

Welcher Nonkonformitäts-Typ bist du?

Anleitung

- Beantworte jede Frage mit **Ja = 2 Punkte**, **Manchmal = 1 Punkt**, **Nein = 0 Punkte**.
- Addiere die Punkte pro Typus.
- Der Typ mit der höchsten Punktzahl zeigt deine stärkste Neigung. Mischungen sind normal!

1. Ironisch-satirisch

- Nutze ich Humor oder Ironie, um meine Meinung auszudrücken?
- Habe ich Spaß daran, Übertreibungen oder Parodien einzusetzen?
- Traue ich mich, auch in ernsten Kontexten mit Witz zu irritieren?
- Fühle ich mich wohl, wenn andere über meine Pointen nachdenken müssen?

2. Utopisch-visionär

- Stelle ich mir oft vor, wie die Dinge ganz anders laufen könnten?
- Erzähle ich anderen gerne von besseren Zukünften oder Alternativen?
- Fühle ich mich inspiriert, wenn ich über Visionen spreche, auch wenn sie unrealistisch wirken?
- Bin ich frustriert, wenn Diskussionen nur um Machbarkeit kreisen?

3. Solidarisch-empathisch

- Ergreife ich gerne Partei für Menschen, die überhört oder ausgelacht werden?
- Versuche ich leise Stimmen in Gruppen zu integrieren?
- Fühle ich mich manchmal als Vermittler*in zwischen schwächeren und stärkeren Personen oder Gruppen?
- Bin ich bereit, Beliebtheit zu riskieren, um jemand anderen zu unterstützen?

4. Verweigernd

- Sage ich bewusst Nein zu Erwartungen, auch wenn es unbequem ist?
- Habe ich schon mal bewusst an einem Ritual oder Meeting nicht teilgenommen?
- Lasse ich Dinge liegen, wenn ich sie für unsinnig halte?
- Macht es mir nichts aus, nicht alles mitzumachen und damit aufzufallen?

5. Verlangsamend

- Antworte ich manchmal absichtlich nicht sofort auf E-Mails oder in Gesprächen?
- Gönn mir Pausen, auch wenn oder gerade weil mein Umfeld gehetzt ist?
- Fühle ich mich wohler, wenn Dinge gründlich anstatt schnell erledigt werden?
- Habe ich das Gefühl, gegen eine Beschleunigungslogik anzuleben?

6. Ästhetisch-symbolisch

- Nutze ich Kleidung, Sprache oder Körpersprache als Zeichen einer Nonkonformität?
- Macht es mir Spaß, Dresscodes subtil zu unterlaufen?
- Habe ich das Gefühl, bereits vom Aussehen und Auftreten anders zu sein?
- Würde ich sagen: „Mein Auftreten ist auch ein Statement“?

7. Kreativ-experimentell

- Habe ich Lust, Routinen bewusst anders zu gestalten?
- Erfinde ich neue Methoden, auch wenn andere irritiert sind?
- Macht es mir nichts aus, wenn Experimente misslingen, solange sie zu neuen Erkenntnissen führen?
- Sage ich gern: „Lasst uns mal was anderes ausprobieren!“

8. Subversiv

- Nutze ich gerne kleine Sticheleien oder ironische Seitenhiebe?
- Verändere ich offizielle Abläufe insgeheim ein bisschen?
- Macht es mir Spaß, Strukturen still zu unterwandern?
- Bin ich eher der/die „leise Störer*in“ im System?

9. Alternativer Lebensstil

- Kaufe ich bewusst nicht das Neueste, sondern Alternativen?
- Habe ich Freude an Second-Hand, DIY oder Minimalismus?
- Empfinde ich Verzicht nicht als Verlust, sondern als Freiheit?
- Denke ich: „Mein Alltag ist auch ein Statement gegen Trends“?

10. Zivilcouragiert

- Spreche ich Dinge offen an, wenn andere schweigen?
- Habe ich schon einmal eingegriffen, wenn jemand unfair behandelt wurde?

- Bin ich bereit, Ärger auf mich zu ziehen, um andere zu schützen?
- Würde ich mich als mutig im Sinne von Zivilcourage beschreiben?

Auswertung

- **0–3 Punkte:** Diese Form liegt dir weniger.
- **4–6 Punkte:** Diese Strategien nutzt du gelegentlich, sie sind Teil deines Repertoires und sicherlich ausbaufähig.
- **7–8 Punkte:** Diese nonkonformistischen Strategien sind offenbar ein großer Teil deines Alltags.