

Eine Geschichte zu einem meiner Namen

Entwickelt von Ulla Wittenzellner und Sarah Klemm auf Grundlage verschiedener Versionen, u.a. vom Bildungsteam Berlin-Brandenburg e.V. und von Verena Meyer, Bildungsbaustein zum NSU-Komplex

Themen

- * Biographische Selbstreflexion, auch als Einstieg ins biographische Arbeiten geeignet
- * Kennenlernen
- * Sichtbarmachung unterschiedlicher Lebensrealitäten sowohl in Bezug auf Geschlecht als auch andere Identitätsmerkmale und Zugehörigkeiten
- * Aufzeigen von Unterschieden und Gemeinsamkeiten in der Gruppe
- * Anstoß von Reflexionsprozessen

Zielgruppe

Die Methode eignet sich für alle Personen ab 12 Jahren.

Variante

Die Methode kann auch als Einstieg für das Arbeiten zu Geschlecht, Klassismus, Rassismus verwendet werden. Eine Beschreibung hierfür gibt es beim Bildungsteam Berlin-Brandenburg e.V.:

https://bausteine-antimuslimischer-rassismus.de/wp-content/uploads/2019/12/Geschichte_meines_Namens.pdf [21.08.2025].

Potenziale und Risiken

An Namen knüpfen sich verschiedene Zuschreibungen bezüglich Geschlecht, Klasse/sozioökonomischem Hintergrund, sprachlichem Background, Migrationsgeschichte(n) und weiteren Zugehörigkeiten. Die Methode ermöglicht es den Teilnehmenden, über Aspekte aus ihrer Biographie zu sprechen. Dabei können sowohl schmerzhaft als auch lustige, nachdenkliche oder empowernde Geschichten erzählt werden. Es kann dadurch große Nähe entstehen und es können Verbindungen sowie Solidarität zwischen den Teilnehmenden entdeckt und gestärkt werden. Ebenso können Ungleichheiten sichtbar werden und schmerzhaft Erinnerungen hochkommen. Die Leitung sollte hierauf vorbereitet sein und die Übung in einem klaren Rahmen und einer möglichst angenehmen, vertrauensvollen Atmosphäre durchführen.

In manchen Kontexten wird die Methode als Empowerment-Methode in einer (in Bezug auf mindestens ein Diskriminierungsverhältnis) homogenen Gruppe verwendet. Für Personen, die die Methode in einem solchen Kontext kennengelernt haben, kann sie in heterogeneren Gruppensettings herausfordernd sein.

Rahmenbedingungen

Zeit: 30–60 Minuten, 5 Minuten Einführung, 2 Minuten stille Nachdenkzeit, ca. 5 Minuten pro Person.

Gruppengröße: 5–20 Teilnehmer*innen (Zeit anpassen).

Material: Flipchart mit Fragen.

Größe und Anzahl der Räume: Ein Raum, die Methode findet im Sitzen statt.

Anleitung

Zunächst wird der Ablauf der Übung erläutert. Alle Teilnehmenden dürfen eine Geschichte zu einem ihrer Namen erzählen. Welcher Name das ist und auf welchen Aspekt fokussiert wird, ist den Teilnehmenden selbst überlassen. Es kann in der Geschichte um einen Vornamen, Nachnamen oder Spitznamen gehen. Es kann ein selbstgewählter Name sein, oder einer, den die Teilnehmenden von anderen bekommen haben.

Auf einem Flipchart sind Fragen als Anregungen notiert. Es können diese oder ganz andere Fragen beantwortet werden.

Bevor die Runde losgeht, haben alle Teilnehmenden ein paar Minuten Zeit nachzudenken, ob und was sie erzählen wollen. Alle Teilnehmenden erzählen nur, was sie möchten. Es gibt kein richtig oder falsch.

Alle Teilnehmenden sind aufgefordert, mit dem Gehörten verantwortungs- und respektvoll umzugehen. Die Namen anderer müssen in jedem Fall respektiert werden. Die Geschichten und Namen sollen nicht kommentiert oder bewertet werden. Das Gehörte bleibt im Raum.

Anregungsfragen können sein:

- * Über welchen Namen willst du etwas erzählen?
- * Weißt du, wer dir den Namen gegeben hat? Weißt du warum?
- * Was bedeutet (dir) der Name?
- * Gefällt dir der Name?
- * Was magst du daran? Was nicht?
- * Welche Erfahrungen machst du mit dem Namen?
- * Wer nennt dich so? Wer darf dich so nennen?
- * Fällt dir eine schöne Erfahrung mit deinem Namen ein?

Reihum wird erzählt – jede Person hat ungefähr 5 Minuten Zeit. Nachdem alle erzählt haben, sollte einmal nachgefragt werden, ob noch etwas obenauf liegt oder geteilt werden will.

Anwendung und Grenzen

Die Methode berührt sehr persönliche Geschichten. Es ist deshalb besonders wichtig, auf Freiwilligkeit und kreativen Umgang mit der Wahrheit hinzuweisen. Niemand muss etwas über einen eigenen Namen erzählen oder an der Methode teilnehmen – die Runde zu verlassen, ist jederzeit möglich.

Die Leitung sollte mit der eigenen Geschichte beginnen. Sie kann damit Impulse setzen und deutlich machen, dass unterschiedliche Aspekte erzählt werden können, die Geschichte mehr oder weniger persönlich/emotional etc. sein kann.

Impressum

Dieser Text ist erschienen in der pädagogischen Handreichung:

Klemm, Sarah/Wittenzellner, Ulla (Hrsg.) (2025):
Geschlechterreflektierte Pädagogik gegen Diskriminierung
und Rechtsextremismus.

**Berlin: Dissens –
Institut für Bildung und Forschung e.V.**

dissens.de

**Das Literaturverzeichnis für die gesamte
Handreichung ist als Download verfügbar unter:**

schnig.dissens.de/handreichung

Die Handreichung wurde im Rahmen des Projekts „Schnittstelle Geschlecht – Geschlechterreflektierte Bildung als Prävention von Sexismus, Vielfaltsfeindlichkeit und Rechtsextremismus“ von Dissens – Institut für Bildung und Forschung e.V. erarbeitet. Das Projekt wird gefördert im Rahmen des Landesprogramms gegen Rechtsextremismus, Rassismus und Antisemitismus der Berliner Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung.

Die Veröffentlichung stellt keine Meinungsäußerung der Fördermittelgeber*innen dar. Für inhaltliche Aussagen tragen die Autor*innen Verantwortung.

