

# HANDOUT ZUM WORKSHOP

## Sprache der Vielfalt. Stereotype erkennen und überwinden

Sprache schafft Realität. Sie kann verbinden oder ausschließen. Gleichzeitig spiegelt Sprache, wie wir denken. Im Workshop hast Du gelernt, wie sehr unser Sprachgebrauch mit unbewussten Vorurteilen und gesellschaftlich geprägten Stereotypen verknüpft ist.

Es geht darum, diese Muster künftig bei uns selbst zu erkennen, zu hinterfragen und im Alltag bewusster zu kommunizieren. So übernehmen wir Verantwortung und gestalten Sprache aktiv, vielfältiger und respektvoller.



Mit achtsamer Sprache können wir Brücken bauen und den demokratischen Gedanken stärken.

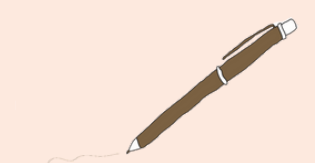
### Sprache bewusst gestalten

- Worte wirken – sie können stärken oder verletzen
- Begriffe hinterfragen: Woher kommen sie? Was transportieren sie? Wer verwendet sie – und wie? Steckt Framing dahinter? Sind sie stigmatisierend? Sind sie wohlwollend? Könnte sich jemand verletzt fühlen?
- Aktiv Alternativen suchen und nutzen (s. Quellenverzeichnis: Diskriminierungssensible Sprache & Glossare)
- Own-Voice-Perspektiven einbeziehen: Menschen über sich selbst sprechen lassen, deren Begrifflichkeiten aufgreifen
- Fragen stellen: »Wie willst Du angesprochen werden?«, »Ist das Wort okay für Dich?«

## IMPULSE AUS DEM WORKSHOP

### Haltung entwickeln

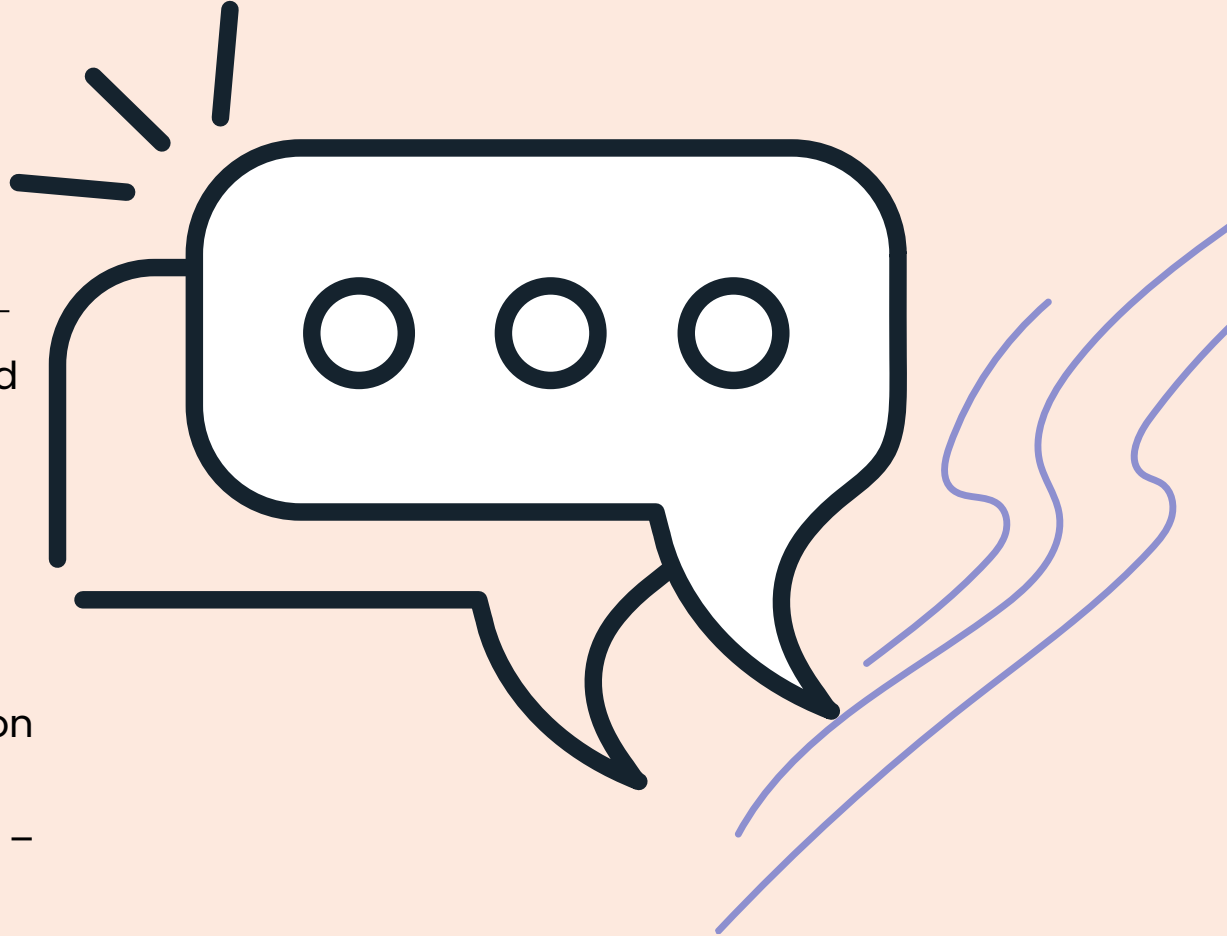
- Gesellschaft ist immer im Wandel. Sprache auch. Wir können diesen Wandel aktiv mitgestalten
- Mit Sprache können wir viel Wertschätzung weitergeben, einen Ort wärmer oder kälter machen
- Bewusst Verantwortung übernehmen für das, was wir sagen
- Keine Angst vor Fehlern – sie gehören zum Lernen dazu
- Vielfalt ist kein Sonderfall, sondern Realität – wenn wir diese abbilden wollen, ist Sprache ein fantastisches Werkzeug dafür



