

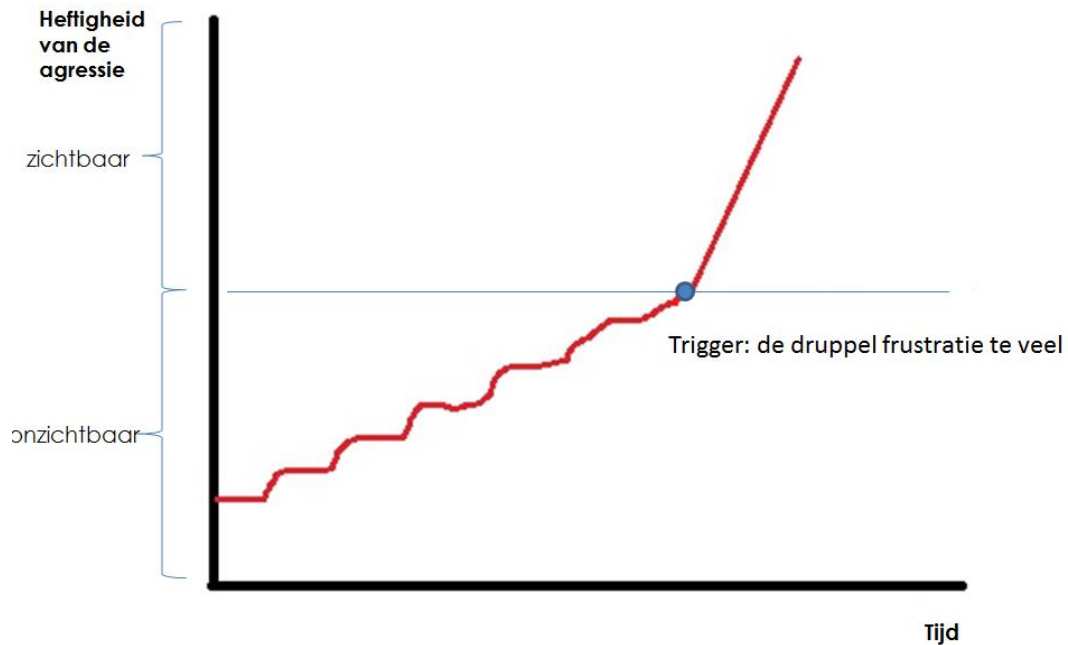


## Instrumenteel of frustratie-racisme?

Geïnspireerd van een training gegeven door Gerrit Stokart, Crime Control

Er zijn verschillende soorten agressie, die telkens een andere aanpak vergen:

### 1. Frustratieagressie



- **Oorsprong van de agressie:** niet verwerkte frustraties – door één indringende ervaring of verschillende/herhaaldelijke kleinere ervaringen.
- **Trigger:** een bijkomende frustrerende ervaring die de emmer doet overlopen.
- **Gevolg:** de hele emmer frustratie wordt over één persoon/groep gelegegd – de zondebok.
- **Aanpak:** LEO
  - o Luisteren,
  - o Erkenning geven voor de frustraties
  - o Oplossingen zoeken
- **Resultaat:** de agressie vermindert beetje per beetje

**Toegepast op racisme:** vanuit frustraties, die voortkomen uit niet vervulde noden (materieel, sociaal, psychologisch...), vinden mensen in racisme een uitlaatklep of een gemakkelijke verklaring. De bondgenotenstrategie helpt om het racisme te verminderen (zie de ORBIT brochure "Als bondgenoten racisme aanpakken").

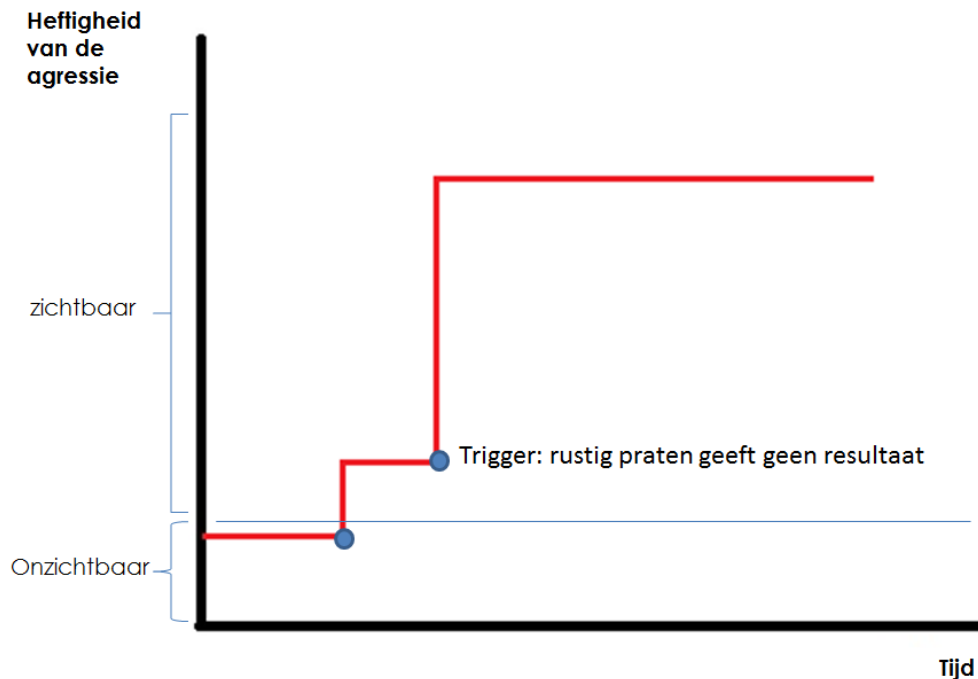
Toegepast op het verwijt "je bent een racist": sommige mensen hebben al zoveel racisme meegemaakt, dat ze veel frustratie hebben opgebouwd. Daardoor gebeurt het dat ze bepaalde situaties niet altijd even goed inschatten. Bij een nieuwe lastige situatie denken ze ten onrechte dat het opnieuw racisme is.

