

Maria Kechaja

Was ist Empowerment?¹

Für uns als adis e.V. ist Antidiskriminierungsarbeit ohne Empowerment nicht möglich und umgekehrt. Empowerment war von Beginn an ein Schwerpunkt unserer Arbeit. Mittlerweile haben sich mehrere lokale Empowermentgruppen in und rund um adis e.V. entwickelt.

Empowerment ist leider mittlerweile ein Modebegriff, der momentan inflationär gebraucht wird. Zum Beispiel auch für Angebote, bei denen die Selbstoptimierung oder Leistungssteigerung im Vordergrund steht. Davon grenzen wir uns ab. Der Begriff Empowerment meint individuelle und kollektive Selbstermächtigung von Menschen mit Diskriminierungserfahrungen. Unser Empowerment-Ansatz steht in der Tradition der Kämpfe von marginalisierten Gruppen um Selbstbemächtigung, politische Rechte, Zugang zu Ressourcen und einer Veränderung der gesellschaftlichen und strukturellen Machtverhältnisse.

[[Kasten]]

„In anderen Worten ist Empowerment ein praktisches, theoretisches und politisches Strategie- und Handlungskonzept, das davon ausgeht, dass die Ressourcen und Potenziale jedes einzelnen Menschen der Ausgangs- und Mittelpunkt für individuelle und gesellschaftliche Veränderungen sind. Aus dieser Perspektive betrachtet, ist die Idee des Empowerments gar nicht so neu, sondern vielmehr als Teil individueller und kollektiver Selbstbemächtigungsprozesse in der sozialen und politischen Geschichte der Menschheit zu verstehen. Bedeutend ist allerdings, dass Empowerment in der Zeit der sozialen Bewegungen nach dem Zweiten Weltkrieg und insbesondere vor dem Hintergrund der Unabhängigkeits- und Befreiungsbewegungen in den kolonisierten Ländern grenzübergreifende Verbreitung erfuhr. (...) Der Gebrauch des Empowerment-Begriffs reicht in den USA bis ins späte 19. Jahrhundert zurück und fand zu dieser Zeit zunächst Verwendung in der psychosozialen Arbeit. Als politisch praktisches wie theoretisches Konzept etablierte er sich jedoch

¹ Der Text entstand aus dem Projekt IKÖ³ und ist Beginn eines Selbstverständnisprozesses für das Projekt "Empowerment - quer gedacht!" im Bereich Empowerment bei adis e.V."

erst durch die Schwarze Bürgerrechts- und die feministische Frauenbewegung der 1960er und dann durch die Selbsthilfe-Bewegung der 1970er Jahre.“ (Can 2013, S. 8f)

„Die Geschichte lehrt uns (...), dass tiefgreifende politische und gesellschaftliche Veränderungen durch das Wohlwollen und den Gerechtigkeits-sinn der Mehrheitsgesellschaft allein nicht zu erwarten sind. Diese Veränderungen müssen vielmehr von rassistisch Diskriminierten (...) selbst erkämpft werden (...). In diesem Sinne wird es erforderlich sein, aus der Opferrolle (...) hervorzutreten und die Position der selbstbewussten, handelnden und fordernden AkteurIn einzunehmen. In anderen Worten: Es ist erforderlich, politisch zu werden.“ (Can 2011, S. 245)

[[Kasten Ende]]

Empowerment ist für uns ein Prozess. Je nach Bedürfnis, Erfahrung oder Kontext kann dieser Prozess für jede*n Menschen und jede Gruppe unterschiedliche Inhalte und Formen annehmen.

Empowerment bedeutet ...

- in Räumen zu sein, in denen die eigene Identität nicht in Frage gestellt wird
- in Räumen zu sein, in denen Diskriminierungserfahrungen, Verletzungen und Gefühle von Schmerz, Wut und Trauer ausgetauscht werden können und Anerkennung finden
- so sein zu können, wie mensch ist
- sich der eigenen Fähigkeiten bewusst zu werden
- Kraft zu schöpfen
- das eigene Potenzial zu erkennen und zu entwickeln
- Solidarität zu erleben
- einen eigenen Umgang mit Diskriminierung zu finden
- durch Kunst und Kreativität einen eigenen Ausdruck zu finden
- Befreiung von Zuschreibungen und Objektifizierungsversuchen
- Handlungsspielräume zu erweitern
- sich mit anderen zu vernetzen und zu organisieren
- sich gegen Diskriminierung zu wehren
- marginalisierte Stimmen und Perspektiven sichtbar zu machen
- (gemeinsam) um Ressourcen und politische Teilhabe zu kämpfen
- Wissen über Struktur und Funktion von Diskriminierung zu erlangen
- Diskriminierung nicht als individuelles Versagen zu sehen, sondern als strukturelles Problem, das adressiert und verändert werden kann.

