

IDB Paper

No. 5

**Normalisierung *weißer*
Emotionen als Strategie
rassismuskritischer
Bildungsarbeit**

Impressum

© 2017 IDB | Institut für diskriminierungsfreie Bildung

Berlin

E-Mail: institut@diskriminierungsfreie-bildung.de

Datum der Veröffentlichung:

Mai 2017

Normalisierung *weißer* Emotionen als Strategie rassismuskritischer Bildungsarbeit¹

Jule Bönkost

*Weiß*e Personen nehmen die eigenen *weißen* Emotionen in der Regel nicht als rassismusrelevant wahr. Dieses Ignorieren der politischen Bedeutung *weißer* Emotionen erlaubt es *Weiß*en, das eigene *weiße* Gefühlserleben als vermeintlich „individuell“ zu betrachten und generell nicht kritisch hinterfragen zu müssen. Rassismuskritischer Bildungsarbeit kommt deshalb die Aufgabe zu, die politische Bedeutung *weißer* Emotionen beim Lernen über Rassismus für weiße Lernende transparent zu machen.

Die vorbereitende Sensibilisierung *weißer* Lernender zu Beginn von Bildungsveranstaltungen für die bei der anstehenden Thematisierung von Rassismus erwartbaren emotionalen Herausforderungen und deren politische Funktion kann eine Möglichkeit der Unterstützung *weißer* rassismuskritischer Lernprozesse darstellen: Eine Ankündigung von dem, was sie erwartet – die negativen Emotionen – zusammen mit dem Hinweis auf ihre Bedeutung für *weißes* Lernen über Rassismus, kann *weiße* Lernende dafür sensibel machen, die eigenen Emotionen beim Lernen über Rassismus überhaupt erst als rassismusrelevant wahrzunehmen. Sie kann darüber hinaus dazu anregen, mit den eigenen emotionalen Herausforderungen im Sinne rassismuskritischer Lernprozesse besser umzugehen. Mit Hilfe der Informationen können Lernende dabei unterstützt werden, die Ursprünge und Gründe der Emotionen auszumachen und die eigenen Gefühle im Zusammenhang mit dem eigenen Lernprozess bei der Auseinandersetzung mit dem eigenen *weiß*-Sein und dessen Bedeutung im rassistischen Diskurs zu betrachten. Damit lassen sich die Gefühle besser verstehen und im Hinblick auf den Lernprozess navigieren. Die Anfangsinformation kann dazu anregen, den Lernraum nicht zu verlassen und den Lernprozess durchzuhalten. Sie kann dabei helfen, Geduld einzuüben und den negativen Emotionen nicht mit Abwehrverhalten nachzugeben, sondern sie als Teil des eigenen Lernprozesses zu begreifen und im Hinblick auf rassistische Diskriminierung von Schwarzen Menschen und *People of Color* bzw. Kritik am Rassismus zu hinterfragen. Hierfür bietet es sich an, in Bildungsveranstaltungen selbst Reflexionsräume einzurichten.

Der folgende Text ist als Unterstützung dafür gedacht, in rassismuskritischen Bildungsveranstaltungen *weiße* Emotionen als Herausforderung für *Weiß*e beim Lernen über Rassismus zu normalisieren. Er enthält eine Einstiegsübung für *weiße* Lernende zur Reflexion der eigenen Lernprozesse und den damit zusammenhängenden Emotionen.

Es bietet sich an, das Material mit einem einführenden Input zur Bedeutung *weißer* Emotionen beim Lernen über Rassismus durch die Seminarleitung zu verbinden und die Übung mit einem Austausch in der Kleingruppe zu beenden. Auf diese Weise können die eigenen Erfahrungen mit denen der anderen Lernenden abgeglichen und die Normalität der Konfrontation mit emotionalen Hindernisse beim Lernen über Rassismus erkannt und hinterfragt werden. Das Material ist entsprechend für *weiße* Lerngruppen gedacht.

