

An illustration of three people in winter clothing. On the left, a man with a black beanie and a black and white striped sweater looks towards the center. In the middle, a woman with a purple beanie and a blue jacket with a purple fur-lined hood holds a smartphone. On the right, a woman with a green headscarf and a black jacket over a purple top looks at the phone. The background is a light, circular vignette. A large red diamond shape is overlaid on the left side of the image.

«Det var jo bare spøk», hvordan hverdagsrasisme fører til utenforskap



Mikroaggressjon

En mikroaggressjon er en uttalelse eller handling som indirekte, vagt eller utilsiktet oppfattes som nedvurdering av person eller gruppe, oftest på grunn av deres opphav, seksualitet, kultur, klasse eller religion.

Mikroaggressjon kan være så subtile og er ofte usynlige for andre som gjør det ekstra utfordrende å håndtere. Intensjonen kan også være velmente komplimenter.

Mikroaggresjoner er som myggstikk. Dersom du blir stukket en sjelden gang, er det ikke så plagsomt. Dersom du blir stukket ofte, blir det svært plagsomt og reaksjonen kan bli desto mer voldsom. Lill Salole ,2020.

Ulike måter å håndtere på mikroaggressjon på

- ◆ Ubehag
- ◆ Krenkende
- ◆ Ydmykende
- ◆ Nedverdiggende
- ◆ Forvirrende

Hjernen forsvarsmekanisme i fare

- ◆ Fight – Ta kampen si, ifra når ting oppleves sårende eller krenkende
- ◆ Flight- Unngå
- ◆ Freeze- Late som. Velger å være med på spøken

Utsagn fra ungdom

- ❖ « Der kommer terroristen, ikke spreng skolen i dag» ,terrorist spøk er hverdags kost fra guttegjengen sin.
Gutt 16
 - **Strategi Freeze;** er med på «spøken»
- ❖ «Skal du ha en banan?, er ikke sånne som dere glad i banan» **Gutt 18**
 - **Strategi Flight;** Ungår og forlater situasjonen.
- ❖ «Jeg fikk anmerkning for mobilbruk i timen, fem min etter gjør en etnisk norsk elev det samme , lærer ser det men sier ikke noe.» **Jente 17**
 - Strategi Fight;** Tar opp kampen, men taper med å få en anmerking til. Gir opp med selvforklaring «sånn er det å være utlending»
- ❖ « En venninne sier til meg , jeg kunne hatt barn med en N****, da hadde jeg fått sånne søte unger, men hun vil ikke bli banka.» **Jente 16**
 - **Strategi Fight;** Tar opp kampen, mister en venninne.



Ta kampen: hårsår, tåler ikke spøk, alltid sint, for sensitiv, dårlig stemming



Unngå: Selvisolering, holder seg med folk fra egen gruppe, selvsegregering



Late som: Selvsensur, gå i akkord med seg selv.



Hvordan bidrar dette til utenforskap

- ◆ Går i bekostning av egen verdighet eller følelse av egen verdi
- ◆ Identitet – tilhørighet
- ◆ Følelser som; sinne, nedverdiggelse , å ha blitt ydmyket
- ◆ Vi mot De

Mikroaggresjoner er som myggstikk. Dersom du blir stukket en sjelden gang, er det ikke så plagsomt. Dersom du blir stukket ofte, blir det svært plagsomt og reaksjonen kan bli desto mer voldsom. Lill Salole ,2020.



Snapp: AminaMR Bodø



TAKK FOR MEG

Hvis du lure på noe, ta kontakt:

Mobil 48995391 Kontor+4775650847

awi@imdi.no eller amiwin@vgs.nfk.no

Kom innom, tekst, ring eller mail meg!

Minoritetsrådgivere har taushetsplikt!

FacebookProfil: Minoritetsrådgiver
på Bodø videregående skole

facebookSide: Amina
minoritetsrådgiver

