



Feed Back

Geben



Nehmen

Man kann **Feedback** mit dem Wort ‚**Rückmeldung**‘ übersetzen.

Damit ist gemeint, dass man anderen Menschen seine Meinung zu einer Sache, einem Verhalten oder einer Leistung mitteilt.

Es gibt einen Feedback-Geber, also den der seine Meinung sagt, und einen Feedback-Nehmer, also den der die Meinung oder das Feedback empfängt.

Als Feedback-Geber sollte ich

...

1. ehrlich sein.
2. respektvoll sein.
3. Ich-Botschaften verwenden, um auszudrücken was ich denke und beobachte.
4. nicht zu viel auf einmal ansprechen.
5. genau sein und Konkretes ansprechen.
6. Zuerst mit dem Positiven beginnen.
7. Vorschläge machen, was veränderbar ist. Was kann man also machen, damit es beim nächsten Mal besser gelingt?

Als Feedback-Nehmer sollte ich

...

1. respektvoll sein (auch in der Körpersprache).
2. dem Feedback-geber genau zuhören und nicht unterbrechen.
3. mich nicht verteidigen.
4. bei Unklarheiten nachfragen, ob ich alles richtig verstanden habe, jedoch als Ich-Botschaft.