

Manager ~~vs~~ Collaborateur(rice) **COMMENT NOUER LA COMMUNICATION ?**

6%

Taux estimé de salarié.e.s français.e.s engagé.e.s dans leur travail

58%

Salarié.e.s fidèles à l'entreprise du fait de l'ambiance de travail bienveillante



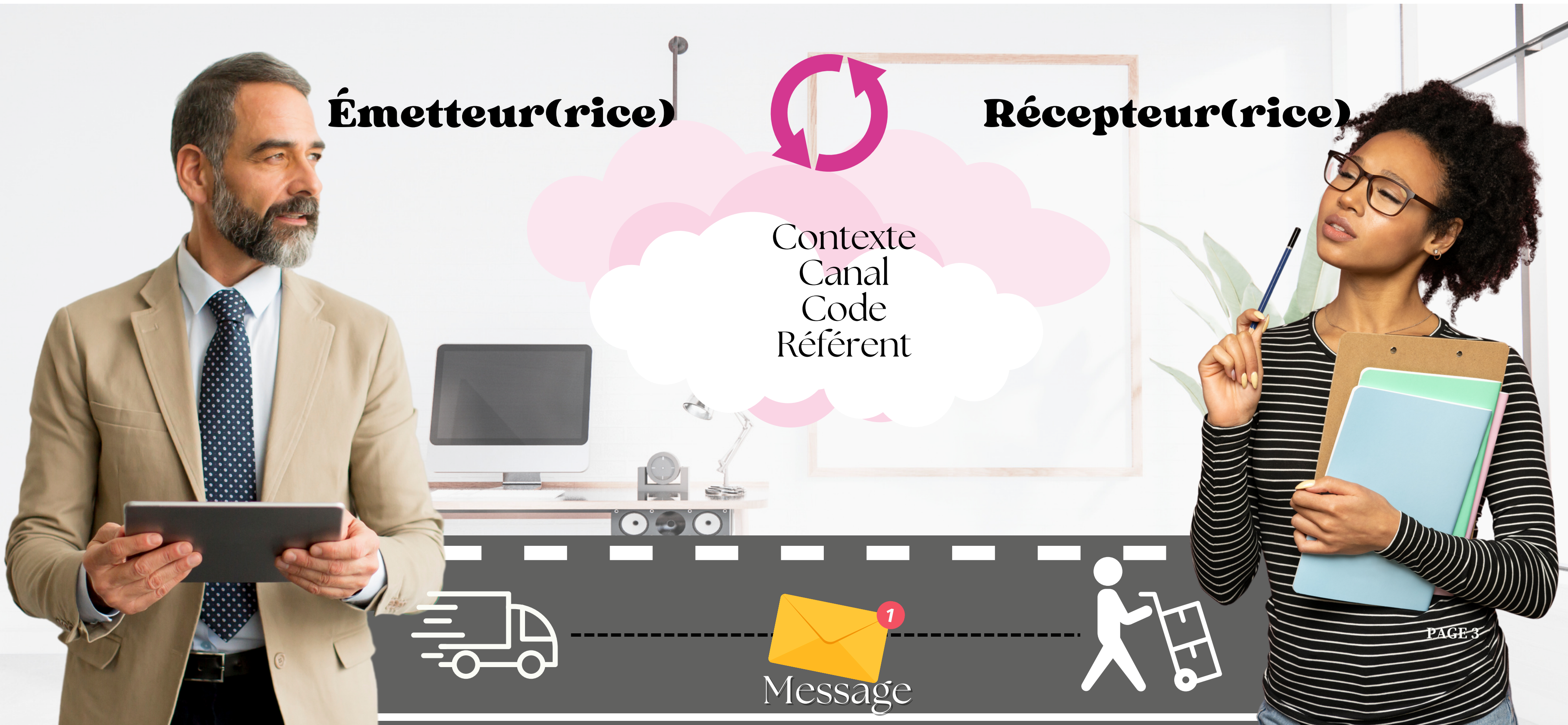
44%

Salarié.e.s pour qui la bonne entente avec le manager et l'équipe font la différence

61%

Salarié.e.s démissionnaires qui considèrent avoir quitté leur manager et non l'entreprise

Comprendre La communication



Comprendre **La communication au travail**

Relation d'Influence
Leadership, expertise...

dans

un Contexte de Subordination
Contrat de travail, statut, ancienneté...



