

**Gegen Rassismus und Sexismus.
Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.**

Empowerment und Schutz für öffentliche Akteur*innen im Themenfeld intersektionaler Diskriminierung

Ein Leitfaden für Erfahrungsexpert*innen und Veranstaltende

Zwei Jahre haben sich Migrant*innen, Women of Color und solidarische Mehrheitsdeutsche aus der Region Freiburg in dem vom Bundesprogramm „Demokratie leben!“ 2023/24 geförderten Innovationsprojekt **SPEAK OUT! Gegen Rassismus und Sexismus** ausgetauscht. Sie haben ihre Erfahrungen mit Rassismus und Sexismus zu zweit und in der Gruppe geteilt und reflektiert. In Veranstaltungen und mit Medien sind sie zum Thema auch in die Öffentlichkeit gegangen, sichtbar und hörbar geworden.



Internationale Frauen im Projekt SPEAK OUT! (Foto Sévérine Kpoti)

Zum Abschluss von **SPEAK OUT!** veranstalteten wir einen Workshop für Akteur*innen, die in unterschiedlichen Settings über Diskriminierung sprechen und dabei auch ihre biografischen Erfahrungen mit dem Publikum teilen. In Schulklassen, auf Bildungsveranstaltungen, in Workshops oder auf einem Podium zum Beispiel.

Gegen Rassismus und Sexismus. Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.

Im Workshop beschäftigten wir uns mit Empowerment- und Schutzstrategien für öffentlich sprechende Erfahrungsexpert*innen. Denn in Veranstaltungen kann es zu herausfordernden Situationen kommen: In der Gruppenarbeit mit den Teilnehmenden, und auch im kleinen, fast schon privaten Kreis kann es passieren, dass Grenzen verletzt werden. Wie können wir uns schützen, wie besser auf uns selbst und aufeinander achten? Was hilft, wenn ein Gespräch oder eine Diskussion aus dem Ruder läuft?



*Internationale Frauen im Workshop: Als migrantische Expert*innen in der Öffentlichkeit (Foto: Ada Rhode)*

Diese und ähnliche Fragen haben uns während der Arbeit in **SPEAK OUT!** immer wieder beschäftigt. Im Workshop nahmen wir uns die Zeit, uns intensiv darüber auszutauschen und Empowerment Techniken auch konkret auszuprobieren.

Im Projekt **SPEAK OUT!** haben wir öffentliche Formate in der demokratischen Erwachsenenbildung und in der schulischen Bildungsarbeit erprobt.

Dieser Leitfaden für öffentliche Interventionen mit Erfahrungsexpert*innen ist das Ergebnis eines partizipativen Prozesses, der im Frühjahr 2023 mit biografischen Dialogen zu Rassismus- und Sexismuserfahrungen begann und in der **SPEAK OUT! Community** weiter verfolgt wurde. Vor allem die freiwilligen Akteur*innen in **SPEAK OUT!** haben mit ihren Erfahrungen, mit Reflexionen, mit Ideen und Ratschlägen zu diesem Leitfaden beigetragen.

Er ist gedacht für alle Initiativen, die in der demokratischen Bildungsarbeit mit Zeitzeug*innen und Erfahrungsexpert*innen zusammenarbeiten.

**Gegen Rassismus und Sexismus.
Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.**

Das Empowerment-Konzept im Projekt SPEAK OUT!

Der Begriff Empowerment hat eine längere historische Tradition und deshalb Anknüpfungspunkte in vielen Handlungsfeldern. Empowerment bezieht sich global auf unterschiedliche soziale und politische Entwicklungen und adressiert dabei das Problem der Ungleichheit und Diskriminierung, z.B. aufgrund von ethnischer Zugehörigkeit, Geschlecht, Klasse. Empowerment zielt darauf, Handlungsräume von Akteur*innen für Bürger*innenrechte, Ökologische Entwicklung und viele andere Bereiche zu erweitern.

In **SPEAK OUT!** haben wir eine Empowerment-Strategie entwickelt, die im Kern auf die Bildung einer starken Community setzte. Dabei waren die Akteur*innen in **SPEAK OUT!** divers, z.B. im Hinblick auf Alter, sozialen Status oder Migrationserfahrungen. Als Community konnten sie sich organisieren, weil sie Erfahrungen zu rassistischer und sexistischer Diskriminierung teilten und motiviert waren, diese Erfahrungen in der Gruppe zu bearbeiten und auch öffentlich darüber zu sprechen.

