



INCLUSIVE
ORGANISATIONS



Das ABC über junge rassismus- betroffene Menschen



Funded by
the European Union





Das ABC über junge rassismusbetroffene Menschen

Version A und B

Zweck

Einführung in das Thema unsichtbarer Rassismus und spezifische Konzepte, um Teilnehmende zu befähigen, Mikroaggressionen zu erkennen und entgegenzuwirken.

Ziele

- Einführung der Teilnehmenden in das Konzept von Rassismus und der Bedeutung von Machtverhältnissen
- Ermutigung der Teilnehmenden in einer Aktivität verschiedene Machtverhältnisse zu beobachten und reflektieren.
- Vertiefen des Wissens über unsichtbarem Rassismus und insbesondere Mikroaggressionen
- Die Teilnehmenden übernehmen eine Rolle, in der sie Rassismus ausgesetzt sind mit dem Ziel über verschiedene Perspektiven und Ebenen von Privilegien, Vorurteilen und Rassismus zu reflektieren

Dauer

3 Stunden und 20 Minuten

Raumanforderungen

- Sesselkreis
- Tische für die Gruppenarbeit
- Musikboxen
- Platz zum Aufstellen von zwei Flipcharts

Zielgruppe

Verschiedene Mitglieder der Organisation (Mitarbeitende, Freiwillige, Personen, die direkt mit jungen Menschen arbeiten)

Ablauf

1. Einführung (10min)





10min Trainer:innen begrüßen die Teilnehmenden. Alle stellen sich mit Name sowie Rolle in der Organisation vor und nennen ein Ding, dass denselben Anfangsbuchstaben wie ihr Namen hat. Anschließend stellen die Trainer:innen den Tagesablauf und die Ziele des Workshops vor.

2. Rassismus und Macht

30min Die Trainer:innen beginnen mit der Präsentation der Allport'schen Vorurteilsskala ([Constellations](#), S.16) mit Hilfe eines Flipcharts oder digitaler Materialien und stellen eine Verbindung her, wie Stereotypen und Vorurteile zu verschiedenen Handlungen von Rassismus und Diskriminierung auf unterschiedlichen Ebenen führen können und wie Machtverhältnisse dies beeinflussen.

In den 1970er Jahren schlugen US-amerikanische akademische Kreise, die sich mit Rassenbeziehungen und Rassismus befassten, eine sehr einfache Formel zur Erklärung von Rassismus vor: Rassismus= Vorurteil +Macht. Diese Gleichung ist nicht umstritten, aber, was diese Formel leistet, ist es Macht in das Gespräch über Rassismus einzubringen.

Als nächstes stellen die Trainer:innen die 3 Arten von Macht vor:

- politische Macht
- institutionelle Macht
- kulturelle Macht

Mit einer Reflexionsübung führen die Trainer:innen das Konzept von Macht und Privilegien ein:

Übung:

Stellen wir uns nun vor, dass Hautfarbe, ethnischer Hintergrund, Geschlecht, Geschlechtsidentität oder sexuelle Orientierung auch wie Pässe funktionieren können - sie würden es einem erlauben bestimmte Dinge leichter zu tun als andere. Lassen Sie uns ein paar Beispiele nennen:

- Aufgrund meiner Hautfarbe habe ich keine Angst, auf der Straße verbal oder körperlich belästigt zu werden, wenn ich die Straße entlang gehe.
- Aufgrund meiner Hautfarbe oder meines ethnischen Hintergrunds erwarte ich keine Schwierigkeiten, wenn ich versuche, eine Wohnung zu mieten.





- Aufgrund meiner Hautfarbe oder meines ethnischen Hintergrunds habe ich keine Angst, dass das, was ich sage, als Standpunkt der gesamten Gruppe angesehen wird.
- Aufgrund meiner Hautfarbe oder meines ethnischen Hintergrunds bin ich zuversichtlich, in einer Bar, einem Restaurant oder einem Geschäft bedient zu werden.
- Aufgrund meiner Hautfarbe oder meines ethnischen Hintergrunds nehme ich nicht an, dass Polizist:innen oder Richter:innen starke Vorurteile gegen mich haben.
- Ich habe keine Sorge, dass ich Schwierigkeiten haben werde Freunde zu finden wegen meiner Hautfarbe oder ethnischen Herkunft
- Ich habe keine Angst wegen meines Geschlechts am Arbeitsplatz als zu emotional oder herrisch angesehen zu werden
- Ich habe keine Angst wegen meines Geschlechts nicht eingestellt zu werden, weil ich Kinder bekommen könnte.
- Ich habe keine Angst wegen meines Geschlechts belästigt oder vergewaltigt zu werden, wenn ich die Straße entlang gehe.
- Ich habe keine Angst aufgrund meiner sexuellen Orientierung die Hand meiner Beziehungsperson in der Öffentlichkeit zu halten
- Wegen meiner sexuellen Orientierung benutze ich nicht gender-neutrale Worte und Pronomen für meine Partner:in, um nicht deren Gender zu offenbaren
- Wenn ich Medien konsumiere, sehe ich Menschen wie mich gut repräsentiert in Nachrichten und Geschichten.

