

## 7 Folgen von Diskriminierungserfahrungen

Wir konnten in den letzten Kapiteln zeigen, welche alltäglichen Diskriminierungserfahrungen die befragten Personen machen, wie sie diese wahrnehmen, und wie sie darauf reagieren. Dabei fällt auf, dass die Befragten zumeist persönliche Bewältigungsstrategien wählen, um das Erlebte zu verarbeiten. Am häufigsten wurden dabei Gespräche mit Freund\*innen, der Familie oder Partner\*innen genannt. Offizielle Beschwerden oder Konfrontationen mit den verursachenden Personen der diskriminierenden Erfahrung, wie etwa eine direkte Ansprache wurden dagegen kaum genannt. Die meisten Befragten begründeten dies damit, dass es ihrer Meinung nach keinen Unterschied gemacht hätte, ob sie sich beispielsweise beschwert hätten oder nicht. Dies deutet auf die zuvor thematisierte Resignation in Bezug auf das Erlebte hin.

Im folgenden Kapitel interessieren wir uns daher dafür, welche Bewältigungsstrategien<sup>76</sup> die Befragten wählen, um mit Diskriminierungserfahrungen umgehen zu können. Auch subtilere Formen von Diskriminierung, wie etwa Erfahrungen sozialer Herabwürdigung (vgl. Kapitel 6.1), können dabei folgenreich für die Betroffenen und ihr Leben sein. Diskriminierungserfahrungen können einen einschneidenden Einfluss auf die Gesundheit, das eigene Wohlempfinden, Verhaltens- und Umgangsstrategien, das Verhältnis zu anderen Personen oder das eigene Sicherheitsempfinden haben. Zudem können Diskriminierungserfahrungen sowie die Folgen daraus existenzielle Benachteiligungen zur Folge haben, wenn etwa Bewerbungen bei bestimmten Arbeitgeber\*innen vermieden werden. Unsere Daten bilden vordergründig gesundheitliche Folgen oder auch Vermeidungsstrategien ab, während materielle wie auch existenzielle Folgen nur eingeschränkt oder wenn dann indirekt in den offenen Angaben der Befragten abgebildet werden. Andere Studien verweisen jedoch auf die Bedeutsamkeit dieser materiellen und existenziellen Folgen in Zusammenhang mit Diskriminierungserfahrungen (Schmitt et al. 2014; Tucci et al. 2014a; Beigang et al. 2017a: 280 ff.; Blau und Kahn 2017; Dieckmann et al. 2017; Kauff et al. 2017a).

Anders als in anderen Studien haben wir nicht nach Folgen einer spezifischen Diskriminierungserfahrung gefragt, wie etwa die subjektiv schlimmste

---

76 In manchen Studien wird auch der Begriff Copingstrategien verwendet.

oder bedeutendste Erfahrung (Volpe et al. 2021), sondern haben nach Folgen in Bezug auf Diskriminierungserfahrungen der letzten zwei Jahre wie auch in Bezug auf Diskriminierungserfahrungen im gesamten Leben gefragt. Daher können wir bei den unterschiedlichen Folgen nicht genau bestimmen, ob sie mit spezifischen Diskriminierungserfahrungen zusammenhängen oder ob auch andere Faktoren einen Einfluss darauf haben (Beigang et al. 2017a: 281).

Im Folgenden stellen wir unterschiedliche Auswirkungen von Diskriminierungserfahrungen analytisch getrennt voneinander dar, auch wenn diese in der Realität oftmals miteinander zusammenhängen oder auch ineinander übergehen.

Insgesamt lassen sich vier zentrale Folgen identifizieren:

- **Entgegnungsstrategien:** beispielsweise die Auseinandersetzung mit dem Thema Diskriminierung oder das Engagement in der Antidiskriminierungsarbeit;
- **Bewegungsstrategien:** beispielsweise das Vermeiden von Orten, an denen Diskriminierungserfahrungen vermutet werden;
- **gesundheitliche oder emotionale Auswirkungen:** beispielsweise Angstformen oder psychische Erkrankungen;
- **soziale Folgen und Strategien:** beispielsweise die Strategie, nichts Persönliches von sich zu erzählen oder den Kontakt zu Personen einzuschränken.

