

# **Awareness Glossar / „Woketionary“**

## **A**

### **Able-bodied (körperlich leistungsfähig)**

Menschen, die keine körperliche Beeinträchtigung jeglicher Form haben. Das Gegenteil von non-able bodied.

\*Technisch gesehen sind mentale Krankheiten auch körperliche Beeinträchtigungen, da es sich um ein Organ handelt: Das Gehirn.

### **AFAB (nach der Geburt weiblich zugewiesen)**

Assigned female at birth. Das Geschlecht, das einem aufgrund seiner Chromosomen und Genitalien bei der Geburt vorgeschrieben wird. In diesem Fall die Vulva und Vagina.

### **AMAB (nach der Geburt männlich zugewiesen)**

Assigned male at birth. Das Geschlecht, das einem aufgrund seiner Chromosomen und Genitalien bei der Geburt vorgeschrieben wird. In diesem Fall der Penis.

### **AGAB (nach der Geburt zugewiesenes Geschlecht)**

Assigned gender at birth. Das Geschlecht, das einem auf Grund seiner Chromosomen und Genitalien bei der Geburt vorgeschrieben wird.

### **Anti-\_\_\_\_\_ racism- (Anti-\_\_\_\_\_ Rassismus)**

Spezifizierter Rassismus gegen eine bestimmte Gruppe.

Z. B. Anti-asian racism (Anti-asiatischer Rassismus). Das kann sich u. A. auf die Kultur, "äußerlichen Merkmale" und Stereotypen dieser Gruppe beziehen.

### **Anti-semitism (Antisemitismus)**

Systematische Diskriminierung und Unterdrückung von jüdischen Menschen. Existiert sowohl auf ethnischer, als auch auf religiöser/kultureller Basis.

### **Ally (Verbündete\*r / alliierte Person)**

In diesem Fall eine Person, die nicht von einer gewissen Diskriminierungsform betroffen ist, sondern davon profitiert und sich trotzdem für die Menschen, die es betrifft, und ihre Rechte aktiv einsetzt. Das bedeutet kritische Selbstreflektion, Bildung, etc.

Tipp an allies:

Der "Job" einer alliierten Person ist es, auch sein Privileg zu nutzen, um andere privilegierte Menschen auf ihre Ignoranz hinzuweisen und diese aufzuklären. Denn einer der Gründe wieso sie ignorant sind, ist, weil sie marginalisierten Menschen nicht zuhören. Allyschaft bedeutet Betroffenen Arbeit/Last abzunehmen, ihre Stimmen lauter zu machen und sie vor Diskriminierung zu schützen. Wichtig: Ohne die marginalisierten Personen dabei zu übertönen, wenn sie selbst etwas zu sagen haben. Ob ihr Ally seid, entscheiden dabei die marginalisierten Personen und nicht ihr selbst.

### **Ageism (Ageismus / Altersdiskriminierung)**

Altersdiskriminierung, meistens richtet sich diese Art von Diskriminierung gegen ältere Frauen. Z. B. Anti-aging Creme, Botox, ältere Frauen werden als "abgelaufene Ware" bezeichnet, etc. Ageismus kann sich aber auch gegen jüngere Menschen richten, indem ihnen Weisheit, Reife oder Intelligenz aufgrund ihres jungen Alters abgesprochen wird ("Du bist noch zu jung, um das zu verstehen").

### **Androcentric (androzentrisch, Androzentrismus)**

Eine spezifische Form davon Männlichkeit zur Norm zu erklären, eine männlich zentrierte Gesellschaft. Dominiert oder betont männliche Interessen oder eine männliche Sichtweise (Auch toxische Maskulinität, Patriarchat und male gaze genannt).

### **Asexuality (Asexualität)**

Menschen, die sich nicht sexuell zu anderen hingezogen fühlen. Asexuelle Menschen können Sex, wenn er passiert, genießen, verspüren aber anders als sexuelle Menschen kein "Verlangen" danach.

### **Androgynous (androgyn)**

Ein Mensch, der sowohl stereotypische männliche und weibliche charakteristische Merkmale hat (basierend auf Geschlechterstereotypen).

### **Ableism (Ableismus, Behindertendiskriminierung, Behindertenfeindlichkeit)**

Diskriminierung und Unterdrückung von Menschen mit Behinderungen/Beeinträchtigungen, sowohl körperlich, als auch geistig. Dazu gehört u. A. auch die Benutzung von "behindert" als Schimpfwort.

## **B**

### **Bi\_PoC (Black, indigenous People\_and People of Color)**

Black Indigenous \_ People of Color. Der Bindestrich sagt aus, dass es nicht-weiße Menschen gibt, die sich als weder noch identifizieren. Ein Sammelbegriff für nicht-weiße Menschen. Der Begriff "PoC" wurde erstmals von Schwarzen Aktivist\*innen, wie u. A. MLK in Amerika benutzt und erfunden. Im Laufe der Jahre wurde das Wort von anderen nicht-weißen und nicht-Schwarzen Menschen angeeignet. Deswegen sind zwar Schwarze Menschen mit in den Begriff einbezogen, in Bi\_PoC steht der Begriff Black allerdings zusammen mit Indigenous extra, weil Schwarze und Indigene Menschen zusätzlich noch einen anderen geschichtlichen, sozialen, sozioökonomischen Hintergrund in Bezug auf das System Rassismus, Kolonialismus und co. haben. Bi\_PoC schließt alle Menschen mit ein, die

1. Ihren ethnischen Hintergrund außerhalb von Europa haben  
*Dazu gehören keine weißen Menschen, die aus Europa emigriert sind – durch Kolonisation und co.*
2. In bestimmten Ländern wie z. B. Deutschland nicht der Mehrheitsgesellschaft entsprechen und deswegen systematische Diskriminierung, Unterdrückung und Ausgrenzung erleiden  
*Diese müssen nicht automatisch eine nicht-europäische Herkunft haben (z. B. Menschen aus dem Balkan).*

Da PoC sein auch politisch ist, gibt es manche PoC-Gruppen die zwar z. B. in Deutschland PoC sind, da sie hier eine unterdrückte Minderheit sind, aber in anderen Regionen der Welt der Mehrheitsgesellschaft angehören und dort dann *weiß* sind (die meiste Macht halten), auf politischer Ebene, nicht nur ethnisch. Eine genaue Richtlinie gibt es nicht.

Wann ist ein Mensch Bi\_PoC wenn er mixed race ist? Grob gesagt kann man sagen, wenn mindestens ein Elternteil Bi\_PoC ist. Wenn es unterhalb dieser Grenze liegt, dann kommt es darauf an, wie du gesellschaftlich wahrgenommen wirst. Aber auch das ist sehr kompliziert und kann sich nicht mit einer kurzen Definition zusammenfassen.

### **Bodypositivity (positive Einstellung zum Körper, seltener auch: Body Liberation)**

Ursprünglich eine Bewegung, die sich für mehr Repräsentation und Antidiskriminierungsarbeit für fette Körper einsetzt, bis sich irgendwann weiße, dünne cis-het Frauen zentriert haben, da Selbstzweifel auf die gleiche Stufe wie systematische Unterdrückung und Diskriminierung gestellt wurden. Es ist dennoch eine BEWEGUNG für fette Körper. Wird aber zu oft mit "Selflove" verwechselt. Bodypositivity ist eine politische Bewegung, die gegen systematische Unterdrückung, Diskriminierung und Ausgrenzung von fetten Menschen kämpft.

### **Bisexuality (Bisexualität)**

Menschen, die sich zu mehr als einem Geschlecht hingezogen fühlen.

### **Butch**

Ein sexistisches Wort was vom Patriarchat verwendet wird, um nicht stereotypisch feminine Frauen (also Frauen die nach der Meinung des Patriarchats nicht feminin genug sind) als zu männlich zu beschreiben. Allerdings wird dieses Wort auch von manchen homosexuellen Frauen selbst benutzt. Es wird heutzutage übernommen und als Selbstbezeichnung verwendet. Auch als eine Art der Selbstbestimmung und des Empowerments. Es ist ähnlich wie Dyke.

### **Bewusste Ignoranz**

Wenn man mit etwas nicht konfrontiert wurde, dann kann man es auch nicht wissen, das ist passive Ignoranz. Wenn man allerdings dann damit konfrontiert wird und darauf mit Fragilität und/oder Unbelehrbarkeit reagiert, ist das bewusste Ignoranz.