¹Dieser Text ist eine Weiterführung meiner Überlegungen zu *weißen* Emotionen und rassismuskritischer Bildungsarbeit in: Bönkost, Jule (2016): „*Weiß*e Emotionen – Wenn Hochschullehre Rassismus thematisiert.“ Das Informationsblatt ist entstanden in Anlehnung an Anhang A in: Chick, Nancy L./Karis, Terri/Kernahan, Cyndi (2009): „Learning from Their Own Learning: How Metacognitive and Meta-affective Reflections Enhance Learning in Race-Related Courses.“ *International Journal for the Scholarship of Teaching and Learning* 3.1, 1-28. Für die Übung vgl. Matias, Cheryl E. (2016): *Feeling White. Whiteness, Emotionality, and Education*. Rotterdam: SensePublishers, 173.

Zur Schreibweise:
Die Begriffe „*weiß*“ und „*People of Color*“ setze ich kursiv und den Begriff „Schwarz“ schreibe ich mit großem Anfangsbuchstaben, um diese Positionen als soziale Konstruktionen zu markieren.

Als *weiße* Person über Rassismus lernen

Jule Bönkost

Dieser Text richtet sich an *weiße* Personen, die über Rassismus lernen. Er ist aus *weißer* Perspektive geschrieben.

In dieser Veranstaltung wirst du über Rassismus lernen. Die Erfahrung hat uns gelehrt: Das Lernen über Rassismus verläuft in der Regel in typischen Lernprozessphasen. Im Folgenden werden einige Aspekte vorgestellt, die das Lernen über Rassismus *weißer* Personen begleiten. Die Übersicht soll dir dabei helfen, diese Aspekte bei dir selbst zu erkennen und mit Blick auf deinen eigenen Lernprozess zu reflektieren. Die Informationen können dir dabei helfen, dich selbst und die Art und Weise des Diskussionsverlaufes in der Veranstaltung besser zu verstehen.

Gefühle spielen eine Rolle

Über Rassismus zu lernen ist in der Regel unangenehm. Es geht mit tiefgreifenden Gefühlen einher. Emotionen wie Wut, Scham, Schuldgefühle oder Hoffnungs- und Ratlosigkeit können das Lernen über Rassismus begleiten. Häufig wird seitens *weiß* positionierter Menschen auch Angst empfunden, etwas „falsch“ zu machen und selbst rassistisch zu handeln bzw. dafür von anderen Personen negativ beurteilt und kritisiert zu werden. Nicht selten wird aufgrund der unangenehmen Gefühle der Lernraum frühzeitig verlassen. Oft wird deshalb erst gar nicht an rassismuskritischen Angeboten teilgenommen.

Die Überwältigung durch negative Gefühle beim Lernen über Rassismus muss kein Dauerzustand bleiben. Wird die Auseinandersetzung fortgesetzt, wird die Beschäftigung mit Rassismus weniger unbequem. Das Sprechen über Rassismus fällt einfacher und es kommen positive Gefühle, wie Gefühle von Integrität, Menschlichkeit und Hoffnung, hinzu.

Woher kommen die Emotionen beim Lernen über Rassismus?

In Deutschland dominiert ein Verständnis von Rassismus, das Rassismus auf Einzelfälle und absichtsvolles Handeln beschränkt. Diese verkürzte Perspektive negiert, dass Rassismus Lebensrealität von uns allen darstellt, uns alle – wenn auch unterschiedlich – betrifft und das Denken und Handeln von uns allen prägt. Sie verschweigt die Vorteile, die *weiße* Menschen gegenüber Menschen mit Rassismuserfahrung im Hinblick auf Zugänge zu Ressourcen und Teilhabechancen in der Gesellschaft haben. Obwohl Kleinkinder ab drei Jahren Unterschiede zwischen Menschen aufgrund von Rassismus wahrnehmen, lernen wir von klein auf, die Privilegien, die Rassismus *Weiß* verschafft, zu verleugnen und eine „farbenblinde Haltung“ einzunehmen. Das Erlernen rassistischer Informationen in der Kindheit ist keine gewollte oder freie Entscheidung. Sie erfolgt unfreiwillig im Kindergarten und in der Schule, über die Medien, Werbung und Konsumartikel, in der Familie und im Freundeskreis. Deshalb ist es nicht hilfreich, im Zusammenhang mit Rassismus von „Schuld“ zu sprechen. Zielführender ist es, die Verantwortung zu betonen, gegen Rassismus einzutreten.