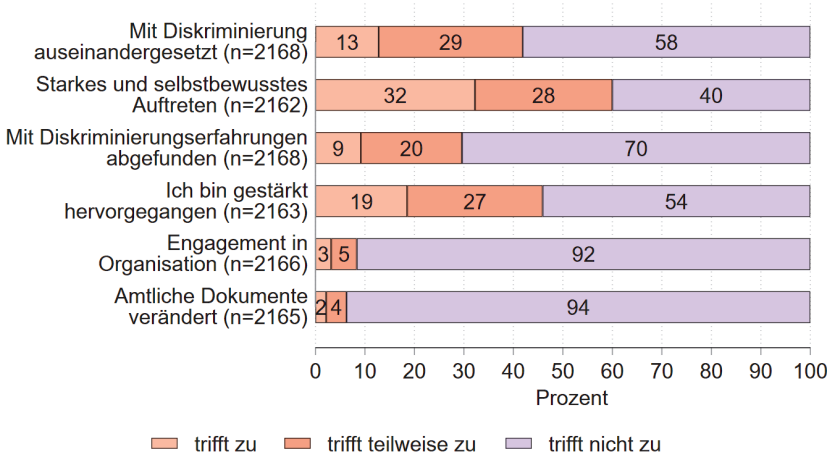
Die unterschiedlichen Auswirkungsformen können aktiv oder passiv sowie nach außen oder nach innen gerichtet sein (Harrell 2000; Volpe et al. 2021: 2), wie wir im Folgenden aufzeigen.

### 7.1 Entgegnungsstrategien

Zunächst können Entgegnungsstrategien, die nach außen und nach innen gerichtet sind und sich somit auf die Personen selbst, aber auch auf andere beziehen, identifiziert werden. Zudem sind diese Strategien sowohl aktiv als auch passiv.

Auf die Frage, welche Auswirkungen Diskriminierungserfahrungen in ihrem gesamten Leben hatten, geben 42 Prozent der sächsischen Befragten an, sich zumindest teilweise mit dem Thema Diskriminierung auseinander-

Abbildung 41 Entgegnungsstrategien im Umgang mit Diskriminierungserfahrungen



Quelle: Diskriminierungserfahrungen in Sachsen (Bevölkerungsbefragung Sachsen)

gesetzt zu haben (vgl. Abbildung 27).<sup>77</sup> In der bundesweiten Befragung außer Sachsen liegt der Anteil bei 46 Prozent (13 % trifft zu, 33 % trifft teilweise zu). In der Betroffenenbefragung geben 71 Prozent der Personen an, sich mit dem Thema Diskriminierungserfahrungen auseinandergesetzt zu haben (44 % trifft zu, 27 % trifft teilweise zu). Die Auseinandersetzung mit dem Thema Diskriminierung können zum Beispiel Gespräche mit anderen sein, um diese für das Thema zu sensibilisieren, aber auch die Auseinandersetzung mit Erfahrungen von anderen Personen, wie diese Beschreibung in der sächsischen Betroffenenbefragung verdeutlicht:

*Ich lese viele Berichte von anderen Betroffenen. Das ist erschreckend, aber hilft mir auch, mich nicht allein zu fühlen.*

Auch die Beteiligung an dieser Befragung kann als eine nach außen gerichtete Entgegnungsstrategie im Sinne einer Auseinandersetzung mit dem Thema Diskriminierung verstanden werden, wie diese befragte Person zum Ausdruck bringt:

<sup>77</sup> In einer Studie von Beigang et al. zu Diskriminierungserfahrungen in Deutschland geben ebenfalls knapp 40 Prozent der Befragten an, infolge von Diskriminierungserfahrungen aufmerksamer diesbezüglich geworden zu sein (Beigang et al. (2017a: 280)). Eigene Diskriminierungserfahrungen können dabei auch die Wahrnehmung von Diskriminierung beeinflussen (siehe Kapitel 4).

*Ich beteilige mich an dieser Umfrage und hoffe, dass der von mir genannte Aspekt bei der Auswertung berücksichtigt wird.*

Auch die oftmals umfangreichen Schilderungen der alltäglichen Diskriminierungserfahrungen in der Betroffenenbefragung, die wir in Teilen in diesem Bericht abbilden (vgl. Kapitel 6), können als aktive Auseinandersetzung mit dem Thema Diskriminierung verstanden werden.

