Feedback nur zum Verhalten



Wenn Sie Feedback geben, so beschreiben Sie das konkrete Verhalten. Jede Aussage über die Identität „Du bist …, Sie sind …, Ihr seid …“ wandeln Sie in eine Verhaltensbeschreibung um.

Feedback zum Verhalten und den Fähigkeiten

Kein Feedback über die Identität wie „Du bist …“

Feedback geben - „Mein Gefühl ist …« ist verboten

„Mein Gefühl ist, …, du bist …!“ ist so gefährlich ist.
Denn das Wort „Gefühl“ wird mit einer Interpretation auf der Identitätsebene verbunden.
Gegen ein Gefühl kann der Feedbacknehmer nichts sagen.
Würde der Feedbackgeber sagen: „Meine Interpretation ist, du bist …“ so gäbe es diese Verquickung nicht, und der Feedbacknehmer könnte es als eine Interpretation zurückweisen, ein Gefühl aber nicht.



Oft werden folgende fehlerhafte Feedbacksätze geäußert:

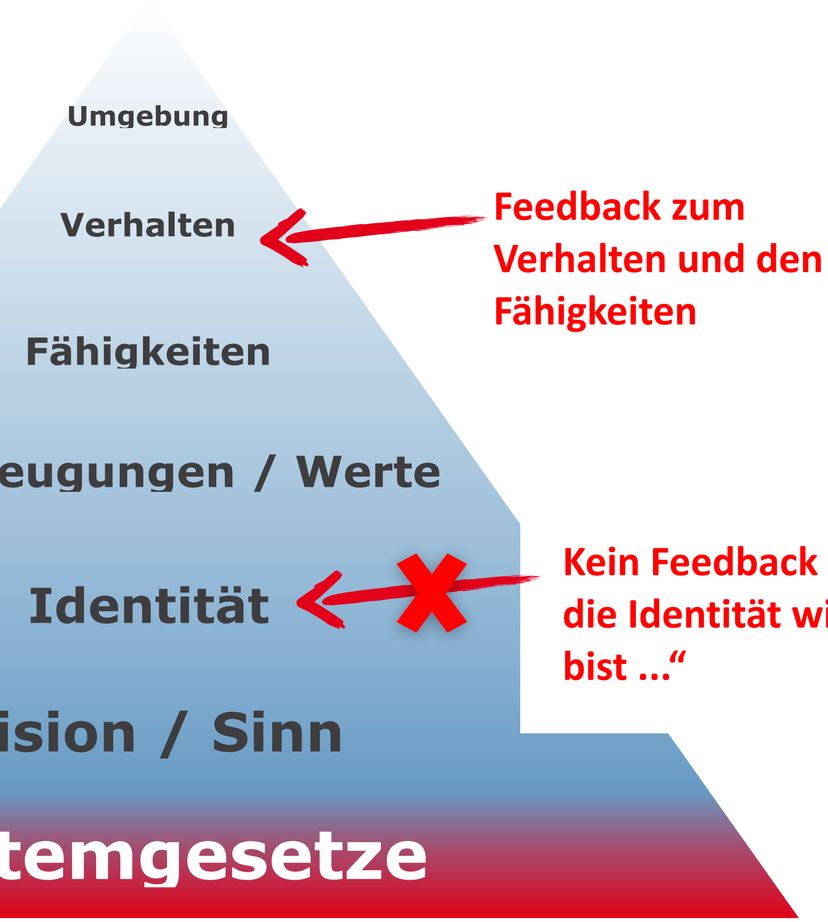
„Mein Gefühl ist, als Sie zur Seite geschaut haben, dass Sie unsicher sind.“

Nun eine Analyse dieser Aussage:
„Mein Gefühl ist …“ Was ist das körperliche Gefühl? Es wird hier nicht genannt, es fehlt.
„…, als du zur Seite geschaut hast, …“ Ist eine wahrnehmende Beschreibung des Verhaltens, hier wird die Feedbackregel eingehalten.

