

FREMDEINSCHÄTZUNGEN

WIE SEHEN MICH ANDERE?

Die Einschätzung von sich selbst ist gar nicht so leicht und spiegelt nicht unbedingt die eigene Wahrnehmung wieder. Deshalb kann es hilfreich sein, sich von Personen, die einen kennen, einschätzen zu lassen.

1. Suche dir drei Personen deines Vertrauens, von denen du gerne eine Fremdeinschätzung möchtest, z. B. Eltern, Freunde, Lehrkräfte, Verwandte, Mentor*innen (z. B. Trainer*innen, Gruppenleiter*innen, ...), weitere Personen.
2. Überlege dir drei Fragen, die du deinem Gegenüber zu deiner Person stellen möchtest (Stärken, Schwächen, Fähigkeiten/Fertigkeiten, Entwicklungs-/Verbesserungsmöglichkeiten, Schlüsselqualifikationen/Kompetenzen), z. B. Wo liegen meine Stärken? Welche Fähigkeiten könnte ich noch verbessern? Bin ich teamfähig? usw.
3. Protokolliere die Einschätzungen selbst.



Frage 1



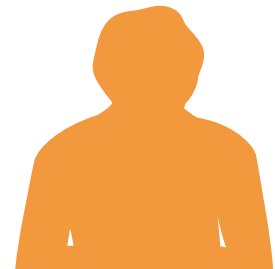
Person 1

ist der Meinung, dass ...



Person 2

ist der Meinung, dass ...



Person 3

ist der Meinung, dass ...

Frage 2



Person 1

ist der Meinung, dass ...



Person 2

ist der Meinung, dass ...



Person 3

ist der Meinung, dass ...

Frage 3



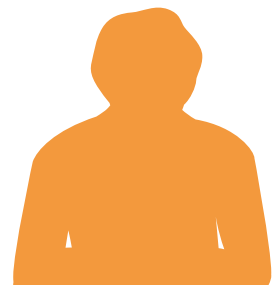
Person 1

ist der Meinung, dass ...



Person 2

ist der Meinung, dass ...



Person 3

ist der Meinung, dass ...