Ebenfalls nach innen und nach außen gerichtet ist die Entgegnungsstrategie, stark und selbstbewusst aufzutreten, um Diskriminierungserfahrungen zu vermeiden. Dies ist zudem eine aktive Handlungsstrategie, die Verhalten und Bewegungen von Personen sowohl in der Begegnung mit anderen als auch im öffentlichen Raum verändert. In beiden Bevölkerungsbefragungen geben ungefähr 60 Prozent der Befragten an, zumindest teilweise stark und selbstbewusst aufzutreten. In der Betroffenenbefragung liegt der Anteil mit knapp drei Viertel aller Befragten (trifft zu: 45 %, trifft teilweise zu: 32 %) höher.

Nach innen gerichtete Entgegnungsstrategien, die emotionenregulierend sind, sind einerseits das Gefühl der Stärkung durch das Erlebte, aber auch das Abfinden mit Diskriminierungserfahrungen. Knapp ein Fünftel der sächsischen Befragten (19 %) gibt an, gestärkt aus den gemachten Erfahrungen hervorgegangen zu sein. Die Anteile in der bundesweiten Befragung wie auch in der sächsischen Betroffenenbefragung sind ähnlich. Die Strategie, sich zumindest teilweise mit Diskriminierungserfahrungen abgefunden zu haben, wird von ungefähr einem Drittel der Befragten in den beiden Bevölkerungsbefragungen angegeben (Sachsen 29 %; bundesweit 32 %). In der Betroffenenbefragung gibt dies über die Hälfte der Befragten an (56 %). Dies kann auf die Häufigkeit der gemachten Diskriminierungserfahrungen und deren Alltäglichkeit für Befragte in der Betroffenenbefragung hindeuten.

Deutlich weniger Befragte geben an, sich infolge von Diskriminierungserfahrungen politisch engagiert zu haben, etwa in Selbstorganisationen oder in der Antidiskriminierungsarbeit und damit eine aktive, nach außen gerichtete Entgegnungsstrategie zu wählen. Sachsen- und bundesweit liegt der Anteil bei unter 5 Prozent, in der Betroffenenbefragung ist der Anteil deutlich höher bei knapp 16 Prozent der Befragten. Eine Erklärung für den eher geringen Anteil Personen, die von Diskriminierung betroffen sind und die sich aktiv politisch engagieren, um damit den Diskriminierungserfahrungen zu entgegnen, könnten die zuvor dargestellten Gefühle von Resignation sein, aber auch gesundheitliche oder emotionale Auswirkungen, die nicht nur weitere Diskriminierungserfahrungen nach sich ziehen, sondern auch ein entsprechendes Engagement gegen diese Erfahrungen verhindern können

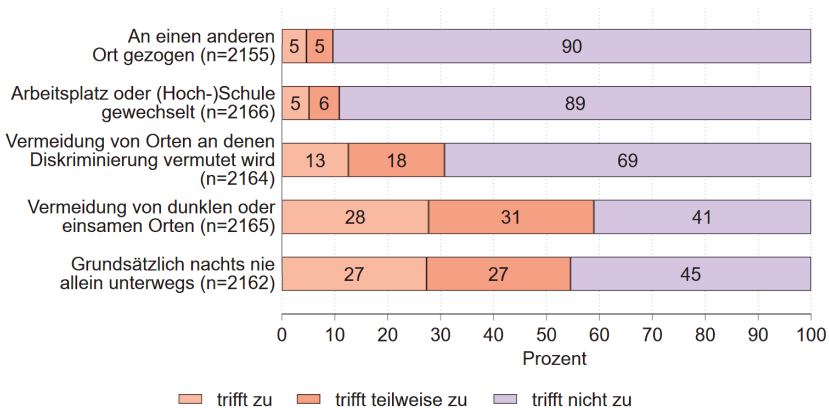
(vgl. Kapitel 7.3). Das Thema Burnout und Krankheit durch Engagement wurde beispielsweise prominent im Gorki Theater in Berlin mit Aktivist\*innen aus dem Bereich Antirassismus- und Antidiskriminierungsarbeit diskutiert<sup>78</sup>.

