



DEAF  
CULTURE,  
HERITAGE AND  
DIVERSITY

Deaf Studies | Workshop

# Psychische (mentale) Gesundheit und Wohlbefinden

Entwicklung der Identität und des Selbstwertgefühls von Gehörlosen

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des/der Autor(en) und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



**Co-funded by  
the European Union**

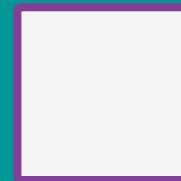


# Warum sind wir hier?



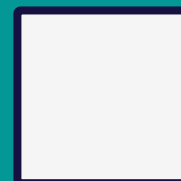
## Entdecke die Gehörlosen-Identität

Entdecke was es bedeutet,  
gehörlos zu sein



## Steigerung des Selbstwertgefühls

Wie kann ich mich gut fühlen?



## Gemeinsam teilen

Aktiv sein und Vernetzung



# Was ist Identität?



Jeder hat seinen eigenen Eisberg!  
Einige Teile der Identität sind sichtbar, viele liegen „unter der Oberfläche“.

# Meine Identität Eisberg-Aktivität



## über dem Wasser

Zeichne, was die Leute von dir sehen

## unter dem Wasser

Zeichne, was sich im Inneren verbirgt

## sei kreativ

verwende Zeichnungen, Aufkleber,  
Symbole

## Austausch

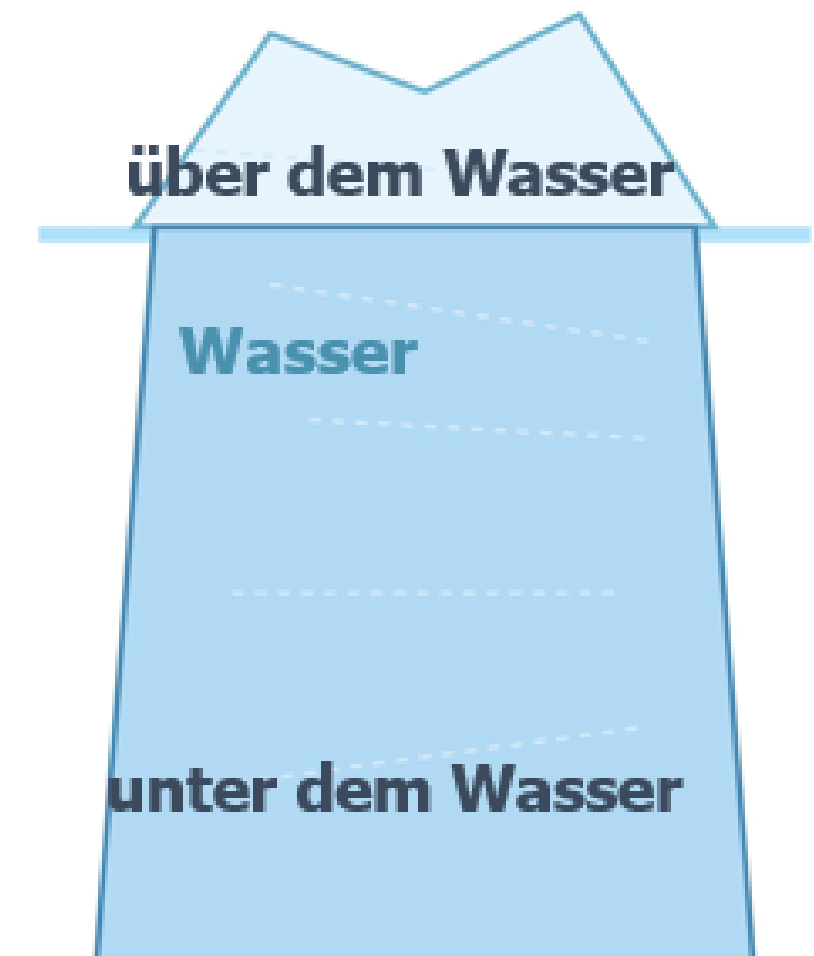
Erzähle von deinem Eisberg

## Identität - Eisberg

### Anweisungen:

Zeichne oder schreibe in den Eisberg, oder verwende Aufkleber.  
Über Wasser: Eigenschaften, die andere Leute leicht erkennen können.

