

# Wer ich bin in einfacherer Sprache



## Über mich

Beschreiben Sie sich selbst:

- Wer sind Sie?

---

---

- Was ist Ihnen an sich wichtig?

---

---

## Sich wohlfühlen und dazugehören

Denken Sie an Situationen in Ihrem Leben:

- Wann fühlen Sie sich wohl?

---

---

- Wann haben Sie das Gefühl: Ich gehöre dazu?

---

---

- Was ist Ihnen dann wichtig?

---

---

## **Wenn andere Sie ausschließen**

Denken Sie zurück:

- Hat jemand Sie schon einmal zurückgewiesen?

---

---

- Hat jemand Sie schon einmal ausgeschlossen?

---

---

- Was ist genau passiert?

---

---

- Wer war dabei?

---

---

## Warum wurden Sie ausgeschlossen?

Überlegen Sie:

- Was haben andere Menschen als Grund genannt?

---

---

- Welche Eigenschaft von Ihnen spielte dabei eine Rolle?

---

---

- Wie nennen Sie diese Eigenschaft selbst?

---

---

## Ihre Rechte und Möglichkeiten

Fragen Sie sich:

- Hatten Sie weniger Rechte als andere?

---

---

- Konnten Sie deshalb etwas nicht tun?

---

---

- Ist das wegen dieser Eigenschaft passiert?

---

---

## **Gefühle und Folgen**

Beschreiben Sie:

- Wie haben Sie sich dabei gefühlt?

---

---

- Was hat sich dadurch für Sie verändert?

---

---

- Hat das verändert, wie Sie über das Leben denken?

---

---

- Hat das Ihr Leben verändert?

---

---

## Hilfe von anderen

Denken Sie nach:

- Hat Sie jemand unterstützt?

---

---

- Hat jemand klar gezeigt, dass er Sie unterstützt?

---

---

- Wie haben Sie sich durch diese Hilfe gefühlt?

---

---

- Was hat sich dadurch in Ihrem Leben verändert?

---

---

## Ihr Beruf

Überlegen Sie:

- Haben diese Erfahrungen beeinflusst, welchen Beruf Sie gewählt haben?

---

---

- Wenn ja: wie?

---

---

## Wichtige Wörter

Diese Wörter sind wichtig.

Beschreiben Sie kurz, was diese Wörter für Sie bedeuten:

- Benachteiligung (Diskriminierung)

---

---

- Zusammenhalt (Solidarität)

---

---

- gleiche Rechte (Gleichberechtigung)

---

---

- Vorteil (Privileg)

---

---

- Würde jedes Menschen (Menschenwürde)

---

---

## Was ist Ihnen noch wichtig?

- Was ist Ihnen im Leben sonst noch wichtig?

---

---

## Zum Schluss

Beantworten Sie noch diese Fragen:

- Wie geht es Ihnen jetzt?

---

---

- Wie fühlen Sie sich jetzt, nachdem Sie über diese Fragen nachgedacht haben?

---

---

*Dieser Text wurde mithilfe von KI erstellt. Er orientiert sich an der DIN-Norm 8581-1:2024-05 für Einfache Sprache.*