Ebenfalls eine aktive und nach außen gerichtete Entgegnungsstrategie ist das Ändern von amtlichen Dokumenten (z. B. das Ändern des Namens), um keine Angriffsfläche für Diskriminierungen zu bieten, die ungefähr 3 Prozent der Befragten in allen drei Befragungen angeben. Weitere nach außen gerichtete Entgegnungsstrategien, die in den offenen Angaben genannt wurden, sind das Verändern des eigenen Verhaltens oder von Kleidung, das Vermeiden von Intimität im öffentlichen Raum, wie etwa Händchenhalten oder Küssen, die Teilnahme an Selbstverteidigungskursen sowie das Tragen von Gegenständen, von denen angenommen wird, sich in diskriminierenden oder in Gewaltsituationen damit wehren zu können.

## 7.2 Bewegungsstrategien

Bewegungsstrategien sind, ähnlich wie die zuletzt genannten Entgegnungsstrategien, die sich auf das Verändern des Verhaltens oder der Kleidung beziehen, häufig Vermeidungsstrategien, um Diskriminierungserfahrungen zu minimieren oder ihnen ausweichen zu können. Alle Bewegungsstrategien sind aktiv und nach außen gerichtet und damit handlungsregulierend.

Abbildung 42 Bewegungsstrategien im Umgang mit Diskriminierungserfahrungen



Quelle: Diskriminierungserfahrungen in Sachsen (Bevölkerungsbefragung Sachsen)

78 (<https://www.gorki.de/index.php/en/node/2501>).

In der sächsischen Bevölkerungsbefragung geben fünf Prozent der Befragten an, an einen anderen Ort gezogen zu sein oder gekündigt oder die Ausbildungsstätte gewechselt zu haben. Die Anteile in der bundesweiten und Betroffenenbefragung sind ähnlich (bundesweit 6 %; Betroffenenbefragung: 9 %). Diese Bewegungsstrategie kann schwerwiegende existenzielle oder persönliche Folgen haben, wie etwa finanzielle Einschnitte oder der Verlust des sozialen Nahumfeldes, die wiederum einen einschneidenden Einfluss auf die persönliche Biografie haben können. Die genauen Folgen dieser Bewältigungsstrategie wurden in der vorliegenden Studie nicht untersucht.

Deutlich mehr Befragte geben an, spezifische Orte zu vermeiden. Das Vermeiden dieser Orte ist schwerwiegend, da es stark das Verhalten und das Bewegen im öffentlichen Raum verändern kann. Sachsenweit geben 31 Prozent der Befragten an, zumindest teilweise Orte zu vermeiden, an denen sie Diskriminierungserfahrungen vermuten (z. B. Geschäfte, Ärzt\*innenpraxen oder öffentliche Verkehrsmittel). Der bundesweite Anteil liegt bei knapp einem Drittel (32 %) und der Anteil in der Betroffenenbefragung noch deutlich höher bei 44 Prozent. Erschreckend hoch sind die Zahlenderjenigen, die angeben, zumindest teilweise dunkle oder einsame Orte zu meiden oder nachts nicht allein rauszugehen. Ungefähr drei Fünftel der Befragten in allen drei Befragungen geben an, einsame oder dunkle Orte zu meiden (Betroffenenbefragung: 57 %, sachsenweite Befragung: 59 %, bundesweit 62 %). Ebenfalls knapp über die Hälfte der Befragten in den beiden Bevölkerungsbefragungen gibt an, grundsätzlich nachts nicht allein auszugehen. In der Betroffenenbefragung liegt der Anteil bei knapp der Hälfte der Befragten (46 %). •cis Frauen (42 % trifft zu und 31 % trifft teilweise zu Sachsen, 46 % trifft zu und 25 % trifft teilweise zu bundesweit) sowie •trans/•nicht-binäre/•genderqueere/•genderfluide oder eine Geschlechtszuordnung ablehnende Befragte (24 % trifft zu und 29 % trifft teilweise zu in der Betroffenenbefragung, bei den Bevölkerungsbefragungen ist diese Gruppe zu klein) geben dies in allen drei Befragungen deutlich häufiger an als •cis Männer (11 % trifft zu und 23 % trifft teilweise zu in Sachsen, 13 % trifft und 23 % trifft teilweise zu bundesweit). In Bezug auf andere Diskriminierungsmerkmale sind die Unterschiede nicht so deutlich. Dies verweist auf spezifische Ängste von Personen, die keine •Cis Männer sind, und kann mit patriarchalen, heterosexistischen Strukturen in unserer Gesellschaft zusammenhängen.

