

# Reconnaissance au travail – analyse de situations

**Objectif** : analyser de façon objective les situations vécues comme un manque de reconnaissance pour les dépasser. Chaque situation analysée correspond à un événement précis reposant sur des éléments factuels (sans interprétation).

Une fois l'exercice fait, demandez vous ce que vous en reprenez. Le debrief est tout aussi important que l'exercice en lui-même.

Situation	Qu'avez-vous ressenti ?	Quel était votre besoin/attente ?	Avez-vous exprimé votre besoin ?	Sous quelle autre forme ce besoin est-il comblé ?
<i>Ex : En l'absence de la juriste j'ai dû gérer à sa place une demande urgente d'un client. A son retour elle a repris le dossier et m'a informé des points de détail à revoir.</i>	<i>Sur le moment, je me suis sentie piégée, livrée à moi-même et stressée. Ensuite je me suis sentie vexée.</i>	<i>J'attendais du soutien et aussi que la juriste me remercie d'avoir géré le dossier plutôt que de pointer les petits détails à revoir</i>	<i>Non</i>	<i>C'est finalement le client qui a exprimé sa satisfaction auprès de ma hiérarchie pour le travail que j'avais effectué.</i>