

## Feedbackübung „an Dir schätze ich ...“

**ZIELE** Üben positive Seiten und Eigenschaften der anderen Teilnehmer\*innen in Worte zu fassen.  
Für sich selbst einen „bunten Strauß“ an wertschätzenden Mitteilungen geschenkt zu bekommen.

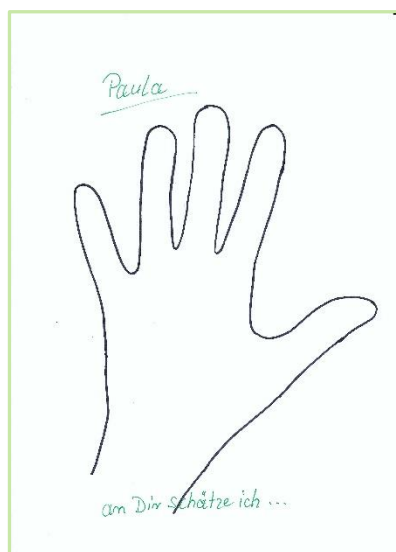
**MATERIAL** Papier und Stifte

**VERLAUF** Übung kurz vorstellen, dann das Einverständnis für diese Übung von allen einholen.

Jede und jeder malt auf ein Blatt die Umrisse ihrer\*seiner Hand und schreibt dazu den eigenen Namen. Nun wird das Blatt in der Runde weitergegeben. Die oder der Nächste schreibt den Satz: „Das schätze ich an Dir ...“ darauf und vervollständigt ihn mit einem Wort, einem Ausdruck ...

Das Blatt wird nun in der Runde weitergeben und jede und jeder schreibt auf das Blatt, was sie an der Person schätzen, bis das Blatt wieder bei der Person mit dem Namen, der auf dem Blatt steht, angekommen ist.

Rund um die Umrisse der Hand und dem Namen stehen nun lauter wertschätzende Eigenschaften und Beschreibungen. Ein wirklicher Schatz!!



Zu Hause kann sich jede und jeder einen vertrauten Menschen suchen, der ihr\*ihm die Eigenschaften in Ruhe und mit Wohlwollen vorliest.  
Denn sie zu hören hat eine größere Wirkung als sie für sich zu Lesen.