

Übung 2.1a: Selbst- und Fremdbild

Grundidee und Ziel	Auseinandersetzung mit ihrem Selbst- und Fremdbild
Zeit:	30 Minuten
Kapitel	2
Benötigtes Material:	Papier und Stifte
Vorgehen:	Zwei Personen, die sich nicht so gut kennen, setzen sich zusammen und erhalten die Aufgabe, zunächst in Einzelarbeit sich selber in einigen Sätzen schriftlich zu beschreiben, z.B. Ich bin, Ich kann..... Im zweiten Schritt erhalten die Gesprächspartner die Aufgabe, den anderen zu beschreiben. Auch dies geschieht in Einzelarbeit und schriftlich. Im dritten Schritt wird die gegenseitige Wahrnehmung ausgetauscht.
Beobachtungsaufgabe der TN:	Wo haben wir viel Übereinstimmung? Wo geht unsere Wahrnehmung auseinander. Wie begründet sich meine Einschätzung.
Reflexion / Worauf besonders achten / Aktivierende Inputs	Auseinandergelungene Einschätzungen sind besonders interessant, da sie die Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung näher betrachten.
Input/ergänzend	Eigenes Beispiel veranschaulicht das Thema, z.B. Ich werde nach außen als sehr geduldig wahrgenommen, bin jedoch innerlich sehr schnell erzürnt. Vielleicht nehme ich diese Seite wahr und versuche, damit umzugehen. Vielleicht bin ich jedoch auch erstaunt, über solche Rückmeldungen und irritiert. Diese können im Hinblick zu Inkongruenzen betrachtet werden.
	Sehr interessant ist es, wenn noch die Metaebene eingezogen wird (Was glaube ich, was der andere über mich denkt?) Einfacher ist die Übung, wenn bereits vorbereitete Skalen zur Einschätzung benutzt werden. Eine Skala mit Auswertungshinweisen ist zugänglich über http://fachschulpaedagogik.de/page_1155161303828.html