

Donner et recevoir du feedback

Durée: 0,5 jour

Public cible: Gestionnaire

À qui s'adresse cette formation ?

- Gestionnaires, chefs d'équipe
- Professionnels amenés à collaborer régulièrement
- Toute personne souhaitant améliorer ses communications et ses relations de travail

Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, les participant.e.s seront en mesure de :

- Reconnaître leurs perceptions et biais face au feedback
- Adapter leur approche selon le contexte et le type de feedback
- Donner du feedback engageant (positif, constructif et feedforward)
- Recevoir du feedback avec ouverture et professionnalisme
- Soutenir une culture de feedback au sein de leur équipe

Description sommaire

Dans un environnement de travail où la collaboration, l'agilité et la performance collective sont essentielles, le feedback devient bien plus qu'un simple échange : il constitue un véritable levier d'engagement, de développement et de mobilisation des talents. Cette formation immersive vous invite à transformer vos conversations parfois délicates en occasions concrètes de progression et de renforcement des relations professionnelles. À travers une approche dynamique et expérientielle, vous apprendrez à structurer vos messages, à adapter votre posture et à créer les conditions favorables pour que le feedback soit entendu, compris et utilisé. En développant votre capacité à donner un feedback clair, respectueux et mobilisateur, tout en apprenant à recevoir la rétroaction avec ouverture, vous contribuerez activement à instaurer une culture de confiance et d'amélioration continue dans votre environnement de travail. Cette formation vous outillera pour faire du feedback un réflexe naturel, efficace et porteur de sens, au bénéfice de votre performance et de celle de votre équipe.

Contenu du plan de cours

Les perceptions du feedback

- Représentations individuelles du feedback
- Paradoxes : aimer recevoir vs donner
- Influence des intentions et du contexte
- Notion d'impact vs intention

Donner du feedback engageant

- Le feedback positif
Importance de la reconnaissance
Technique FITS
4 formes de reconnaissance
au travail
Conditions d'un feedback motivant
- Le feedback constructif
Structurer une rétroaction difficile
Les 3 stratégies clés :
Se préparer et choisir le moment
Créer un espace sécuritaire
Chercher à comprendre (écoute active)
Mise en pratique en duo
- Le feedforward
Différence avec le feedback traditionnel
Focus sur le futur et les solutions

Le feedback d'équipe

-

Enjeux du feedback collectif

- Risques de propagation négative
- Bonnes pratiques pour favoriser une culture saine

Recevoir du feedback efficacement

- Posture d'ouverture
- Gestion des réactions émotionnelles
- Écoute active et clarification
- Transformer le feedback en levier de développement

Intégration et transfert

- Prise de conscience individuelle
- Partage des apprentissages clés
- Identification des engagements concrets
- Plan d'action personnel

Approche et méthode pédagogique

La formation repose sur une approche expérientielle et participative, où les participants apprennent principalement par la pratique (mises en situation, jeux de rôle, cas réels). Elle privilégie le feedback en temps réel et la réflexion sur les expériences vécues, afin de favoriser une prise de conscience et un transfert concret dans le milieu de travail. L'animateur agit comme facilitateur, en créant un climat sécuritaire propice à l'expérimentation, à l'échange et à l'amélioration continue.

Recommandations

- Être en situation régulière de collaboration (équipe, projet, gestion)
- Avoir déjà vécu des situations de feedback (données ou reçues)

Accréditations

Ce cours vous qualifie pour 3,5 unités de développement professionnel (PDU) PMI®.

Code pour reconnaissance des unités d'accréditation : 5054GMUZ0N