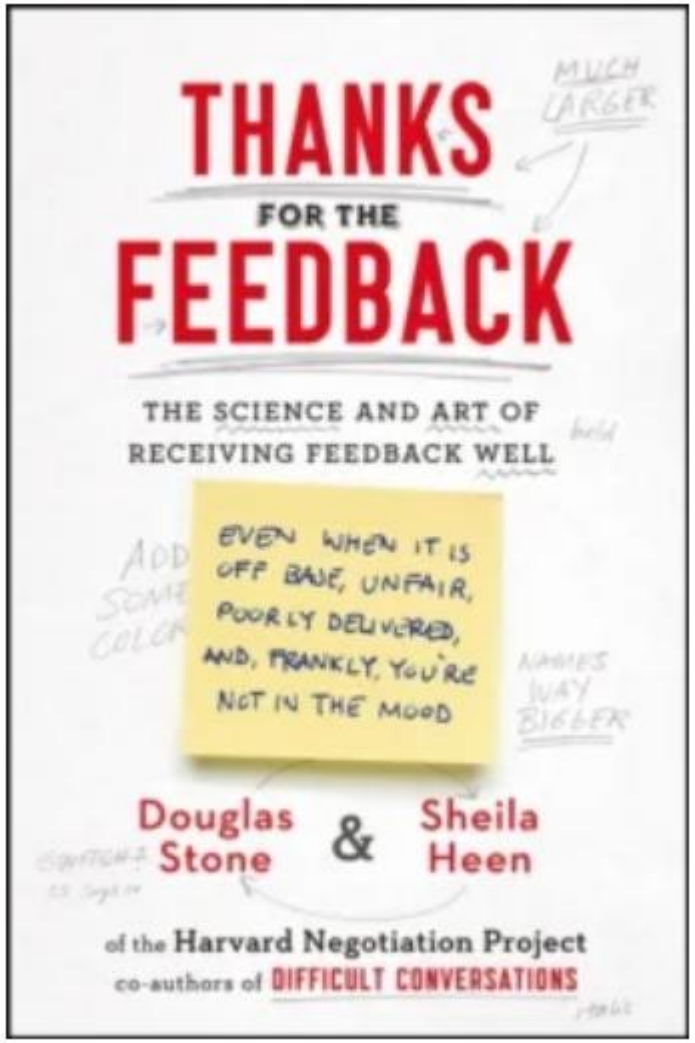
Gi og motta tilbakemeldinger

Lære mer?


THANKS
FOR THE
FEEDBACK
THE SCIENCE AND ART OF
RECEIVING FEEDBACK WELL
EVEN WHEN IT IS
OFF BASE, UNFAIR,
POORLY DELIVERED,
AND, FRANKLY, YOU'RE
NOT IN THE MOOD
Douglas
Stone
&
Sheila
Heen
of the Harvard Negotiation Project
co-authors of DIFFICULT CONVERSATIONS

Jeg har en tilbakemelding til deg!