Als **SPEAK OUT! Community** diskutierten und formulierten die Teilnehmenden eigene, erfahrungsbasierte Definitionen zu intersektionaler Diskriminierung. Sie stärkten sich gegenseitig und als Gruppe. Auf dieser Basis konnten sie öffentlich agieren, erfuhren Sichtbarkeit, Wirksamkeit und Reichweite. Sie sprachen außerdem darüber, wo sie Bedarfe sehen für gesellschaftliche Veränderungen.

Expert*in? Zeitzeug*in?

Wir machten die Erfahrung, dass öffentlich auftretende Akteur*innen aus der **SPEAK OUT! Community** es unpassend fanden, als „Zeitzeugin“ bezeichnet zu werden. Wir probierten es daher mit „Erfahrungsexpertin“ oder einfach „Expertin“, womit sich die Beteiligten besser identifizieren konnten.

SPEAK OUT! Expert*innen teilten zum einen biografische Erfahrungen mit rassistischer und sexistischer Diskriminierung und hatten regelmäßig an Reflexionen, Bildungsimpulsen und Diskussionen in der Community teilgenommen. Einige Expert*innen verfügten darüber hinaus über Netzwerkkontakte zu Vereinen und Organisationen im Bereich Migration, Antidiskriminierung, Diversity. Als Freiwillige hatten einige auch bereits als Moderatorin oder Vortragende agiert.

**Gegen Rassismus und Sexismus.
Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.**

* Modul: Was brauchen Erfahrungsexpert*innen?

Für Veranstaltungen mit Expert*innen, die öffentlich eigene Diskriminierungserfahrungen teilen, braucht es eine gute Vorbereitung. In **SPEAK OUT!** haben wir diese Vorbereitung in der Gruppe und zusätzlich auch individuell organisiert.



Internationale Frauen im Projekt SPEAK OUT! (Foto Sévérine Kpoti)

Expert*innen brauchen transparente und vollständige Informationen zur geplanten Veranstaltung

- Was ist das Ziel und Thema der Veranstaltung?
- Wie ist der Ablauf der Veranstaltung: Zeitplan und Struktur, Umfang des eigenen Einsatzes?
- Welche Aufgaben hat die Expertin: in ihrem Redebeitrag und während der Interaktion mit dem Publikum? Welche Aufgaben hat in dieser Phase die Moderator*in?
- Informationen zu allen weiteren Akteur*innen in der Veranstaltung: Wer ist beteiligt? Was sind ihre Aufgaben und welche Rolle übernehmen sie?
- Informationen zum Publikum: Was erwarten wir? Was wissen wir?

Gegen Rassismus und Sexismus. Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.

Partizipative Vorbereitung in der Gruppe stärkt die Expert*innen

In **SPEAK OUT!** haben wir sowohl in der Erwachsenenbildung als auch mit Schulklassen immer mit mehreren Erfahrungsexpert*innen gearbeitet. In beiden Settings war der Auftritt der erzählenden Expertin zwischen 10 bis 20 Minuten lang. Danach arbeiteten wir interaktiv mit dem Publikum, teils in Kleingruppen, teils im Plenum. Hier begleiteten Moderator*innen den Gesprächsverlauf zwischen Expertin und Publikum. Die Moderatorin übernahm dort auch die Verantwortung, konfrontative oder schwierige Situationen auszuweichen und die Expertin zu schützen.

Für Veranstaltungen mit mehreren Expert*innen empfehlen wir eine Vorbereitung in der Gruppe, an der im Idealfall alle Akteur*innen teilnehmen. Dafür sollten ca. 2 Stunden zur Verfügung stehen.



*Internationale Frauen im Workshop: Als migrantische Expert*innen in der Öffentlichkeit (Foto: Ada Rhode)*

Good Practice in der Planung und Entwicklung

Einen guten Informationsstand schaffen für alle. Ob ein bereits erprobtes Format umgesetzt oder ein neues ausprobiert werden soll: In jedem Fall braucht es Zeit, um den Ablauf, die Zielsetzungen, die Inhalte und die Aufgabenverteilung in der Gruppe zu entwickeln und miteinander abzustimmen.

Erzählungen auswählen. Jede Erfahrungsexpertin bekommt ausreichend Zeit dafür, mit der Gruppe eine eigene Erfahrung oder einen Erfahrungskomplex auszuwählen, der sich gut für die Vermittlung intersektionaler Diskriminierung eignet. Meistens bringt die Expertin mehrere Vorschläge mit und kann dann in der Gruppe klären, mit welcher Erzählung sie sich sicher und wohl fühlt.

Gegen Rassismus und Sexismus. Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.