Unser Grundverständnis von Empowerment bezieht sich klar auf die Veränderung von gesellschaftlichen benachteiligenden oder entrechtenden Strukturen und der Wirkung von Diskriminierungen auf Individuen und Gruppen.

Dabei stehen die Erfahrungen der Menschen im Mittelpunkt sowie ihre vielfältigen Formen des Umgangs (coping) mit Normalitätsvorstellungen und Normierungen, die eine*n ausschließen, abwerten und verletzen.

Empowerment in unserem Verständnis ist ein machtkritisches Konzept der Selbst-ermächtigung in kollektiven Gruppen oder Zusammenschlüssen von Menschen, die gesellschaftlich unterdrückt und entrechtet werden, deren Alltag von Fremdzuschreibungen, Abwertungen und Ausschlüssen geprägt ist.

Es geht darum, Folgen von Diskriminierung (unsichtbar gemacht werden, Ohnmachtsgefühle, Angst, Einsamkeit, Selbstzweifel, vermindertes Selbstwertgefühl) in empowernden Räumen über vielfältige Wege entgegenzuwirken.

Vier Grundelemente von Empowerment

Bewusstsein, Befreiung, Heilung, und Community sind für uns zentrale Aspekte des Empowermentprozesses.

Bewusstsein meint das Erlangen von Wissen über Gesellschaft, Geschichte, Funktionsweisen und Wirkungsmacht von Rassismus beziehungsweise generell Machtverhältnissen, mein eigenes Geworden-Sein darin, meine Verstrickungen in Diskriminierungsverhältnisse, meine Privilegien und ein Verständnis der verschiedenen Phasen des Empowermentprozesses.

Wir beziehen uns dabei auf die Geschichtsforschung, die Wissensproduktion und Wissensweitergabe aus der Perspektive derer, die uns voran gegangen sind: Schwarze, feministische und postkoloniale Theoretiker*innen und Aktivist*innen, Kämpfe um Gerechtigkeit von Schwarzen Menschen und People of Color, von Menschen, die sich sexistischen und heteronormativen Normalitätsvorstellungen entgegenstellen, Menschen, die sich gegen Antisemitismus, Behindertenfeindlichkeit, soziale Marginalisierung und Ausbeutung eingesetzt haben und es noch immer tun.

Befreiung aus dem Bewusstsein von diskriminierenden Fremdbestimmungen, Zurichtungen, Begrenzungen, Projektionen auf den eigenen Körper, die Psyche, das Selbst hin zu einem neuen positiven Selbstbild und Verständnis von community, einer Neubewertung und Akzeptanz des eigenen Ichs, des eigenen Körpers, der eigenen Fähigkeiten. Es geht darum offen und in Suchbewegungen eine „neue“ Sprache und „neue“ Selbstbezeichnungen gemeinsam zu entwickeln, auszuprobieren und anzuwenden und gleichzeitig die Anerkennung der neu gewählten Begriffe und Selbstbezeichnungen zu erfahren. Dabei ist ein zentraler Aspekt des Empowerments die Kreativität. Jede künstlerische Form birgt die Chance einen eigenen befreienden Ausdruck zu entwickeln, sich selbst als Erschaffende*n zu erleben. Mit den Worten der

Dichterin Audre Lorde, die diese „Transformation of Silence into Language and Action“ beschreibt:

„I have come to believe over and over again that what is most important to me must be spoken, made verbal and shared, even at the risk of having it bruised or misunderstood.“ (Lorde 2007, S. 40)

Schließlich meinen wir auch politische, gesellschaftliche Prozesse der Befreiung, das Organisieren von Solidarität und Selbstreflexion im Sinne einer Achtsamkeit für Gerechtigkeit und Umverteilung von Ressourcen, Macht und Zugangsmöglichkeiten, im Kleinen wie im Großen.

