

Opdracht 7: Feedback geven

Bij feedback geven aan je leidinggevende of andere gesprekspartner is het ook weer belangrijk om dit op een constructieve manier te doen en te blijven bij het effect van het gedrag of de keuze van de leidinggevende. Als we het weer hebben over doelen en verwachtingen, dan kun je bijvoorbeeld teruggeven wat je leidinggevende deed, zei of hoe die zich opstelde:

1. op de momenten waarop je je gesteund voelde;
2. toen er voor jou een fijne manier van communiceren was;
3. op momenten in de samenwerking die voor jou waardevol waren.

Deze spelregels helpen je bij het geven van feedback:

Spelregel 1: Zoek naar positieve punten om je feedback aan om te hangen (wat heeft een positief effect op je gehad, was belangrijk voor je).

Spelregel 2: Creëer een opening om feedback aan iemand te geven. Door bijvoorbeeld te zeggen: mag ik iets tegen je aanhouden? Er is me in onze samenwerking iets opgevallen, zou je dat willen horen? Als iemand dan 'ja' zegt dan staat die er open voor.

Spelregel 3: wees je ervan bewust dat het jouw waarneming is en niet een feit. Start je feedback met een observatie van gedrag 'ik zag ; ik hoorde ed.; 'je zegt net ...'

Je kunt het concreet maken door een voorbeeld te noemen van een situatie die je als prettig hebt ervaren.



Opdracht: Vraag iemand op je werk of thuis of je ze feedback mag geven.

Focus je op iets dat je waardeert, bewondert of wat helpt bij je eigen handelen.

Start je feedback met 'ik zag', 'ik hoorde' en beschrijf je eigen waarneming

Loop dan dit 4G-model langs:

1. Gedrag (je observatie van het gedrag van de ander)
2. Gevoel (het positieve gevoel dat dit gedrag bij jou oproept)
3. Gevolg (het positieve effect dat dit gedrag heeft)
4. Gewenst gedrag (het gedrag waar je meer van wil zien bij de ander). Vraag ook hoe de ander het ervaart.

Sta er even bij stil: wat doet feedback wanneer het op een waarderende manier gegeven wordt voor de ander en voor het gesprek? Vraag de ander ook hoe deze het ervaart.

Tip: dit is ook een leuke opdracht voor in je team of tijdens interview.

