

Identität des Menschen

Antwort auf die Frage:

Wer bist Du?

Identität des Menschen

Inhalt:

1. Definition Identität
2. Beispiele aus der heutigen Zeit
3. Analyse aus der Bibel: der Kern des Menschen
4. Basis für die Identität des Menschen
5. Identität und Selbstwert
6. Identität verändert sich
7. Folgen der Analyse für Ungläubige
Folgen der Analyse für Gläubige
Folgen der Analyse für den Umgang mit Ungläubigen
und mit Gläubigen

1. Definition Identität

- Iden·ti·tät

gemäss Oxford Languages

- *Substantiv, feminin* [die]

1. Echtheit einer Person oder Sache; völlige Übereinstimmung mit dem, was sie ist oder als was sie bezeichnet wird

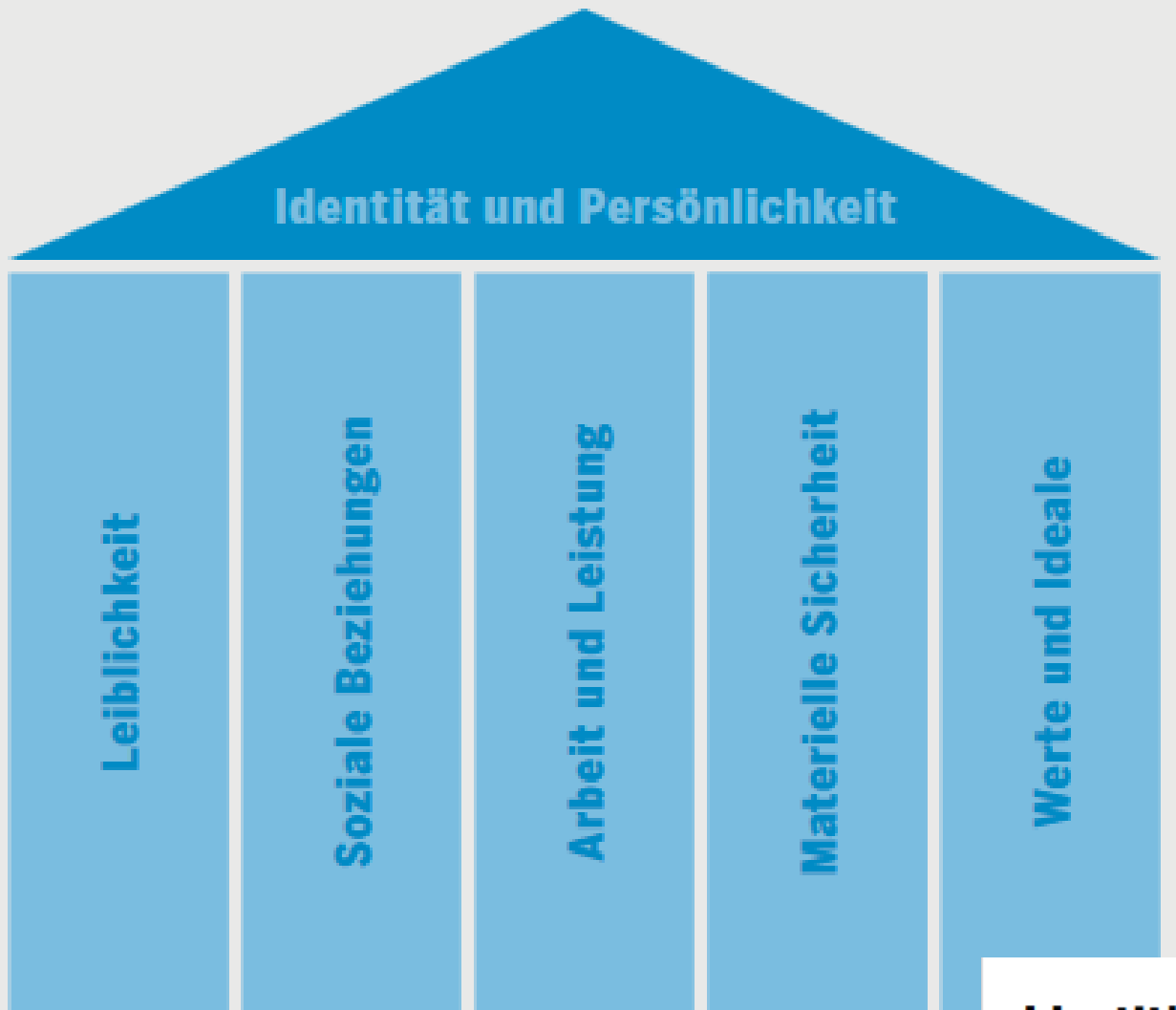
- "jemandes Identität feststellen, klären, bestreiten, bestätigen"

2 PSYCHOLOGIE

- als »Selbst« erlebte innere Einheit der Person
- "seine Identität finden, suchen"

Definition Identität

nach Hilarion Petzold



Identität und Persönlichkeit

Gesprächsführung
anhand des Fünf-Säulen-Modells

Leitfaden für Fachpersonen
im Sicherheitsbereich, Sozial- und Schulwesen

Definition Identität

- **«Niemand ist den Frauen gegenüber aggressiver oder herablassender als ein Mann, der seiner Männlichkeit nicht ganz sicher ist.»**

Simone de Beauvoir, Feministin

2. Beispiele aus der heutigen Zeit

Modetrend sprengt Geschlechtergrenzen

ZÜRICH. Männer mit Crop-Top, Kleid oder High Heels: Zalando wirbt in Kampagnen mit Männern in traditionell femininen Kleidungsstücken. Laut Sprecherin Katharina Hein will man damit inklusiv und divers sein. «Als Unternehmen wollen wir in allem, was wir tun, die Vielfalt unserer Kundinnen und Kunden, Mitarbeitenden und Partner berücksichtigen. Das gilt auch für unsere Bildsprache», sagt Hein.

So zeige man bei Foto-shootings oft dieselben Produkte an Models, die sich als Männer, nicht binär und Frauen identifizieren. Die Nachfrage nach geschlechtsneutraler Kleidung steige allgemein, so Hein. Man werde weitere solche Kollektionen auf

den Markt bringen.

Auch Claire Freudenberger, Sprecherin der Manor AG, spricht von einem Trend: «Gerade die jüngere Generation interessiert sich für Fluid Fashion, also Kleidung, die von allen Geschlechtern getragen werden kann. Ursprünglich traditionell als weiblich betrachtete Schnitte bei Hosen, Röcken, Shirts, Hemden und Pullovern werden schon heute von Männern gern getragen.» Im Hinblick auf diese Nachfrage und im Zeichen der Vielfalt und Inklusion habe sich Manor dazu entschieden, eine neue Unisex-Kollektion zu entwickeln. OBI

