

# Jugendsozialarbeit

→ aktuell

Nummer 197

Juli 2021

Sehr geehrte Leser\*innen,

in der U-Bahn oder im Bus sind es manchmal nur Blicke, Worte oder Gesten. In der Kirche trifft sie vor allem Homosexuelle und Frauen, im Sportunterricht oft die mit Übergewicht. Sie trifft diejenigen, die auf Sozialleistungen angewiesen, einer Fremdsprache nicht mächtig sind oder einfach nur eine andere Hautfarbe haben.

Diskriminierung ist vielfältig – ganz egal, ob sie sich auf die Herkunft, das Geschlecht, die sexuelle Orientierung, die Weltanschauung oder auf etwas anderes bezieht.

Jemandem das Gefühl zu geben, nicht willkommen, nicht angenommen zu sein, findet nicht nur im täglichen Umgang miteinander statt. Die Abschottung Europas gegenüber Flüchtenden an der türkischen, griechischen oder nordafrikanischen Küste ist Diskriminierung in großem Stil. Welches Leid müssen diese Menschen eigentlich erfahren haben, dass sie dennoch dort ausharren und darauf hoffen, in eines jener Länder zu kommen, die ihnen so deutlich sagen, dass sie unerwünscht sind?

Diskriminierung macht krank. Sie hat psychische und physische Auswirkungen, mit denen wir sowohl in unserer professionellen Arbeit als auch im Alltag konfrontiert sind.

Wie Rassismus- und Diskriminierungserfahrungen bei jungen Geflüchteten und Zugewanderten wirken und wie wir Diskriminierungsformen und -wirkungen auf unterschiedlichen Ebenen begegnen können, schildert diese Ausgabe von *jugendsozialarbeit aktuell*.

Ich wünsche Ihnen eine informative Lektüre.



Stefan Ewers  
Geschäftsführer

## Rassismus und Diskriminierung - wie wirken sich diese Erfahrungen auf die Gesundheit aus?

Barbara Abdallah-Steinkopff

### Wie werden geflüchtete und zugewanderte Menschen in Deutschland wahrgenommen?

„Nach der Kölner Silvesternacht wurde ich als arabisch aussehender Junge dauernd als Macho beleidigt, manchmal auch körperlich bedroht und sogar einmal bespuckt. Und immer dann, wenn es einen Anschlag gegeben hat, ist es wieder schwierig mit dem Bus zu fahren – die Blicke und die Beleidigungen halte ich dann nicht aus.“ (Zitat eines jungen irakischen Geflüchteten)

### Erfahrungen von Mehrfachdiskriminierung

Geflüchtete machen aufgrund von Religionszugehörigkeit und Herkunft Erfahrungen von Mehrfachdiskriminierung. Ergebnisse einer Studie der Antidiskriminierungsstelle des Bundes (2016) zeigen auf, wie häufig Geflüchtete in Deutschland diese Erfahrungen machen. Insgesamt fast neun von 10 Organisationen (88%) geben an, dass Geflüchtete und Asylsuchende im Gespräch von Diskriminierungserfahrungen berichten. Ganz häufige Diskriminierungserfahrungen würden bei der Wohnungssuche sowie bei Ämtern und Behörden, insbesondere bei Jobcentern, Ausländerbehörden oder auf dem Standesamt, gemacht.<sup>1</sup>

Wie auch die Ergebnisse des SVR-Integrationsbarometers von 2016<sup>2</sup> bei 5.396 Personen mit und ohne Migrationsgeschichte zeigen, sind die herkunftsbedingten Diskriminierungserfahrungen in Deutschland breit gefächert: So berichten Menschen mit türkischer Herkunft vergleichsweise häufig von erlebter Diskriminierung.