## Reflexion stärken

- Eigene Prägungen erkennen: Wie wird in unserem Umfeld gesprochen? Welche Stereotype & Vorurteile begleiten uns? Können wir sie selbst aufdecken? (Wenn wir uns selbst ertappen, ist das zwar unangenehm, aber ein Zeichen dafür, dass wir schon gut reflektieren)
- Bilder im Kopf bewusst wahrnehmen – woher stammen sie?
- Selbstreflexion als Basis für Perspektivwechsel
- Perspektivwechsel regelmäßig üben: Wie würde sich XY in der Situation fühlen? Eine Person of Color? Eine Frau mit Kopftuch?
- Sich regelmäßig bewusst werden über die eigenen Privilegien
- Tests wie der IAT helfen, unbewusste Denkmuster sichtbar zu machen (s. Quellenverzeichnis)

**Danke, dass Du auf Deine Worte achtest.**



## Handlungsoptionen im Alltag

- Diskriminierende, stigmatisierende Sprache nicht einfach stehen lassen – die App konterBUNT gibt Tipps, wie wir auf Stammtischparolen reagieren können
- Nachfragen, zuhören, nicht vorschnell bewerten
- Statt korrigieren: alternative Begriffe vorschlagen
- Sprache als Werkzeug für Begegnung und Wandel begreifen
- Leser\*innenbriefe schreiben, auf unpassende Headlines, Formulierungen, Begriffe oder Postings aufmerksam machen & teilen (immer abwägen, ob eine Reproduktion angemessen ist oder ob etwas zensiert werden sollte)
- Aktiv eigene Privilegien teilen: Menschen, die weniger bzw. gar nicht gesehen oder gehört werden, eine Stimme geben, ihnen Plätze und Aufgaben zuweisen, gemeinsam etwas auf die Beine stellen



# WORTLISTE\*

Quellen: Glossar Neue deutsche Medienmacher, Amnesty International

## STATT ...

### Afrika

- sehr unspezifisch, analog: Europa

### Dunkelhäutig

- Reduzierung auf die Hautfarbe

### Autismus

### Ausländer\*in

- wird oft fälschlich verwendet für eingewanderte Menschen und ihre Nachkommen, wirkt dann ausgrenzend, vor allem, wenn der Lebensmittelpunkt in Deutschland liegt
- zutreffend, wenn Menschen tatsächlich im Ausland leben und in Deutschland zu Besuch sind

### Asiat\*innen

### Menschen mit Migrationshintergrund, Migranten

- Behördendeutsch
- inzwischen oft stigmatisierend, viele assoziieren damit eine »Problemgruppe«

### Asozial

- Begriff mit nationalsozialistisch belastetem Hintergrund, wertet meist Menschen ab und grenzt sie sozial aus besonders auf Basis klassistischer Kategorien wie Armut oder Arbeitslosigkeit