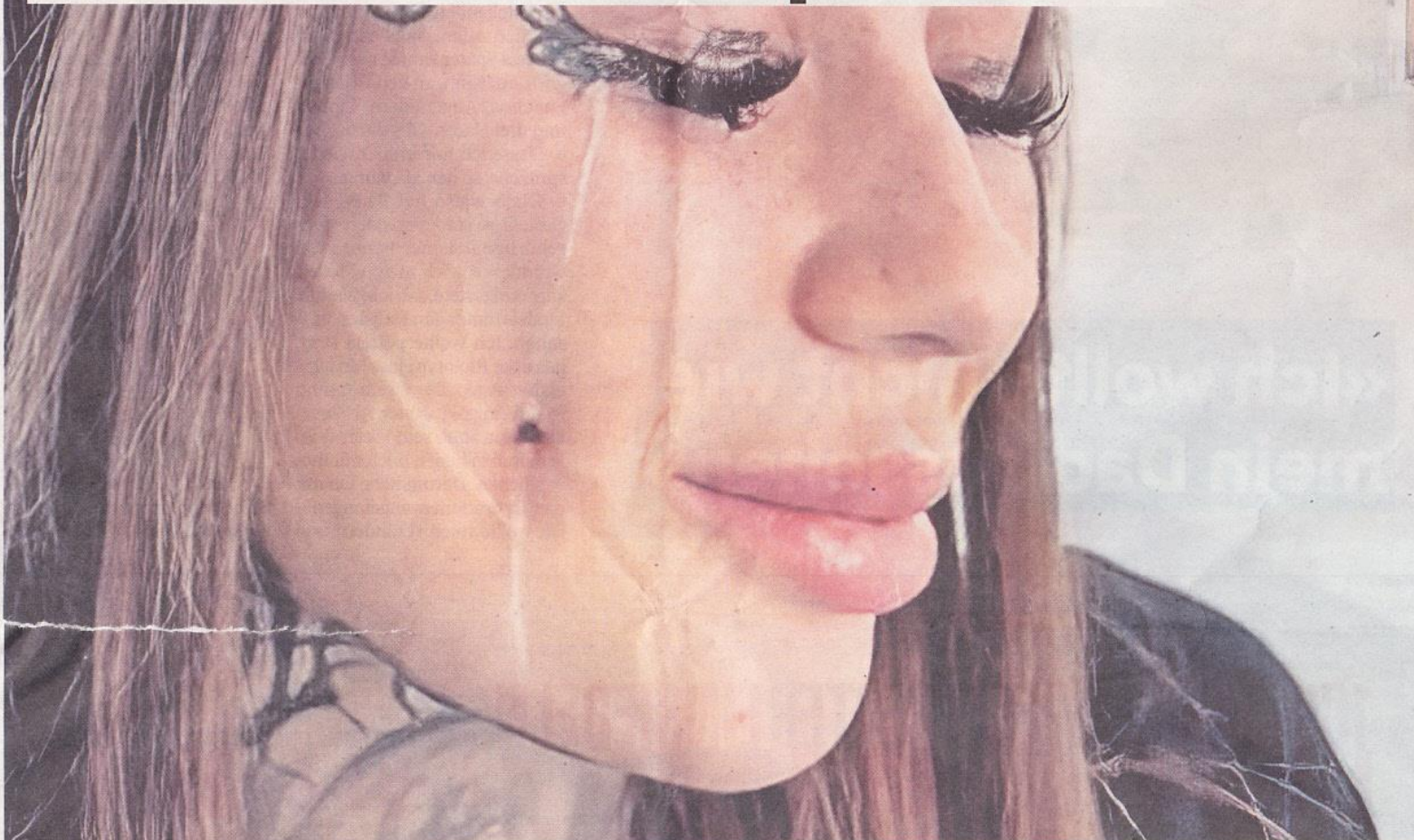


Bildsprache soll die Vielfalt der Menschen berücksichtigen: Zalando wirbt mit Männern in einst klassisch femininem Outfit. ZALANDO

«Grenzen verschwinden»

ZÜRICH. «Die Grenzen zwischen Geschlechtern verschwinden zunehmend. Das sieht man auch in der Mode», sagt Carole Ramuz, CEO der Agentur Brandsoul für Markenkommunikation, die selbst solche Werbekampagnen fährt. Das dürfte sich durchaus auszahlen: Carmen Riediker, Fachleiterin für Mode an der Swiss Beauty Academy GmbH, sieht den Schritt zur Frauenmode für Männer als potenziell grossen finanziellen Gewinn für die Detailhändler. Marketingexperte Felix Murbach sieht auch einen möglichen Einfluss auf weitere Branchen, sollte der Trend die breite Masse erreichen: So könnten etwa bauchfreie Shirts dazu führen, dass sich mehr Männer einen «zeigbaren» Bauch wünschen, was sich entsprechend auf die Fitnessbranche auswirken könnte. OBI

Immer mehr lassen sich Grübchen hinzuoperieren



So sieht ein künstliches Grübchen nach der OP aus. TikTok

Prinzessin Kate, Ariana Grande, Harry Styles: Stars, die beweisen, wie herzig Grübchen sein können, gibt es viele. Kein Wunder, wurde das Gesichtsmerkmal zu einem richtigen Trend. Ein so grosser, dass sich immer mehr Frauen und Män-

der bei gewissen Menschen eine Lücke aufweist und dadurch die Einziehung der Haut beim Lachen begünstigt. Ähnliches versucht man bei einer Grübchen-OP zu erreichen: «Grundsätzlich kreiert man mit Nähten eine Vernarbung der Haut mit der Muskulatur. Teilweise wird

Soziale Medien als Risiko für Junge

Depressionen, Essstörungen, mangelnder Schlaf: Nun schirmt der US-Bundesstaat Florida Teenager von Tiktok und Instagram ab. Auch in der Schweiz fordern Experten neue Regeln für die Betreiber von Online-Netzwerken.

Francesco Benini

Geht da ein US-Bundesstaat wieder einmal zu weit mit einer gesetzlichen Regelung? Oder ergreift jemand endlich Massnahmen gegen ein akutes Problem?

Das Parlament in Florida hat beschlossen: Jugendliche unter 14 Jahren dürfen auf Social Media kein Konto mehr eröffnen. Wer 15 oder 16 ist, braucht dazu die Einwilligung der Eltern.

Die Politiker im Südstaat sind überzeugt: Die sozialen Medien schaden den Jungen. Der übermässige Konsum der Online-Plattformen sei vor allem für Pubertierende ein Risiko, deren Hirne sich stark verändern. Tiktok, Instagram und Snapchat könnten psychische Schwierigkeiten verstärken und ein Suchtverhalten auslösen. Die Jungen schaffen es nicht mehr, sich von ihren Handys loszureissen.

Ist das übertrieben? Regula Bernhard Hug leitet die Geschäftsstelle des Kinderschutzes Schweiz. Sie sagt: «Wir merken, dass Jugendliche mehr Probleme haben wegen des Gebrauchs der sozialen Medien. Die sozialen Medien beeinträchtigen die psychische Gesundheit, vor allem von Mädchen.»

«Konsum kann psychische Leiden hervorrufen»

Studien zeigen, dass Jugendliche in der Schweiz mehr Zeit am Handy verbringen als vor zwei



Soziale Medien können vor allem die psychische Gesundheit von Mädchen beeinträchtigen. Bild: Getty Images

die Klinikdirektorin weist darauf hin, dass Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler Zusammenhänge sahen «zwischen der

gemacht oder gar bedroht wird. Es werden Fotos von ihr oder ihm publiziert und mit höhnischen Kommentaren versehen.

zu treten, stundenlang. Mögliche Folgen: mangelnde Bewegung, zu wenig Schlaf, schlechte Ernährung, sozialer Rückzug.

Limmaltaler Zeitung 30.3.24

nen Schutz kein Konto mehr auf den sozialen Netzwerken führen dürfen?

Die Experten sagen: Ein Verbot gehe weit. Und man müsse zuerst prüfen, ob es auch umgesetzt werde. Die Pro Juventute erklärt: Die Debatte darüber, wie Kinder und Jugendliche im digitalen Raum besser geschützt werden könnten, sei zu begrüßen. Es greife aber zu kurz, die sozialen Medien auf negative Auswirkungen zu reduzieren. Sich mit Gleichaltrigen auszutauschen, gehöre zur Entwicklung der Jugendlichen.

Die Eltern und die Schulen stehen in der Pflicht

Jugendpsychiaterin Susanne Walitza hat angeregt: Die Betreiber der Plattformen sollten dazu verpflichtet werden, Algorithmen auszuschalten. Wer zum Beispiel einmal das Thema Gewichtsabnahme recherchiert hat, soll nicht immer wieder damit konfrontiert werden.

Es kommt also auch in der Schweiz der Wunsch nach mehr Reglementierung auf. Zugleich betonen die Fachleute: Es sei entscheidend, dass die Eltern und die Schulen mit den Kindern über den Gebrauch sozialer Medien sprächen und zeitliche Limiten setzen.

Regula Bernhard Hug vom Kinderschutz sagt: «Es ist sinnvoll, wenn Jugendliche so spät wie möglich einen eigenen Account auf den sozialen Medien

Darum fühlt man sich so unwohl

ZÜRICH. Laut Dominik Hug, Inhaber des Bau- und Planungsunternehmens Teamtischer, liegt ein unschönes Spiegelbild in der Umkleidekabine meist am Wärmegrad des Lichts. «Oft ist das Licht kalt und grell, was die Haut fahl und uneben wirken lässt.» Hinzu komme der Rundumblick, den man zu Hause nicht gewohnt sei. Dadurch sehe man an Stellen plötzlich Dellen oder Falten, die man zuvor nicht wahrgenommen habe. Grundsätzlich seien der Lichteinfall und Winkel entscheidend: «Statt die Kundin oder den Kunden nur von oben zu beleuchten, sollten mehrere Lichtquellen, die primär von vorne kommen, installiert werden.» Dies, um Schatten zu vermeiden, die den Körper unvorteilhaft aussehen lassen könnten. Werde der Spiegel zudem etwas schräg an die Wand gehängt, wirke der Körper länger und schlanker.

