aux réunions de 1887–1889, 1891, 1893 et 1894 et un Chevalier présida le Congrès de 1886 à 1892 inclusivement. Après 1894, les Chevaliers déclinèrent rapidement et le Congrès les expulsa en 1902.

Jusqu'en 1896, le Congrès était loin d'être un organisme national. Aux réunions de 1887 et de 1888, tous les délégués venaient d'Ontario. A partir de 1889, le Québec envoya toujours une délégation assez nombreuse; en 1890, la Colombie-Britannique était représentée par trois délégués et, en 1895, le Manitoba en comptait un; en 1896, la Colombie-Britannique en avait deux et le Manitoba, un. Le Nouveau-Brunswick, l'Île-du-Prince-Édouard et la Nouvelle-Écosse envoyèrent leur premier délégué en 1897, 1900 et 1903 respectivement, mais en 1905 et 1906, aucun délégué ne représenta les provinces Maritimes. Des bureaux provinciaux furent élus en 1895 pour la Colombie-Britannique et le Manitoba. en 1896 pour le Nouveau-Brunswick et en 1901 pour la Nouvelle-Écosse et l'Île-du-Prince-Édouard. La Saskatchewan et l'Alberta furent représentés dès qu'ils furent érigés en provinces. Cependant, même en 1901, la dernière année avant que l'unité fût détruite par l'expulsion des Chevaliers du Travail et d'autres organisations en concurrence avec les syndicats de l'American Federation of Labor, le Congrès ne comptait que 8,381 membres dans tous ses syndicats et ses dépenses pour l'année ne s'élevaient qu'à \$809.88. on employa pour la première fois "une sténographe et une machine à écrire", ce qui "nécessita l'aménagement d'un petit bureau comprenant deux pupitres et une chaise".

A partir de 1896, le syndicalisme ouvrier au Canada eut à faire face au problème de la conciliation de la solidarité syndicale continentale et de l'autonomie canadienne. La Canadian Labour Union de 1873–1877 n'avait pas eu ce problème à envisager, vu qu'il n'existait aucune centrale américaine concurrente. Il en fut de même d'abord pour le Trades and Labor Congress, en partie parce que son activité se limitait presque entièrement au domaine législatif (la plupart de ses syndicats étaient des unités locales d'organisations détenant une charte de l'American Federation of Labor ou des assemblées locales des Chevaliers du Travail) et en partie parce qu'il ne semble avoir eu aucun rapport formel avec l'American Federation of Labor avant 1896. Cette année-là, le Congrès porta plainte à la Fédération au sujet de l'application aux travailleurs canadiens de la loi américaine concernant la main-d'œuvre étrangère embauchée par contrat. La Fédération proposa en réponse que le Congrès envoie un délégué fraternel à son congrès. Bien qu'il n'acceptât pas l'invitation, le Congrès adressa une invitation semblable à la Fédération en 1898, et en 1899 commença l'échange de délégués qui a duré aussi longtemps que le Congrès lui-même.

En expulsant les Chevaliers du Travail et les organisations "doubles" purement canadiennes en 1902, le Congrès se rangea formellement du côté du syndicalisme international par opposition au mouvement national. Cependant, il n'accepta aucunement le rôle secondaire que la Fédération voulut à plusieurs reprises lui imposer. chercha sans cesse à obtenir que les unions internationales, ou la Fédération en leur nom, remettent au Congrès les cotisations que ces unions versaient à la Fédération par rapport à leurs membres canadiens. Il trouva finalement la solution au problème en amenant les unions internationales à affilier directement leurs effectifs canadiens. Jusqu'en 1955, la Fédération persista à accorder des chartes à des unités locales au Canada. Elle essaya aussi à plusieurs reprises, mais sans succès, de refuser au Congrès le droit d'accorder des chartes à des conseils locaux des métiers et du travail, et il fallut au Congrès 35 ans (de 1910 à 1945) pour gagner une victoire complète. Non sans efforts, la Fédération réussit en 1939 à obliger le Congrès à expulser tout un groupe de syndicats faisant partie du Congress of Industrial Organizations (CIO). Une tentative du même genre en 1946 pour imposer l'expulsion des Machinists essuya un refus vif et résolu et échoua complètement. Le Congrès décida alors de s'affirmer en instituant une série de départements et en s'assurant un personnel complet d'organisation, et de préciser en même temps le statut qu'il estimait avoir et devait avoir à titre de centrale canadienne pleinement autonome.

Aucun de ces différends, toutefois, n'a réellement troublé l'harmonie fondamentale existant entre le Congrès et la Fédération. Le Congrès, qui était constitué surtout d'unions internationales dont les membres américains étaient affiliés à la Fédération, est resté