

Was kann ich am besten? – Was kann ich am schlechtesten?

Schreibe Dir Dein eigenes Zeugnis!

Z E U G N I S

Name: _____ Datum: _____

F a c h

N o t e

Nein sagen

Loben

Ich - Aussagen machen

Kritisieren

Gefühle äußern

Gegenposition einnehmen

Kontakt herstellen

Blickkontakt halten

Forderungen stellen

Lob annehmen

Beachtung aushalten

Mimik und Gestik einsetzen

Kontakt pflegen

Bedürfnisse anmelden

Stolz auf mich sein

Selbstsicher sprechen

Fehler zulassen

Bestätigt die Gruppe Deine Noten?

In welchen Fächern möchtest Du Dich verbessern?

(Nach Wendlandt 2010: "18 Kategorien der Selbstsicherheit")