Heilung meint, die eigenen Gefühle, wie z.B. Ängste und Trauer wahrzunehmen, auszuhalten, ernst zu nehmen und zum Ausdruck zu bringen. Ein Prozess des Wandels von Selbsthass und selbstdestruktiver Wut in bewusste, konstruktiv gerichtete Aggression. Die eigene Isolation durchbrechen im Teilen mit anderen, die ähnliche Wege gegangen sind und ähnliche Schmerzen haben. Erfahrungen reflektieren und besprechen. Heilung ist ein Subjektwerdungsprozess durch das Bearbeiten der gewaltvollen Objektifizierungsversuche. Stärkung durch Übungen aus der Körperarbeit (Atmung und Bewegung), neues Erleben des Körpers, der meiner ist. In Kontakt kommen mit den inneren Ressourcen und Stärken, sich selbst erleben als Ganzes, das viel mehr ist als die ständig erlebten Reduktionen und Zuschreibungen. Akzeptanz der Narben, schmerzvollen Erfahrungen der Vergangenheit, die nicht mehr änderbar sind. Emanzipation aus der Opfer-Perspektive in eine Kraft, die ich in mir (wieder-)entdecke und in der ich mich in der Gestaltung meiner Umwelt als selbstbestimmtes Subjekt in einer Community erlebe.

Community meint die Überwindung von Einsamkeit und Isolation. Das Verstehen von verinnerlichten negativen Zuschreibungen, die mich aber auch andere betreffen. Voneinander lernen, Begegnung und Austausch, kreatives gemeinsames Gestalten, gemeinsames künstlerisches Schaffen, neue Formen von Beziehungen und gemeinsam achtsames Sprechen lernen. „Ubuntu“ bedeutet „Das ich im WIR“ und meint eine besondere Verbundenheit zu verstehen und zu gestalten. Community heißt auch in geschützten Räumen widerständige Strategien zu entwickeln, einzuüben und umsetzen zu lernen. Sich dabei Zeit nehmen. Humor nutzen, um Schwieriges zu konfrontieren, Spaß haben in der Gemeinschaft (tanzen, kochen, etc.) und sich darin als anerkannt zu erleben. Die gemeinsame Geschichte (die verdrängt, ausgeblendet, ausgelöscht wurde) entdecken und eigene Geschichte und Geschichten schreiben, erzählen, dokumentieren und teilen.

Wichtiges Element von Community ist es das gemeinsame und individuelle Wachstum zu feiern, die Erfolge und Veränderung gemeinsam mit Spaß zu zelebrieren.

Das Ziel ist die Veränderung gesellschaftlicher Verhältnisse und Umverteilung von Macht und Ressourcen. Dafür suchen und reflektieren wir zeitweise auch Bündnisse mit anderen Diskriminierungserfahrenen und ‚alliierten‘ Mehrheitsangehörigen.

Empowerment als Prozess

Empowerment ist ein Prozess, der viel Zeit braucht. Ein- oder zweitägige Seminare können höchstens ein Anfang sein in einer Reihe von weiteren Workshops oder regelmäßigen Treffen in einer geschlossenen Gruppe über einen längeren Zeitraum hinweg. Denn abgesehen von der Zeit, die ein Weg zur Selbstermächtigung braucht, ist Vertrauen ein Schlüsselement. Die wiederholte, oft jahrelange Erfahrung von Zuschreibungen, Abwertungen und Angriffen auf die Menschenwürde hat gravierende Auswirkungen auf die Menschen. Ängste, Misstrauen und Verletzungen, die neue Bindungen verhindern, können durch Zeit und Vertrauen in einem **Empowerment-Raum** ausgesprochen und bearbeitet werden.

[[Kasten]]

„Gesamtgesellschaftlich betrachtet werden die sozialen Beziehungen in ihren vielfältigen Differenzen (wie zum Beispiel Geschlecht, Hautfarbe, Herkunft, Religionszugehörigkeit, sexuelle Orientierung, Behinderung, Alter usw.) durch Macht und Dominanz strukturiert. Daraus ergibt sich ein ungleiches Machtgefälle, unter anderem in der Verteilung der Ressourcen und Privilegien. Dieses Ungleichgewicht wird in allen Lebenssituationen des Betroffenen reproduziert und gelebt.

Gerade um dieses ungleiche Machtgefälle auszubalancieren bedarf es der Schaffung von selbstbestimmten, geschlossenen und geschützten Räumen des Empowerment ausschließlich unter den Betroffenen selbst. Diese Räume bilden wichtige Zentren der Begegnung, des Erfahrungs- und Wissensaustauschs und der gegenseitigen Stärkung gegen Diskriminierung.

Empowerment-Räume bieten den sonst fehlenden Raum der Anerkennung, Gleichwertigkeit, Sichtbarwerdung und Partizipation. Das Finden und Hören der eigenen Stimme ist der erste Schritt zur Selbstbestimmung.“ (Nuran Yiğit, 2012, S.21)

[[Kasten Ende]]

Aus den Begriffen Selbstermächtigung und Selbstbestimmung geht bereits hervor, dass ein Mensch nicht professionell jemand anderen empowern kann. Das schließt nicht aus, dass Empowerment-Gruppen und Angebote mode-

riert und angeleitet werden. Aber abgesehen vom bereits erwähnten biografischen Teilen von Diskriminierungserfahrungen, geht es um die grundsätzliche Haltung der anleitenden Person, die nicht die pädagogische Absicht verfolgt andere zu empowern. Das kann die Gruppe, bzw. das Individuum nur selbst.

