

## Feedbackregeln für Jüngere

**Beim Üben können uns ein paar einfache Regeln für das Geben und für das Bekommen von Rückmeldungen helfen:**

### **Wenn ich eine Rückmeldung gebe...**

... bin ich ehrlich. Ich traue mich meine Meinung zu sagen.

... bin ich höflich und freundlich.

... beginne ich damit, was die Person gut kann. Das beschreibe ich klar und konkret: Statt *„Das hat mir gut gefallen“* beschreibe ich, was gut gelungen ist. *„Der Beginn der Stunde war so interessant, dass ich es gar nicht erwarten konnte, mehr über das Thema zu erfahren.“*

... beginne ich mit *„Ich habe beobachtet, dass ...“* oder *„Mir ist aufgefallen, dass ...“*

... mache ich Verbesserungsvorschläge: *„Ich kann noch mehr lernen, wenn ich Dinge öfter üben kann.“*

... sage ich zum Schluss etwas über die Stärken der Person. *„Ich verstehe die Erklärungen in Mathematik nicht immer beim ersten Mal. Du bist sehr geduldig und beantwortest meine Fragen, bis ich es verstanden habe.“*

### **Wenn ich eine Rückmeldung bekomme...**

... lasse ich die Person aussprechen.

... höre ich genau zu. Es ist okay, wenn ich manche Dinge anders sehe. Ich muss nichts erklären.

... frage ich nach, wenn ich etwas nicht verstehe.

... bedanke ich mich für die Rückmeldung.

... denke ich nachher darüber nach. Was gelingt mir besonders gut? Was kann ich noch weiter verbessern?