



Sprachlos?

6 gute Reaktionen auf Alltagsrassismus

Dein Kollege macht fremdenfeindliche Witze beim Feierabendbier.

Dein Onkel macht sich beim Familienessen über deine ausländische Schwägerin lustig.

Deine Kollegin äussert sich beim Vereinsessen abschätzig über Flüchtlinge.

...



Sei bereit!

Du wirst wieder einer solchen Situation begegnen. Grübele deshalb nicht länger darüber nach, warum du diesmal nichts gesagt hast. Überlege dir vielmehr, was du das nächste Mal sagen willst. Und versprich dir selber, bei der nächsten solchen Situation deine Stimme zu erheben.

Du musst nicht immer Gegenargumente und Faktenwissen einbringen. Gerade gegenüber nahestehenden Personen können offene Fragen sinnvoller sein – zum Beispiel: „Warum sagst du so was?“ oder „Wie kommst du zu dieser Meinung?“



Bleib beim Gesagten!

Sprich direkt die Äusserung oder das Verhalten an. Mach der anderen Person deutlich, was das Gesagte bedeutet: „Du hast gerade gesagt, dass... Du wirfst damit eine ganze Gruppe in einen Topf. Willst du das wirklich sagen?“ Sprich über das Gesagte, nicht über die Person. Verzichte dabei auf Bewertungen, Etikettierungen oder belastete Begriffe. Greifst du die Person an („Du bist rassistisch“), wird jede Gesprächsbereitschaft kaputt gemacht.



Appelliere an gemeinsame Werte!

Bei nahestehenden Personen (Familienangehörigen, Freundinnen und Freunden) kannst du gemeinsame Werte und Haltungen in Erinnerung rufen. Etwa: „Du hast immer gerne mit mir debattiert. Wir hatten oft unterschiedliche Meinungen, blieben aber sachlich. Jetzt erschrecken mich deine pauschalisierenden Aussagen.“ Menschen sind vielschichtig – was eine Person in einem Moment äussert, stimmt nicht zwingend mit ihrer sonstigen Haltung überein.



Setze Grenzen!

Wir können das Verhalten von anderen nicht kontrollieren. Aber wir können Grenzen setzen und beispielsweise sagen: „Ich möchte in meiner Anwesenheit keine solchen Witze hören.“ Haltungen lassen sich nur schwer verändern, aber wir können dafür sorgen, dass diskriminierende Äusserungen im Moment gestoppt werden und damit keine Plattform bekommen. Gerade gegenüber Personen, die auf ihrer „Redefreiheit“ oder der „Tradition“ bestimmter Begriffe beharren, ist diese Reaktion wichtig. Betone deine Freiheit, nicht von rassistischen Äusserungen belästigt zu werden.



Finde Verbündete! Sei Verbündete/r!

Finde Verbündete, die dein Anliegen teilen. Konzentriere dich nicht nur auf die Person, die sich diffamierend äussert. Oft sind andere Personen anwesend, die du gewinnen kannst, um dich zu unterstützen.

Biete dich selbst auch als Verbündete/n an: indem du ebenfalls das Wort ergreifst, oder durch Nicken, in der Nähe bleiben oder Blickkontakt die andere Person in ihrer Intervention bestärkst und ihr damit deine Unterstützung zusicherst.



Sei aufmerksam und geduldig!

Veränderungen geschehen langsam. Lass dich nicht von Einzelfällen entmutigen. Auch kleine Interventionen im Alltag machen einen Unterschied! Sie sind ein Schritt hin zu einer Stadt, die rassistische Aussagen nicht einfach stillschweigend hinnimmt.

Fotos: zvg Forumtheater Konfliktüre

Unterstützung und persönliche Beratung

Hast du einen rassistischen Vorfall erlebt oder beobachtet? Das **gggfon – Gemeinsam gegen Gewalt und Rassismus** – nimmt deine Meldung telefonisch oder per Email entgegen. Du bekommst beim gggfon kostenlos Beratung. Das gggfon bietet auch Informationen, Materialien und Workshops rund um Rassismus, Diskriminierung, Gewalt und Zivilcourage an.

Meldungen sind wichtig, auch wenn ein Vorfall nicht weiter verfolgt werden soll. Nur so kann Rassismus dokumentiert und thematisiert werden.

www.gggfon.ch, melde@gggfon.ch, 031 333 33 40

Informationen und Fachberatung

Die **Fachstelle für Migrations- und Rassismusfragen FMR** berät und informiert Abteilungen und Mitarbeitende der Stadtverwaltung zu allen Fragen rund um Rassismus, Diskriminierung und Migration. Das FMR bietet Fachinformationen sowie Workshops und Schulungen an und unterstützt Abteilungen der Stadtverwaltung insbesondere bei der diskriminierungsfreien Gestaltung ihrer Dienstleistungen (niemanden vom Zugang ausschliessen).

<https://www.bern.ch/fmr>, fmr@bern.ch, 031 321 60 36

Die 6 beschriebenen Tipps basieren auf den „Six steps to speaking up against everyday bigotry“ der US-amerikanischen Bürgerrechtsorganisation Southern Poverty Law Center SPLC, siehe www.splcenter.org/.