

Qu'est-ce que le commérage?

En milieu de travail

En milieu de travail, les rumeurs et les commentaires non vérifiés peuvent nuire à la confiance, au climat de travail et à la santé psychologique.

Il s'agit souvent de propos discutés ciblés envers une ou quelques personnes leur absence au sujet

D'informations personnelles, des rumeurs ou des opinions. Même si cela peut parfois sembler anodin ou faire partie des discussions du quotidien, le commérage peut avoir des conséquences importantes sur le climat de travail et les relations entre collègues de travail.

Synonymes: Rumeur, ragot, médisance, bruit qui court, potin, cancan, mémérage, raconter.¹

Dans un milieu de travail ou dans une équipe, le commérage:

- Peut nuire à la réputation ou à la dignité;
- Augmenter les conflits et la méfiance;
- Créer un climat d'insécurité psychologique.

Les comportements suivants peuvent être assimilés à du commérage:

- Amorcer des rumeurs;
- Écouter ou prendre part à des rumeurs;
- Critiquer les autres en leur absence;
- Décourager systématiquement les initiatives ou les idées des autres;
- Faire preuve d'ironie vis-à-vis d'une personne ou d'une situation.

Chacun a un rôle à jouer pour préserver un climat de travail sain. Avant de partager une information sur un collègue ou une situation, il est utile de faire une pause et de se poser 3 questions simples... inspirées du test de Socrate. Cette approche propose de filtrer ce que l'on dit avant de le partager, afin d'éviter de propager des informations fausses, nuisibles ou inutiles.

¹ Le Robert. "Commérage." *Le Robert Dictionnaire en ligne*. <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/commerage>.

1. Est-ce que c'est vrai?

- Ai-je vérifié l'information?
- Est-ce basé sur des faits ou sur un « on-dit »?

☞ Une information non vérifiée est souvent une rumeur

2. Est-ce que c'est bien (bienveillant)?

- Est-ce que cela risque de blesser quelqu'un?
- Est-ce que cela contribue à un climat respectueux?

☞ Partager des propos négatifs ou nuisibles alimente les tensions

3. Est-ce que c'est utile?

- Est-ce que cela aide à résoudre une situation?
- Est-ce nécessaire de le dire ?

☞ Une information inutile ne devrait pas être partagée.

! Si la réponse est NON à une seule de ces questions...

☞ Mieux vaut ne pas partager l'information.

Cette logique vient directement de l'idée que, si une information n'est « ni vraie, ni bonne, ni utile, pourquoi la dire ? »

Le test de Socrate est un outil simple pour **éviter de contribuer involontairement à ces risques.**

Favoriser une culture de respect et de bienveillance permet d'éviter que les rumeurs prennent place. Lorsque des préoccupations existent, il est préférable d'en discuter directement avec la personne concernée ou avec une ressource appropriée (un gestionnaire, un veilleur, une personne de confiance à l'extérieur du milieu de travail, etc.).

Ensemble, nous pouvons contribuer à un environnement sain où les échanges se font dans un esprit d'écoute, d'ouverture et de collaboration.