

Rasismien ja syrjinnän psykologiset vaikutukset

Ferdinand Garoff, psykologi, psykoterapeutti
(Traumaterapiakeskus)

thl.fi/antirasismikoulutus



TURVAPAikka-,
MAAHANMUUTTO- JA
KOTOUTTAMISRAHASTO

Euroopan unionin tuella

Rasismi psykologisena ilmiönä 1/2

- Rasismi on sisäistetty ideologia
 - Liittyy valkoisuuden normiin
 - "Paremmuus" tai vähemmistöidentiteetti omaksutaan ympäristöstä
 - Sisäistys voi myös kohdistua itseensä, jolloin voi suhtautua itseensä ja omaan viiteryhmään rasistisesti, sekä toimia tämä mukaisesti

Rasismi psykologisena ilmiönä 2/2

- Rasismia ylläpitää
 - Yhteiskunnan syrjivät rakenteet
 - Vuorovaikutuksessa ilmenevä rasismi
 - Ideologian suosimille ryhmille on helppo olla kyseenalaistamatta taustalla olevia ajatuksia ja arvoja
 - Ryhmään kuuluville voi myös olla edullista puolustaa näitä valta-asetelmia

Vähemmistöstressi 1/3

- Sosiaalinen asema
 - Heikossa asemassa oleva kokee enemmän stressiä ja uhkatekijöitä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa

Vähemmistöstressi 2/3

- Vähemmistöt
 - Vähemmistöön kuulumisen ja vähemmistöidentiteetti altistaa stressille
 - Vähemmistöön kuulumisen voi olla enemmän tai vähemmän ilmeistä
 - Erilaisista vähemmistöistä elää erilaisia mielikuvia ja nämä altistavat stereotypiauhalle, jonka laatu riippuu mielikuvista

Vähemmistöstressi 3/3

- Identiteetti
 - Identiteetti muodostuu vähitellen elämän aikana ja voi olla kontekstisidonnainen
 - Vähemmistöön kuulumisen merkitys voi korostua eri tilanteissa ja elämänvaiheissa eri tavalla
 - Oma identiteettiä tarkastellessa voi tunnistaa sisäistettyä rasismia, mutta on hyvä tiedostaa että tästä ei ole yksin vastuussa

Mikroaggressiot 1/2

Sisäistettyyn rasismiin liittyvät asenteet ja arvot vaikuttavat käyttäytymiseen ja kohtaamiseen, esimerkkejä:

- Rikolliseksi olettaminen
- Erilaisuuden olettaminen ja korostaminen
- Lahjattomuuden ja tietämättömyyden olettamus

Mikroaggressiot 2/2

- Toisen arvojen tai kulttuurin vähättely
- Syrjivän terminologian ja kielenkäyttö
- Stereotyyppisten näkemysten esittäminen
- Toisen kokemuksen vähätteleminen
- Eriarvoisuuden ja alemman statuksen oletaminen

Rasismien kohtaaminen ja käsittely 1/2

- Rasismien vaikutusten tunnistaminen
 - Miltä vuorovaikutustilanteet tuntuvat
 - Miten näkee toisen / tulee nähdyksi vuorovaikutustilanteissa
 - Miten rasismi ohjaa erilaisten roolien ottamista yhteisössä
 - Miten (jaettu) psykologinen turvallisuus rakentuu yhteisössä

Rasismin kohtaaminen ja käsittely 2/2

- Reflektio ja puuttuminen
 - Psykologisen turvallisuuden huomioiminen ja vahvistaminen yhteisössä
 - Aktiivinen puuttuminen rasistiseen käytökseen
 - Sisäistetyn rasismin puheeksi ottaminen ja keskustelun avaaminen
 - Turvallisen tilan luominen yhteisöissä ja vertaisryhmissä

KIITOS

thl.fi/antirasismikoulutus

thl.fi/antirasismikoulutus

Yhteistyössä:



Terveyden ja
hyvinvoinnin laitos



TURVAPAIKKA-,
MAAHANMUUTTO- JA
KOTOUTTAMISRAHASTO

Euroopan unionin tuella



Työ- ja elinkeinoministeriö
Arbets- och näringsministeriet



OIKEUSMINISTERIÖ
JUSTITIEMINISTERIET