Perception d'un.e

Supérieur.e
Personne qui exerce l'autorité



Inférieur.e
Personne qui reçoit l'autorité

Parlons **Followership**

Le followership c'est la manière dont je reconnais l'**autorité** à l'autre.

"Nous vivons nos relations d'autorité à partir de dimensions personnelles profondes, bien souvent inconscientes, issues de la manière dont nous avons vécu nos premières relations d'autorité."

- John BOWLBY, psychiatre et psychanalyste britannique, célèbre pour ses travaux sur l'attachement -

Autorité  **Autoritarisme**

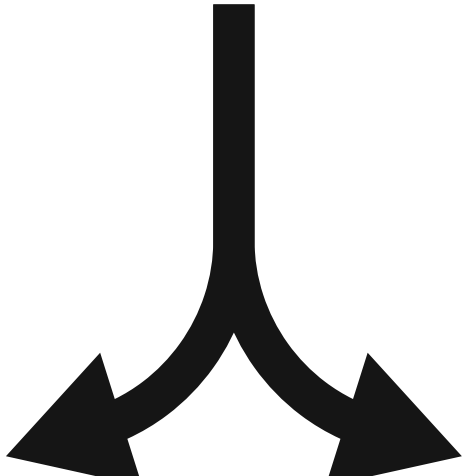
L'autorité est une force qui sert à **soutenir**
pour **faire grandir**,
en vue du développement de l'autre,
de l'organisation, de la société...



Mon Rapport à l'autorité

2 types de croyances s'activent
lorsque je suis en contact avec une personne
dont je reconnais l'autorité :

- 01 L'image que j'ai de moi
Qu'est-ce que je crois sur moi ?
- 02 Ce à quoi je m'attends de cette relation
et dont des émotions vont découler



Modèle interdépendant **Modèles dépendant et contre dépendant**



Génèrent sécurité,
développement et autonomie



Génèrent anxiété et insécurité

Comprendre Les croyances

"La croyance est une adhésion de l'esprit qui, sans être entièrement rationnelle, exclut le doute et comporte une part de conviction personnelle, de persuasion intime."

lalanguefrancaise.com

En clair, nous considérons nos croyances comme vraies, sans en avoir jamais vérifié la réalité.
Nos croyances conditionnent notre comportement, nos réactions.
Les croyances ont des fondements religieux, culturels, familiaux, populaires...

Elles peuvent être :

Positives

Aidantes, motivantes,
stimulantes

Limitantes

Blocantes, sources d'anxiété



Comment **Agir pour mon bien-être.**?

- 01 Reconnaître et comprendre mes émotions : Peur, colère, tristesse, joie**
Elles me donnent des informations sur ce qui se passe, pour moi, dans une situation donnée.
- 02 Travailler sur mes croyances limitantes :**
 - 1- Les définir, en prendre conscience,
 - 2- Identifier d'où elles viennent,
 - 3- Définir ce que je peux faire pour m'en défaire,
 - 4- Accepter que je m'engage dans une course de fond et non une course de sprint.
- 03 Faire le point sur mes compétences réelles.**
Les développer.
- 04 Communiquer efficacement.**
Utiliser des techniques de communication positives et appropriées à mon interlocuteur(rice).

Pour chacune de ces actions, vous pouvez vous faire accompagner d'un.e référent.e du domaine visé



Merci *de votre attention !*

- Wicky POULIN CATAN -
Consultante - Formatrice certifiée - Médiateure

SCAN ME





HUMA(I)N (RE)SOURCES

Doubout épi Moun ka fè Péyi-a !

Association loi 1901
affiliée à l'Économie Sociale et Solidaire
- Organisme de Formation -
<http://human-sources.com>

 +596 696 801 222  contact@humansources.fr

31 Rue Joseph Lagrosillière 97220 LA TRINITÉ Martinique
