

LEITLINIEN UND ORGANISATIONSKULTUR		INDIVIDUELLE KOMPETENZ-ENTWICKLUNG		FÜHRUNG UND PERSONALMANAGEMENT		ORGANISATION UND ARBEITSTECHNIKEN	
Werte, Regeln, Vorschriften	Chancengleichheit	Gesund bleiben am Arbeitsplatz	Karriere machen bei der Stadt Mannheim	Führung - unsere Grundlagen	Führungs-kompetenz stärken	Projekt- und Prozessmanagement	Verwaltungswissen
Umgang mit Veränderung	Kommunikation, Kooperation & Zusammenarbeit	Persönliche und soziale Kompetenzen	Coachings und Beratungsangebote	Personalentwicklung und Recruiting	Arbeitsrecht und Personalverwaltung	IT-Training	Tools, Arbeitstechniken und -methoden

## GRENZÜBERSCHREITUNGEN, KONFLIKTE UND DISKRIMINIERUNGEN

### Ursachen, Auswirkungen und Lösungsansätze

#### Zielgruppe

alle Mitarbeiter\*innen

#### Einführung

Respektloses Verhalten, Konflikte, Grenzüberschreitungen, Rassismus und Sexismus kommen im beruflichen und privaten Alltag vieler Menschen vor. Doch wo liegen die Unterschiede zwischen Meinungsverschiedenheiten, Grenzüberschreitungen und Diskriminierung? Wie kann ich mich als betroffene oder beobachtende Person verhalten? Welche Werte zählen? Wann ist ein Verhalten diskriminierend, sexistisch oder übergriffig? Kann eine Bemerkung noch als „dummer Spruch“ akzeptiert werden oder wurde eine Grenze überschritten? Wo sind meine Grenzen? Wer entscheidet wann eine Grenze erreicht ist? Was kann ich tun, wenn ich ein Unbehagen habe? Wie gehe ich damit um? Wie geht es anderen damit?

Zu dieser Thematik gibt es unzählige Fragen und Unsicherheiten, mit denen wir uns in diesem interaktiven Seminar auseinandersetzen werden. Sie erhalten hilfreiche Informationen, Tipps und Strategien, um selbstbewusst, sensibel und souverän auftreten zu können.

#### Ziel

- Sie sind informiert über die Abgrenzung von Konflikten, Grenzüberschreitungen, Mobbing, Rassismus und Diskriminierung.
- Sie haben einen Überblick über Formen der Diskriminierung erhalten.
- Sie kennen Handlungsmöglichkeiten und Strategien im Umgang mit Grenzüberschreitungen.
- Sie erhalten Sicherheit im Umgang mit schwierigen Menschen und herausfordernden Situationen.

#### Leitlinien

- Ich bringe mich konstruktiv in Diskussionen ein. Wir haben unsere Gesundheit im Blick.
- Ich kläre Konflikte im direkten Austausch. Ich spreche Probleme offen an.

#### Programm

- Welche Formen von Grenzverletzungen gibt es? Wo fängt diese an? / Unterscheidung zwischen Konflikten, Grenzüberschreitungen, Mobbing, Rassismus und Diskriminierung
- Formen der Diskriminierungen (Sexismus, Rassismus, Ableismus usw.)
- Handlungsmöglichkeiten und Präventionsmaßnahmen für betroffene und beobachtende Personen
- Umgang mit verbalen Grenzüberschreitungen und schwierigen Gesprächspartner\*innen
- Persönliches Mindset – Innere Haltung, Emotionen, eigene Verhaltensweisen
- Tipps zur Konfliktkommunikation
- Situationen richtig einschätzen, „Notfallkoffer“ für Erstreaktionen
- Individuelle, persönliche Reaktionen und Strategien erarbeiten
- Empowerment – Gegenseitige Stärkung, Vernetzung und Austausch

Seminarnummer:  
P26-1.2.2

**Methode:**  
Theoretischer Input, Praxisbeispiele, Fallbeispiele, Gruppenarbeiten, Erfahrungsaustausch, Diskussion

**Referent\*in:**  
Silke Gorges  
Trainerin und Coach

**Termin:**  
23.11.2026

**Zeit:**  
08:30 Uhr – 16:30 Uhr

**Ort:**  
Studieninstitut Rhein-Neckar,  
U 1, 16-19, 68161 Mannheim  
Raum 521

**Anmeldeschluss:**  
19.10.2026

**Gebühr:**  
zentral finanziert

**ZUR ANMELDUNG IM PERSONALPORTAL**

Sie haben aktuell keinen Zugriff auf das Personalportal? Dann nutzen Sie bitte unser Anmeldeformular.

**ANMELDEFORMULAR**

