

## PARTIE 3 : CO-CONSTRUCTION

# ATELIER 3 : COMMENT GARANTIR LE BIEN-ÊTRE DES AGENTS ET DES USAGERS À LA MDE ?

### Faut-il avoir en tête le sens du travail ?

Pour la grande majorité c'est essentiel car "c'est la raison principale pour laquelle on a envie de faire son travail". "C'est motivant quand on sait que son travail a une utilité sociale". Le sens est une protection contre le sentiment d'ennui : "nous ne sommes pas de simples exécutantes, il faut pouvoir donner un sens à ce que l'on fait".

- Garder à l'esprit et valoriser la vocation et le sens de ce que l'on fait

- Privilégier les modes de coopérations efficaces et agréables (évacuer les réunions quand elles sont inutiles)

- Partager les informations sur la charge de travail et le poste de chacun

- Conserver des coopérations informelles qui fluidifient les tâches

- Mieux se connaître entre collègues (café rituel, temps du repas, séminaire en commun)

- Travailler sur les règles communes dans les espaces partagés pour ne pas se déranger les uns les autres

- Parvenir à s'isoler dans le calme pour travailler sur une tâche complexe sans être dérangé

- Exercer son droit à la déconnexion même sur un temps court

- Proposer des positions corporelles de travail moins formelles et plus détendues

- Travailler dans des espaces moins formels, tels que les extérieurs ou des canapés

- Coopérer en sortant des jeux de posture

- Adopter de nouvelles pratiques professionnelles plus collaboratives

COOPÉRER  
SEREINEMENT

### Faut-il avoir de l'autonomie dans son travail ?

Le besoin d'autonomie dans le travail est présent partout, "c'est indispensable pour ne pas être robotisé". Ce besoin témoigne d'une attente vis-à-vis de la hiérarchie et donc du management : "pour ne pas se sentir "fliqué" tout en restant accompagné, et pour ne pas se sentir isolé en cas de problème". "Avoir de l'autonomie c'est porter la confiance d'un groupe".

Ainsi le manager serait capable de "faire émerger dans chacun des collègues ses points d'excellence".

L'autonomie permet aux individus de ne pas se faire complètement happer par les procédures et les institutions pour se ménager un espace pour y être plus efficace : "l'autonomie dans les moyens de s'organiser est importante, chacun s'organise en fonction de sa personnalité". De plus, "Se recentrer nécessite une part d'intimité donc d'autonomie".

- Reconnaissance du travail effectué par les pairs, les usagers et la hiérarchie  
- Bienveillance de la hiérarchie  
- Proposer un cadre sécurisant  
- Pratiquer le droit à l'erreur  
- Encadrer la surcharge de travail

fonction de sa personnalité". De plus, "Se recentrer nécessite une part d'intimité donc d'autonomie".

- Équité de traitement.

- Rapport managérial de facilitation plus que d'injonction et de simple contrôle

- Prise de décision par concertation

- Recherche de solutions par l'intelligence collective

- Médiation des conflits

- Développer des temps conviviaux avec la hiérarchie

- Le rapport hiérarchique ne doit pas générer de stress

SE DÉTENDRE

- Privilégier la qualité dans les moments de détente (sieste, sport, yoga, repas, etc.)

### Le moment de détente idéale ?

Quelques visions communes émergent : prendre le café et plaisanter avec ses collègues, bouger, se balader, ou faire une séance de sport ou de yoga.

### Peut-on s'amuser pour travailler sérieusement ?

De manière générale on pourrait dire que "toute source de plaisir au travail est productive" ou encore "qu'un environnement convivial permet des relations de travail plus constructives". Les participants sont unanimes, s'amuser, et contribuer à la bonne humeur sont essentiels pour être efficace au travail. Il peut s'agir d'un levier pour redynamiser les équipes : "l'humour peut remobiliser et faire passer des messages optimistes". Mais aussi pour entretenir l'esprit d'équipe : "l'amusement permet une complicité, un esprit d'équipe dans l'accomplissement du travail". De plus, "s'amuser est un plaisir indispensable pour développer sa concentration sur les tâches à accomplir". L'amusement permet en effet de casser le rythme répétitif du travail et de prendre du recul sur la tâche à accomplir pour la traiter encore plus efficacement.

### Peut-on faire la sieste au travail ?

Tout le monde est unanime, la réponse est oui. Mais il faut que ce soit des siestes courtes. Attention aux excès donc ! Et pour cela, certains aimeraient réapprendre à le faire : "il faudrait apprendre à faire des micro siestes ou avoir un moyen de se détendre".