Gemäss E-Commerce-Experte Darius Zumstein unterschätzen viele Anbietende unbewusst, wie hoch die Wichtigkeit von qualitativen Umkleidekabinen für Kundinnen und Kunden ist. Insbesondere bei kleineren Läden oder Geschäften im tieferen Preissegment werde gespart. Laut Soziologin Katja Rost kann es aber auch am Gewohnheitseffekt des eigenen Spiegels liegen und muss nicht immer ein «objektives» Resultat sein. «Viele finden sich auch in Hotelzimmern nicht schön, weil hier eine bessere oder andere Beleuchtung ist und man Dinge sieht, die sonst nur andere sehen.» MIE

Licht in Umkleidekabinen verunsichert viele Frauen

ZÜRICH. Der Onlinehandel blüht, weil oft das grelle Licht in Umkleidekabinen mehr Frust als Lust auslöst. Das sagt die Community.

Man schlendert durchs Geschäft, nimmt Kleidungsstücke mit, die einem gefallen, und läuft nichts ahnend in die Umkleidekabine: Doch da folgt die Enttäuschung. «In Umkleidekabinen sieht man immer so unglaublich hässlich aus», sagt eine Frau auf Tiktok. Mit dieser Meinung ist die 23-Jährige nicht allein. Auf der Plattform kursieren derzeit etliche Videos von Frauen, die von Selbstzweifeln nach der Anprobe in der Umkleidekabine berichten. Den Grund dafür sehen



Das Licht in der Umkleide nervt. TIKTOK

viele in der schlechten Beleuchtung. Dieses Problem kennt auch die 20-Minuten-Community gut: «Unvorteilhafter geht gar nicht. Man sieht jede einzelne Delle und jedes Pölscherchen – dabei bin ich sehr schlank. Es ist total deprimierend», so eine Leserin. Aufgrund der Lichtverhältnisse kaufe sie in den meisten Fällen nichts mehr. Auch N.* (34) sagt: «Das Licht ist meistens eine Katastrophe. Das ist der Grund, weswegen ich seit Jahren Kleider nur noch online bestelle.»

A.* (28) hatte ein solches Erlebnis bei der Anprobe ihres Brautkleids: «Das Licht war schrecklich. Ich fühlte mich so unwohl in all den Kleidern, die ich probiert hatte.» Normalerweise sei sie sehr selbstsicher. Da habe sie aber nur noch geweint. «Meine Haut sah so blass und fleckig aus. Ich sah Falten, Pickel, Unebenheiten, die ich vom Blick in den Spiegel nicht kannte.»

Adrian Reber, Präsident von Swissmode, dem Verband für Bekleidung Schweiz, erklärt das grundsätzlich eher grelle Licht in den Umkleidekabinen so: «Anbietende wollen, dass die Kleidungsstücke so gut wie möglich sichtbar sind, damit alle Details, Farben oder auch eventuelle Flecken erkennbar sind.» Er glaubt jedoch nicht, dass dies negative Konsequenzen für die Kundschaft habe. «Auch in Alltagssituationen, etwa in Büros, ist das Licht in der Regel eher grell und kalt, ähnlich wie in einer Umkleidekabine.» LYNN SACHS

*Namen der Redaktion bekannt

«Selbstzweifel in der Kabine sind nicht geschlechtsspezifisch»

Frau Futaki*, wie kommt es zur Krise?

Man steht unter Druck. Wir fokussieren uns darauf, welches Kleidungsstück uns besonders gut steht. Wir stellen uns dann vor, wo wir dieses tragen werden und wie das Umfeld darauf

reagieren könnte. Das kann zu Perfektionismus und Ängsten führen. Hinzu kommt, dass das Licht die gewohnte Sichtweise des eigenen Körpers verändert.

Ticken Frauen anders?

Selbstzweifel in der Kabine sind individuell und nicht ge-

schlechtsspezifisch. Es kommt darauf an, wie stark die Selbstwertmechanismen funktionieren oder wie stark der an sich normale Wunsch auf positive Rückmeldungen ist.

Was hilft?

Es ist wichtig, das Selbstwertge-

Das stört Leserinnen an den Kabinen



Andrea (26) aus Zürich

«In der Kabine siehst du oft die Realität, die du zu Hause nicht siehst. Mich stört dann manchmal meine Orangenhaut.»



Noa (20) aus Zürich

«Es ist so hell. Man sieht dann alle Macken, jede Delle. Ich weiss, meiner Mutter geht es beim Bikinianprobieren auch oft so.»

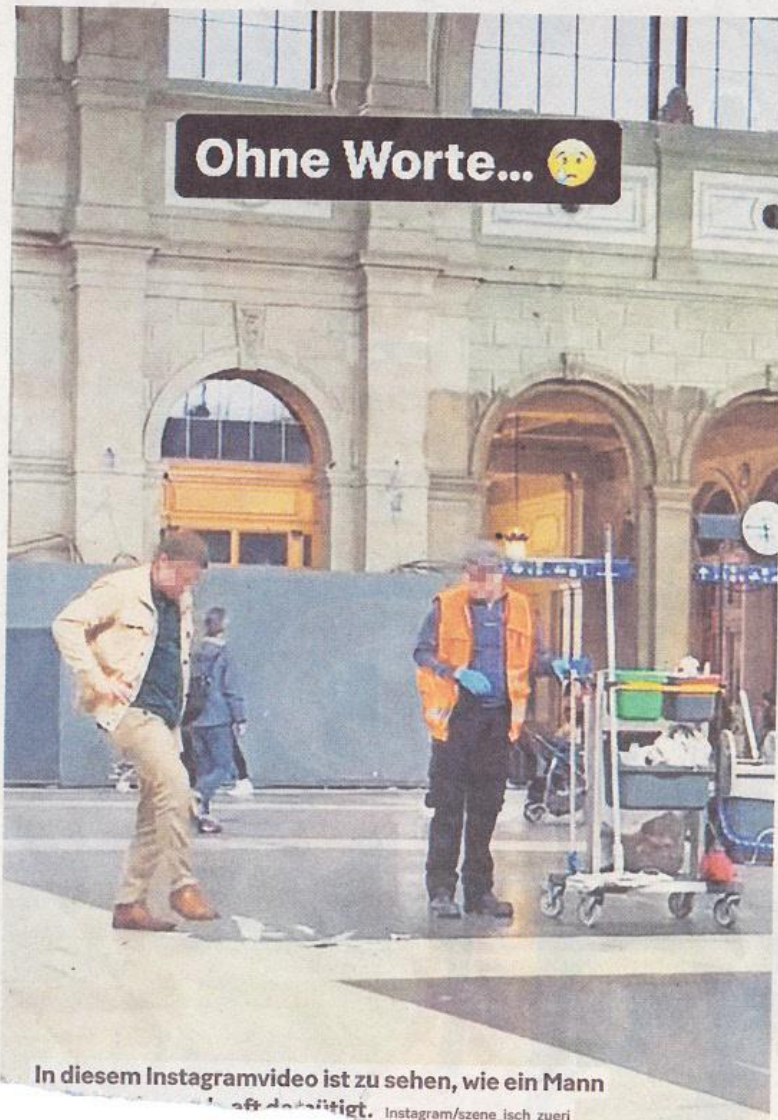


Leonie (16) aus Niederurnen GL

«Die Beleuchtung ist anders. Es kam schon vor, dass ich in der Kabine dachte: Das sieht gut aus. Und zu Hause dann weniger.»

fühlt nicht daran zu knüpfen, ob man einem Schönheitsideal entspricht. Ein Gespräch mit den Liebsten hilft. Bestätigen sie uns darin, dass wir geschätzt und geliebt werden, verliert der Wert des Aussehens an Gewicht. SAC

*Lilla Futaki ist Psychotherapeutin.



Hauptbahnhof Zürich: Reinigungskraft wird wie Abfall behandelt

ZÜRICH Auf einem Video sieht man, wie ein Passant eine Reinigungskraft am Zürcher HB schikaniert. Vor Ort zeigt sich, es ist kein Einzelfall.

«Ohne Worte ...» schreibt der Betreiber des Insta-Accounts «Szene_isch_zueri» unter ein Video. Dieses zeigt, wie am Zürcher Hauptbahnhof ein Passant seinen Papierabfall direkt vor einem Reinigungsangestellten zerreisst und vor dessen Füsse schmeisst. Als die Reinigungskraft die Papierfetzen aufräumen will, verhindert der Passant dies, indem er auf den Abfall tritt. Eingeschritten ist niemand.

20 Minuten hat vor Ort erfahren: Das Reinigungspersonal muss sich gar mit weitaus Schlimmerem abgeben. So etwa M.K.* (50). Der Facility Manager am Zürcher HB berichtet davon, dass solche Fälle immer wieder vorkämen – dabei sei das

Zerreißen von Papier ein eher kleineres Übel. Auch die 61-jährige B.H.* musste so demütigende Momente über sich ergehen lassen: Einmal sei ein junger, betrunkenen Mann ins WC gekommen und sah H. eine Weile lang zu, wie sie das Lavabo putzte. «Als ich mit dem Putzen fertig war, ging der Mann zum Lavabo und übergab sich bewusst darüber. Ich war entsetzt», sagt H. Die 61-Jährige habe darauf den Mann aufgefordert, sein Erbrochenes selbst zu putzen. «Reagiert hat er darauf nur mit einem höhnischen Lachen und ist weggegangen.» Die Wertschätzung gegenüber der Arbeit des Putzpersonals sei sehr gering.

