# Recevoir une rétroaction au travail

# Avantages des rétroactions constructives

Aperçu et approche

* Chacun a sa propre approche. Le fait de recevoir l’avis des autres nous permet d’identifier les erreurs ou les idées que nous avons peut-être négligées.

Elles permettent de tisser des liens

* Le fait de recevoir une rétroaction de la part d’un employeur ou d’un collègue signifie qu’il vous croit compétent et qu’il veut vous voir réussir.

Elles permettent de créer un milieu de travail sain

* Lorsque la rétroaction est constructive en milieu de travail, elle contribue à la création d’un environnement transparent et collaboratif.

# Lorsque vous recevez une rétroaction

* Gérez votre réaction – il existe d’excellentes méthodes que vous pouvez appliquer pour faire en sorte que votre première réaction ne gâche pas cette occasion d’apprendre et de grandir.
* Écoutez pour comprendre! La rétroaction n’est pas toujours facile à donner. C’est pourquoi la personne qui vous la fournit doit le faire pour une bonne raison. Si vous la trouvez intéressante, répétez la rétroaction à la personne pour obtenir des éclaircissements et vous assurer que vous l’avez bien comprise.
* Posez des questions et clarifiez les choses - c’est un excellent moyen d’en savoir plus sur ce qui s’est passé et sur les attentes.
* Mettez un plan d’action en place pour aller de l’avant. Établissez une relation de confiance avec la personne qui vous a donné la rétroaction afin d’être soutenue et encadrée.
* Suivi - assurez-vous que vous répondez aux attentes définies.

Avez-vous besoin de plus d’assistance?

Contactez le CCRT pour bénéficier d’une assistance en tant que travailleur handicapé.