

Feedback geben und nehmen

„Die Anerkennung, das Lob der anderen, stärkt unser Selbstwertgefühl. Es gibt Schwung für neue Aktivitäten. Aber man muss auch selbst die Kraft in sich haben, andere anzuerkennen. Und das sollte man öfter tun. Es macht den Umgang untereinander leichter.“ - (Aenne Burda)

Das Training liefert Ihnen die wichtigsten Informationen zum Geben und Nehmen von konstruktivem Feedback sowie Praxistipps im Umgang mit möglichen Stolperfallen. Ob regelmäßige Feedbackgespräche oder zu bestimmten kritischen Anlässen: diese Gespräche gehören zur Königsdisziplin!

Erfolgreich absolviert können professionell geführte Feedbackgespräche die Zusammenarbeit fördern und noch effektiver werden lassen. Verlaufen sie jedoch nicht konstruktiv, können Frust, Ärger und noch massivere Konflikte die Folge sein. Erfahren Sie, wie Sie Manipulationsstrategien rund um die Themen Anerkennung, Wertschätzung und Kritik erkennen und wirksam begegnen.

Ziel:

Sie lernen detailliert Verhaltensweisen und Interaktionen zu beobachten und zu analysieren sowie die genaue Unterscheidung zwischen Wahrnehmung, Wirkung, Interpretation und Bewertung zu treffen und zu formulieren.

Zielgruppe:

Mitarbeitende, Fach- und Führungskräfte aller Berufsgruppen

Inhalte:

- Ziele und Grenzen von Feedback: Warum Feedback so wertvoll sein kann
- Wahrnehmung, Interpretation, Bewertung: Vorsicht vor den berüchtigten Schubladen!
- Übungen zur Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Strategien, Tools Checklisten und Formulierungen, um Stolpersteine zu vermeiden und auch bei emotionalen Themen sachlich zu bleiben
- Die Balance zwischen Ehrlichkeit und Freundlichkeit halten
- Klar und deutlich sprechen, ohne zu verletzen
- Wertschätzung, Lob und Anerkennung – aber bitte ohne Übertreibung!
- Konstruktives Feedback souverän entgegennehmen
- Um Feedback bitten: Möglichkeiten und Chancen.
- "Das lass ich nicht an mich ran!" – Umgang mit unfairem Feedback

Methoden: Theorie-Input, Moderation, Praxisbeispiele, Übungen

Dauer: 2 Tage

Gruppengröße: max. 8 Personen