

## **„Wer bin ich?“ – Ihre Identität**

„Wer ich bin, das sagen mir besser die anderen.“ Es ist gut zu wissen, wer man ist. Seine Stärken und Schwächen zu kennen, seine Werte und Grundhaltungen, zu wissen, was einen „ausmacht“. Die folgenden Fragen wollen Ihnen helfen, Ihre Identität zu reflektieren.

- 1. Wie würden Sie sich beschreiben?**
- 2. Wie würden andere Sie in bestimmten Kontexten beschreiben: Familie, enge Freunde, Bekannte, Arbeitskollegen, Bekannte aus dem Verein...?**
- 3. Was sind wichtige Stationen in ihrem bisherigen Leben? Was hat Sie davon wie geprägt?**
- 4. Gibt es Dinge, die Sie gerne mit sich in Verbindung bringen? Gibt es Dinge, über die Sie lieber nicht sprechen, gar „unter den Teppich kehren“?**
- 5. Wie sprechen Sie über Ihre Vergangenheit (Familie, Schulzeit, Ausbildung...)? Erzählen Sie gerne davon?**
- 6. Was sind Ihre intimen Sehnsüchte und Wünsche? Welche davon können Sie ausleben, welche nicht? Wie beeinflussen diese nicht ausgelebten Sehnsüchte Ihr Leben?**
- 7. Was können Sie gut, wofür bewundern Sie andere? Warum ist das so? Was können Sie nicht so gut, was würden Sie gerne noch entwickeln?**