Wenn wir über Rassismus lernen, lernen wir neue ungewohnte Perspektiven auf Rassismus kennen. Diese neuen Sichtweisen hinterfragen unsere bisherigen Annahmen über Rassismus. Wir verlassen unsere Komfortzone und uns wird bewusst, dass Rassismus auch unser eigenes Denken und Handeln beeinflusst. Wir erkennen, dass Rassismus *weißen* Menschen unverdiente Privilegien verschafft. Diese Erkenntnis kann zu Wut führen – über uns selbst oder über andere, wie z. B. Freunde oder Familienangehörige, die sich noch nicht mit Rassismus befasst haben. Weil viele Menschen glauben, Rassismus sei lediglich eine Ausnahmeerscheinung und ein Problem bestimmter Gruppen, kann das Lernen über Rassismus auch Gefühle des Isoliertseins hervorrufen. Über Rassismus zu lernen bedeutet deshalb immer auch die Herausforderung, in einem Umfeld, das sich für ein solches Wissen verschließt, die kennengelernten und erprobten neuen Perspektiven nicht gleich wieder zu verwerfen.

Gefühle kritisch reflektieren und navigieren

Wenn *weiße* Personen sich eigener rassistischer Denk- und Handlungsweisen sowie der eigenen durch Rassismus bedingten Vorteile bewusst werden, spüren sie nicht selten Scham- und Schuldgefühle. Es kann schwer sein, diese Gefühle zu managen. Wenn sie uns überwältigen, können sie

Weiß

Der Begriff „*weiß*“ verweist nicht auf „Hautfarbe“ bzw. eine biologische Eigenschaft, sondern meint eine konstruierte soziale Position, die Produkt von Rassismus ist: Sie wird durch die Zuweisung von Vorteilen und Macht geschaffen. Erst die gemeinsame Erfahrung von Macht und Privilegien macht *Weiß* überhaupt zu einer Gruppe. *Weiß* zu sein bedeutet also, eine bevorzugte soziale Position und mehr Macht als Menschen mit Rassismuserfahrung zu besitzen.

„Farbenblind“

Im Bezug auf Rassismus beschreibt eine „farbenblinde Haltung“ eine Haltung, aus der heraus alle Menschen als vermeintlich gleich betrachtet werden. Mit ihr wird die tatsächlich bestehende Chancenungleichheit aufgrund von Rassismus negiert.

sogar Lernprozesse blockieren. Sie sind nicht selten mit dafür verantwortlich, dass das Lernen über Rassismus abgebrochen wird oder es in Seminaren zu einer angespannten Atmosphäre oder heftigen Gefühlsausbrüchen kommt, für die rassismuskritische Angebote bekannt sind.

In Bildungsveranstaltungen können die negativen Emotionen, wenn sie unreflektiert bleiben, abwehrendes Verhalten von *weißen* Teilnehmenden hervorrufen. Ein solches Verhalten kann sich auf vielfältige Art und Weise ausdrücken, z. B. durch Teilnahmslosigkeit, Passivität, Themen- bzw. Problemverschiebung, die Abwertung von Informationen, eine Opfer-Täter_innenverschiebung oder besserwisserisches Verhalten.

Mit diesen Verhaltensweisen werden Gefühle wie Scham und Schuld unterdrückt und einer Reflexion der eigenen Verstrickung in Rassismus entgangen. Gleichzeitig wird die von der Seminarleitung geäußerte Kritik am Rassismus zurückgewiesen. Häufig geschieht dies unbewusst und ohne böse Absicht. Doch rassismuskritische Lernprozesse werden auf diese Weise beeinträchtigt. Denn Abwehrverhalten verhindert eine weiterführende kritische (Selbst-)Reflexion mit den Seminarinhalten. Außerdem reproduziert es in der Regel sozialisationsbedingte rassistische Selbst- und Weltbilder. In Seminarkontexten stellen *weiße* Abwehrreaktionen deshalb gewaltvolle Erfahrungen für Teilnehmende (und Lehrende) mit Rassismuserfahrung dar.

