

Kapitel 17 - Feedback und Bewertungen

Hallo und willkommen zu unserer heutigen Erkundung. Ja, schön, dass Sie wieder dabei sind, um mit uns tiefer einzutauchen. Wir schauen uns heute nämlich Situationen an, die, na ja, alltäglich sind, aber oft ganz schön äh nervenaufreibend sein können. Es geht um Vorstellungsgespräche und auch darum, wie wir Feedback geben, wie wir es bekommen. Dafür haben wir uns ein paar Textauszüge vorgenommen, die uns quasi so ein bisschen hinter die Kulissen blicken lassen. Mit Charakteren Doris, Lena, und Kurt heißen die, die genau solche Momente erleben. Ja, und unsere Mission heute ist, wir wollen gemeinsam rausfinden, wie diese Personen mit ihrer Nervosität umgehen. Wie sieht Unterstützung aus, also konkret und welche sprachlichen Feinheiten spielen da eine Rolle, gerade auch für Sie als Deutsche. Okay, packen wir das mal aus. Mal sehen, was wir da finden.

Absolut, das ist ein super spannendes Feld, denn diese Situationen, die da beschrieben werden, die sind ja zutiefst menschlich, universal. könnte man sagen. Ähm, fast jeder kennt doch dieses dieses flau Gefühl Magen vor so einem wichtigen Gespräch oder was hier wirklich faszinierend ist, finde ich, die Quellen deuten an, dass Kommunikation nicht nur ein Werkzeug ist, um Infos auszutauschen, sondern eben auch ein mächtiges Mittel, um mit Emotionen wie Nervosität klarzukommen und vielleicht sogar ja gestärkt daraus hervorzugehen.

Genau. Tauchen wir direkt mal ein mit Lena. Sie steht kurz vor einem Vorstellungsgespräch und äh trifft sich mit ihrer Freundin Doris zur Vorbereitung. Die Beschreibung ist ziemlich klar. Lena ist aufgeregt. Sie sagt sogar selbst, sie sei nervös wegen der vielen Fragen und fühlt sich unsicher über meine Antworten. Das klingt doch sehr vertraut, oder?

Mhm, total.

Und da gibt's auch einen Hintergrund. Eine frühere Absage hat sie offenbar ziemlich getroffen. Sie war verärgert, steht da, und sehr enttäuscht. Das sitzt anscheinend noch tief. Aber jetzt jetzt ist sie entschlossen zu zeigen, was sie kann. So ein Mix irgendwie aus Unsicherheit und Kampfgeist. Und wie reagiert Doris? mit einem echten Muntermacher muss man sagen. Du kannst stolz auf deinen Lebenslauf sein. Der ist wirklich beeindruckend. Das

Deutsch Info und Training - Transkript

ist doch mal ein starker Einstieg in die Unterstützung, finde ich. Aber äh ist das mehr als nur so netter Spruch?

Ja, das ist eine sehr gute Frage. Also oberflächlich betrachtet, klar, nette Geste, aber psychologisch steckt da äh schon mehr dahinter. Gerade in Lenas Situation, ne, mit dieser Vorgeschichte der Enttäuschung, diese Art von spezifischem, begründetem Lob, also Nicht nur du schaffst das schon, sondern dein Lebenslauf ist beeindruckend. Ähm, das kann das Selbstwertgefühl stärken und auch die Erwartung an die eigene Wirksamkeit. Es lenkt den Fokus ähm auf konkrete Stärken, auf vergangene Erfolge. Und das ist ein wichtiges Gegengewicht zur aktuellen Nervosität, ein verbaler Anker sozusagen, der an reale Kompetenzen erinnert.

Okay, verstehe. Also, es geht darum, die Wahrnehmung weg von den Schwächen oder Ängsten hin zu den ja Nachweis waren Stärken zu lenken. Das leuchtet ein und die beiden machen ja dann auch weiter. Es bleibt nicht bei der Aufmunterung, sie gehen ins Detail. Sie üben typische Fragen fürs Gespräch und hier wird's wirklich interessant, wie die Quellen Doris Vorgehen beschreiben. Sie stellt nicht nur Fragen, sondern auch viele Rückfragen. Sie zeigt sich interessiert an ihren Argumenten und gibt hilfreiches Feedback. Das klingt nach einer sehr engagierten persönlichen Form der Vorbereitung.

