

CHECKLISTE FEEDBACK

Feedback geben

- Sprechen Sie über eigene Beobachtungen.
- Seien Sie konkret und beschreibend.
- Seien Sie realistisch und angemessen.
- Trennen Sie Beobachtung und Bewertung.
- Verwenden Sie „ICH-Botschaften“ anstelle von „DU-Botschaften“.
- Sprechen Sie den Feedbacknehmer direkt an. Verkleiden Sie Ihre Meinung nicht als Tatsachen.
- Geben Sie hilfreiche, konstruktive Hinweise.
- Halten Sie einen freundlichen Umgangston.

Feedback empfangen

- Stellen Sie sicher, dass Sie „auf Empfang“ sind und Feedback annehmen können.
- Hören Sie einfach zu – rechtfertigen Sie sich nicht.
- Stellen Sie wenn nötig Verständnisfragen.
- Danken Sie für das Feedback.
- Geben Sie eine positive Rückmeldung, wenn das Feedback etwas in Ihnen auslöst.

Feedback - Reaktion

- S** Schock
- A** Ablehnung
- R** Rückzug
- A** Annahme
- H** Handlung

Nutzen von Feedback

- Feedback verstärkt positive Verhaltensweisen, indem sie benannt und anerkannt werden.
- Feedback ermöglicht es, eigene Verhaltensweisen zu korrigieren, welche die beabsichtigte Wirkung nicht erreichen.
- Feedback kann helfen, die Beziehung zwischen Personen zu klären.
- Feedback hilft blinde Flecken zu reduzieren, was persönliche Weiterentwicklung ermöglicht.
- Feedback ist die Grundlage für eine echte Vertrauens- und Leistungskultur.