Vor- und Nachname, Klasse

Aufgabe: So sehe ich mich – so sehen mich andere

1) Mein Spiegelbild und ich

Stelle dich vor einen Spiegel und schau dich einen Moment aufmerksam an. Halte fest, wie du dich selbst wahrnimmst. Sei dabei nicht bewertend (z. B.: klein, runde Brille, brünett).

Drei Wörter, die dir zu deinem Aussehen einfallen:

Drei Wörter, die deine Persönlichkeit beschreiben:

2) Mein Selbstbild – so sehe ich mich

Vervollständige die folgenden Aussagen zu deiner Persönlichkeit, deinen Fähigkeiten und deinem Verhalten ehrlich.

Das kann ich gut:

Darauf bin ich stolz:

So verhalte ich mich meinen Freunden gegenüber:

Das fällt mir noch schwer:

Diese Fähigkeit(en) möchte ich noch ausbauen:

Herausgeber: Landesinstitut für Schulqualität und Lehrerbildung Sachsen-Anhalt
www.digitalassistenz.schule

3) Fremdbild – so sehen mich andere

Frage zwei Personen (z. B. deine Eltern, Freund/Freundin, Mitschüler/Mitschülerin), wie sie dich wahrnehmen und notiere ihre Antworten.

Name der Person:

Drei Eigenschaften, die dich aus der Sicht der Person gut beschreiben:

Name der Person:

Drei Eigenschaften, die dich aus der Sicht der Person gut beschreiben:

4) Selbstbild vs. Fremdbild

Vergleiche dein Selbstbild mit dem Fremdbild und halte fest, was übereinstimmt und was unterschiedlich ist.

Was stimmt überein?

Wo siehst du dich anders als deine befragten Personen?

Was nimmst du neu über dich mit?

Was hat dich überrascht?

Herausgeber: Landesinstitut für Schulqualität und Lehrerbildung Sachsen-Anhalt
www.digitalassistenz.schule
digital assistenz SACHSEN-ANHALT