*Ich bin ich abends/im Dunkeln nur noch sehr selten allein unterwegs, und falls ja, fühle ich mich unsicher.*

*Aufgrund mehrerer sexueller Übergriffe im öffentlichen Raum und fast täglichen Blicken und Sprüchen im öffentlichen Raum überlege ich oft, etwas (besonders abends) nicht zu unternehmen und bin sehr schreckhaft geworden. Ich mache oft Dinge nicht.*

*I don't like to go outside by myself even if it's daylight and just to the supermarket or to walk my dog, I prefer to go with my husband. I am constantly afraid. I don't walk at night by myself.<sup>79</sup>*

In den Bewegungsstrategien werden Überschneidungen mit emotionalen Auswirkungen von Diskriminierungserfahrungen sichtbar, insbesondere mit Angsterfahrungen, wie die Beschreibungen von Befragten verdeutlichen. Aufgrund ihrer Angst schränken diese Personen sowohl ihr soziales Leben als auch ihr Verhalten im öffentlichen Raum ein.

### 7.3 Emotionale und gesundheitliche Auswirkungen

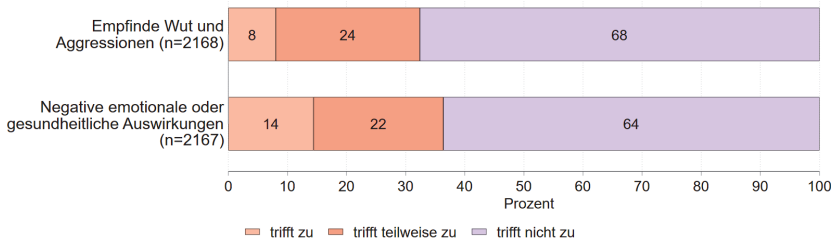
Emotionale oder gesundheitliche Folgen sind nach innen gerichtete Auswirkungen von Diskriminierungserfahrungen. Knapp 30 Prozent der sächsischen Befragten geben an, zumindest teilweise öfter Wut zu empfinden oder sich aggressiver zu verhalten. In der bundesweiten Befragung gibt knapp ein Drittel an, öfter Wut oder Aggressionen zu empfinden. In der Betroffenenbefragung ist der Anteil deutlich höher (47 %). Ein Grund hierfür könnte die Häufigkeit von Diskriminierungserfahrungen sein, die die Auswirkungen in Bezug auf diese Erfahrungen beeinflusst (Dieckmann et al. 2017: 29).

---

79 Eigene Übersetzung: Ich gehe nicht gern allein nach draußen, auch nicht bei Tageslicht. Auch um nur zum Supermarkt oder um mit meinem Hund spazieren zu gehen, gehe ich lieber gemeinsam mit meinem Mann. Ich habe ständig Angst. Ich gehe nachts nicht allein spazieren.

## 7 Folgen von Diskriminierungserfahrungen

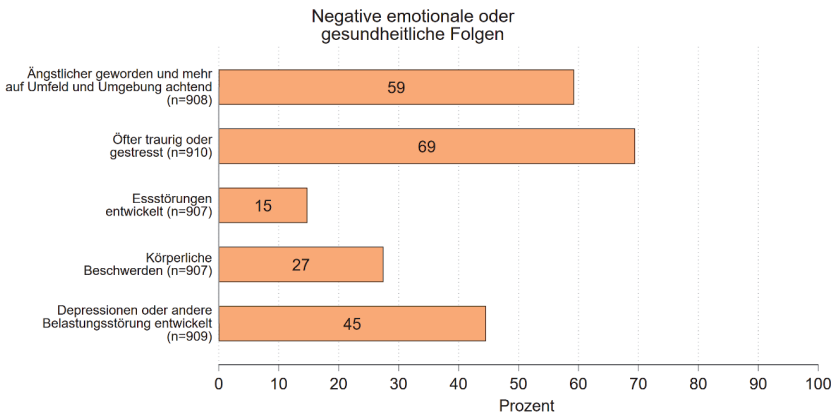
Abbildung 43 Gesundheitliche und emotionale Folgen durch Diskriminierungserfahrungen



Quelle: Diskriminierungserfahrungen in Sachsen (Bevölkerungsbefragung Sachsen)

Während Wut und Aggressionen in einer Art und Weise auch positive Emotionen sein können, geben etwas mehr als ein Drittel der Befragten in der sächsischen und bundesweiten Befragung an, negative emotionale oder gesundheitliche Folgen erlebt zu haben. In der Betroffenenbefragung liegt der Anteil sogar bei 60 Prozent.

