

Feedback geven en ontvangen

Feedback geven en ontvangen is essentieel voor vlotte communicatie en het goed functioneren binnen een organisatie. Daarom wordt feedback best niet beperkt tot sleutelmomenten zoals functionerings- en evaluatiegesprekken, of bij problemen en crisissituaties. Continue feedback geven en ontvangen vermijdt dat situaties verzieken en problemen zich opstapelen. Het bevordert de samenwerking en het wederzijds begrip en schept een stimulerende werkomgeving.

De cursus gebruikt het model van Verbindende Communicatie. Dit model helpt inzicht te krijgen in eigen en andermans behoeften en motivaties en biedt een methode om helder en eerlijk te communiceren, ook als de boodschap moeilijk over te brengen is.

Duur: 1 dag

Doelgroep: iedereen die deel uitmaakt van de actieve beroepsbevolking

Objectieven:

- Inzicht krijgen in eigen en andermans gevoelens, behoeften en motivatie.
- Leren zich uit te drukken op een manier dat anderen de boodschap kunnen ontvangen, ook als het een moeilijk te ontvangen boodschap is.
- Leren luisteren naar kritiek en weerstand op een onbevooroordeelde manier.
- Bewust kiezen voor een "Stay & Play" houding i.p.v. een "Fight or Flight" reactie.

Programma:

De workshop is gebaseerd op Verbindende (of Geweldloze) Communicatie zoals ontwikkeld door Marshall Rosenberg. Eerst wordt het model aangeleerd en geoefend, daarna wordt het model toegepast bij het geven van en luisteren naar feedback. Deelnemers brengen zelf de praktijksituaties aan waarmee zij willen werken. Dit kan gaan van een evaluatie- of functioneringsgesprek, het beëindigen van een commerciële relatie, het aansturen van medewerkers gedurende een veranderingstraject, etc.

- 4 -stappen model om met respect een standpunt duidelijk te maken
- 4 manieren om naar een boodschap te luisteren
- Kritiek en weerstand vertalen naar onvervulde behoeften
- Aanslepene frustratie doorbreken
- Grenzen aangeven
- "Nee" zeggen op een verbindende manier
- Waardering uiten en ontvangen

Methode

De cursus is opgevat als workshop waar ervaringsgericht wordt geleerd. Door voldoende tijd te voorzien voor praktijkoefeningen wordt een eerste aanzet gegeven om oude denk- en gedragspatronen af te leren en ruimte te maken voor nieuwe patronen.

Meer info: Miebet van Santen
+32 (0)3 257 29 70
miebet@changeconsult.be