Vorurteile:

Woher kommen sie?
Was bringen sie?
Kann man sie verlernen?

Unsere Welt

Unsere heutige Welt ist vielschichtig, komplex und kompliziert. Um uns das Leben zu vereinfachen, strukturieren und kategorisieren wir die Welt, einschließlich aller Dinge, Menschen und Vorgänge. Die Menschen betreffend, nutzen wir u. a. folgende Kategorien: Alter, Geschlecht, sexuelle Orientierung, ethnische Herkunft, Hautfarbe, Behinderung und Religion bzw. Weltanschauung. Dazu kommen Familienstand, beruflicher Status, Nationalität, Bildung, finanzieller Status und auch solche Kategorien wie Kleidung und Hobbys. Wenn wir an Menschen denken, dann denken wir an Menschen, die wir gut kennen oder an Gruppen von Menschen: die Hipster, die Frauen, die Lehrer, die Schwulen oder die Ausländer.

Herausbildung einer Haltung oder einer Einstellung gegenüber einer Gruppe von Menschen

Welches gedankliche Bild wir von dieser Gruppe von Menschen haben, hängt u. a. von unserer Herkunft, unserer Erziehung, unserem Umfeld, unseren Erfahrungen und unserem Denken ab. Einen wesentlichen Anteil haben in erster Linie die Eltern, die unser Bild von einer Gruppe formen. Da wir als Kinder auf die Liebe, Anerkennung und Bestätigung der Eltern angewiesen sind, übernehmen wir oft deren Bilder. In der Pubertät oder später fangen wir an, diese Bilder zu hinterfragen. Einige Bilder kommen ins Wanken, andere bleiben ein Leben lang bestehen.

Das Bild, das ich von mir selbst habe

Jeder hat auch ein Bild von sich. Abhängig davon, was man mag oder nicht mag, ordnet man sich – mehr oder weniger bewusst – gedanklich verschiedenen Gruppen zu und setzt sich damit auch von anderen Gruppen ab.

Was sind Vorurteile?

Vorurteile sind Erwartungshaltungen, die ich gegenüber einer Gruppe von Menschen habe. Männer sind so und so, Politiker so und so, Asiaten so und so. Ich übertrage das vereinfachte Bild von einer Gruppe auf einzelne Vertreter dieser Gruppe. Habe ich schlechte Erfahrungen mit einer Gruppe von Menschen gemacht, dann übertrage ich unbewusst diese Erfahrungen auf die Vertreter dieser Gruppe. Somit dienen Gruppen als Adressaten zur Abwertung und Ausgrenzung zum Zwecke der eigenen Erhöhung und/oder der Inanspruchnahme einer Vormachtstellung. Wer sich mit Vorurteilen beschäftigt, fragt auch danach, wie Menschen unterschiedlicher sozialer, religiöser oder ethnischer Herkunft mit ihren verschiedenen Lebensstilen in einer Gesellschaft leben, Anerkennung erfahren oder aber Anfeindungen ausgesetzt sind.

Die Vorteile von Vorurteilen

Jeder (!) Mensch kategorisiert die Menschen um sich herum. Das ist kein bewusster, eher ein unbewusster Prozess, der das scheinbare Chaos um uns herum, die Vielzahl an Informationen und nötigen Entscheidungen vereinfacht. Wir kategorisieren die Welt, um effizienter zu sein. Mit Hilfe unserer selbst geschaffenen Landkarte der Welt, beurteilen wir diese Welt. Vor dem Hintergrund unserer Erfahrungen wird sie so übersichtlicher und handhabbarer.

Kann man Vorureile verlernen?

Zum einen tun wir uns schwer damit, das Bild, das wir uns von der Welt zurechtgebastelt haben, selbst zu demontieren und zu zerlegen. Niemand beweist sich gern das Gegenteil von dem, was er glaubt. Im Gegenteil, eigentlich suchen wir immer nur nach Beweisen, um uns selbst und unser Weltbild zu betätigen. Nehmen wir an, eine Person XY hat das Vorurteil, Frauen würden schlecht einparken. Läuft diese Person XY durch die Stadt und sieht eine Frau, die 3 Mal ansetzt, bevor sie in die Parklücke kommt, dann bestätigt sich dieses Vorurteil. Die Person XY nimmt aber nicht die unzähligen Gegenbeispiele war – die Frauen, die gut einparken können, da XY sich nicht bemüht, seine eigenen Überzeugungen und Vorurteile zu widerlegen.

Wir alle wollen unsere Urteile und Vorurteile bestätigt wissen, da die Bestätigung uns und unser Weltbild stärkt.

Wie leicht oder schwer ich von meinen Vorurteilen lassen kann, hängt von verschiedenen Faktoren ab. Manche Leute brauchen eine bestimmte Anzahl von Beispielen oder Gegenbeweisen, bis sie ihre Meinung ändern, andere brauchen Expertenmeinungen, wieder andere brauchen die Beweiskraft eigener Erfahrungen, um sich selbst von einer gegenteiligen Meinung zu überzeugen. Und dann steht einem zuweilen der eigene Kopf im Weg, der möglicherweise folgende Frage stellt: Was ist, wenn meine Vorurteile gar keine Vorurteile sind, sondern zutreffende Urteile?

Aber wie kann man denn nun seine eigenen Vorurteile verlernen?

Ein ganzes Leben reicht wohl nicht, um alle Bilder, Stereotype und Vorurteile über Bord zu werfen. Das Aufbrechen der eigenen Bilder bedarf etwas Mühe, denn es funktioniert nur über den direkten Kontakt, über das Gespräch und über Fragen. Letztendlich muss man versuchen, dem Gegenüber Geschichten zu entlocken, die weder sein Geschlecht, seine Hautfarbe, seine Religion, seine Kleidung erzählen. Es ist die Suche nach dem Sein hinter dem Schein, nach dem Kern in der Hülle, nach dem Individuum aus einer Gruppe. Wir können uns auf den Weg machen und im Anderen etwas suchen, das uns verbindet und als Menschen mit all unseren Gefühlen und Bedürfnissen eint. Je besser wir zuhören und je näher wir eine Person kennen lernen, desto größer ist die Chance, dass wir Gemeinsamkeiten feststellen, uns ähneln oder auch etwas entdecken, das wir vom Gegenüber lernen wollen und können.

Und was bringt mir das?

Warum sollte ich, nachdem ich mir über Jahre ein kompliziertes und funktionierendes System der Welt und ihrer Bewohner zurechtgebastelt habe, meine Vorurteile über Bord werfen? Was ist so verkehrt an meinen Vorurteilen?

Hat man sich einmal auf den Weg gemacht und das Prinzip verstanden, dann stellt man fest, dass die Leute oft nicht so sind, wie wir denken, und die Welt wird freundlicher, bunter, spannender und vor allem größer, weil man nicht mehr auf die Unterschiede, sondern zunehmend auf die Gemeinsamkeiten schaut. Es öffnen sich ungeahnte Türen mit unbekannten Welten und wenn ihr fündig geworden seid, dann gibt es für einen kurzen Moment kein ich - du mehr, sondern ein wir. Dieser Moment verschwindet wieder, aber man kann ihn jederzeit aktivieren und man kann üben, diesen Moment mit sehr vielen Leuten, sehr schnell aufzubauen.