Abbildung 44 Negative emotionale oder gesundheitliche Folgen aufgrund von Diskriminierungserfahrungen



Quelle: Diskriminierungserfahrungen in Sachsen (Betroffenenbefragung)

Die Nachfrage, welche emotionalen oder gesundheitlichen Folgen Befragte hatten, wurde nur in der Betroffenenbefragung erfragt. Die folgenden Zahlen beziehen sich daher auf die Betroffenenbefragung (siehe Abbildung 30). Die Befragten geben an, Traurigkeit oder Stress zu empfinden (69 %), Angst entwickelt zu haben wie auch achtsamer für ihre Umgebung und ihr Umfeld zu



sein (59 %) sowie Depressionen oder Belastungsstörungen zu haben (45 %). 15 Prozent der Befragten geben an, Essstörungen entwickelt zu haben, und knapp ein Drittel berichtet von körperlichen Beschwerden (27 %). In den offenen Angaben erzählt eine Person davon, wie ihr Wohlempfinden, in Deutschland zu sein, stark abgenommen habe, und sie darüber nachdenke, das Land wieder zu verlassen:

*Ha conseguido que mi duelo migratorio sea mucho más complejo y que a menudo piense en las posibilidades de dejar el país.<sup>80</sup>*

Auf das sinkende subjektive Wohlempfinden von geflüchteten Jugendlichen und jungen Volljährigen aufgrund von Diskriminierungserfahrungen wie auch langwierigen und oftmals intransparenten Prozessen um Aufenthaltstitel verweist auch eine Studie von Scholaske und Kronenbitter (2021), an der auch unbegleitete minderjährige Geflüchtete und junge Volljährige aus Sachsen teilgenommen haben.

In den offenen Angaben in der sächsischen Betroffenenbefragung wurden zudem Schlafstörungen, Panikattacken, Frustration, Ohnmachtsgefühle, Bindungsängste, starkes Misstrauen sowie fehlendes Vertrauen, selbstverletzendes Verhalten wie auch Suizidgedanken als Folgen von Diskriminierungserfahrungen genannt. Darüber hinaus wurden auch Selbstzweifel und Schuldzuschreibungen beschrieben, die als internalisierte Stigmata verstanden werden können, wie diese Beschreibung verdeutlicht:

*Ich zweifle an mir und gebe mir meistens die Schuld.*

Auf den ernsten und schwerwiegenden Zusammenhang zwischen Diskriminierungserfahrungen und gesundheitlichen Folgen verweisen eine Reihe von Studien. Sie zeigen, dass Personen, die Diskriminierung erleben, ein höheres Risiko haben, an Depressionen, Angststörungen, Stress oder chronischen Krankheiten zu erkranken (Pascoe und Smart Richman 2009; Schmitt et al. 2014; Dieckmann et al. 2017). Dadurch kann auch ein Kreislauf an Diskriminierungserfahrungen entstehen, da diese chronischen Krankheiten oder psychischen •Behinderungen erneut Diskriminierungserfahrungen auslösen können.

---

80 Eigene Übersetzung: Es hat meine Migrations-Trauer viel komplexer gemacht, und ich denke oft über die Möglichkeiten nach, das Land zu verlassen.

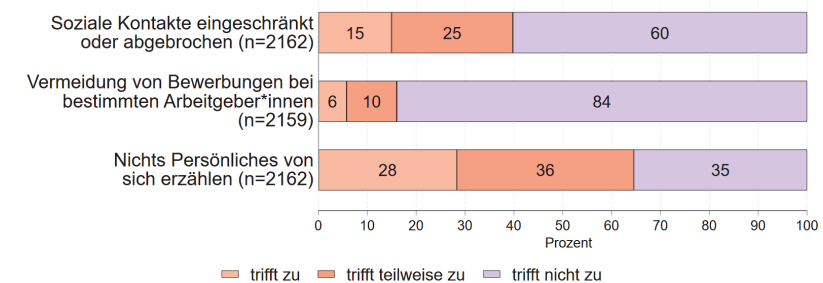
7.4 Soziale Folgen und Strategien

Kurzfristige individualisierte soziale Strategien im privaten Raum wie die Verarbeitung der Erfahrung über Gespräche mit Freund\*innen wurden von einigen Befragten als Reaktion auf verschiedene Erfahrungen in Kapitel 6 genannt. Diese haben wir jedoch nicht systematisch für alle Diskriminierungserfahrungen abgefragt. In diesem Kapitel schauen wir uns deshalb längerfristige soziale Folgen und Strategien bei Diskriminierungserfahrungen an.

