Konstruktives Feedback

10 goldene Regeln für wirksames Feedback

1 Richtigen Zeitpunkt wählen

Feedback nicht zwischen Tür und Angel geben. Wählen Sie einen ruhigen, zeitnahen Moment mit ausreichend Zeit.

2 Lob öffentlich, Kritik privat

Positives Feedback darf vor anderen sichtbar sein. Kritisches Feedback gehört in ein Gespräch unter vier Augen.

3 SBI-Rahmen nutzen

Beschreiben Sie Situation, Verhalten und Auswirkung. So bleibt Feedback konkret und nachvollziehbar.

4 Klar und faktenbasiert sprechen

Bleiben Sie eindeutig und nennen Sie konkrete Beobachtungen. Verallgemeinerungen helfen nicht weiter.

5 In der Ich-Form formulieren

Sprechen Sie aus Ihrer Perspektive. Das wirkt weniger anklagend und fördert den Dialog.

6 Wahrnehmung und Bewertung trennen

Beschreiben Sie zuerst Beobachtungen. Interpretationen und Bewertungen sollten klar getrennt bleiben.

7 Verhalten statt Charakter ansprechen

Kritisieren Sie nicht die Person, sondern das beobachtete Verhalten und dessen Wirkung.

8 Das Gegenüber zu Wort kommen lassen

Geben Sie Raum für Erklärungen und Rückfragen. Konstruktives Feedback ist immer ein Gespräch.

9 Auf Ton und Körpersprache achten

Ein wertschätzender Ton und offene Körpersprache entscheiden mit darüber, wie Feedback ankommt.

10 Erkenntnisse festhalten

Halten Sie gemeinsam fest, was künftig anders laufen soll. Gute Lösungen machen Feedback wirksam.

SBI-Formel: Situation – Verhalten – Auswirkung

SBI = Situation, Behavior, Impact (deutsch: Situation, Verhalten, Auswirkung)

„Während … haben Sie … , das wirkte auf mich …“