

La collaboration au cœur du travail d'équipe



Lucie Legault
llegault@asstsas.qc.ca

La racine latine du verbe collaborer, *cum laborare*, signifie « travailler avec ». Dans un sens général, il est question de collaboration quand deux ou plusieurs personnes s'associent et s'organisent pour travailler ensemble dans le but d'atteindre un objectif commun.

La collaboration se veut une interaction sociale positive, mais elle comporte des défis. Est-ce un choix toujours profitable ?

Pourquoi collaborer ?

Qui ne souhaite pas être heureux dans son travail ? Or, le bonheur au travail s'explique en très grande partie par la présence de relations sociales positives et significatives. Il est démontré que le fait d'aider vos collègues augmente votre degré de bonheur. Selon une recherche menée à Harvard, le soutien social demeure l'indicateur prévisionnel de bonheur le plus important durant les périodes de grand stress¹. L'humain est fondamentalement un être social. C'est dans sa nature. Dès la naissance et tout au long

de votre vie, vous êtes plus heureuses quand vous vous sentez liées aux autres.

En plus, c'est bon pour la santé ! Il est reconnu scientifiquement que « la seule perception de bonté mène à une meilleure activité du système immunitaire² ». Les bonnes relations, l'entraide, le soutien social diminuent l'activation des hormones de stress en périodes difficiles agissant ainsi positivement sur votre santé physique et psychologique.

Les autres ont le pouvoir de vous aider à mieux gérer votre stress et vous avez aussi ce



Photo : iStock.com

Le bonheur au travail s'explique en très grande partie par la présence de relations sociales positives et significatives.

pouvoir sur les autres à travers chacune de vos interactions positives³. La collaboration, lorsqu'elle se déroule bien, fait partie de ce soutien, de ces interactions sociales positives dont le bonheur et la santé se nourrissent.

Ajoutons que la qualité des relations est l'une des six caractéristiques qui contribuent à rendre le travail significatif. « Pour que le travail ait un sens, il doit être réalisé dans un milieu qui stimule le développement de relations professionnelles positives, de contacts intéressants [...] et qui permet de développer une complicité avec ses collègues, d'obtenir leur soutien et d'exercer son influence au sein d'une équipe⁴. »

Or, pouvez-vous imaginer un tel milieu de travail où la collaboration, lorsque requise, ne serait pas au rendez-vous ? À la question « pourquoi collaborer ? », nous répondons : « Croyez-vous qu'il soit possible de tout faire seule ? »⁵.

Un sentiment de croissance personnelle et de dépassement de soi se développe lorsque vous partagez votre savoir, votre savoir-faire et votre savoir-être et que vous pouvez apprendre des autres. La collaboration ouvre la voie à l'épanouissement individuel et collectif.

Un atout pour les organisations

Une organisation a tout avantage à encourager une culture de collaboration. Dans des contextes de travail particulièrement complexes, elle devient une nécessité. En effet, la mise en commun des capacités et des ressources permet d'obtenir potentiellement le meilleur de chacun. La collaboration représente même un outil d'amélioration continue permettant d'atteindre des résultats supérieurs à la somme des capacités disponibles en chacune des personnes regroupées⁵. L'union fait la force !

Il faut développer de bonnes dispositions pour travailler en mode collaboratif. Cela nécessite de l'ouverture au point de vue des autres, de la motivation, une communication respectueuse, une volonté de partage du pouvoir et des prises de décision, etc.



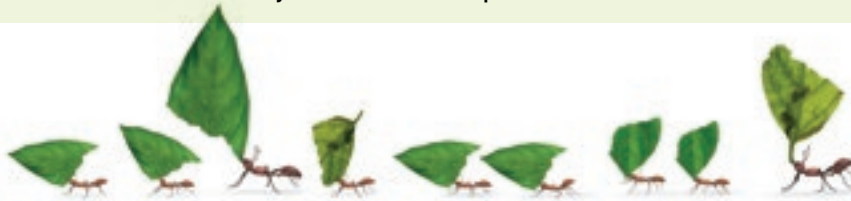
La communication est au cœur des relations interpersonnelles et du bon fonctionnement des activités quotidiennes. En SST, elle permet d'échanger des informations sur la tâche, de former à l'utilisation d'un équipement, d'apprendre sur les risques de blessure, etc.

Pour télécharger la fiche : asstsas.qc.ca/ft17

LA LMRSSST ET LA COLLABORATION : DEUX INSÉPARABLES

Vous êtes une nouvelle agente de liaison ou membre du comité de santé et de sécurité ?

Quelle belle façon de collaborer à éliminer les risques et à améliorer la santé et la sécurité du travail (SST) dans votre service de garde ! Bien que la SST soit sous la responsabilité de l'employeur, un milieu de travail ne peut pas être sécuritaire sans la participation du personnel. La culture de collaboration est ainsi indispensable dans la mise en place des changements exigés par la *Loi modernisant le régime de santé et de sécurité du travail* (LMRSST). Comme on le dit si bien à l'ASSTSAS : **soyez ensemble en prévention !**



La mise en commun des capacités et des ressources permet d'obtenir potentiellement le meilleur de chacun.



Photo : iStock.com

La collaboration demande un investissement de temps et d'énergie. Initialement, les avantages ne sont pas toujours évidents. Il faut peut-être ralentir à court terme pour aller plus vite plus tard.

Rallier des personnes pour qu'elles travaillent ensemble et persévérer dans le maintien de conditions favorables à une culture de collaboration comportent certains défis, mais ils nourrissent bien la santé organisationnelle. Tout compte fait, cultiver la collaboration, c'est faire un choix santé pour soi, pour les autres et pour son milieu de travail ! ●

LES CONDITIONS D'UNE COLLABORATION RENTABLE⁶

- Adhésion de chaque personne aux objectifs communs et compréhension partagée des enjeux
- Attribution du travail, des rôles et des responsabilités clairement et équitablement établie, comprise et acceptée par tout le personnel
- Valorisation de la mise en commun des savoirs, des compétences et des ressources
- Démarche commune pour agir et communiquer
- Coresponsabilité assumée et engagement mutuel à l'égard des valeurs professionnelles et des comportements attendus
- Perception individuelle de la valeur ajoutée de s'associer à d'autres

RÉFÉRENCES

1. Achor, S. (2012). Positive intelligence. *Havard business review*. <https://hbr.org/2012/01/positive-intelligence>
2. Lupien, S. (2021). COVID-19 : L'effet Mère Theresa. <https://www.stresshumain.ca/covid-19-leffet-mere-teresa/>
3. Lupien, S. (2010). *Par amour du stress*. Éditions au Carré.
4. Morin, M. E., Gagné, C., Cherré, B. (2009). *Donner un sens au travail – Promouvoir le bien-être psychologique*. IRSST.
5. Beaulieu, S., Malo, L.-A. (2007). *Savoir innover en équipe : un guide pour développer votre organisation par la collaboration générative*. Édition Coach.
6. Maletto, M. (2011). *Les équipes de haute performance. Comment consolider son équipe de travail*. Éditions Maletto.