Längerfristige soziale Folgen und Strategien bei Diskriminierungserfahrungen sind teilweise ebenfalls mit emotionalen oder gesundheitlichen Folgen verknüpft, wie diese Beschreibung einer befragten Person in der Betroffenenbefragung zum Ausdruck bringt:

*Ich ziehe mich selbst immer mehr zurück, breche Kontakte ab, gehe weniger unter Menschen, habe wahrscheinlich eine Angststörung entwickelt, fühle mich einsam, weil ich niemanden belasten will.*

Abbildung 45 Soziale Strategien im Umgang mit Diskriminierungserfahrungen



Quelle: Diskriminierungserfahrungen in Sachsen (Bevölkerungsbefragung Sachsen)

Die in der Studie angegebenen sozialen Strategien sind vor allem nach außen gerichtet und damit handlungsregulierend. So geben auf die Frage, welche Maßnahmen sie getroffen haben, um sich in ihrem Leben vor Beleidigungen, Übergriffen oder diskriminierenden Begegnungen zu schützen, 40 Prozent der sächsischen Befragten an, zumindest teilweise soziale Kontakte eingeschränkt oder abgebrochen zu haben oder Personen zu meiden. Der Anteil bundesweit ist ähnlich (42 %), in der Betroffenenbefragung hat die Hälfte der Befragten soziale Kontakte eingeschränkt oder Personen gemieden. Eine soziale Strategie, um Diskriminierungserfahrungen am Arbeitsplatz zu umgehen, ist die Vermeidung bestimmter Arbeitgeber\*innen, bei denen vermutet

wird, dass diskriminierende Erfahrungen gemacht werden könnten. 15 Prozent der Befragten in der sächsischen Befragung haben Bewerbungen bei bestimmten Arbeitgeber\*innen vermieden. In der bundesweiten Vergleichsbefragung liegt der Anteil bei knapp einem Fünftel (19 %). Ähnlich wie bei anderen zuvor beschriebenen Strategien liegt der Anteil in der Betroffenenbefragung höher (27 %). Auch dies könnte mit zuvor erlebten Diskriminierungserfahrungen bei Arbeitgeber\*innen verknüpft sein.

Eine weitere Strategie, um sich vor diskriminierenden Begegnungen zu schützen, die für Betroffene sehr einschneidend sein kann, ist der Verzicht, Persönliches von sich zu erzählen, wenn sie zum Beispiel neue Leute treffen, wie diese Beschreibungen von zwei Betroffenen verdeutlichen:

*Ich verheimliche meine Wohngegend und lade keine Freunde zu mir nach Hause ein, treffe mich in meiner Wohngegend mit niemandem, um keine Diskriminierung diesbezüglich zu erfahren.*

*Ich passe immer auf, was ich sage und zu wem, als wäre mein Glauben etwas, das ich verheimlichen muss.*