Laut der Gewerkschaft Unia ist der respektlose Umgang mit dem Reinigungspersonal ein bekanntes Problem, auch wenn der Vorfall im Video – sollte dieser sich wirklich so zugetragen haben – ein Extrembeispiel sei. «Es gibt aber leider auch immer wieder krasse Fälle», so Sprecherin Katja Signer. Sie rät: «Es ist sinnvoll, respektloses Verhalten bei seinem Arbeitgeber zu melden, denn der ist für die Sicherheit und Gesundheit der Angestellten verantwortlich.» Allerdings nehmen laut Signer viele Reinigungskräfte demütigende Vorfälle hin – sie seien oftmals auf ihre Stelle angewiesen und wollten keine Probleme kriegen. Man könne sich aber auch an die Gewerkschaft wenden.

**ERIKA UNTERNÄHRER/
YASMINA MARK**

*Name der Redaktion bekannt

Diese Wege gibt es aus der Krise – und das bringen sie

ZÜRICH. Es gibt verschiedene Wege, um aus einer Quarterlife-Krise zu kommen. Experten erklären, wie nachhaltig die Lösungen sind.



«Ich habe keine Ahnung, was jetzt nach meinem Filmstudium kommt. Letzte Woche war ich wegen der Mandeln im Spital. Es war sicher der Stress.»

Till (23) aus Bern

■ Einen neuen Job suchen

«Ein beruflicher Wechsel kann in manchen Situationen sinnvoll sein. Man sollte sich fragen, ob die Unzufriedenheit wirklich durch den Job kommt. Dann ist ein Berufswechsel ratsam», erklärt Lifecoach Angelika Reimer.

■ Heiraten, Kinder kriegen

Lifecoach Anton Schumann: «Wenn es um Heirat und Kinderkriegen geht, sollte dies aus tiefster Überzeugung getrieben sein. Es ist wichtig, nicht von Angst getrieben zu sein.»

■ Yoga, Meditation

«Sportliche Aktivitäten können Routine und Halt geben. Dadurch kommt ein Gefühl von Sicherheit auf. Meditation und Selbstfindung können bei der Reflexion helfen, um herauszufinden, wo eigentlich wirklich der Schuh drückt», erklärt Reimer.



«Ich bin ausgebildete Sängerin und arbeitete damit zehn Jahre lang. Aber ich musste mich neu orientieren und herausfinden, was wichtig ist für mich.»

Rebekka (32) aus Zollikon

■ Einer Religion beitreten

«Sich einer Religion zuzuwenden kann dem Leben Sinn geben und dadurch zu mehr Lebenszufriedenheit führen», so Reimer weiter.

■ Reisen

Reimer: «Es kommt auf die Ausgestaltung an. Durch das Reisen vor den Problemen zu flüchten, ist nicht zielführend.» Schumann ergänzt: «Eine Weltreise mag zwar verlockend sein, hilft jedoch nicht bei der Lösung von Problemen und kann eher eine Form von Prokrastination sein.»

■ Soziales Engagement

«Soziales Engagement und politisches Engagement können nie falsch sein, solange man sich selbst nicht verliert und nicht übertreibt. Es ist wichtig zu betonen, dass soziales Engagement schlussendlich auch sich selbst dient», sagt Schumann.

■ Aussteigen, Auswandern

Reimer: «Wenn das Auswandern schon immer ein Traum gewesen ist, sehe ich hier kein Problem. Aber: Die Krise nimmt man mit ins neue Land. Dessen muss man sich bewusst sein.»

■ Investieren

Schumann: «Beim Thema In-



«Es ist wichtig, mit anderen Leuten darüber zu sprechen. Auch bereit sein, Neues auszuprobieren. Etwas abbrechen ist kein Weltuntergang.»

Estelle (20) aus Zürich

vestitionen empfehle ich, langfristig zu denken und frühzeitig anzufangen. Schnelles Geld verdienen ist selbst für die besten Trader schwierig.»

Beide Coaches betonen, dass Entscheide immer situativ sind. Schumann: «Lauf nicht vor einer Quarterlife-Krise weg und verschwende Lebensfreude, Zeit und Geld darauf. Nimm dir Zeit, reflektiere, recherchiere und triff dann eine Entscheidung.» MAIKE HARDER/DANIEL GRAF

Hochstapler syndrom

Über das Gefühl, nicht gut genug zu sein

Du glaubst, du hättest dein Glück nicht verdient? Dein Leben sei eine Mogelpackung? Über das Phänomen des Hochstapler-Syndroms.

Text: Linda Leitner

Wie äussert sich das Hochstapler-Syndrom?

Die Ausbildung abgeschlossen und gut gerüstet für den neuen Job; ein Projekt erfolgreich beendet und dafür viel Lob bekommen – und trotzdem wird man das Gefühl nicht los, das Umfeld zu betrügen. «Betroffene werden von massiven Selbstzweifeln geplagt und denken irrtümlicherweise, sie seien Hochstapler», sagt Rima Akdil, psychologische Beraterin bei Wepractice. «Meist beziehen sich diese Ängste auf berufliche oder schulische Leistungen.» Eine verzerrte Selbstwahrnehmung führt dazu, sich für unterqualifiziert zu halten oder Erfolge dem Zufall zuzuschreiben. Besonders betroffen sind Frauen und Männer, die als erste in der Familie ein Studium aufnehmen.

Was sind die Ursachen?

Ein kritisches Selbstbild, oft mit Ursprung in der Kindheit. «Den Wenigsten ist das bewusst», sagt die psychologische Beraterin. «Betroffene wuchsen in dem Glauben auf, «schwierig oder «nicht gut genug zu sein. Durch das Wiederholen dieser Gedanken, gepaart mit dem Streben nach Anerkennung von den Eltern, entwickelten sich Minderwertigkeitskomplexe – was zum Hochstapler-Syndrom im Erwachsenenalter führen kann.»

Wer ist betroffen?

«Rund 70 Prozent aller Menschen kommen einmal im Leben mit dem Hochstapler-Syndrom in Berührung. Oft trifft es junge Erwachsene vor dem Berufseinstieg oder Akademikerinnen und Akademiker», sagt Akdil.

Was sind die Signale?

Übertriebener Perfektionismus in Verbindung mit Versagensängsten kann zu ständigem Aufschieben und Selbstsabotage führen. Dazu kommen Symptome wie Schlafstörungen, hoher Blutdruck, Kopfschmerzen, Magen- und Darmprobleme. Mögliche Folgen: Burnout, Überlastung sowie soziale Distanzierung.

Was kann man dagegen tun?

Darüber reden: Sprich mit Freundinnen und Freunden offen über diese Empfindungen. Das wirkt befreiend, denn du wirst sehen, dass es anders ähnlich geht. Wenn du deine Gefühle verschweigst, werden die Probleme nur grösser, und das Hochstapler-Syndrom kann zur Isolation führen.

Ein Erfolgstagebuch führen: Notiere grosse und kleine Erfolge in ein Tagebuch. Schreib vor allem auch auf, wenn du gelobt wirst oder Komplimente bekommst. Lies dein Erfolgstagebuch am Ende des Tages durch, so hast du deine Leistungen schwarz auf weiss.

Mit Beweisen bekämpfen: Oft beruht das Hochstapler-Syndrom nicht auf Tatsachen. Wenn du Angst bekommst, etwas im Job nicht rechtzeitig zu schaffen, schau dir deine letzten Projekte an. Überprüfe, was du geleistet hast: Führe dir vor Augen, dass du deine Sache gut gemacht hast. Falls nicht: Wo kannst du dich wirklich verbessern?

