

## Feedback geben und nehmen

### Feedback...

... ist eine Gegenüberstellung von Fremd- und Selbstwahrnehmung.  
... ist eine Informationsquelle.  
... ermöglicht Lernen.

### Was ist gutes Feedback?

Feedback, das konstruktiv ist, gibt dem Empfänger einen Mehrwert. Er kann daraus neue Handlungsoptionen ableiten und kann aufgrund dessen produktiv und handlungswirksam werden. Jemand ist in der Lage, seine Arbeit in anderem Licht zu betrachten und erhält durch das Feedback eine Sichtweise, die er alleine nicht einnehmen oder verbalisieren konnte.

### Tipps für den Feedbackgeber:

- Sei für den Feedbacknehmer hilfreich.
- Stehe zu deinem Feedback „Ich habe den Eindruck.../Mir fällt auf...“
- Beziehe dich auf Konkretes.
- Äußere dich deutlich und vermeide vage Aussagen.
- Biete Vorschläge an, anstatt Universallösungen zu geben.
- Sei behutsam.
- Gib Antworten.
- Bewerte nicht.
- Vermeide emotionale Aussagen.
- Sei dir bewusst: Du kannst dich irren. Frag andere!

### Tipps für den Feedbacknehmer:

- Nimm es nicht persönlich.
- Sei dir bewusst, dass du mit einer subjektiven Wahrnehmung konfrontiert wirst und nicht mit „der Wahrheit“.
- Frag nach: „Welchen Eindruck hast du?/ Wie verstehst du das?“
- Teile dich mit: „Dein Feedback war hilfreich/anregend/erhellend/verunsichernd...“
- Mach dir Notizen. Nimm das Feedback zunächst auf – so wie es ist.
- Blicke neutral, interpretiere nicht, sondern reflektiere die Rückmeldung.
- Rechtfertige dich nicht.
- Diskutiere nicht.
- Sei dir bewusst: Du entscheidest, welche Konsequenzen du aus dem Feedback ziehst.

#### Literaturauswahl:

**Fengler, Jörg:** *Feedback geben. Strategien und Übungen.* 4. Auflage. Beltz. Weinheim und Basel. 2009

**Fröhlich, Melanie/Henkel, Christiane/Surmann, Anna:** Zusammen schreibt man weniger allein. (Gruppen-)Schreibprojekte gemeinsam meistern. Verlag Barbara Budrich Opladen. 2017. S. 162ff.

**Hartebrodt-Schwier, Elke:** *So geht's: Feedback geben.* Neukircher Verlagsgesellschaft. Neukirchen-Vluyn. 2012.

**Rözsa, Julia:** *Aktivierende Methoden Für den Hochschulalltag: Lernen und Lehren nach dem Core-Prinzip.* Heidelberger Hochschulverlag. Heidelberg. 2012 S. 30ff.