



## Techniek: Het Johari-venster

### Checklist feedback geven

Feedback geven	Waar	Niet waar
Ik ga het geven van feedback op het gedrag van anderen als het even kan uit de weg		
Ik vermijd het geven van negatief commentaar sinds ik heb gemerkt dat anderen dat meestal vervelend vinden om te horen		
Ik probeer feedback te geven op het gedrag van een ander door dat gedrag te vergelijken met dat van anderen		
Ik heb moeite met het geven van 'schouderklopjes', omdat anderen erdoor in verlegenheid kunnen raken		
Ik geef eerder feedback op de persoon dan op de actie of het gedrag		
Ik vind feedback geven belangrijker dan feedback ontvangen		
Wanneer ik feedback geef, negeer ik de mate van gevoeligheid of ontvankelijkheid van de ander		
Ik geef meestal pas feedback enige tijd nadat iets gebeurd is		
Ik geef feedback bijna uitsluitend als ik me erger of kwaad ben		
Nadat ik feedback heb gegeven, vermijd ik na te gaan of de ander mij heeft begrepen (een goed verstaander heeft immers aan een half woord genoeg)		
Ik vind het belangrijker dat ik fouten aangeef dan dat ik zoek naar manieren tot verbetering		
Ik geef vaak feedback zonder na te denken over mijn verdere relatie met de ander		
Ik geef geen negatieve feedback want ik maak zelf ook fouten		
Aan positieve feedback doe ik niet, want dat is geslijm; daar houd ik niet van		
Ik geef geen negatieve feedback, want wie weet wat dat voor gevolgen voor mij kan hebben; ik zou wel eens teruggepakkt kunnen worden		

Bron: Marieta Koopmans en Ron Groothuis: *Feedback geven en ontvangen*  
ISBN 978 90 5871 672 9