### **Black people / Schwarz(e Menschen)**

Menschen afrikanischer Abstammung/mit afrikanischen Wurzeln. Ethnisch, race bedingt, nicht durch Nationalität. Auf Deutsch: Schwarze Menschen. Schwarz wird immer großgeschrieben, weil es eine Selbstbezeichnung ist.

### **Blackfacing**

Nicht-schwarze Menschen, insbesondere weiße Menschen, die sich das Gesicht und/oder die Haut schwarz/dunkel anmalen, um eine schwarze Person zu imitieren und/oder ein stereotypisches Bild von schwarzen Menschen zu kreieren.

### **Binär / binäre Geschlechter**

Binär steht für „zweiteilig“ und reduziert auf nur zwei Geschlechter: männlich und weiblich und die Stereotypen, die damit einhergehen. Ausgangspunkt ist, dass Geschlecht ein binäres System sei. Binäre Geschlechter sind die, die gesellschaftlich anerkannt werden und die gesellschaftliche Norm definieren/vorschreiben. Sämtliche anderen Geschlechter werden als Abweichung von der (binären) Norm betrachtet und unterdrückt.

### **Betroffene**

Betroffene Menschen sind Menschen, die von einer bestimmten Situation betroffen/beeinflusst sind. Im politischen Kontext meistens marginalisierte Menschen. Z. B. sind die Betroffenen von Rassismus Bi\_PoC.

## **C**

---

### **Cis (Cisgender, Cis-Menschen)**

Das Adjektiv cisgender oder zisgender, kurz cis, bezeichnet die Übereinstimmung von Geschlechtsidentität und dem Geschlecht, das einer Person bei der Geburt zugewiesen wurde, meist beurteilt anhand sichtbarer körperlicher Geschlechtsmerkmale. Das bedeutet:

Wer sich mit dem in der Geburtsurkunde eingetragenen Geschlecht „männlich“ oder „weiblich“ identifizieren kann und von sich eindeutig sagt „Ich bin ein Mann“ bzw. „Ich bin eine Frau“, ist gemäß dieser Kategorie ein Cis-Mensch.

### **Cis fragility**

Der Begriff „fragility“ (in diesem Fall von Cis-Menschen) beschreibt einen Zustand, in dem selbst ein Mindestmaß an Kritik/unkomfortabler Ehrlichkeit unerträglich wird und eine Reihe negativer Reaktionen auslöst, weil diese Kritik/unkomfortable Ehrlichkeit einer\*m zu viel werden und die Verantwortung nicht übernommen wird. Der Gedanke, man könnte Täter\*in sein oder als solche\*r dargestellt werden, ist unerträglich. Auch aus Angst, dass man dieses Privileg und die Überlegenheit verlieren könnte. Deswegen wird auch jegliche Anschuldigung und jeder unangenehme Fakt, den non-cis Menschen vorbringen, vehement abgewiesen, alla: „Ihr müsst erst eure Unterdrückung beweisen, mit 100 Quellenangaben und ihr müsst euer Trauma und eure Erfahrungen schildern“. Das ist aber nur eine Taktik, am Ende des Tages wird dies meist auch nicht ernst genommen. Stattdessen will die beschuldigte Person die Wahrheit in der Regel nicht wissen bzw. den Fakten nicht ins Auge sehen, sondern glauben, was er\*sie will. Wieso? Weil es einfacher ist, sich in seiner Blase aufzuhalten, selbst "entscheiden" zu können, wie andere sich fühlen und was sie denken, anstatt sich mit der unkomfortablen Wahrheit, den eigenen Privilegien und entsprechenden Pflichten auseinanderzusetzen.

### **Cis privilege**

Das Privileg zu haben, in einer Gesellschaft zu leben, die die eigene Geschlechteridentität als "normal" und als "Richtwert" betrachtet und damit nicht auf Grund der eigenen Geschlechteridentität diskriminiert/unterdrückt/ermordet, etc. zu werden. Cis Menschen profitieren somit auch von der Unterdrückung/Diskriminierung/etc., die Menschen mit anderen Geschlechtsidentitäten erleiden.

### **Cultural appropriation (Kulturelle Aneignung)**

Wenn (meistens weiße) Menschen, sich intensiv/nur mit den "coolen"/positiven Dingen einer oder auch nicht mit einer anderen (meist marginalisierten) Kultur beschäftigen und diese exotisieren und dann so tun als wären sie ein Teil davon.

Z. B. mit einem Native American-Kostüm

### **Colorblindness**

Die ignorante Idee, dass man Hautfarbe nicht sieht/sie irrelevant ist (z. B.: „Ich sehe keine Hautfarbe, ich sehe nur den Menschen“).

Damit ignoriert man die systematische Unterdrückung und Diskriminierung (Rassismus) von Bi\_PoC und ist ein Teil des Problems. Jede\*r sieht unterschiedliche Hautfarben. Nur weil man die Augen verschließt, geht es nicht automatisch weg.

### **Cis-splaining**

Cisgender Menschen, die non-cis Menschen ihre eigene Unterdrückung und/oder Identität erklären wollen/denken sie wüssten es besser.

### **Cis-normativity**

Die Idee, dass Cis-Genderidentität systematische "Normalität" ist und alle anderen Geschlechteridentitäten abnormal/nicht-existent sind.

### **Colonialism / Kolonialismus**

Inbesitznahme auswärtiger Territorien und die Unterwerfung, Vertreibung oder Ermordung der ansässigen Bevölkerung durch eine Kolonialherrschaft. Die europäische/westliche Gesellschaft, die ihre westliche Ideologie auf Bi\_PoC Kulturen aufzwingt, eine europäisch/westlich (weiß) zentrierte Hierarchie einführt und eine Unterdrückungskultur

etabliert. Das beinhaltet: Sklaverei, Genozid, Missionierung, Rassismus als System, Zwangskonvertierung, Invasionen, europäischer/westlicher Schönheitsstandard. Kolonialismus ist immer noch präsent z. B. durch die Gentrifizierung, welche meist Regionen betrifft, die einen erhöhten Bi\_PoC Anteil haben. (Den Großteil der Menschen, die am schwersten von Armut betroffen sind, sind Bi\_PoC in weiß-dominierten Ländern als auch weltweit).

### **Critical whiteness / maleness / etc.-**

Die Selbstreflexion, unangenehme Auseinandersetzung mit der Wahrheit über Privilegien, -ismen, Mittäterschaft und das Verständnis, dass/wie sie selbst ein Teil des Problems sind.

### **Cis-gaze (Cis-Blick)**

Medien, Filme, Kleidung, etc. durch die Perspektive von Cis Menschen zu zeigen, meist durch eine all-cis Repräsentation für ein Cis-normatives Publikum. Non-cis Menschen werden nur selten repräsentiert und das dann oft nur durch Stereotypen. Gaze (für den „Blick“ von Cis-Personen) ist zudem nicht nur bezogen auf die Exklusion von non-cis Personen in verschiedensten Bereichen, sondern auch wenn non-cis Personen in einem bestimmten Licht dargestellt werden. Oft wird dann auch von non-cis Personen erwartet oder gedacht, dass sie sich auf eine bestimmte Art und Weise benehmen müssen, je nachdem, welche Stereotypen benutzt werden.

## **D**

### **Diaspora**

Menschen die außerhalb ihres Herkunftslandes leben, entweder freiwillig, aber meist durch Kolonisation (Sklaverei, etc.) und in dem „neuen“ Land eine Art Subkultur erfinden, mit Aspekten beider/mehrerer Kulturen.

### **Diskriminierung**

Systematische, institutionelle, sozioökonomische, etc. Ausgrenzung, Unterdrückung und Marginalisierung von Personengruppen, aufgrund von vorgeprägten Wertvorstellungen/Verhaltensmustern, Vorurteilen und Denkweisen. Eine Diskriminierung liegt vor, wenn eine Person aus rassistischen Gründen, wegen ihrer körperlichen und geistigen Fähigkeiten oder einer psychischen oder physischen Behinderung, wegen ihres Geschlechts, ihrer Geschlechtsidentität oder ihres Geschlechtsausdrucks, wegen ihrer sexuellen Orientierung, wegen ihrer sozio-ökonomischer und ethnischen Herkunft und Nationalität, ihrer Religion und kultureller Hintergründe, ihres Alters, benachteiligt, abgewertet oder herabgewürdigt wird.

