

TOLERANZ TIPPS

ALLE TIPPS

ZUM NACHLESEN

TOLERANZ 

RÄUME

EIN MENSCH MIT EINER SOG. GEISTIGEN
BEHINDERUNG WIRD AUSGELACHT,
ANGEPÖBELT ODER MISSACHTET.
WAS KANN ICH TUN?

#ABLEISMUS

TIPP 1

Wenn du selbst in eine solche Situation gerätst, suche dir Hilfe bei Menschen, die die Situation beobachtet haben und dich unterstützen können.

TIPP 2

Wenn du die Situation im Rahmen von Behörden, in der Schule, bei der Wohnungssuche oder bei der Arbeit erlebst, kannst du dich an eine Antidiskriminierungsstelle oder an ein*n Behindertenbeauftragte:n wenden. Die gibt es für alle Bundesländer, auch bei vielen Beratungsstellen.

TIPP 3

Wenn du eine solche Situation beobachtest, sprich den Menschen mit Behinderung an, signalisiere deine Unterstützung und erfrage, wenn möglich, wie du der Person helfen kannst.. Es ist wichtig, sich in solchen Situationen nicht allein zu fühlen. Überlegt gemeinsam, was zu tun ist und wen ihr um Hilfe fragen möchtet.

AM KÜCHENTISCH
FALLEN INTOLERANTE PAROLEN.
WIE KANN ICH REAGIEREN?

DEMOKRATIEFEINDLICH

TIPP 1

Mache deine Meinung zu der Äußerung ruhig aber bestimmt deutlich. Signalisiere den Beteiligten am Tisch: „Ich bin nicht einverstanden“. Aber: Wenn du nicht willst, musst du nicht diskutieren.

TIPP 2

Überlege, ob du inhaltlich in eine Diskussion einsteigen möchtest. Manchmal ist das überfordernd. Gleichzeitig ist nicht jede Äußerung am Tisch mit Bedacht gewählt. Du kannst die Person durch Nachfragen herausfordern, selbst über die Konsequenzen ihrer Aussagen nachzudenken.

TIPP 3

Falls eine weitere Person sich gegen Intoleranz ausspricht, unterstütze sie. Es ist gut, sich gegenseitig zu bestärken. In einer gemeinsamen Diskussion ist es einfacher, die Beweggründe für intolerante Positionen herauszufinden und deren Argumentationslinien zu entkräften.

IM BUS WIRD JEMAND ANGEGRIF-
FEN. WAS KANN ICH TUN?

#DISKRIMINIERUNG

TIPP 1

Wende dich an die:den Busfahrer:in und fordere sie:ihn auf, die Polizei anzurufen und anzuhalten. Alternativ kannst du auch direkt 110 wählen. Beschreibe möglichst klar die Situation und den genauen Ort des Angriffs.

In der Broschüre „Was tun nach einem rechten Angriff“ findest du viele weitere Informationen: <https://verband-brg.de/vbrg-ratgeber-fuer-betroffene/>

TIPP 2

Wende dich an Mitreisende und stelle dich – wenn möglich – zwischen die angegriffene Person und die Angreifer:innen. Gemeinsam könnt ihr einen Ring um die betroffene Person bilden. Fordere die Täter:innen ruhig aber bestimmt auf, den:die Betroffene:n in Ruhe zu lassen. Wenn möglich, dokumentiere die Situation mit deinem Smartphone.

TIPP 3

Biete der:dem Angegriffenen deine Unterstützung an: Warte mit ihm:ihr, bis die Polizei oder Rettungsdienste vor Ort sind und stelle dich als Zeug:in zur Verfügung. Frage die:den Angegriffenen, was sie sich jetzt wünscht, und stelle sicher, dass sie nicht alleine bleibt. Informiere sie:ihn über die Unterstützung durch Opferberatungsstellen und kontaktiere die Beratungsstelle. Nicht vergessen: Schreibe ein Gedächtnisprotokoll des Vorfalls.

ICH ENTDECKE EIN HASS
POSTING. WIE KANN ICH
REAGIEREN? #HASSIMNETZ

TIPP 1

Ignoriere das Hassposting nicht. Du kannst einzelne Beiträge, Kommentare sowie ganze Profile oder Seiten an die Sozialen Netzwerke melden. Wenn dich eine Person belästigt, kannst du sie blockieren und Hasspostings unter deinen Beiträgen direkt löschen. Kennst du die Person persönlich, kannst du sie auch analog darauf ansprechen.

TIPP 2

Hasspostings können psychisch sehr belastend sein. Wenn du das Gefühl hast, mit der Situation überfordert zu sein, sprich mit Freund:innen darüber. Du kannst dich auch an eine Beratungsstelle wenden. Unterstützung findest du z.B. bei HateAid oder beim Bündnis gegen Cybermobbing.

<https://hateaid.org/betroffenenberatung/>
<https://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de/hilfe.html>

TIPP 3

Hasspostings können strafrechtliche Folgen haben. Hierfür ist es wichtig, die Angriffe mithilfe von Screenshots zu dokumentieren. Auch wenn du die Zeilen lieber schnell löschen würdest: So kann bewiesen werden, dass eine bestimmte Person eine bestimmte Aussage getroffen hat. Der VBRG und andere Beratungsstellen können hierbei helfen.

