

Handout zum Thema Feedback

Feedback als Baustein der Entwicklung

Betrachte Feedback als essentielles Puzzleteil, das deine Fähigkeiten, Kompetenzen und dein gesamtes professionelles Wirken ergänzt und vervollständigt. Es dient nicht nur deiner individuellen Entwicklung, sondern stärkt auch die Teamdynamik und fördert eine Kultur der Offenheit und des kontinuierlichen Lernens.



Vor dem Feedbackgespräch, oder spätestens zu Beginn, ist es wichtig, dem Gegenüber klarzumachen, worum es beim Feedback geht und was der Grund dafür ist. Das Gegenüber hat das Recht, dies zu wissen und nicht im Unklaren gelassen zu werden. Diese Transparenz schafft eine vertrauensvolle Basis und ermöglicht eine offene und ehrliche Kommunikation, die für die persönliche und berufliche Entwicklung essenziell ist.

Grundprinzipien effektiven Feedbacks

1. **Beginne mit Positivem:** Positive Aspekte zuerst anzusprechen, schafft eine offene Atmosphäre für das Gespräch.
2. **Sei spezifisch:** Klare, konkrete Beispiele machen dein Feedback nachvollziehbar und umsetzbar.
3. **Fokussiere auf Beobachtung:** Beschränke dich auf das, was tatsächlich geschehen ist, und vermeide Interpretationen.
4. **Nutze Ich-Botschaften:** Formulierungen wie „Ich habe beobachtet“ oder „Ich fühle“ betonen deine persönliche Perspektive und verhindern Abwehrhaltungen.
5. **Sei konstruktiv:** Ziel ist es, Wachstum und Verbesserung zu fördern, nicht zu kritisieren.
6. **Gib Feedback zeitnah:** Aktuelles Feedback ist relevanter und effektiver.
7. **Finde eine Balance** zwischen Positivem und Verbesserungsvorschlägen.
8. **Ermögliche Zuhören:** Gib dem Feedback-Empfänger die Gelegenheit zu antworten. Oft kann ein Dialog zu einem tieferen Verständnis führen und zeigt, dass du ihre Perspektive wertschätzt.
9. **Wahre die Vertraulichkeit:** Persönliches Feedback sollte unter vier Augen erfolgen.
10. **Übe Feedback regelmässig:** Ein fortlaufender Prozess unterstützt die kontinuierliche Entwicklung.

Die Rolle von psychologischer Sicherheit

Eine Atmosphäre, in der Teammitglieder sich sicher fühlen, um Hilfe zu bitten, Fehler zuzugeben und Feedback zu suchen, ist entscheidend für ein angstfreies Lernen und die Förderung einer Kultur des Experimentierens und der ständigen Verbesserung. Psychologische Sicherheit verhindert, dass Angst den Lern- und Feedbackzyklus unterbricht.

Feedback-Dreiklang für klare Kommunikation

- Die Situation: Kläre den Kontext.
- Das Verhalten: Beschreibe beobachtbares Verhalten.
- Die Wirkung: Erörtere die Auswirkungen auf dich und das Team.