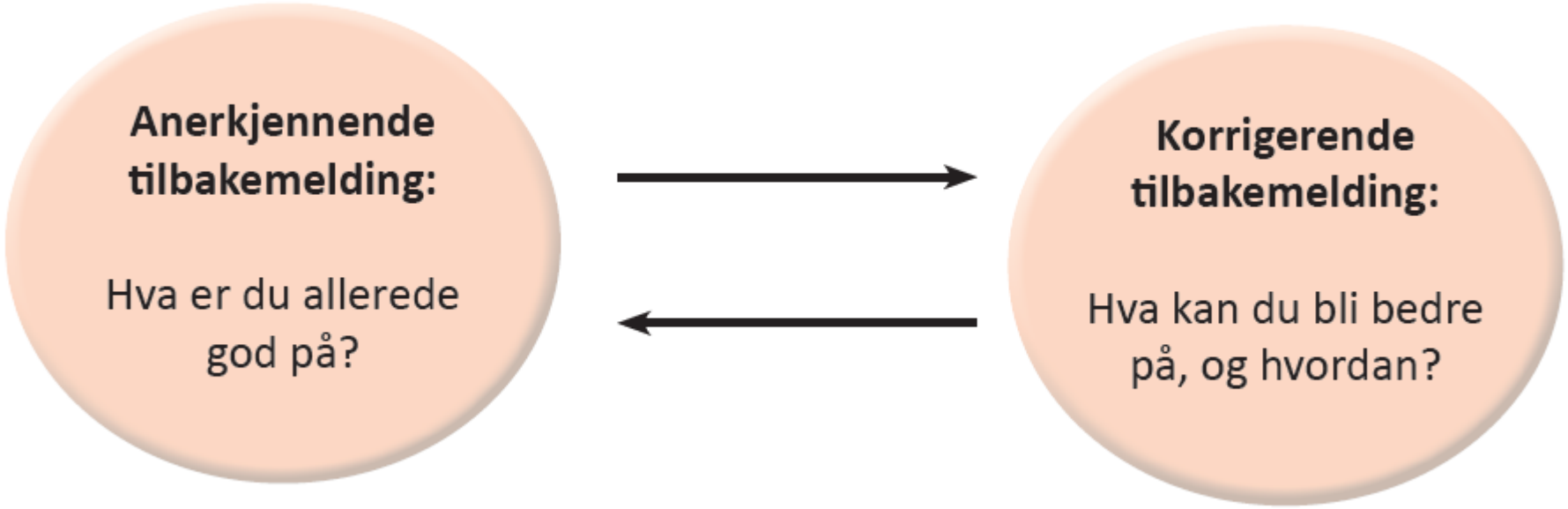
Tilbakemelding

- Tilbakemelding er klar og spesifikk informasjon som etterspørres eller gis i den eneste hensikt å hjelpe enkeltpersoner eller grupper med å forbedre seg, vokse eller avansere

Hvorfor er tilbakemelding viktig?

- Øker motivasjon og engasjement
- Tydeliggjør forventninger og standarder
- Fremmer kontinuerlig læring og utvikling
- Bidrar til å bygge en sterk tilbakemeldingskultur
- Reduserer usikkerhet og unødvendig stress

Medarbeidere har behov for tilbakemelding

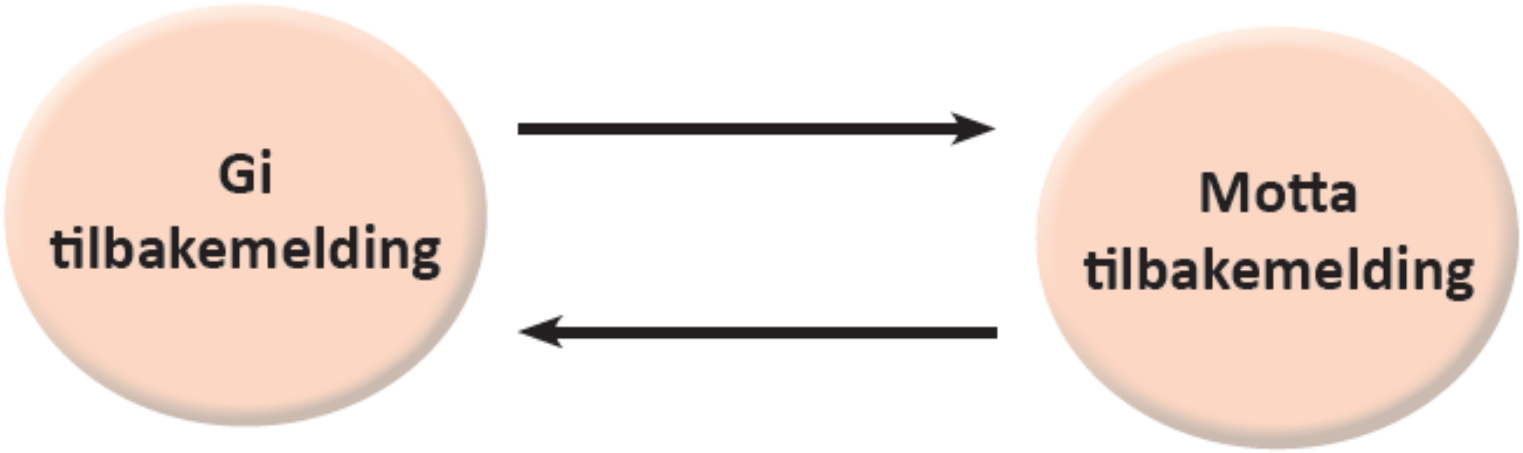


Bad is stronger than good

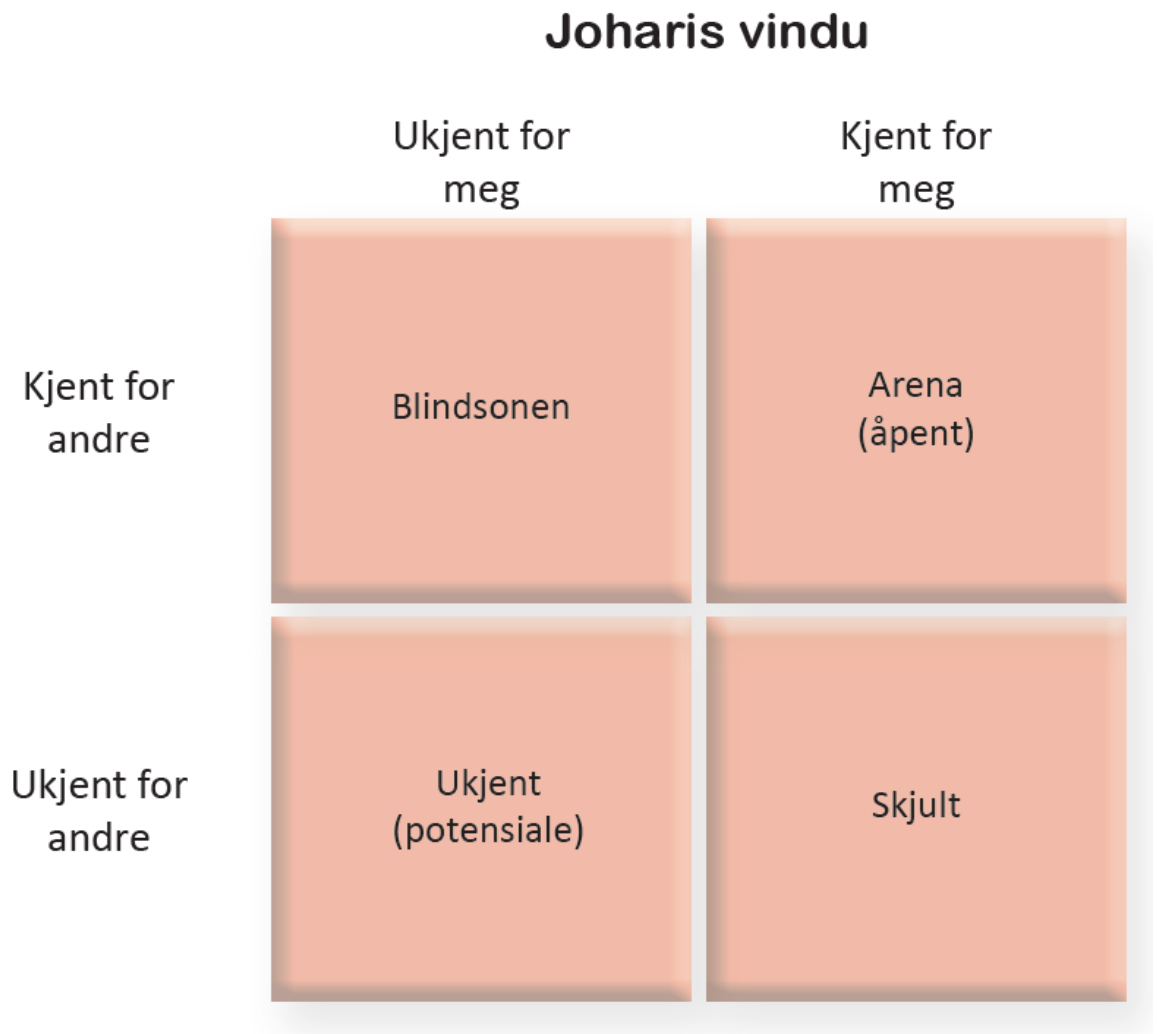
- Bad i stronger than good 5:1
- Tommelfingerregel gir 5 ros for hver ris
- Ros i form av positiv tilbakemelding, anerkjennelse
- Ris i form av korrigerende tilbakemelding istedenfor negative tilbakemeldinger

