

KURZWAHL GESUNDHEIT - TELEFONISCHE FORTBILDUNG FÜR FACHKRÄFTE DER ARBEITSVERMITTLUNG

Handout zur Veranstaltung am 02.09.2026

**Thema: Rassismus/Diskriminierung und deren
gesundheitliche Folgen**

Referent: Marcus Wächter-Raquet, LVG & AFS Nds. HB e.V.

Wenn wir über Rassismus sprechen, diskutieren wir über ein mehrere Jahrhunderte altes Konzept, das sich in die Gesellschaft eingeschlichen und sich dort strukturell verankert hat. Zugleich ist der Begriff Rassismus zutiefst moralisch besetzt. Niemand möchte als Rassist:in bezeichnet werden. Dennoch stimmen im neuesten NaDiRa-Monitoringbericht 36 % der Befragten der wissenschaftlich widerlegten Aussage zu, dass es verschiedene menschliche „Rassen“ gibt und 66 % der Befragten vertreten die Ansicht, bestimmte Kulturen seien „fortschrittlicher und besser“ als andere (DeZIM 2026). Wenn wir uns mit dem Thema Rassismus beschäftigen, bewegen wir uns in einem Spannungsverhältnis zwischen einer inneren Ablehnung von Rassismus und wenn wir ganz ehrlich mit uns sind, Vorurteilen in unseren Köpfen gegenüber Personen aus anderen „Kulturen“. Entscheidend ist, wie wir mit den Vorurteilen umgehen, ob wir in der Lage sind diese zu erkennen und daraufhin das eigene Verhalten zu reflektieren.

Was ist Rassismus?

Rassismus ist ein Prozess, der in einfachen Worten gesagt, Menschen aufgrund ihrer Herkunft, Aussehens, Sprache oder auch Religion zu homogenen Gruppen verbindet. Diesen Gruppen werden pauschal (negative) Eigenschaften zugeschrieben und aus der Zuschreibung heraus wird anschließend eine hierarchische Struktur gebildet, bei dem die rassifizierten Personen, am wenigsten Macht und die vermeintliche Mehrheit am meisten Macht besitzt. Dieser Prozess findet auf einer individuellen, institutionellen und strukturellen Ebene statt. Die individuelle Ebene beschreibt die Interaktion zwischen Menschen und damit einhergehende Mikroaggressionen bis hin zu Beleidigungen oder auch körperlicher Gewalt. Die institutionelle Ebene beschreibt den Rassismus den Organisationen ausüben, bspw. durch Verfahrensweisungen, die Ausschlüsse von Personen regeln, die für eine fließende Unterhaltung nicht ausreichend gut Deutsch können. Die dritte Ebene ist im Vergleich dahingegen eher subtil. Gemeint sind nicht weiter festgehaltene Routinen und Verhaltensweisen, die so ausgestaltet



sind, das rassifizierte Personen benachteiligt werden. Ein gutes Beispiel für strukturellen Rassismus, allerdings für das Bildungswesen, ist die Studie „[Max vs. Murat. Effekte des Migrationshintergrundes bei der Diktaturbewertung.](#)“

Wie schlägt sich Rassismus im Gesundheitswesen nieder und welchen Einfluss hat Rassismus auf die Gesundheit? Warum macht Rassismus krank?

Hierzu möchte ich auf drei unterschiedliche Wirkweisen eingehen. Einen sehr direkten Einfluss auf die Gesundheit hat Rassismus auf der interpersonellen Ebene. Dies betrifft zum einen Vorfälle mit körperlicher Gewalt, aber auch fortlaufendes Infragestellen der Sprachkenntnis, Kommentare über das Aussehen oder Interpretationen von Verhaltensweisen, ohne die Person weiter zu kennen, führen langfristig zu gesundheitlichen Problemen. Diese sogenannten Mikroaggressionen, führen zu einem erhöhten Stresserleben betroffener Personen (Minderheitenstress), was wiederum langfristig in psychischen Problemen mündet. Die institutionelle Ebene betrifft hauptsächlich die Inanspruchnahme sowie die Qualität der Gesundheitsversorgung. Studien zeigen das beispielsweise Personen mit einem im Türkischen gebräuchlichen Nachnamen signifikant seltener einen Termin in einer Haus- oder Facharztpraxis bekommen als Personen mit einem deutschen Nachnamen. Auch erlebte Diskriminierungen, wie bewusstes langsames und deutliches Sprechen, weil geringe Deutschkenntnisse vermutet werden, das nicht ernst nehmen von Schmerzen oder auch abwertende Kommentare über das Aussehen, führen indirekt zu Ausschlüssen. Direkt von Rassismus betroffene Personen vermeiden aufgrund dieser Erfahrungen den Kontakt zum medizinischen System wesentlich häufiger als nicht rassifizierte Personen (DeZIM 2023). Dies führt zu verspäteten Diagnosen bis hin zu Chronifizierungen von Krankheiten. Die dritte Ebene sind Auswirkungen von Rassismus in anderen Bereichen, wie dem Wohnungs- oder Arbeitsmarkt oder im Bildungswesen. Benachteiligungen in diesen Bereichen führen zu gesundheitlichen Benachteiligungen. Auch dies ist schon lange wissenschaftlich belegt.

