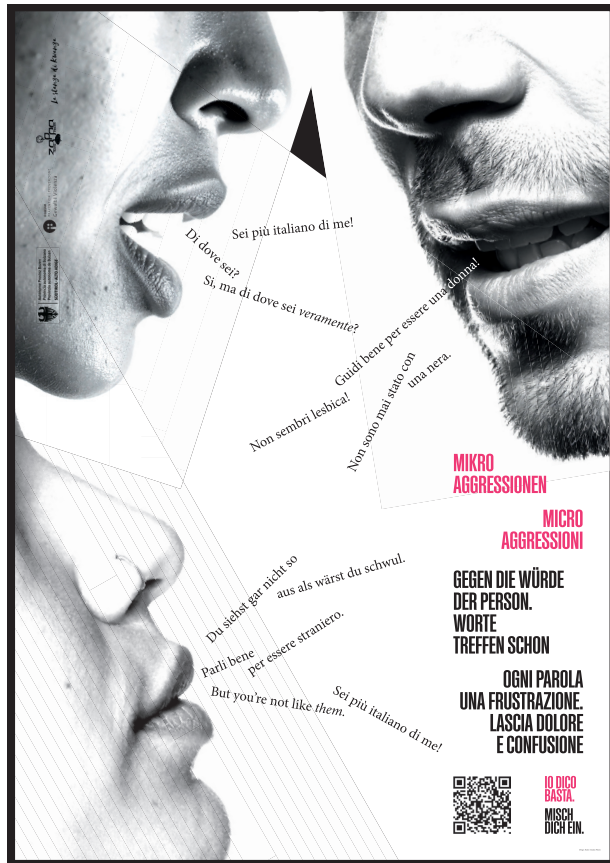


„Ein echtes Update bedeutet für mich, alte Gewohnheiten zu überarbeiten und mich auf meine Interessen und Leidenschaften zu konzentrieren. Sowie auch positive Erfahrungen zu sammeln.“

Paul Köck, Mitglied im
Hauptausschuss von SKJ



Mikroaggressionen wirken harmlos, verletzen aber. Achtsame Worte und respektvoller Umgang machen den Unterschied.

„WOHER KOMMST DU WIRKLICH?“

Bevor wir über Rassismus sprechen, eine wichtige Info vorweg: Unbewusst rassistisch zu handeln, sagt nichts darüber, ob jemand ein „guter“ oder „schlechter“ Mensch ist. Es zeigt vielmehr, wie stark die Gesellschaft, in der wir leben, unser Denken prägt. Wir alle wachsen in einem System auf, in dem Rassismus eine Rolle spielt – in der Geschichte, in den Medien, im Alltag. Dieses System beeinflusst, wie wir denken, fühlen und handeln, oft ohne, dass wir es merken.

Rassismus beginnt nicht erst bei offenem Hass oder Beleidigungen. Oft zeigt er sich im Alltag – in Kommentaren, Bemerkungen oder „Witzen“. Solche Formen nennt man Alltagsrassismus, ein Oberbegriff für subtile Diskriminierung. Eine besonders häufige Variante sind Mikroaggressionen: Äußerungen, die oft unbewusst bzw. unbeabsichtigt abwertende Botschaften transportieren und auf Dauer stark belasten können. Ein Beispiel ist die Frage „Woher kommst du wirklich?“ – sie wirkt auf den ersten Blick wie reine Neugier, vermittelt aber, dass die Person als „anders“ gesehen wird, obwohl sie hier aufgewachsen ist und ihr „Anderssein“ oft allein am Aussehen festgemacht wird. **Mikroaggressionen sind wie Mückenstiche: Einer allein ist auszuhalten, viele tun weh.**

