Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale

Gracieuseté de la Canada Vie

Module d'apprentissage

Bien interpréter les commentaires négatifs

Nous pouvons choisir de considérer les commentaires négatifs comme de l'information, plutôt que comme des critiques ou des vérités absolues. De cette façon, nous en évaluons la valeur, nous comprenons différents points de vue et, en fin de compte, nous décidons si le commentaire est utile.



Pause

Remarquez votre réaction



Hypothèses

Remettez en question vos suppositions



Concentrez-vous sur les faits

Qu'est-ce qui a réellement été dit?



Demandez des précisions

Déterminer s'il y a une occasion d'apprendre

Pour en savoir plus, consultez les articles suivants :

Bien interpréter les commentaires négatifs
ssmcv.com/interpreter-les-commentaires

Donner des commentaires négatifs de façon constructive
ssmcv.com/commentaires-constructive

Accompagner son supérieur : Défendre soi-même ses droits au travail
ssmcv.com/accompagner-son-superieur

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 MC

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