Dies sind nur einige Beispiele für Privilegien von *Weiß*en, Männern und hetero Personen. Sie sind nur einige von Hunderten, wenn nicht Tausenden von Alltagssituationen, die Menschen, die der Mehrheit angehören, gar nicht in Betracht ziehen, weil sie Probleme darstellen, mit denen sie nicht wirklich konfrontiert sind. Ihr „Reisepass“ ist mächtiger als der von Menschen, die einer Minderheit angehören, denn er erlaubt es ihnen, leichter durch die Grenzen des Alltags zu navigieren, von deren Existenz sie oft nicht einmal wissen.

3. Machtverhältnisse





45min In dieser Aktivität erkunden die Teilnehmenden Gedanken und Gefühle in Bezug auf Macht und Ohnmacht, indem sie sich in die Lage einer Katze und einer Maus versetzen

(Handbuch Constellations)

1. Informiere die Teilnehmenden darüber, dass du ihnen eine Geschichte erzählen wirst. Sie können, deiner Stimme folgen und sich die Dinge vorstellen, die du sagst oder fragst. Lies den Text der Geschichte unterhalb zur Visualisierung vor.
2. Nimm ein Plakat, teile es mit einer Linie in zwei Teile und zeichne eine Katze auf der einen Seite und auf der anderen eine Maus. Frag die Teilnehmenden nach allen Gedanken, Gefühle und Handlungen der Katze und der Maus. Schreibe sie auf den jeweiligen Teil des Plakats.

Geschichte:

Atme tief ein. Versuch, deinen Körper zu entspannen. Schließ die Augen. Fühl dich wohl. Ich stelle mir vor, ich verlasse mein Klassenzimmer und gehe aus meiner Schule. Dort ist eine kleine Straße, die ich noch nie zuvor genommen habe. Ich beschließe, sie jetzt zu nehmen. Die kleine Straße führt zu einem alten, verlassenem Haus. Ich stehe vor der Tür, öffne sie und gehe in das Haus. Was ich vorfinde, ist ein sehr großer, dunkler Raum. Ich gehe in dem Raum herum und mein Körper beginnt zu zittern. Ich werde immer kleiner. Ich habe bereits die Größe eines Notizbuches und ich werde immer kleiner. Mir wachsen am ganzen Körper Haare, meine Zähne wachsen, und ich merke, dass ich zu einer kleinen Maus geworden bin. Wie fühle ich mich in der Position einer Maus? Wie sehe ich die Welt aus dieser Position? Plötzlich öffnet sich die Tür des Hauses und eine große Katze erscheint und beginnt, um das Haus herumzulaufen. Wie fühle ich mich? Was denke ich? Die Katze sieht mich plötzlich an und beginnt in meine Richtung zu laufen. Sie kommt näher und näher. Was kann ich tun? Wie fühle ich mich?

Gerade als die Katze fast an meiner Seite ist, verwandelt sich mein Körper wieder, ich werde eine Katze, und die Katze wird zur Maus. Wie fühle ich mich in diesem Moment? Wie sehe ich die Welt, wenn ich jetzt eine Katze bin? Wie sehe ich die Maus? Ich entscheide, was ich mit der Maus mache. Dann tue ich es einfach. Mein Körper zittert wieder und beginnt seine Form und Größe wiederzuerlangen. Nachdem ich meine Form und Größe wiedererlangt habe, verlasse ich das Haus und gehe zurück in die Schule. Ich steige die Treppe zu meiner Klasse hinauf und setze mich hin...Und allmählich öffnen wir unsere Augen.





