



El feedback: el regalo más valioso

Toastmasters Iberia, División A



¿Cómo crece una planta?



¿Cómo crece una persona?





Con el feedback de los demás





Historia de un feedback





¿Por qué pedir feedback?

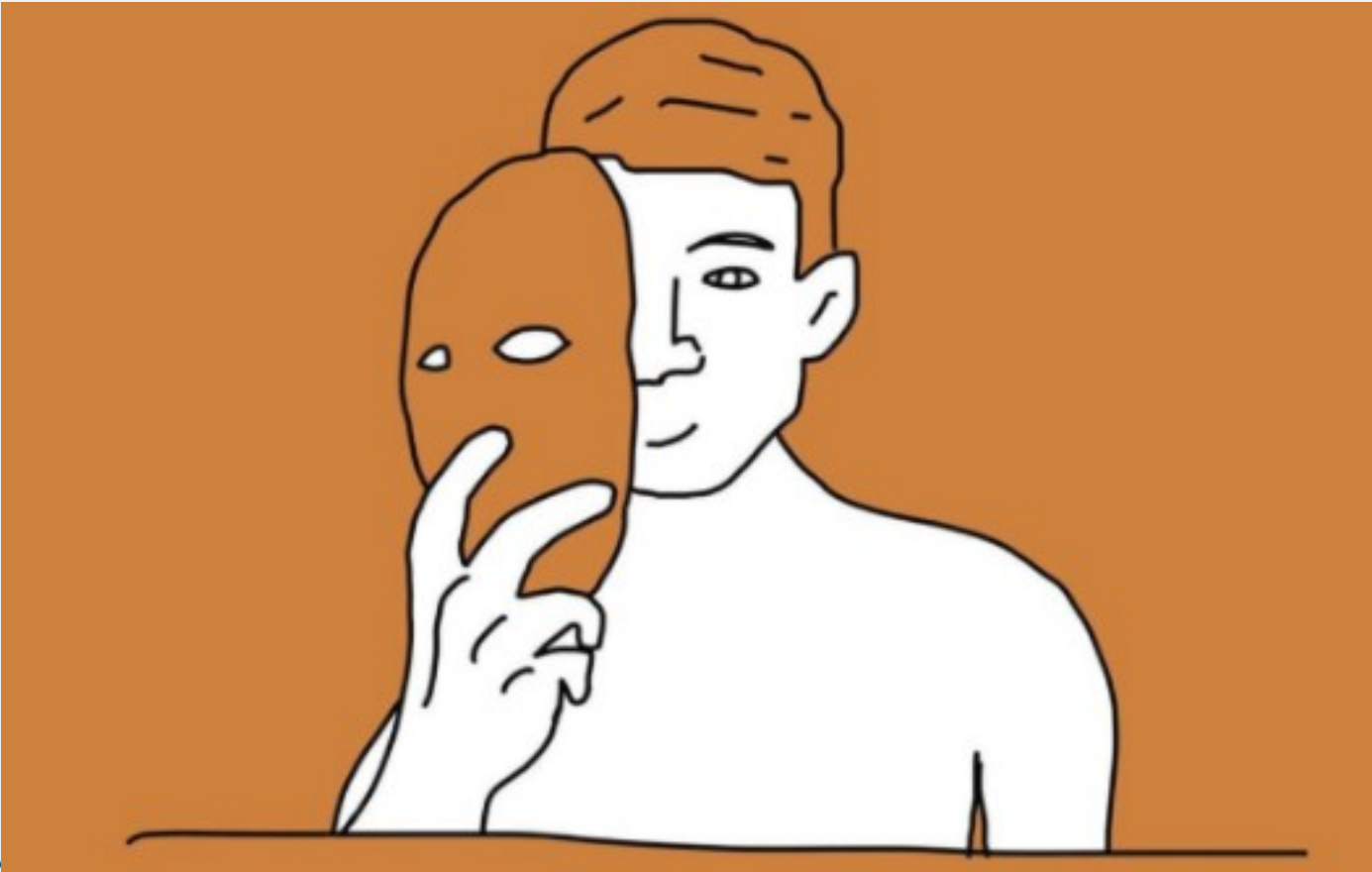




“
Presta atención al feedback negativo y
solicítalo, particularmente de los
amigos. Difícilmente alguien hace eso y
es de mucha ayuda.
— Elon Musk —
”



