

für dein perfektes Feedbackgespräch

1. Zeitpunkt wählen

Der richtige Zeitpunkt ist entscheidend. Gib Feedback nicht nebenbei, sondern **in Ruhe und möglichst zeitnah**, damit alle Details präsent sind.

2. Rahmen schaffen

Feedback sollte immer **persönlich und diskret** erfolgen. Vermeide öffentliche oder unpassende Orte wie die Kaffeeküche. Ein Vier-Augen-Gespräch in ruhiger Umgebung ermöglicht volle Konzentration auf das Feedback.

3. Konkrete Beispiele

Sei spezifisch und nenne konkrete Beispiele beim Feedback. Verallgemeinerungen führen zu Missverständnissen. **Klare, sachliche Beispiele machen dein Feedback verständlicher und zielgerichteter.**

4. Ich-Botschaften formulieren

Feedback wird besser angenommen, wenn es in Ich-Botschaften formuliert wird.

Beispiel: „Mir ist aufgefallen, dass...“

Solche Formulierungen **fördern Offenheit** und verringern das Risiko, dass Feedback als Angriff wirkt.

5. Lösungen und Perspektiven anbieten

Zeige konkrete Verbesserungsvorschläge auf. So wird aus deinem Feedback ein konstruktiver Austausch, der Lösungsansätze aufzeigt.

Beispiel: „Welche Möglichkeiten sehen Sie, die Situation zu verbessern?“

6. Empathisch sein

Empathie und Selbstreflexion sind entscheidend beim Feedback. Jeder reagiert unterschiedlich auf Kritik, daher ist es wichtig, das eigene Verhalten anzupassen. **Einfühlungsvermögen fördert offene und produktive Kommunikation.**

7. Offen für Rückfragen

Gib der anderen Person Raum für ihre Sichtweise. Bleibe während des Gesprächs verständnisvoll und **gib der Person Zeit, das Gesagte zu verarbeiten und Rückfragen zu stellen.**

8. Nachbereitung planen

Vereinbare ein Folgegespräch. Ein klärendes Gespräch nach ein paar Tagen ermöglicht eine **bessere Reflexion** des Feedbacks.

Im Berufsleben kommt jeder an den Punkt, an dem man nicht nur Feedback erhält, sondern auch selbst geben muss. Das kann herausfordernd sein, da Feedback oft als negativ empfunden wird – dabei sollte es auch positive Aspekte wie Lob enthalten. Ein gut geführtes Feedbackgespräch ist entscheidend, um Leistungen und Verhaltensweisen zu reflektieren. Ziel ist es, nicht nur Schwächen anzusprechen, sondern auch Potenziale aufzuzeigen. Effektives Feedback zu geben, gehört zu den wertvollen Soft Skills, die echte Führungsstärke beweisen.