SÉRIE « PRENDRE SOIN DES SOIGNANTS »

LA COMMUNICATION ASSERTIVE : UN ÉQUILIBRE DÉLICAT

Animateurs : Dr Shivajan Sivapalan, M.D., C.C.F.P.

et

Kira Vimalakanthan, M.A.

Autism ONTARIO

SAAAC AUTISM CENTRE

Styles de communication

Passif

Passif-agressif

Agressif

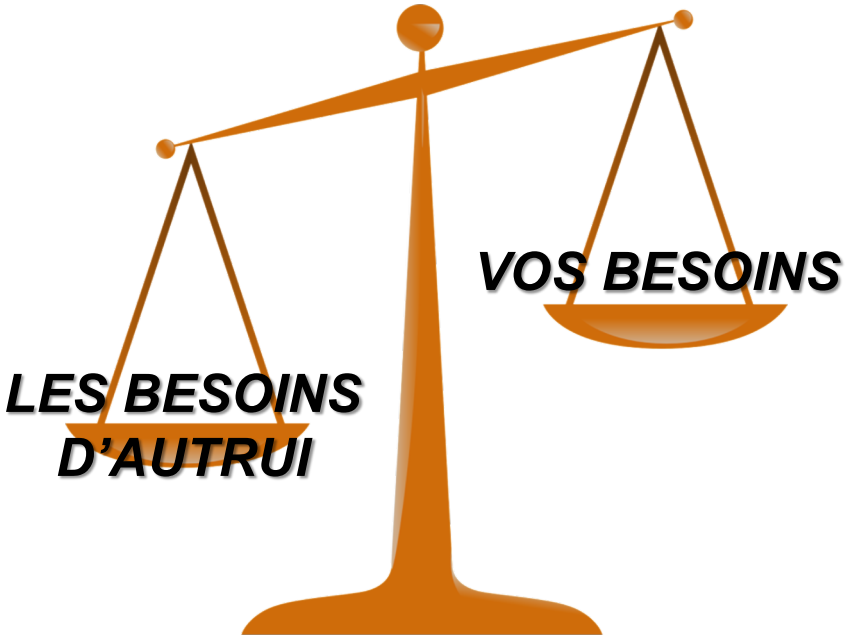
ASSERTIF

SAAAC AUTISM CENTRE

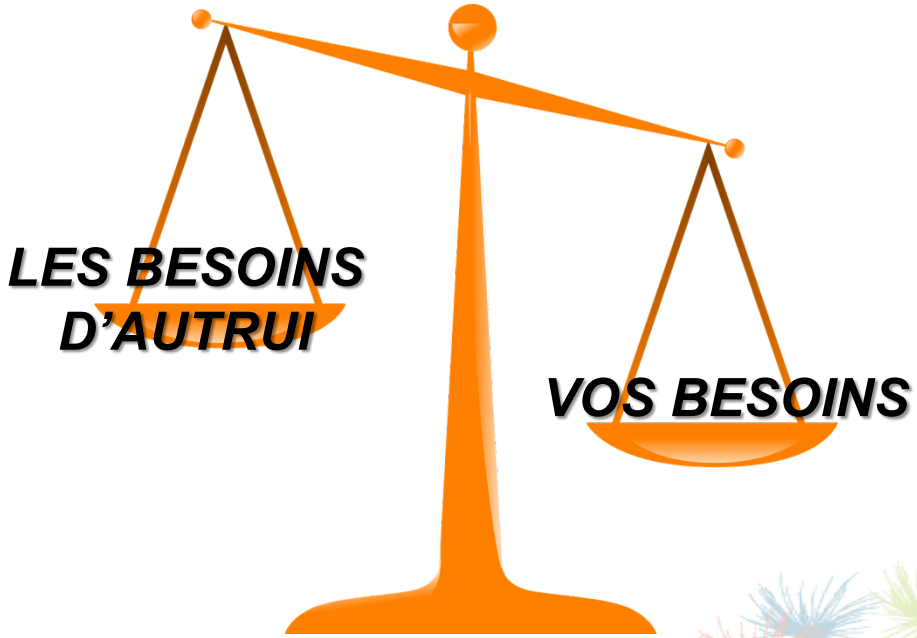
SAAAC CARES

Passif *vs* agressif

PASSIF



AGRESSIF