## LIEBER ...

Das genaue Land oder die Region in Afrika benennen

**BIPoC** (= Black, Indigenous, People of Color), Afrodeutsche\*r, **Person of Color**

### Neurodivers

### Ausländer\*in

- wenn zutreffend
- sonst: Menschen mit internationaler Geschichte, Afrodeutsche, Türkischstämmige, Türkeistämmige, Eingewanderte aus der Türkei

### Asiatische Deutsche

### Menschen mit internationaler Geschichte

- Türkei-Deutsche, Spanisch-Deutsche (so kann man die Internationalität auch ausdrücken, den Lebensmittelpunkt sollte man betonen, in dem man ihn zuletzt nennt)
- Eingewanderte und ihre direkten Nachkommen

**Unsozial** (= für unfreundliches oder boshafte Verhalten)

#### \*Wichtiger Hinweis zur Wortliste:

Diese Liste ist bewusst offen gestaltet und keineswegs vollständig. Sprache verändert sich – Begriffe wandeln sich oder werden ersetzt. Manche Wörter bedeuten für verschiedene Menschen Unterschiedliches. Wenn Du sicher sein willst: Frag nach, wie jemand angesprochen werden möchte. Das zeigt Respekt und hilft, Missverständnisse zu vermeiden. Ein wichtiger Begriff fehlt in der Liste? Sag mir gern Bescheid!



## STATT ...

### **Asylant\*in, Flüchtling, Flüchtlingskrise, Flüchtlingsstrom**

- sind fast schon populistische Floskeln geworden, die negativ konnotiert sind und Bedrohung oder Belastung suggerieren
- Metaphern, die das Bild eines Naturphänomens vermitteln, das das Land überschwemmt. Suggestiert, dass wir machtlos einer Naturgewalt ausgesetzt sind; lenkt vom eigentlichen Problem ab: Es geht um Schutzsuchende, die Hilfe benötigen

### **Ausmerzen**

- Begriff aus dem Nationalsozialismus = Menschen, die nicht dem Bild des Nationalsozialismus entsprachen und vernichtet wurden

### **Behinderte**

- gilt als Schimpfwort und ist daher abwertend

### **E\*\*\*\*o**

- gilt als Schimpfwort und ist daher abwertend

### **Familiendrama, Eifersuchtsdrama, Beziehungsdrama, Familientragödie, Ehrenmord**

- so werden häufig Femizide abgetan, aber meist steht dahinter geschlechtsspezifische Gewalt und Tötungsdelikte im Kontext patriarchalisch geprägter Familienverbände oder Beziehungen
- die Begriffe sind problematisch, weil sie suggerieren, die Gewalt geschehe aus (verletzter) Liebe oder verletzter Ehre
- oft werden solche Morde aus misogynen Motiven begangen

### **Geschlechtsumwandlung**

### **Integration**

- wird heute als Synonym für die Bringschuld von Eingewanderten bezeichnet

## LIEBER ...

### **Geflüchtete, Schutzsuchende, Asylsuchende, Krise in der Asylpolitik/Fluchtmigration, Fluchtbewegung**

### **Abschaffen, korrigieren, abbauen, ausbessern**

### **Menschen mit Behinderung, Menschen mit besonderen Bedürfnissen/speziellen Fähigkeiten** *(nicht alle bevorzugen diese Formulierungen, im Zweifel: fragen)*

### **Arktische indigene Völker (z. B. Inuit, Yupik)**

### **Femizid, Frauenmord**

### **Geschlechtsanpassung, Geschlechtsangleichung**

### **Teilhabe, Inklusion, Chancengleichheit**



## STATT ...

### I-Wort

- eine Fremdbezeichnung für indigene Völker Amerikas, die aus der Kolonialzeit stammt
- wird daher von den indigenen Völkern abgelehnt

### M-Wort und N-Wort

- sind Begriffe, die eine rassistische, koloniale Erinnerungskultur am Leben halten
- Fremdbezeichnung, die Menschen abwertet und die hierarchischen Strukturen einer von Weißen geprägten Gesellschaft aufrechterhalten

### Meinungsdiktatur

- Begriff, der gerne in rechten Kreisen zum Einsatz kommt, oft wird behauptet, man könne seine Meinung nicht mehr äußern. Dahinter steckt meist die Strategie, rassistische Aussagen zu relativieren und Fortschritte in Sachen sensibler Sprache zu diskreditieren.

