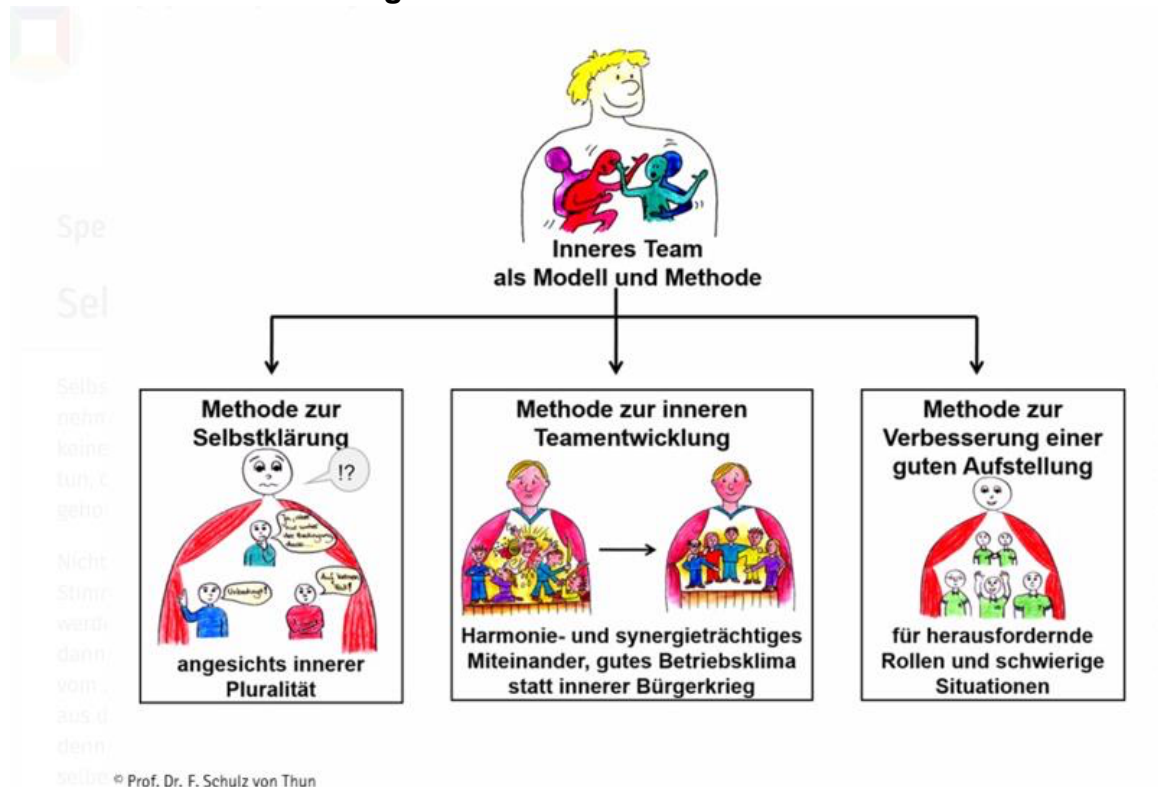


Mein inneres Team für eine erste Zwischenbilanz

Am Ende des ersten Semesters ist ein guter Zeitpunkt einmal innezuhalten und die ersten Monate der siA Revue passieren zu lassen. Du hast Deine drei Lernorte Ausbildungsbetrieb, BHH und Berufsschule inzwischen gut kennengelernt. Dadurch kannst Du Dir mittlerweile nicht nur von den Lernorten ein eigenes Bild machen, sondern -besonders wichtig für unseren Reflexionsansatz- Du hast auch von Dir ein persönliches Bild als Individuum in diesen drei Lernorten.

In den letzten Monaten hast Du viel erlebt, kannst sicher auf die eine oder andere Herausforderung zurückschauen und konntest in den verschiedenen Lernorten positive Erlebnisse und Erfolge erzielen.

Reflexionsimpuls: Wie schaut Dein inneres Team aktuell aus, nachdem Du Dein erstes Semester der siA geschafft hast!



Mit der Aufstellung Deines inneren Teams¹, das Du im PSK 1 Seminar an der BHH kennengelernt hast, kann man im Rahmen einer Reflexion sich Klarheit und Übersicht verschaffen, wie es der „eigenen Mannschaft“ gerade geht und sich mit seiner eigenen Mannschaftsaufstellung auseinandersetzen.

¹ Falls Du Dich noch einmal ergänzend über das Innere Team nach F. Schulz von Thun informieren möchtest, haben wir Dir dazu noch weiteres Material auf Moodle eingestellt.

Vielleicht helfen Dir die folgenden Fragen, Deine Teammitglieder zu benennen, sie zu beschreiben und ihre Wirkung für Dich zu erkennen:

- Welche Teammitglieder meines inneren Teams sind mir gut bekannt?
- Welche Teammitglieder sind in den letzten Monaten neu in meine Mannschaft gekommen?
- Wie haben sich die Rollen der einzelnen Teammitglieder entwickelt?
 - Wer ist in den Vordergrund getreten?
 - Wie hat sich die Bedeutung einzelner Mitglieder verändert?
 - Ist jemand ganz aus der Mannschaft verschwunden, und wenn ja welchen Grund gab es dafür?
- Welches meiner Teammitglieder ist mir besonders wichtig, vielleicht sogar richtig ans Herz gewachsen?
- Welche Stärken habe ich bei meinen Teammitgliedern (neu) entdeckt?
- Welche Teammitglieder bedürfen vielleicht mehr Beachtung von mir, damit ich noch etwas selbstfürsorglicher mit mir umgehe?
- Welche Teammitglieder haben mir geholfen, meinen Weg bis hierher so gut zu gehen und sollten von mir einmal richtig ins Rampenlicht gestellt werden?
- ...

Wenn Du magst, dann kannst Du mit der folgenden Vorlage Dein inneres Team gestalten ... Namen, Größe, Farbe, Symbole ... alles in der Ausgestaltung ist erlaubt, was Du für Deine Darstellung sinnig findest und magst!

Natürlich ist auch jede andere Gestaltung Deiner Wahl für diesen Reflexionsimpuls ok!

Viel Spaß beim Gestalten 😊

