

Übung

Wie fühlst du dich, wenn...

Eine Übung zur Selbst- und Fremdwahrnehmung.

Aufgaben:

1. Lies die folgenden Situationen und schreibe daneben auf, wie du dich in einer solchen Situation fühlst.
2. Markiere anschließend mit A bis F auf der Skala, an welcher Stelle dieses Gefühl für dich steht.
3. Vergleicht anschließend eure Ergebnisse.

Wie fühlst du dich, wenn ...

A. dir etwas Peinliches passiert ist und es andere gesehen haben?

B. du als Sieger/Siegerin eines Wettbewerbs auf der Schul-Homepage stehst?

C. du zu deinen Freundinnen/Freunden kommst und diese plötzlich schweigen?

D. dich deine beste Freundin/dein bester Freund belogen hat?

E. du von Mitschülern beleidigt wirst?

F. du zur Klassensprecherin/zum Klassensprecher gewählt wirst?