- ➔ Het verwijt "racist" heeft een **signaalfunctie**: het is een aanleiding om het over eerdere ervaringen van racisme te hebben (Naima Charkaoui).

! mensen die racisme meemaken onderschatten racisme tegenover zichzelf. Ze **schatten echter beter in** dan mensen die zelf geen racisme meemaken of een situatie racistisch is.

- Ook al denk je niet racistisch gehandeld te hebben, is het belangrijk om **jezelf in vraag** te durven stellen: "zou het kunnen dat ik onbewust toch racistisch handelde of iets racistisch zei?"

## 2. Instrumentele agressie



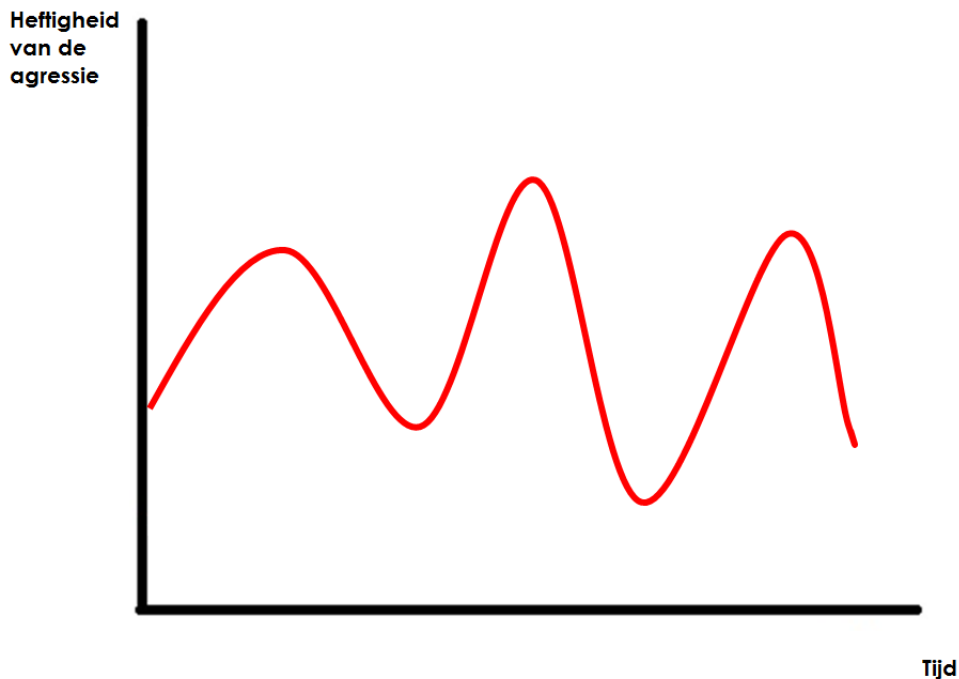
- **Oorsprong van de agressie:** men wil een bepaald doel bereiken: provoceren, aandacht krijgen, voordeel halen uit een situatie.
- **Trigger:** het lukt niet om het doel op een rustige manier te bereiken.
- **Gevolg:** de persoon toont emotie, provoceert, beschuldigt, beledigt, bedreigt, intimideert...
- **Aanpak:**
  - o *Indien je tolerantiegrens nog niet bereikt is:*
    - de beledigingen/beschuldigingen/mop... **negeren**
    - je **boodschap rustig herhalen** (kapotte grammofoonplaatmethode): "zoals ik al zei, zult u een boete krijgen" of **van gespreksonderwerp veranderen.**
  - o *Vind je het niet kunnen om zo beschuldigd te worden?*
    - **Kordaat grenzen stellen.**
    - De persoon voor een op te volgen keuze stellen, en daad bij woord voeren:
      - "als u niet stopt, ga ik weg / stop ik dit gesprek / bel ik de security / dien ik klacht in ... Aan u de keuze".
      - *Nieuwe beledigingen*  
→ *Je gaat weg.*
- **Resultaat:** de agressie daalt zeer snel. Ze was namelijk rationeel, "gespeeld".

**Toegepast op racisme:** sommige mensen vertellen racistische moppen of doen racistische uitspraken om aandacht te krijgen, of om te zien hoe mensen zullen reageren. negeren of grenzen stellen is de boodschap.

**Toegepast op het verwijt "je bent een racist":** sommige mensen willen een boete of straf ontlopen. Het verwijt "racist" komt hard aan, misschien zal de persoon daardoor willen aantonen dat ze niet racistisch is, en zich dus coulanter opstellen. Het is zaak de belediging van "racist" te negeren (je hebt ze niet gehoord) of grenzen te stellen.

Te vermijden: argumenteren dat men "geen racist is".

### 3. Pathologische agressie



- **Oorsprong van de agressie:** psychologische problemen, drugsverslaving
- **Trigger:** intern, zeer onvoorspelbaar.
- **Gevolg:** /
- **Aanpak:** hulp zoeken of weggaan.
- **Resultaat:** ?

**Toegepast op racisme:** wanneer mensen onder invloed zijn of ernstige psychologische problemen hebben, is specifieke hulpverlening nodig. Het is eerder aangewezen weg te gaan, en eventueel op een rustiger moment op het racisme terug te komen