Es stellt sich die Frage: Was tun? Wie können sich betroffene Personen wehren?

Hierzu gibt es im Gesundheitswesen Anlaufstellen, die eher weniger auf Fälle von rassistischer Diskriminierung eigestellt sind. Zu nennen ist hier beispielsweise die niedersächsische Landespatientenschutzbeauftragte, die Kammern und Berufsverbände oder die Krankenversicherungen. Auch jedes Krankenhaus in Niedersachsen muss per Gesetz vorgeschrieben ein eigenes Beschwerdesystem für Patient:innen aufweisen. Doch wirklich effektiv scheinen diese Strukturen nicht zu sein, denn sehr wenige bis gar keine Fälle von Diskriminierung werden bei diesen Stellen gemeldet. Aussagen wie „*Ich weiß, ich hätte es nicht ertragen meinen Fall zu melden und nichts passiert.*“ oder „*Ich denke häufig, ob es sich lohnt?*“ zeigen das die Vorerfahrungen betroffener Personen bereits zu einer gewissen Resignation gegenüber den genannten Stellen geführt hat.

Um doch erlebten Rassismus im Gesundheitswesen öffentlich zu benennen, empfiehlt es sich im ersten Schritt eine externe Stelle, die sich auf Antidiskriminierung spezialisiert hat,

anzusprechen. Hier finden betroffene Rat und Begleitung bei der Formulierung ihrer Beschwerde. In Niedersachsen sind diese Anlaufstellen in der [Landesarbeitsgemeinschaft Anti-diskriminierung](#) zusammengeschlossen.

Weitere Beratungsstellen finden Sie auf der Website des Projektes „Rassismus macht krank“: <https://rassismus-macht-krank.de/netzwerk/>

Beschwerdestellen im Gesundheitswesen: <https://rassismus-macht-krank.de/beschwerde/>

Jahrestagung 2026 „Gute Pflege braucht gute Bedingungen: Diskriminierungssensible Arbeitsbedingungen und Mitarbeitendenzufriedenheit“: <https://rassismus-macht-krank.de/jahrestagung-2026/>

Literatur:

1) DeZIM (Hrsg.) (2006): Verfestigte Abwertungen, fragiles Vertrauen. Rassismus und Diskriminierung in Deutschland. Download: <https://www.rassismusmonitor.de/publikationen/verfestigte-abwertungen-fragiles-vertrauen/>

2) DeZIM (Hrsg.) (2023): Rassismus und seine Symptome. Download: <https://www.rassismusmonitor.de/publikationen/2023-11-7/rassismus-und-seine-symptome/>

Kontakt:

Marcus Wächter-Raquet

Tel.: (05 11) 3 88 11 89 304

E-Mail: marcus.waechter@gesundheit-nds-hb.de



Wir freuen uns über ein Feedback!

Wie hat Ihnen die Veranstaltung gefallen? Welche Themen wünschen Sie sich? Nehmen Sie an der [Evaluation](#) teil.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Alle Handouts zu den Veranstaltungen finden Sie auch [hier](#).

Die Anmeldung zu unseren Newslettern und Verteilern finden unter:

www.gesundheit-nds-hb.de/projekte/teamwork-niedersachsen/

Haben Sie noch Fragen? Melden Sie sich gerne bei uns!

E-Mail: teamwork@gesundheit-nds-hb.de