Unter Wasser: Eigenschaften, die nicht immer sichtbar sind.  
(z.B. Sprache, Familie, Werte, Erfahrungen, Hobbies, Träume, Gefühle)



### Ideen für „über dem Wasser“

- Wie kommunizierst du (Gebärdensprache, Sprechen)
- Wie siehst du aus.
- Verhalten, Kleidung
- Ideen für „unter dem Wasser“
- Familie, Kultur, Identität

# Diskussion über die Identität von Gehörlosen

## **Was bedeutet "gehörlos"?**

Was ist deine Definition,  
deine Erfahrungen?

## **Wie haben sich die Gefühle verändert?**

Reflektiere deine  
eigene Entwicklung.

## **Wer hat geholfen?**

Wer hat dich  
unterstützt?  
Wer hat dir Probleme  
und Barrieren bereitet?

# Inspirierende Geschichten

## Gemeinsam schauen

Beobachte, wie sich die Geschichte einer gehörlosen Person entfaltet.

Achte auf ihre Herausforderungen und Erfolge

- **Videozeit:**  
Triff coole gehörlose Menschen, die ihre Geschichten teilen.
- **Video:**
- <https://mubi.com/en/films/deaf-child/trailer>
- <https://www.imdb.com/title/tt7315798/>
- - **Gehörloses Kind** (Deaf Child) 2017

## Reflektieren

Vor welchen Herausforderungen stand sie?

Was hat zum Erfolg verholfen?

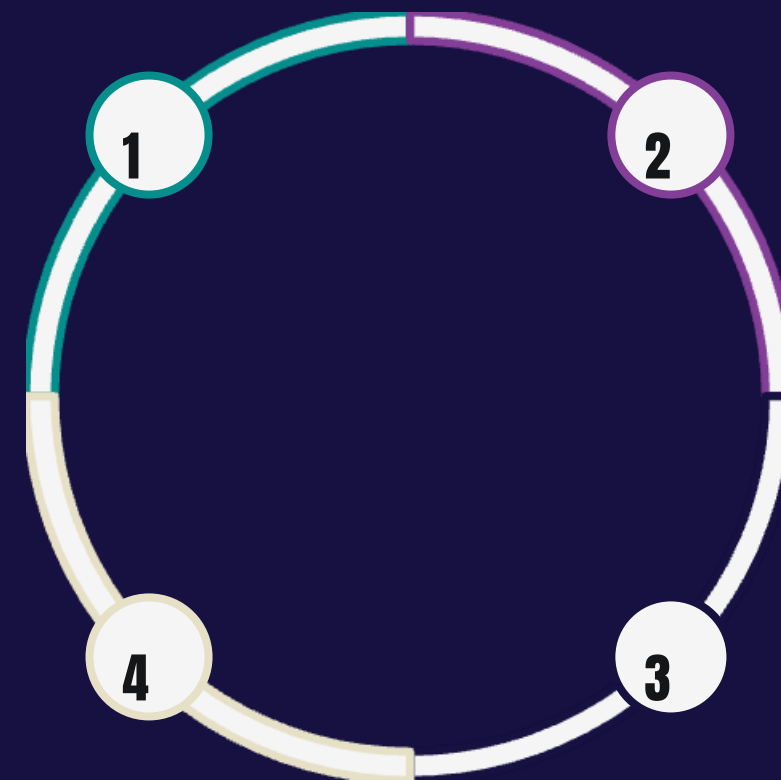
Was war am meisten inspirierend?



# Wo gehöre ich hin?

**Familie**  
familiäre Verbindungen

**Gehörlosen-Gemeinschaft**  
kulturelle Zugehörigkeit



**Schule**  
Lernumgebung

**Freunde**  
soziale Verbindungen

Gehe zu dem Punkt, der am besten zu dir past.  
Warum hast du dich für diesen Punkt entschieden?



# Barrieren & Unterstützung

- 1 Gruppen-Bildung**  
Arbeit in kleinen Teams
- 2 Gestalte ein Plakat**  
Linke Seite: Barrieren,  
rechte Seite: Unterstützung
- 3 Seid kreativ**  
Bilder, Aufkleber, Symbole willkommen
- 4 Präsentieren**  
Präsentiere dein Poster mit anderen



## CREATIVE WORKSHOP



Source: Image generated by ChatGPT



Co-funded by  
the European Union

# Aufbau des Selbstwertgefühls



## Positive Selbstgespräche

Sei jeden Tag  
nett zu dir  
selbst.



## Feiere Erfolge

Erkenne  
kleine Erfolge  
an.