„… dass du unsicher bist.“ Dieses ist kein Gefühl, sondern eine Interpretation auf der Identitätsebene. Interpretationen sind verboten!

Was passiert, wenn jemand solch einen Kommentar auf der Identitätsebene erhält? Entweder wehrt er sich dagegen, oder er resigniert. Auf jeden Fall aber bleibt etwas bei ihm hängen. Innerlich sagt er sich: „So bin ich, meine Eltern waren schon so, ich kann mich nicht verändern.“ Der Feedbackgeber hat sein Ziel nicht erreicht.

Nicht die Identität -> sondern das Verhalten beschreiben



Im folgenden Beispiel wird eine Identitätsaussage in eine wahrnehmbare Verhaltensaussage umgewandelt.

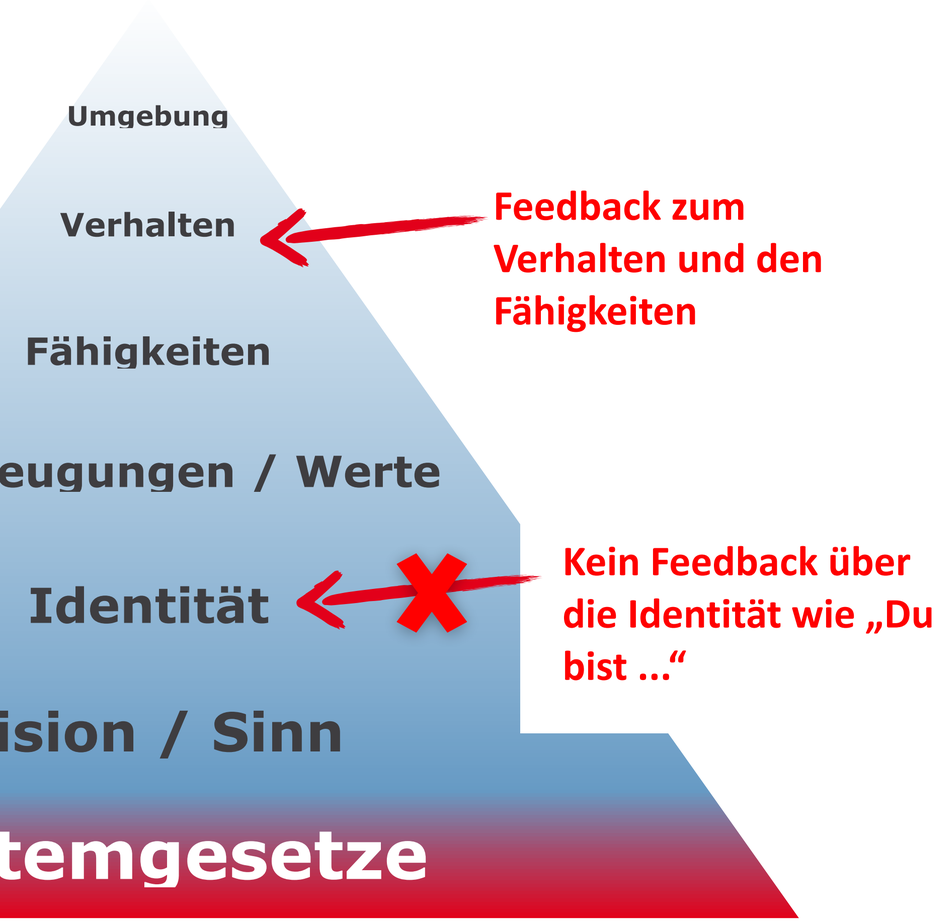
Falsch: Du bist immer unpünktlich! oder
Falsch: Du bist ein unpünktlicher Mensch!

O.k. ich bin so, das liegt wohl in meinen Genen.
Folge: Keine Veränderung.

Richtig: Zum letzten Seminar **kamst** du zu spät (um 9.00 Uhr war Beginn, du warst um 9.20 Uhr da), ich fühlte mich etwas schlecht, hatte etwas Druck im Magen.
Komme bitte nächstes Mal pünktlich.

