



FORMULARZ INFORMACJI ZWROTNEJ

Życie bez informacji zwrotnej od współpracowników, menedżerów, przyjaciół, partnerów lub dzieci przypomina błąkanie w ciemności; nie wiemy, czy robimy właściwe rzeczy, a tym bardziej, czy robimy je we właściwy sposób. Informacje zwrotne pomagają nam się rozwijać i rozumieć jak nasze zachowania wpływają na innych ludzi i ogólną rzeczywistość społeczną. Nie wiemy, czy postępujemy właściwie i czy robimy coś we właściwy sposób.

Informacje zwrotne jako narzędzie rozwoju osobistego i zawodowego są:

- zaprojektowane w celu poprawy wydajności
- przeznaczone do wzrostu i rozwoju
- skoncentrowane na zachowaniu (nie na zdolnościach, wartościach, przekonaniach i tożsamości)
- konkretne i wsparte szczegółami
- zorientowane przyszłościowo i na rozwiązania

DOBRE - LEPSZE - NAJLEPSZE

Technika udzielania informacji zwrotnej polega na rozpoznaniu, co jest **dobrze**, a następnie na tym, co może być **lepsze** (nad czym można popracować) i wreszcie na podkreśleniu tego, co było **najlepsze**. Taki sposób przekazywania informacji zwrotnej pozwala osobie, która ją otrzymuje, tak dostosować filtry, aby nie tylko dostrzegała pozytywne aspekty tego, co powiedział rozmówca, ale także możliwości dalszego samorozwoju.

Charakterystyka skutecznej informacji zwrotnej:

Konkretna: informacje zwrotne powinny zawierać konkretne przykłady, a nie uogólnienia.

Dokładna: informacje zwrotne powinny być rzeczowe i jasne.

Obiektywna: informacje zwrotne powinny być bezstronne i pozbawione uprzedzeń.

Terminowa: informację zwrotną należy przekazać jak najszybciej po wykonaniu zadania (w stosownych przypadkach).

Użyteczna: Powiąż informację zwrotną z celami i strategiami, aby jednostka mogła poprawić swoje wyniki.

Pożądana przez odbiorcę: informacja zwrotna może być nadal skuteczna nawet u tych, którzy jej aktywnie nie oczekują jednak ci, którzy tego chcą często będą bardziej zmotywowani do poprawy wyników.

Sprawdzona pod kątem zrozumienia: W sposób zrozumiały wyjaśni informację zwrotną danej osobie, aby upewnić się, że w pełni ją wykorzystuje.



FORMULARZ INFORMACJI ZWROTNEJ

What was good?

Zauważam (sensoryczny opis tego, co widzisz, słyszysz):

To zrobiło na mnie wrażenie (interpretacja):

Co mogłoby być lepsze? (Co dokładnie zrobiłbyś inaczej, gdybyś był na miejscu osoby otrzymującej informację zwrotną)

Co było najlepsze? (Szczegółowy opis tego, co najbardziej Ci się podobało)
