

Manuel sur le bien-être au travail



Sarah Cunningham, Dr. William Fleming, Cherise Regier, Micah Kaats, Prof Jan-Emmanuel De Neve

Partager cette ressource



Citer cette ressource :

S. Cunningham, W. Fleming, C. Regier, M. Kaats et J. De Neve (2024). *Manuel du bien-être au travail : examen systématique des interventions fondées sur des données probantes pour améliorer le bien-être des employés*. World Wellbeing Movement (Mouvement mondial pour le bien-être).

Le Manuel du bien-être au travail © 2024 du World Wellbeing Movement est autorisé sous licence CC BY-NC-ND 4.0 

Interventions liées au bien-être au travail



Le Manuel du bien-être au travail est un guide concis qui condense les idées tirées d'un examen ³ systématique et à grande échelle de la littérature portant sur les interventions liées au bien-être au travail. Il présente des idées générales dans un format accessible et facile d'utilisation.

Avec le soutien d'Indeed, et en collaboration avec notre partenaire universitaire au [Centre de recherche sur le bien-être de l'Université d'Oxford](#), le World Wellbeing Movement a préparé ce manuel d'interventions fondé sur des données probantes classées selon 12 facteurs clés du bien-être au travail.

Les chercheurs ont examiné plus de 3 000 études universitaires sur des interventions liées au bien-être au travail afin d'identifier des stratégies avérées dans l'accroissement du bien-être des employés dans des environnements de travail diversifiés. Nous savons que les chefs d'entreprise font souvent face à des contraintes de temps, nous avons donc condensé les idées clés dans cette ressource en libre accès et les avons distillées dans un résumé général et accessible afin d'aider les professionnels très occupés.

Ce manuel s'appuie sur les recommandations scientifiques du World Wellbeing Movement sur la façon de mesurer [comment les employés se sentent au travail](#) et [pourquoi ils ressentent cela](#) - tout comme le [score Bien-être au travail d'Indeed](#), également créé avec les experts du Centre de recherche sur le bien-être. Une fois que vous avez collecté les données, vous pouvez utiliser ce Manuel pour traiter les domaines à améliorer au sein de votre entreprise.

Il est recommandé aux chefs d'entreprise de garder la diversité bien à l'esprit lorsqu'ils élaborent une stratégie **globale** de bien-être des employés pour leur entreprise. Lors du choix des interventions, les employeurs doivent prendre en compte des facteurs comme leur environnement de travail, leur secteur d'activité, leur situation géographique et les besoins uniques de leurs employés.

Même s'il n'y a pas de formule magique et que toutes les interventions ont leurs limites, beaucoup de sociétés commencent à opérer des changements positifs lorsqu'elles combinent plusieurs interventions (*interventions au niveau de l'entreprise, interventions au niveau du groupe et interventions au niveau de l'individu*) sur de multiples facteurs de bien-être des employés.

Améliorer le travail grâce au Manuel du bien-être au travail

Work Wellbeing Playbook



Regardez la vidéo dès maintenant: <https://www.youtube.com/watch?v=EUjWvb0A2rU>



Comment tirer le meilleur parti de ce deck

- 1 Encouragez vos collaborateurs à répondre à l'enquête Indeed sur le bien-être au travail. Essayez d'obtenir un taux de réponse élevé pour garantir des résultats représentatifs de l'ensemble de votre personnel.
- 2 Analysez vos résultats et identifiez les facteurs de bien-être au travail qui posent problème. Les facteurs étant interconnectés, exercez votre esprit critique pour trouver des liens au sein de votre environnement de travail.
- 3 Lisez cette présentation dans son intégralité et attardez-vous sur les interventions ciblant les facteurs que vous cherchez à améliorer.
- 4 Renseignez-vous sur les interventions envisageables au sein de votre entreprise et réfléchissez à la manière de les intégrer pour répondre à vos besoins en matière de bien-être.

Étapes pour obtenir des résultats significatifs et durables

