

Feedback ontvangen

Het sandwichmodel

Kort model, waarbij de feedback gever niets hoeft te vertellen over de invloed van het gedrag van de ander op het eigen gevoel.

Geeft alleen feedback op het gedragsniveau, en gaat ook voorbij aan het gevoel van de ander.

Feedback moet altijd over een zeer specifieke situatie gaan!

Stap 1: Ik van dat je het al heel goed doet, ~~maar~~ EN....

Stap 2: wat je zou kunnen verbeteren

Stap 3: als je dat zou kunnen integreren... of: Over het algemeen genomen vind ik...

De Vier G's

Gedrag: benoem gedrag dat je wilt veranderen, wees concreet



Gevoel: benoem je eigen gevoel



Gevolg: benoem wat het gedrag daardoor doet met jou



Gewenst: benoem het gewenste gedrag van de ander voor jou

En luister naar de ander!