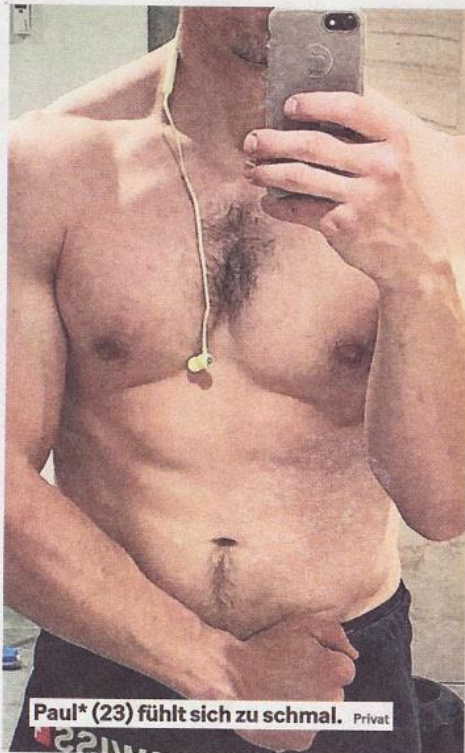
Von andern lernen: Wenn du merkst, dass du dich mit andern vergleichst und du deshalb beginnst, an dir zu zweifeln, betrachte sie nicht als Konkurrenz. Versuche dagegen herauszufinden, was du von ihnen lernen kannst.

Gestörte Selbstwahrnehmung: «Es belastet mich im Alltag»

ZÜRICH Sie mögen ihren Körper nicht: Leser der 20-Minuten-Community erzählen, wie das Leben mit einer gestörten Selbstwahrnehmung ist.

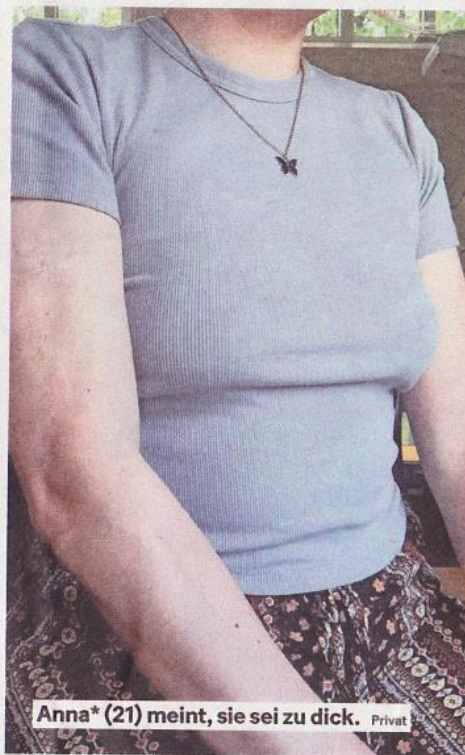
Sie sehen breite Hüften, einen dicken Bauch oder zu wenig Muskeln – obwohl das nicht so ist: Circa zwei von 100 Menschen haben eine gestörte Selbstwahrnehmung – so lauten die Zahlen der Universität Zürich. Auch 20-Minuten-Leser kämpfen mit einer körperdysmorphen Störung:

Der 23-jährige Paul* leidet unter einer Unterkategorie, der Muskeldysmorphie. Das heisst: Der Körper wird als zu schwächlich gesehen. Seit sechs Jahren macht er Kraftsport, trotzdem sieht er keinen Unterschied: «Aus dreimal pro Woche Fitness wurden schnell sechs. Ich bin zwar breiter geworden, fühle mich aber trotzdem schmal und dünn. Ich vergleiche mich immer mit anderen und finde, dass jeder breiter und muskulöser sei als ich. Ich gehe weiterhin ins Training, doch gefühlt passiert nichts. Es belastet mich jedes Mal, wenn ich in den Spiegel schaue.»



Paul* (23) fühlt sich zu schmal. Privat

Die 21-jährige Anna* hat Probleme mit ihrem Bauch und ihrem Gewicht: «Ich habe ständig Angst, zu dick zu sein oder es zu werden. Es belastet mich im Alltag. Dauernd frage ich mich: Wie sehen mich andere? Habe ich zugenommen? Wie muss ich sitzen, damit ich nicht



Anna* (21) meint, sie sei zu dick. Privat

dick aussehe? Sieht man in dieser Perspektive Speckröllchen? Ich muss mehrmals am Tag in den Spiegel schauen. Ausserdem vergleiche ich mich immer. Nicht mal einen Film kann ich richtig schauen, weil ich die Figur der Schauspielerinnen mit meiner eigenen vergleiche.

Eigentlich weiss ich, dass ich schlank bin, aber diese verzerrte Wahrnehmung ist konstant da. Es beschäftigt mich sehr und löst auch eine gewisse Panik in mir aus, weil ich mich nicht wertig genug fühle.» *Namen der Redaktion bekannt
DEBORAH GONZÁLEZ

«Betroffene müssen dauernd kämpfen»

ZÜRICH «Bei der Körperdysmorphie ist es so, dass man unzufrieden und unglücklich ist mit einem oder mehreren Körperteilen. Man hat einen grossen Leidensdruck und kämpft dauernd», erklärt Psychotherapeut Roland Müller. Betroffene würden bestimmte Vermeidungsverhalten zeigen: Sie gehen nicht unbedeckt in die Badi oder meiden die Öffentlichkeit. Sie ziehen sich nicht vor anderen aus, wollen nicht vor Menschen duschen.

Schon früh werde die Grundhaltung zu dem eigenen Körper geformt, so der Psychotherapeut weiter: «Die Meinung ist sehr änderungsresistent. Leute im Umfeld können lange sagen, dass alles gut sei, eingespeichert ist, dass man nicht okay ist, wie man ist.» Eine Heilung gebe es nicht, man müsse lernen mit der Erkrankung umzugehen. DGO



Roland Müller ist Psychotherapeut. PEP

68 Minderjährige liessen Geschlecht anpassen

GENF. Geschlechtsangleichungen bei Jugendlichen nehmen zu. Der Verein AMQG schlägt Alarm.

68 Minderjährige haben sich zwischen 2018 und 2021 die Brüste entfernen lassen. Der Genfer Elternverein AMQG, der sich «für einen massvollen Umgang mit Geschlechterfragen bei Kindern und Jugendlichen» einsetzt, sieht die operativen Geschlechtsangleichungen kritisch: «Heute können Minderjährige nach wenigen psychiatrischen Sitzungen eine Beschneidung erhalten, die die Diagno-

se Geschlechtsdysphorie stellt und ihnen die Urteilsfähigkeit für eine beidseitige Entfernung der Brüste attestiert», sagt Mitgründerin Isabelle Ferrari.

Der Verein hat beim Bundesamt für Statistik dazu Zahlen angefordert und diese ausgewertet:

«Zwischen 2018 und 2021 haben sich zehn Mädchen im Alter von 10 bis 14 Jahren und 58 Mädchen zwischen 14 bis 18 Jahren einer beidseitigen Mastektomie unterzogen.» Ferrari fordert: «Wir müssen darüber sprechen, wie leichtfertig solche Behandlungen durchgeführt werden.

Das ist Körperverletzung. Den Konsequenzen für die Betroffenen, die aufgrund ihres Alters die Folgen ihrer Entscheidung schwer abschätzen können, wird viel zu wenig Beachtung geschenkt.»

MICHELLE INEICHEN

So war das Gesetz bis 2011

ZÜRICH. Bis 2011 mussten trans Menschen für eine solche OP älter als 25 Jahre sein. Zudem gab es Kriterien wie zum Beispiel ein Jahr lang jeden Monat beim Psychiater in den Kleidern des «Gegengeschlechts» zu erscheinen. «Mindestens zwölf Sitzungen waren nötig, um die «Richtigkeit» der Geschlechtsidentität «sichern» zu können. Erst nachdem die Fachperson zwölf Besuche protokolliert hatte, erhielt die trans Person geschlechtsangleichende Hormone», sagt Psychiater Garcia. DGR



Die Operationen wurden zu leichtfertig gemacht, sagt eine Vertreterin von AMQG. GETTY

«Minderjährige müssen Zugang zu Operationen haben»

Herr Garcia Nunez, überraschen Sie diese Zahlen?

Nein. Sie zeigen, dass die trans Bevölkerung zunehmend sichtbar wird. Bis vor wenigen Jahren herrschten unhaltbare Zustände in der medizinischen Versorgung und der Rechtssicherheit. Das führte dazu, dass viele trans Personen einen grossen Fogen um die Spitäler machten. Die 68 Operationen entsprechen pro Kanton und Jahr im Schnitt weniger als einem Fall.

Ist es richtig, dass die Schweiz solche OPs für Minderjährige nicht verbietet?

Das ist absolut richtig. Auch Minderjährige müssen Zugang zu Operationen haben. Trans Personen, die sich für eine me-

medizinische Behandlung entscheiden, finden das weder «lustig» noch «schön». Sie sehen sich aufgrund eines medizinischen Zustands namens Geschlechtsdysphorie zu diesem Schritt gezwungen. Es gibt keine 12-Jährigen, die sich aus einer Laune heraus operieren lassen.

Was sind die Voraussetzungen für eine solche Operation?

Es braucht die Geschlechtsdysphorie-Diagnose durch psychiatrische oder psychologische Fachkräfte und das Einverständnis der Eltern.

