

## DIE KONSTRUKTION UNSERER IDENTITÄT

**Kernbotschaft:** Unsere Identifikation im Sinne eines Zugehörigkeitsgefühls kann uns dazu bringen, ein starres und vergleichendes Bild unserer Identität aufzubauen. Identität ist sehr wichtig dafür, sozialen Zusammenhalt zu schaffen und Polarisierung zwischen Gruppen zu vermeiden.

**Schlagworte:** individuelle, soziale Identität

**Zusammenfassung:** Unsere Identität sind die Rollen, die wir im Laufe unseres Lebens in der Gesellschaft spielen. Identität markiert die Beziehungen zwischen den Menschen auf sozialer und kultureller Ebene und etabliert den Rahmen als Grenzen, in denen wir uns nicht bewegen oder verändern können (und auch die Erwartungen an unser und fremdes Verhalten), als mögliche und erwartbare Schwankungen innerhalb dieser Grenzen. (? Ausgangstext ergibt keinen Sinn).

Modul	Gruppengröße	Gruppenalter	Dauer
• Vorbeugung	• einzeln • klein • mittelgroß	• 12 - 15 • 16 - 19	• 1 Stunde

### Ziele der Aktivität

- Den Entwicklungsprozess der individuellen und sozialen Identität erfahren.
- Erkennen, wie das Zugehörigkeitsgefühl zu einer Gruppe uns dazu führt, ein starres Bild unserer Identität beizubehalten.
- Sich bewusst werden, wie wir Unterschiede und Gemeinsamkeiten innerhalb und zwischen Gruppen überbewerten und wie wir die Stärke unserer Gruppe betonen und die Schwächen anderer Leute herausstellen.

### Beschreibung der Aktivität

**Schritt 1:** Führen Sie zunächst ein Brainstorming zum Konzept der Identität und wie wir es verstehen durch. Erläutern Sie die Konstruktion unserer Identität.

*»Die eigene Identität verändert sich mit den Jahren: aufgrund des Kontakts mit Menschen anderer Gruppen, des Einflusses der Medien, durch Aufenthalte an neuen Orten etc. Unsere Identität ist komplexer, vielschichtiger und dynamischer als wir denken. Wir sollten Zusammenhänge entwickeln, die uns helfen, offener auf äußere Einflüsse zu reagieren und um positive Aspekte aus jedem Ort und jeder Erfahrung mitzunehmen. Wir sind Druck ausgesetzt (in und außerhalb unserer eigenen Gruppe), der uns bewegt, uns in unserem Gehäuse zu verschließen, das angeblich unsere Identität darstellt. Dieser Druck erschwert es uns, uns an andere Gegebenheiten anzupassen, zu wachsen und uns weiterzuentwickeln. Eins ist klar: Veränderung über die Jahre sollte nicht negativ betrachtet werden.«*

**Schritt 2:** Bitten Sie die Teilnehmer, diese Fragen individuell zu beantworten:

- Wer bist du, wie definierst du dich? Mit welchen Gruppen identifiziert du dich am meisten

*(Musikbands, Freunde, Menschen deines Landes, Aktivistengruppen etc.)? Nenne mehrere Worte oder Sätze. Versuche nun, dasselbe mit einer Person, die du oberflächlich kennst oder mit einem Mitglied einer Gruppe, das du nicht persönlich kennst (z. B. Menschen aus anderen Ländern oder Jugendliche, die du nicht näher kennst). Vergleiche beide Beschreibungen. Was stellst du fest? Präsentiere die Antworten der ganzen Gruppe.*

**Schritt 3:** Reflektiert über diese Fragen als Gruppe: *Warum stellen wir uns selbst als so einfach dar? Und wie ist die Sicht auf andere mit Rassismus verbunden?*

**Schritt 4:** Beantwortet die Frage individuell und teilt eure Antworten mit der ganzen Gruppe. *Inwiefern ähneln wir anderen Gruppen oder unterscheiden uns von ihnen (wähle deine bevorzugte Gruppe)?*

## Benötigte Materialien

Papier, Stifte, Tafel oder Flipchart

## Methodik

Diskussionsrunde

## Beratung für Trainer

Arbeiten Sie mit einer kleinen oder mittleren Gruppe; der Trainer sollte in puncto Gruppendynamik erfahren sein.

## Quellen / Literatur

(Ponterotto y Pedersen, 1993)



CC - Attribution-NonCommercial-ShareAlike  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/>

*DIE KONSTRUKTION UNSERER IDENTITÄT.* Abgerufen am Mittwoch May 6, 2026 von insgesamt <https://toolbox.ycare.eu/courses/YCARE408/>

<https://www.ycare.eu>

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.