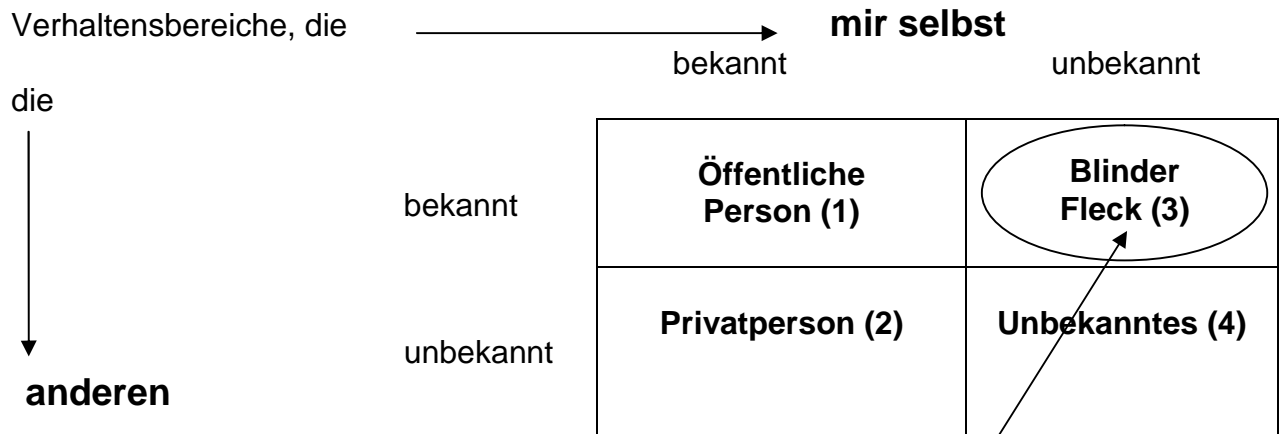


## Arbeitsblatt 3: Feedback-Regeln

So funktioniert Feedback: Eine Person A ist bereit, von einer Person B ein Feedback (Rückmeldung) entgegen zu nehmen.

Joe Luft und Harry Ingham haben im sogenannten „Johari-Fenster“ dargestellt, worauf sich dieses Feedback nun konzentrieren sollte:



(1): Das ist der Bereich des gemeinsamen Wissens. Man kennt sich selbst und die anderen kennen einen.

(2): Das ist der Bereich der Zurückhaltung. Manches, was man von sich selbst kennt, macht man den anderen nicht ohne weiteres zugänglich.

(3): Das ist der Blinde Fleck: Das ist der Bereich, den man selbst nicht sieht/kennt, aber entdecken kann durch die Rückmeldungen anderer. Sie sehen mit ihrem Blick von außen und ihren Beobachtungen, was ich selbst nicht wahrnehmen kann.

(4): Das ist der Bereich des Unbewussten: Weder man selbst noch andere haben hier einen direkten Zugang.

**Achtung: Ein gutes Feedback konzentriert sich auf den Bereich 3!**

### Und so sollte ein Feedback formuliert sein:

- § beschreibend statt urteilend
- § verständlich statt rätselhaft
- § erbeten statt aufgezwungen
- § annehmbar statt verletzend
- § wechselseitig statt einseitig
- § klar statt nebulös
- § konkret statt allgemein
- § kritisch statt beschönigend
- § korrigierbar statt absolut
- § kurz statt langatmig