

# Feedback geben

## Den Menschen verstehen...

4

**Anregung / Idee/ Bitte / Wunsch:**

Ich wünsche mir...  
Was hältst du von der Idee...  
Ich bitte dich...

3

**Welche Bedürfnisse ich habe:**

Dabei ist mir wichtig, dass ich...  
(Wünsche, Bedürfnisse, Interessen,  
Erwartungen, Werte, etc.)

2

**Welche Gefühle das in mir auslöst:**

Das macht mich...  
Das bewirkt bei mir...  
Ich merke, dass ich mich...

1

**Was ich beobachte:**

Wenn ich sehe / höre...  
...konkretes Verhalten,  
was, wann, wo, in welchem Kontext,...