

Votre programme d’aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Conserver son poste lorsque des collègues sont mis en disponibilité

Le lendemain d’une réduction de l’effectif comporte son lot de difficultés. La plupart du temps, en raison du départ de collègues, les survivants se retrouvent avec une surcharge de travail, en plus d’avoir le moral bas et de devoir composer avec un sentiment accru d’insécurité.

Il est important de réaliser qu’une réduction du personnel touche l’ensemble de l’organisation, y compris votre supérieur immédiat. Montrez-lui que vous comprenez les raisons organisationnelles ayant motivé cette décision et exprimez votre désir de faire de votre mieux afin de rendre la situation moins difficile pour tous et d’accélérer le retour à la normale.

Voici des suggestions en ce sens :

Communiquez davantage avec votre supérieur

- Même si vous êtes touché par le départ de vos collègues, dites-lui que vous avez compris que l’organisation se trouvait dans l’obligation de réduire son personnel.
- Soulignez le fait que vous êtes disposé à faire ce qu’il faut pour rétablir la situation.
- Abordez les nouvelles responsabilités qui vous sont confiées et demandez des précisions.
- Proposez de l’aider à mettre à jour une description de tâches qui reflète vos responsabilités.

Adoptez une bonne attitude

- Efforcez-vous d’être positif en tout temps.
- Mettez-vous à la place des dirigeants et efforcez-vous de trouver des solutions aux problèmes ou des idées pour remonter le moral du personnel.
- En parlant avec des personnes travaillant dans le même secteur d’activité, dites des choses positives au sujet de votre supérieur immédiat et de l’organisation.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d’information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.

Attaquez-vous aux problèmes

- Au lendemain d'une réduction de l'effectif, certaines choses pourraient facilement échapper aux employés. Tentez de déterminer la source des problèmes et de trouver des solutions.
- Si vous vous sentez dépassé par vos nouvelles tâches, tentez de voir si le problème est attribuable à une surcharge de travail ou à d'éventuelles lacunes au plan de vos compétences.
- Évaluez votre charge de travail en tenant un carnet de bord pendant au moins une semaine. Indiquez à votre supérieur le temps que vous devez consacrer à vos nouvelles responsabilités et proposez de trouver ensemble des solutions.
- Si vos compétences ne sont pas à la hauteur de vos nouvelles tâches, soulignez qu'un programme de perfectionnement professionnel à temps plein ou à temps partiel pourrait améliorer votre efficacité au travail.

Déjouez les sentiments d'insécurité

- Tenez à jour votre curriculum vitæ et vos compétences en recherche d'emploi.
- Faites du réseautage et maintenez la communication avec les agences de recrutement.
- Maintenez le contact avec les collègues mis en disponibilité; il y a de fortes chances qu'un jour vos chemins se croisent sur le marché du travail.
- Aidez vos anciens collègues dans leur recherche d'emploi. Vous pourriez en bénéficier un jour.

Si vous comptez parmi les survivants, cela signifie que votre employeur considère votre contribution utile. En assumant des responsabilités supplémentaires, vous aurez peut-être de nouvelles occasions de perfectionner vos habiletés.

Les périodes de turbulences économiques pourraient vous affermir dans votre croyance qu'aucun emploi n'est garanti à vie, surtout si des collègues sont remerciés de leurs services. Considérez cette situation regrettable comme une occasion de soutenir vos collègues et l'organisation, et de renforcer vos compétences afin d'en tirer le meilleur parti à l'avenir.