

3.5 Verständnissvoll agieren

3.5.1 Arbeitsblatt: Feedbackregeln (»Sprich zu mir!«)

<p>Feedback ist konstruktiv und bietet Perspektiven für die Zukunft. <i>»Wir sollten probieren, uns von nun an nicht mehr im Satz zu unterbrechen.«</i></p>
<p>Feedback ist beschreibend und sachlich und wertet nicht. <i>»Unsere Redezeiten waren bisher etwas ungleich verteilt.«</i></p>
<p>Feedback ist konkret und nicht verallgemeinernd. <i>»Im Moment sprichst du für meine Begriffe ein bisschen zu laut.«</i></p>
<p>Feedback ist subjektiv formuliert. <i>»Ich habe das Gefühl, dass du mir gegenüber gerade etwas ungehalten wirst.«</i></p>
<p>Feedback ist stets auch positiv. <i>»Du bist sehr begeisterungsfähig und hast viele Interessen. Manchmal fällt es dir dadurch schwer, dich auf eine bestimmte Sache zu konzentrieren. Aber da du so zielorientiert bist, kannst du das sicher leicht ändern!«</i></p>

3.5.2 Arbeitsblatt: Sprich zu mir!

Sie unterbrechen Ihre Eltern unaufhörlich.
Sie lehnen die Werte Ihrer Eltern ab.
Sie wissen alles besser.
Sie sind traurig und sprechen wenig.
Sie benehmen sich hysterisch.
Sie achten nicht darauf, was um Sie herum passiert oder was Ihnen gesagt wird. Sie haben schließlich Besseres zu tun.
Das Thema ist zu schwer für Sie.
Sie haben es eilig, in die Disco zu kommen.
Sie sind sehr müde und hungrig.
Sie sind andauernd zornig.
Sie nehmen Ihre Eltern nicht ernst und werten deren Meinung ab.
Sie warten auf den Anruf Ihres/Ihrer FreundIn.
Sie stehen unter großem Druck und haben Angst, eine Entscheidung zu treffen.
Sie denken, dass Ihre Eltern nur Blödsinn reden.
Sie möchten die Wünsche Ihrer Eltern erfüllen und stellen deren Meinung über Ihre eigene.