Dabei ist es uns wichtig klarzustellen, dass **Empowerment-Räume** von Kolleg*innen mit eigenen Diskriminierungserfahrungen angeboten oder angeleitet werden sollten. Wenn es „geschützte“, also für eine Gruppe mit einer vergleichbaren Diskriminierungserfahrung geschlossene Räume sind (safe space), werden sie von Trainer*innen mit den entsprechenden Diskriminierungserfahrungen geleitet. Unsere Erfahrung hat gezeigt, dass Empowermentangebote für Menschen mit Diskriminierungserfahrungen ein Verständnis ihrer Lebensrealitäten und ihrer Perspektiven auf die Welt benötigen, um etwas Gemeinsames entstehen zu lassen.

[[Kasten]]

„Der wesentliche Kern eines Empowermentprozesses ist die Selbstermächtigung vor dem Hintergrund der geteilten Erfahrung, permanent infrage gestellt zu werden. Betroffene müssen in ihren alltäglichen Räumen oft die energieraubende Zusatzleistung erbringen, sich selbst erklären zu müssen oder als ‚Erklärbar‘ zu fungieren, um Menschen der Mehrheitsgesellschaft über Rassismus und Antisemitismus aufzuklären. Deshalb sind geschützte Räume eine zentrale Bedingung für gelingendes Empowerment gegen Antisemitismus und Rassismus. Das sind Räume, in denen ein zwischenmenschlicher Austausch jenseits paternalistischer Vorschreibungen passieren kann, ohne weiterem Antisemitismus und Rassismus ausgesetzt zu sein.“ (Golschan Ahmad Haschemi und Pasquale Virginie Rotter in: Amadeu Antonio Stiftung, Broschüre „Einen Gleichwertigkeitszauber wirken lassen...“ S. 16)

[[Kasten Ende]]

In der **empowermentorientierten Arbeit** mit Jugendlichen und (jungen) Erwachsenen mit Diskriminierungserfahrungen verbinden wir den Gedanken von Schutz und Unterstützung mit Möglichkeiten der Stärkung in Selbstbild und Selbstwahrnehmung und der Erweiterung ihrer Handlungskompetenz und eines Wissens, das sie betrifft. Die professionelle Haltung fußt auf einem Verständnis dieser Gesellschaft, die durchzogen ist von Ungleichheitsverhältnissen und unterschiedlichen Zugängen zu Macht und Ressourcen. Das trägt in der Konsequenz dazu bei, dass wir in allen unseren Angeboten eine selbstreflexive und machtkritische Arbeitsweise umsetzen wollen, die unsere eigenen Privilegien nicht aus dem Blick verliert.

Empowermentorientierte Jugendarbeit findet dann statt, wenn wir nicht über geschützte, geschlossene Räume verfügen und die anleitenden Kolleg*innen nicht über ähnliche Diskriminierungserfahrungen verfügen wie die

Jugendlichen. Bei offenen Angeboten ist unsere Haltung und Arbeitsweise darum und im Gegensatz zu Empowerment-Räumen empowermentorientiert.

[[Kasten]]

Zu den Kompetenzen der pädagogischen Begleitung von Empowerment:

„Empowermentarbeit mit Jugendlichen braucht ganz spezifische Kompetenzen. Pädagog_innen of Color, die Empowermentprozesse begleiten, entwickeln diese Kompetenzen zumeist durch biografisches Erfahrungswissen mit Antisemitismus und/oder Rassismus, eigene Erfahrungen in Empowerment-Räumen sowie professionelle Reflexionsprozesse. Ausgehend von ihren Praxiserfahrungen in der Arbeit mit muslimischen Jugendlichen betont Sanaa Laabich, wie wichtig es ist, ‚dass ich die Lebensrealität der Personen, mit denen ich empowernd arbeiten möchte, verstehe. Besonders hilfreich ist es, wenn ich diese Lebensrealität selbst teile, weil dann viele Barrieren wegfallen und viel leichter eine Vertrauensbasis geschaffen werden kann. Um diese zu erhalten, muss ich zu den Jugendlichen eine enge Beziehung pflegen, damit sie das Gefühl haben, von schmerzhaften und schambehafteten Erfahrungen erzählen zu können.‘

