**Übungsanleitung „Feedback- Kreis“**

**Offenes Geben und Annehmen von positiven Feedback**

Dauer: Je nach Größe der Gruppe bis zu 60 Minuten

Übungsart: Übung im Plenum

Hilfsmittel: Keine

Ablauf: Die Teilnehmenden bilden zwei Kreise. Die Mitglieder des ersten Kreises stehen in der Mitte, die Gesichter nach außen gewandt. Der zweite Kreis hat gleichviele Mitglieder wie der erste, umschließt aber den ersten Kreis so, dass jedes Mitglied aus beiden Kreisen einen Partner hat und sich beide in die Augen sehen können.

Die Mitglieder des inneren Kreises geben nun ihren jeweiligen Partnern im äußeren Kreis positives Feedback. Der äußere Kreis bewegt sich dann im Uhrzeigersinn weiter.

Wenn alle Mitglieder des äußeren Kreises positives Feedback erhalten haben, wechseln sie in die Mitte und bilden den inneren Kreis.

Handling: Zur besseren Verdeutlichung kann der Anleitende die beiden Kreise aufzeichnen.

Innenkreis

Außenkreis – Laufrichtung: im Uhrzeigersinn