

## Selbsthilfegruppe zu kulturellen Identitätsfragen



*“Wer zugleich seinen Schatten und sein Licht wahrnimmt, sieht sich von zwei Seiten, und damit kommt er in die Mitte.”*

*Carl Gustav Jung*

Wir leben in der Schweiz, einem Land mit grosser kultureller Vielfalt, wo verschiedenste Kulturen sich täglich begegnen. Themen wie Migration, Nationalität und damit verbundener Identität und Zugehörigkeit sind von immenser Bedeutung.

Das Zusammenleben von Menschen mit unterschiedlichen Kulturen erfordert Assimilation, Integration aber manchmal auch Abgrenzung – Folgende Themen können einen im Zusammenhang mit der eigenen Identität stark beschäftigen:

- Was ist unsere „eigene Kultur“ und was ist die „Kultur der Anderen“ oder wie „lebe“ ich in der Kultur der Anderen ohne mich zu verlieren?
- Was bedeutet „Heimat“ für mich?
- Wer bin ich in der Schweiz, in der neuen Welt, und wer darf ich oder soll ich sein?
- Gibt es einen Assimilationszwang in dem nur eine Kultur existieren kann? Muss ich meine eigene Kultur aufgeben?
- Wie weit beeinflusst die Migration unser eigenes Identitätsbild?

Zahlreiche Fragen, die zur Reflexion und zum Austausch einladen. Fühlen Sie sich angesprochen und hätten Sie Lust, in einer Gruppe Ihre Erfahrung zu teilen? Sie sind willkommen! Für mehr Informationen wenden Sie sich an: