

**Übung: Wie schätze ich mich selber ein und was möchte ich verändern?
Wie schätze ich mein Team ein und wie schätzt mich mein Team ein?**

Kreuze zuerst zu jedem Bereich die Ziffer an, die deiner eigenen Einschätzung entspricht. Wähle dann drei Bereiche aus, die du verändern möchtest. Zeichne dazu einen Pfeil in die Richtung ein, in der du dein Verhalten/deine Einstellung verändern willst.

Bildet eine Kleingruppe und tragt für jeden Teilnehmer eurer Kleingruppe in eine Spalte rechts eine Zahl zu jedem Bereich so ein, wie ihr euerer Teilnehmer einschätzt. Tauscht euch danach in euren Kleingruppen zu der Übung aus!

Mein Name	Teilnehmer	Teilnehmer	Teilnehmer
Klarheit im Ausdruck meiner Gedanken sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Begabung, aufmerksam zuzuhören sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Fähigkeit, bei Frust keine Gewalt anzuwenden sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Neigung, anderen zu vertrauen sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Bereitschaft, anderen zu sagen, was ich fühle sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Fähigkeit, Kritik von anderen anzunehmen sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Glaube an eigene Fähigkeiten, Talente sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Zielstrebigkeit in meinem Leben sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			
Ausdauer, an einer Aufgabe dranzubleiben sehr gering 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch			