Inhalt

Einstimmen	11
Prolog	19
Teil I: Rassismus als blinder Fleck der Gesellschaft – Ein Überblick	23
A. Ein psychosoziales Verständnis	25
1. Rassismus und Menschenwürde	25
2. Das traumatisierende Gesamtumfeld	30
3. »Menschwerdung«: kolonial-postkolonial-global	32
4. Rassismus und Fremdenfeindlichkeit	36
5. Rassismus und Marginalisierung	42
6. Die Welt als weißes Konstrukt	43
7. Rassismus und Psychologie	46
8. Die neue Menschwerdung: »Rehumanisation«	54
B. Thesen, Begriffe, empirischer Zugang – Eine Zuspitzung	57
C. Das Gesamtumfeld	65
1. Die Ebene Welt	66
2. Die Ebene Beziehung	70
3. Die Ebene Person	72
4. Das Bio-psycho-sozio-öko-Umfeld	74
5. Wahrnehmung auf allen Ebenen	77
Teil II: Welt, Beziehungen und Person im Feld von Rassismus – Einblicke	83
A. Einblicke in die Ebene Welt	85
1. Einführung	85
2. Der globale Rassismus	105
2.1 Vorkoloniale Geschichte, Kolonialismus und Postkolonialismus	105
2.2 Beispiele für globalisierte Formen des Rassismus	115

2.3 Resümee – Rassismus als globales Konstrukt	121
3. Rassismus als deutsches Phänomen	123
3.1 Rassismus und strukturelle Gewalt	145
3.2 Rassismus im gesellschaftlichen Alltag	157
4. Rassismus und die weiße Sozialisation	166
5. Migration, Kultur und Rassismus	187
5.1 Migration	187
5.2 Kultur	203
6. Sofia: Migration und Alltagsrassismus	216
B. Einblicke in die Ebene Beziehung	221
1. Einführung	221
2. Soziale Kohäsion auf der Ebene Beziehung	228
2.1 Gesellschaft als Ort der sozialen Kohäsion	228
2.2 Soziale Kohäsion und Migrationshintergrund	232
2.3 Rassismus und soziale Kohäsion	236
3. Differenz und Rassismus in Peergruppen	241
4. Doublebind	247
5. Othering	255
6. Othering als Doublebind	264
7. Rassismus und Doublebind	270
8. Rassismus in Begegnungen	287
9. Beispiel Daniel und Adoma – Teil 1	302
C. Einblicke in die Ebene Person	305
1. Einführung	305
2. Soziale Kohäsion auf der Ebene Person	310
2.1 Einführung	310
2.2 Soziale Kohäsion und die Familie	314
2.3 Soziale Kohäsion und Bezugspersonen	323
3. Selbstregulation auf der Ebene Person	324
3.1 Bausteine der Selbstregulation	325
3.2 Wodurch leidet die Selbstregulation?	337
3.3 Folgen einer mangelnden Selbstregulation	338

4. Rassismuserfahrungen und die Ebene Person	341
5. Trauma	348
5.1 Die Psychologie und der Umgang mit Trauma	348
5.2 Traumatisierung – Eine Beschreibung	350
5.3 Die hirnhysiologischen Grundlagen des Traumas	358
5.5 Zum Umgang mit Traumatisierung	368
6. Introjekte	373
6.1 Einführung	373
6.2 Rassismus und Introjekte	380
7. Identität	389
7.1 Einführung	389
7.2 Identität im Feld von Migration und Kultur	395
7.3 Identität im Feld von Rassismus	401
8. Traumatische Auswirkungen von Rassismus	426
8.1 Einführung	426
8.2 Rassismus und Verratstrauma	429
8.3 Traumatisierung durch Rassismus	442
9. Rassismus in Träumen	451
10. Selbstregulation und Rassismus	456
Teil III: Ist die Lösung im Problem zu erkennen? Ein Vorausblick	485
A. Zusammenfassung	487
1. Was bedeutet Rassismus?	487
2. Das Gesamtumfeld im Überblick	489
3. Rassismus – bio-, psycho-, sozio-, ökologisch	494
4. Versperrte Lösungen	499
B. Entsperrte Lösungen	507
1. Einführung	507
2. Ein wirkliches Zeitalter der Aufklärung	508
3. Demokratie im Gesamtumfeld	510
4. Produktive und kontraproduktive Lösungen	513
5. Bio-psycho-sozio-öko-Antworten	519

6. Notwendige Schritte	531
C. Ideen für eine neue Menschwerdung	539
1. Einführung	539
2. Ebene Person	541
3. Ebene Beziehung	552
4. Ebene Welt	554
5. Würde und Integrität für alle	564
D. Weiter im Feld von Rassismus leben	569
1. Beispiel Daniel und Adoma – Teil 2	570
2. Unterwegs auf allen Ebenen	573
3. Zukunftsperspektiven	590
4. Das Beispiel von Bahar	592
Nachworte	617
1. Versäumnisse	619
2. Abschließende Worte	622
3. Mitwirkung	623
Endnoten (Verwendete und weiterführende Literatur)	625
Glossar	651
Register	653