Nachbesprechung:

- Wie hast du dich als Maus gefühlt?
- Wie hast du dich als Katze gefühlt?
- Was hast du gedacht, als du die Maus warst? Was hast du getan?
- In welcher Situation hast du dich schwach gefühlt? In welcher Situation hast du dich Stark gefühlt?
- Wo würdest du lieber leben, in einer Welt, in der Katzen Mäuse fressen? Oder wo sie zusammen leben können?
- Wer sind die Katzen und Mäuse in eurer lokalen Gemeinschaft? Wer ist in der Gesellschaft in der die Machtposition? Und wer befindet sich in der Position der Unterwerfung?
- Warum mögen wir Macht?
- Was sind die Gründe für die Menschen in unterworfenen Positionen, dort zu sein? Und warum sind diejenigen, die Machtpositionen innehaben, dort?
- Wie hängt Macht mit Rassismus zusammen?
- Wie können wir einen Raum schaffen, in dem es keine Machtverhältnisse gibt?

Bei der Nachbesprechung sollten die Trainer:innen auf die Reaktion der Teilnehmenden achten, da es ein sensibles Thema sein kann. Stell sicher, dass wenn ein Prozess oder eine Diskussion eröffnet wird, diese auch abgeschlossen werden.

Pause (10min)

4. Unsichtbarer Rassismus und Mikroaggressionen

30min Diese Sitzung konzentriert sich auf spezifische Inhalte zu Mikroaggressionen, für die die Trainer:innen recherchieren und Materialien entsprechend vorbereiten sollten.

Wir stellen uns die Frage „Wie hängen Machtverhältnisse, Rassismus und Mikroaggressionen zusammen und beeinflussen das Leben von Individuen?“

Wenn wir von unsichtbarem Rassismus sprechen, beziehen wir uns auf die schädlichen Verhaltensweisen, die von der Gesellschaft als normal und akzeptiert angesehen werden. Die Linie, zwischen dem, was wir alle als Rassismus kennen, und dem, was unsichtbarer Rassismus ist, ist eine Linie der Toleranz. Einige Beispiele für unsichtbaren Rassismus sind Menschen, die rassistische Witze erzählen, oder den Kontakt mit einer Person, die einer anderen ethnischen Gruppe angehört, meiden, indem sie die





Straßenseite wechseln oder sich entscheiden, nicht mit einer Person auszugehen, die nicht weiß ist. Diese Verhaltensweisen werden zwar von vielen nicht als schädlich angesehen, führen aber zu Ausgrenzung, Angst und beeinträchtigen das Wohlbefinden von Menschen.

Im Anschluss daran gehen die Trainer:innen auf die folgenden Einzelheiten ein:

- Was sind Mikroaggressionen?
- Verschiedene Arten von Mikroaggressionen: Mikroangriff, Mikrobeleidigung, Mikroabwertung,
- Merkmale von Mikroaggressionen

Es wird empfohlen, dass die Trainer:innen verschiedene Handbücher studieren, die die Ihnen helfen, diese Einheit durchzuführen. Die Konzepte und Definitionen sind eventuell leichter zu verstehen, wenn Sie Flipcharts vorbereiten und Schlüsselwörtern in Sprechblasen oder Karten aufbereiten.

5. Tritt vor

30min Teilnehmende schlüpfen in eine rassismusbetroffene Rolle, mit dem Ziel unterschiedliche Perspektiven und Ebenen von Privilegien, Vorurteilen und Rassismus zu reflektieren. Die Teilnehmenden erfahren von Mikroaggressionen durch die Geschichte des somalischen Geflüchteten Ahmed. Sie sollen diese Mikroaggressionen identifizieren und durch Schritte nach vorn ausdrücken. (Constellations Manual)

- 1) Bereiten Sie genügend freien Platz vor und bitten Sie die Teilnehmenden, eine lange Reihe zu bilden.
- 2) Erklären Sie den Teilnehmenden, dass Sie eine Geschichte vorlesen werden, die in 17 Teile unterteilt ist. Nach jedem Teil müssen sie entscheiden, ob die beschriebene Situation im vorgelesenen Teil eine Form von Rassismus darstellt. Wenn ja, müssen sie einen Schritt nach vorne machen. Wenn nicht, bleiben sie an der gleichen Stelle stehen.
- 3) Bitte die Teilnehmenden, die Augen zu schließen, damit sie nicht von den Bewegungen der anderen beeinflusst werden. Beginne, die Geschichte von Ahmed vorzulesen.