Dieses Bild griff eine Kampagne auf, die von Forum Prävention und Teatro Zappa entwickelt, unter Supervision von Kwanza Musi Dos Santos begleitet und von Studio Claudia Polizzi umgesetzt wurde. Die Plakate, die im Juni und September veröffentlicht wurden, zeigten typische Mikroaggressionen mit den Slogans: „Mikroaggressionen: kleine Worte, große Wunden. Sie treffen leise, sind nie verschwunden“ – „Mikroaggressionen: la parola diventa dolore, ti spezza dentro senza far rumore“ sowie „Mikroaggressionen: gegen die Würde der Person. Worte treffen schon“ – „Mikroaggressionen: ogni parola una frustrazione. Lascia dolore e confusione“. Die Kampagne hatte zum Ziel, darauf aufmerksam zu machen, dass Aussagen oder Fragen, die harmlos wirken, es oft gar nicht sind und andere verletzen können. Gleichzeitig sollten Anregungen gegeben werden, im Alltag bewusster und achtsamer miteinander umzugehen.

Denn Sprache und auch der Humor spielen eine große Rolle. Worte formen, wie wir über andere denken – und wie junge Menschen lernen, über andere zu sprechen. Ein Spruch über Hautfarbe, Religion oder Herkunft mag harmlos gemeint sein, kann aber verletzen, besonders wenn solche „Scherze“ immer wieder vorkommen. Humor wird problematisch, wenn er auf Kosten anderer geht oder Menschen auf Klischees reduziert. Guter Humor schließt niemanden aus – er verbindet. Wir alle haben eine Vorbildrolle – in der Familie, im Freundeskreis, in der Schule oder im Verein. Junge Menschen hören zu, wie wir über andere reden, und beobachten, wie wir reagieren, wenn jemand unfair behandelt wird. Wenn wir abwertende Bemerkungen unkommentiert lassen oder selbst darüber lachen, lernen sie, dass das in Ordnung ist. Wenn wir dagegen Haltung zeigen oder einfach sagen: „Das war nicht cool“, vermitteln wir Werte – ganz nebenbei.

Niemand muss alles perfekt machen. Entscheidend ist, sensibel zu bleiben und sich zu fragen: Was löst dieser Spruch in mir aus? Was möchte ich anderen mitgeben?

Rassismus zu erkennen ist unangenehm, besonders wenn einem bewusst wird, dass man selbst Teil davon ist. Noch belastender ist es für die Menschen, die Rassismus – eine Form von Gewalt – erleben. Die Erkenntnis ist unbequem, aber notwendig. Denn genau hier kann Veränderung beginnen. Wir können dazulernen, zuhören und uns weiterentwickeln. **Kleine Schritte im Alltag** – sei es ein Satz, ein Gespräch oder ein Nachdenken – **können viel bewirken**. Junge Menschen übernehmen nicht, was wir sagen, sondern was wir vorleben.

Wer sich weiter mit dem Thema auseinandersetzen oder Anregungen und Materialien zum Vertiefen sucht, findet auf www.razzis-no.it viele spannende Einblicke und praktische Impulse.

Melanie Kücking,
Forum Prävention



INFO



Der zweite Glaubentalk fand im Jugendraum in Olang statt.

„Glaubentalk – Auf an Ratscher über Gott“ in Olang

Am Freitag, 7. November 2025, fand im Jugendraum in Olang der zweite Abend der Reihe „Glaubentalk – Auf an Ratscher über Gott“ statt. Südtirols Katholische Jugend lud ein, sich mit dem Thema „Jesus, provoziere mich nicht!“ auseinanderzusetzen.

Immer wieder erwartet Jesus in der Bibel viel von uns, er fordert uns heraus unser eigenes Verhalten zu überdenken. Was wollte er eigentlich damit bewirken?

