

LA RECONNAISSANCE : UN LEVIER ESSENTIEL DE PRÉVENTION



Quand on parle de prévention des risques psychosociaux (RPS), on pense souvent à la charge de travail, au stress ou aux conflits. Pourtant, la reconnaissance au travail joue un rôle clé dans la santé psychologique et le bien-être des personnes.

C'EST QUOI, LA RECONNAISSANCE AU TRAVAIL ?

Au CISSS de l'Outaouais, la reconnaissance se manifeste de multiples façons, petites ou grandes. Elle peut prendre la forme d'un merci spontané, d'un mot d'encouragement, d'une rétroaction positive, de bons mots d'un usager, d'un geste attentionné ou d'une activité d'équipe.

La reconnaissance, c'est exprimer de la bienveillance les uns envers les autres, souligner les efforts, l'engagement et la contribution de chacun, et reconnaître que chaque personne est unique et importante au sein de l'organisation. Elle peut être formelle ou informelle, mais elle gagne surtout à être sincère et présente au quotidien.

POURQUOI LA RECONNAISSANCE EST IMPORTANTE ?

Un manque de reconnaissance, lorsqu'il est présent de façon répétée ou prolongée, constitue un facteur de risques psychosociaux. Il peut entraîner :

- une baisse de motivation ou du désengagement;
- un sentiment d'injustice ou de non-considération;
- une augmentation du stress et de la fatigue émotionnelle;
- un risque accru d'épuisement professionnel.

À l'inverse, un climat de travail où la reconnaissance est présente agit comme un facteur de protection, favorisant la mobilisation, le sentiment d'appartenance et la santé psychologique.



MAI : LE MOIS DE LA RECONNAISSANCE

Le mois de mai est l'occasion de mettre la reconnaissance à l'avant-plan. Toutefois, la reconnaissance ne se limite pas à un moment précis de l'année. Elle se construit jour après jour, à travers des gestes simples et authentiques.

PRÉVENONS LES RPS !

La reconnaissance fait partie intégrante de la prévention des risques psychosociaux.

Concrètement, nous agissons en :

- favorisant le respect et la bienveillance;
- valorisant la contribution des équipes et des individus;
- portant une attention constante au climat de travail;
- rappelant que la reconnaissance est une responsabilité partagée.

CE QUE JE PEUX FAIRE MOI AUSSI :

- Chacun et chacune peut contribuer à un climat de reconnaissance :
- souligner les efforts et le travail bien fait d'un collègue;
- offrir une rétroaction respectueuse et constructive;
- adopter une communication bienveillante;
- reconnaître la contribution des autres, même dans un contexte exigeant.

Reconnaître le travail accompli et les personnes qui le réalisent, c'est contribuer activement à un milieu de travail sain, respectueux et mobilisateur.