

Videoanalysen

Ablauf Videoszene mit Feedback

Vorbereitung

Du bist jetzt ... (die Rolle übergeben).
Ich möchte mit Dir über etwas sprechen, das mich bewegt.
Bist Du bereit, mir zuzuhören?

Rollenspiel

1. Selbsteinschätzung
 - Was ist mir gelungen?
 - Was würde ich beim nächsten Mal anders machen?
2. Gruppeneinschätzung
3. Einschätzung der Trainerin

Feedbackregeln

Feedback wird erbeten oder im Prozess vereinbart. Feedback dient der Entwicklung.

Was genau hast Du beobachtet?
Welche Bedürfnisse wurden dadurch erfüllt?
Welche Gefühle wurden ausgelöst?
Welche konkreten Veränderungsvorschläge hast Du?

Kriterien zum Feedback geben

- Konkret
- Brauchbar
- Verdaubar
- Respektvoll
- Zeitnah

Kriterien zum Feedback empfangen

- Zuhören
- Prüfen (ggfs. Verständnisfragen stellen, in keinem Fall rechtfertigen)
- Annehmen/Loslassen

Rollenspiel: 3 Min./Person
Plenum: 20 Min. Auswertung/Person