In allen drei Befragungen ist der Anteil derjenigen, die angeben, nichts Persönliches von sich zu erzählen, wenn sie neue Personen kennenlernen, gleich hoch. Jeweils knapp zwei Drittel der Befragten aller drei Erhebungen geben an, zumindest teilweise nichts Persönliches von sich zu erzählen, wenn sie das erste Mal neuen Personen begegnen. In den Befragungen variiert diese Angabe entlang soziodemografischer Angaben. In der sachsenweiten Bevölkerungsbefragung fällt auf, dass in Bezug auf Religion Personen häufiger nichts Persönliches von sich erzählen, die weder christlich noch atheistisch sind (37 % trifft zu, 46 % trifft teilweise zu) und in Bezug auf die Herkunft Personen weniger von sich preisgeben, wenn ihre Eltern nicht in Deutschland geboren sind. In der Betroffenenbefragung wird deutlich, dass •cis Frauen (24 % trifft zu, 43 % trifft teilweise zu) und •trans/•nicht-binäre/ •genderqueere/•genderfluide, und eine Geschlechtszuordnung ablehnende Personen (27 % trifft zu, 47 % trifft teilweise zu) häufiger nichts Persönliches erzählen als •cis Männer (20 % trifft zu, 24 % trifft teilweise zu). In Bezug auf die sexuelle Orientierung fällt auf, dass queere Personen, besonders •bi- oder •pansexuelle Personen (22 % trifft zu, 47 % trifft teilweise zu) im Unterschied zu heterosexuellen Personen (23 % trifft zu, 39 % trifft teilweise zu) eher nichts von sich erzählen. In der bundesweiten Bevölkerungsbefragung zeigen sich Unterschiede entlang der Kategorien •Behinderung und sozioökonomischer Status. Dabei fällt auf, dass Befragte mit mehreren •Behinderungen häufiger angeben, nichts von sich preiszugeben (36 % trifft zu, 37 % trifft teilweise zu),

als Personen ohne •Behinderung (21 % trifft zu, 36 % trifft teilweise zu). Zudem wird deutlich, dass Personen eher dazu bereit sind, Persönliches von sich zu erzählen, wenn sie angeben, genug zum Leben zu haben (21 % trifft zu) oder einen höheren Bildungsabschluss haben, wie etwa einen Hochschulabschluss (19 % trifft zu), im Unterschied zu denjenigen, die angeben, nicht genug zum Leben zu haben (34 % trifft zu) oder keinen Hochschulabschluss (30 % trifft zu) haben. Die Strategie wird somit von unterschiedlichen Personen genutzt, um unterschiedliche Formen von Diskriminierung zu vermeiden.

### 7.5 Zwischenfazit zu Folgen von Diskriminierungserfahrungen

Auch wenn die Auswirkungen analytisch getrennt voneinander betrachtet wurden, zeigen die Beschreibungen Verknüpfungen zwischen den Bewältigungsstrategien, und dass diese häufig ineinander übergehen oder auch miteinander zusammenhängen. Wir haben in diesem Kapitel, außer in Bezug auf das Vermeiden von Orten und in Bezug darauf, nichts Persönliches von sich zu erzählen, nicht dargestellt, welche Personengruppen entlang welcher Diskriminierungsmerkmale die unterschiedlichen Bewältigungsstrategien nutzen. In Bezug auf alle vier zentralen Auswirkungen – Entgegnungsstrategien, Bewegungsstrategien, emotionale oder gesundheitliche Folgen sowie soziale Strategien – zeigt sich, dass Personen, die ein höheres Diskriminierungsrisiko haben (vgl. Kapitel 5.3), auch häufiger von den Folgen von Diskriminierungserfahrungen betroffen sind.

Dass nur sehr wenige Personen nach einer Diskriminierungserfahrung formale Beschwerdewege gehen oder rechtliche Schritte einleiten, hat sich bereits bei den einzelnen Erfahrungen in Kapitel 6 gezeigt. Dies kann ebenfalls eine Strategie sein, um das Erlebte hinter sich zu lassen. Hinzu kommt, dass formale Wege zeit- und ressourcenintensiv sind. Besonders der rechtliche Weg stellt auch eine finanzielle Hürde dar, da bei zivilrechtlichen Prozessen nach dem •AGG die betroffene Person zunächst die Kosten tragen muss, und auch wenn sie Recht bekommt, häufig nur eine geringe Entschädigung erhält (Egenberger 2015: 15f; Kinsky 2017: 21, 90).

Eine weitere soziale Strategie, um mit Diskriminierungserfahrungen umgehen zu können, sind Gespräche mit Freund\*innen, Familie, Partner\*innen oder anderen Betroffenen, um die erlebten Diskriminierungserfahrungen verarbeiten zu können (vgl. Kapitel 6). Auf diese Strategie wird auch in anderen Studien verwiesen (Pascoe und Smart Richman 2009; Schnapka

und Schäfer 2019: 183). Auch das Aufsuchen von Beratungsstrukturen oder Unterstützungsnetzwerken ist eine soziale oder eine Entgegnungsstrategie. Diese haben wir nur in der sächsischen Betroffenenbefragung abgefragt. Sie werden detailliert im nächsten Kapitel diskutiert.

