

Eine Minute für eine gesunde Arbeitswelt



Was wäre, wenn Feedback immer hilfreich wäre?

Dann könnten wir uns gemeinsam weiterentwickeln, konstruktiv miteinander sprechen, Spannungen vermeiden und die Arbeit verbessern.

Regeln	Negativbeispiel	Positivbeispiel	Bemerkungen
Ich statt „man“ verwenden	„Man weiß ja, dass der Frühdienst immer unordentlich ist.“	„Ich wünsche mir, dass ich den Arbeitsraum so vorfinde, wie ich ihn hinterlasse.“	Ich-Aussagen zeigen Verantwortung und persönliche Haltung.
Konkret statt allgemein	„Immer ist der Arbeitsraum unordentlich.“	„Gestern war der Raum unordentlich, wie auch schon am Montag.“	Verallgemeinerungen wirken demotivierend und sind meist falsch.
Zeitnahes Feedback	„Letztes Jahr war das auch so.“	„In der letzten Woche ist mir mehrfach aufgefallen, dass...“	Nur zeitnahes Feedback ist nachvollziehbar und hilfreich.
Beschreiben statt bewerten	„Ihr Umgang mit Kunden geht gar nicht.“	„Ich nehme Sie im Kundenkontakt als ungeduldig wahr. Wie sehen Sie sich?“	Bewertungen blockieren, Beschreibungen öffnen das Gespräch und motivieren mehr.
Kleine Portionen und regelmäßig	„Alles, was ich schon immer sagen wollte...“	„Diese Situation sehe ich kritisch...“	Lieber häufiger Feedback geben als alles auf einmal.
Passender Zeitpunkt	Zwischen Tür und Angel.	In ruhiger Umgebung und unter vier Augen.	Feedback wirkt nur, wenn der Empfänger aufnahmefähig ist.