

**Workshop 2:  
Diskriminierung und Diversität  
im Öffentlichen Gesundheitsdienst: Handlungsoptionen im  
Arbeitsalltag**

**Diskriminierende Sprache erkennen und  
darauf reagieren**

**Trainer\*in-Blatt mit möglichen  
Reaktionen auf  
die aufgelisteten Aussagen**

**Autorin: Ewa Niedbala**



**Inhaltsinformation:** Die Workshopleitung sollte den Teilnehmenden mitteilen, dass der Inhalt dieses Arbeitsblatts belastend sein könnte, da in den Übungen Beispiele von diskriminierenden Äußerungen vorkommen. Bei Belastung sollte die Option gegeben werden, an den Übungen nicht teilzunehmen.

## GRUPPE 1

***„Die sind halt von ihrer Kultur her einfach anders.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so eine Aussage höre, dann fühle ich mich unwohl und traurig, weil mir wichtig ist, dass wir Menschen nicht auf kulturelle Stereotype reduzieren. Deshalb wünsche ich mir, dass wir offener und differenzierter miteinander sprechen.

**Haltung:** Pauschale Aussagen über Kulturen gehören hier nicht in unser Gespräch.

***„Die junge Kollegin sieht ja gut aus — das reicht doch erstmal.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so eine Aussage höre, fühle ich mich unwohl und verärgert, weil mir wichtig ist, dass Menschen nach ihren Fähigkeiten und nicht nach ihrem Aussehen bewertet werden. Ich wünsche mir einen respektvollen und professionellen Umgang miteinander — unabhängig vom Geschlecht oder Äußeren.

**Haltung:** Sexistische Kommentare gehören nicht in unser Arbeitsumfeld.

***„Die Jungen heute wollen ja alle nichts mehr leisten.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich höre, dass über junge Menschen so verallgemeinert wird, fühle ich mich enttäuscht, weil mir Respekt gegenüber allen Generationen wichtig ist. Ich wünsche mir, dass wir offen aufeinander zugehen und individuelle Lebensrealitäten anerkennen.

**Haltung:** Bitte verallgemeinern Sie nicht — jeder Mensch ist individuell.

## GRUPPE 2

***„Der sieht ja voll schwul aus.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so eine Aussage höre, dann fühle ich mich traurig und enttäuscht, weil ich Respekt und Wertschätzung für alle Menschen brauche. Deshalb möchte ich, dass wir aufhören, Menschen nach Aussehen oder Sexualität zu bewerten.

**Haltung:** Solche abwertenden Kommentare möchte ich hier nicht hören.

***„In deren Ländern ist das ja normal.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich höre, dass über Herkunft verallgemeinert wird, dann fühle ich mich unwohl und frustriert, weil ich mir wünsche, dass wir Menschen als Individuen begegnen. Deshalb bitte ich, solche Aussagen kritisch zu hinterfragen.

**Haltung:** Solche abwertenden Kommentare möchte ich hier nicht hören.

***„In deinem Alter lernt man das eh nicht mehr.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so etwas höre, finde ich das abwertend. Jeder Mensch kann Neues lernen, unabhängig vom Alter.

**Haltung:** Solche altersdiskriminierenden Aussagen sind nicht akzeptabel.

### GRUPPE 3

#### ***„Zwei Mütter? Was soll das Kind denn da lernen?“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich solche Fragen höre, dann fühle ich mich besorgt, weil ich möchte, dass alle Familien respektiert werden und Kinder liebevoll aufwachsen. Deshalb möchte ich, dass wir keine Familienmodelle abwerten.

**Haltung:** Solche Kommentare möchte ich hier nicht hören, weil jede Familie liebevoll sein kann.

#### ***„Was will denn der — der kommt doch aus Hartz IV.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich höre, dass jemand wegen seiner sozialen Herkunft abgewertet wird, fühle ich mich wütend und betroffen, weil mir Gleichwertigkeit und Respekt für alle Menschen wichtig sind. Ich wünsche mir, dass wir niemanden aufgrund von Herkunft oder finanzieller Lage beurteilen.

**Haltung:** So eine abwertende Aussage möchte ich hier nicht hören.

#### ***„Der läuft komisch — was hat der denn?“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so etwas höre, fühle ich mich unwohl und beschämt, weil mir wichtig ist, dass wir Menschen nicht wegen ihres Aussehens oder ihrer Bewegungen beurteilen. Ich wünsche mir, dass wir respektvoll mit Unterschiedlichkeit umgehen und nicht vorschnell bewerten.

**Haltung:** Ich möchte, dass wir respektvoll über alle Menschen sprechen.

## GRUPPE 4

***„Das bildest du dir nur ein — du bist noch zu jung, um zu wissen, wie das wirklich ist.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich höre, dass jungen Menschen abgesprochen wird, mitzureden, dann fühle ich mich enttäuscht, weil ich ernst genommen werden möchte. Deshalb möchte ich, dass auch Kinder und Jugendliche ihre Meinung sagen dürfen.

**Haltung:** Ich möchte, dass meine Erfahrungen anerkannt werden.

***„Die nehmen uns die Arbeitsplätze weg.“***

**Ich-Botschaft:** Solche Aussagen machen mir Sorgen, weil sie Vorurteile schüren. Mir ist wichtig, dass wir differenziert und sachlich über Migration sprechen.

**Haltung:** Diese Aussage ist diskriminierend und fördert Ressentiments. Ich möchte das in unserem Gespräch nicht stehen lassen.

***„So dick — wie will die denn sportlich sein?“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich solche abwertenden Kommentare höre, dann fühle ich mich betroffen und traurig, weil ich Wertschätzung für die Vielfalt der Menschen brauche. Deshalb möchte ich, dass wir nicht nach äußerlichen Merkmalen urteilen.

