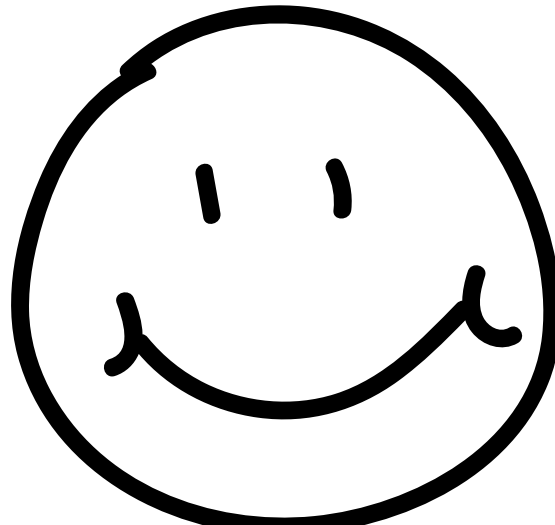




mein
inneres Team



der
Spaßvogel

der
Ängstliche

der
Überforderte

die
Perfektionistin

die
Zweiflerin

die
Rebellin

die
Unsichtbare

die
Neugierige

die
Realistin



Ich schaffe das!



Oh nein, alle
schauen mich an!



Mach einen Witz!



Ich will nach Hause!



Das wird peinlich!



Ich hoffe, niemand merkt,
wie nervös ich bin.



Ich bin perfekt
vorbereitet!



Ich bin gespannt, wie
die anderen reagieren!



Ich will einfach nur
durchkommen



Ich bin besser als
die anderen!



Ich hab eh keine
Chance.



Ich improvisiere
einfach!



Ich bin total ruhig –
das wird schon.



Ich muss alles
richtig machen!



Ich bin neugierig,
wie ich wirke.



Ich will, dass alle
mich mögen.



Ich hab das schon
mal geschafft!



Ich bin einfach ich –
egal was passiert.



Ich will, dass es
endlich vorbei ist.



Ich hoffe, ich werde
nicht ausgelacht.



Ich will zeigen, dass
ich was draufhabe!

der
Verletzliche



der
Selbstdarsteller



der
Mutige



der
Ängstliche



der
Spaßvogel



der
Überforderte



die
Zweiflerin



die
Perfektionistin



die
Rebellin



die
Neugierige



die
Unsichtbare



die
Realistin



die
Ehrgeizige



der
Pessimist



die
Improvisiererin



der
Gelassene



die
Kontrollierende



der Selbst-
beobachter



die
Anerkennungs-
suchende



der
Authentische



die
Erfahrenen



der
Ungeduldige



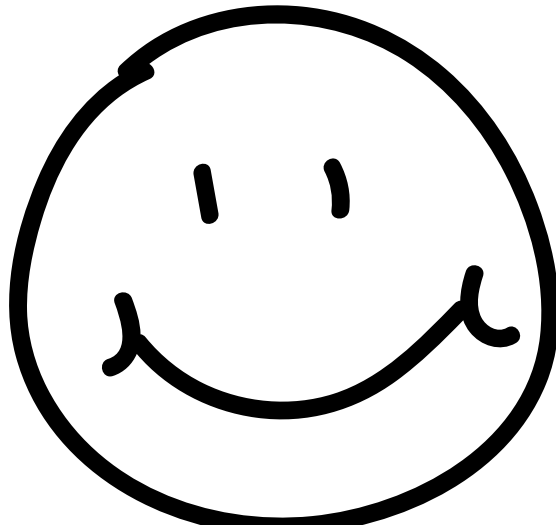
...



...



mein
inneres Team



der
Verletzliche



der
Selbstdarsteller



der
Mutige



der
Ängstliche



der
Spaßvogel



der
Überforderte



die
Zweiflerin



die
Perfektionistin



die
Rebellin



die
Neugierige



die
Unsichtbare



die
Realistin



die
Ehrgeizige



der
Pessimist



die
Improvisiererin



der
Gelassene



die
Kontrollierende



der Selbst-
beobachter



die
Anerkennungs-
suchende



der
Authentische



die
Erfahrenen



der
Ungeduldige



...



...





Ich schaffe das!



Ich will nach Hause!



Ich bin perfekt
vorbereitet!



Oh nein, alle
schauen mich an!



Das wird peinlich!



Ich bin gespannt, wie
die anderen reagieren!



Mach einen Witz!



Ich hoffe, niemand merkt,
wie nervös ich bin.



Ich will einfach nur
durchkommen



Ich bin besser als
die anderen!



Ich bin total ruhig –
das wird schon.



Ich will, dass alle
mich mögen.



Ich hab eh keine
Chance.



Ich muss alles
richtig machen!



Ich hab das schon
mal geschafft!



Ich improvisiere
einfach!



Ich bin neugierig,
wie ich wirke.



Ich bin einfach ich –
egal was passiert.



Ich will, dass es
endlich vorbei ist.



Ich hoffe, ich werde
nicht ausgelacht.



Ich will zeigen, dass
ich was draufhabe!



Icons von Cocomaterial

Das Material basiert auf dem Inneren Team, was Katrin Halfmann in ihrem Buch "Haltung" beschreibt.

Das Material steht unter der Lizenz CC-by-SA 4.0.

Autorin ist Mandy Schütze.

Mehr Informationen und die Quelle dieses Materials:

<https://unterrichten.zum.de/wiki/Selbst- und Fremdwahrnehmung>

