

フィードバック

フィードバックの方法

丁寧に、建設的に、率直に

言いたいからではなく、受け手のために

フィードバックの方法 続き

- ①記述的である
- ②「私は・・・」メッセージ
- ③必要性が感じられる
- ④行動変容が可能
- ⑤適切なタイミング
- ⑥伝わっているかどうかの確認
- ⑦時制にも注意して(その時感じた←→今、感じる)
- ⑧多くの人からのフィードバックを受けられる

○ ..のとき、ちょっと眉間にしわが寄りました。
× あなたはいつも決めつける人ですね。

津村俊充(2006)「成長のためのフィードバック」『人間関係トレーニング』pp.66-68, ナカニシヤ出版。