Was die Daten aber auch zeigen, ist, dass die Wahrnehmung von Benachteiligungen

aktuell

Jugendsozialarbeit

Diskriminierung erfolgt auch aufgrund von Merkmalen, die mit der Sichtbarkeit des Migrationshintergrundes einhergehen. Diese visuellen Merkmale bleiben teils über Generationen erhalten, und die Betroffenen sind den durch Vorurteile und Rassismus ausgelösten Ausgrenzungen dauerhaft ausgeliefert.

neben der Religionszugehörigkeit auch mit der Sichtbarkeit des Migrationshintergrundes einhergeht. Mit anderen Worten: Wer eine dunkle Hautfarbe hat, ein Kopftuch trägt, für einen Deutschen oder eine Deutsche untypische Gesichtszüge hat oder mit deutlichem Akzent spricht, erlebt häufiger Diskriminierung. Während ein Akzent jedoch mit der Zeit abgelegt werden kann, bleiben die visuellen, auf eine Migrationsgeschichte deutenden Merkmale über Generationen erhalten. Die Betroffenen sind den – zum Teil durch Vorurteile und Rassismus ausgelösten – Ausgrenzungen daher dauerhaft ausgeliefert.

### Definition einer Diskriminierung

Eine Diskriminierung im rechtlichen Sinne ist eine Ungleichbehandlung einer Person aufgrund einer (oder mehrerer) rechtlich definierter Diskriminierungskategorien ohne einen sachlichen Grund, der die Ungleichbehandlung rechtfertigt. Die Benachteiligung kann nach dem Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) ausgedrückt sein z. B. durch das Verhalten einer Person, durch eine Vorschrift oder eine Maßnahme.

Die entsprechend dem AGG definierten Diskriminierungskategorien:

- Rassistische Diskriminierungen („Rasse“ und ethnische Herkunft)
- Diskriminierungen wegen des Geschlechts
- Diskriminierungen wegen Religion und Weltanschauung
- Diskriminierungen wegen Behinderung
- Diskriminierungen wegen des Lebensalters
- Diskriminierungen wegen der sexuellen Identität

Diskriminierungserfahrungen werden unterteilt in individuelle, institutionelle und strukturelle Diskriminierung sowie potenzielle Hasskriminalität.<sup>3</sup>

### Das Modell von Pascoe und Richman<sup>4</sup>

Diskriminierungserfahrungen stellen für die jungen Geflüchteten immer wieder die Zugehörigkeit zur deutschen Gesellschaft in Frage und behindern dadurch auch die Identifikation mit ihr. Aufgrund der festgestellten häufigen Diskriminierungserfahrungen in Deutschland muss die Herkunft als Barriere für die Teilhabe gesehen werden. Welche Auswirkungen Diskriminierungserfahrungen auf die Psyche haben können, beschreiben Pascoe und Richman.

### Merkmale von Diskriminierungserfahrungen

Besonders schwerwiegend ist es für die Betroffenen, dass Erfahrungen von Diskriminierung und Rassismus oft überraschend und unvorhersehbar stattfinden. D.h. sie können sich beispielsweise mehrere Wochen in der Öffentlichkeit bewegen, ohne eine entsprechende Erfahrung zu machen, und dann kann es plötzlich mehrfach in einer Woche zu diskriminierenden Ereignissen unterschiedlicher Art, verbal oder körperlich, kommen. Oft fühlen sich die Betroffenen dann nicht darauf vorbereitet und wissen nicht, wie sie darauf reagieren sollen. Situationen, in denen Belastungen als unvorhergesehen und unkontrollierbar erlebt werden, können mit der Zeit laut Seligman zu dem Phänomen der erlernten Hilflosigkeit führen.

Weiterhin zeigen neurobiologische Untersuchungen, dass das Gehirn nicht nur vitale, das Leben direkt gefährdende Bedrohungen des Organismus als „Gefahr“ bewertet, sondern auch Gefährdungen zwischenmenschlicher Beziehungen, unlösbare Konflikte, drohende Einsamkeit, schwerwiegende Kränkungen oder soziale Ansehensverluste. Als „Gefahrenlage“ bewertet das Gehirn, wie in Untersuchungen nachgewiesen, jeden drohenden Verlust von Kontrolle und Sicherheit.<sup>5</sup>

### Gesundheitliche Auswirkungen

Nach Pascoe und Richman sind folgende psychische und physische Auswirkungen bei Betroffenen zu beobachten:

Psychische Auswirkungen:

