Je, 2011)

Présentation générale de la psychologie du travail, ses options, ses fondements et ses perspectives à travers cinq thèmes : le travail, l'analyse du travail, la psychologie du personnel, la psychologie des organisations, la psychologie ergonomique et l'ergonomie cognitive.

Bpi, niveau 2, cote 158.9 KAR

La bible pour bien travailler avec les autres (ESF, 2011)

Une série de conseils pratiques destinés à mieux comprendre son entourage professionnel et s'adapter aux diverses personnalités, gérer les conflits et situations de stress, engager un dialogue constructif, créer une dynamique de groupe. L'ensemble s'accompagne de tests et de témoignages.

Bpi, niveau 2, cote 658.4 BIB

Savoir-être : compétence ou illusion ? Analyse des attitudes, comportements et rôles attendus par l'entreprise, Annick Penso-Latouche (Liaisons, 2000)

Le savoir-être, souvent considéré comme un élément constitutif des compétences en entreprise, avec le savoir et le savoir-faire, est une notion floue. Plusieurs pistes sont proposées ici afin de cerner ce concept : activités, composantes cognitives, évaluation, analyse des rôles. Nombreux exemples de terrain.

Bpi, niveau 2, cote 658.1 PEN

Le guide du face-à-face, améliorer votre relationnel, Jean-Claude Martin (Marabout, 2001)

Des conseils pour mener à bien un entretien ou une négociation en face à face, dans la vie professionnelle ou quotidienne.

Bpi, niveau 2, cote 658.1 MAR

Le savoir-vivre en entreprise : Business oblige !, Sophie de Menthon (Eyrolles, 2007)

Série de conseils de savoir-vivre en entreprise et dans les affaires : réception d'une personne importante, envoi ou réception d'un cadeau, art de la conversation, rédaction de lettres, animation de conférences.

Bpi, niveau 2, cote 658 MEN

Se connaître pour...bien s'habiller au bureau, Annie Saunier-Plumaz (PUG, 2010)

Ce guide répond à des questions pratiques sur le choix des vêtements pour se rendre à son travail, le style à adopter pour maîtriser son image, s'habiller en fonction de sa morphologie, savoir s'adapter en fonction des circonstances et des codes de l'entreprise. Avec des exercices et des tests.

Bpi, niveau 2, cote 658 SAU

Bien être au travail

Travailler pour être heureux ? Le bonheur et le travail en France, Christian Baudelot, Michel Gollac (Fayard, 2003)

Résultats d'une enquête menée auprès des Français afin de mieux connaître les rapports qu'ils entretiennent avec le travail. Contient également des témoignages.

Bpi, niveau 2, cote 305.34 BAU

Au secours, je n'aime plus mon job ! Comment être heureux au travail ? Christie Vanbremeersch, Jeremy Roffe-Vidal (Ed. d'Organisations, 2005)

Un guide qui permet d'identifier les causes de la démotivation, des doutes et des insatisfactions au travail et aide à agir en conséquence. Des exemples, des tests et des conseils pratiques favorisent un auto-diagnostic, indiquent comment être plus heureux dans son travail ou comment procéder si la démission s'impose ou si un licenciement s'annonce.

Bpi, niveau 2, cote 658.1 VAN

La convivialité, aller vers une entreprise où il fait bon travailler, Philippe Détrie (Eyrolles, 2009)

L'auteur, fondateur de l'Association du printemps de la convivialité, propose sa vision d'une entreprise plus conviviale : comment faire partager le plaisir au travail ou lutter contre les conditions du déplaisir au travail.

Bpi, niveau 2, cote 658 DET

Manager avec humour, Lionel Bellenger, Delphine Barraïs (ESF, 2011)

Ce guide propose des clés pour manager avec efficacité dans la bonne humeur. Il permet de développer l'intelligence créative et les relations de travail sereines et studieuses.

Bpi, niveau 2, cote 658.1 BEL

Vive mes années sénior ! Yves Aoulou (Ed. d'Organisation, 2002)

Construit sur la base des témoignages de managers, recruteurs professionnels, DRH et chefs d'entreprises, complétés par des conseils pratiques, cet ouvrage concerne les travailleurs âgés.

Bpi, niveau 2, cote 658.1 AOU

Le plaisir de travailler, Maurice Thévenet (Ed. d'Organisation, 2004)

Donne les clés du processus d'implication dans le travail et explique comment le management de l'entreprise peut contribuer à créer les conditions qui favorisent la motivation des travailleurs dans leur emploi.

Bpi, niveau 2, cote 658.1 THE

Santé et bien-être au travail, Laurence Breton-Kueny, Roseline Desgroux (Afnor, 2011)

Panorama sur le cadre des notions de santé et de bien-vivre au travail, tant du point de vue légal et réglementaire, que de celui de la gestion des ressources humaines. Donne les informations de base nécessaires à la compréhension du sujet, puis présente les principaux outils et méthodes ainsi que quelques pistes de démarches proactives ou exemples d'entreprise.

Bpi, niveau 2, cote 658.4 BRE

Et si on décidait d'être heureux même au travail ? Monique Pierson (Afnor, 2011)

Des clés pour améliorer sa qualité de vie et reprendre en main son destin : renforcer ses points forts, changer son regard et innover. Proposition de trois principes pour faciliter l'accès à ses ressources : réapprendre à se faire confiance, s'engager dans un travail qui ait du sens pour soi, reconnaître et utiliser l'interdépendance.

Bpi, niveau 2, cote 658.1 PIE

Mieux vivre en entreprise, (Dunod, 2010)

Présente les contenus et modalités de fonctionnement d'un programme d'assistance et de soutien psychologique aux salariés, face au stress, à l'épuisement professionnel et au harcèlement.

Bpi, niveau 2, cote 658.4 MIE

Mieux vivre au travail ! Alain Labruffe (Afnor, 2010)

Le management a une responsabilité essentielle et un rôle majeur à jouer dans le bien-être au travail. Il doit être un modèle de comportement et une source de savoir. Ce livre propose un plan d'action pour RH, formateur, consultant et personnel d'encadrement. Il donne des pistes concrètes pour que la vie professionnelle rime avec épanouissement d'une vie entière et qualité avec santé.

Bpi, niveau 2, cote 658.4 LAB

Mal être au travail

Du mal travailler au mal vivre, Denis Ettighoffer et Gérard Blanc (Eyrolles, 2003)

Les auteurs nous livrent des pistes de réflexion sur ce mal contemporain qu'est la course après le temps : l'influence du passage aux 35 heures, les modifications quasi-permanentes des organisations des entreprises, le rôle joué par les NTIC...

Bpi, niveau 2, cote 658.4 ETT

Le mal être au travail, Nicolas Combalbert et Catherine Riquelme-Sénégu (Presses de la Renaissance, 2006)

Le point sur les risques professionnels entraînés par le mal-être au travail. Les auteurs rendent compte de la diversité de ces risques, ils identifient les modes d'expression de la souffrance individuelle et collective des travailleurs. Des illustrations abondantes présentent les mesures de prévention mises en place dans de nombreuses institutions.

Bpi, niveau 2, cote 158.9 COM

Vous stressez ? Positivez !, Alain Labruffe (Afnor, 2010)

Afin de mieux cerner le phénomène du stress et d'en appréhender les enjeux, l'auteur propose une série de mesures d'évaluation et de prévention, afin d'aider chaque personne et chaque organisme à endiguer les sources du stress. Le brainpiercing conduit à une maîtrise de soi en entraînant les personnes à transformer en flux positifs les éléments négatifs dans leur environnement de travail.

Bpi, niveau 2, cote 658.4 LAB

Insupportables collègues, Patrick Bouvard et Jérôme Heuzé (Ed. d'Organisation., 2004)

Décrit les comportements humains particuliers à l'entreprise, relations hiérarchiques, entre collègues ou collaborateurs, pour une meilleure compréhension des mécanismes qui nuisent à la vie en collectivité. Après avoir brossé des portraits de caractères, pleins d'humour, en donne les clés pour une gestion sans heurts, propre à éviter les conflits relationnels du travail et de la vie.

Bpi, niveau 2, cote 658.1 BOU

Harcèlement et discrimination au travail, Véronique Baudet-Caille (Liaisons, 2010)

Guide apportant des réponses aux questions de droit du travail autour des thèmes du harcèlement et des discriminations : définitions légales et contours, les différentes actions de reconnaissance, de lutte et de prévention, les sanctions possibles, le rôle de chacun, etc.

Bpi, niveau 2, cote 361.1 BAU

Ils ne mouraient pas tous mais tous étaient frappés, journal de la consultation « souffrance au travail » 1997-2008, Marie Pezé (Pearson, 2008)

Recueillant la parole des patients, l'auteure, psychologue et médecin, dresse un tableau noir des conditions de travail affectant la santé des employés. L'hyper-productivisme et l'acceptation de situations intenable font naître des pathologies nouvelles. Constatant que le fonctionnement de l'entreprise fragilise tous les salariés, l'auteure interpelle les managers.

Bpi, niveau 2, cote 158.9 PEZ

Travail, usure mentale, Christophe Dejourn (Bayard, 2000)

Concerne les souffrances psychiques engendrées par le travail. De nombreux concepts sont abordés comme la santé mentale, la stratégie défensive, qui signifie notamment que le salarié cherche à maintenir son équilibre en occultant sa

souffrance... Le rapport travail/vie privée est également traité. Les deuxième et troisième parties proposent et discutent une méthodologie de travail.

Bpi, niveau 2, cote 158.9 DEJ

Discrimination au travail, Jean-Luc Putz (Ed. Promoculture, 2010)

Tous les concepts de droit attribués aux salariés du secteur privé sont analysés en se concentrant sur les deux notions de la discrimination et de l'égalité en vue d'aider les employés confrontés à des problèmes.

Bpi, niveau 2, cote 361.1 PUT

Burn out, le syndrome d'épuisement professionnel, Christina Maslach, Michael P. Leiter (Les Arènes, 2011)

Le burn-out est un état d'épuisement physique et émotionnel qui se manifeste au travail. L'ouvrage en explique les causes et propose des conseils pour y remédier.

Bpi, niveau 2, cote 158.9 MAS

Suicide et travail : que faire ? Christophe Dejours, Florence Bègue (PUF, 2009)

Etude sur les raisons qui peuvent mener certains à se suicider au travail. Quels sont les véritables liens entre les deux? Une intervention sur un site industriel permet de préciser ces données.

Bpi, niveau 2, cote 158.9 DEJ

Au-delà de la souffrance au travail, clés pour un autre management, Olivier Tirmarche (Odile Jacob, 2010)

Cette étude propose une analyse des sources de stress en entreprise, sous la double pression du client et des actionnaires. L'auteur, consultant en prévention des risques psychosociaux, nie que la pression de la concurrence soit seule en cause dans l'augmentation du mal-être au travail, et montre que ce sont les organisations qui produisent ce stress.

Bpi, niveau 2, cote 658.4 TIR

FILMS

Ils ne mouraient pas tous mais tous étaient frappés, Sophie Bruneau et Marc-Antoine Roudil, réal.

(ADR Productions [prod.] : Alter ego Films[prod.]Bodega Films[distr.], 2005)

La citation de La Fontaine reprise pour le titre du film fait allusion à une maladie qui se répand à grande vitesse : la souffrance au travail vécue au quotidien par les employés (au sens large), victimes de leur hiérarchie abusive ou des effets déshumanisants du nouveau "management" de leur entreprise. Le film est tourné sur les lieux de consultation spécialisée de 3 hôpitaux de la région parisienne où une ouvrière à la chaîne, un directeur d'agence, une aide-soignante et une gérante de magasin viennent décrire à leur interlocuteur soignant les conditions de leur travail les ayant amenés progressivement à "craquer". La fin du film est constituée par la réflexion engagée par les 3 praticiens du film, réunis avec Christophe Dejours, inspirateur indirect des réalisateurs. Appelée "viatique", elle sert, fort à propos, de "soutien" au spectateur du film.

Bpi, cote 305.34 ILS

J'ai très mal au travail, cet obscur objet de haine et de désir, Jean-Michel Carré, réal.

