Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale

Gracieuseté de la Canada Vie

Comprendre la différence entre la reconnaissance et l'accord

Lorsqu'une personne vient vous voir parce qu'elle se sent blessée, frustrée ou en colère, il peut être difficile de savoir comment réagir. En comprenant son point de vue et en reconnaissant ses émotions, sans être d'accord ou en désaccord, vous lui donnez l'occasion de se sentir écoutée.

Cela peut l'aider à gérer ses émotions, à aller au fond des choses et à rester ouverte au dialogue.



Ne soyez pas d'accord ou en désaccord

Ne donnez pas votre opinion



Reconnaissez l'émotion

« On dirait que vous ressentez… »



Posez des questions sans dire quoi faire

Cernez les besoins

Pour en savoir plus, consultez les articles suivants :

Comprendre la différence entre la reconnaissance et l'accord
ssmcv.com/ressources/comprendre-la-difference-entre-la-reconnaissance-et-laccord

Écouter pour comprendre
ssmcv.com/ressources/ecouter-pour-comprendre

Communiquer avec des employés émotifs
ssmcv.com/ressources/communiquer-avec-des-employes-emotifs

Toutes les ressources du site Stratégies en milieu de travail sont accessibles à tous, sans frais, gracieuseté de la Canada Vie. Pour en savoir plus, visitez le ssmcv.com.

Canada Vie et le symbole social sont des marques de commerce de La Compagnie d'Assurance du Canada sur la Vie.