

Gehörtes Nachmachen

Trainer und Klient sitzen sich gegenüber. Die Übungen können mehrmals Wiederholt werden, bis sich die Geräuschfolge gleich anhört bzw. ähnelt.

Trainer: klatscht zweimal auf die Beine und einmal in die Hände.

Klient: klascht das Gehörte nach.

Trainer: stampft dreimal mit den Füßen auf den Boden und klatscht einmal mit den Händen auf die Beine und zweimal in die Hände.

Klient: stampft und klascht das Gehörte nach.

Trainer: klatscht zweimal in die Hände und stampft einmal mit den Füßen auf den Boden.

Klient: klascht das Gehörte nach.

Wenn die Übung gut klappt, kann es ohne Sichtkontakt wiederholt werden. Gegebenenfalls eigene Abfolgen ergänzen. Auch der Klient darf sich gerne Abfolgen ausdenken und gezielt wiederholen.