Deshalb ist es wichtig, sich der eigenen Gefühle bewusst zu werden und im Hinblick auf den eigenen Lernprozess zu reflektieren und zu nutzen. **Das bedeutet, dass, wenn ich mich unwohl fühle, ich nach den Gründen für mein Unwohlsein frage, anstatt beim Verspüren negativer Emotionen sofort emotional mit Abwehr zu reagieren.** Dabei kommt es darauf an, die Beziehung zwischen den Emotionen und Rassismus zu sehen, also die Emotionen vor dem Hintergrund ihrer politischen Dimension kritisch zu betrachten. Kurz: **Wie stehen meine Emotionen in Beziehung zu der rassistischen Diskriminierung Schwarzer Menschen und *People of Color* bzw. zu *weiß*-Sein und *weißen* Privilegien?**

Das Lernen über Rassismus stellt Gewissheiten infrage. Deshalb ist es normal, dass es emotionale Reaktionen hervorruft. Kritisch reflektiert können die Gefühle für uns einen Ausgangspunkt darstellen herauszufinden, was Rassismus sowie die Kritik an ihm für uns selbst bedeutet. Für *weiße* Lernende bedeutet das, sich weniger mit „den Anderen“ zu beschäftigen und mehr mit der Frage auseinanderzusetzen, wie es möglich ist, an sich selbst zu arbeiten. **Verunsicherungen sind kein Störfaktor, sondern ein wesentlicher Bestandteil solcher Bildungsprozesse.**

Weiße Rassismuskritik als emotionale Arbeit

Rassismuskritik bedeutet seitens *weißer* Personen in besonderem Maße andauernde Selbstkritik und Reflexion. Dieser Prozess ist niemals abgeschlossen. Gefühle wie Wut, Schuld und Scham können immer wieder auftreten. Doch je mehr wir unsere Verunsicherung und unser Unwohlsein verstehen und aushalten lernen, desto einfacher wird es uns fallen, uns trotz bzw. in diesem Unbehagen wohl zu fühlen und zuversichtlich gegen Rassismus einzutreten, anstatt permanent daran zu arbeiten „nicht rassistisch zu sein“.

Zum Weiterlesen

Bönkost, Jule (2016): „*Weiße* Emotionen – Wenn Hochschullehre Rassismus thematisiert.“ Veröffentlicht beim Antirassistisch-Interkulturellen Informationszentrum ARiC Berlin e. V., [Weiße_Emotionen_Wenn_Hochschullehre_Rassismus_thematisiert.pdf](#) (Zugriff am 12.05.2017)

Broek, Lida van den (1988): Am Ende der Weißheit. Vorurteile überwinden. Ein Handbuch. Berlin: Orlanda Frauenverlag.

Matias, Cheryl E. (2016): Feeling White. Whiteness, Emotionality, and Education. Rotterdam: SensePublishers.

Schwarz/*People of Color*

Die Begriffe „Schwarz“ und „*People of Color*“ meinen hier die gewählten und positiv gedeuteten, politischen Selbstbezeichnungen von Personen oder Gruppen als Reaktion auf rassistische Abwertung. „Schwarz“ ist keine dem Rassismus vorgängige Kategorie, sondern entspringt diesem. Das Adjektiv wird groß geschrieben, um diese Bedeutung anzuzeigen.

Dr. Jule Bönkost, Amerikanistin, leitet zusammen mit Josephine Apraku das IDB | Institut für diskriminierungsfreie Bildung in Berlin. Seit 2016 führt sie das Bildungsprojekt „Hier und Jetzt! Kolonialismus und Kolonialrassismus im Unterricht“ beim Antirassistisch-Interkulturellen Informationszentrum ARiC Berlin e. V. durch. Kontakt: boenkost@diskriminierungsfreie-bildung.de - www.jule.boenkost.de

Übung zur Reflexion der eigenen Gefühle während der Veranstaltung

Wenn du während der Veranstaltung spezifisch durch die Seminarinhalte ausgelöste Emotionen verspürst, halte einen Moment inne, anstatt emotional und mit Abwehr zu reagieren, und reflektiere deine Gefühle kritisch.

In der Tabelle auf der nächsten Seite kannst du notieren, welche Gefühle du während der Veranstaltung verspürst (Spalte 1) und welche Handlungen bzw. Situationen diese Gefühle konkret ausgelöst haben (Spalte 2). Die dritte Spalte gilt der politischen Dimension deiner Emotionen. Notiere hier deine Antwort auf die Frage: Wie steht mein Gefühl in Beziehung zur rassistischen Diskriminierung Schwarzer Menschen und von *People of Color* bzw. zu *weiß*-Sein und *weißen* Privilegien?

Mein Gefühl	Was hat das Gefühl ausgelöst?	Politische Dimension meines Gefühls (Wo kommt das Gefühl her?)