Wiederhole jeden Teil mindestens einmal und lass den Teilnehmenden Zeit, um zu entscheiden, ob sie weitergehen wollen oder nicht.





Vergewissere dich, dass sie verstehen, wann jeder Teil der Geschichte zu Ende ist und ein neuer Teil beginnt. Bedenke, dass die Teilnehmenden sich mit geschlossenen Augen bewegen. Achte auf die Sicherheit.

- 4) Bitte die Teilnehmenden nach dem Ende der Geschichte, die Augen zu öffnen, sich im Raum umzusehen und sich anzusehen, wo sie sich im Vergleich zu den anderen befinden. Sie können ein paar erste Wortmeldungen drannehmen. Fordere dann die Teilnehmenden auf, sich zur Nachbesprechung in einen Kreis zu setzen.

Die Geschichte von Ahmed

1. Es ist der Beginn des Schuljahres, und es gibt ein neues Gesicht in der Klasse. Die Lehrerin stellt Ahmed vor, der nur „Hallo“ zur Klasse sagt und sich allein an einen leeren Tisch setzt. Die Klasse heißt ihn willkommen.
2. In der ersten Pause sprechen du und einige deiner Freunde Ahmed an, um ihn kennenzulernen. Einer deiner Freunde fragt laut: „Sprichst du unsere Sprache?“ und macht dabei eine Menge Gesten mit seinen Händen.
3. Ahmed antwortet ohne jede Spur eines Akzents, dass er die Sprache spricht und alles perfekt versteht. Ihr beginnt zu plaudern. Ein Freund von euch fragt, woher Ahmed kommt, und er antwortet, er sei „von hier“, da er aus einer nahen gelegenen Stadt zugezogen ist. Diese Antwort befriedigt nicht die Neugierde der Gruppe und jemand anderes fragt: „Aber woher kommst du wirklich?“.
4. Ahmed fühlt sich bei dieser Frage ein wenig unwohl, da er in diesem Land lebt, seit er zwei Jahre alt ist. Er erklärt jedoch, dass er schwarz ist, was vielleicht nicht in die allgemeine Norm der Gesellschaft passt, aber er fühlt sich einheimisch, da er keine andere Realität kennt. Jemand aus deiner Gruppe antwortet ihm, er solle sich keine Sorgen machen, „hier sind wir sind keine Rassisten, und es gibt nur eine Rasse - die menschliche Rasse“.
5. Im weiteren Verlauf des Schuljahres wird im Unterricht Unternehmertum und die Vorbereitung auf den Arbeitsmarkt diskutiert. Die Lehrerin fragt die Klasse, welches die wichtigsten Faktoren sind, um erfolgreich zu sein und einen Job zu bekommen. Ana antwortet, dass ihrer Meinung nach das





Wichtigste sei, hart zu arbeiten und dass jeder Erfolg haben kann, wenn er nur hart genug arbeitet.

6. Alle stimmen der Aussage zu, und Emy fügt einen Witz hinzu, dass das, was Ahmed zum Erfolg verhelfen wird, seine Originalität ist, weil er so aussieht. Die ganze Klasse lacht, auch Ahmed.
7. In der Pause geht Emy auf Ahmed zu und bestätigt, dass sie viel Spaß in der Klasse hatten. Sie berührt sein Haar und sagt, sie sei so fasziniert davon ist. „So exotisch“, sagt sie.
8. Mit der Zeit bekommt Ahmed einen Spitznamen in der Klasse: Somi, kurz für Somali. Die Mitschüler:innen scherzen manchmal, dass Somi für einen Schwarzen ziemlich intelligent ist.
9. Eines Tages gibt die Lehrperson im Matheunterricht die Tests zurück und sagt laut, dass Ahmed die höchste Punktzahl erreicht hat. Dan, der neben ihm sitzt, klopf ihm freundlich auf die Schulter und sagt: „Glückwunsch, Bruder, du bereitest deinen Leuten Ehre!“.
10. Du stehst mit deiner Mutter vor einem Geschäft und wartest auf deinen Vater. Ahmed sieht dich und kommt auf dich zu, um „Hallo“ zu sagen. In diesem Moment unterbricht deine Mutter ihn mit den Worten „Wir haben kein Geld“, weil sie annimmt, dass er betteln will.
11. Am nächsten Tag fühlst du dich schlecht wegen der Situation mit deiner Mutter und gehst zu Ahmed und sagst ihm, dass es dir leid tut. Ein Mitschüler hört das Gespräch und sagt: „Aber deine Mutter kann doch nicht rassistisch sein. Sie arbeitet mit Schwarzen in der Fabrik“.
12. In einer deiner Klassen erhältst du die Aufgabe, Plakate von Menschen zu erstellen die dir als Inspiration dienen. Du glaubst, dass dies andere in der ganzen Schule inspirieren kann. Ihr habt gute Arbeit geleistet, aber irgendwie hat niemand in der Klasse jemanden aufgenommen, der nicht weiß ist oder einer anderen Minderheit angehört.
13. Der Valentinstag steht vor der Tür und in deiner Schule ist es üblich, dass man Valentinsnachrichten an andere zu schicken. Deine Klassenkameradin Jane kommentiert: „Mal sehen mal sehen, wer die 'Glückliche' sein wird, die den Valentinsgruß von Somi bekommt. Ich hoffe, dass ich es nicht sein werde, ich stehe nicht auf schwarze Jungs.“
14. Eines Tages stellt Tino fest, dass sein Handy verschwunden ist. Er ist sich sicher, dass es in der Schule passiert sein muss, vielleicht sogar im Unterricht. Jemand nähert sich Somi und sagt ihm: „Wenn du das Handy zurückgibst, werden wir die Lehrer:innen nicht darüber informieren“.