Wie beschrieben dienen sowohl geschützte Empowerment-Räume als auch empowermentorientierte Räume (in ihrer Unterschiedlichkeit) Jugendlichen, um antisemitische und/oder rassistische Diskriminierungserfahrungen zu thematisieren – und zwar nur, wenn sie das möchten! Fachkräfte der OKJA [Offene Kinder- und Jugendarbeit] müssen die Erfahrungshorizonte der Jugendlichen kennen und berücksichtigen. Neben der Empathie ist das Wissen um Erscheinungsformen und Wirkweisen von Antisemitismus und Rassismus ein weiterer Faktor, um Empowermentprozesse kompetent begleiten zu können.“ (Golschan Ahmad Haschemi und Pasquale Virginie Rotter für die Amadeu Antonio Stiftung 2016, S. 18)

[[Kasten Ende]]

In dem Bewusstsein der eigenen Verstrickung in Macht- und Ohnmachtverhältnisse ist es uns wichtig, komplementär zum Empowerment-Gedanken, die Dimension des **Power-Sharings** mitzudenken. Power-Sharing bedeutet die eigenen Privilegien und Zugänge sinnvoll einzusetzen, zu nutzen, um Zugänge zu eröffnen, manches Mal auch einfach zuzuhören oder zurück zu treten, um anderen Menschen Räume zu eröffnen.

[[Kasten]]

„Powersharing, d.h. die Teilung von Macht mit minorisierten Gruppen aus einer relativ privilegierten Position heraus, hat zwei Voraussetzungen: Zum einen aktives Zuhören seitens der beteiligten Mehrheitsangehörigen, um die

selbstdefinierten Perspektiven und Interessen minorisierter Menschen zu erfahren. Powersharing bedeutet nicht, sich selbst zu beauftragen, für andere ‚mitzusprechen‘. Es geht weder um Vertretung noch um Toleranz, sondern um Machtzugang. Darüber hinaus stellt die Bewusstmachung der eigenen Privilegien und Ressourcen eine weitere Voraussetzung dar, da diese nur so gezielt eingesetzt und geteilt werden können. Wesentlich dabei ist, wer letzten Endes die Kontrolle über Ressourcen und deren Einsatz hat.“ (*Rosenstreich 2006: 199*)

[[Kasten Ende]]

Literatur

- Amadeu Antonio Stiftung (2016): „Einen Gleichwertigkeitszauber wirken lassen...“. Empowerment in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verstehen.“ Golschan Ahmad Hасhemi und Pasquale Virginie Rotter (Redaktion und Konzeption).
<https://www.amadeu-antonio-stiftung.de/w/files/pdfs/empowerment-internet.pdf>
- Can, H. (2011): „Demokratiearbeit und Empowerment gegen Diskriminierung und Rassismus in selbstbestimmten People of Color-Räumen.“ In: Castro Varela, M. do M./Dhawan, N. (Hrsg.): Soziale (Un)Gerechtigkeit. Kritische Perspektiven auf Diversity, Intersektionalität und Antidiskriminierung, S. 245-259.
- Can, H. (2013): Empowerment aus der People of Color-Perspektive. Reflexionen und Empfehlungen zur Durchführung von Empowerment-Workshops gegen Rassismus.
http://www.eccar.info/sites/default/files/document/empowerment_webbro-schuere_barrierefrei.pdf
- Lorde, A. (2007): „The Transformation of Silence into Language and Action“. In: Sister Outsider, S. 40-44.
- Rosenstreich, G. (2006): Von Zugehörigkeiten, Zwischenräumen und Macht: Empowerment und Powersharing in interkulturellen und Diversity-Workshops. In: Elverich/Kalpaka/Reindlmeier (Hrsg.): Spurensicherung – Reflektion von Bildungsarbeit in der Einwanderungsgesellschaft, 2009, S. 195-231.
- Yiğit, N. (2012): „Raus aus der Opferrolle. Empowerment gegen Diskriminierung und Rassismus“. In: Netzwerk gegen die Diskriminierung von Muslimen „Und du?“, S.20-22.
https://issuu.com/ufuqde/docs/broschuere_antidiskriminierung

Zur Vertiefung:

- Nguyen, Toan (2015): „Outside the Box“. Stärkung und Empowerment von Jugendlichen of Color. In: „Läuft bei Dir!“ Konzepte, Instrumente und Ansätze der antisemitismus- und rassismuskritischen Jugendarbeit, Amadeu Antonio Stiftung (Hrsg.), Berlin.
www.projekt-ju-an.de/w/files/juan/ju-an-2015-internet.pdf
- Madubuko, Nkechi (2016): Empowerment als Erziehungsaufgabe. Praktisches Wissen für den Umgang mit Rassismuserfahrungen.