

## Das Selbstwertgefühl stärken – Vorurteile neu definieren

Das bin ich wirklich:

\* hier kannst du jemanden fragen, der dich gut kennt.

Situationen, in denen ich stolz auf mich war:

---

---

---

---

---

---

---

---

Fähigkeiten, die ich in diesen Situationen eingesetzt habe:

---

---

---

---

---

---

---

---

Diese Fähigkeiten sehen andere in mir\*:

---

---

---

---

---

---

---

---

Was will ich?

Situationen, in denen ich überdurchschnittlich motiviert war:

---

---

---

---

---

---

---

---

Ich mit 20: Das will ich machen:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ich mit 35: Das will ich machen:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ich mit 80: Darauf will ich zurückschauen:

---

---

---

---

„Wie ein Mädchen“ bedeutet auf mich bezogen also:

---

---

---

---

---

---

---

---

Lest im Plenum vor, was «wie ein Mädchen» wirklich für euch bedeutet.  
Findet eine neue Definition, die zu euch passt!