Charly Brunner führte mit **spannenden Impulsen** in das Thema ein und lud die Teilnehmenden zum offenen Austausch über sogenannte „Bibel Fails“ ein – also **Bibelstellen, die herausfordern und Fragen aufwerfen**. Gemeinsam wurde über das Gleichnis von den Talenten, Jesu Aufforderung, „siebenmal siebzimal“ zu verzeihen, und das Bild vom Hinhalten der anderen Wange diskutiert. Moderatorin Elisa Plaikner leitete durch den Abend und vertiefte das Gespräch, das zum Nachdenken über Glauben, Haltung und den Alltag anregte.

Im Gespräch mit Charly Brunner **eröffneten sich neue Perspektiven und Denkanstöße**. Am Ende des Glaubentalks in Olang zeigte sich: Es lohnt sich die provokanten Aussagen Jesu in unsere heutige Welt zu holen, sie kritisch zu betrachten und daraus für unser Zusammenleben zu lernen.

„Für mich war der Glaubentalk sehr besonders. Wo findet man heute schon 40 Jugendliche die sich eine Diskussion über Bibelthemen anhören und darüber nachdenken. Für mich war es sehr spannend und auch ich persönlich hatte einige „aha“-Erlebnisse,“ meint Elisa Plaikner, 2. Landesleiterin von Südtirols Katholischer Jugend.

Für alle, die nicht an den Glaubentalks teilnehmen konnten, gibt es im **Advent** eine schöne Gelegenheit zum Nachhören: Die Gespräche erscheinen als **Podcasts** – jeweils an den drei Adventssonntagen.

TERMINE

> „Woran hältst du dich? – Biblische Gesetze im Check“

Die Bibel besteht aus vielen Büchern und prägt Religion und Leben bis heute. Manche Regeln und Gesetze sorgen immer wieder für **Diskussion und Verwunderung**. Unter dem Thema „Woran hältst du dich? – Biblische Gesetze im Check“ beschäftigt sich der **dritte Glaubentalk** damit, welche **Bedeutung diese Gebote heute haben**.

Termin: Freitag, 21.11.2025

Uhrzeit: um 19.00 Uhr

Ort: Pfarrsaal Neumarkt – Widumdurchgang 1

Experte: Michael Mair, Theologe

Teilnahme: kostenlos

Anmeldung bei sophie.eckl@skj.bz.it oder
Tel. 392 905 65 36.

Unterstützt vom Jugenddienst Unterland.

INFO

Europäisches Taizé-Jugendtreffen in Paris – noch Plätze frei!

Erlebe den Jahreswechsel 2025/26 gemeinsam mit jungen Erwachsenen aus ganz Europa beim Europäischen Taizé-Jugendtreffen in Paris.

Dich erwartet eine **unvergessliche Reise** voller Gemeinschaft, Austausch, Gebet und neuer Begegnungen. Gemeinsam **feiern wir Silvester** auf besondere, einfache und tiefgehende Weise – getragen von der **Spiritualität Taizés** und der **Offenheit der Stadt Paris**.

Es sind noch Plätze frei!!!

Sichere dir jetzt deinen **Platz** und sei dabei, wenn wir gemeinsam in Paris ins neue Jahr starten!

Abfahrt: 27.12.2025 am Abend in Bozen

Rückkehr: 02.01.2026 am Morgen nach Bozen

Zielgruppe: junge Erwachsene von 18 – 35 Jahren

Kosten: ca. 420 Euro

(der Preis kann sich noch leicht ändern)

Anmeldeschluss: Freitag, 21.11.2025

Anmeldung online unter:
www.skj.bz.it » Angebote » Jahresprogramm »
Europäisches Taizé-Jugendtreffen



in Paris vom 27.12.2025 - 02.01.2026

IMPRESSUM

Südtirols Katholische Jugend
Silvius-Magnago-Platz 7 | 39100 Bozen
Tel. 0471 970 890 · redaktion@skj.bz.it
Facebook: Südtirols Katholische Jugend
Instagram: [sudtirolskatholischejugend](https://www.instagram.com/sudtirolskatholischejugend)
Redaktion & Gestaltung: Jana Köbe
www.skj.bz.it