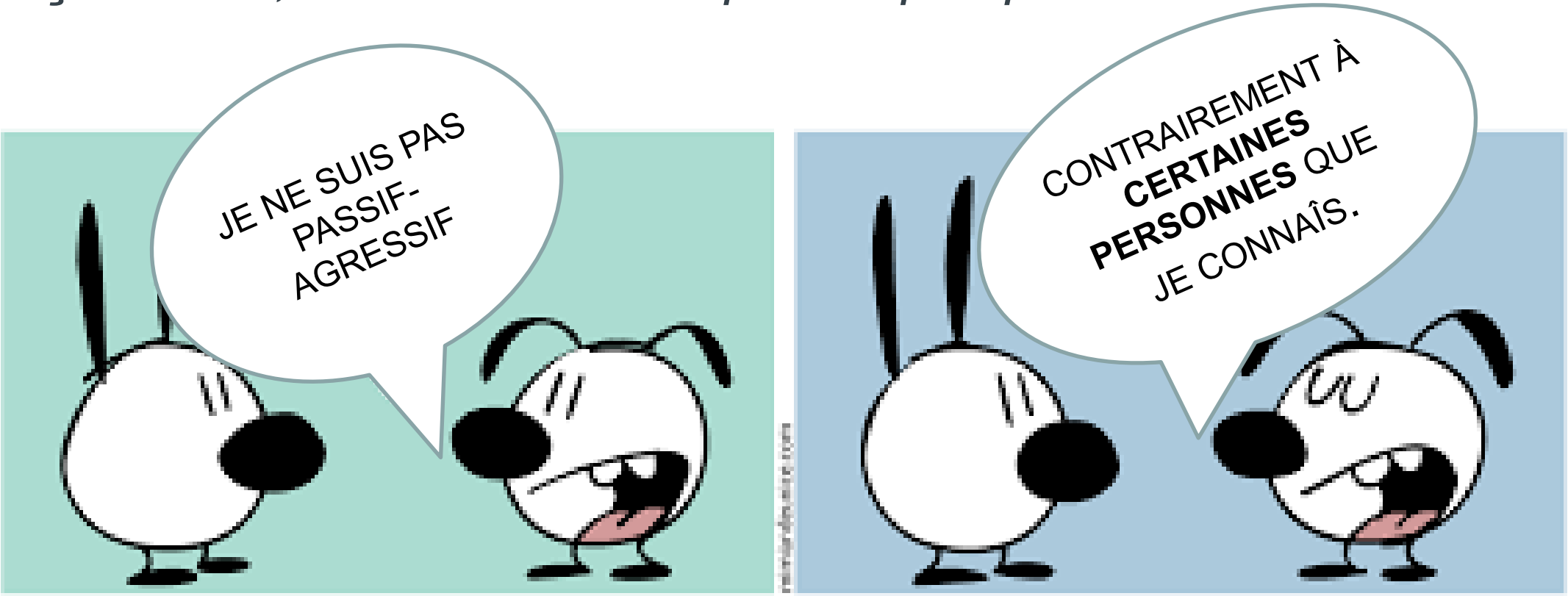


SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES

Style de communication passif-agressif

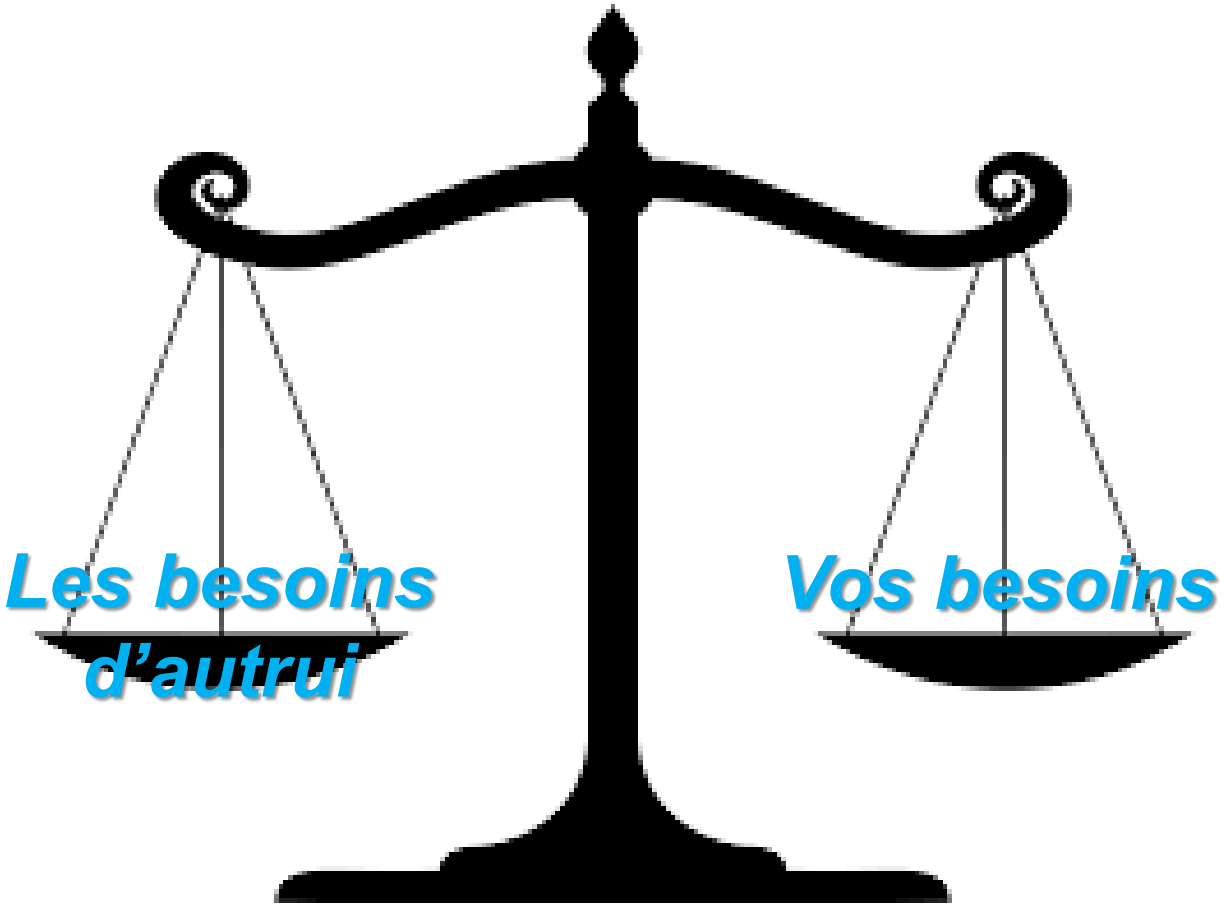
« Ça me va, mais ne t'étonne pas si quelqu'un d'autre se fâche »



SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES

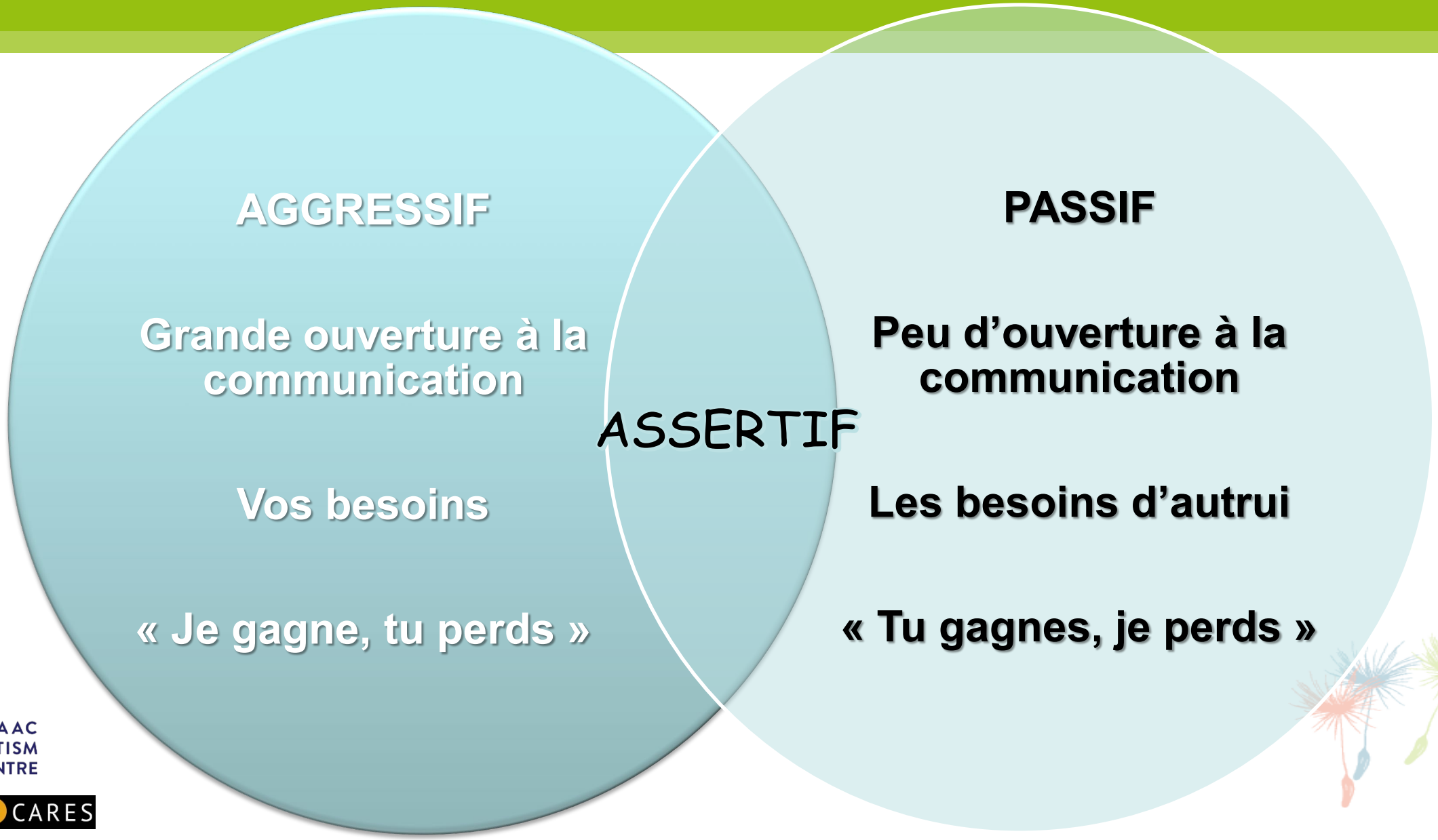
Style de communication assertif



SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES

UNE SOLUTION « GAGNANT-GAGNANT »



SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES

STRATÉGIES

- Écoute active
- Apprendre à dire non
- Exprimer vos besoins
- Pratiquer
- Langage corporel

SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES

Les avantages de l’assertivité

- Stimule la confiance en soi et l’estime de soi
- Offre un aperçu de vos sentiments
- Améliore la communication
- Crée des situations gagnant-gagnant
- Améliore les habiletés décisionnelles
- Valorisant

SAAC AUTISM CENTRE

SAAC CARES

Contexte culturel

- Possible divergence de valeurs concernant la communication assertive
- Peut exacerber le problème
- Peut rencontrer de l’hostilité

SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES

Stratégies adaptées à la culture

Propre à la situation

Reconnaître les normes culturelles

Énoncés préalables

Validation

LES AIDANTS APPRENNENT AU MOYEN D'EXPÉRIENCES COMMUNES

SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES

Activité

SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES

CARES vous enseignera

- Comment communiquer efficacement et faire preuve d'assertivité
- Les compétences nécessaires pour mieux équilibrer vos besoins avec ceux de votre famille

SAAAC AUTISM CENTRE

SAAAC CARES