



## Thema 4: Feedback ist ein Geschenk.

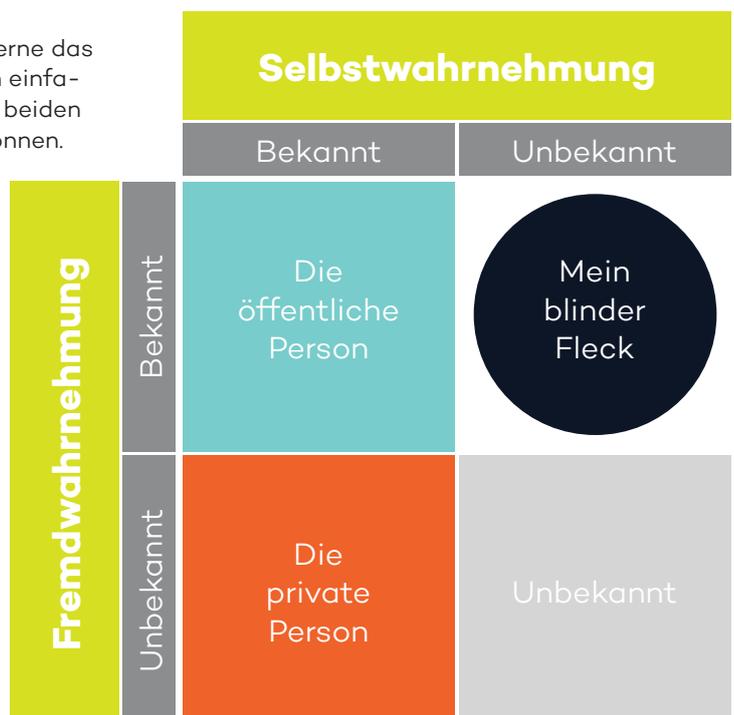
**Damit sich der Beschenkte auch darüber freuen kann, gibt es ein paar nützliche Dinge die Sie über Feedback Wissen sollten.**

Grundsätzlich wird Feedback in zwei Gruppen aufgeteilt: Die Gruppe der „Schenker“ (Feedbackgeber) und die der Beschenkten (Feedbacknehmer).

### Je mehr Feedback, desto besser

Für die Beschenkten kann Feedback einiges bewirken. Ist der Feedbacknehmer offen für Anregungen und nimmt sie an, kann er seine eigene Wahrnehmung und die Fremdwahrnehmung miteinander abgleichen. Je mehr Feedback er bekommt, desto weniger unterscheiden sich diese beiden Bereiche. Als Feedbacknehmer ist es sinnvoll, einfach erst einmal zuzuhören, um später ggf. Fragen zu stellen, sich nicht zu rechtfertigen und es einfach annehmen. Warum? Weil Feedback ein tolles Geschenk ist ...

In unseren Coachings benutzen wir gerne das Modell des Johari-Fenster. Es zeigt in einfacher Weise, wie unterschiedlich diese beiden Wahrnehmungen voneinander sein können.





Mimik      Gestik  
Vorurteile      Verhalten  
**Mein  
blinder Fleck**  
Körpersprache  
Angewohnheiten

Der „blinde Fleck“ symbolisiert das, was andere von mir wahrnehmen in meiner Selbstwahrnehmung, aber nicht existiert. Je mehr Feedback wir erhalten, umso mehr verkleinern wir unseren blinden Fleck.

### Erwünscht

Als Feedbackgeber sollte ich darauf achten, dass meine Anregungen überhaupt erwünscht sind. Unerwünschtes Feedback ist die karierte Socke unterm Baum oder das Bügeleisen zum Valentinstag.

### Beschreibend

Beim Geschenk verpacken sollte der Feedbackgeber darauf achten, die Beobachtungen möglichst sachlich und konstruktiv zu beschreiben, um Missverständnisse zu vermeiden.

### Ich-Botschaften

Feedback wird öfter angenommen, wenn es in „Ich-Botschaften“ eingepackt ist. Die „Du“ oder „Sie“ Form macht aus dem gut gemeinten Geschenk schnell einen persönlichen Vorwurf und ist daher zu vermeiden.

### Konkret umsetzbar

Das tolle an einem Geschenk: Nachdem man es ausgepackt hat, weiß man was drin ist. Der Blinde Fleck wird damit wieder ein wenig kleiner. Außerdem können tolle Geschenke motivierend wirken und es kann direkt benutzt werden.

So ist Feedback immer ein tolles Geschenk, das Sie stets annehmen und verschenken können

...

Ihr Team von refke&refke