

# Persönliches Feedback II – die Regeln

*Feedback benötigt ein Klima des gegenseitigen Vertrauens, des Respekts und der Wertschätzung. Jeder hat das Recht darauf, ernst genommen und angehört zu werden. Umgekehrt bedeutet das die Verpflichtung, die anderen ernst zu nehmen, anzuhören und zu respektieren. Dies gilt gleichermaßen für Schüler wie für Lehrer.*

## Feedback-Regeln

### Feedback-Geber

- beschreibe, wie du den anderen wahr-  
genommen hast
- beziehe dich dabei auf konkrete Verhaltens-  
weisen
- beschreibe konkret und nicht verallgemeinernd
- bewerte nicht
- äußere dich konstruktiv, biete Perspektiven an
- sei offen und ehrlich
- formuliere subjektiv (in der Ich-Form) und  
nicht pauschalisierend
- formuliere achtsam und angemessen
- stelle Gelungenes in den Vordergrund
- ersetze Kritik durch Verbesserungsvorschläge

### Feedback –Nehmer

- höre aufmerksam zu und lasse den anderen  
ausreden
- frage nach, wenn du etwas nicht verstanden  
hast
- rechtfertige und verteidige dich nicht
- denke darüber nach, welche Anregungen für  
dich hilfreich sind und mit welchen du dich  
weiter auseinandersetzen willst
- sage am Ende, was du durch das Feedback  
erfahren hast

Wichtig ist: Es geht beim Feedback nicht darum, wer recht hat, sondern nur um persönliche Wahrnehmungen! Der Feedback-Nehmer entscheidet, welche Konsequenzen er aus dem Feedback ziehen will.

## Beispiele für wertschätzende Formulierungen

### Feedback-Geber

- „Ich habe beobachtet, dass...“
- „Gut gefallen hat mir (an deinem Vortrag/deiner Ausarbeitung)...“
- „Dir ist besonders gut gelungen...“
- „Ich finde gut, dass du...“
- „Vielleicht könntest du...“
- „Darüber möchte ich gern mehr erfahren... ich möchte gern wissen...“

### Feedback-Nehmer

- „Habe ich dich richtig verstanden...?“
- „Meinst du damit, dass...“