Das ist es auch. Bird hier sehen wir den Unterschied zwischen, sagen wir passiv und aktiven Support. Einfach nur Fragen runterrattern, das wäre passiv. Aber Doris Methode Rückfragen stellen, Interesse zeigen, Feedback geben, das ist ja aktives Coaching. Die Rückfragen zwingen Lena Prasi tiefer über ihre Argumente nachzudenken, sie zu präzisieren. Das Interesse signalisiert Wertschätzung, motiviert und das hilfreiche Feedback. Ja.

Ja. Was könnte das denn konkret sein? Die Quellen sagen ja nur hilfreich. Wenn man jetzt an jemanden auf B2 Niveau denkt, der sich auf ein deutsches Vorstellungsgespräch vorbereitet. Was für Feedback wäre denn da besonders hilfreich? Geht's da um Grammatik, um Wortwahl oder doch eher um die Struktur der Antworten? Was meinen Sie?

Wahrscheinlich eine Mischung, aber ich vermute mal, der Fokus liegt weniger auf kleineren Grammatikfehlern, es sei denn, sie behindern das Verständnis jetzt massiv, sondern mehr auf der Klarheit und der Überzeugungskraft der Argumentation. Also, sind die Antworten gut strukturiert? Bringt Lena ihre Punkte klar auf Deutsch rüber? nutzt sie passende Vokabeln,

Deutsch Info und Training - Transkript

um ihre Kompetenzen zu beschreiben? Gibt es vielleicht so typische Füllwörter oder Unsicherheitsmarker in ihrer Sprache, die man reduzieren könnte? Hilfreich bedeutet hier vermutlich konkrete, umsetzbare Tipps zu geben, die Lenas Performance im Gespräch verbessern, ohne sie aber zu überfordern. Vielleicht sowas wie das SBI Modell, Situation, Verhalten, Wirkung, ohne es jetzt explizit zu nennen. Als ich dich nach X fragte, Situation, hast du Yet, Verhalten, das wirkte auf mich Z Wirkung. Vielleicht könntest du stattdessen sowas in der Art,

das macht Sinn. Es geht also um konstruktive Hinweise, die direkt anwendbar sind. Und führt diese intensive Vorbereitung denn zum Erfolg?

Zumindest zu einem Teilerfolg, was die Nervosität angeht. Die Quellen berichten ja, dass Lena sich am Ende zufrieden mit ihrer Leistung fühlt. Das ist schon mal was. Sie ist, Doris, dankbar für die Unterstützung und ganz entscheidend, sie ist ein bisschen weniger nervös. Das ist ein klares Indiz dafür, dass diese Art der aktiven personalisierten Vorbereitung wirkt. Sie reduziert Unsicherheit nicht nur durch Übung, sondern auch durch das Gefühl, ja, verstanden und unterstützt zu werden.

Hm. Manchmal fragt man sich aber auch, ob zu viel Übung nicht vielleicht nach hinten losgehen kann, dass man dann so einstudiert klingt.

Ja, das ist ein berechtigter Einwand. Es gibt sicher ein Punkt, wo über Vorbereitung zu auswendig gelernten äh unauthentischen Antworten führen kann. Absolut. Der Schlüssel liegt wahrscheinlich in der Art der Vorbereitung. Wenn es darum geht, Kernbotschaften zu verinnerlichen und verschiedene Formulierungen zu üben, statt feste Sätze einzupauken, dann bleibt die Flexibilität erhalten. Und Doris' Ansatz mit den Rückfragen und dem Argumentationsfokus, der scheint ja eher darauf abzuzielen, Lena zum Nachdenken anzuregen, ihr Sicherheit in ihren eigenen Argumenten zu geben, nicht ihr einen fertigen Text vorzugeben. Die Balance ist da entscheidend. Klar.

