

GESCHICHTE MEINES NAMENS

THEMA

Empowerment, Safer Space, Biographiearbeit

ZIELE

- Biographische Auseinandersetzung
- Selbstbemächtigung
- Sichtbarwerdung von Geschichte(n)
- Verbindungen fördern

ZIELGRUPPE

Die Übung eignet sich für Empowerment-Angebote von und für Menschen ab 14 Jahren, die Rassismuserfahrung machen.



DARSTELLUNG DER METHODE

In angenehmer und vertrauter Atmosphäre finden sich alle, z. B. im Kreis, zusammen. Die Anleitung erklärt die Arbeitsschritte. Sie lädt die Teilnehmer_innen dazu ein, eine Geschichte ihres Namens zu teilen. Bevor das Sharing beginnt, bekommen alle die Möglichkeit, ein bis zwei Minuten nachzudenken, ob und was sie teilen möchten. Orientierungsfragen können sein:

- Gefällt dir dein Name? Wie geht es dir mit ihm?
- Was bedeutet (dir) dein Name?
- Wer hat dir deinen Namen gegeben?
- Welche Erfahrungen machst du mit deinem Namen?

TN-ZAHL
zwischen 5 und 10 TN



ZEIT
45–60 min



MATERIAL
keins



Die Anleitung weist darauf hin, dass jede_r nur das erzählt, was sie erzählen möchte. Dabei sind alle aufgefordert, verantwortungsbewusst mit sich selbst und anderen umzugehen. Es ist jederzeit möglich rauszugehen. Es gibt kein richtig oder falsch. Beim Sharing erzählt eine Person, während die anderen zuhören. Das Erzählte wird nicht kommentiert oder bewertet und bleibt in diesem Raum.

Nach dieser Anleitung beginnt das Sharing. Jede Person, die möchte, erzählt eine Geschichte ihres Namens. Durchschnittlich hat jede_r Teilnehmer_in fünf Minuten Sprechzeit zur Verfügung.

Die Übung kann als Einstieg zur Auseinandersetzung mit kollektiver Betroffenheit verwendet und somit in einen längeren Prozess eingebunden werden. In dieser Form benötigt sie keine vertiefende Reflexion im Anschluss. Es sollte dennoch ein kurzes Blitzlicht zu der Frage geben: Gibt es noch etwas, das oben aufliegt und jetzt gesagt werden muss?

KONZEPTIONELLE ÜBERLEGUNGEN ZUR METHODE (CHANCEN UND RISIKEN) ...

Die Übung thematisiert Gemeinsamkeiten und Unterschiede von People of Color. Sie zeigt deren Vielfältigkeit auf und stößt Reflexionsprozesse an. Im Kontext von Empowerment macht sie Geschichten sichtbar und fördert Solidarität. Sie stellt sich gegen Fremdbeschreibungen über eine Person oder Gruppe. Sie ermöglicht und übt eine Praxis der Selbstbemächtigung. Ein Risiko besteht darin, dass die (Wieder-)Aneignung der eigenen Geschichte schmerzhaft und triggernd sein kann. Die Übung sollte im Sinne von Traumasensibilität in einer „sicheren“ Atmosphäre und mit einem klaren Rahmen durchgeführt werden, weshalb die Anmoderation besonders wichtig ist.

Diese Methode eignet sich auch als Einstieg in die Biographiearbeit.

In Anlehnung an verschiedene Methoden aus der Bildungsarbeit,
Beitrag von Verena Meyer