



15+



20 min



1+



Du skal bruge

1

Jeg er ...



Formålet med denne øvelse er at få deltagerne til at reflektere over de forskellige sociale identiteter, de har, hvorfor visse identiteter er mere fremtrædende for dem end andre, og om nogle er pålagt af samfundet.



Denne øvelse er udtænkt til at få folk til at reflektere over vores sociale identiteter, de forskellige træk eller kategorier, vi bruger til at beskrive os selv, og hvordan andre måske ser os. Identiteter som køn, etnicitet, evner og interesser kan være formet af vores egne erfaringer, og hvad samfundet forventer af os.

En persons identitet er socialt konstrueret fra den tidlige barndom. Folk definerer ofte sig selv ud fra, hvad der adskiller dem fra det, der ses som "normalt". Når det at være en hvid europæisk mand fremhæves som normalt, vil folk med minoritetsbaggrund identificere sig med det, der gør dem anderledes.



Nogle identiteter kan føles meget vigtige for, hvem vi er, mens andre kan være mindre centrale eller endda føles, som om de er blevet pålagt os af andre. Det er vigtigt at skabe et respektfuldt og støttende rum ved denne aktivitet, da nogle personer måske vil reflektere over følsomme eller personlige aspekter af sig selv.

Lad deltagerne vide, at de ikke behøver at dele noget, de ikke har det godt med, og giv dem tid til at reflektere privat, hvis det er nødvendigt.



Civil Connections
Building robust communities



1



Deltagerne får 2 minutter til at skrive så mange sætninger som muligt, der begynder med "Jeg er ...". De skal skrive det, der falder dem ind, og som afspejler et hvilket som helst aspekt af deres identitet. Opfordr deltagerne til ikke at overtænke eller filtrere deres svar - de skal bare skrive, hvad der falder dem naturligt.



Efter skrivesessionen skal du bede deltagerne om at bruge et øjeblik på at reflektere over, hvad de har skrevet. Du kan stille deltagerne følgende spørgsmål:

- Ræk hånden op, hvis du har skrevet dit køn inden for de første tre sætninger
- Ræk hånden op, hvis du har skrevet din religion inden for de første tre sætninger
- Ræk hånden op, hvis du har skrevet din nationalitet
- Ræk hånden op, hvis du har skrevet etnicitet

Kan du se nogle mønstre?

- Hvilke var de første beskrivelser, der faldt dig ind? Hvilke kategorier tilhører de (f.eks. køn, familiestatus, job, hobbyer, etnicitet osv.)?
- I hvilken rækkefølge har du listet dem, og hvorfor?
- Hvorfor føles visse identiteter mere "synlige" end andre i forskellige sammenhænge?
- Hvorfor blev visse identiteter nævnt først?
- Ændrer du de identiteter, du fremhæver, afhængigt af hvor du er, eller hvem du er sammen med?
- Er der sider af dig selv, som du ikke har tænkt på? Hvordan kan det være?
- Har du skrevet noget ned, som du ikke identificerer dig særligt med?
- Skrev du kun noget, fordi andre ofte beskriver dig på den måde?

Efter spørgsmålene bedes deltagerne om at sætte ring om de tre mest betydningsfulde, de tre, som deltagerne ser sig selv som, eller som er mest værdifulde for dem.



Spørg deltagerne, hvordan det var at lave denne øvelse? Hvad lærte de?

Nogle deltagere kan føle sig sårbare over at åbne op om deres identitet, især hvis de har skrevet om aspekter af sig selv, som de stadig udforsker, eller som er mindre accepterede af samfundet.

Respekter deltagernes grænser, og giv dem mulighed for at holde deres refleksioner private. Du kan også overveje at ændre øvelsen baseret på gruppens komfortniveau.