Gut, halten wir fest. Beziehe Vorbereitung mit aktiven konstruktiven Feedback kann Nervosität spürbar reduzieren und das Selbstvertrauen stärken. Okay, jetzt kommt aber ein spannender Perspektivwechsel in unseren Quellen. Es geht um Kurt und Überraschung, er ist ebenfalls nervös, aber nicht, weil er sich bewirbt, sondern weil er ein Vorstellungsgespräch führen soll. Das ist neu für ihn. Zwar ist er, wie es heißt, an viele Kundengespräche gewöhnt,

Deutsch Info und Training - Transkript

aber auf diese spezielle Situation ist er nicht gerade vorbereitet. Das finde ich echt bemerkenswert. Man stellt sich Interviewer doch oft so souverän vor.

Ja, das ist ein wichtiger Punkt, der oft übersehen wird. Die Rolle des Interviewers bringt ganz eigenen Druck mit sich. Klar, besonders wenn man neu darin ist. Kundengespräche mögen Routine sein, aber ein Bewerbungsgespräch hat eine andere Dynamik, andere Ziele, eine andere Verantwortung. Man entscheidet ja irgendwie über die berufliche Zukunft eines Menschen mit. Das ist schon was anderes. Kurznervosität trotz seiner Kommunikationserfahrung zeigt uns, es ist nicht nur die Situation Gespräch, die nervös macht, sondern die spezifische Rolle, die Erwartungen und die gefühlte Kompetenz darin. Es ist halt eine Erinnerung daran, dass auf beiden Seiten des Tisches Menschen mit Unsicherheiten sitzen können.

Und auch hier spielt Doris wieder eine wichtige Rolle. Als Kurt ihr von seiner Nervosität erzählt. Was tut sie? Sie hört aufmerksam zu. Das ist ja schon mal gut. Und dann kommt was sehr Interessantes. Sie erinnert sich an ihre eigene Aufregung bei ihrer ersten Bewerbung. Sie war damals aufgeregt wegen der vielen Fragen. Das nutzt sie, um eine Brücke zu Kurt zu bauen und ihm Mut zu machen. Sie sagt Sätze wie: "Ich bin sicher, du machst das gut und da ist es wieder und du wirst stolz auf dich sein können." Übrigens erfahren wir nebenbei auch was über Doris selbst. Sie ist zufrieden mit ihrer Position, schaut aber trotzdem neugierig auf neue Entwicklungen. Auch interessant.

Doris Reaktion auf Kurt ist wirklich ja meisterhaft im Sinne unterstützender Kommunikation. Dieses aufmerksam zuhören ist die Basis, klar, aber der entscheidende Schritt ist das Teilen ihrer eigenen ähnlichen Erfahrung. Indem sie sagt, ich war damals auch aufgeregt, normalisiert sie Kurzgefühl. Total wichtig. Sie signalisiert, du bist nicht allein damit. Das ist menschlich. Das ist oft viel wirksamer als ein einfaches. Wird schon nicht so schlimm. Diese geteilte Verletzlichkeit, wie man das manchmal nennt, kann eine starke Verbindung schaffen und den Druck beim Gegenüber reduzieren. Es validiert seine Emotionen sozusagen.

Also nicht nur rational beruhigen, sondern auf der emotionalen Ebene andocken, indem an eigene Erfahrungen teilt. Das ist ein starker Mechanismus. Stimmt. Und dann die positive Bestärkung dieses du wirst stolz sein können. Das scheint ja echt ein wiederkehrendes Motiv bei Doris zu sein.

Deutsch Info und Training - Transkript

Ja, dieses Motiv des Stolzseins ist auffällig. Es rausforderung nicht nur als etwas, dass man überstehen muss, sondern als eine Gelegenheit, etwas zu erreichen, worauf man im Nachhinein positiv zurückblicken kann. Das setzt einen positiven Zielzustand und was Doris eigene Haltung angeht, zufrieden, aber interessiert an neuen Entwicklungen. Das zeichnet ein Bild von jemandem, der im Beruf angekommen ist, aber eben nicht stagniert. Eine gesunde Mischung aus Stabilität und Offenheit für Neues, was ja auch für viele Arbeitnehmer ein äh erstrebenswerter Zustand ist.