Können 12-Jährige diese Entscheidung schon fällen?

Es gibt niemanden Besseres als wir selbst, um die eigene Geschlechtsidentität zu beurteil-

en. Wichtig ist die Urteilsfähigkeit, die immer im Fokus der Kinder- und Jugendpsychiatrie steht.

Braucht es eine politische Debatte?

Nein. Diese medizinischen Interventionen sind bestens bekannt, wirksam, zweckmässig und wirtschaftlich. Die «Verpolitisierung» des Lebens und der Behandlung von trans Personen gehört zu den gefährlichsten Diskriminierungsmechanismen.

Was braucht es dann?

Sachlichere gesellschaftliche Debatten um unseren Umgang mit «Geschlecht» als bio-psycho-soziales Phänomen und eine Auseinandersetzung, weshalb dieses System Menschen

immer wieder unter einen derartigen Druck setzt, dass sie medizinische Massnahmen in Betracht ziehen. Das wird allerdings mit der Publikation derart verzerrter Zahlen kaum gelingen. MIE



Psychiater Daniel Garcia Nunez.

IDA SCHNEIDER

Andrej: «6 Stunden Sport am Tag – ich sah keinen Ausweg»

BERN Andrej wurde übel gemobbt und entwickelte eine Essstörung. Er erzählt, wie es so weit kam.

Immer mehr junge Männer suchen sich professionelle Hilfe wegen einer Essstörung. So auch Andrej. Der Berner entwickelte mit 15 eine Essstörung. Davor sei er gemobbt worden, erzählt er: «Sie nannten mich zum Beispiel einen fetten H****sohn. Das hat sicher auch eine Rolle gespielt.»

Er begann, sich mit Ernährung zu beschäftigen. Nach einigen Monaten habe er schon vor dem Zmorge zwei Stunden Sport gemacht: «Pro Tag waren es sechs Stunden.» Gleichzeitig ass er zu wenig: «Am Mittag gab es eine Frucht und zum Nacht zwei Schalen Müesli.» Dazwischen trank er einen Proteinshake. Schliesslich hatte Andrej nicht einmal mehr die Energie, in die Schule zu gehen: «Trotzdem dachte ich, ich mache es richtig.» Es habe viel Streit gegeben, sagt seine Mutter Monika: «Als Eltern willst du nicht zusehen, wie sich dein Kind zu Tode hungert.»

Schliesslich begann Andrej eine Behandlung in einer stationären Klinik. Die ersten Wochen seien hart gewesen,

sagt er: «Ich habe jeden Abend geweint, war verzweifelt und sah keinen Ausweg mehr.» Es seien auch sehr böse SMS von ihm gekommen, so die Mutter: «Das geht an die Substanz.»

Sie habe Schuldgefühle gehabt: «Der erste Gedanke ist: Was habe ich falsch gemacht?»

Aber auch Andrej machte sich Vorwürfe: «Ich fragte mich: Warum bin ich so? Bin ich blöd, dass ich nicht anders kann?» Andrej war dreieinhalb Monate in der Klinik. Heute ist

er noch ambulant in Behandlung: «Ich kann wieder essen, was ich will, und habe keinen Bewegungsdrang mehr. Es läuft super.» Derzeit macht er ein Berufsfindungsjahr. Eine Richtung, die er sich vorstellen kann: Psychologie.

HELENA MÜLLER/NOAH KNÜSEL

Andrej machte schon vor dem Frühstück zwei Stunden Sport. 20min/N. Knüsel



Hast du eine Essstörung?

Hier findest du Hilfe für dich und andere:
Arbeitsgemeinschaft
Ess-Störungen,
Tel. 043 488 6373



Psychotherapeut Roland Müller, Projektleiter an der Fachstelle PEP.

«Essstörungen gelten als weibliche Krankheit»

Herr Müller, nehmen Essstörungen bei Männern zu?

Das ist so, vor allem im Bereich der Muskel- und Fitnesssucht sowie Binge-Eating. Das kann aber auch damit zu tun haben, dass Männer mittlerweile eher dazu stehen, dass sie eine Essstörung haben.

Wie äussern sich solche Störungen?

Im Unterschied zu Mädchen sind bei den Jungs die Muskeln das Hauptthema. Seit rund zwanzig Jahren gibt es mehr Druck auf das männliche Körperbild – etwa durch Social Media oder die Fitnessindustrie.

Warum spricht man so wenig über Essstörungen bei Männern?

Es ist nach wie vor ein Tabuthema. Essstörungen gelten als eine weibliche Krankheit. Noch heute schämen sich junge Männer, das zuzugeben. LEM

Roland Müller ist Projektleiter bei Prävention Essstörung

Männer in Röcken setzen Zeichen gegen Männerbild

ZÜRICH. Rund 50 Männer versammelten sich gestern zum «Rethink Masculinity Day» am Paradeplatz und trugen dabei Röcke.

Wer am frühen Mittwochmorgen am Paradeplatz unterwegs war, dem dürfte nicht entgangen sein, dass zahlreiche Männer und männlich gelesene Personen in Röcken unterwegs waren. Grund dafür war eine Aktion des Vereins «Die Feministen». Zum internationalen «Rethink Masculinity Day» wollten sie damit ein Zeichen setzen: «Männer sollen ihre Privilegien reflektieren und sich mit ihrer Rolle im Feminismus auseinandersetzen», sagt Pascale Buser, Co-Leiterin der Organisation. Dabei hatte die Aktion ein klares Ziel vor Augen: Mit dem Rock als Symbol soll

«das veraltete» Männerbild kritisch hinterfragt werden. Denn Fragen, wie und ab wann ein Mann ein Mann ist oder wie Männlichkeit in der heutigen Gesellschaft aussieht, beschäftigt den Verein schon seit geraumer Zeit.

Für den 52-jährigen Beat war dieser Morgen jedoch nicht aussergewöhnlich. «Für mich sind Röcke fester Bestandteil meines Kleiderschranks.» Sein Arbeitsumfeld erwarte ihn schon fast im Rock. «Wenn ich mal in Hosen zur Arbeit gehe, werde ich komisch angeschaut», erzählt Beat mit einem Schmunzeln. Der 40-jährige

Alex freute sich über die Aktion und bezeichnete sie als wichtig: «Stereotypische Männlichkeitsvorstellungen haben auch politisch eine extreme Wirkung auf unsere Welt.» Unter den Versammelten befand sich auch der AL-Gemeinderat Michael Schmid. «Der Rock wurde für mich bei der Aktion von gestern schnell zu einer Nebensache», so Schmid. Der gelernte Informatiker wolle andere Männer und männlich gelesene Personen dazu anregen, dass sie sich bei Entscheidungen nicht von äusseren Meinungen leiten lassen, sondern auf sich selbst hören. **YM**



Rund 50 Männer nahmen an der Aktion teil. 20MIN/ANNA BILA



Die 35-jährige Meli an der Limmat in Dietikon ZH. Foto: Dominique Meienberg

Aus Meli 24 wird André und aus André 35 wird wieder Meli

- Identitätsfragen
- Vater verlässt Familie, Meli ist 7 Jahre alt
- Vater interessiert sich vor allem für Halbbruder
- Ich fühlte mich nie von ihm geliebt
- Anstrengende Beziehung zur Mutter
- Ich habe in der Kindheit sehr gelitten, ich dachte
- Wenn es Gott gibt, muss er mich mega hassen,
- oder er ist nicht allmächtig

Jetzt sagt Meli nachdem sie in einer Freikirche Seelsorge fand:

„Im Nachhinein hätte ich mir gewünscht, dass mir mehr Menschen zuhörten. So richtig, Ich hätte mehr Begleitung gebraucht“



Nemo beschreibt sich als neugierig, optimistisch und verletzlich.

Nemo ESC ist Non-Binär

- 400 von 83 Million Menschen in Deutschland registrierten sich Non-Binär
- Das sind 0.005 Promille



«Bachelorette»-Kandidat Paolo hat schon einige Beauty-OPs hinter sich. Privat

«Ich wollte nicht wie mein Dad aussehen»

BIRMENSTORF Paolo kämpft gerade um das Herz von Bachelorette Larissa Hodgson (29). Der Aargauer fällt vor allem durch sein operiertes Gesicht auf.

«Bachelorette»-Kandidat Paolo (31) hat schon unzählige Schönheitseingriffe hinter sich. «Meine erste OP hatte ich mit 16», sagte er zu 20 Minuten. «Ich habe meine abstehenden Ohren korrigiert und den Adamsapfel entfernen lassen.» Später kamen noch Eingriffe am Kinn, an den Wangenknochen, Augenlidern, Lippen und drei Nasen-OPs dazu. «Botox lasse ich mir immer wieder spritzen», so der 31-Jährige.

