

## 5-Finger-Reflexion

**In einem Satz**

5 Finger (an) einer Hand derer reflektiert wird – kleine Reflexionsmethode, die das Gruppengeschehen in den Blick nimmt und zugleich eine knappe Rückmeldung an die Gruppe ermöglicht.

**Schlagworte**

In der Gruppe, vor der Gruppe, Themenarbeit, Rollenklärung, Rollenflexibilität, Rollenwechsel, Reflexion, Gruppendynamik, Erzählen, Position beziehen, Meinung vertreten, klein- und großgruppeneeignet

**Zielgruppe**

Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren

**Gruppengröße**

von 10 bis ca. 30

**Zeitlicher Rahmen**

von 10 bis 20 Minuten

**Material- und Technikbedarf**

-

**Beschreibung**

Bei dieser Reflexionsmethode stehen die fünf Finger der eigenen Hand für fünf Fragen/Satzanfänge, die beim Sprechen symbolisch in die Höhe gehalten werden (können). Beginnend beim Daumen haben alle Teilnehmenden die Möglichkeit reihum den Anderen mitzuteilen, wie es ihnen mit/in der Gruppe (er)geht. Dabei stehen die Finger einer Hand jeweils für Folgendes:

Daumen: Daumen hoch für... Super finde/fand ich...

Zeigefinger: Darauf möchte ich hinweisen...

Mittelfinger: Im Mittelpunkt steht/stand für mich...

Ringfinger (mit Ring): Besonders ist/war für mich... Am Herzen liegt/lag mir...

Kleiner Finger: Zu kurz kommt/kam für mich...

**Tipps und Tricks**

- Die Methode ermöglicht es, das Gruppengeschehen „zwischendurch“, aber auch am Ende eines Tages oder am Ende einer Veranstaltung in den Blick zu nehmen.
- Die Methode kann sehr gut auch für andere Reflexionsinhalte (Thema/Inhalt, Tagesrückblick, Reflexion einer Gesamtveranstaltung...) eingesetzt werden!

- 
- Variante, die für manche Gruppen hilfreich ist, bevor es darum geht sich den anderen mitzuteilen: Alle Kinder und Jugendlichen malen den Umriss ihrer eigenen Hand auf ein Blatt Papier und können „die Finger“ mit den jeweiligen Aspekten, die sie zu sagen haben, zu „beschriften“. So kann zuerst in Ruhe überlegt werden, was jeder und jede im Anschluss in der Gruppe sagen möchte.