

Grundgedanken zum Reagieren auf / Umgang mit diskriminierenden bzw. herabwürdigenden Äußerungen

Was ich selbst als hilfreich für meine Handlungsfähigkeit in sozialen Situationen erlebe, in denen ich mit solchen Äußerungen konfrontiert bin und mich dazu verhalten möchte:

1. mir zunächst darüber klar werden, worum es in der konkreten Situation A. für mich (als Adressaten, Betroffenen und/oder Zeugen) geht, B. für mein „Gegenüber“ – die Person, die sich in meinen Augen diskriminierend / herabwürdigend äußert – und gegebenenfalls C. für adressierte und/oder davon (vermutlich) betroffene anwesende Dritte gehen könnte
z. B. um eine (beabsichtigte oder unbeabsichtigte?) Herabwürdigung, Beleidigung oder Verletzung der persönlichen Integrität | ein selbstbewusstes Auftreten im Sinne einer menschenverachtenden Überzeugung | eine bewusste Provokation bzw. ein „Grenzen austesten“ | die (vorurteilsbehaftete) Äußerung einer (vermeintlichen) Tatsache, oder einer („durch die Meinungsfreiheit gedeckten“) Auffassung oder einer (zu meiner eigenen konträren) Werthaltung | Ausdruck einer negativen Gefühlslage und/oder einer „Erfahrung“
2. mir dann über mein vorrangiges (möglichst „realistisches“) Ziel in dieser Situation klar werden – also darüber, was (und wen vor allem) ich mit meiner Reaktion erreichen möchte
z. B. mich selbst bzw. meine Grenzen „behaupten“ | anwesende Betroffene unterstützen, oder stärken | eine klare Grenze setzen: das Verhalten unterbinden | wahrheitswidrigen Sachbehauptungen widersprechen | eine konträre Überzeugung oder Werthaltung vertreten und „stark machen“ | mein Gegenüber (und/oder Dritte) „erreichen“, „Denkanstöße“ geben (statt „überzeugen“), „Widerhaken“ in starre Überzeugungen setzen
3. mich schließlich für eine Reaktion entscheiden, die meiner Einschätzung der konkreten Situation (1.) Rechnung trägt, für die Erreichung meines Ziels (2.) geeignet erscheint sowie meinen „Ressourcen“ und meiner aktuellen Gefühlslage entspricht

„Kommunikationstheoretische“ Überlegungen und Anregungen:

- Wenn es mein (vorrangiges) Ziel ist, (zwecks Selbstbehauptung, des „Schutzes“ Dritter und/oder der Durchsetzung einer unverhandelbaren „Regel“) *eine Grenze und damit mich durchzusetzen*, stellt sich für mich die Frage, wie ich das so deutlich und „autoritär“ wie nötig und mein Gegenüber so wenig verletzend und als Person abwertend wie möglich kommunizieren kann. Folgende „Prinzipien“ dienen mir dabei als Orientierung:
„Ich-Botschaften“ lösen weniger Abwehr aus als „Du-Botschaften“ und verringern die Wahrscheinlichkeit einer Eskalation. Dazu gehört: konkret benennen / beschreiben, was ich beobachtet habe („Sachebene“) und nicht akzeptabel finde | die dadurch verletzte (moralische, institutionelle und/oder juristische) Norm benennen, gegebenenfalls auf deren „Verankerung“, z. B. in der Hausordnung, in Gesetzen etc. hinweisen | meine Ablehnung dieses Verhaltens unter Umständen (zusätzlich oder alternativ) persönlich begründen („Selbstoffenbarung“); eine konkrete klare Aufforderung formulieren („Appell“).
- Je wichtiger mir (neben oder an Stelle einer „Grenzsetzung“) das Ziel ist, *mein Gegenüber (kognitiv und im Idealfall auch emotional) zu „erreichen“, seine*ihre (wahrheitswidrigen) Annahmen, Voreingenommenheiten oder Einstellungen zumindest „anzukratzen“ oder gar zu „erschüttern“* („argumentativ überzeugen“ erscheint mir zumindest bei gefestigten, emotional verankerten und für das Selbst- und Weltbild eines Menschen bedeutsamen Einstellungen völlig unrealistisch!), desto wichtiger finde ich es,
 - *auf der Beziehungsebene „schädliche“ Kommunikationsmuster zu vermeiden – z. B.: „von oben herab“ auftreten, unterstellen, interpretieren (meinem Gegenüber erklären, was mit ihm*ihr los ist), belehren, (die Person) bewerten, moralisieren, demütigen ...*

Konkrete Anregungen für eine Gesprächsführung mit o. g. Zielsetzung:

- *nachfragen (je nach Situation kritisch-herausfordernd oder neutral-interessiert – gegebenenfalls „aktiv zuhören“: mich vergewissern, dass ich mein Gegenüber richtig verstanden habe), statt gleich mit Argumenten „gegenzuhalten“*
 - *wahrheitswidrigen Sachaussagen widersprechen: sachlich, möglichst einfach und ruhig Fakten benennen (– gegebenenfalls auch im Hinblick auf zuhörende Dritte), ohne meinerseits in „Schwarz-Weiß-Mustern“ zu argumentieren, ... dabei aber Grenzen von „Sachargumenten“ (Fakten, Daten etc.) im Auge behalten (vor allem gegenüber Gefühlen oder Erfahrungen, moralischen Überzeugungen / Werthaltungen oder stark verinnerlichten Vorurteilen) und sie „sparsam dosieren“*
 - *Vorurteile, Stereotype oder entsprechende Verallgemeinerungen kann ich (z.B. mit (selbst-)ironischen oder „paradoxen“ Analogien) kritisch hinterfragen, zum Perspektivwechsel anregen oder auf der Metaebene den „Mechanismus“ dahinter thematisieren.*
 - *Gefühle, die ich bei meinem Gegenüber wahrzunehmen meine, oder konkrete persönliche Erfahrungen, mit denen er*sie z. B. Ressentiments begründet, sollte ich ernst nehmen und nicht als „falsch“ darstellen oder „abwiegel“n. Gefühle und (mutmaßlich) „dahinter steckende“ Bedürfnisse kann ich benennen bzw. widerspiegeln und dann unter Umständen die (zugeschriebene Verantwortung) bestimmter Gruppen oder die Verallgemeinerbarkeit konkreter Erfahrungen hinterfragen.*
 - *Über die „Richtigkeit“ wertebasierter Überzeugungen oder von Werthaltungen lässt sich nur begrenzt sinnvoll streiten – anders etwa als bei Kontroversen in Sachfragen. Gegenüber Menschen, die wertebegründet gruppenbezogene Ressentiments oder aus meiner Sicht diskriminierende Auffassungen vertreten, kann es meines Erachtens aber durchaus sinnvoll sein, meine eigene, „andere“ Werthaltung darzulegen und persönlich zu begründen.*
- Wenn ich diskriminierende Äußerungen allerdings als so massiv bzw. menschenverachtend empfinde, dass sie mich selbst, anwesende Dritte und/oder für mich unverrückbare Normen verletzen, finde ich es geboten, meine Reaktion so zu gestalten, dass bei meinem Gegenüber (bei allem Bemühen um „gewaltfreie“ Kommunikation meinerseits und einer Akzeptanz unterschiedlicher „Meinungen“) die klare Botschaft ankommt, dass eine Wiederholung eines solchen Verhaltens nicht toleriert werden wird.

Über die individuelle Reaktion auf diskriminierende oder herabwürdigende Äußerungen hinaus ist in solchen „schweren Fällen“ in Institutionen zu überlegen, ob

- verletzte Beteiligte anschließend Unterstützung brauchen,
- Verantwortungsträger*innen der Institution informiert werden sollten, und/oder
- Konsequenzen auf institutioneller Ebene (Unterstützungs-, Präventionsmaßnahmen und/oder Sanktionen) sinnvoll erscheinen.

Rainer Spangenberg, Politikwissenschaftler und Erwachsenenbildner; Zusatzausbildungen zu Systemischer Beratung, zum Mediator, Anti-Bias-Trainer sowie Multiplikator für Vorurteilsbewusste Bildung und Erziehung; seit 2002 als Regionalreferent für Bildung und Integration in der Trebbiner Niederlassung der RAA Brandenburg zuständig für die Landkreise Teltow-Fläming und Dahme-Spreewald

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vorurteilsbewusst-inklusive Pädagogik in Kindertageseinrichtungen und Jugendarbeit
- Interkulturelle bzw. Diversity-Kompetenzen und Vielfaltsorientierte Organisationsentwicklung
- Zuwanderung, Flucht, Aufenthaltsrecht und Asylpolitik – Aufnahme, Integration und Teilhabe von Migrant*innen und speziell Geflüchteter in Gemeinwesen und Bildungseinrichtungen
- Diskriminierung und Diskriminierungsschutz
- Umgang mit Erscheinungen gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit und Ausgrenzung

Kontakt Daten: E-Mail: r.spangenberg@raa-brandenburg.de, Mobil: +49 1520 1405303