

## Feedback geven en ontvangen

Het geven van feedback kan onbedoeld kwetsend werken en wordt om die of andere redenen nogal eens vermeden. Dat heeft tot gevolg dat een belangrijk instrument om medewerkers en/of elkaar aan te sturen deels onbenut blijft. Maar wanneer de boodschap goed wordt overgebracht, kan een terugkoppeling op het gedrag juist aanzetten tot verandering en groei. In de training *Feedback geven en ontvangen* leer je constructief feedback te geven (en ontvangen!), waardoor ongewenst gedrag bijgestuurd wordt en de samenwerking meer gestimuleerd wordt. Met de juiste technieken kun je ervoor zorgen dat werknemers extra gemotiveerd en productief zijn, maar ook open durven te staan voor het ontvangen en geven van feedback. Na de training ben je in staat om een open (en daarmee constructieve) communicatiesfeer te creëren in je werkomgeving.

## Onderwerpen

Tijdens de training kunnen onder andere onderstaande onderwerpen aan bod komen:

- Communicatieprocessen in kaart brengen
- Op een juiste manier feedback geven en ontvangen
- Resultaatgerichte vraagtechnieken toepassen
- Onderscheid in non-verbaal, paralinguaal en verbaal gedrag
- Confronterende gesprekstechnieken
- Zelfreflectie stimuleren
- Anderen stimuleren feedback te geven
- Omgaan met eigen emoties en gedachten (middels RET)
- Luisteren, samenvatten en doorvragen
- Doelgericht communiceren
- Omgaan met kritiek
- Omgaan met lastige situaties en emoties
- Rust bewaren tijdens een gesprek
- Conclusies trekken en afspraken maken

## Resultaten

Na de training:

- weet je hoe je constructief feedback kunt geven
- heb je zelf ervaren wat voor invloed de manier van feedback communiceren heeft
- heb je geleerd hoe je feedback kunt vragen en ontvangen
- weet je het verschil tussen feedback, kritiek en advies geven
- heb je handvatten om in te spelen op emoties en spanningen



2 dagen

**€ 1250,-** excl BTW

Wed 23 Sep en Wed 7 Oct

Inschrijven

Thu 29 Oct en Thu 12 Nov

Inschrijven

Wed 23 Sep en Wed 7 Oct

Inschrijven

[Meer actuele data](#)

## Doelgroep

Deze training is bij uitstek geschikt voor deelnemers die willen leren omgaan met het ontvangen/krijgen van feedback, een open(er) communicatiesfeer willen creëren binnen hun organisatie, hun medewerkers regelmatig moeten bijsturen in hun gedrag en/of medewerkers meer willen motiveren in hun werk.

## Werkwijze

- Maatwerk staat bij ons centraal: door een telefonisch intakegesprek inventariseert de trainer jouw persoonlijke leerdoelen. Op basis daarvan wordt het definitieve programma van de training bepaald.
- We vinden een veilige trainings sfeer belangrijk, omdat je je prettig moet voelen bij het experimenteren met nieuwe kennis en vaardigheden.
- We geloven sterk in het doen en ervaren, in plaats van vertellen over de inhoud van trainingen, waardoor al onze trainingen actief van aard zijn.
- Om de kwaliteit van de training te kunnen garanderen, hanteren wij voor de training een maximale groepsgrootte van acht deelnemers, zodat we het leereffect en rendement kunnen waarborgen.

## Vereiste voorkennis

Voor deze training heb je geen specifieke voorkennis nodig. Een open houding en de bereidheid om te oefenen met feedback geven en ontvangen zijn voldoende om volop

mee te kunnen doen.

## Lesvorm

Klassikaal

## Referenties

J. Bonga - Alliander Ik vond het een verhelderende en leerzame training. Echt een aanrader. Beoordeling: 10.0

[Meer referenties...](#)

