

**Pour que les notes artistiques  
soient nos alliées !**

Madeleine Hallé Ph.D.

Centre de ressources et de transition  
pour les danseurs

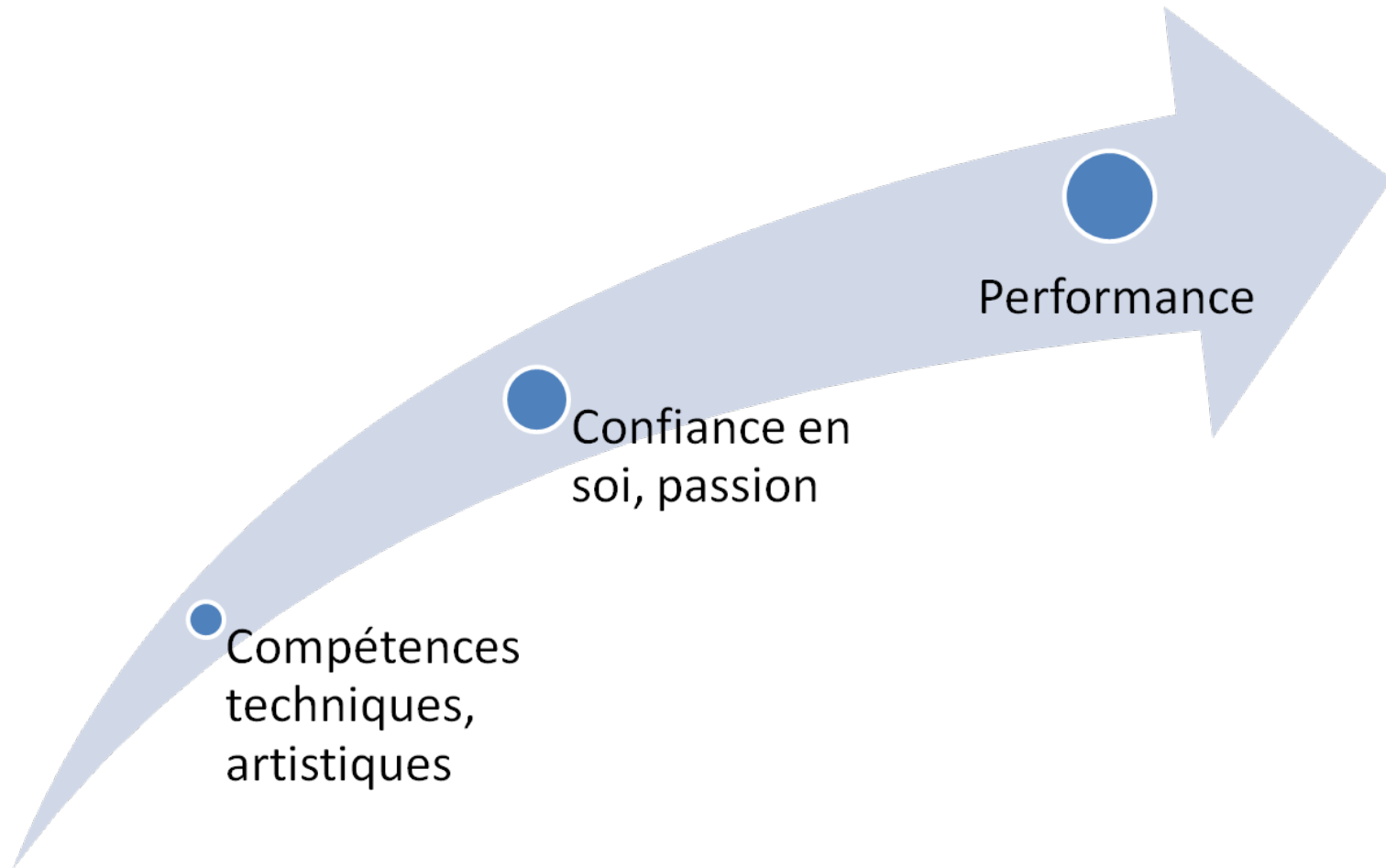
Février 2012

# Les feedback, critiques et notes artistiques

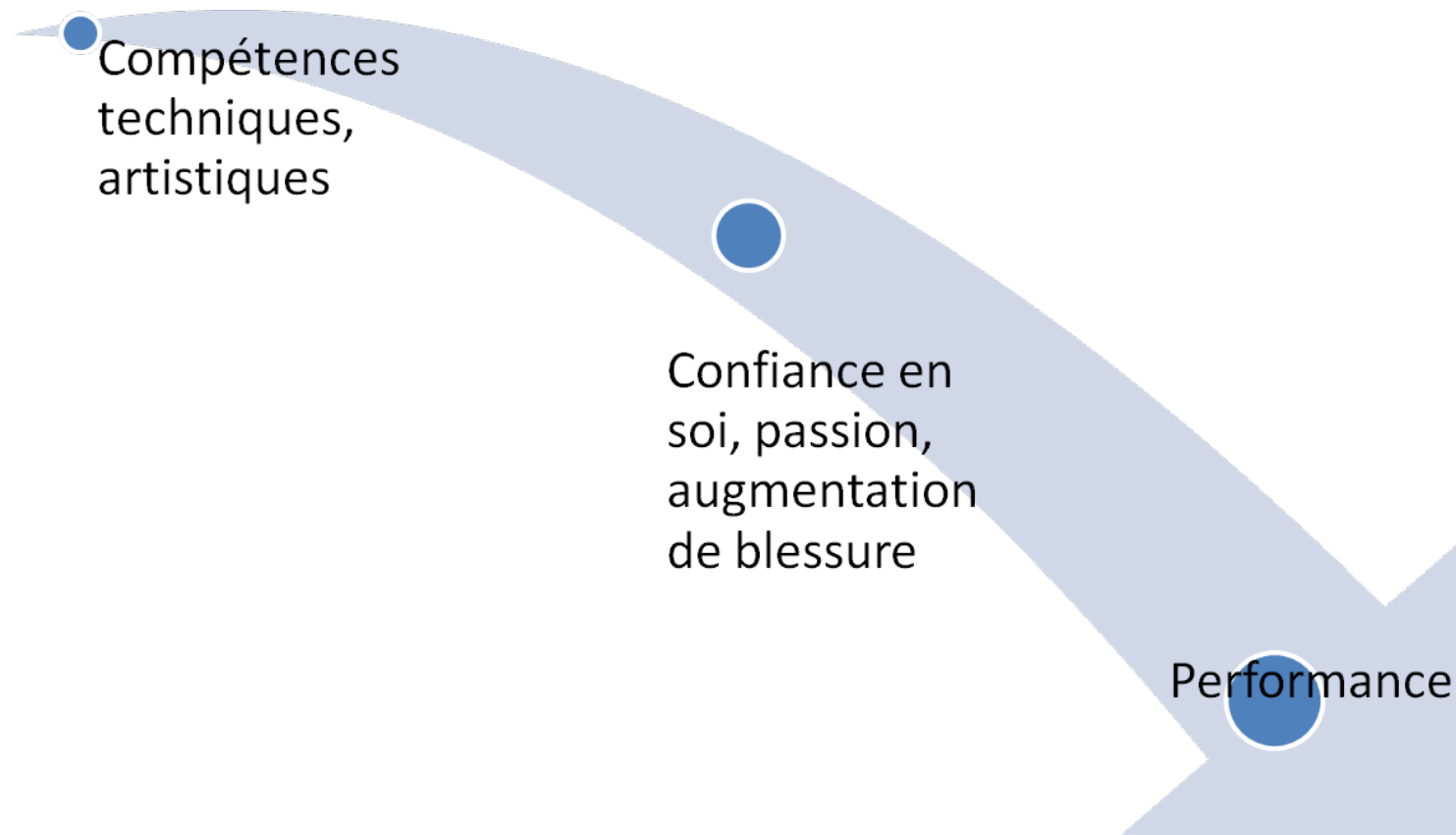
- Objectif prioritaire

augmenter la performance

# Impacts positifs des critiques artistiques



# Impacts négatifs des critiques artistiques



# Sortes de critiques

générales, spécifiques  
positives, négatives

Qui  
évaluent

Qui  
prescrivent

Qui  
décrivent

Qui  
encouragent

# Formules souhaitables

- Description de ce qui a été fait, prescription des améliorations, encouragement
- Questionnement sur ce qui a été fait, sur ce qui doit être amélioré, encouragement sur l'effort ou sur les habiletés
- Rappel , encouragement
- Utilisation de moyens multi-médias

# Niveau des critiques

- Centré sur les faits
- Centré sur la personne
- Centré sur la relation

# Développer ma formule gagnante

- Ce que je préfère et qui a un impact positif
  1. Lorsque tout va bien
  2. Lorsque je n'y arrive pas après plusieurs essais
  3. Lorsque je suis en mauvais état physique ou psychologique



# Formule gagnante

- Le plus souvent possible après une séquence de travail, répéter la même réflexion :
- Qu'est-ce que j'ai fait ?
- Qu'est-ce que je voulais faire ?