(Paris : Les Films Grain de sable [prod.] : Canal + [prod.] : Ina [prod.] : Editions Montparnasse [éd.], 2009)

J.M. Carré étudie dans ce film la mutation récente des conditions de travail en entreprise et ses conséquences dans la vie des humains. Travailleurs, sociologues, psychologues, politologues, psychanalystes, chargés des ressources humaines en entreprise, cadres, ingénieurs, consultants, tous le disent : les techniques actuelles du management en entreprise, adaptées à l'idéologie néolibérale accélératrice de la mondialisation, avec la destruction des solidarités collectives qu'elles induisent, la mise en concurrence des salariés, leurs systèmes

d'évaluation permanents, la solitude du salarié qu'elles engendrent : tout concourt à la déshumanisation du monde du travail : l'être humain est réduit à sa seule dimension d'opérateur économique interchangeable et jetable. Rien d'étonnant alors que se développent de nouvelles pathologies du travail, pouvant aller jusqu'au suicide. Les statistiques indiquées dans le film sont à cet égard très éclairantes.

Bpi, cote 305.34 JAI

La Mise à mort du travail, Jean-Robert Viallet, réal.

Paris : France Télévisions distribution [éd.] : Adav [distrib.] 2009

Le film dresse, en 2009, en même temps que l'état des lieux du travail, le sombre tableau d'une civilisation mondiale, la nôtre, entrée en phase de décadence accélérée, comme a le courage de le dire un des "grands témoins" du film. Il est construit en trois parties: 1. La destruction (66 min), celle des salariés, que les objectifs toujours plus élevés de productivité qui leur sont imposés poussent jusqu'au bout, et parfois au-delà, de leurs limites, entraînant maladies et souffrances physiques et psychiques, voire plus ; 2. L'aliénation (64 min), la manipulation des salariés pour les amener jusqu'au dépassement de soi, avant de s'en séparer pour pouvoir pressurer de la même manière leurs remplaçants, est devenue une méthode perverse de management si courante qu'elle passe inaperçue tant auprès de ses victimes salariées que des managers qui la pratiquent comme allant de soi ; 3. La dépossession (63 min), sur fond de capitalisme financier triomphant, comme régénéré par la crise, l'inconcevable abus de pouvoir des grands actionnaires sur la marche du monde et, partant, sur le travail et les travailleurs.

Bpi, cote 651.2 MIS

Ce bureau, toute une vie, Julien Donada, réal.

Paris : Forum des Images [prod.] : Les Films d'Ici [prod., distrib.], 2008

Une des réalisations-phare de l'Atelier d'Architecture de Montrouge, la tour EDF d'Issy les Moulineaux, dont le chantier de construction dura de 1968 à 1975, est en cours de démolition pour laisser place aux projets de Bouygues-Télécom qui souhaite la remplacer par un autre édifice. Durant plus de trente ans, la tour, abritant plus de 2000 employés, connut une vie intense. Pour en rendre compte, J. Donada donne la parole aux salariés d'EDF qui évoquent l'excellente ambiance de travail induite par le souci du confort des employés qu'avaient les gestionnaires de ce service public où l'objectif, comme le dit un de ces salariés, n'était pas encore de faire du chiffre, mais que le service soit assuré dans les meilleures conditions pour tous : EDF comme les usagers, pas encore transformés en clients. Ainsi les clubs sportifs (escrime, ping-pong, etc..) et culturels, hébergés dans les sous-sols de la tour, étaient-ils unanimement appréciés. Les architectes s'expriment aussi, et au vu de la destinée de la tour, Gérard Thurnauer clôt le film par ces interrogations : qu'est-ce qu'un patrimoine? une pérennité? le temps? Allons-nous vers le triomphe de l'éphémère (et là, il ne s'agit pas seulement d'architecture, mais aussi de modèles de sociétés) prévues pour être détruites et remplacées de plus en plus vite?

Bpi, cote 305.34 CEB

Le Bonheur économique, Patric Jean, réal.