### Mischehe

- ein Begriff aus dem Nationalsozialismus

### M\*schling

- rassistischer, entwertender Begriff

### Opfer

- gilt fast schon als Schimpfwort, mit dem Hilflosigkeit oder eigenes Versagen assoziiert wird

### Remigration

- populistische Parole für Ausweisung oder Abschiebung von Menschen mit internationaler Geschichte

### Rückführung

- euphemistischer Behördenbegriff

### Sprachpolizei

- wird in rechten Kreisen oft verwendet, wenn Betroffene sich kritisch über herabwürdigende Bezeichnungen äußern

## LIEBER ...

**Indigene Völker, Indigene Volksgruppen, Native Americans, Indigenas** (der Begriff »indigen« ist eigentlich auch eine verallgemeinernde Fremdbezeichnung und Teil einer kolonialen Sprache). Noch besser, falls möglich: Maori, Navajo, Sámi = Selbstbezeichnung der Gruppe verwenden.

**BIPOC** (= Black, Indigenous, People of Color), Afrodeutsche\*r, **People/Person of Color** = Selbstbezeichnung

Es gibt bei uns keine Meinungsdiktatur, es herrscht noch immer Meinungsfreiheit

### Binationale Ehe

**Mixed, italienische, ghanaische, spanische etc. Wurzeln**

### Betroffene

### Ausweisung, Abschiebung

**Abschiebung, erzwungene Ausweisung aus Deutschland**

---



## STATT ...

### Schwarz und weiß

- Schwarz gilt als Eigenbezeichnung, die großgeschrieben wird und gar nicht so sehr die Hautfarbe in den Mittelpunkt rücken möchte, sondern vielmehr einen Gegensatz zu weiß beschreibt
- Schwarz und weiß – antirassistische Bewegungen bevorzugen die Großschreibung von Schwarz, um die kulturelle und politische Identität hervorzuheben. Die Großschreibung signalisiert Respekt und Anerkennung der Gemeinschaft mit spezifischer Geschichte und Erfahrungen (Quelle: Amnesty International)

### Weiß

- in Diskussionen um Zugehörigkeit und Rassismus bedeutet »Weiß« meist eine gesellschaftliche Norm und Machtposition

### Südländisches Aussehen

- veraltet, wird auch gern von rechten Kreisen verwendet, um Menschen zu beschreiben, die als nicht deutsch wahrgenommen werden; sehr verallgemeinernd und geografisch ziemlich unspezifisch.

### Türken, Türke/Türkin

- Eingewanderte aus der Türkei, oft sind es Kurd\*innen oder Angehörige anderer Minderheiten, die sich nicht als »türkisch« verstehen, einige lehnen darum die verbale Verbindung mit der Türkei gänzlich ab

### Überfremdung

- Rechtsextremes Schlagwort als Argument gegen ein multikulturelles Deutschland

## LIEBER ...

**Schwarz und Weiß** = kulturelle Identität, weniger auf Hautfarben bezogen

---

Genauere Beschreibung verwenden  
(äußerliche Merkmale)

### Türkischstämmige, Türkeistämmige

---





## STATT ...

### Geschlechtsidentität & Pronomen

- Geschlechtsidentität ist das, was eine Person über sich als ihr Selbst erlebt, als innere Einheit
- die Geschlechtsidentität eines Menschen muss nicht mit dem Geschlecht übereinstimmen, das man bei der Geburt zugewiesen bekam
- für cis-Personen treffen die gängigen Pronomen wie »er« oder »sie« zu, bei non-binären Personen nicht, darum gibt es neue, sogenannte Neopronomen

### Z-Wort

- Verunglimpfende und rassistische Fremdbezeichnung
- Sinti\*zze und Rom\*nja lehnen das Wort ab, vor allem aufgrund der Stigmatisierung im Nationalsozialismus, hier wurden Menschen oft mit einem »Z« markiert und in Konzentrationslagern umgebracht

### Nicht gendern

- Lehrer, Studenten, Schüler

## LIEBER ...

### Nonbinäre Neopronomen: z. B. dey oder xier

- Dey hat heute etwas für uns vorbereitet
- Xier hat heute etwas für uns vorbereitet
- am besten: nach dem Pronomen fragen
- es gibt weitere z. B.: nin, hen, sier

### Sinti und Roma bzw. Sinti\*zze und Rom\*nja

- Selbstbezeichnung von Menschen, die ihre ursprüngliche Herkunft in Indien und dem heutigen Pakistan verorten
- weiblich Singular: Sintizza, Plural: Sintizze | Männlich Singular: Sinto, Plural Sinti
- weiblich Singular: Romni, Plural: Romnja | Männlich Singular: Rom, Plural: Roma