Und wie schlägt sich Kurt nun in seiner neuen Rolle als Interviewer? Hat Doris Zuspruch geholfen? Offenbar ja. Nach dem Gespräch ruft er Doris an und berichtet, dass er eine Kandidatin gefunden hat, die er für sehr geeignet für den Job hält. Seine Beschreibung der Kandidatin ist auch interessant. offen, freundlich, verantwortungsbewusst. Das klingt nach einer guten Wahl. Und Doris

wieder positiv und bestärkend, perfekt. Du kannst stolz auf deine Auswahl sein. Diesmal bezieht sich der Stolz auf seine Entscheidung als Interviewer. Clever. Genau. Diese Beschreibung der Kandidatin, offen, freundlich, verantwortungsbewusst, die ist aufschlussreich. Sie unterstreicht, dass bei der Auswahl oft nicht nur die rein fachlichen Qualifikationen zählen, sondern eben auch soziale Kompetenzen und persönlich Merkmale. Ja, für jemanden, der Deutsch auf B2 Niveau lernt und sich vielleicht auf dem deutschen Arbeitsmarkt bewegt, ist das eine wichtige Info. Wie kann ich denn diese Eigenschaften im Gespräch rüberbringen? Offenheit vielleicht durch Nachfragen, Freundlichkeit durch Tonfall und Körpersprache, Verantwortungsbewusstsein durch Beispiele aus früheren Tätigkeiten und Dorises abschließendes Lob für Kurt Stolz auf deine Auswahl ist wichtig. Es bestätigt nicht nur, dass er die Aufgabe gemeistert hat, sondern auch, dass er eine gute Entscheidung getroffen hat. Das stärkt sein Vertrauen in seine Fähigkeiten für zukünftige Interviews. Macht Sinn?

So, jetzt haben wir diese beiden Szenarien Lena und Kurt beleuchtet und Doris als dieses ja verbindende Element der Unterstützung. Was können wir nun und was können vor allem Sie als Zuhörerinnen und Zuhörer aus diesen Geschichten mitnehmen? Wenn wir das Ganze mal zusammenfassen, ein zentraler Punkt ist sicher, dass Nervosität in in solchen Schlüsselmomenten absolut normal ist, völlig okay, egal ob man sich bewirbt oder das Gespräch führt.

Deutsch Info und Training - Transkript

Das ist eine wesentliche Erkenntnis, die kann schon mal entlasten. Aber die Quellen zeigen ja nicht nur das Problem, sondern auch Lösungsansätze. Erstens wird die Bedeutung der Vorbereitung sehr deutlich, wie bei Lena, aber nicht irgendeine Vorbereitung, sondern eine aktive, die über reines auswendig Lernen hinausgeht und aufs Verstehen und Argumentieren abzielt. Zweitens sehen wir die immense Wirkung von unterstützender Kommunikation. Und hier wird's spannend, denn es geht nicht nur um pauschales Lob oder so. Dores Erfolg liegt in der Kombination aus verschiedenen Dingen. Erstens aktives Zuhören. Zweitens spezifisches positives Feedback, das an reale Stärken anknüpft, eindruckender Lebenslauf. Drittens, konstruktives, hilfreiches Feedback zur Verbesserung, wie in der Übungssituation. Viertens, das Normalisieren von Nervosität durch Teilen eigener Erfahrungen wie bei Kurt und fünf. Das Setzen eines positiven Ziels stolz sein können. Das ist schon ein ganzes Paket.

