

Regeln für Rückmeldungen (Feedbackregeln für den Rückmeldungsgeber)

Die Möglichkeit, dass Kritik am eigenen Verhalten angenommen wird, ist um so wahrscheinlicher, je weniger die Rückmeldung als Befehl, als Anklage, als gefälltes Urteil oder als Beschimpfung aufgefasst wird.

Die folgenden Regeln sollen vom **Rückmeldungsgeber** angewendet werden:

- Es muss darauf geachtet werden, ob der Gesprächspartner sich in einer Situation befindet, in der er ruhig zuhören und die Information verarbeiten kann.
- Rückmeldungen sollen als subjektive Gefühle und Wahrnehmungen gekennzeichnet werden, um dem Empfänger die Chance zu geben, die Wahrnehmung zu überprüfen und eventuell zurückzuweisen.
- Das Gegenüber soll nicht analysiert werden, sondern Rückmeldungen sollen sich auf ein begrenztes konkretes Verhalten beziehen.
- Feedback soll nicht immer nur dann erfolgen, wenn etwas negativ anzumerken ist. Feedback wird um so leichter angenommen werden, wenn der Umgang miteinander auch durch positives Feedback gekennzeichnet ist.
- Die Möglichkeit, Rückmeldungen zu geben, soll wechselseitig bestehen, Es muss prinzipiell dazugehören, dass auch ein Kind die/den Erwachsenen kritisieren kann.