

Les signes de reconnaissance (Les strokes)

Indispensables aussi dans les relations professionnelles, les signes de reconnaissance positifs permettent d'améliorer les performances, la qualité des relations et la confiance en soi. Les strokes peuvent être conditionnels ou inconditionnels, positifs ou négatifs.

			Effet des signes de reconnaissance sur		
	<u>Conditionnels</u> Concerne ce que l'autre à « FAIT »	<u>Inconditionnels</u> Concerne ce que l'autre « EST »	<u>La confiance</u> <u>en soi</u>	<u>La relation</u>	<u>La performance</u>
Positifs	Félicitations -Votre compte-rendu est précis et complet -Tu as fait une bonne présentation Ce stroke favorise la réussite	Compliment -J'apprécie de travailler avec vous -Tu es un excellent animateur Ce stroke favorise l'autonomie	Gain	Favorise	Améliore
Négatifs	Critique - Votre rapport est mal structuré - ton analyse est incomplète, voilà ce que je souhaiterais Ce stroke est positif quand il est justifié, donne des limites et structure (axe de progrès)	Insulte/dévalorisation -On ne peut jamais compter sur vous -Tu ne sais rien faire Ce stroke est destructeur	Perte (doute)	Détruit	Diminue

Les 3 règles d'interprétation des strokes

1. Nous avons tous des filtres à signes de reconnaissance, nous ne percevons que les strokes qui correspondent à notre position de vie.
2. L'indifférence étant plus destructurante que la maltraitance, l'être humain préférera chercher des signes de reconnaissance négatifs que de ne pas en avoir du tout.
3. En l'absence de signes de reconnaissance positifs, l'être humain interprète des strokes négatifs.