

# Bewegtes Feedback

METHODE ZUR REFLEXION UND FÜR FEEDBACK



**Dauer:**  
10-20 Minuten



**Optimale Teilnehmeranzahl:**  
beliebig



**Materialien/Vorbereitung:**  
keine

## Vorgang

Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Die TN werden gebeten, eine Bewegung, Körperhaltung und einen Gesichtsausdruck zu machen, die ausdrücken, wie die Sitzung war.

Nach der Reihe macht jede/r TN seine/ihre Bewegung, sagt aber nichts dazu.

Alle anderen TN machen die Bewegung nach und versuchen zu erspüren, was wohl gemeint sein kann.

Danach wird erklärt, was tatsächlich ausgesagt werden sollte.



## Mögliche Ziele

- *Stimmungen und Eindrücke sichtbar machen*
- *Körpersprache als nonverbale Kommunikationsform nutzen*