

Feedbackregeln

Feedback geben:

- Sprechen Sie per **Ich** und nicht per „man“
- Beschreiben Sie Ihre Wahrnehmungen und Gefühle, die ein anderer Mensch in Ihnen auslöst (nicht bewerten und interpretieren)
- Teilen Sie möglichst konkrete Beobachtungen mit, die sich auf die Situation hier und jetzt beziehen
- Nehmen Sie stets auch positive Punkte, nicht nur negative (was hat gefallen, was hat angenehm gewirkt)
- Geben Sie brauchbares Feedback, beziehen Sie sich auf Verhaltensweisen (nicht etwa „Ihre Nase gefällt mir nicht!“)
- Vermeiden Sie Fragen; wenn Sie fragen, dann mit Begründung
- Appellieren Sie nicht und geben Sie keine guten Ratschläge
- Seien Sie offen und ehrlich

Feedback empfangen:

- Zunächst ruhig anhören und auf sich wirken lassen
- Zuhören und versuchen zu verstehen
- Nicht argumentieren und verteidigen
- Nachfragen, wenn Sie etwas nicht verstanden haben
- Entscheiden Sie, was für Sie wichtig ist

Aktuelle Literaturhinweise und Internetquellen finden Sie unter www.lehridee.de - Tipps und Hinweise - Literatur bzw. Links