- Rückzug, Isolation
- Verlust von Urvertrauen/innerer Zuversicht
- depressive Verstimmung
- hochgradige Furcht
- Abwehr von Zuwendung
- Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen
- Gewaltverhalten, erhöhte Aggressivität
- Selbstschädigendes Verhalten
- Suizidgefahr, Suizid

Körperliche Auswirkungen:

- Kardiovaskuläre Erkrankungen
- Diabetes

- Atemwegserkrankung
- Schmerzstörungen

### **Erhöhte Stressreaktion und entsprechende Copingreaktionen**

Diskriminierungserfahrungen können laut Pascoe und Richman zu erhöhter Stressreaktion i. S. von Alarmreaktionen führen, wie erhöhtem Blutdruck, Puls, Kortisolausschüttung. Diese können sich negativ auf die Gesundheit auswirken. Wiederholte Diskriminierungserfahrungen zeigen sich in einer erhöhten Sensibilisierung des Körpers/Gehirns für stressige Signale, so dass der Betroffene auf den nächsten sozialen Stressfaktor sensibler reagiert, was dann als erhöhte generelle Vulnerabilität zurückbleibt. Im Umgang und Coping mit dem dauerhaft erhöhten Stressniveau zeigen Betroffenen oft ungesunde Verhaltensweisen wie Rauchen, Missbrauch von Alkohol und Drogen bzw. Abbau gesundheitsfördernden Verhaltens, z.B. Sport, sozialer Kontakte sowie mangelndes Selbstfürsorgeverhalten.

### **Psychose-Risiko**

Bei Studien zu Migranten wird immer wieder auch auf ein erhöhtes Psychose-Risiko hingewiesen, das möglicherweise auch auf Diskriminierungserfahrungen zurückzuführen ist, wie eine Studie von Veling et al. von 2007 zeigt. Die Ergebnisse zeigten ein 4-fach erhöhtes Psychose-Risiko bei Menschen mit Herkunft aus Ländern mit hoher Diskriminierung im Exil (z.B. Marokko) und war selbst in 2. Generation zu beobachten.<sup>6</sup> Betroffene erleben beispielsweise, dass sie häufiger im Rahmen von Racial Profiling in Verdacht von Delinquenz geraten. Die dauernden Zuschreibungen, bedingt durch Vorurteile aus der Gesellschaft, fördern das Gefühl, als abweichend von der Mehrheit und oft auch als gefährlich wahrgenommen zu werden. Das Konzept des »Othering« nach Spivak<sup>6</sup> erklärt diesen Prozess des *Verandertwerdens* bis hin zur Übernahme dieser Stereotypen auf einen selbst. Basierend auf »Wir«-»Ihr«-Konstruktionen wird das »Ihr« zum vermeintlich gänzlich Anderen, der im Gegensatz zum »Wir« als weniger emanzipiert, aufgeklärt, tolerant, demokratisch, gebildet etc. gedacht wird. Es werden elementare Differenzen konstruiert, die negativ bewertet und betont werden. Wenn das Gegenüber durch die ständige Konfrontation mit den Zuschreibungen nach und nach diese unbewusst übernimmt, ist

die Person tatsächlich zum vermeintlich Anderen geworden, hat sich dem Bild vom Anderen angeglichen.

