

Met Meer Effect

Feedback in 4 stappen



Keizer&Co
communicatie coaching

Reflectie

'Elkaar aanspreken' is een (on)geschreven regel in veel organisaties en teams. Toch vinden we dit vaak moeilijk om te doen. Want 'wie ben ik om ergens iets van te vinden?' of 'wanneer is een grens bereikt om ergens iets van te zeggen?'. Het antwoord op die vraag is alleen aan jou. Hoe langer je wacht, hoe moeilijker het vaak is om iemand te vertellen dat hij, wat jou betreft, over een grens is gegaan. Dus wat houdt je tegen? Denk je dat het 'vanzelf over gaat' of wacht je tot 'de bom barst'?

Oefening

Feedback geven (en vragen!) gaat makkelijker als je voor jezelf weet wanneer mensen over jouw grenzen heengaan. Stel jezelf de volgende vragen om erachter te komen waar die grenzen liggen.

1. Wat moet iemand doen of zeggen om bij jou de stekels overeind te zetten?
Welk gedrag vertoon je dan?
2. Bedenk een recente situatie waarin jij de ander niet durfde aan te spreken.
Wat liet je na? Wat deed je wel?
3. Beschrijf een recente situatie over samenwerking, waarin je de ander aansprak. Waar lette je op? Wat was het effect? Welke conclusie heb je hieruit getrokken voor een volgende keer?
4. Wat zou je bij anderen willen veranderen als het gaat over samenwerken en waarom?
5. Wanneer vind je iemand aanspreken lastig? Beschrijf zo'n situatie.
Welke opvattingen belemmeren je? Wat zou het aanspreken makkelijker maken?
6. Ga eens in de stoel zitten van je leidinggevende (of klant, collega, partner). Welke feedback zou jij dan krijgen?