Bruxelles : Centre Vidéo de Bruxelles [éd.], 2001

Le film va à la rencontre d'entrepreneurs et de travailleurs qui ont choisi de s'investir dans des entreprises où la finalité n'est pas le seul profit, mais la réelle satisfaction de tous : gestionnaires, travailleurs et clients, en privilégiant, à la place, comme valeur, le projet de vie que chacun peut en retirer. Cette démarche relève d'une voie économique en rupture tant avec le capitalisme hégémonique qu'avec le système qui a pu exister dans l'ex-URSS, on l'appelle "troisième voie", il s'agit de l'économie sociale. Le film enquête dans plusieurs pays et dans tous les secteurs : industrie, commerce, artisanat, services, agriculture etc. Partout les maîtres mots : primauté du travail sur le capital (répartition équitable des bénéfices, et réinvestissement du surplus dans l'entreprise), démocratie participative, respect. Le film se clôt sur un exemple de vrai bonheur économique : celui d'un garage dont la gestion selon ces critères de l'économie sociale satisfait à ce point les clients que pour permettre au garage de s'agrandir, ces derniers n'ont pas hésité à l'investir collectivement, à fonds perdus (mais avec toujours à leur disposition le savoir-faire et les conseils bienveillants qu'ont toujours prodigué à leur clientèle-réparatrice-amateur les employés du garage) la somme qui manquait à cet effet.

Bpi, cote 651.5 BON

REVUES

Santé et travail

UGM Santé et travail

Bpi, niveau 2, cote 615(0) ABU

Travail humain : psychologie, physiologie, ergonomie

Paris : Presses universitaires de France

Bpi, niveau 2, cote 15(0) TRA

ARTICLES

Conflits au travail

Politix n° 86, 2009

Bpi, niveau 2, cote 32(0) POL 14

Malaise au travail : stress, démotivation, reconnaissance...

Les grands dossiers des sciences humaines n°12, sept., oct., nov. 2008

Bpi, niveau 2, cote 3(0) SCI 11

Management et santé

Revue française de gestion no 214, 2011

Bpi, niveau 2, cote 651(0) REV

Les mesures du bien-être

Informations sociales 114, 2004

Bpi, niveau 2, cote 30(0) INF 10

Nouveaux aspects du travail

Raison présente n° 162, 2007

Bpi, niveau 2, cote 1(0) RAI

La santé à l'épreuve du travail

Mouvements no 58, 2009

Bpi, niveau 2, cote 0 MON 10

Santé et travail

Politix no 91, 2010

Bpi, niveau 2, cote 32(0) POL 14

Stress et risques psychosociaux au travail

Problèmes politiques et sociaux n° 965, 2009

Bpi, niveau 2, cote 3(0) PRO 10

AUTOFORMATION / DIDACTICIEL

Gérer son stress au quotidien

Paris : Smartcanal

Cours en ligne étudiant le stress et les moyens de le réduire, en quatre parties : son action sur l'organisme, les agents sources de stress notamment au travail, ses conséquences sur le plan intellectuel, émotionnel et comportemental, les moyens de le prévenir et traiter. Questions d'évaluation des connaissances en fin de cours. Durée du module : 2h

Bpi, cote 158.9 GER

SITES INTERNET

Réseau de l'ANACT, Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail et des ARACTs, Associations régionales pour l'amélioration des conditions de travail

Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail France

Site de l'Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail qui expérimente et développe des méthodologies de changement concerté du travail et de son organisation.

Informations sur l'actualité française et internationale du travail, sur les initiatives nationales et régionales, sur les publications de l'ANACT...

<http://www.anact.fr/>

Bpi, cote 658.4 RES

Souffrance et travail : site de Marie Pezé

Paris : "Diffusion des connaissances sur le travail humain"

Propose des outils d'aide et des moyens d'action : magazine sur l'actualité du travail, guides pratiques (travailleurs-acteurs de l'entreprise-professionnels de santé-médecin du travail-professions juridiques), informations utiles (questions importantes-textes de lois-publications officielles...), vidéos, forum

<http://www.souffrance-et-travail.com/>

Bpi, cote 361.1 SOU

Harcèlement moral, souffrance au travail

Un article de Marie-Thérèse Giorgio sur droit-medical.com

<http://droit-medical.com/perspectives/5-le-fond/65-harcelement-moral-souffrance-au-travail>

Bien être au travail

Une synthèse du Dr F. Rosenfeld

http://www.dr1.cnrs.fr/docs_pdf/ps/supports/bienetre_travail