Doch wieso hat Paolo sein Gesicht so stark verändert? Der gebürtige Italiener nennt zwei Gründe: «Als ich meine Modelkarriere startete, sah ich, wie alle Models hinter den Kulissen aussahen. Ich wollte perfekt sein, quasi der Prototyp eines Models», erklärt Paolo. Der zweite Grund ist um einiges privater. Als Paolo klein war, starb sein Vater. «Viele in Italien haben mich mit ihm verglichen. Darum habe ich mit den Operationen angefangen – ich wollte mich verändern und

nicht wie er aussehen.» Paolo sei natürlich stolz auf seinen Vater, aber er möge es nicht, mit anderen verglichen zu werden.

Mit mangelndem Selbstbewusstsein hätten all die OPs aber nichts zu tun. Ihm habe lediglich die Realität nicht mehr gefallen. Wie viel die Eingriffe insgesamt gekostet haben, kann er schon gar nicht mehr ausrechnen. Der Betrag dürfte aber höher als 40000 Franken sein. **GINA SERGI**



So sah der Aargauer einst aus. Privat

Wenn Schönheit allein nicht ausreicht

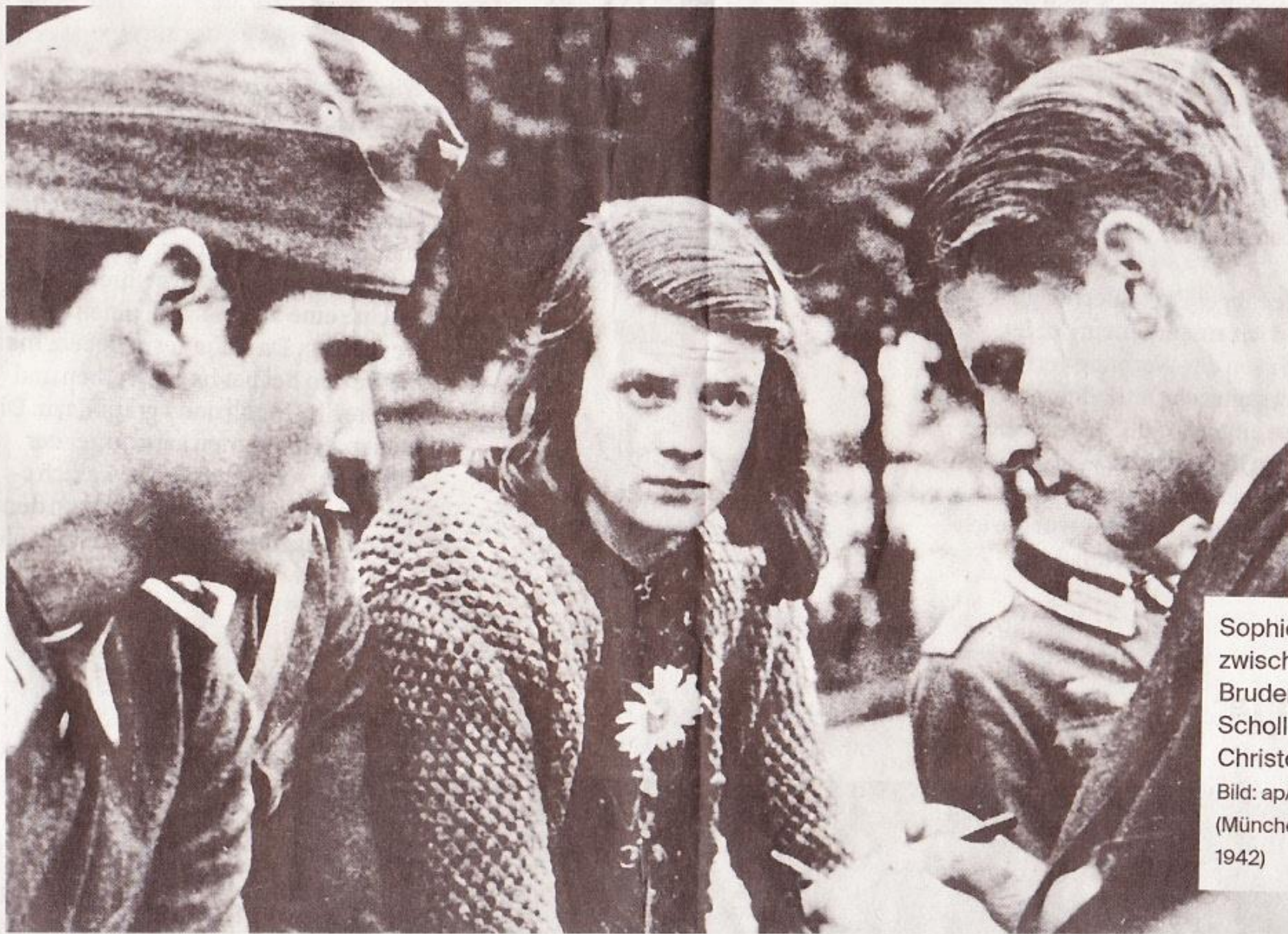
VON CHANTAL BIGLER

«Wenn ich erst mal schön bin, werden mich alle mögen – und ich mich auch», diese Worte schreibt die damals 15-jährige Tabitha Bühne in ihr Tagebuch. Denn sie fühlt sich alles andere als schön und kämpft mit Selbstkomplexen. Eine äusserliche Anpassung bringt später jedoch Veränderungen: Sie steigt ins Modelbusiness ein und sucht in der Welt der Schönen und Reichen nach Anerkennung.

Das junge Mädchen ist als siebtes und vorletztes Kind auf die Welt gekommen. Sie spielt lieber Fussball als zu lernen, will jedoch schön sein und wahrgenommen werden. «Das Leben wird durch Schönheit einfacher», denkt sich die Kleine. Und sie ist fest davon überzeugt, dass dadurch die-



TABITHA BÜHNE HAT EIN LEBEN LANG NACH SCHÖNHEIT GESUCHT – SO LANGE, BIS SIE FAST DARAN ZERBROCHEN IST. (FOTO: ZVG)



Sophie Scholl
zwischen ihrem
Bruder Hans
Scholl (links) und
Christoph Probst.

Bild: ap/Keystone
(München, 22. Juli
1942)

3. Der Kern des Menschen

- 1Mo 3,7 Da wurden ihrer beider Augen aufgetan, und sie erkannten, dass sie nackt waren; und sie hefteten Feigenblätter zusammen und machten sich Schürzen.
- 8 Und sie hörten die Stimme des HERRN Gottes, der im Garten wandelte bei der Kühle des Tages. Und der Mensch und sein Weib versteckten sich vor dem Angesicht Jehovas Gottes mitten unter die Bäume des Gartens.
- 9 Und der HERR Gott rief den Menschen und sprach zu ihm:
Wo bist du?
- 10 Und er sprach: Ich hörte deine Stimme im Garten, und ich fürchtete mich, denn ich bin nackt, und ich versteckte mich.

Der Kern des Menschen 1Mo 3,10

- ich fürchtete mich,

Adams Kerngefühl

- denn ich bin nackt,

Adams Kernmotivation

- und ich versteckte mich,

Adams Kernstrategie

Adams Kerngefühl: Furcht

Vorher:

- Stand gut mit Gott,
- Keine Ehezank
- Sichere Nahrungsmittelversorgung
- Kein Unkraut
- Sinnvolle Arbeit
- Krisenfeste Arbeit

Adams Kerngefühl: Furcht

Nachher:

- Unordnung
- Unsicherheit
- Gefühlsbelastung
- Zerbrochene Beziehung
- Tod

Adams Kerngefühl: Furcht

Nachher: neue Fragen:

- Gibt es einen Ausweg?
- Wie soll jetzt das Leben funktionieren?
- Bin ich zu ewigem Zurückgewiesen werden verdammt?
- Bin ich abgelehnt von Gott und von Menschen?
- Wird meine Ehe zerbrechen?

