

5.2

Portfoliobogen Blatt 1

Name, Datum, mein/e Arbeitspartner/in:

**Ich sehe was,
was du nicht siehst!**
Selbst- und Fremdwahr-
nehmung abgleichen

1. Aufgabe: Nimm dir kurz Zeit für eine Selbsteinschätzung und kreuze auf der Skala Zutreffendes an.

So denke ich über mich! (Selbstbild)

positiv denkend	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	negativ denkend
chaotisch	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	ordentlich
emotional	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	nüchtern
ruhig	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	temperamentvoll
ausdauernd	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	ungeduldig
schüchtern	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	kontaktfreudig
selbstbewusst	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	unsicher
konzentriert	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	ablenkbar
zuverlässig	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	unzuverlässig
gleichgültig	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	interessiert
ängstlich	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	mutig
zufrieden	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	unzufrieden
beherrscht	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	aufbrausend
zuversichtlich	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	sorgenvoll
flexibel	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	starr
zögerlich	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	zupackend
unkonventionell	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	angepasst
stur	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	kompromissbereit

2. Aufgabe: Überlege dir nun, wie du wohl von deiner Arbeitspartnerin/deinem Arbeitspartner eingeschätzt wirst, und kreuze auf der Skala entsprechend an.

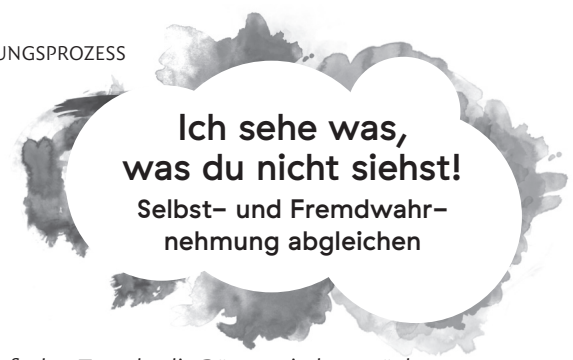
So denke ich, dass du über mich denkst! (Metabild)

positiv denkend	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	negativ denkend
chaotisch	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	ordentlich
emotional	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	nüchtern
ruhig	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	temperamentvoll
ausdauernd	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	ungeduldig
schüchtern	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	kontaktfreudig
selbstbewusst	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	unsicher
konzentriert	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	ablenkbar
zuverlässig	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	unzuverlässig
gleichgültig	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	interessiert
ängstlich	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	mutig
zufrieden	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	unzufrieden
beherrscht	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	aufbrausend
zuversichtlich	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	sorgenvoll
flexibel	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	starr
zögerlich	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	zupackend
unkonventionell	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	angepasst
stur	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	kompromissbereit

5.2

Portfoliobogen Blatt 2

Name, Datum, mein/e Arbeitspartner/in:


**Ich sehe was,
was du nicht siehst!**
**Selbst- und Fremdwahr-
nehmung abgleichen**

3. Aufgabe: Tausche mit deiner Arbeitspartnerin/
deinem Arbeitspartner diesen Bogen und schätzt eure
Eigenschaften gegenseitig ein.

So denke ich (Arbeitspartner/in) über dich! (Fremdbild)

positiv denkend	○ ○ ○ ○ ○ ○	negativ denkend
chaotisch	○ ○ ○ ○ ○ ○	ordentlich
emotional	○ ○ ○ ○ ○ ○	nüchtern
ruhig	○ ○ ○ ○ ○ ○	tempera- mentvoll
ausdauernd	○ ○ ○ ○ ○ ○	ungeduldig
schüchtern	○ ○ ○ ○ ○ ○	kontakt- freudig
selbst- bewusst	○ ○ ○ ○ ○ ○	unsicher
konzentriert	○ ○ ○ ○ ○ ○	ablenkbar
zuverlässig	○ ○ ○ ○ ○ ○	unzuver- lässig
gleichgültig	○ ○ ○ ○ ○ ○	interessiert
ängstlich	○ ○ ○ ○ ○ ○	mutig
zufrieden	○ ○ ○ ○ ○ ○	unzufrieden
beherrscht	○ ○ ○ ○ ○ ○	aufbrausend
zuversicht- lich	○ ○ ○ ○ ○ ○	sorgenvoll
flexibel	○ ○ ○ ○ ○ ○	starr
zögerlich	○ ○ ○ ○ ○ ○	zupackend
unkonven- tionell	○ ○ ○ ○ ○ ○	angepasst
stur	○ ○ ○ ○ ○ ○	kompromiss- bereit

4. Aufgabe: Tauscht die Bögen wieder zurück,
bespricht folgende Fragen und notiert die Ergebnisse.

Austauschrunde

- Bei welchen Eigenschaften unterscheiden sich dein Selbst-, Meta- und Fremdbild besonders stark?
- Woran liegt das deiner Einschätzung nach?
- Was hat dich besonders erstaunt?
- Was hat dich besonders gefreut?
- Was macht dich nachdenklich?
- Welche Schlüsse ziehst du daraus?

Teamarbeit!

Ich habe mich herzlich bei meiner Arbeitspartnerin/
meinem Arbeitspartner für ihre/seine Einschätzung
bedankt.

- ☐ Ja, natürlich!
- ☐ Oh nein, das habe ich vergessen!
Ich hole es sofort nach!