

# CHECKLISTE FÜR KONSTRUKTIVE KRITIK:

- **Kennen Sie den Standpunkt / die Situation / die Interessen Ihres Gegenübers?**
- **Sind Sie sich dessen bewusst, dass Ihre Wahrnehmung nur ein Teil des Geschehens widerspiegelt?**
- **Haben Sie genau reflektiert, was Sie warum kritisieren und was Sie mit Ihrer Kritik erreichen wollen?**
- **Können Sie dies auch transparent kommunizieren?**
- **Ist Ihre Kritik konkret formuliert anstatt verallgemeinernd?**
- **Zeigen Sie Ihren Respekt (auch und gerade in der Körpersprache)?**
- **Fügen Sie Ihrer Kritik einen Lösungsvorschlag bei?**
- **Sprechen Sie in Ich-Botschaften?**
- **Ist Ihre Kritik motivierend, es zukünftig besser zu machen?**
- **Schaffen Sie es, starke negative Emotionen aus der Beurteilung der Situation heraus zu lassen?**
- **Nehmen Sie sich ausreichend Zeit für Ihre Kritik?**