

## Themenvorschläge für Vorträge und Workshops

Als Klinische Psychologin und Forscherin beschäftige ich mich mit der Schnittstelle von Diskriminierung, psychosozialer Gesundheit und Empowerment. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der mentalen Gesundheit Schwarzer Menschen. Ich biete wissenschaftlich fundierte Vorträge und interaktive Workshops an, die intersektionale Perspektiven sichtbar machen, marginalisierte Communities stärken und inklusive, kulturell sensible Räume fördern. Die folgenden Themen können je nach Bedarf angepasst oder kombiniert werden.

### Vortragsthemen (ca. 60 Minuten)

In meinen Vorträgen biete ich wissenschaftlich fundierte, praxisnahe Einblicke in zentrale Themen wie Mikroaggressionen, intersektionale Diskriminierung, Empowerment und kulturell affirmierende Ansätze. Ziel ist es, Bewusstsein zu schaffen, Wissen zu vertiefen und neue Perspektiven für nachhaltige Veränderungen zu eröffnen.

- 1. Mikroaggressionen verstehen und intervenieren: Von Reaktionen zu Microinterventions**  
Einführung in Mikroaggressionen: Was sind Mikroaggressionen? Wie wirken sie psychologisch? Was sind typische sekundäre Reaktionen (secondary responses)? Und wie können Microinterventions praktisch helfen, Betroffene zu unterstützen und Systeme zu verändern?
- 2. Mikroaggressionen an der Schnittstelle von Rassismus und Sexismus**  
Rassistische und sexistische Mikroaggressionen werden häufig getrennt betrachtet – dabei erleben viele Menschen beide Formen gleichzeitig und in Wechselwirkung. Dieser Vortrag führt in die Psychologie rassistischer und sexistischer Mikroaggressionen ein, beleuchtet, wie sie sich im Lehr- und Arbeitskontext manifestieren, und zeigt, wie Microinterventions konkret helfen können – für Betroffene wie für Bystander.
- 3. Geschlechtsspezifischer Rassismus und Colorismus: Diskriminierungserfahrungen von Frauen und Männern of Color**  
Analyse der Wirkmechanismen von geschlechtsspezifischem Rassismus und Colorismus auf die psychische Gesundheit und Lebenschancen von Menschen of Color – mit Fokus auf Schwarze Frauen, aber unter Berücksichtigung unterschiedlicher geschlechtlicher Erfahrungen.
- 4. Sexualisierte Belästigung, Diskriminierung und Gewalt aus intersektionaler Perspektive**  
Wie Rassismus, Sexismus und Migrationserfahrungen zusammenwirken, um spezifische Formen sexualisierter Gewalt hervorzubringen. Schwerpunkt auf institutionelle Verantwortung und gesellschaftliche Dynamiken.
- 5. Diskriminierung und Gewalt gegen Schwarze und migrantische Communities: Prävention und kulturell affirmierende Ansätze**  
Rassistische Stereotypen, strukturelle Gewalt und kulturell affirmierende Ansätze als Antwort. Fokus auf psychische Gesundheit, Empowerment und Schutzfaktoren für migrantische Communities.
- 6. Schutzräume als Grundlage für Empowerment: Räume für Schwarze und migrantische Communities schaffen**  
Strategien zur Gestaltung sicherer und empowernder Räume in Bildungseinrichtungen, psychosozialen Diensten und Community-Projekten.
- 7. Kulturell Affirmative Ansätze: Psychosoziale Gesundheit intersektional stärken** Warum klassische psychosoziale Modelle Schwarze und migrantische Communities oft nicht erreichen – und wie kulturell affirmative, ressourcenorientierte Ansätze nachhaltig psychische Gesundheit und Resilienz fördern können.

## Workshopthemen (ca. 3 Stunden)

Meine Workshops sind interaktiv und anwendungsorientiert gestaltet. Sie ermöglichen eine vertiefte Auseinandersetzung mit komplexen Themen wie Mikroaggressionen, intersektionaler Gewaltprävention, Empowerment marginalisierter Gruppen und dem Aufbau sicherer, diskriminierungssensibler Räume. Die unten genannten Workshops sind speziell für den Hochschul- und Bildungskontext entwickelt, können aber für unterschiedliche Organisationen und Zielgruppen angepasst werden.

- 1. Mikroaggressionen erkennen und intervenieren: Praktisches Training**  
Interaktives Training mit Fallstudien, Reflexionsübungen und der Entwicklung konkreter Microinterventions. Dieses Training kann thematisch angepasst werden – z.B. mit Fokus auf rassistische, sexistische oder intersektionale Mikroaggressionen im Lehr- und Arbeitskontext.
- 2. Intersektionalität praktisch denken: Diskriminierung sichtbar machen und verändern**  
Sensibilisierungs- und Handlungsworkshop zu Mehrfachdiskriminierung, intersektionalen Machtstrukturen und Strategien des Empowerments.
- 3. Empowerment-Strategien für Schwarze und migrantische Studierende**  
Fokus auf die Förderung von Widerstandsfähigkeit, Community-Aufbau und psychosozialer Gesundheit speziell im Hochschulkontext.
- 4. Schutzräume konkret: Schutzräume schaffen für marginalisierte Gruppen** Erarbeitung von Prinzipien, Übungen und Leitlinien für diskriminierungssensible Räume – angepasst an Hochschulen und soziale Einrichtungen.
- 5. Kulturell Affirmative Praxis entwickeln: Theorie in Handlung umsetzen** Entwicklung und Anwendung kulturell affirmativer Strategien in psychologischer, sozialer und bildungsbezogener Arbeit mit mehrfach marginalisierten Communities.

## Mögliche Serienkombinationen (auf Wunsch kombinierbar)

1. Mikroaggressions-Basistraining + Vertiefung geschlechtsspezifischer Rassismus und Colorismus
2. Diskriminierung und Gewalt gegen migrantische Communities + Empowerment-Workshop für Studierende
3. Schutzräume + Kulturell Affirmative Ansätze + Empowerment-Strategien für Schwarze Communities