- Qu'est-ce que je devrais faire la prochaine fois
- Je m'encourage, je crois en ma capacité de le faire, je persiste, je me renforce

# Que faire d'autres ?

- Se donner soi-mêmes ses propres commentaires, évaluations et encouragements durant les classes, les répétitions, les activités
- Écouter et **adapter** les commentaires de l'enseignant, du chorégraphe, des partenaires
- Se créer un réseau de soutien avec les collègues et amis(es)
- Discuter avec l'enseignant de ce qui serait plus favorable pour vous, suggérer, influencer
- Tenir des notes écrites sur les effets de ses propres commentaires, encouragements
- Avoir des objectifs personnels de performance et de résultats
- Réfléchir, analyser et déterminer les solutions pour le futur

# Combattre la dépendance

Adapter sa dépendance aux commentaires ou appréciations.

- Pourquoi l'est-on ?
- Veut plaire, veut être apprécié(e), aimé(e)
- Ne se fait pas confiance
- Attitude passive, en attente
- Rend les autres responsable de sa réussite

# Que gagner avec cette approche autonome ?

- Impact sur la confiance en soi
- Impact sur l'estime de soi
- Impact sur la qualité des interrelations
- Impact sur la stabilité des émotions
- Impact sur la poursuite de carrière
- Impact sur la créativité

# Donc les notes artistiques devraient respecter mes droits

Comme professionnel-le

