**Feedback-Regeln**

**Wenn ich jemandem ein Feedback gebe, ist es** …

***verstärkend***

Ich betone in meinem Feedback beobachtete Stärken.

***genau***

Ich beschreibe möglichst genau, was ich in welcher Situation beobachtet habe.

***ehrlich***

Alles, was ich sage, ist wahr. Aber ich sage nicht alles, was wahr ist.

***persönlich***

Ich mache deutlich, dass es sich um meine persönliche Meinung handelt.

***aufbauend*** Ich mache Verbesserungsvorschläge.

**Wenn ich ein Feedback erhalte, kann ich** …

***zuhören***

Ich höre mir das Feedback an. Es ist die persönliche Meinung meines Gegenübers. Deshalb muss ich mich nicht verteidigen.

***nachfragen***

Ich frage nach, wenn ich etwas nicht verstanden habe.

***Stellung******nehmen***

Es liegt an mir, das für mich Bedeutsame auszuwählen.

**Feedback-Regeln**

**Wenn ich jemandem ein Feedback gebe, ist es** …

***verstärkend***

Ich betone in meinem Feedback beobachtete Stärken.

***genau***

Ich beschreibe möglichst genau, was ich in welcher Situation beobachtet habe.

***ehrlich***

Alles, was ich sage, ist wahr. Aber ich sage nicht alles, was wahr ist.

***persönlich***

Ich mache deutlich, dass es sich um meine persönliche Meinung handelt.

***aufbauend***   
Ich mache Verbesserungsvorschläge.

**Wenn ich ein Feedback erhalte, kann ich** …

***zuhören***

Ich höre mir das Feedback an. Es ist die persönliche Meinung meines Gegenübers. Deshalb muss ich mich nicht verteidigen.

***nachfragen***

Ich frage nach, wenn ich etwas nicht verstanden habe.

***Stellung******nehmen***

Es liegt an mir, das für mich Bedeutsame auszuwählen.