

Selbstbild-Fremdbild:

Übungsblatt:

Wie sehe ich mich selbst? Wie sehen mich die anderen?
 Setzen Sie in jeder Zeile ein Kreuz, überlegen Sie nicht lange,
 Bauchentscheidungen sind hier häufig richtig.

1 Trifft voll zu, 2 Trifft meistens zu, 3 Trifft eher nicht zu, 4 Trifft gar nicht zu

	1	2	3	4
freundlich				
fröhlich				
langweilig				
analytisch				
selbstbewusst				
offen				
kooperativ				
loyal				
aufgeschlossen				
diszipliniert				
harmonisch				
unterstützend				
angespannt				
distanziert				
schwunglos				
humorvoll				
engagiert				
ausgeglichen				
begeisterungsfähig				
einfühlsam				
belastbar				
risikobereit				
schlagfertig				
geduldig				
gewissenhaft				
mutig				

	1	2	3	4
sensibel				
reflektiert				
lernbereit				
kundenorientiert				
kommunikativ				
eigeninitiativ				
innovativ				
konfliktfähig				
selbständig				
sorgfältig				
temperamentvoll				
verantwortungsbewusst				
zielorientiert				
sachlich				
ordentlich				
kritikfähig				
kreativ				
hilfsbereit				
geltungsbedürftig				
kontaktfreudig				
optimisitisch				
taktvoll				
spontan				
durchsetzungsstark				
kompromissbereit				
impulsiv				
organisiert				
phantasievoll				
sprachbegabt				
vertrauenswürdig				
überzeugend				
ruhig				
selbstdiszipliniert				

Oder auch zum Beispiel bzgl.. Methodenkompetenz:

	1	2	3	4
Moderationsfähigkeit				
Gesprächstechniken				
Visualisierung				
Verhandlungsmanagement				
Stressmanagement				
Zeitmanagement				
Kreativitätstechniken				
Projektmanagement				
Konzeptentwicklung				
Wissensmanagement				
Organisationsfähigkeit				
Führungskompetenz				
zielorientiertes Handeln				
Konzeptentwicklung				
Etc.				

Hier ist Platz für weitere Ideen: