

GROUPE DE CONFIANCE - INFO 3 mars 2010

Tension, stress, conflit au travail, que puis-je faire?

Vous êtes témoin de tensions entre certains de vos collègues, entre votre collègue et votre chef, votre voisin de bureau s'est confié à vous car il se sent dénigré au sein de travail, une collègue est sans cesse malade et se plaint de l'ambiance de travail et de manque de motivation.... Vous ne savez pas comment gérer ces situations sans prendre parti et sans savoir quels conseils donner...



Les situations conflictuelles ne manquent pas dans le quotidien des relations de travail. Lorsque nous y sommes personnellement confrontés, nous pouvons faire appel à des stratégies différentes, selon notre personnalité, notre état du moment et les personnes impliquées.

Parfois, nous avons besoin de faire appel à une tierce personne, indépendante qui peut nous écouter et rechercher avec nous quelques outils pour désamorcer ces conflits.

Vous avez peut-être été sollicité-e par un-e collègue qui vous a confié les tensions ou les problèmes vécus dans son travail ou vous l'avez peut-être simplement constaté. Que faire pour lui venir en aide en sachant que ce n'est pas facile pour vous de gérer cette situation en tant que collègue?

Vous pouvez lui recommander de s'adresser au **groupe de confiance**. Ce dernier est à disposition des collaborateur-trice-s et enseignant-e-s RCJU et du personnel des associations et communes affiliées. Il peut être atteint au **Tél. 032 / 420 58 90** ou/et groupepedeconfiance@jura.ch. De plus amples informations sont accessibles sur le site:

www.jura.ch/harcelement

L'écoute neutre et attentive qu'apportera le groupe de confiance, ainsi que la recherche de solutions permettront certainement de réduire déjà considérablement le malaise.

La médiation est une démarche volontaire, coopérative et respectueuse de la personne. Elle se déroule dans la confidentialité des partenaires.