## Unterstützung finden

Vernetze dich mit  
Role Models.



Source: Image generated by ChatGPT



Co-funded by  
the European Union

# Gehörlosen-Gemeinschaft

## Verbindung

### An Veranstaltungen teilnehmen

Triff dich mit anderen (z.B: Gehörlosenclubs)

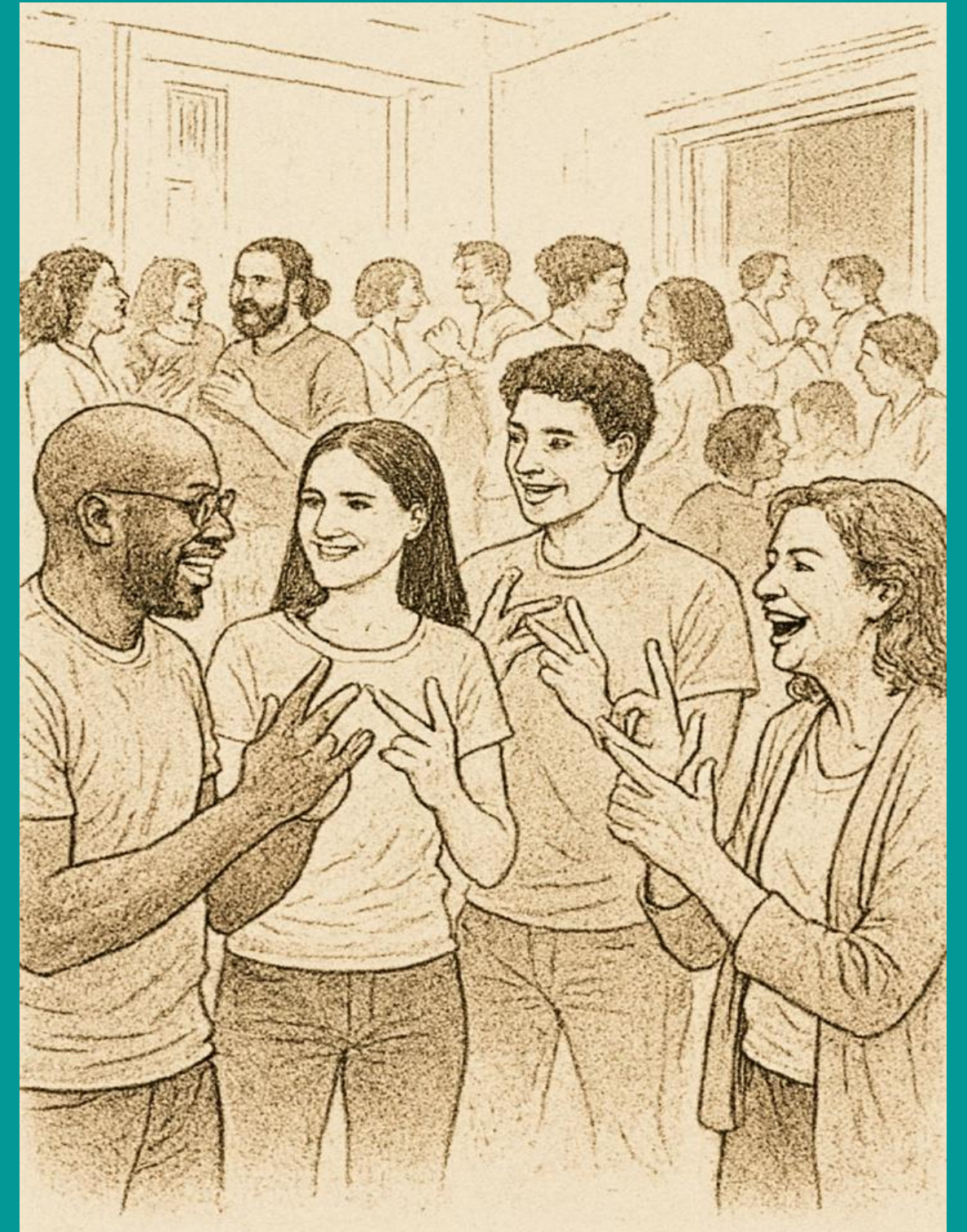
### Kultur kennenlernen

Entdecken die Geschichte und Kultur der Gehörlosen

### Freunde finden

Baue dauerhafte Beziehungen in de Gehörlosengemeinschaft auf.