Adams Kerngefühl: Furcht

- Gott muss bei vielen Menschen diese Furcht ansprechen:
- 1Mo 15,1 Fürchte dich nicht Abram! Ich bin dein Schild
- Jer 1,8 Jeremia: Fürchte Dich nicht vor ihnen, denn ich bin bei dir und will dich retten
- Mat 28,20 Siehe ich bin bei euch alle Tage

Adams Kerngefühl: Furcht

- **Wovor hat die "Generation Z" am meisten Angst?**
- „Ihre Grundangst, die sich schon in den Kindertagen entwickelt, resultiert aus der Erfahrung, dass überall im Freundeskreis Familien auseinanderbrechen und Patchwork-Verhältnisse entstehen: alleinerziehende Mütter, desertierende Väter. Dieses Damoklesschwert überschattet ihr Kinder- und Jugendalter.“

Adams Kernmotivation: Nacktsein

- Ps 51:5 Siehe, in Ungerechtigkeit bin ich geboren, und in Sünde hat mich empfangen meine Mutter.
- Ps 58:3 Die Gottlosen sind von Mutterleib an auf falscher Bahn, die Lügner gehn von Geburt an auf dem Irrweg.
- 1Mo 8,21 das Dichten des menschlichen Herzens ist böse von seiner Jugend an;
- Hio 14:4 Gibt es einen Reinen unter den Unreinen? Keinen einzigen!
- Hio 15:14 Wie kann der Sterbliche denn rein, der von einer Frau Geborene gerecht sein?
- Joh 3:6 Was aus dem Fleische geboren ist, das ist Fleisch.
- Rö 5:12 Darum, gleichwie durch einen Menschen die Sünde in die Welt gekommen ist und durch die Sünde der Tod, und so der Tod zu allen Menschen hindurchgedrungen ist, weil sie alle gesündigt haben
- Eph 2:3 unter welchen auch wir alle einst einhergingen in den Lüsten unsres Fleisches, indem wir den Willen des Fleisches und der Gedanken taten; und wir waren Kinder des Zorns von Natur, gleichwie die andern.

Adams Kernmotivation: Nacktsein

- Nachbarerlebnis als „Autoraudi“
- Ich weiss, ich genüge nicht
- Was ich tat war voll peinlich
- Wenn die Leute meine Phantasien kannten...
- Ich habe gegen meine Überzeugung gehandelt
- Ich war im Mobbing dabei
- Ich habe weggeschaut als ich Not sah
- Ich richte andere und tue das selbe
- Was für eine Strafe wird wohl auf mich warten

Adams Kernstrategie: Verstecken

- Joh 3:19 Dies aber ist das Gericht, dass das Licht in die Welt gekommen ist, und die Menschen haben die Finsternis mehr geliebt als das Licht, denn ihre Werke waren böse.
- Off 6:16 und sie sagen zu den Bergen und zu den Felsen: Fallet auf uns und verberget uns vor dem Angesicht dessen, der auf dem Throne sitzt, und vor dem Zorne des Lammes;
- Hio 34:22 Es gibt keine Finsternis und keinen Todesschatten, wo die Übeltäter sich verbergen könnten.
- Lu 8:17 Denn es ist nichts verborgen, was nicht offenbar werden wird, noch geheim, was nicht kundwerden und ans Licht kommen soll.

Adams Kernstrategie: Verstecken

- Geld, Ruhm, Macht, Karriereposition, Luxus
- Keine Selbstkritik
- Geltungsbedürfnis
- Kritiksucht
- Rechthaberei
- Schüchternheit
- Geselligkeit
- Witze, Frechheit, Angeberei, Schweigen

4. Basis für die Identität des Menschen

- 1Mo 1:26 Und Gott sprach: Lasset uns Menschen machen in **unserem Bilde**, nach unserem **Gleichnis**;
- 1Mo 1:27 **Mann und Frau** schuf er sie.
- Jes 43,1 Fürchte dich nicht, denn ich habe dich erlöst; ich habe dich bei **deinem Namen** gerufen; du bist mein!

Unterschiede Identität des Menschen

- 1Mo 3,16 mit Schmerzen sollst du Kinder gebären; und nach deinem Manne wird dein Verlangen sein, er aber wird über dich herrschen.
- 1Mo 3,18 Mühsal sollst du davon essen alle Tage deines Lebens; und Dornen und Disteln wird er dir sprossen lassen, und du wirst das Kraut des Feldes essen. 19 Im Schweisse deines Angesichts wirst du dein Brot essen,

Typische Frauen- und Männerberufe

Abschlüsse mit Eidg. Fähigkeitszeugnis (EFZ), 2020, in Prozent



Typische Frauen- und Männer-Studiengänge

Master-Abschlüsse an Schweizer Universitäten, 2020, in Prozent



Grafik: can, arm / Quelle: BFS

Unterschiede Identität des Menschen

5. Identität und Selbstwert

Fromme gesunde Identität

Im Bilde Gottes
geschaffen

Saul: Warum sind alle
gegen mich 1Sam 22,13

Saul fordert Erbarmen
ein 1Sam 23,21

Verfluche du den Tag
an dem ich geboren
wurde Jer 20,14 Hi 3,3

David: stellte sich vor ihnen wahnsinnig,
tobte, rannte gegen die Pforte, liess
seinen Speichel in seinen Bart fließen.
Bin toter Hund, Floh 1Sam 21,11 24,15

Niemand hat sein
eigenes Fleisch je
gehasst Eph 5,29

Liebe deinen nächsten
wie dich selbst Mar 12,31

Die ihn aber aufnahmen, denen gab er
das Recht, Gottes Kinder zu heissen Joh 1,12

David: ich bin doch ein armer,
geringer Mann. 1Sam 18,23

Denn wer meint, etwas zu sein,
obwohl er nichts ist,
der betrügt sich. Gal 6,3

nicht jemand mich höher achte,
als sich gebührt 2Kor 12,6

Gott widersteht den Hochmütigen,
aber den Demütigen gibt er Gnade. 1Pet 5,5

ich will noch geringer
werden als jetzt und
will niedrig sein in
meinen Augen 2Sam 6,22

Selbstwert

6. Identität verändert sich

- 1Kor 13,11 Als ich ein Kind war, redete ich wie ein Kind, dachte wie ein Kind, urteilte wie ein Kind;
- als ich ein Mann wurde, tat ich weg, was kindlich war
- 1Joh 2,12 Ich schreibe euch, Kinder: Vergeben
- Ich schreibe euch, Väter: Erkannt der von Anfang ist
- Ich schreibe euch, Jünglinge, weil ihr den Bösen überwunden habt.

Identität durch Erfolg?

- 2Sam 16,23 Und der Rat Ahitophels, den er in jenen Tagen gab, galt wie das Wort Gottes
- 2 Sam 17,23 Als aber Ahitophel sah, dass sein Rat nicht ausgeführt wurde, sattelte er seinen Esel, machte sich auf und ging heim in seine Stadt; und er bestellte sein Haus und erhängte sich; und er starb

Identität durch Erfolg - Nein?

- Luk 17,10 So sollt auch ihr, wenn ihr alles getan habt, was euch aufgetragen ist, sagen: Wir sind weiter nichts als Knechte; wir haben getan, was wir zu tun schuldig waren.



Corinne Suter

Nach dem Olympiasieg in der Abfahrt ging sie ins Hotel und starrte die Zimmerwand an.

26

Identität durch Vergleichen?

- 1Sam 22,7 Da sagte Saul zu seinen Dienern, die bei ihm standen: Hört doch, ihr Benjaminiten: Der Sohn Isais wird wohl auch euch allen Felder und Weinberge geben! Er wird wohl euch alle einsetzen als Anführer über tausend und als Anführer über hundert,

Identität durch Schönheit?



TABITHA BÜHNE HAT EIN LEBEN LANG NACH SCHÖNHEIT GESUCHT -
SO LANGE, BIS SIE FAST DARAN ZERBROCHEN IST. (FOTO: ZVG)

«Ich werde nie aufhören»:
Niclas (18) zeigte schon
Tausende Falschparker an

SEITE 2

Niclas Matthei aus Sachsen-Anhalt verzeigt
seit drei Jahren Falschparker in ganz Deutschland.
Jetzt ist er zur Internetsensation geworden. 20min/THS

„gegen etwas
sein“
ist noch keine
Identität

„gegen etwas zu sein“ ist keine Identität

- Gegen „Grüne“ oder „Linke“ oder „Rechte“ zu sein
- Gegen Abtreibung zu sein
- Gegen Homosexualität zu sein
- Gegen Scheidung zu sein
- Gegen Gender Mainstream zu sein
- Gegen Corona Massnahmen zu sein
- Gegen Kinobesuch zu sein
- Gegen Fleischkonsum zu sein

NB: Christen sollten sich nicht dadurch definieren, dass sie gegen etwas sind

Gruppenarbeit

Identität nach dem Sündenfall: Angst – nackt-verstecken 1Mo 3,10

- Wie zeigt sich bei Ungläubigen die obige Identität in ihrem Leben
- Wie begegnet Gott uns Gläubigen bezüglich den Themen „Angst – nackt- verstecken“
- Was können wir für den Umgang mit Ungläubigen und mit Gläubigen lernen, wenn wir über die Identität des Menschen „Angst – nackt-verstecken“ Bescheid wissen