*Anmerkung: Der Eintrag im Glossar der Neuen Medienmacher\*innen unterscheidet sich hier von der Duden-Empfehlung – zeigt, wie uneinheitlich der Umgang mit manchen Begriffen ist)*

### Gendern

- gendern macht alle Menschen sichtbar, auch non-binäre Personen
- Substantivierung nutzen: z. B. Lehrende, Studierende, Teilnehmende
- Lehrkräfte, Schüler\*innen
- der Genderstern ist dem Doppelpunkt vorzuziehen und für sehbehinderte Menschen schneller zu verarbeiten
- sparsam mit Genderzeichen umgehen



# Quellen & weiterführende Links

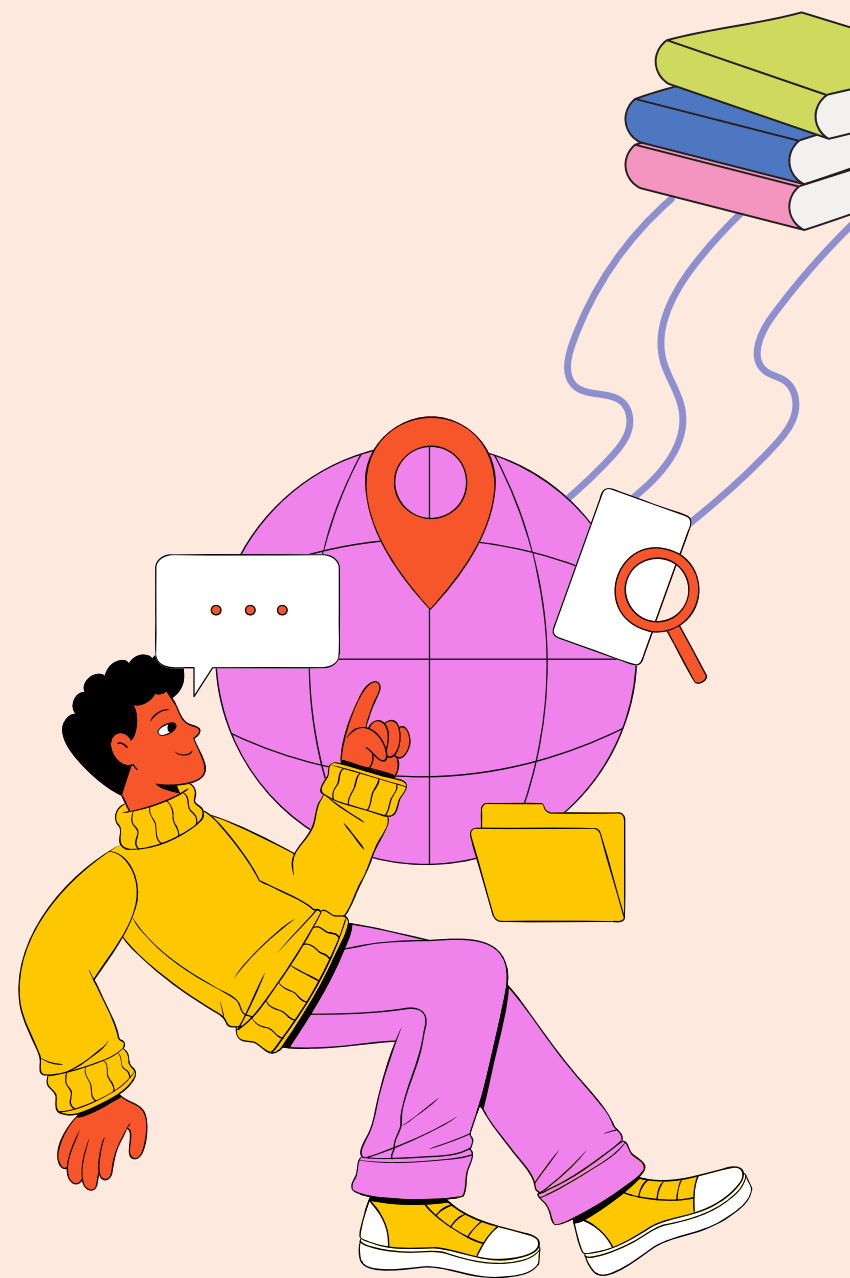
Alle Links sind anklickbar – falls einer nicht mehr funktionieren sollte, gerne melden :)

Falls Du einen richtig guten Link-Tipp hast, auch gerne melden :)

---

Diese Liste ist dient als Anregungen zur vertiefenden Auseinandersetzung.

