



Évaluation a posteriori

Exercice – Visualiser les évaluations des autres

Pensez au membre du personnel que vous aimez le PLUS gérer. Comment vous décrirait-il?
Quels mots et quels qualificatifs précis utiliserait-il?

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Pensez au membre du personnel que vous aimez le MOINS gérer. Comment vous décrirait-il?
Quels mots et quels qualificatifs utiliserait-il?

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

LA GESTION EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE



Placez un à côté des qualificatifs avec lesquels vous êtes d'accord ou que vous croyez être des perceptions compréhensibles de vous.

Placez un à côté de ceux avec lesquels vous êtes en désaccord.

Il est important de comprendre que vos comportements peuvent ne pas toujours être le reflet du type de personne que vous pensez être. Réfléchissez aux raisons pour lesquelles vous pourriez être perçu différemment de la façon dont vous vous décririez. Quels facteurs pourraient contribuer à tout écart?

Énumérez des mesures spécifiques que vous pourriez prendre pour commencer à réduire l'écart entre la façon dont vous vous décririez vous-même et la façon dont les autres pourraient vous percevoir. Choisissez trois mesures précises que vous pourriez prendre. Soyez réaliste.

1. _____
2. _____
3. _____

Je m'engage à commencer à travailler activement à réduire l'écart entre la façon dont les autres me perçoivent dans le milieu de travail et la façon dont j'aimerais que l'on me perçoive. Je m'engage à interagir avec tous les membres du personnel d'une façon qui reflète le mieux mes aptitudes et mes talents. La première étape de ce processus se déroulera pendant la période suivante :

_____ (date de début)

_____ (date de fin)