

Le soutien social

Entre collègues

Opérationnel

- **Axé sur la tâche**

- Donner ou recevoir aide ou conseils
- Aider à mener à terme une tâche
- Résoudre un problème



Émotionnel

- **Axé sur la relation**

- Authenticité
- Respect
- Considération de l'autre



Impact

- **Facteur de protection**

- Risques psychosociaux
- Santé mentale
- Gestion du stress
- Harcèlement
- Conflits



Pistes d'actions

- Processus d'accueil et d'intégration
- Résolution de problèmes collective
- Partage des bons coups
- Donner l'exemple
- Aménager du temps et des lieux pour les échanges
- Offrir ou demander de l'aide
- Faire attention à ses biais
- Adopter une attitude d'ouverture
- Écouter et s'exprimer dans le respect
- Organiser ou répartir le travail collectivement

