پرونده پیام ۲۳:۴۷

کاربرگ بخش ۱ | مهارت بازخورد حرفه‌ای

۱ | بازخوردی که هنوز یادم مانده

تکلیف صفر. نام افراد و سازمان را حذف کن.

چه گفته شد؟ (تا جای ممکن عین جمله)	
کجا و چطور؟ (حضوری، جمع، پیام...)	
آن لحظه چه حسی داشتم؟	
بعدش چه کردم؟	
امروز درباره‌اش چه فکر می‌کنم؟	

بازخوردی که باید می‌دادم و ندادم	چرا ندادم؟

۲ | سه فرضیه من

درس ۱. ستون آخر را خالی بگذار تا درس ۲۴.

نفر	سهم او در رفتن پریا	پایان دوره: درست بود؟
کامران		
پریا		
امید		

حدس من: «مسئله اون پیام نبود.» پس مسئله چه بود؟

۳ | تهدیدها و پاک‌کن‌ها

درس ۲ و ۳.

تهدید	در آخرین بازخورد ناخوشایندی که گرفتم	سهم (۱ تا ۵)
جایگاه		
قطعیت		
اختیار		
ارتباط		
انصاف		

جمله «ولی‌دار» من	بازنویسی بدون پاک‌کن
۱	
۲	
۳	