Erzählungen auf den Punkt bringen. In der Gruppe kann die Expertin ihre Erzählung by Doing entwickeln. Manchmal braucht es dafür mehrere Proberunden mit anschließendem Feedback der Gruppe. So kann die Expertin ausprobieren, ob ihre Geschichte auf den Punkt kommt und trägt. Sie kann außerdem schwierige Bereiche identifizieren, die sie in der öffentlichen Situation emotional herausfordern könnten.

Konzepte zur Interaktion mit dem Publikum diskutieren und gemeinsam entscheiden. Die Expert*innen bringen häufig unterschiedliches didaktisches Erfahrungswissen mit. Die Gruppe hat hier die Aufgabe, ein didaktisches Konzept für den interaktiven Part zu entwickeln. Wichtig ist es, darauf zu achten, dass der Ablauf für alle Akteur*innen passt. Keine*r soll überfordert werden!

Schutzstrategien besprechen. Alle Expert*innen werden auf denselben Wissenstand gebracht: Wo gibt es Hilfe? Was ist der Plan, wenn eine Situation sich zuspitzt oder aus dem Ruder läuft?

Die Bedürfnisse aller Expert*innen im Blick haben. Es kann sein, dass Expert*innen mehr Unterstützung und Vorbereitung brauchen. Dann ist es gut, einen zusätzlichen Einzeltermin anzubieten.



Internationale Frauen im Projekt SPEAK OUT! (Foto Séverine Kpoti)

Gegen Rassismus und Sexismus. Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.

Good Practice Tipps für Expert*innen: Was hilft mir bei der Vorbereitung?

Deine Aufgabe ist stark. Du wirst konkrete und eigene Erfahrungen zu Rassismus, Sexismus oder zu anderen Diskriminierungen öffentlich teilen. Dafür braucht es Courage. Schätze deine Stärke und deinen Mut, in dieser Aufgabe aufzutreten.

Beschäftige dich mit deinen Wünschen und deiner Motivation. Das könnte sein: mehr Sichtbarkeit für migrantische Erfahrungen, Erfahrungen austauschen, sich gegenseitig stärken, Diskriminierung erkennen lernen, Veränderungen für die Zukunft bewirken, Änderung der Perspektive und des Verhaltens Anderer – und vieles mehr.

Achte auf deine Grenzen! Finde heraus, was für dich passt. Nimm dir Zeit und lass verschiedene Situationen, in denen du Diskriminierung erlebt hast, vorbeiziehen. Vielleicht hilft es dir, eine Liste oder Notizen zu machen. Was gefällt dir am besten, was passt? Sind es Erfahrungen, mit denen du dich ruhig und sicher fühlst? Hast du anderen schon davon erzählt oder kennst du Geschichten, bei denen du am Ende eine gute Lösung gefunden hast?

Probe deine Erzählung. Am besten mit Probe-Zuhörer*innen, denen du vertraust. Probe auch im Team mit den anderen Expert*innen der geplanten Veranstaltung. Das gibt dir Sicherheit. Achte in den Proben darauf, wo es emotional schwierig wird für dich. Dann ist es eine gute Idee, nochmal genauer hinzuschauen. Was kann ich weglassen? Wie kann ich meiner Geschichte eine andere Richtung geben?

Halte fest, was dir wichtig ist. Du kannst ausformulierte Gedanken und wichtige Punkte deiner Erzählung in Stichworten notieren. Am besten auf Karten, die du während der Veranstaltung gut lesen kannst. Wahrscheinlich wirst du die Karten gar nicht brauchen. Es kann dir aber Sicherheit geben, vor allem kurz vor der Veranstaltung.

Versuch dir vorzustellen, was das Publikum dich fragen wird. Im Austausch mit dem Publikum wird dich eine Moderatorin unterstützen. Für deine Vorbereitung ist es aber gut, eine kleine Phantasiereise zu machen. Was wird die schönste Frage sein? Welche wird auf jeden Fall kommen? Welche Fragen wünsche ich mir? Auch hier kannst du dir Notizen machen. Das kann dir helfen, dem Publikum gute Fragen zu stellen.

Setze dir realistische Ziele. Frage dich, welche Botschaften und welches Erfahrungswissen du vermitteln willst. Was soll auf jeden Fall rüber kommen? Alle Teilnehmenden wirst du nicht erreichen, doch du hast gute Impulse gegeben.

**Gegen Rassismus und Sexismus.
Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.**



Internationale Frauen vor dem Mural der Vielfalt in der Stadtteilbibliothek Freiburg-Haslach

Noch mehr Tipps für Expert*innen: Wie kann ich dem Publikum helfen?