...pero, ¿cómo pedir feedback? Mostrándose abiertos y vulnerables





Ejemplos

- ▶ ¿Hay algo que hubiera podido hacer diferente?
- ▶ ¿Qué harías distinto si estuvieras en mi lugar?
- ▶ ¿Qué es lo que no estoy viendo?
- ▶ ¿Qué has observado tú?
- ▶ Realmente me ayudaría entender lo que perciben de mi para hacer cambios si es necesario.





¿Cómo dar feedback? La única condición

- ▶ **Querer a la persona a la que damos nuestra opinión: querer su bien, querer su crecimiento, querer su evolución.**





Feedback: específico





Feedback: claro





Feedback: lenguaje positivo





Feedback: describir sin juzgar





¿Cómo recibir feedback?

- ▶ Deja hablar sin justificar, toma nota de todo
- ▶ Gestiona tus emociones
- ▶ Agradece





¿Qué hacer después?

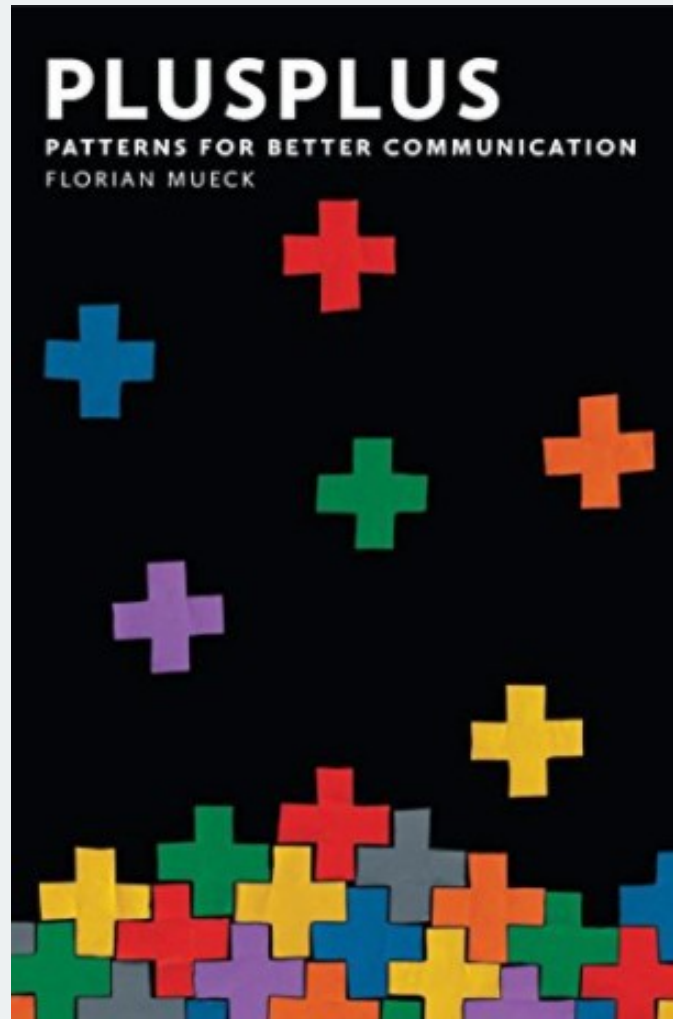
- ▶ Valida el feedback con más fuentes
- ▶ Decide cuánto es crítico para ti el feedback recibido
- ▶ Elabora tu plan de acciones

Plan de Acción





¿Quieres aprender a dar feedback?





Ayuda a crecer a los demás, y cada día serás más grande

