

## Fünfzehn Feedback-Risikofaktoren im Überblick

Strategie	Beispielsatz mit eher geringerem Risiko	Beispielsatz mit eher höherem Risiko
<b>1. Very easy – Für Jedermann und Jedefrau</b>		
1. Ich-Botschaft statt Du-Botschaft	<i>Ich ärgere mich, wenn du unpünktlich bist.</i>	<i>Du verärgerst mich, wenn du unpünktlich bist.</i>
2. Einzelfall statt Verallgemeinerung	<i>Du warst diese Woche drei Mal zu spät. Am Montag, am Dienstag und heute.</i>	<i>Du bist immer unpünktlich.</i>
3. Konkret statt vage	<i>Wir haben pünktlich um 10 Uhr angefangen. Bitte sei beim nächsten Mal pünktlich</i>	<i>Es ist 10:15 Uhr.</i>
4. Soll statt Ist	<i>Bitte sei pünktlich.</i>	<i>Du bist unpünktlich.</i>
5. Positiv statt negativ	<i>Bitte sei pünktlich.</i>	<i>Bitte sei nicht unpünktlich.</i>
6. Punkt statt Ausrufezeichen	<i>Bitte sei pünktlich.</i>	<i>Bitte sei pünktlich!</i>
<b>2. Not so easy – Für Fortgeschrittene</b>		
7. Bedürfnis statt Strategie (im Sinne von »vor« Strategie)	<i>Effizienz und Effektivität sind mir wichtig. Bitte sei deshalb beim nächsten Mal pünktlich.</i>	<i>Bitte sei deshalb beim nächsten Mal pünktlich, weil Effizienz und Effektivität mir wichtig sind.</i>
8. Beobachtung statt Bewertung	<i>Du bist fünfzehn Minuten zu spät.</i>	<i>Du bist schon wieder und wie kein anderer unpünktlich.</i>
9. Neutral- statt Reizformulierungen	<i>Bitte sei (wieder) pünktlich.</i>	<i>Bitte sei zur Abwechslung mal pünktlich.</i>

Strategie	Beispielsatz mit eher geringerem Risiko	Beispielsatz mit eher höherem Risiko
10. Prägnant statt redundant	<i>Das Meeting hat um 10 Uhr angefangen. Du erscheinst um 10:15 Uhr.</i>	<i>Weißt du, bezogen auf unsere Besprechungen ist mir so ein bisschen aufgefallen, dass du manchmal, ..., also ich mein ja nur.</i>
11. Verhalten statt Person	<i>Du warst heute unpünktlich.</i>	<i>Du bist ein Zuspätkommer.</i>
<b>3. Not at all easy – Für Profis</b>		
12. Auslöser statt Ursache	<i>Ich ärgere mich, wenn du unpünktlich bist.</i>	<i>Wegen deiner Verspätung bin ich jetzt sauer.</i>
13. Emotion statt Pseudoemotion	<i>Ich bin sauer, dass du zu spät kommst, weil wir ohne dich noch nicht richtig beginnen konnten und mir Effizienz wichtig ist.</i>	<i>Ich bin enttäuscht, dass du heute fünfzehn Minuten zu spät zum Meeting erscheinst.</i>
14. Kongruent statt inkongruent	<i>Ich bin sauer, dass du heute fünfzehn Minuten zu spät kommst. (In Verbindung mit einer angespannten Stimme und einem angestregten Gesicht)</i>	<i>Ich bin sauer, dass du heute fünfzehn Minuten zu spät kommst.« (Und während du das sagst lächelst du und deine Stimme klingt neutral)</i>
15. Bildhafte Vergleiche statt bloße Worte	<i>Du läufst hier rein wie ein König. Als hätten wir Hofdiener alle nur auf dich gewartet.</i>	<i>Das Meeting hat um 10 Uhr begonnen. Jetzt ist es 10:15 Uhr. Du bist fünfzehn Minuten zu spät.</i>