



### **Efficacité**

## **La motivation contre le stress**

Comment mettre en place dans son service une motivation qui déjoue les pièges du stress? C'est le propos d'un ouvrage écrit par un médecin urgentiste et un expert de la motivation, qui font reposer une motivation d'équipe sur sept « leviers »: l'autonomie, la maîtrise, le but, le pardon, l'optimisme, le sentiment de justice et les encouragements.

« *Se protéger du stress et réussir* », Romain Bourdu et Philippe Rodet, éditions [Eyrolles](#) 2011.