Es war mir nicht klar, dass dir das wichtig ist, es tut mir Leid, ich werde von jetzt an pünktlich sein.
Folge: Veränderung.

Nicht die Identität -> sondern das Verhalten beschreiben



Auch „positive“ Aussagen auf der Identitätsebene können gefährlich sein. Auch hierzu ein Beispiel:

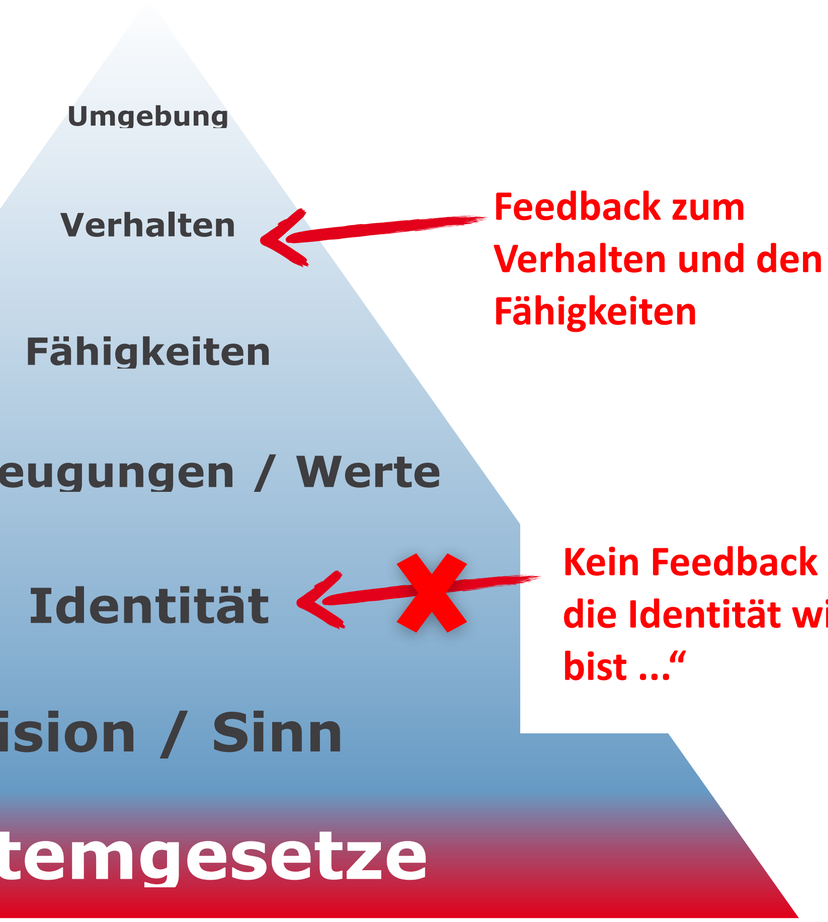
Falsch: Du bist gut in Mathematik!

Danke. Unbewusst kann dann folgendes ablaufen: Wenn ich ein guter Rechner bin, dann bin ich nicht gut in Deutsch
Folge: Motivation für Mathematik, Demotivation für Deutsch.

Richtig: Deine letzte Mathematikaufgabe hast du sehr gut gelöst. Weiter so.

Danke, mache ich.
Folge: Keine unbewusste Übertragung auf andere Fächer wie Deutsch, da das Verhalten bzw. die Fähigkeit beschrieben wurde.

Nicht die Identität -> sondern das Verhalten beschreiben





Fertigen Sie eine Tabelle an und schreiben Sie in der linken Spalte typische Identitätsaussagen wie “Du bist …” von Ihnen, wie Sie andere beschreiben. Notieren Sie in der rechten Spalte das zugrundeliegende Verhalten (möglichst konkret).
Beispiel:
Identitätsaussage: Du bist unsicher
Verhalten: Du hast weggeschaut

Identitätsaussage	Verhalten