### **Was bedeuten Rassismus- und Diskriminierungserfahrungen für die psychische Entwicklung bei jungen Geflüchteten?**

Als ein grundlegendes Bedürfnis in der Entwicklungspsychologie kann das Bedürfnis, zu einer Gemeinschaft dazu zu gehören, gesehen werden. Aus Sicht von jungen Geflüchteten wird die Zugehörigkeit zur hiesigen Gesellschaft immer wieder in Frage gestellt. Neben Zugehörigkeit als Grundbedürfnis werden weitere wie Sicherheit, Schutz und damit die Möglichkeit einer sinnvollen Identitätsbildung nicht erfüllt, wenn Diskriminierungserfahrungen zum Alltag in einer Gesellschaft werden. Heranwachsende reagieren darauf mit sozialem Rückzug, Aggressivität und Selbstzerstörung. Sie ziehen sich oft auch in ihre Communities zurück, die ihnen Geborgenheit, das Gefühl von Zugehörigkeit und Aufwertung bieten. Das Empfinden einer Gruppenidentität in den eigenen Communities gilt nach Pascoe und Richman als ein Schutzfaktor gegen negative Auswirkungen von Diskriminierung und Rassismus. Die Förderung von Communities ist daher eine sinnvolle gesellschaftspolitische Aufgabe. Viele Communities sind ein Teil der hiesigen Gesellschaft geworden. In der Beratung muss allerdings auch beachtet werden, dass es auch solche gibt, in der es zu einer völligen Abschottung gegenüber Wertvorstellungen der hiesigen Gesellschaft und zu Radikalisierungen kommen kann.

### **Hilfreicher Umgang auf verschiedenen Ebenen**

Auf gesellschaftlicher Ebene ist es erforderlich, Gerüchten und gezielter Desinformation sinnvoll entgegenzutreten. Man sollte bei einer Richtigstellung nicht die falsche Information wiederholen, indem darauf hingewiesen wird, dass nicht alle muslimischen Männer frauenverachtende Haltungen haben. Das NICHT wird vom menschlichen Gehirn „überhört“. Sinnvoll ist daher, bei Korrektur nicht das Gerücht zu wiederholen, sondern den Vorgang der Gerüchtebildung zu beschreiben.

Auf individueller und professioneller Ebene sollten die eigenen inneren Bilder, i. S. von Stereotypen und Vorurteilen, reflektiert werden, damit diese nicht die eigene Wahrnehmung und Handlungen auf subtile

Wenn Grundbedürfnisse wie Zugehörigkeit, Sicherheit, Schutz und die Möglichkeit einer sinnvollen Identitätsbildung nicht erfüllt werden, können junge Menschen darauf mit sozialem Rückzug, Aggressivität und Selbstzerstörung reagieren.



In der Beratung ist es wichtig, die Wahrnehmung von Diskriminierung zu akzeptieren und diese nicht auszureden oder zu bagatellisieren. Betroffene sollten mit ihren Erfahrungen ernstgenommen werden. Sie bestimmen, was sie als diskriminierend oder rassistisch erleben.

Art und Weise verzerren. Hilfreich dafür ist es anzuerkennen, dass alle Menschen durch ihre Sozialisation Vorurteile aufgenommen haben. Selbst jahrelanger Kontakt zu geflüchteten Menschen kann nicht vor solchen automatisierten Bildern schützen. Und umgekehrt haben auch geflüchtete Menschen Stereotype und Vorurteile uns gegenüber. Die inneren Bilder zurechtzurücken, ist daher eine Herausforderung für beide Seiten. Die Haltung des Nichtwissens und die Bereitschaft zu explorieren, sind dabei förderlich. Das »Interkulturelle Pendeln« dient dazu, die unterschiedlichen Lebenskontexte und entsprechende Lebensformen gegenseitig zu explorieren und anschaulich zu erklären: Wie ist das in deiner Heimat? Was sind Gründe für dein Verhalten? Wie ist das in Deutschland und was sind unsere Gründe für unsere Verhaltensweisen?<sup>8</sup>

In der Beratung ist es wichtig, die Wahrnehmung von Diskriminierung zu akzeptieren und diese nicht auszureden oder zu bagatellisieren. Betroffene sollten mit ihren Erfahrungen ernstgenommen werden. Sie bestimmen, was sie als diskriminierend oder rassistisch erleben. Wie vorher beschrieben, ist besonders belastend, wenn auf diese Erfahrungen nicht reagiert werden kann.

Daher ist alles, was die Betroffenen empowern kann, für das psychische Befinden wichtig. Dazu gehört zunächst die Information, welche Einrichtungen unterstützen kann und welche Rechte Betroffene haben.

Als zweiter Schritt sollte das gegenwärtige Bedürfnis geklärt werden: Was benötigt die/der Betroffene?

- Welche Art von Unterstützung wünschst du dir?
- Welches Bedürfnis steht im Vordergrund?
- Was sollte nicht in der Beratung passieren?
- Was brauchst du gerade?

