

Øvelse: Identitetsøvelse

: 20 min

: Skriveredskaber

Hvad? Du er måske lærer, datter og fitnessmedlem, hvor en anden er elev, gamer og hundelufter. I denne øvelse skal deltagerne forsøge at finde alle de identiteter, de selv har.

Hvorfor? Fordi deltagerne får mulighed for at forstå sig selv i flere forskellige kontekster med alle de identiteter, vi alle sammen består af. Det kan hjælpe dem til at indse, at deres holdninger og meninger er relevante i forskellige sammenhænge.

Hvordan?

1. Bed deltagerne om at tænke over, hvem de er. Kom gerne med eksempler fra eget liv (for eksempel studerende, cyklist, datter, facebookbruger, ung, gift mv.).
2. Deltagerne skal derefter skrive alle de identiteter ned, som de kan komme i tanke om. Ingen er for store, og ingen for små.
3. Du kan vælge at spørge deltagerne ind til deres identiteter, men det kan også sagtens være en øvelse, de holder for sig selv. Så kan du i stedet spørge, om det var svært at finde identiteterne.

Hvordan ellers?

Øvelsen kan også laves til en fælles brainstorm over forskellige identiteter. Deltagerne skal hermed én efter én bidrage med en ny identitet til brainstormen.

Du kan også bede deltagerne om at evaluere deres identiteter efterfølgende. Hvilke identiteter er de glade for? Hvilke er de mindre glade for? Og hvorfor? Hvordan kan de få de gode identitetstræk mere frem i hverdagen?