


## 7.2

## 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.

2. Aufgabe: Überlege Dir nun, wie Du wohl von Deinem Arbeitspartner/Deiner Arbeitspartnerin eingeschätzt wirst, und kreuze auf der Skala entsprechend 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"/> <input type="radio"/>	negativ denkend
chaotisch	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	nüchtern
ruhig	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	ungeduldig
schüchtern	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	unsicher
konzentriert	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	unzuverlässig
gleichgültig	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	mutig
zufrieden	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	aufbrausend
zuversichtlich	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	starr
zögerlich	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	angepasst
stur	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	kompromissbereit


## 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"/> <input type="radio"/>	negativ denkend
chaotisch	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	nüchtern
ruhig	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	ungeduldig
schüchtern	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	unsicher
konzentriert	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	unzuverlässig
gleichgültig	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	mutig
zufrieden	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	aufbrausend
zuversichtlich	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	starr
zögerlich	<input type="radio"/> <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"/> <input type="radio"/>	angepasst
stur	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	kompromissbereit

## 7.2

## 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 Deinem Arbeitspartner/Deiner Arbeitspartnerin 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	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	temperamentvoll
ausdauernd	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	ungeduldig
schüchtern	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	kontaktfreudig
selbstbewusst	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	unsicher
konzentriert	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	ablenkbar
zuverlässig	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	unzuverlässig
gleichgültig	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	interessiert
ängstlich	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	mutig
zufrieden	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	unzufrieden
beherrscht	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	aufbrausend
zuversichtlich	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	sorgenvoll
flexibel	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	starr
zögerlich	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	zupackend
unkonventionell	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	angepasst
stur	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	kompromissbereit

4. Aufgabe: Tauscht die Bögen wieder zurück, besprecht 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!