### **Dyke**

Ursprünglich eine Bezeichnung für lesbische bzw. gesellschaftlich „zu maskuline“ lesbische Menschen. Heutzutage wird es als Selbstbezeichnung von manchen lesbischen Menschen genutzt.

### **Deutungshoheit**

Im politischen Kontext besagt die Deutungshoheit, wer und wer nicht die Entscheidung darüber treffen darf, was -istisch (abgeleitet von -ismen, u. A. rassistisch, sexistisch, etc.) / diskriminierend / problematisch ist und was es nicht ist. Grundsätzlich gilt: die Deutungshoheit gebührt den Betroffenen.

# E

## **Ethnie**

Die Wurzeln, die man hat/die Gene. Auch mit Volk\* übersetzbar. Menschen mit der gleichen Ethnie teilen u. A. dieselbe Volksgeschichte und Herkunft über Jahrhunderte/Jahrtausende hinweg, haben ähnliche Kulturen, ähnliche körperliche Merkmale, etc. Zum Beispiel sind indigene Menschen aus Nordamerika eine Ethnie; Indigen/Native American lassen sich aber selbst nochmal in verschiedene Subethnien aufteilen, zum Beispiel zwischen Sioux, Choctaw und Navajo.

## **Enby**

Die Slang-Abkürzung für non-binary (nicht-binär).

## **Exotisierung**

Wenn weiße Menschen Bi\_PoC und Bi\_PoC Kulturen als exotisch bezeichnen und wahrnehmen, als "wild" und "unkonventionell", "seltsam", "anders", weil es nicht in westliche Standards passt; "die wilden, exotischen Fremden". Oft wollen manche weißen Menschen dann ein Teil davon sein, durch cultural appropriation und mehr, weil sie es "faszinierend" finden. Bezogen auf die eigenen Normen und Werte wird bei der Exotisierung dem „Fremden“ eine grundlegende Andersartigkeit zugeschrieben, durch die westliche Norm als selbsternannte "Hochkultur". Es ist eine Art von "positivem" Rassismus. Dann gibt es dazu die exotische Fetischisierung.

## **Emotional labor (Emotionsarbeit)**

Wenn privilegiere Mitmenschen (weiße, Männer, etc.) von marginalisierten Menschen Aufklärung, Beweise, etc. verlangen oder das Akzeptieren ihrer Ignoranz, welche sie mit "Das ist nur meine Meinung" tarnen. Dabei wird auf die Arbeit und die mentalen erbrachten Kräfte der marginalisierten Person keine Rücksicht genommen/nicht gewürdigt. Es ist eine Art des silences (zum Schweigen bringen). Wenn die betroffene Person das nicht machen möchte, dann wird oft argumentiert mit "Ha, siehst du, du hast keine Argumente mehr", "Du weißt, dass ich richtig liege!", um die marginalisierte Person zu noch mehr Emotionsarbeit zu nötigen, auch gaslighting genannt.

## **Empowerment**

Die Bestärkung, Unterstützung, Anfeuerung und Ermutigung für marginalisierte Menschen, oft durch die eigene Community.

# F

## **Feminismus**

Die Bekämpfung verschiedener -ismen, Machtstrukturen und u. A. patriarchaler Denkweisen, toxischer Maskulinität, Femizid, sexueller Gewalt u. m.

Feminismus konzentriert sich zusätzlich auf das Empowerment und die Gleichberechtigung von Menschen, die nicht cis-männlich sind, und ist gegen die Dämonisierung und Abwertung der Femininität. Feminismus ist nur als intersektionaler Feminismus wertvoll.

## **Fettfeindlichkeit**

Diskriminierung und Unterdrückung von mehrgewichtigen Menschen, insbesondere fetten Menschen. Fettfeindlichkeit hat ihren Ursprung in der Kolonisation und im anti-schwarzen Rassismus.

## **Fetischismus**

Wenn jemand eine bestimmte Sache/einen Menschen zum Objekt macht und sich zu dieser/diesem extrem sexuell angezogen fühlt. Meistens trifft dies fette Frauen und Bi\_PoC (ethnischer Fetischismus, was so ähnlich wie ethnische Sexualisierung ist). Fetischismus kann aber auch die extreme sexuelle Zuneigung gegenüber Objekten, Körperteilen und co. sein.

## **Fettphobie**

Eine diskriminierende und äußert falsche Bezeichnung für die systematische Unterdrückung und Diskriminierung, die fette Menschen erleben. Phobie bedeutet "Angst" und das konnotiert, dass fettfeindliche Menschen einen rationalen Grund hätten, fettfeindlich zu sein, weil sie ja "nur Angst haben".

## **Fatshaming**

Eine Subkategorie von Fettfeindlichkeit, speziell aber die öffentliche oder generelle Demütigung von fetten Menschen (z. B. "Das ist definitiv kein Bikinibody!"). Fatshaming kann, anders als Fettfeindlichkeit, jeden Menschen betreffen, durch ignorante Kommentare und co. Menschen, die Fatshaming erleben, erleben nicht automatisch Fettfeindlichkeit, sind also nicht gleich marginalisiert.

## **Femme**

Eine Person, die sich nicht unbedingt als Frau identifizieren muss, sich aber mit der Femininität identifiziert.

## **Femininity (Weiblichkeit, Femininität)**

Bestimmte Charakterzüge, die AFAB zugeschrieben werden. Z. B. Empathie und Fürsorge, "weich sein", psychische Schwäche, Hysterie.

## **Frau**

Jeder Mensch, der sich als Frau identifiziert.

## **Fake Feminist**

Ein Mann, der so tut, als wäre er Feminist. Meistens um eine Frau ins Bett zu kriegen oder Anerkennung zu kassieren.

## **Fett**

Das Wort fett ist im Mehrgewicht mit inbegriffen, allerdings sind nicht alle mehrgewichtigen Menschen fett. Das Wort hat keine exakte Definition und kann sich auch nicht anhand einer Kleidergröße festlegen, da man hier unterschiedliche Körpergrößen und Formen berücksichtigen muss. Fett kann als Selbstbezeichnung fungieren, allerdings ist nicht jede Person, die sich als fett bezeichnet auch wirklich fett. Fett beschreibt eine Marginalisierung, insbesondere eine Schwermarginalisierung im Vergleich zu schlankeren mehrgewichtigen Personen.

## **FLINT\***

Frauen Lesben Inter Non-binary Trans\*.

Also Menschen, die sich als weiblich identifizieren oder als weiblich gelesen werden. Lesben sind ein Teil dieses Wortes, weil sich einige homosexuelle Frauen auch in ihrer Geschlechtsidentität als Lesben bezeichnen.

## **Flüchtling**

Eine diskriminierende Bezeichnung für geflüchtete Menschen. Es ist erstens nur im generischen Maskulinum verfügbar und grenzt daher schon Geflüchtete aus, die nicht cis-männlich sind, und schafft durch die Unveränderbarkeit des Wortes eine homogene Masse.

# **G**

---

## **Gaslighting**

Eine Form von emotionaler und physischer Manipulation. Oft (nicht immer) ausgehend von Cis-Männern in Beziehungen, um Frauen klein zu halten. Auch oft verwendet von privilegiierteren Menschen (z. B. von Weißen, Männern, etc.) um Mitleid für sich zu gewinnen oder die Schuld auf die Betroffenen zu schieben. ("Ich wurde mal als Weißbrot beschimpft!", "Hast du mal daran gedacht, dass ich mentale Probleme habe? Das mir deine Aussagen über meine Privilegien mir wehtun?", "Wer Rassismus sieht, ist selbst ein Rassist!", "Schämst du dich nicht?", "Hättest du keinen Rock angehabt, dann hätte er dich nicht vergewaltigt! Du musst dafür sorgen, dass dir das nicht wieder passiert.")

## **Generisches Maskulinum**

Das generische Maskulinum ist die Verwendung der maskulinen Form als die Allgemeine Form für Gruppen aller Geschlechter. Das ist sexistisch. Frauen sollen bei männlichen Formen mitgemeint sein, aber in den Köpfen funktioniert das nicht. Man wird somit immer zuerst an Männer denken; "Ärzte", "Jurastudenten", "Der Kunde", etc. Sprache ist wichtig. Sprache ist ein Teil der Repräsentation.