(Baumeister et al., 2001)

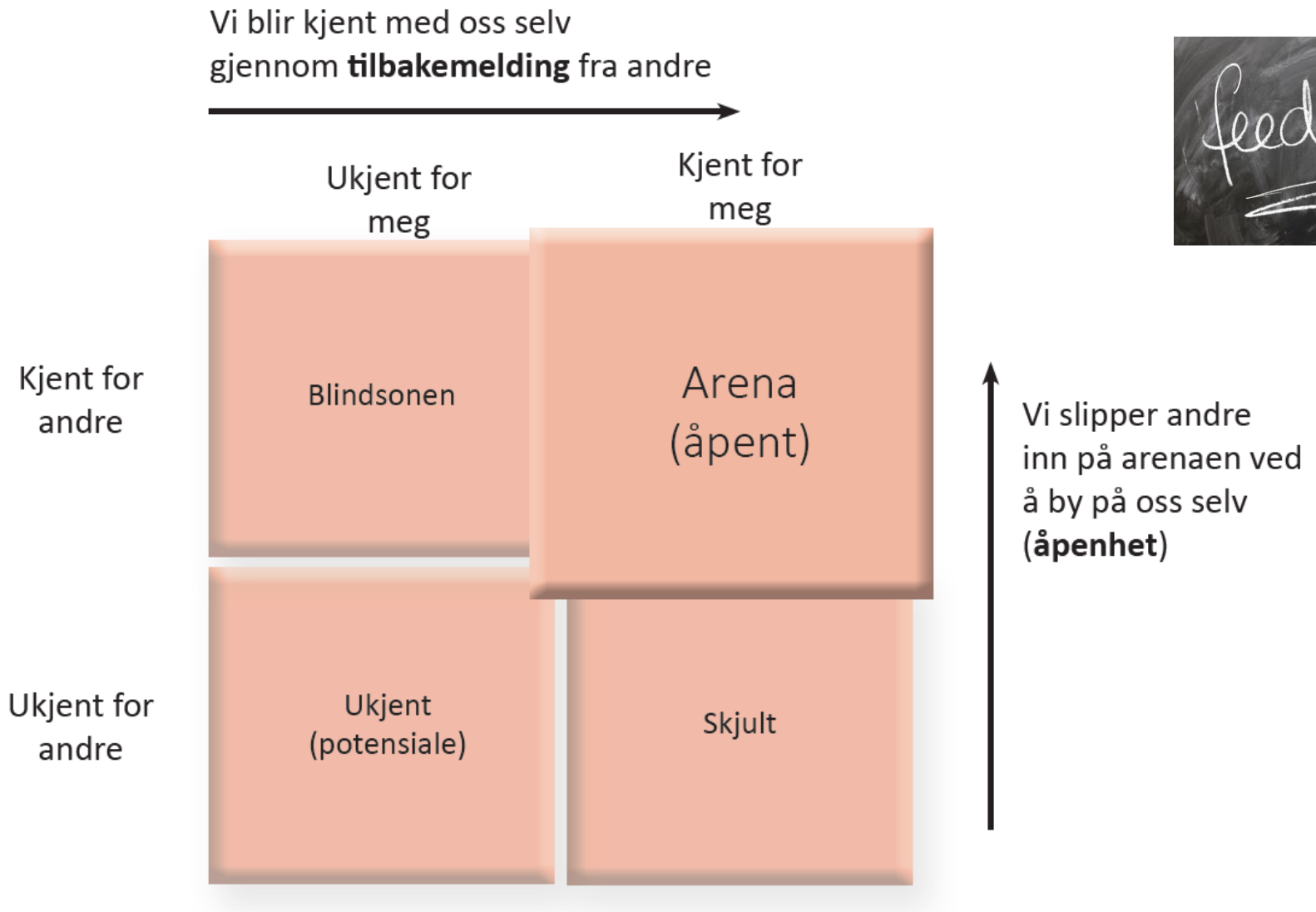
Tilbakemelding er en toveisprosess



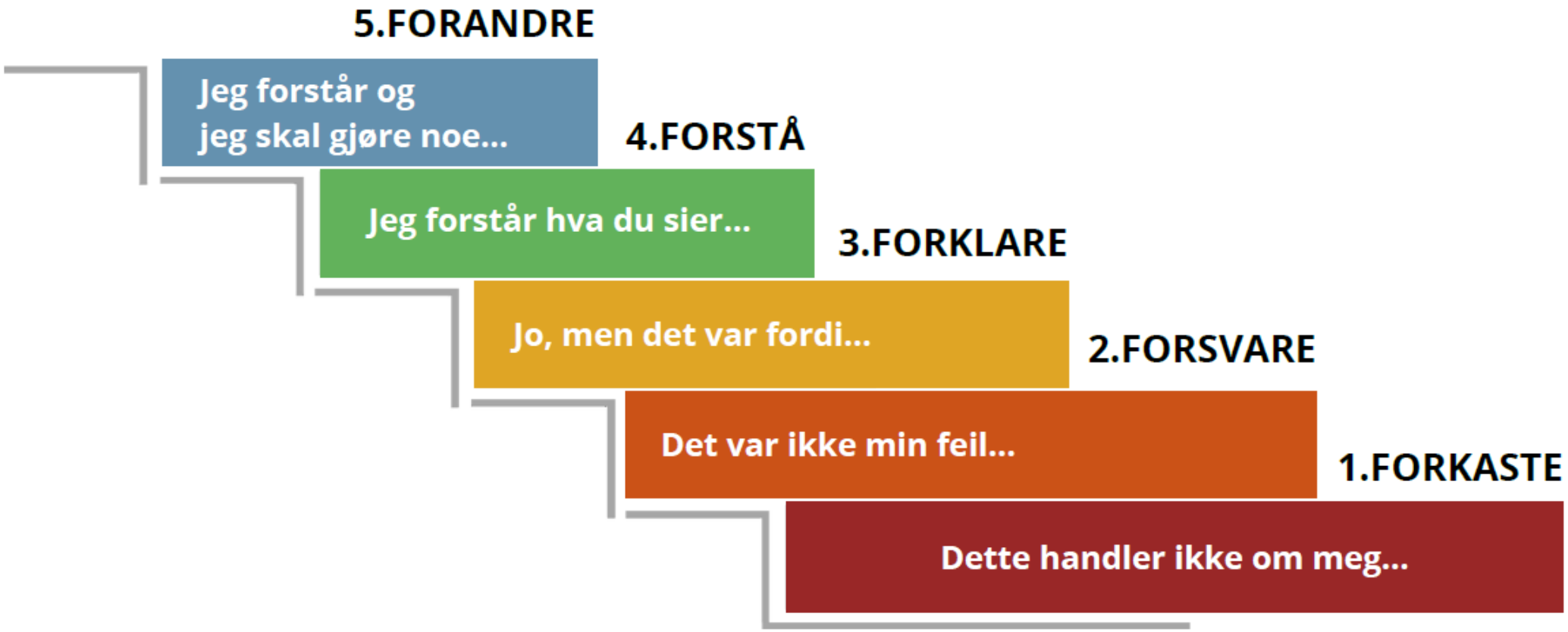
Selvinnsikt – kjenn deg selv



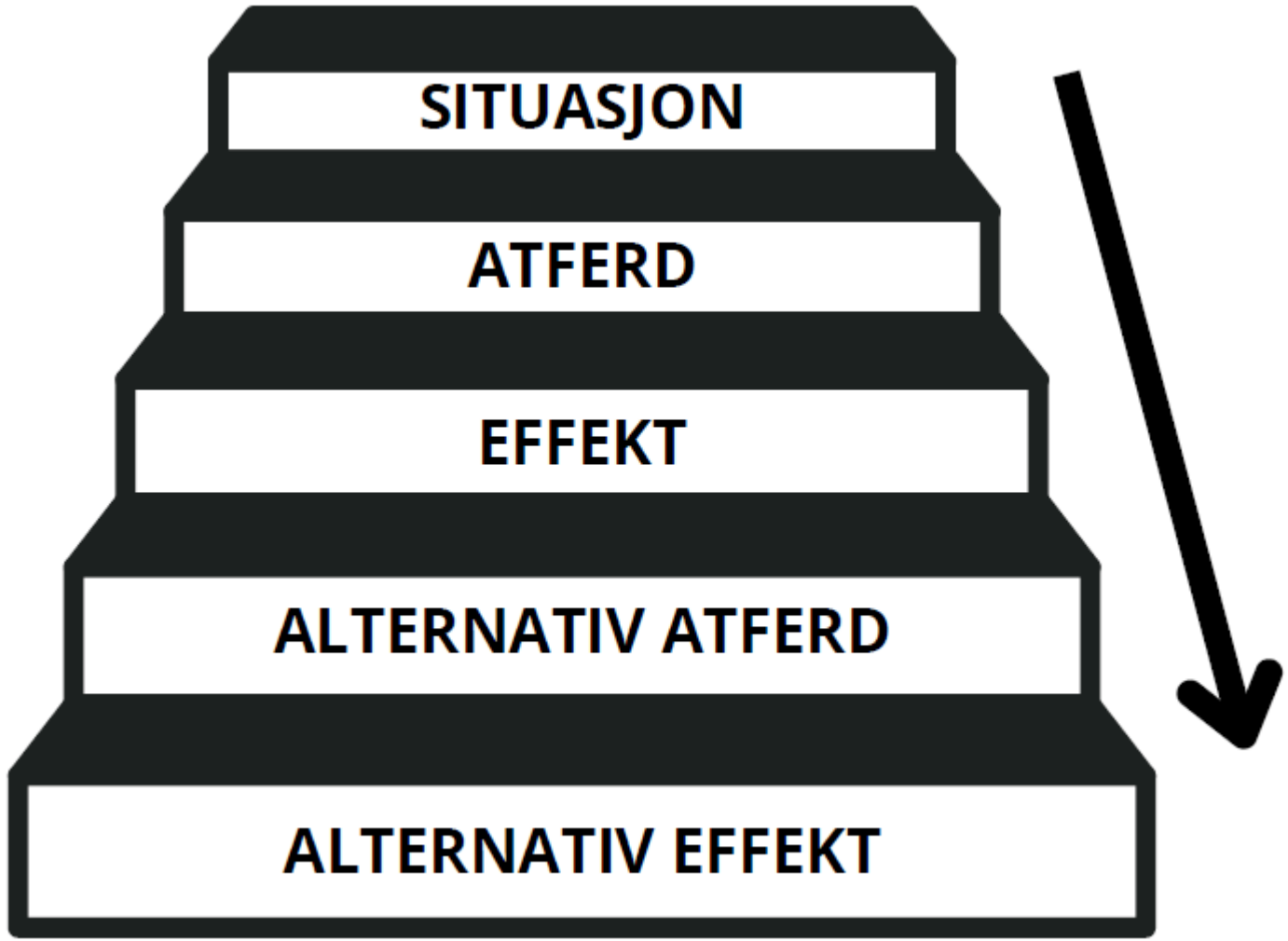
Viktigheten av tilbakemelding



Feedback-trappen



SBI-modellen



Eksempel

- **Situasjon**
  - Etter fortøyningen i dag.
- **Atferd**
  - Tauverket ble liggende utover dekk, i stedet for å bli surret sammen og lagt på plass.
- **Effekt**
  - Det skapte snublefare og gjorde arbeidsområdet uoversiktlig for resten av mannskapet som skulle jobbe der etterpå.
- **Alternativ atferd**
  - Rydd og sikre tauverket med én gang etter bruk, og ta en sjekk sammen med mannskapet før dere avslutter arbeidet.
- **Alternativ effekt**
  - Da får vi tryggere arbeidsforhold for hele mannskapet og et mer oversiktlig og profesjonelt dekkmiljø.

Fallgruver og feller i tilbakemelding

- Å bli uklar og vag, sandwich metoden
- Fokus på personen, ikke atferden
- Kun kritikk eller kun ros
- Feil tidspunkt og setting
- Ingen nysgjerrighet, bare monolog
- For mye på en gang
- Mangel på oppfølging