



## ***FORMULAIRE DE COMMENTAIRES***

La vie sans retour de collègues, de managers, d'amis, de partenaires ou d'enfants rappelle l'errance dans le noir; nous ne savons pas si nous faisons les bonnes choses, encore moins si nous les faisons de la bonne manière. Le feedback nous aide à nous développer, à comprendre comment notre comportement affecte les autres et à mieux comprendre la réalité sociale globale. Nous ne savons pas si nous faisons les bonnes choses et les faisons-nous de la bonne manière.

Le feedback en tant qu'outil de développement personnel et professionnel est:

- Conçu pour améliorer les performances
- Destiné à la croissance et au développement
- Axé sur le comportement (pas sur les capacités, les valeurs, les croyances et les identités)
- Concret et soutenu par les détails
- Orienté solution et orienté vers l'avenir

### ***BIEN - MIEUX - MEILLEUR***

La technique du feedback consiste à reconnaître ce qui était **bien** puis ce qui pourrait être **mieux** (sur quoi travailler) et enfin à mettre en évidence ce qui était **le mieux**.

Cette façon de donner du feedback permet à la personne qui reçoit du feedback, d'ajuster ses filtres pour qu'elle remarque les aspects positifs de ce que l'interlocuteur a déclaré, ainsi que les possibilités de développement personnel.

### **Caractéristiques de la rétroaction efficace:**

Spécifique: Les commentaires devraient contenir des exemples spécifiques plutôt que des généralisations.

Précis: Les commentaires doivent être factuels et clairs.

Objectif: Les commentaires doivent être impartiaux et sans préjugés.

En temps opportun: Une rétroaction doit être donnée dès que possible après l'achèvement d'une tâche (le cas échéant).

Utilisable: Reliez les commentaires aux objectifs et aux stratégies afin que l'individu puisse améliorer ses performances.

Souhaité par le destinataire: les commentaires peuvent toujours être efficaces même chez ceux qui ne les recherchent pas activement, cependant, ceux qui recherchent des commentaires seront souvent plus motivés pour améliorer les performances.

Vérification de la compréhension: clarifier la compréhension avec la personne pour s'assurer qu'elle tire le meilleur parti de ses commentaires



## **FORMULAIRE DE COMMENTAIRES**

### **Qu'est-ce qui était bien?**

Je remarque (description sensorielle de ce que vous voyez, entendez):

Cela m'a impressionné de telle façon (interprétation):

### **Qu'est-ce qui pourrait être mieux?** (Que feriez-vous exactement différemment si vous étiez à la place de la personne qui reçoit les commentaires)

---

---

---

### **Qu'est-ce qui était le mieux?** (Une description détaillée de ce que vous avez aimé le plus)

---

---

---