

Wer bin ich? Meine Identität ist nicht national, sondern lokal: ich bin in Bremen, zu Hause oder im Stadtteil meiner Arbeit. Noch ein Ort in der Stadt? Sportverein? Dort sind meine Bezugspunkte, darauf beziehen sich meine Rituale, meine Kontakte und meine Begrenzungen.

Identität nach drei Kriterien, die 3 Rs:

- **Rituals** – Alltagsrituale, Gewohnheiten, z.B. Kaffee kochen, Schminken, Religiöse Rituale, (Besuch des Friedhofs)

- **Relationships** – Mit wem rede ich? Mit wem habe ich Kontakt? Mit meinen Freunden, meinen Kollegen? Mit meinen Eltern per Skype?

**Restrictions** – Welchen Gesetzen bin ich unterworfen? Darf ich mit dem Zug fahren? Muss ich Polizisten bestechen? Kontrolliert mich die Polizei? Ist mein Leben mit der Familie frei? Welche Grenzen zeigt mir mein Kind auf? Sorge um andere, z.B. Pflege hält mich zurück.

In drei Kategorien in Spalten schreiben (15 Min.)

Danach zu zweit oder in Kleingruppen von bis zu vier Personen austauschen.