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.

Obtenir le soutien dont vous avez besoin pour faire du bon travail

De nos jours, le milieu de travail constitue un réseau complexe de personnes qui dépendent les unes des autres à divers degrés. Très peu de réalisations ou d'échecs sont l'œuvre d'une seule personne. Même lorsqu'une personne effectue le travail, les efforts des gens qui l’entourent jouent souvent un rôle important dans le résultat définitif.



Pour faire du bon travail, vous devez absolument obtenir le soutien d’autres personnes dans votre entreprise. Le soutien pratique se manifeste sous forme de budgets adéquats, de personnel, d'échéances réalistes et de soutien administratif. Le soutien émotif de vos collègues et de vos supérieurs est également important. Voyons comment vous pouvez vous assurer d'obtenir le soutien dont vous avez besoin.

Des conseils pratiques

Souvenez-vous que vous devez à la fois recevoir et offrir du soutien. Plus vous donnerez de soutien à vos collègues et à vos supérieurs, plus vous en recevrez quand vous en aurez besoin. Voici des suggestions à garder à l’esprit :

Ce qui incite les gens à fournir du soutien

- Les superviseurs soutiennent les employés en qui ils croient, ce qui implique qu'ils doivent connaître les employés et reconnaître leurs talents.
- Ils ont davantage tendance à soutenir les employés qui les appuient eux-mêmes et qui attachent manifestement beaucoup d'importance au succès de l’entreprise. Si un projet contribue à faire avancer l'organisation, les superviseurs seront plus sujets à offrir de l’aide.
- Les collègues soutiennent les personnes pour qui ils éprouvent du respect.
- Ils soutiennent les collègues qui offrent du soutien aux autres.
- Les gens sont plus portés à offrir du soutien lorsqu'ils savent que leurs efforts seront reconnus.
- Les gens sont plus portés à offrir du soutien à leurs supérieurs si ceux-ci prennent le temps de les connaître et de leur faire savoir que leur contribution a de la valeur à leurs yeux.

© 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.

Obtenir le soutien de vos supérieurs

Un point a déjà été souligné, mais il ne le sera jamais suffisamment – le réseautage est crucial. Avant de vous apporter de l'aide, les gens doivent savoir qui vous êtes. Nul n'acceptera d'être le mentor d'un employé qu'il ne connaît pas. Voici donc des suggestions pour obtenir l'appui de vos supérieurs :

- Faites tout ce qu'il faut pour inspirer confiance à vos supérieurs. Remplissez vos engagements, communiquez ouvertement et adoptez une attitude positive et dévouée à l'égard de l'entreprise.
- Appuyez votre superviseur. Faites-lui bien comprendre que vous êtes toujours prêt à l'aider si des problèmes surviennent dans d'autres projets. Cependant, votre superviseur n'a pas le don de clairvoyance. Vous devez l'informer de ce qui vous convient et de ce qui ne vous convient pas. Communiquez ouvertement avec lui.
- Si vous avez besoin de soutien pratique pour un projet, préparez une proposition montrant clairement les avantages qu'en tirera l'entreprise et ce dont vous aurez besoin en termes de budget, de personnel, etc.
- Présentez fréquemment des rapports d'avancement pour que vos supérieurs constatent que leur soutien est justifié. Ne souffrez pas en silence. Vos supérieurs doivent pouvoir compter sur vous pour leur signaler les problèmes qui surviennent. Ils ne pourront vous offrir de l'aide s'ils ne savent pas que vous en avez besoin.

Obtenir le soutien de vos collègues

- Exprimez clairement et précisément le soutien dont vous avez besoin. Donnez des indications claires et précisez vos attentes.
- Aidez les gens à comprendre en quoi leur soutien contribuera à la réussite visée.
- Apprenez à présenter efficacement vos demandes de soutien : « Faites ceci immédiatement » donne de moins bons résultats que « Pourriez-vous m'aider à… ».
- Manifestez à l'égard de vos collègues du respect et un intérêt réel et prenez le temps de connaître les personnes qui occupent des postes de soutien. Une bonne relation avec la réceptionniste vaudra son pesant d'or lorsque vous aurez un urgent besoin d'un service de messagerie.
- Remerciez toujours les personnes qui vous soutiennent et faites savoir aux autres que leur soutien vous a été précieux. Faites en sorte que les gens soient satisfaits d'eux-mêmes et du travail qu'ils font pour vous. Ils seront prêts à recommencer.
- Faites l'impossible pour soutenir vos collègues. Offrez de les aider lorsqu'ils sont surchargés de travail.
- Apprenez à résoudre les conflits avec calme et professionnalisme.

Le fait d'obtenir le soutien continu des gens qui vous entourent peut souvent faire la différence entre la réussite ou l'échec d'un projet. Il peut aussi faire la différence entre votre réussite ou votre échec au travail. Adoptez ces suggestions et devenez le genre de travailleur que vos collègues et vos superviseurs remarqueront et ils se feront un plaisir d'aider.