Das ist eine super Aufschlüsselung. Es ist also die Art der Unterstützung, die den Unterschied macht. Nicht nur, dass jemand da ist, sondern wie diese Person agiert. Und für Sie als B2 Lernende bieten diese Szenarien ja auch ganz konkretes Anschauungsmaterial für die deutsche Sprache in Aktion. Stimmt. Wir haben über Vokabular gesprochen, wie aufgeregt, nervös, unsicher, aber auch geeignet Wortungsbewusst, entschlossen, zufrieden, wichtige Wörter und Phrasen wie stolz sein auf etwas, sich vorbereiten auf etwas, Interessiert sein an etwas, dankbar sein für etwas, jemanden Mut machen. Das sind ja nicht nur Wörter zum Lernen, das sind Bausteine für ihre eigene Kommunikation in ähnlichen Situationen.

Genau. Diese sprachlichen Elemente sind Werkzeuge. Wenn Sie z.B. selbst mal Feedback geben müssen, könnten Sie sich an Dores Beispiel orientieren. Erst vielleicht eine Beobachtung machen, dann vielleicht eine Ichbotschaft über die Wirkung, das wirkte auf mich so und dann einen konkreten Vorschlag machen. Oder wenn Sie jemanden unterstützen wollen, der nervös ist, vielleicht hilft es ja auch auf Deutsch kurz eine eigene ähnliche Erfahrung zu teilen, um die Situation zu normalisieren. Einfach mal ausprobieren. Der praktische Wert liegt darin, diese Kommunikationsstrategien zu verstehen und sie dann auch sprachlich umsetzen zu können. Die Beispiele zeigen ja, es funktioniert, es kann das befinden und die Leistung positiv beeinflussen.

Man könnte fast sagen, die Quellen legen nahe, gute Kommunikation ist eine Form von emotionaler Intelligenz in Aktion oder sie erfordert Einfühlungsvermögen, Klarheit und die richtigen Worte zur richtigen Zeit.

Deutsch Info und Training - Transkript

Das trifft es ziemlich gut und es ist eine Fähigkeit, die man entwickeln kann auch und gerade beim Erlernen einer neuen Sprache und Kultur, wo diese sozialen Codes vielleicht noch nicht ganz so vertraut sind. Diese Beispiele von Lena, Kurt und Doris geben uns da quasi ein kleine ja Landkarte an die Hand. Sie zeigen, dass hinter den formalen Abläufen von Bewerbungsgesprächen und Feedbackrunden ganz menschliche Bedürfnisse stecken. Nach Sicherheit, nach Anerkennung und nach Unterstützung.

Fassen wir die Kernpunkte unserer heutigen Erkundung also noch einmal zusammen. Nervosität in wichtigen Gesprächssituationen, völlig normal auf beiden Seiten des Tisches. Vorbereitung Goldwert, aber sie sollte aktiv sein und auf Verstehen ausgerichtet sein, nicht nur pauken. Unterstützung unverzichtbar, aber am wirksamsten, wenn sie spezifisch ist, konstruktiv und empathisch manchmal sogar, indem man eigene Schwächen zugibt. Und dieses Gefühl am Ende stolz auf sich oder seine Leistung sein zu können, das scheint ein wichtiger Motivator zu sein und ein Zeichen für gelungenes Meistern der Situation.

Und vielleicht als abschließender Gedanke für Sie zum Mitnehmen, der direkt an diese Beobachtungen anknüpft, denken Sie doch mal drüber nach, wie Sie persönlich mit solchen Situationen umgehen. Wenn Sie selbst nervös sind, was hilft Ihnen da? am meisten und wenn Sie jemand anderen unterstützen möchten, der unsicher ist oder Feedback braucht, welche Worte oder Gesten der Unterstützung fühlen sich für sie am authentischsten an? Welche Strategien sowie die von Doris gezeigten spezifisches Lob, geteilte Erfahrung, konstruktive Kritik? Welche davon könnten Sie vielleicht bewusst in Ihr eigenes Kommunikationsrepertoire aufnehmen? Das ist eine spannende Frage zur Selbstreflektion, finde ich, die uns die Geschichten von Lena, Kurt und Doris mit auf den Weg geben.

Ein wunderbarer Punkt, um weiter darüber nachzudenken. Damit schließen wir unsere heutige gemeinsame Erkundung ab. Vielen Dank, dass Sie uns auf diesem Weg begleitet haben. Bis zum nächsten Mal.