

Werkkaart: Feedback geven en ontvangen



In deze werkkaart leer je hoe je feedback geeft en hoe je als ontvanger van feedback hiermee omgaat.

Benodigheden

- Geen

Aandachtspunten

Bij feedback geven:

- Reageer nooit vanuit een emotie. Als je bijvoorbeeld boos bent, zeg je misschien de verkeerde dingen.
- Geef positieve feedback. Ook al gaat het om wat iemand in jouw ogen verkeerd doet, breng het vanuit een positieve gedachte, namelijk de kans geven iets te verbeteren.

Bij feedback ontvangen:

- Denk er aan dat feedback gaat over wat je doet en niet over wie je bent.
- Feedback kun je beschouwen als een cadeau. Je kunt het aannemen en er je voordeel mee doen.
- Reageer nooit vanuit een emotie. Als je bijvoorbeeld boos bent luister je niet goed als ontvanger.

Wat je gaat doen

Feedback geven:

1. Begin je feedback met 'ik'.
Voorbeeld: "Ik..."
2. Beschrijf wat je ziet. Dat kan gedrag zijn of een handeling.
Voorbeeld:
Handeling: "Ik zie dat je hele lange zinnen maakt..."
Gedrag: "Ik merk dat je onzeker bent..."



Feedback geven en ontvangen

3. Geef aan wat dat gedrag of die handeling voor jou betekent.
Voorbeeld:
Handeling: *“Ik merk dat ik dit lastig lezen vind...”*
Gedrag: *“Dan weet ik niet goed wat ik moet doen...”*
4. Vervolg met een vraag.
Voorbeeld: *“Kan het zijn dat dit ook voor anderen een beetje lastig te lezen is?”*
Gedrag: *“Kun je vertellen waarom je onzeker bent?”*
5. Kom met een verbetering.
Voorbeeld:
Handeling: *“Je kunt de zin ook in twee stukken knippen...”*
Gedrag: *“Ik kan me voorstellen dat we het samen proberen te doen...”*
6. Laat de ander reageren.
Voorbeeld:
Handeling: *“Ik vond dit nu net zo’n lekker lopende zin. Ik houd van lange zinnen.”*
Gedrag: *“Misschien klopt het dat ik onzeker ben maar ik merk dat jij zo snel bent, dat ik al weer te laat ben om het ook te proberen.”*
7. Zoek samen naar een oplossing.
Voorbeeld:
Handeling: *“Misschien kunnen we samen kijken hoe we het dan toch lekker lezend maken voor iedereen. Wat vind jij?”*
Gedrag: *“Zullen we het dan een keer samen doen? En wil jij aangeven wanneer ik weer te snel ben? Dan kan ik daar rekening mee houden.”*

Feedback ontvangen

1. Luister actief.
Laat verbaal (door te hummen) en non-verbaal (knikken) merken dat je met aandacht luistert.
2. Vraag om een toelichting als je iets niet begrijpt.
Denk daarbij aan LSD: Luisteren – Samenvatten – Doorvragen.
3. Geef waardering voor de feedback.
Weet je nog: met feedback kun je je voordeel doen. Grijp die kans.
4. Denk na over de feedback.
Ook als je eerst denkt dat het niet klopt, kun je daar na rustig nadenken anders over gaan denken.
5. Doe iets.
Laat de feedbackgever weten wat je met de feedback doet. Ook als je besluit er niets mee te doen, zeg je dat. Met je reden erbij!

Instructievideo

Ga naar vakcollegegroep.nl/feedbackgevenenontvangen. Bekijk de video. De video is ook te bekijken via deze link: youtu.be/d_Tsq7qvgW0