

Aprender a pedir feedback para crecer como profesionales

Por qué evitamos pedir feedback

Deseo de pertenencia

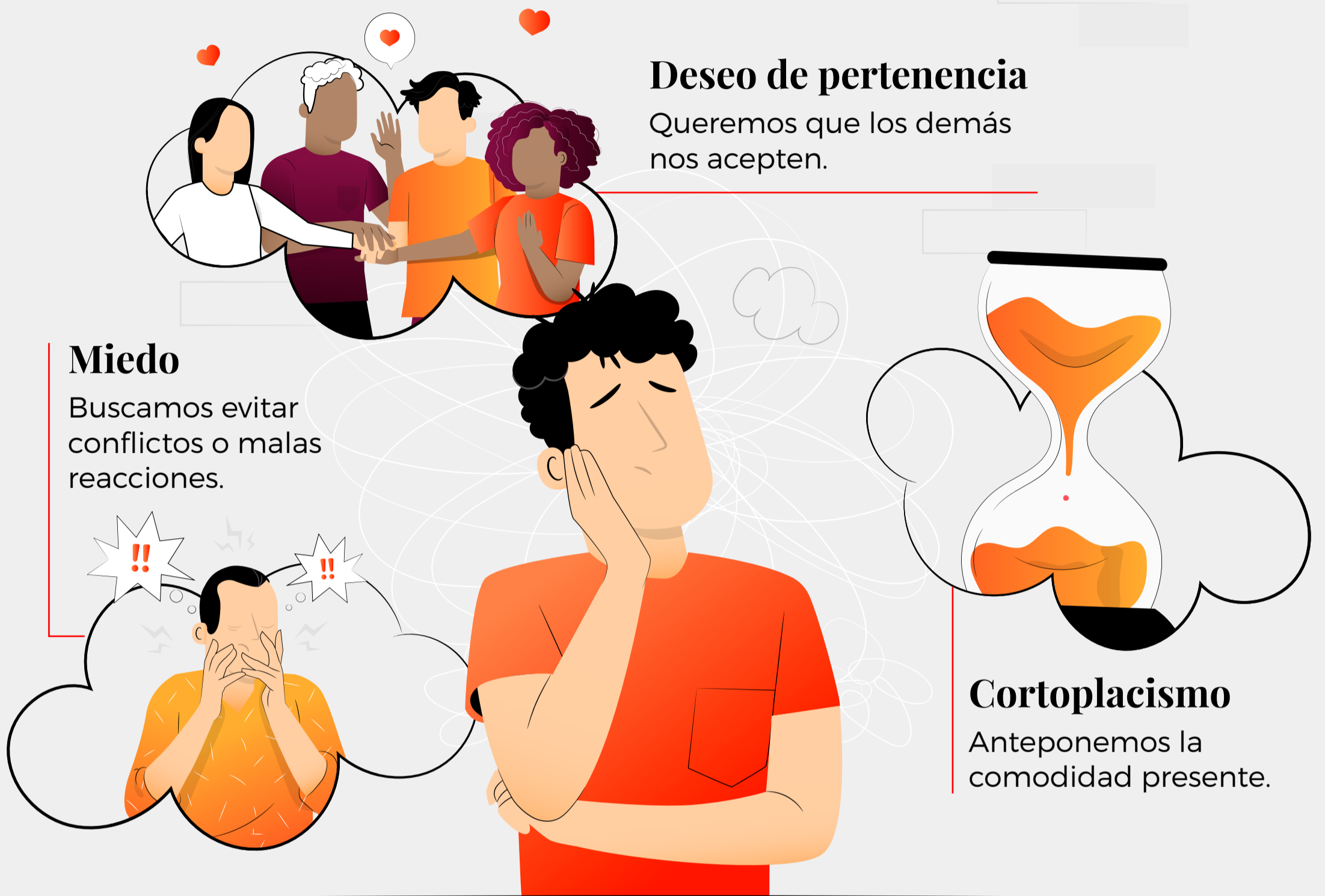
Queremos que los demás nos acepten.

Miedo

Buscamos evitar conflictos o malas reacciones.

Cortoplacismo

Anteponemos la comodidad presente.



Claves para empezar a pedir feedback en el trabajo

El feedback no es una crítica, es una forma de aprender algo nuevo y mejorar.

Respira, escucha y agradece.

Usa lo que te dicen para hacer cambios y demostrar que te importa mejorar.



Piensa en crecer



Tómatelo bien



Haz algo con ello



Tu productividad mejora.



Atajas problemas antes de que se agraven.



Mejoras relaciones y construyes confianza.



Descubres aspectos positivos propios inadvertidos.