

# Inhalt

Einführung	7
<b>I. Biografiearbeit</b>	<b>9</b>
1. Biografie: Wo kommst du her, wo stehst du?	11
2. Identität: Wer bist du?	19
3. Perspektiven: Wo willst du hin?	26
4. Rassismuserfahrungen: Was hast du erlebt?	32
5. Eltern: Welche Rolle spielen sie in deinem Leben?	36
<b>II. Bewältigungsstrategien</b>	<b>43</b>
6. Ressourcen: Was gibt dir Kraft?	45
7. Aufklärung: Das sind deine Rechte!	51
8. Netzwerke: Wer kann helfen?	60
9. Anfänge: Was brauchst du?	67
10. Widerstand: Was können wir tun?	71
11. Hobbys: Was macht dir Spaß?	79
12. Abschalten: Wie kommst du zur Ruhe?	84
<b>III. Bewusstsein und Reflexion</b>	<b>90</b>
13. Kulturelle Bilder: Welche Stereotype habe ich?	92
14. Intersektionalität: Wie hängen verschiedene Diskriminierungsformen zusammen?	98
15. Miteinander reden: Was ist Alltagsrassismus?	103
16. Haltung: Nicht wer, sondern was ist das Problem?	108
17. Beziehung: Wie nah kommen wir uns?	111
18. Eigene Biografie: Mit welchem Rucksack begegne ich dir?	116

Schlussbemerkung	119
Glossar	120
Literaturverzeichnis	124
Zu den Autor*innen	128