

BFD-Leitfaden

Kritikgespräch

Kritikgespräche sind manchmal notwendig, etwa wenn vereinbarte Aufgaben nicht wie erwartet umgesetzt werden. Gerade dann ist es wichtig, das Gespräch klar und konstruktiv zu führen, um gemeinsam Grundlagen für Verbesserungen zu schaffen.

Zeitnah handeln

- Vereinbaren Sie zügig einen Gesprächstermin und benennen Sie den Anlass.
- Geben Sie der*dem Freiwilligen Gelegenheit, sich ebenfalls vorzubereiten.
- Wählen Sie einen ruhigen, ungestörten Ort.
- Halten Sie das Gespräch so kompakt wie möglich (**maximal 5 bis 10 Minuten**).

Sorgfältige Vorbereitung

- Gehen Sie gut vorbereitet in das Gespräch und definieren Sie vorher Ihr Ziel.
- Benennen Sie klar das problematische Verhalten und dessen Folgen, um eine sachliche Gesprächsbasis zu schaffen.
- Bereiten Sie konkrete Beispiele sowie mögliche Lösungsideen vor.
- Konzentrieren Sie sich im Konfliktgespräch auf **ein Thema**.

Klarer Beginn

- Beginnen Sie mit einem kurzen wertschätzenden Einstieg.
- Benennen Sie zügig Ihre konkrete Kritik in **Ich-Botschaften** und ohne Vorwürfe.
- Beschreiben Sie ausschließlich Situationen, die Sie selbst beobachtet haben, oder die Ihnen verlässlich berichtet wurden.

Aktives Zuhören

- Bieten Sie den Freiwilligen die Chance, die Situation aus eigener Sicht zu schildern.
- Hören Sie aktiv zu und stellen Sie konkrete Rückfragen, um zu einem gemeinsamen Verständnis zu kommen.
- Suchen Sie gemeinsam nach **Lösungen**, statt sich im „Warum“ zu verlieren.

Eskalation vermeiden

- Bleiben Sie **sachlich und nachvollziehbar** in Ihren Entscheidungen.
- Vermeiden Sie Vorwürfe, Schuldzuweisungen und unrealistische Ziele.
- Brechen Sie das Gespräch ab, wenn es nicht mehr konstruktiv verläuft.
- Setzen Sie in diesem Fall direkt einen neuen Termin fest.

Verbindliche Vereinbarung treffen

- Sagen Sie konkret, welche Veränderungen Sie erwarten.
- Halten Sie die **Vereinbarungen** schriftlich fest, damit beide Seiten eine klare Orientierung haben.
- Vereinbaren Sie ein Folgegespräch, um die Ziele gemeinsam zu überprüfen.
- Machen Sie Mut durch einen positiven Abschluss.

Checkliste: So führen Sie ein erfolgreiches Kritikgespräch

- ☐ Terminieren Sie das Gespräch zeitnah.
- ☐ Bereiten Sie das Gespräch vor.
- ☐ Teilen Sie Ihrer*m Freiwilligen den Grund Ihres Gespräches im Voraus mit.
- ☐ Begrenzen Sie das Gespräch auf ein Thema und maximal 10 Minuten.
- ☐ Beginnen Sie das Gespräch positiv.
- ☐ Kommen Sie dann ohne Umschweife zum Thema.
- ☐ Bleiben Sie objektiv und beschreiben Sie Ihre Wahrnehmung so konkret wie möglich.
- ☐ Fordern Sie Ihre*n Freiwilligen dazu auf, das Problem aus eigener Sicht zu schildern.
- ☐ Blenden Sie übergeordnete Themen aus dem Gespräch aus.
- ☐ Brechen Sie das Gespräch ab, wenn es nicht mehr konstruktiv verläuft, und setzen Sie zeitnah einen neuen Termin fest.
- ☐ Vereinbaren Sie gemeinsam Lösungsschritte.
- ☐ Halten Sie die Vereinbarungen schriftlich fest.
- ☐ Legen Sie einen Folgetermin fest, um gemeinsame Ziele zu überprüfen.

Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland e.V. (BUND)

Zentralstelle Bundesfreiwilligendienst

Kaiserin-Augusta-Allee 5, 10553 Berlin

Tel. + 49 30 27586-541 | bundesfreiwilligendienst@bund.net

Stand: 08/2026

www.bund.net/bfd

BFD 
Der Bundesfreiwilligendienst
Zeit, das Richtige zu tun.