15. Ahmed sagt, dass er es nicht war, aber niemand glaubt ihm. Mit der Zeit sprechen die Klassenkamerad:innen immer weniger mit ihm.
16. Ahmed stellt fest, dass er als einziger in der Klasse nicht zu einer Party eingeladen. Er fühlt sich sehr schlecht wegen der ganzen Situation.
17. Als Ahmed eines Tages in die Schule kommt, findet er einen Zettel auf seinem Schreibtisch, auf dem steht: „Geh zurück nach Afrika“.

Nachbesprechung:

- Wie fühlst du dich jetzt?
- Was denkst du darüber, dass die Teilnehmenden sich unterschiedlich positioniert haben? Warum glaubst du, ist das passiert?
- Welche Situationen waren am schwierigsten zu entscheiden und warum?
- Kannst du (mindestens) 5 Mikroaggressionen aus der Geschichte benennen?
- Welche der Mikroaggressionen waren am unangenehmsten für dich und warum?
- Wie würdest du rassistische Mikroaggressionen definieren?
- Was hat dazu beigetragen, dass Ahmed am Ende vollkommen ausgeschlossen war?
- Beeinflussen unterschiedliche Mikroaggressionen Ahmed individuell oder in Kombination. Wie verändert das die Wirkung auf Ahmed?
- Wann ist der richtige Moment, um auf eine Mikroaggression zu reagieren? Und wie können wir reagieren?
- Hast du so etwas ähnliches schonmal in echt erlebt? Was war die Situation? Hast du darauf reagiert und wenn ja, wie?
- Warum ist es manchmal schwierig, auf rassistische Handlungen und Aussagen von Leuten, die einem nahe stehen zu reagieren? Was sind gute Strategien, um darauf zu reagieren?

Tipps für Trainer:innen: Diese Aktivität ermutigt die Teilnehmenden, verschiedene Perspektiven zu sehen und zu verstehen. Achte auf die Gruppe und sei darauf vorbereitet, sensible Diskussionen zu moderieren, damit sich jede:r gehört und einbezogen fühlen.

6. Abschluss und Auswertung

10min Zum Abschluss der Sitzung setzen sich die Teilnehmenden in einen Kreis und die Trainer:innen beginnen mit einer Zusammenfassung der im Workshop durchgeführten





Aktivitäten. Danach werden alle Teilnehmenden aufgefordert, eine wichtige Erkenntnis aus dieser Sitzung und einen Reflexionspunkt für die Zukunft mitzuteilen.

Materialien

- Constellations Handbuch: <https://epale.ec.europa.eu/en/resource-centre/content/constellations>
- Drucke die Bilder von S. 78 bis S. 82 aus (10 Bilder pro Gruppe)
- Flipcharts
- Marker
- Stifte
- Post Its in mindestens zwei verschiedenen Farben

Tipps für Trainer:innen

Fördere die Schaffung eines safer spaces, indem du Grundregeln für einen respektvollen Dialog aufstellen und dabei Einfühlungsvermögen und Zuhören betonen.

Sei bereit, mögliche Diskussionen zwischen den Teilnehmenden zu führen und - falls nötig - zu beenden.