Das Publikum will erst einmal bei deiner Geschichte bleiben: mit Nachfragen, mit eigenen Erfahrungen, mit kommentierenden Beiträgen. Es ist gut für dich und alle, das Gespräch schon nach einigen Minuten für andere mit ähnlichen Erfahrungen zu öffnen. Lade die Leute ein, sich zu beteiligen. Achte auch dabei gut auf deine Grenzen.

Lenke das Gespräch auf konkrete Ideen und Argumente für antirassistische Antworten. Beziehe dich zum Beispiel auf deine Erzählung und versuche zu vermitteln, wo Veränderungen konkret möglich sind. Das kann in der Schule oder KITA sein, im Nachtleben, am Arbeitsplatz. In der Gruppe könntet ihr machbare Ideen und auch Wünsche sammeln und diskutieren.

Teile deine Strategien: Wie empowerst du dich? Wie gelingt es dir, auch bei schwierigen Erfahrungen aus der Opferrolle herauszukommen. Empowere dein Publikum. Zeige Wege auf, die dir und anderen helfen, Rassismus und Sexismus zu bekämpfen. Vermittle der Gruppe, wie wichtig es ist, aktiv zu werden und Veränderungen herbeizuführen.

**Gegen Rassismus und Sexismus.
Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.**

* Modul: Wie gelingt eine gute Moderation?

In **SPEAK OUT!** haben wir für die Veranstaltungen mit Erfahrungsexpert*innen unterschiedliche Varianten der Moderation erprobt. Wir haben mit mehreren Moderator*innen gearbeitet. Die Veranstaltungsmoderation übernahmen in der Regel zwei Akteur*innen. Grundprinzip war darüber hinaus, dass jede Expertin für die Kleingruppenarbeit mit dem Publikum eine Moderatorin an ihrer Seite hatte. Die Expertin konnte damit entlastet und geschützt werden. Unser Ziel war es, eine Partizipation mit dem Publikum zu initiieren, wo Wissen und auch persönliche Erfahrungen zu Rassismus und Sexismus in der Gruppe ausgetauscht werden konnten. Das Gespräch sollte sich nicht an der Geschichte der Expertin festbeißen.

In **SPEAK OUT!** haben wir dieses Moderationskonzept fortlaufend weiterentwickelt. Ein wichtiges Grundprinzip war dabei, dass auch die Rolle der Moderation von Akteur*innen mit Migrations- und Diskriminierungserfahrungen übernommen wurde. Oder andersherum formuliert: Wir empfehlen, dass Akteur*innen aus der Mehrheitsgesellschaft sich bei moderierenden Aufgaben zurückhalten. Eine Konstellation erzählender Experti*nnen mit intersektionaler Diskriminierungserfahrung auf der einen Seite und moderierenden Respräsentant*innen der Mehrheitsgesellschaft auf der anderen Seite unterläuft eher das Ziel der Veranstaltung.



*Internationale Frauen im Workshop: Als migrantische Expert*innen in der Öffentlichkeit (Foto: Ada Rhode)*

Gegen Rassismus und Sexismus. Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.

Good Practice Tipps für Moderator*innen

Setze dich auseinander mit deiner Rolle. Deine Aufgabe ist es, das Gespräch mit dem Publikum zu begleiten und eine gute Kommunikation zu ermöglichen. Außerdem stehst du der Expertin zur Seite, wenn der Austausch mit dem Publikum emotional belastend wird. Mach dir bewusst, dass es wichtig ist, in deiner Rolle zu bleiben. Du lenkst das Gespräch und belebst das Gespräch. Mit eigenen Diskussionsbeiträgen schwächst du deine Position und auch die Expertin.

Bereite dich zusammen mit der Expertin vor. Trefft Absprachen zum Gesprächsverlauf und entwickelt gemeinsam den Zeitplan und Inhalte, die euch wichtig sind. Stimmt euch gut ein und trefft klare Vereinbarungen. Versucht euch vorzustellen, wie das Gespräch mit dem Publikum im besten Fall laufen könnte. Vereinbart ein Zeichen miteinander, für den Fall, dass es für eine von euch wichtig wird, das Gespräch in eine andere Richtung zu lenken.

Niemand weiß es besser. In der Interaktion mit dem Publikum gibt es wiederkehrende Muster. Teilnehmende kommen gerne mit guten Ratschlägen für die Expertin. Wie sie hätte reagieren können. Was sie anders hätte machen sollen. Bremsen diese Beiträge freundlich. Es reicht z.B. zu sagen, dass es hier nicht um die Beratung Betroffener geht. Du kannst diese Situation gut umlenken mit der Frage, ob andere in der Gruppe eine ähnliche Erfahrung wie die Expertin gemacht haben.