**Haltung:** Solche Bewertungen möchte ich hier nicht hören.

## GRUPPE 5

***„Ich habe ja nichts gegen Lesben und Schwule, solange die mich in Ruhe lassen.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so eine Aussage höre, dann fühle ich mich ausgeschlossen, weil ich ein respektvolles Miteinander brauche. Deshalb möchte ich, dass wir uns gegenseitig akzeptieren, egal wie wir leben.

**Haltung:** Ich möchte, dass Respekt immer gilt – nicht nur, wenn es gerade passt.

***„Wenn man so tätowiert ist, muss man sich über Vorurteile nicht wundern.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich solche Aussagen höre, dann fühle ich mich enttäuscht, weil ich Freiheit und Respekt für persönliche Entscheidungen brauche. Deshalb möchte ich, dass jeder so sein kann, wie er möchte.

**Haltung:** Ich möchte, dass jeder so sein kann, wie er möchte.

***„Die sprechen ja alle schlecht Deutsch.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so etwas höre, finde ich das verletzend, weil es Menschen pauschal abwertet. Mir ist wichtig, dass wir respektvoll über alle hier lebenden Menschen sprechen.

**Haltung:** Solche Verallgemeinerungen möchte ich hier nicht hören.

## GRUPPE 6

***„Frauen sind einfach nicht so gut in Technik.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so etwas höre, macht mich das wütend, weil es Frauen abwertet und in Schubladen steckt.

**Haltung:** Solche sexistischen Aussagen dulde ich hier nicht.

***„Der trägt ja nur Markenklamotten — der ist bestimmt total oberflächlich.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich solche Vorurteile höre, dann fühle ich mich irritiert, weil ich offen und unvoreingenommenen Umgang schätze. Deshalb möchte ich, dass wir Menschen nicht vorschnell bewerten.

**Haltung:** Ich wünsche mir, dass wir nicht vorschnell urteilen.

***„Kinder haben Respekt vor Erwachsenen — Punkt.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich solche Forderungen höre, dann fühle ich mich eingeschränkt, weil ich mir gegenseitigen Respekt wünsche. Deshalb möchte ich, dass Respekt in beide Richtungen gilt.

**Haltung:** Ich wünsche mir, dass Respekt in beide Richtungen gilt.

## GRUPPE 7

***„Kein Wunder, dass die Kinder so schlecht in der Schule sind — bei den Eltern.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so etwas höre, macht mich das traurig und ärgerlich, weil Eltern dafür verantwortlich gemacht und Kinder abgewertet werden.

**Haltung:** Abwertende Pauschalurteile über Familien dulde ich hier nicht.

***„Mit dem im Rollstuhl kannst du ja nichts anfangen.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich das höre, macht mich das wütend, weil es Menschen mit Behinderung abwertet und ihre Fähigkeiten ignoriert.

**Haltung:** Diskriminierende Aussagen gegenüber Menschen mit Behinderung akzeptiere ich nicht.

***„So alt wie die ist, kann die sich das nicht mehr merken.“***

**Ich-Botschaft:** Wenn ich so etwas höre, verletzt mich das, weil ältere Menschen aufgrund ihres Alters pauschal abgewertet werden.

**Haltung:** Altersdiskriminierende Bemerkungen haben hier keinen Platz.



## Impressum

### Herausgeber\*innen:

Empowerment für Diversität – Allianz für Chancengleichheit in der Gesundheitsversorgung  
Augustenburger Platz 1  
13353 Berlin

[www.empowerment.charite.de](http://www.empowerment.charite.de)

&

Gesundheitsamt Frankfurt am Main  
Breite Gasse 28  
60313 Frankfurt am Main

### Autorin: Ewa Niedbala

CC BY-ND 4.0



<https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/deed.de>

Dieses Bildungsmaterial ist urheberrechtlich geschützt und – soweit nicht anders angegeben – lizenziert unter der Lizenz Creative Commons Namensnennung-Keine Bearbeitung 4.0 International (CC BY-ND 4.0). Das bedeutet, dass es von allen interessierten Personen zu jedem Zweck ohne individuelle Zustimmung und kostenlos genutzt werden kann. Dies umfasst Kopien aller Art, jegliche digitale oder physische Weitergabe und Online-Stellung sowie das Teilen, ganz gleich, in welchem Medium oder auf welcher Plattform. Bei der Nutzung müssen zumindest die Hinweise auf Autor\*in (wie oben angegeben) und Lizenz beibehalten werden. Nicht gestattet ist es, das Material in geänderter Form oder Fassung zu veröffentlichen und/oder mit der Öffentlichkeit zu teilen (ND=Keine Bearbeitung). Details ergeben sich aus dem Lizenztext, der abrufbar ist unter <https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/legalcode.de>.

Von der ND-Einschränkung (ND = Keine Bearbeitung) ausgenommen (also ausdrücklich erlaubt) sind didaktische Änderungen im Rahmen der Verwendung im Unterricht. Darunter fallen insbesondere die Anpassung des Ablaufs von Übungen an die berufsspezifischen Anforderungen jeweiliger Zielgruppen (z.B. Medizinstudierende, Auszubildende zur Pflegefachperson etc.) und die Übertragung in einfache Sprache. Die Online-Stellung solcher Änderungen muss bei den Autor\*innen angefragt werden.

Das Bildungsmaterial wurde entwickelt im Rahmen des Programms „Empowerment für Diversität – Allianz für Chancengerechtigkeit in der Gesundheitsversorgung“, angesiedelt an die Charité – Universitätsmedizin, gefördert von der Stiftung Mercator.

**Design & Layout:** Thomas Kunicke

**Erscheinungsjahr:** 2025