## **Genderqueer**

Menschen, die sich mit jeder/ohne irgendeine Position in einer Vielzahl von Geschlechtsidentitäten identifizieren können/könnten. Eine Person, die Genderqueer ist, ist nicht automatisch transgender. Geschlechteridentitäten haben keinen Einfluss auf die sexuelle Identität oder Orientierung.

## **Gender nonconforming**

Menschen, die sich keinem Geschlecht zuordnen.

## **Glass ceiling (Gläserne Decke)**

Eine institutionelle/soziale Barriere (Vorurteile, Rassismus, Sexismus, etc.) die es schwerer für marginalisierte Menschen macht, in Machtpositionen zu kommen und z. B. das gleiche Geld wie privilegiere Menschen zu bekommen. "Breaking the glass ceiling" hat das Ziel diese Barriere zu durchbrechen und Chancengleichheit für alle Menschen zu schaffen. Dabei sollte nur beachtet werden, dass das Ziel ist, Chancengleichheit anzustreben, nicht durch die gleiche Art und Weise an dieses Ziel zu kommen, wie besagte privilegiere Menschen, indem man selbst eine Barriere für andere schafft.

## **Gender identity (Geschlechtsidentität)**

Das Geschlecht/die Geschlechter mit der sich eine Person identifiziert oder auch nicht.

## **Gender expression (Geschlechtsausdruck)**

Die Art und Weise wie eine Person ihre Geschlechtsidentität zum Ausdruck bringt.

## **Gender / Gender identity / Soziales Geschlecht**

Das Gender beschreibt die Identität einer Person in Bezug auf die Gesellschaft, mit welchen Geschlechtsmerkmalen (im sozialen Aspekt, nicht biologischem) die Person sich identifiziert (welche auf Geschlechterstereotypen basieren können). Zu sagen, dass es Gender nicht gibt, wäre diskriminierend gegenüber Menschen, die eine starke Geschlechtsidentität in der Binarität oder abseits dieser verspüren. Bei "Gender ist ein Konstrukt" geht es um die Bekämpfung von Geschlechterstereotypen und (diskriminierender und unterdrückender) vorgefertigter Geschlechterrollen in einer Gesellschaft. Man sollte aber zwischen Gender und dem deutschen Begriff Geschlecht bzw. Sex\* (englisch) differenzieren. Letzteres welches sich auf die körperlichen, bzw. biologischen (Genitalien, Chromosomen, etc.) Merkmale und Unterschiede bezieht.

### **Good white person syndrome**

Das beständige und unablässige Bedürfnis weißer Menschen, zu beweisen, dass sie nicht Teil des Problems sind, obwohl sie es sind. Das Leugnen ihrer Rolle bei der Aufrechterhaltung von Rassismus und weißer Vorherrschaft. Es manifestiert sich in Gaslighting, white tears, white fragility und white savior complex, white guilt.

Z. B. "Nicht alle weißen Menschen! Ich bin weiß und ich bin sehr wohl gegen Rassismus!"

### **Geflüchtete\*r / geflüchtete Menschen**

Menschen, die auf Grund einer humanitären Krise, z. B. Krieg, extreme Armut, politische Verfolgung, etc. aus ihrem Heimatland flüchten mussten. Geflüchtete\*r ist menschlicher und neutraler als Flüchtling.

## **H**

### **Hetero privilege**

Das Privileg zu haben, in einer Gesellschaft zu leben, die die eigene sexuelle Orientierung als "normal" und als "Richtwert" betrachtet und damit nicht aufgrund der eigenen sexuellen Orientierung diskriminiert/unterdrückt/ermordet, etc. zu werden. Heteromenschen profitieren somit auch von der Unterdrückung/Diskriminierung/etc., die Menschen mit anderen sexuellen Orientierungen erleiden. Hetero Privileg ist institutionell, konstitutionell und auf allen anderen sozialen und sozio-ökonomischen Bereichen vertreten.

### **Herkunft**

Wo man seine Wurzeln hat, die Herkunft bestimmt ein Teil der Ethnie. Herkunft kann aber auch dort sein, wo man geboren und aufgewachsen ist. Je nach Zusammenhang.

### **Heteronormativity (Heteronormativität)**

Die Idee, dass Heterosexualität systematische "Normalität" ist und alle anderen sexuellen Orientierungen abnormal/nicht existent sind. Das inkludiert u. A. auch den hetero gaze.

### **Homofeindlichkeit**

Systematische Unterdrückung, Ausgrenzung und Diskriminierung von homosexuellen Menschen auf allen Ebenen; sowohl sozioökonomisch, institutionell und co.

### **Homophobie**

Eine diskriminierende und äußert falsche Bezeichnung für die systematische Unterdrückung und Diskriminierung, die homosexuelle Menschen erleben. Phobie bedeutet "Angst" und das konnotiert, dass homofeindliche Menschen einen rationalen Grund hätten, homofeindlich zu sein, weil sie ja "nur Angst haben". Das ist aber nicht so.

### **Hegemony (Hegemonie)**

Vorherrschender Einfluss oder Autorität über andere; der soziale, kulturelle, ideologische oder wirtschaftliche Einfluss einer dominierenden Gruppe. Auch in allen Privilegien wie zum Beispiel white privilege vorhanden. Weswegen u. A. weiße Menschen keinen Rassismus erleben können.

### **Hegemonic masculinity (Hegemoniale Männlichkeit, auch in Plural)**

Begriff aus der soziologischen Geschlechterforschung, der eine gesellschaftliche Praxis beschreibt, die die dominante soziale Position von (hetero) Männern und eine untergeordnete Position von Frauen / Femininität garantieren soll.

### **Heterosplaining**

Heteromenschen, die non hetero Menschen ihre eigene Unterdrückung/Sexualität erklären wollen/denken sie wüssten es besser.

### **Heterosexuality (Heterosexualität)**

Menschen, die sich zum jeweils anderen Geschlecht hingezogen fühlen. Dies bezieht sich nur auf Frauen und Männer, diese müssen jedoch nicht zwangsläufig Cisgender sein.

### **Homosexuality (Homosexualität)**

Menschen, die sich zum gleichen Geschlecht hingezogen fühlen. Dies bezieht sich nur auf Frauen und Männer, diese müssen jedoch nicht zwangsläufig Cisgender sein.

### **Herstory**

Eine Bewegung, um die unterrepräsentierte Geschichte von Frauen zum Vorschein zu bringen.

### **Homofeindlicher Sexismus/Sexualisierung**

Sexismus, der in direkter Verbindung mit Homofeindlichkeit steht.

Z. B. lesbische Paare zu sexualisieren, ohne es als echte sexuelle Orientierung wahrzunehmen.

### **Hetero gaze (Hetero-Blick)**

Medien, Filme, Kleidung, etc. durch die Perspektive von Heteromenschen zu zeigen, meist durch die Stereotypisierung von non-hetero Personen und durch eine hetero only Besetzung. Non-hetero Menschen werden nur selten in Filmen/Serien repräsentiert und das dann oft als Stereotyp. Gaze ist zudem nicht nur bezogen auf die Exklusion von non-hetero Personen in verschiedensten Bereichen, sondern auch wenn nicht hetero Personen in einem bestimmten Licht dargestellt werden für den "Blick" von hetero Personen. Oft wird dann auch von nicht-hetero Personen erwartet oder gedacht, dass sie sich auf eine bestimmte Art und Weise benehmen müssen, je nachdem welche Stereotypen benutzt werden.

Z. B. der "schwule beste Freund, der keine eigene Geschichte hat, aber hypersexuell ist und dafür da ist, um die Protagonistin aufzumuntern."

## **I**

### **Islamophobie**

Eine diskriminierende und äußerst falsche Bezeichnung für die systematische Unterdrückung und Diskriminierung, die muslimische Menschen erleben. Phobie bedeutet "Angst" und das konnotiert, dass islam-/ muslimfeindliche Menschen einen rationalen Grund hätten dies zu sein, weil sie ja "nur Angst haben". Das ist aber nicht so, es ist Ignoranz und Unwissenheit.

### **Islam- / Muslimfeindlichkeit**

Irrationale Furcht vor, Abneigung gegen oder Diskriminierung des Islam oder Menschen, die den Islam praktizieren. Systematische Diskriminierung und Unterdrückung von Muslim\*innen.

### **Intersex**

Menschen, deren Genitalien/ Fortpflanzungsorgane, bzw. körperliche Merkmale, Chromosomen, etc. nicht klar einem einzigen Geschlecht zugeordnet werden können.