- J'ai droit à un environnement physique sécuritaire
- J'ai droit à un environnement psychologique sécuritaire
- J'ai droit à la dignité
- J'ai droit à la vie privée

Quand on ne peut plus compter sur eux...

- Quand les commentaires uniques ou répétés sont hostiles, vexatoires, agressifs
- Quand les commentaires atteignent l'intégrité ou la dignité
- Quand les commentaires créent un climat de travail négatif

# Indicateurs d'un déséquilibre

On commence à s'inquiéter quand

- Les commentaires sont très négatifs, agressifs
- Sont portés sur une ou des personnes en particuliers
- Affectent le groupe
- Nuisent au travail

# Que faire

- Etre proactif, résoudre le problème
- Demander une rencontre hors travail, avec témoin, jamais seul avec l'intervenant
- Exposer la raison de la rencontre
- Exposer calmement son point de vue, JE et non TU ou VOUS
- Donner des faits et des faits
- Proposer des solutions



# Que faire si

- Prendre en note les offenses , collecter des faits
- Parler au supérieur immédiat
- Par la loi sur le harcèlement psychologique au travail, le supérieur doit faire une démarche auprès de l'offenseur, l'avisant que la plainte a été formulée, sans nécessairement déclarer par qui, qu'il soit y avoir un changement de comportements.
- Si l'offensé n'est pas satisfait il peut consulter un avocat et porter sa cause au niveau juridique