<https://verband-brg.de/rechtssichere-screenshots/>

MEIN:E KOLLEG:IN ÄUSSERT SICH
IMMER WIEDER QUEERFEINDLICH.
WAS KANN ICH TUN?

#QUEERFEINDLICHKEIT

TIPP 1

Dokumentiere die Äußerungen und lasse sie nicht unkommentiert stehen. Versuche dabei ruhig und klar gegenüber der:dem Kolleg:in zu thematisieren, warum die Äußerungen verletzend sind. Suche dir auch Unterstützung bei Kolleg:innen und Vorgesetzten. Lokale LGBTQIA+ Verbände können dich in deiner Argumentation beraten.

TIPP 2

Bei wiederkehrenden Vorfällen suche dir Unterstützung bei Betriebsräten, Supervisor:innen und/oder Gleichstellungsbeauftragten deiner Arbeitsstelle. Weitere professionelle Hilfe findest du auch bei städtischen Gleichstellungs- oder Antidiskriminierungsbeauftragten, bei örtlichen Antidiskriminierungsstellen und LGBTIQ+ Beratungen.

TIPP 3

Vielleicht ist es sinnvoll und möglich, mit Hilfe deiner Vorgesetzten und Kolleg:innen eine Fortbildung zu Themen von Antidiskriminierung und Diversität zu organisieren. Auch hier können dich lokale Beratungsstellen und Organisationen auf Angebote verweisen.

IN MEINEM UMFELD
RADIKALISIERT SICH JEMAND.
WAS KANN ICH TUN?

#RADIKALISIERUNG

TIPP 1

Wenn jemand andere als „Ungläubige“ abwertet oder versucht, ihnen die eigene Religion aufzuzwingen, können das Zeichen für eine religiös begründete Radikalisierung sein. Wichtig ist, in Ruhe zu klären, ob es wirklich um (z.B. islamistische) Radikalisierung oder nur Hinwendung zu einer Religion geht. Die Bundesarbeitsgemeinschaft religiös begründeter Extremismus hilft, dabei Unterstützung zu finden.

TIPP 2

Kinder wollen sich ihre eigene Meinung bilden und gehört werden. Wenn sie sich dabei mit rechtsextremen Inhalten identifizieren, kann das für Eltern sehr belastend sein. Wichtig ist es, den offenen Dialog auf Augenhöhe zu suchen, Interesse zu zeigen, aber auch Grenzen gegenüber intoleranten Äußerungen zu verdeutlichen.

BEIM STADTFEST WIRD EINE
RECHTE GRUPPE AGGRESSIV.
WAS KANN ICH TUN?

#RECHTEGEWALT

TIPP 1

Wende dich an Beamt:innen vor Ort oder informiere die Polizei unter 110. Nenne deinen Namen, den Ort und beschreibe möglichst ruhig die Situation.

TIPP 2

Falls du nicht alleine bist oder andere Personen auf dem Fest ansprechen kannst, könnt ihr die Gruppe gemeinsam zur Rede stellen. Oftmals sind die Täter:innen bekannt. Macht ruhig, aber bestimmt deutlich, dass ihr das Verhalten nicht toleriert. Wichtig: Gefährdet euch nicht selbst.

TIPP 3

Wenn möglich, dokumentiere die Situation, schreibe auf jeden Fall ein Gedächtnisprotokoll. Die Aufzeichnungen kannst du an eine Opferberatung oder Monitoringstelle geben. Wenn es vor Ort ein „Bündnis gegen Rechts“ gibt, überlegt anschließend gemeinsam, wie ihr mit der Situation umgehen wollt.

EINE FRAU WIRD SEXISTISCH
BELÄSTIGT.
WAS KANN ICH TUN?

#SEXISMUS

TIPP 1

Sprich die Betroffene an, signalisiere ihr Unterstützung. Es ist wichtig, sich in solchen Situationen nicht alleine zu fühlen. Überlegt gemeinsam, was zu tun ist und wen ihr um Hilfe fragen möchtet, zum Beispiel am Bartresen.

TIPP 2

Möchtest du am liebsten mit einem coolen Spruch reagieren? Doch während du nachdenkst, ist die Situation vorbei? Wichtig ist, deutlich zu machen, dass auch du das Verhalten ablehnst. Du musst nicht besonders witzig sein, das ist sexistisches Verhalten auch nicht.

TIPP 3

Findet die sexistische Belästigung im Rahmen von Behörden, in der Schule oder bei der Wohnungssuche statt, können sich Betroffene an eine Antidiskriminierungsstelle wenden. Bspw. bieten das Bündnis Gemeinsam gegen Sexismus und die Initiative Frauen gegen Gewalt e.V. hierbei Hilfe.

<https://www.gemeinsam-gegen-sexismus.de/materialien/>
<https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/aktionen-themen/make-it-work.html>

EIN KIND WIRD IN DER
SCHULE AUSGEGRENZT. WAS
KANN ICH TUN?

#SOZIALEAUSGRENZUNG

TIPP 1

Unterstütze die ausgegrenzte Person: Frage sie, wie du helfen kannst. Manchmal ist zuhören und da sein schon genug.

TIPP 2

Finde Verbündete in der Gruppe und sprecht euch gemeinsam gegen die Ausgrenzung aus. Gemeinsam seid ihr stärker!