**Du bist nicht alleine! Triff dich mit anderen, die deine Sprache und Erfahrungen teilen.**



Source: Image generated by ChatGPT



Co-funded by  
the European Union

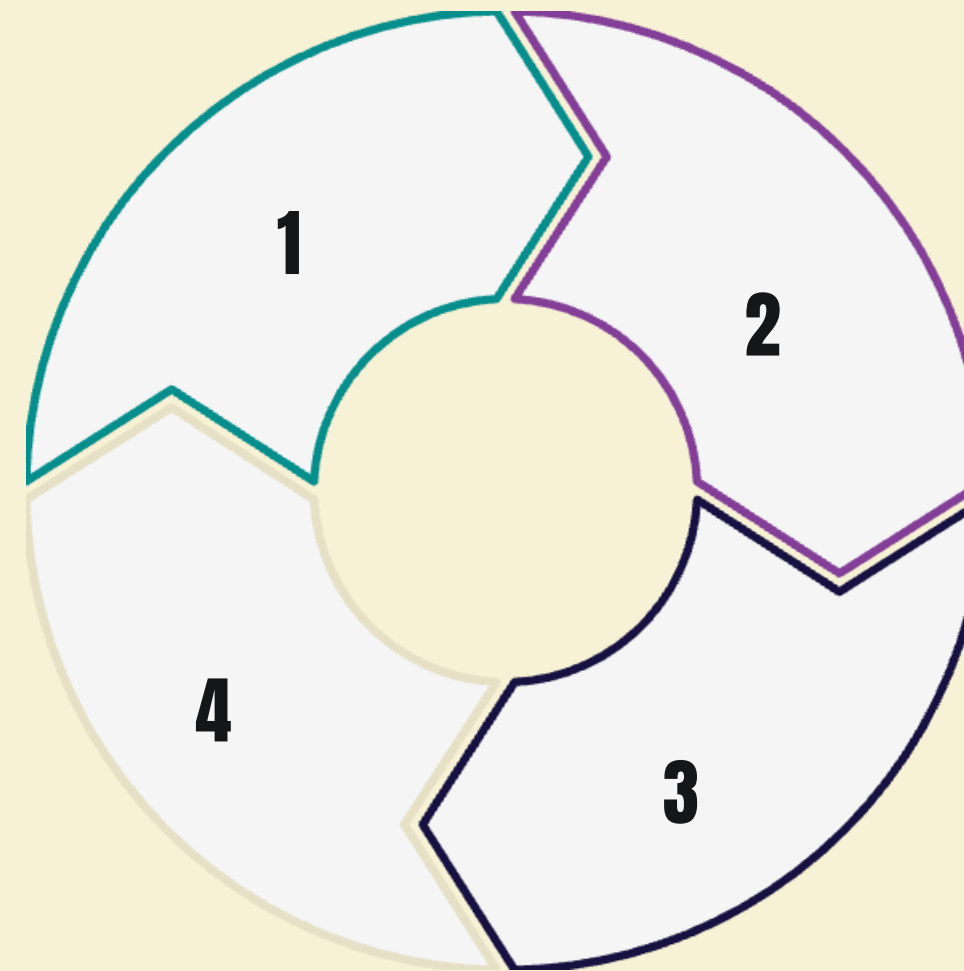
# Reflexion & Reatktion

## Zeichnen oder Schreiben

Was hast du heute gelernt?

## Handeln

Wende das Gelernte an.



## Gefühl ausdrücken

Ein Wort oder Emoji

## Teilen

Präsentiere deinen Kreis.



DEAF  
CULTURE,  
HERITAGE AND  
DIVERSITY

# Vielen Dank!

**1**

**einzigartig**

Du bist wertvoll.

**100%**

**Stolz**

Sei stolz auf deine  
Gehörlosen-Identität

**∞**

**Untertütznng**

immer verfügbar

**Sei stolz auf deine Gehörlosenidentität!  
Es gibt immer Unterstützung, wenn du etwas  
brauchst.**



Source: Image generated by ChatGPT



Co-funded by  
the European Union

# Kontakt



www://

<https://deafstudies.eu/>



Deaf Culture, Heritage and Diversity



@deafstudies.eu

**TURKOOIS**



**Innosign**

**Witaf**  
Seit 1865 im Dienste der Gehörlosen



ISTITUTO DEI SORDI  
DI TORINO