### **Internalisierte -ismen**

Der Begriff „Internalisierung“ bezeichnet die Verinnerlichung von außen kommenden Erwartungen, Normen, Werten und Rollen in einer Gemeinschaft, die als „richtig“

wahrgenommen werden. Diese Prozesse laufen größtenteils unbewusst ab. Weicht das eigene Verhalten von diesen gelernten Erwartungen ab, geht dies oft mit Schuldgefühlen einher. Internalisierte -ismen sind durch systematische Unterdrückung internalisierte und eingeprägte Denkweisen, die in Selbsthass resultieren können, dies aber nicht müssen. Internalisierte Homo- und Trans\*feindlichkeit führt z. B. bei homosexuellen und trans\* Personen zu Scham, Angst vor Bloßstellung, verstärkter oder überzeichneter Männlichkeitspräsentation als „Ausgleich / Beweis der Männlichkeit“ sowie Abwertung von „Weiblichkeit“. In Bezug auf internalisierte Misogynie kann es ja bspw. auch vorkommen, dass Personen Dinge ablehnen, die als „weiblich“ gelesen werden, wie Rosa, Schminke, romantische Komödien, etc. Diese Dinge/Gefallen an diesen Dingen kann man an sich selbst abwerten (ggf. auch hassen), aber auch an anderen.

### **Intersektionen / Intersektionalität**

Überschneidung und Gleichzeitigkeit von verschiedenen Diskriminierungskategorien gegenüber einer Person, wie diese zusammenspielen, wie schwer eine Person von dieser/diesen betroffen ist/sind, um welche es sich handelt, etc.

### **Intersectional feminism (Intersektionaler Feminismus)**

Die Bekämpfung verschiedener -ismen mit Berücksichtigung verschiedener Diskriminierungsformen, wie diese zusammenspielen, wie schwer eine Person von dieser und/oder mehrerer betroffen ist, um welche -ismen es sich handelt, etc. Das Konzept der Intersektionalität wurde erstmals von einer Schwarzen Frau namens Kimberle Crenshaw eingeführt.

### **Indigene Menschen / Ureinwohner / natives / indigenous / aboriginals / First Nations**

Die offiziellen Bezeichnungen für indigene Menschen, also Bevölkerungen, die seit Jahrtausenden ein Land bevölkern (vor der Kolonisation). Allerdings wird dieser Begriff weitläufig für indigene Menschen aus den Amerikas (Nord-, Mittel- und Südamerika), der Karibik, Ozeanien und Australien (aboriginal) verwendet.

Bedenkt bitte, wenn ihr diese Begriffe verwendet: Es sind keine Selbstbezeichnungen, daher wird es anders als bei Schwarz, kleingeschrieben. Es gibt auch indigene Völker außerhalb dieser Regionen, allerdings sind allgemein, wenn von indigenen Menschen die Rede ist, meistens die Bevölkerungsgruppen in besagten Regionen gemeint, um einen Sammelbegriff für diese, die Geschichte dieser und deren Unterdrückung/Diskriminierung zu finden und zu beschreiben.

## **J**

### **Juden\*Jüdinnen**

Menschen, die jüdischen Glauben haben (Judentum), die jüdische(n) Kultur (Judaismus), Traditionen und/oder Lebensweisen praktizieren. Juden\*Jüdinnen können ethnisch, kulturell und religiös jüdisch sein. Zum Beispiel Ashkenasim, deren Vorfahren u. A. in Deutschland oder Frankreich lebten, bevor sie oft nach Osteuropa und teilweise später in die USA auswanderten (z. B. aufgrund des Holocausts).

## **K**

### **Klassismus**

Diskriminierungsform von Menschen basierend auf Finanzen, Lebensstil, Umfeld, Lebensraum und Bildung.

# L

## **LGBTQIA+**

Lesbian Gay Bisexual Transgender\* Queer Intersex Asexual. Das Plus steht stellvertretend für alle anderen Geschlechtsidentitäten und Sexuellen Orientierungen und drückt die Inklusion dieser aus.

## **Latinx**

Die neutrale Form von Latina und Latino, die alle Latinx jeden Geschlechts einschließt, um das generische Maskulinum zu übergehen. Latinx sind Menschen Latein-amerikanischer Abstammung.

*Zur Sensibilisierung:* Der Begriff „latein-amerikanisch“ ist ein kolonialistischer Begriff. Es gibt aber noch keinen gängigeren Begriff für die Länder des Doppelkontinentes, wo Englisch nicht gesprochen wird.

# M

## **Male gaze (Männlicher Blick)**

Medien, Filme, Kleidung, etc. durch die Perspektive von oft heterosexuellen Cis-Männern zu zeigen. Meist durch die Sexualisierung von weiblichen Körpern oder eine Repräsentation, wo Frauen nur für die Ästhetik genutzt werden, also keine eigene Geschichte haben, nur zum Gerettet werden da sind oder ihr Leid der Grund für die Heldentaten des Protagonisten ist.

## **Mehrfache Marginalisierung / Doppelte Marginalisierung**

Menschen, die unter mehr als einer Marginalisierung leiden. Zum Beispiel Schwarze und fette Frauen. Dort kommt auch der Begriff Intersektionalität ins Spiel.

## **Manspreading**

Wenn Männer an öffentlichen Orten die Beine öffnen und somit viel Platz einnehmen.

## **Male fragility**

Ein Zustand (in diesem Fall bei Männern, meist hetero-cis Männern), in dem selbst ein Mindestmaß an Kritik/unkomfortabler Ehrlichkeit unerträglich wird und eine Reihe negativer Reaktionen auslöst, weil diese Kritik/unkomfortable Ehrlichkeit einer\*m zu viel werden und die Verantwortung nicht übernommen wird. Der Gedanke, man(n) könnte Täter sein oder als solcher dargestellt werden, ist unerträglich. Auch aus Angst, dass man dieses Privileg und die Überlegenheit verlieren könnte (s. auch: Cis fragility).

## **Marginalisierung**

Menschen, die u.a. institutionelle, sozio-ökonomische, konstitutionelle, systematische Unterdrückung, Ausgrenzung und Diskriminierung erfahren durch eine privilegiertere/dominierende Gruppe und keinen Space einnehmen sollen. Eine marginalisierte Gruppe ist nicht automatisch eine Minderheit. Diese Gruppe kann zum Beispiel: eine Minderheit in einem Land sein, aber global mehr sein.

## **Minorities / Minderheiten**

Menschen, die aus irgendeinem Grund global, national oder lokal weniger sind als die dominierende Gruppe. Es ist aber nicht das Gleiche wie eine Marginalisierung.

## **Misogyny / Misogynie**

Frauenhass, also eine spezialisierte Art des Sexismus. Diese Art des Sexismus ist offener und direkter Hass gegenüber weiblich gelesenen Menschen/FLINT\*.

## **Mansplaining**

Cis-Männer, die FLINT\* ihre eigene Unterdrückung (auch allgemein in allen Bereichen des Lebens) erklären wollen/denken sie wüssten es besser, um ihre Überlegenheit zu beweisen.

## **Mann**

Jeder Mensch, der sich als Mann identifiziert.

## **Mann / männlich gedeutete/gelesene Menschen**

Menschen, die gesellschaftlich gesehen in die Geschlechternormen eines "Mannes" passen durch mit Männlichkeit assoziierte Geschlechtsmerkmale (breite Schultern, Bart, Penis, tiefe Stimme, etc.) oder ähnlichem.

## **Mixed**

Wenn eine Person mehrere Ethnien hat, 2 oder mehr.

## **Misgendering**

Wenn man Menschen, meist non-binary, gender ambiguous und/oder trans\* Menschen, mit den falschen Pronomen anspricht oder ihnen ein meist binäres Geschlecht zuschreibt, welches sie nicht sind.

## **Multiracial**

Eine Person, die mehr als 2 Ethnien/Races\* hat. Oft wird Menschen, die 2 oder mehr als 2 Ethnien haben, das Recht abgesprochen ein Teil dieser\*mehrerer Gruppe(n) zu sein, besonders wenn diese von den äußerlichen Merkmalen her nicht den Stereotypen entsprechen und/oder eine Ethnie stärker im Aussehen zu erkennen ist.

## **Missionierung**

Ein Teil der Kolonisation. Weiße Menschen, die Bi\_PoC europäische Ideale und Ideologien aufzwingen wollen, durch die Zwangskonvertierung zum Christentum und der Darstellung von Kolonialismus als die "Rettung" nicht-europäischer Völker.

## **Maskulinität / Masculinity**

Bestimmte Eigenschaften/Charakterzüge, die AMAB zugeordnet werden, wie Aggressivität, Stärke, Führungsqualitäten, Emotionslosigkeit, Durchsetzungsvermögen, breite Schultern, große Statur, Muskeln, tiefe Stimme, etc.

# **N**

## **Non-binary (Nichtbinäre Geschlechtsidentität)**

Es kann neutral sein, kein Geschlecht oder zwischen mehreren Geschlechtern hin und her wechseln. Manche non-binary Menschen können sich als trans\* identifizieren.

## **N-word**

Ein diskriminierendes und beleidigendes Wort, das von weißen Menschen erfunden wurde, benutzt von weißen und Nicht-schwarzen iPoC, um Schwarze Menschen zu dehumanisieren und zu entwürdigen. Im Mund eines Weißen und Nicht-schwarzen iPoC, egal mit welcher Absicht, ist und bleibt es eine Beleidigung und rassistisch. Auch Nicht-schwarze iPoC können es erleben, dass sie damit beleidigt werden. Dennoch obliegt es **ausschließlich** Schwarzen Menschen das Wort zu benutzen.

# O

## **Oppression (Unterdrückung)**

Die systematische Unterdrückung von Menschen durch institutionelle und konstitutionelle Strukturen, Klassifizierungen, Genozid, Kolonialismus, systematische Diskriminierung, etc. Systemische ungerechte und/oder grausame Ausübung von Autorität oder Macht gegenüber marginalisierten Menschen (z. B. wohnpolitischer Rassismus oder bei der Arbeitssuche). Dazu zählen -Ismen. Indem eine bestimmte Bevölkerungsgruppe eine andere dominiert (unterdrückt) um somit bestimmte Privilegien zu genießen.

## **Objectification ((sexuelle) Objektifizierung)**

Die Reduktion von insbesondere FLINT\* auf deren körperliche Merkmale, meist immer mit sexuellem Fokus, oftmals wird dieser Mensch mit einem Objekt verglichen. Die betroffene Person wird also zum Objekt der Begierde bzw. zum Sexobjekt gemacht.

# P

## **PoC**

Kann ein Sammelbegriff für alle nicht-weißen Menschen sein. Wenn dieser Begriff aber als solcher benutzt wird, schließt er oftmals indigene und Schwarze Menschen aus, bzw. die unterschiedlichen Erfahrungen indigener und Schwarzer Menschen. PoC umschließt viele verschiedene ethnische Gruppen, Kulturen und co. und somit auch unterschiedliche Erfahrungen und Positionen. Nicht jede ethnische Gruppe, die PoC ist, erlebt die gleiche Art und Weise von Unterdrückung, Diskriminierung, etc. und auch nicht in dem gleichen Maß.

## **Patriarchy (Patriarchat)**

Die institutionelle, konstitutionelle, klassifizierende, etc. Mehrheit und Dominanz von Cis-Männern in Verbindung mit toxischer Maskulinität, Sexismus, etc. Eine Cis-Männer zentrierte Gesellschaft, die einhergeht mit der Unterdrückung von FLINT\* und Femininität.

## **Privilege (Privilegien)**

Wenn man gewisse Vorurteile hat und es in verschiedenen Bereichen leichter für einen ist. Privileg kommt auch oft bzw. immer in Verbindung mit der Unterdrückung anderer Menschen, um dieses Privileg zu haben. Privileg inkludiert Machtverhältnisse; der privilegierte Mensch hat in diesem Verhältnis die Macht. Privilegiert zu sein bedeutet nicht, dass man keine Probleme haben kann, es bedeutet nur, dass z. B. das Geschlecht, das man hat, kein Grund für diese Probleme ist bzw. einen nicht benachteiligt, ganz im Gegenteil. Privileg zu haben bedeutet, dass man u. A. bessere Chancen hat, ernstgenommen zu werden, einen Job zu finden oder sicher um 22:00 auf einer leeren Straße nachhause zu laufen.

## **Party-Aktivismus**

Eine Art von Tokenisation und white saviorism. Das sind privilegiere Menschen, zum Beispiel Weiße, die auf eine Anti-Rassismus Demo gehen und ein "Spread love not hate" Schild hochhalten, ohne etwas anderes zu machen, wie Selbstreflektion und u. A. critical whiteness zu betreiben.

## Q

### **Queer**

Jeder Mensch, der sich als queer identifiziert, meist trifft dies auf Menschen zu, die (zumindest teilweise) nicht cis und/oder hetero sind. Es kann Menschen bezeichnen, die sich nicht der Cis-hetero Norm zugehörig fühlen. Queer-sein bezieht sich nicht auf eine spezielle sexuelle Orientierung oder Geschlechtsidentifikation.

## R

### **Rassismus**

Systematische, Sozioökonomische, Soziale, Institutionelle, etc. Diskriminierung, Ausgrenzung, Kolonialisierung und Unterdrückung von Bi\_PoC in Verbindung mit Macht. Deswegen können weiße Menschen keinen Rassismus erleben. Rassismus meint jede auf race, der Hautfarbe, der Abstammung, dem nationalen Ursprung oder dem Volkstum beruhende Unterscheidung, Ausschließung, Beschränkung oder Bevorzugung, die es zum Ziel oder zur Folge hat, dass ein gleichberechtigtes Anerkennen, Genießen oder Ausüben von Menschenrechten und Grundfreiheiten im politischen, wirtschaftlichen, sozialen, kulturellen oder jedem sonstigen Bereich des öffentlichen Lebens vereitelt oder beeinträchtigt wird.

### **Rape culture (Vergewaltigungskultur)**

Die systematische Sexualisierung von FLINT\* und die systematische sexualisierte Gewalt, sexuelle Belästigung und Vergewaltigung von FLINT\*, sodass es schon normal in unserer Gesellschaft wahrgenommen wird. Dazu gehören auch rape jokes, victim-blaming und die Normalisierung von slut-shaming, sexueller Belästigung, etc. in Filmen, in den Medien und im echten Leben.

### **Reverse Racism (umgekehrter Rassismus, umgekehrte Diskriminierung)**

Eine nicht-existente und von weißen Menschen ausgedachte Form der Diskriminierung, die behauptet, dass weiße Menschen auch Rassismus erleben. Weiße Menschen können keinen Rassismus erleben, da Rassismus, so wie er heute in der Gesellschaft etabliert ist, ein Konzept ist, das von Weißen erfunden wurde und von dem Weiße profitieren. Bi\_PoC profitieren davon nicht, sondern werden für diese Privilegien unterdrückt. Eine Gruppe, die dieses System erschaffen hat und davon profitiert, kann nicht von den Unterdrückten rassistisch behandelt werden. Rassismus ist ein System, keine einzelnen Situationen. Weiße Menschen können nur von Hass und Vorurteilen betroffen sein, aber nicht von Rassismus. Rassismus beinhaltet systematische und institutionelle Macht, die Bi\_PoC nicht haben.

### **Rasse**

Im Grunde genommen gibt es unter Menschen nur die menschliche Rasse, aber vor hunderten Jahren, während der Kolonisation, wurde dieses Wort etabliert, um Menschen auf eine hierarchische Ebene einzustufen, wo weiße Menschen an der Spitze dieser Hierarchie stehen. Der Begriff Rasse ist unterdrückend und hat ihren Ursprung in der eurozentrischen Idee einer angeblich höherwertigen „weißen Rasse“. Daher sind Wörter wie "Ethnie", "Asiatisch", "Schwarz", "Latinx", "native", "Bi\_PoC", "weiße Menschen", race eine bessere Wortwahl. Im Kontext nicht das Gleiche wie Race\*, denn im Englischen wurde das Wort "race" teilweise von Bi\_PoC übernommen, um auf rassistische Missstände, die nicht-weiße Menschen erleben, und auf ethnische Vielfalt aufmerksam zu machen. Im Deutschen hat der Begriff Rasse allerdings immer noch Bezüge zur kolonialistischen Rassenlehre.

# S

## **Sex (das biologische Geschlecht)**

Bezieht sich auf die Chromosomen und die "Geschlechtsmerkmale" mit denen eine Person geboren wurde. Das Geschlecht was einem auf Grund seiner Chromosomen und Genitalien bei der Geburt vorgeschrieben wird.

## **Sexual orientation (Sexuelle Orientierung)**

Zu wem man sich sexuell hingezogen fühlt.

## **Sexuality (Sexualität)**

Ausdruck sexueller Empfänglichkeit / sexuellem Interesse. Eine Mischung zwischen was man sexuell mag, was einen erregt, zu wem man sich hingezogen fühlt.

## **Sexismus**

Diskriminierung und Unterdrückung von Menschen, die Vulvas/Vaginas haben, und/oder als Frauen wahrgenommen werden, von FLINT\* und von Femininität.

## **Silencing**

Eine Mischung zwischen fragility, comfort, gaslighting, tone policing und whataboutism. Silencing wird betrieben, durch unterschiedlichste Arten und Weisen, um marginalisierte Menschen zum Schweigen zu bringen, sowohl im metaphorischen, als auch im wortwörtlichen Sinn. U. A. um sich nicht mit dem Gesagten auseinandersetzen zu müssen, um sich nicht unwohl zu fühlen, aus Angst, dass man gewisse Privilegien verlieren könnte, usw.

## **Safer Space**

Ein Ort, sowohl online als auch im echten Leben, für marginalisierte Menschen, wo diese sagen können was sie wollen, ihre Ängste teilen, sich gegenseitig empowern können und mehr, ohne die Gefahr von privilegierteren gesilenced und/oder getriggert zu werden. Allerdings wird es safer und nicht safe space genannt, weil der Ort sicherer für marginalisierte Menschen ist als andere, aber nicht gänzlich frei von "Gefahren".

## **Sex work (Sex-Arbeit)**

Ein Beruf, indem Menschen, oft FLINT\*, freiwillig sexuelle Handlungen zur Verfügung stellen im Austausch für Geld. Sex-Arbeit ist nicht mit Sex-sklaverei/Sex-trafficking/Prostitution gleichzusetzen. Sexarbeit ist zu respektierende, vollwertige und gleichwertige Arbeit.

## **Social justice warrior**

Eine Beleidigung von nicht aufgeklärten/ ignoranten Menschen, die Aktivist\*innen und co. dafür shamed / beleidigt, dass diese gegen -Ismen, für Gleichberechtigung kämpfen, politisch korrekt sind und nicht davor zurückschrecken privilegierte Menschen zur Verantwortung zu ziehen.

# T

## **Taking up space (Raum einnehmen)**

Eine Bewegung für marginalisierte Menschen, um symbolischen und wortwörtlichen Platz einzunehmen. Symbolisch z. B. durch die Besetzung von hohen Arbeitspositionen und wortwörtlich Platz einnehmen, in dem man sich beispielsweise als fatter Mensch in einer vollen Bahn hinsetzt ohne Angst zu haben, dass man Leute stört oder berührt. Marginalisierung

bedeutet auch, dass einem eingeredet wird, dass man so wenig Platz wie möglich einnehmen soll, denn dieser Space gehört privilegierten Menschen.

### **Trans\***

Menschen, die sich zu einem anderen Geschlecht zugehörig fühlen als zu ihrem AGAB. Das gilt u. A auch für non-binary Menschen, bzw. können sich non-binary Menschen als trans identifizieren, deswegen das Sternchen (Er ist der Versuch einen nicht wertenden und nicht kategorisierenden Oberbegriff für das gesamte Trans\*-Spektrum zu finden). Viele trans Menschen bevorzugen "trans Mensch/trans Frau/Mann" anstatt "Transmenschen/Transfrau/mann", da diese in erster Linie Menschen/Frauen/Männer sind und nicht über ihr Transsein definiert werden wollen. So wie fetter Mensch und nicht Fettmensch.

### **Toxic masculinity (Toxische Männlichkeit)**

Eine Charakteristik, die vom Patriarchat etabliert wurde. Die Idee, dass AMAB spezielle Charakteristiken haben müssen, um männlich zu sein. Das ist sehr gefährlich, weil es nicht nur Männer, sondern ganz besonders FLINT\* und andere Menschen, die nicht in dieses Spektrum passen (keine cis-hetero Männer sind) negativ beeinflusst. Toxische Maskulinität und das Patriarchat ist zum Beispiel der Hauptgrund für den Femizid. Alles, was als feminin angesehen wird, und Femininität ist schlecht, schwach und muss unterdrückt werden.

### **Trans\*feindlichkeit**

Diskriminierung und Unterdrückung von trans\* Menschen.

### **Triggern**

Ein negatives Gefühl oder Erinnerungen, die zum Vorschein kommen, wenn man mit etwas konfrontiert wird, was sich negativ auf die Psyche auswirken kann. Wenn ein erlebtes Trauma eine negative Reaktion auslösen kann, wenn man daran erinnert wird durch Schlüsselwörter/Bilder/etc. Manchmal auch einfach nur etwas unkomfortables, was extreme Wut, Trauer oder Angriff/Abwehrreaktionen auslösen kann. Dafür ist das Wort Trigger aber nicht passend, sondern Content Warning.

### **Tone policing (Tonpolizei)**

Die Idee, dass das Argument einer marginalisierten Person an Wert verliert, wenn es nicht nett, fürsorglich und verständnisvoll überbracht wird. Eine Form von silencing und emotionaler Gewalt, indem der unterdrückten Person die Wut/die Betroffenheit aberkannt wird, indem diese als unnötig, übertrieben, grundlos und/oder überflüssig dargestellt wird. Es ist eine Ausrede, sich nicht mit besagtem auseinandersetzen zu müssen und sich mit der eigenen Fragilität bzw. den eigenen unangenehmen Gefühlen. Nach dem Motto: wärest du netter gewesen und hättest sanfter über deine Unterdrückung geredet, dann hätte ich dir zugehört! Bedenkt bitte: -Ismen sind an sich schon gewalttätig, sowohl psychisch als auch physisch. Die Aufklärung über und die Betroffenheit von etwas so Gewalttätigem kann nicht sanft, lustig und angenehm sein. Es muss unangenehme Gefühle auslösen, wenn man Aufklärung erhält und Selbstreflexion betreibt. Nun bedenke: wenn es für dich unangenehm/emotional ist, wie muss es dann erst für Betroffene dieses -ismus sein?

### **Tokenizing / Tokenization / Token (Tokenisierung)**

Oft verübt von fake allies. Wenn man nur eine flüchtige Anstrengung oder symbolische Geste in Richtung Aktivismus/Diversität und co. unternimmt, um welt-offen, aktivistisch und aufgeklärt zu wirken, ohne Selbstreflexion zu betreiben und somit Betroffene ausnutzt und Gefahren aussetzt, indem man marginalisierte Menschen und deren Körper für den eigenen Profit ausnutzt. Zum Beispiel einen Artikel über intersektionalen Feminismus zu verfassen und als Titelbild eine Schwarze Frau nutzen, während im Artikel Schwarze Frauen nicht erwähnt werden bzw. nicht zu Wort kommen.

***Oft wird Tokenization auch von privilegierten Menschen benutzt, um Betroffene zu denunzieren/zu silencen und als Argument zu nutzen. Z. B: "Mein Freund ist Bi\_PoC und der sieht das anders als du, also ist es falsch, was du sagst!"***

### **Transition / Geschlechtsangleichung**

Die operative und/oder hormonelle Umstellung der Genitalien, Sexualhormone und co. einer trans Person, auch Geschlechtsangleichung genannt. Der Begriff Geschlechtsumwandlung ist allerdings diskriminierend.

### **TERF**

Trans exclusive radical feminist. Selbsternannte Feminist\*innen, die trans\* Menschen, insbesondere trans Frauen nicht als vollwertige Frauen wahrnehmen und denken, dass diese keinen Platz im Feminismus hätten, bzw. nicht von Sexismus und co. betroffen sind/Cis-Frauen den Platz wegnehmen.

## **U**

### **Unbewusste Ignoranz**

Wenn man mit etwas nicht konfrontiert wurde, dann kann man es auch nicht wissen; das ist unbewusste Ignoranz. Diese kann man zu jeder Zeit loswerden, indem man sich damit auseinandersetzt.

### **Unconscious Bias (unbewusste Voreingenommenheit)**

Die Bezeichnung „Bias“ kommt aus dem Englischen und bedeutet Befangenheit, Neigung, Vorurteil. Unconscious Bias sind unbewusste kognitive Verzerrungen, wie z.B. automatische Stereotypen, und andere unbewusste Denkmuster, die tief verwurzelt sind.

## **V**

### **Victim-blaming (Täter-Opfer-Umkehr)**

Wenn man eine Person, oft marginalisierte Menschen, für ihre eigene Unterdrückung, Diskriminierung, traumatische Erfahrungen und/oder widerfahrene Ungerechtigkeiten verantwortlich macht.

## **W**

### **White gaze (Weißer Blick)**

Medien, Filme, Kleidung, etc. durch die Perspektive von Weißen zu zeigen, meist durch die ethnische Fetischisierung und Stereotypisierung von Bi\_PoC. Eine all-white Repräsentation. Bi\_PoC werden nur selten in Filmen/Serien und co. repräsentiert und das dann oft in Stereotypen. Gaze ist zudem nicht nur bezogen auf die Exklusion von Bi\_PoC in verschiedensten Bereichen, sondern auch wenn Bi\_PoC in einem bestimmten Licht dargestellt werden für den "Blick" und die Belustigung von weißen Personen. Oft wird dann auch von Bi\_PoC erwartet oder gedacht, dass sie sich auf eine bestimmte Art und Weise benehmen müssen, je nachdem welche Stereotypen benutzt werden.

## **Woke**

Eine Bezeichnung von und für Schwarze Menschen, die aufgeklärt sind und weiterdenken, als die Normen die ihnen vorgegeben werden (z. B. dekoloniale (politische) Bildung). Der Begriff woke ist Teil von AAVE und ist eng verbunden mit der Black Lives Matter Bewegung, obwohl das Wort eine lange Geschichte in der Afro-amerikanischen Community hat. Woke wurde dann gehijacked und wird jetzt als allgemeines Wort für "Aufgeklärtheit" verwendet.

## **White supremacy (Weiße Vorherrschaft, Überlegenheit der Weißen)**

Der Glaube von weißen Menschen, dass die weiße Race\* denen aller anderen Races\* überlegen ist und so auch die Gesellschaft dominieren. Daher entstand auch das Wort und das Konzept hinter "Rasse". Rasse ist ein von weißen Menschen erfundenes Konstrukt, um ethnische Überlegenheit gegenüber Bi\_PoC zu beweisen und damit Kolonisation und Rassentheorien zu rechtfertigen. Dazu gehören Rassismus, White Savior Complex und co.

## **White fragility (Weiße Fragilität)**

Ein Zustand (in diesem Fall bei Weißen), in dem selbst ein Mindestmaß an Kritik/unkomfortabler Ehrlichkeit unerträglich wird und eine Reihe negativer Reaktionen auslöst, weil diese Kritik/unkomfortable Ehrlichkeit einer\*m zu viel werden und die Verantwortung nicht übernommen wird. Der Gedanke, man könnte Täter\*in sein oder als solche\*r dargestellt werden, ist unerträglich. Auch aus Angst, dass man dieses Privileg und die Überlegenheit verlieren könnte (s. auch: Cis fragility, male fragility).

## **White privilege (Weißes Privileg)**

Das Privileg zu haben, in einer Gesellschaft zu leben, die die eigene Ethnie als "normal" und als "Richtwert" betrachtet und damit nicht auf Grund von seiner Ethnie diskriminiert/unterdrückt/ermordet, etc. zu werden. Weiße profitieren somit auch von der Unterdrückung/Diskriminierung/etc. von Bi\_PoC. White privilege ist institutionell, konstitutionell und systematisch. White privilege ist die systematische Macht über Bi\_PoC, durch jahrhundertelange Unterdrückung, Diskriminierung, Ausgrenzung, dem Genozid, der Rassentheorie und co. (siehe Definition "Rassismus" für mehr Infos.)

## **Whataboutism**

Eine Art von silencing, indem man versucht auf ein anderes Thema zu lenken, um sich nicht mit dem Problem/der Thematik auseinandersetzen zu müssen. „Bi\_PoC erleben systematische Unterdrückung durch weiße Menschen!“ – „Eh aber was ist mit (what about) den weißen Menschen in Südafrika? / Eh aber was ist mit Sexismus? Darüber müssen wir auch reden!“ oder „Der gender pay gap ist real in Deutschland!“ – „Was ist (what about) mit den Frauen die in Saudi-Arabien kaum Rechte haben? Konzentriert euch doch auf die! Die haben es viel schlimmer!“

Erstens: Ja natürlich, darauf konzentriert sich intersektionaler Feminismus ja auch! Aber das ist in diesem Gespräch, in diesem Moment, nicht das Thema! Unterdrückung ist Unterdrückung! Jede Art von Unterdrückung ist schlimm! Ja, natürlich gibt es unterschiedliche "Stufen", eine macht das andere aber nicht weniger wichtig.

## **White veganism (Weißer Veganismus)**

Weiße Veganer, die sich zwar für Tierleben interessieren (super), aber sich nicht um Menschenleben/marginalisierte Menschen kümmern. Die eine Stimme Tieren geben wollen, aber nicht auf die Menschen hören, die schon eine Stimme haben, bzw. diese silencen. White veganism ist eng verbunden mit white supremacy und setzt sich nicht mit der kolonialen Komponente des westlichen Veganismus auseinander. Zusätzlich beinhaltet white veganism auch die Tatsache, dass die Intersektionen im Veganismus nicht bedacht werden. Zum Beispiel, dass sich nicht jeder Mensch einen veganen Lebensstil leisten kann oder dass bestimmte Bevölkerungsgruppen Tiere respektieren und die Umwelt schützen, ohne vegan zu sein.

## **Womxn**

Eine neutrale Form von women, um den "Mann" (men) aus woMEN rauszunehmen und deutlich zu machen, dass trans\* Frauen und co. inkludiert sind.

## **White savior complex / white saviorism (Weißer Retterkomplex)**

Weißer Menschen die denken, dass sie die einzige Rettung für Bi\_PoC wären, dass sie die Held\*innen wären. So fahren zum Beispiel oft weiße Menschen in Länder Afrikas, Lateinamerikas und/oder Asiens und "helfen" dort einer meist weißen Organisation. Ohne zu fragen was diese Menschen dort wirklich brauchen oder was diese Menschen wollen, legen sie los und "helfen" ihrer Meinung nach. Meist auch ohne Erfahrung und passende Qualifikationen. Oft passiert white saviorism mit der Motivation im Mittelpunkt zu stehen und Komplimente zu bekommen (Good white person).

## **White tears**

Wenn weiße Menschen sich angegriffen fühlen und in Folge dessen eine Reihe von Abwehrreaktionen auslösen. Z. B. good white person syndrome, white fragility und dem unerwünschten Erzählen von schlimmen Dingen, die dieser weißen Person passiert sind (z. B. "Ich hatte auch kein tolles Leben!") und/oder wie schlecht es der Person geht, dass Bi\_PoC Freund\*innen Rassismus erleben, allerdings mit der weißen Person als "Hauptopfer". (Mir tut das ja so sehr weh, das traumatisierte mich richtig.)

# **X**

---

## **Xenophobie / Fremdenfeindlichkeit**

"Angst" und Hass gegen "fremde" Menschen einer anderen Kultur, generell alle die "anders" sind als man selbst, oft im eurozentrischen Kontext. Meist ausgehend von weißen Menschen gegen Menschen aus dem Ausland/von anderen Kulturen/Hintergründen, welche meist Bi\_PoC trifft. Es gibt z. B. ethnische Gruppen, die weiß gelesen werden und daher White Privilege haben, aber Diskriminierung auf Grund von Namen, Kultur und co. erfahren. Das ist die Xenophobie.

# **Y**

---

## **Yellowfacing**

Nicht-asiatische Menschen, insbesondere weiße Menschen, die sich das Gesicht und/oder die Haut gelb anmalen, die Augen langziehen, etc. um eine meist ostasiatische Person zu imitieren und/oder ein stereotypisches Bild von ostasiatischen Menschen zu kreieren. Yellowfacing ist es auch, wenn weiße Menschen sich die Augen mit Make-up oder Tape verkleinern, um "asiatischer" auszusehen.

# **Z**

---

## **Zensur**

Es ist oft verbunden mit -Ismen. Eine Art des silencen. Wird meistens benutzt, um marginalisierte safe spaces zu unterbinden oder für \_\_\_\_\_ comfort. So wird z. B. ein Beitrag über white Privilege auf Instagram entfernt.