

Selbstbild – Fremdbild

Datum: _____ Name: _____

	0	1	2	3	4
inhaltlich/sachlich					
selbstbewusst					
tatkräftig, aktiv					
temperamentvoll					
anpassungsfähig					
selbst beherrscht					
zuverlässig					
aufgeschlossen					
schlagfertig					
vielseitig					
ehrgeizig					
egozentrisch					
geltungsbedürftig					
impulsiv					
kontaktfreudig					
ausgeglichen					
kompromissbereit					
optimistisch					
freundlich					
ungeduldig					
objektiv - neutral					
hilfsbereit					
dominant (beherrschend)					
unsicher					
aggressiv					
zielstrebig					
sensibel					

Wesentliche Ergebnisse aus der Übung „Mein Persönlichkeitsprofil“ (Selbstbild versus Fremdbild)

- Es handelt sich um ein **momentanes** Blitzlicht
- von **einer** Person.
- Es ist keine Beurteilung, sondern ein **Bild**.
- Diesen Prozess vollziehen wir **laufend** (unbewusst, undifferenziert).
- Sind wir dabei **ehrlich**?
- Es gibt eine Tendenz zur **sozial erwünschten** Antwort.
- Es gibt eine Tendenz zur **Mitte** (Extreme werden vermieden).
- Wo finden sich **Gemeinsamkeiten**, wo **Differenzen**?
- Manchmal sind **Differenzen** wichtiger:
Sie zeigen **Entwicklungspotenziale** auf (**lernen**)!
- Das Selbstbild ist häufig **kritischer** als das Fremdbild.
- Wer kennt mich **besser**: Ich mich selbst oder der Partner mich?
- Bezug zur **Praxis**: Bilder voneinander entwickeln und „pflegen“ (z.B. Nationen, Volksgruppen etc.)
- Übung **nicht unvorbereitet** mit (Lebens-) Partner machen!
-
-
-