Falls der Wunsch besteht, angemessen auf Rassismus und Diskriminierung zu reagieren, sollte unbedingt erst einmal die Frage erörtert werden, was man der diskriminierenden Person sagen möchte und welche Botschaft einem wichtig ist. Gemeinsam erarbeitetes und hilfreiches Verhalten/Reagieren auf Diskriminierung und Rassismus kann im Rollenspiel erprobt werden. Oft stellt sich erst im Rollenspiel heraus, um was es einem wirklich geht. Notwendig ist es auch zu überlegen, in welcher Situation befindet sich der/die Betroffene, was ist an Reaktionen gerade machbar und aushaltbar. Es gibt nicht die ideale Reaktion auf Diskriminierung, sondern nur eine, zu der man sich gegenwärtig in der Lage fühlt.

#### Quellennachweis

<sup>1</sup> vgl. [https://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/downloads/DE/publikationen/Expertisen/diskriminierungsrisiken\\_fuer\\_gefuechtete\\_in\\_deutschland.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=4](https://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/downloads/DE/publikationen/Expertisen/diskriminierungsrisiken_fuer_gefuechtete_in_deutschland.pdf?__blob=publicationFile&v=4)

<sup>2</sup> vgl. Forschungsbereich beim Sachverständigenrat deutscher Stiftungen für Integration und Migration (SVR-Forschungsbereich) 2018: „Wo kommen Sie eigentlich *ursprünglich* her?“. Diskriminierungserfahrungen und phänotypische Differenz in Deutschland, Berlin.

<sup>3</sup> vgl. Dieckmann, J./ Geschke, D./Braune, I. (2017): Diskriminierung und ihre Auswirkungen für Betroffene und die Gesellschaft. In: Institut für Demokratie und Zivilgesellschaft [Hrsg.]: Wissen schafft Demokratie 2017/02. Amadeu Antonio Stiftung: Berlin.

<sup>4</sup> vgl. Pascoe, E.A./ Smart Richman L. (2009): Perceived discrimination and health A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 135, 531-554.

<sup>5</sup> vgl. Joachim Bauer (2011): Schmerzgrenze – Vom Ursprung alltäglicher und globaler Gewalt. Blessing, München.

<sup>6</sup> vgl. Veling, W. et al. (2007): Discrimination and the incidence of psychotic disorders among ethnic minorities in The Netherlands, *International Journal of Epidemiology*, Volume 36, Issue 4, August 2007, Pages 761–768.

<sup>7</sup> vgl. Spivak, Gayatri Chakravorty (1985): The Rani of Sirmur: An Essay in Reading the Archives. In *History and Theory*, 24(3), S. 247–272.

<sup>8</sup> vgl. Abdallah-Steinkopff, B. (2018): Interkulturelle Erziehungskompetenzen stärken – ein kultursensibles Elterncoaching für geflüchtete und zugewanderte Familien, Fluchtaspekte, Vandenhoeck und Ruprecht Verlage.

*Barbara Abdallah-Steinkopff arbeitet seit 1994 als Psycholog. Psychotherapeutin bei Refugio München, einem psychosozialen Behandlungszentrum für traumatisierte Flüchtlinge und Folteropfer. Sie bietet im Rahmen der Fortbildungsakademie Refugio transfer Weiterbildungen und Supervisionen an.*

---

#### IMPRESSUM

jugendsozialarbeit aktuell  
c/o LAG KJS NRW  
Kleine Spitzengasse 2 - 4  
50676 Köln  
E-MAIL: [aktuell@jugendsozialarbeit.info](mailto:aktuell@jugendsozialarbeit.info)  
WEB: [www.jugendsozialarbeit.info](http://www.jugendsozialarbeit.info)



jugendsozialarbeit aktuell (Print)  
ISSN 1864-1911  
jugendsozialarbeit aktuell (Internet)  
ISSN 1864-192X

VERANTWORTLICH: Stefan Ewers  
REDAKTION: Franziska Schulz  
DRUCK/VERSAND: SDK Systemdruck Köln