

BUREAU
nhm

ONDERZOEKT | ADVISEERT | BEWEEGT

Training
Feedback geven en ontvangen



Training Feedback

Een essentiële basis voor een organisatie in ontwikkeling is het organiseren van feedback.

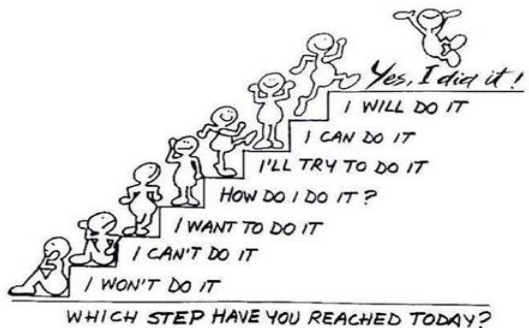
Hoewel het erg nuttig is om feedback te geven en te ontvangen, vinden veel mensen het ook lastig. Bijvoorbeeld omdat je bang bent dat iemand zich negatieve feedback persoonlijk aantrekt, je een ander niet willen kwetsen, het lastig is de juiste woorden te vinden of je zelf te emotioneel wordt.

Ook het ontvangen van feedback is niet altijd eenvoudig. Soms voel je je aangevallen of krijg je het gevoel te hebben gefaald. Het raakt aan de wil om te leren en het verlangen naar acceptatie en dat geeft soms spanning.

Wanneer heb je voor het laatst feedback gegeven of ontvangen? En hoe ging je er mee om? Feedback is overall, zowel negatief als positief!

Reacties op je gedrag krijg je immers voortdurend, verbaal en non-verbaal. In je werk speelt feedback een essentiële rol bij het ontwikkelen van jouw talent, het verbeteren van je prestaties en in de samenwerking met je collega's.

Gelukkig is de manier waarop je omgaat met feedback zeker een vaardigheid die je kunt ontwikkelen. En met blijvende aandacht hiervoor kunt vergemakkelijken en versterken.



Inhoud Training Feedback

- Oceaan van feedback – bewustwording
- Wat is feedback – gebruik verschillende vormen van feedback
- Feedback geven en ontvangen – spelregels en handvaten
- Inzicht in je feedbackafdruk. Hoe ervaar je feedback? Vaste mindset en groei mindset?
- Triggers van feedback (waarheid, relatie, identiteit)
- Organiseren van eigen feedback (niet duwen maar trekken)
- Borging – concrete afspraken maken met elkaar

Naast kennis, vaardigheden en praktische voorbeelden op het gebied van feedback, gaan we vooral ook praktisch oefenen.

Voorafgaand aan de training ontvangen de deelnemers ter voorbereiding een vragenlijst (digitaal) en na afloop een handzaam naslagwerk als geheugensteun.

Opbrengsten Training Feedback

Deelnemers leren:

- Dat feedback een cadeau is.
- De spelregels en concrete handvaten bij het geven en ontvangen van feedback.
- Dat feedback verschillende vormen kent (waarderend, coachend, evaluerend) en welke vorm van feedback het beste bij welke situatie past.
- Eigen feedback te organiseren. Je bent immers verantwoordelijk voor je eigen groei.
- Zich bewust te worden van de triggers van feedback die je verwarren of zenuwachtig maken. Door inzicht in deze triggers en te begrijpen waardoor ze worden geactiveerd kun je het gesprek beter voeren.
- Dat het normaal is om elkaar professioneel aan te spreken. Alleen dan kun je groeien als professional en team.

Praktische informatie

Duur: een dagdeel of dag

Locatie: nader te bepalen

Wij organiseren deze training 'incompany' voor medewerkers, teams en management.

Heb je interesse?

Neem voor meer informatie contact op met Chantal IJland of Ingrid Oomen

✉ c.ijland@hhm.nl

✉ i.oomen@hhm.nl

☎ 053 433 05 48

h h m