



Climat de travail et résolutions

Civilité en milieu de travail

Quelle est ma contribution personnelle à la Qualité de vie au travail?

Quelles attitudes ou comportements positifs dois-je adopter et encourager?

Quelles attitudes ou croyances négatives dois-je arrêter ou éviter?

ATTITUDES POSITIVES

GO!

- Adopter une attitude positive et optimiste en toute occasion;
- Rire et faire rire les autres de bon cœur;
- Porter de petites attentions à nos collègues;
- Prendre le temps de découvrir, ou redécouvrir, un collègue méconnu;
- Faire preuve d'écoute et d'empathie;
- Manifester de la reconnaissance envers un collègue ou un gestionnaire;
- Dire du bien de quelqu'un que l'on fréquente peu;
- Réfléchir plus longuement avant de passer à l'action, se remettre en question;
- Faire preuve de transparence et d'intégrité;
- Savoir pardonner, savoir se pardonner;
- Se donner le droit à l'erreur ainsi qu'aux autres;
- Mettre la loupe sur ce qui va bien, les succès, les compétences;
- Protéger son état d'esprit dans les situations difficiles;
- Donner le bénéfice du doute;
- Faire preuve de résilience, rebondir après les épreuves et les échecs.

STOP

ATTITUDES NÉGATIVES

- Amorcer des rumeurs, cancans ou ragots;
- Écouter ou prendre part à des cancans, rumeurs ou ragots;
- Critiquer autrui en son absence;
- Critiquer systématiquement, ne voir que les problèmes sans donner de solutions;
- Colporter sa mauvaise humeur au bureau et à la maison;
- Décourager systématiquement les initiatives ou les idées des autres;
- Faire preuve d'ironie vis-à-vis des personnes ou d'une situation;
- Évoquer les pires scénarios (le pire s'en vient...);
- Encourager des conflits, amorcer des conflits;
- Conserver intact de vieux conflits qui trainent en longueur;
- Jouer à la victime (ou au bourreau...);
- Mettre la loupe uniquement sur ce qui ne fonctionne pas;
- Ignorer autrui ou faire semblant qu'il est devenu invisible;
- Limiter notre collaboration qu'à nos proches collègues;
- Présumer des mauvaises intentions d'autrui;
- Perdre espoir prématurément après un échec;
- Répondre aux « provocations » des autres;
- Chercher systématiquement à se mettre en évidence;
- Faire preuve de fermeture face aux changements ou idées nouvelles.