Schütze die Expertin vor offener und verdeckter Aggression. Rechne z.B. mit Beiträgen, bei denen eine Person aus dem Publikum die Diskriminierungserfahrungen der Expertin in Frage stellt. Gerne treten diese Menschen als Personen mit Expertise auf und argumentieren damit, dass es sich bei dieser Geschichte nur um einen Einzelfall handelt. Unterbreche solche Beiträge entschieden, aber freundlich. Bitte darum, in dieser Haltung nicht weiter zu diskutieren. Begründe deine Intervention: Es handelt sich um eine Standardsituation. Diskriminierende Erfahrungen werden sehr häufig in Frage gestellt. Und genau das ist Teil des Problems. Mehr gibt es dazu nicht zu sagen. Eröffne dann ein neues Thema.

Ermögliche gute Kommunikation. Sorge dafür, dass Beiträge aus dem Publikum nicht zu lang und ausschweifend werden. Achte darauf, dass möglichst viele aus der Gesprächsgruppe zu Wort kommen. Kurze Zusammenfassungen und Zwischenfragen geben dem Gespräch Struktur und fördern die Beteiligung. Richte dich mit Visualisierungen – zu Orten, Gefühlen, Begegnungen – ans Publikum, um die von anderen geteilten Erfahrungen und Situationen erfahrbarer zu vermitteln.

Die Expertin darf aus der Rolle fallen – du nicht. Die Expertin ist in der Interaktion mit dem Publikum deine Diva. Sie darf laut werden, viele Fragen beantworten oder vor allem zuhören. Sie kann auch deine Co-Moderatorin während der Veranstaltung sein. Du achtest einfach darauf, dass sie eine wichtige Stimme hat, während des ganzen Gesprächs. Lass dich nicht mitreißen, halte dich mit deinen eigenen Erfahrungen und Ansichten zurück: Du gibst damit anderen Platz und Möglichkeit.

Gegen Rassismus und Sexismus. Erfahrungen austauschen. Sich gemeinsam wehren.

*** Modul: Good Practice Tipps für Veranstalter*innen**

Auch auf der Seite der Veranstaltenden braucht es ein Konzept, das den Schutz aller Beteiligten – Referierende, Moderierende, Publikum im Blick hat. Hier sollten alle Kooperationspartner*innen eingebunden und informiert sein.

Die Moderator*innen weisen bei der Begrüßung und Einleitung darauf hin, dass wir uns vom Publikum einen respektvollen Umgang miteinander und das Einhalten von ein paar einfachen Regeln wünschen. Es ist sinnvoll, ausdrücklich den Mut und die Bereitschaft der Expert*innen zu würdigen, öffentlich über ihre eigene Erfahrungen zu sprechen.

Für das Publikum gibt einen Flyer mit Tipps und Wünschen für ein gutes Gesprächsklima. Dieser Flyer liegt auf den Tischen und ist vergrößert auch ausgehängt.

Ein Beispiel: **Unsere Wünsche für diesen Abend**

- Wir wünschen uns eine konstruktive Atmosphäre.
- Versucht bewertungsfrei zu sprechen, auch in euren Argumenten!
- Seid respektvoll miteinander!
- Nehmt Rücksicht auf andere. Jede und jeder hat das Recht zu sprechen.
- Wir wünschen uns einfühlsame Fragen.
- Wir wünschen uns Anteilnahme statt Bewertung.
- Tuschelt bitte während der laufenden Veranstaltung nicht mit anderen und flüstert euch nichts in Ohr.
- Positive Formulierungen kommen besser rüber – probiert es aus.
- Seid offen dafür, von Erfahrungen zu hören, die neu für euch sind. Nehmt sie ernst. Öffnet euch für neue Perspektiven!

Beobachterinnen im Hintergrund können in zugespitzten und schwierigen Situationen neutral intervenieren. Mit einer Zwischenfrage zum Beispiel, mit der die Aufmerksamkeit auf ein neues Thema gelenkt werden kann. Je früher diese Intervention erfolgt, desto leichter bewirkt sie eine Entspannung.

Und nach der Veranstaltung?

Im Idealfall haben alle Akteur*innen Zeit für ein Feedback, möglichst bald nach der Veranstaltung. Mit drei klaren Fragen ist das gut strukturiert: Was habe ich gut gefunden? Was hat mich gestört? Was können wir verändern bei zukünftigen Aktionen?

Wenn es in der Veranstaltung zu Konflikten kam oder schmerzhaft Situationen für einzelne Akteur*innen entstanden sind, ist es wichtig, so bald wie möglich darüber zu sprechen, mit ausreichend Zeit. In der Gruppe oder auch zu zweit, je nachdem, wie es die betroffene Person wünscht.