---



## Allgemein

- Schluss mit Schubladendenken: Klischees dekonstruieren und vorurteilsfreier berichten
- Neue deutsche Medienmacher\*innen
- Implicit Association Test (IAT) von Harvard
- Tupoka Ogette: Exit Racism
- Informations- und Dokumentationszentrum für Antirassismusarbeit e.V.
- Integrations- und Antirassismusbeauftragte
- Raúl Krauthausen

## Rassistische, diskriminierende Berichterstattung/Berichterstattung über rassistische Begrifflichkeiten:

- Flüchtlingsrat Niedersachsen e.V.
- Rassistische Bezeichnung von Süßgebäck
- Diskriminierungskritische Berichterstattung





## **Stereotype, Vorurteile, Diskriminierung:**

- Lernen und Wiederholen: Stereotype, Vorurteile und die Rolle der Medien
- Stereotype – was ist gemeint?
- Stereotyp und Vorurteil – Definition und Begrifflichkeit
- Stereotypen und Vorurteile
- Medien und Stereotype
- Anti Bias – oder wie wir lernen, Schubladen klicken zu hören | Inna Zeitler | TEDxStuttgart
- Lars-Eric Petersen, Bernd Six: Stereotype, Vorurteile und soziale Diskriminierung
- Allport-Skala
- Gordon W. Allport: The nature of prejudice
- Juliane Degner: Vorurteile haben immer nur die anderen

---

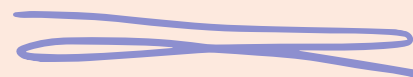
## **Framing:**

- Framing
- Ein Interview mit Dr. Elisabeth Wehling: Wirkungsvolle politische Sprache und Framing
- Framing – sich seiner eigenen unbewussten Bedeutungsrahmen unseres Denkens bewusst werden lassen



## **Diskriminierungssensible Sprache & Glossare:**

- Diskriminierung
- Glossar der neuen deutschen Medienmacher\*innen
- Leitfaden inklusive Sprache
- Glossar für diskriminierungssensible Sprache
- Wissen zu non-binärem Geschlecht: Pronomen
- Queer-Lexikon



## Accounts auf Instagram/ TikTok/YouTube:

- Initiative\_klischeefrei
- neuemedienmachx
- rosahellblaufalle
- tupoka.o
- @mitreden
- Maithink X
- Kartoffelpuffer
- renk.magazin
- RosaMag
- koheromagazin
- Gratitude\_verlag
- queerlexikon
- h\_lenah

---

## Thema Gendern

- Genderleicht & Bildermächtig



## Hermeneutische Ungerechtigkeit:

- Das Private ist politisch
- Miranda Fricker: Epistemische Ungerechtigkeit. Macht und die Ethik des Wissens
- Hilke C. Hänel: Einleitung Epistemische Ungerechtigkeit



## Bücher, Zeitschriften, Magazine, Serien, Podcasts:

- Ijeoma Oluo: Schwarz sein in einer rassistischen Welt
  - Alice Hasters: Was Weiße Menschen nicht über Rassismus hören wollen
  - May Ayim u.a.: Farbe bekennen
  - Peggy McIntosh: Weißsein als Privileg
  - Podcastfolge mit Alok Vaid-Menon: The urgent need for compassion
  - Anschläge. Das feministische Magazin
  - Nadja Ofuatey-Alazard, Susan Arndt: Wie Rassismus aus Wörtern spricht (K)Erben des Kolonialismus im Wissensarchiv deutsche Sprache. Ein kritisches Nachschlagewerk.
  - Alok Vaid-Menon: Mehr als binär
- 



## Noch mehr Bücher, Zeitschriften, Magazine, Serien, Podcasts:

- Reni Eddo-Lodge: Warum ich nicht länger mit Weißen über Hautfarbe spreche
- Kübra Gümüşay: Sprache und Sein
- Christine Olderdissen: Genderleicht. Wie Sprache für alle elegant gelingt
- Duden: Vielfalt. Das andere Wörterbuch.
- Podcast Feuer & Brot
- Podcast Rice and Shine
- Podcasts über Rassismus und Identität
- Serie von Steve McQueen: Small Axe

