



Mobbing, Grenzüberschreitung und Stalking

Erkennen, Prävention und Handlungsmöglichkeiten

Respektloses Verhalten, Diskriminierung, sexuelle Übergriffe und Belästigung am Arbeitsplatz gibt es immer wieder. Doch wann spricht man von Mobbing und Stalking und wie gehe ich als Betroffene*r oder Beobachter*in damit um? Welche Werte zählen? Wie geht man mit Sexismus oder Rassismus um? Wann ist ein Verhalten diskriminierend und übergriffig? Kann eine Bemerkung noch als „dummer Spruch“ akzeptiert werden, oder wurde eine Grenze überschritten? Wer entscheidet wann eine Grenze erreicht ist? Wie gehe ich im Kollegenkreis oder als Führungskraft damit um? Hierzu gibt es unzählige Fragen und trotzdem wird das Thema oft totgeschwiegen. Meistens herrscht Unsicherheit, wie man sich verhalten soll und was man dagegen unternehmen kann. In dem interaktiven Seminar erhalten die Teilnehmer*innen Informationen, um diese Situationen besser einschätzen zu können, sowie verschiedene Strategien und Lösungen im Umgang damit.

Mögliche Seminarinhalte und -ziele in Theorie und Praxis

- Unterscheidung zwischen Konflikten und Mobbing
- Welche Formen der Übergriffe und Belästigungen gibt es? Definition, Unterscheidung und Kennzeichnung von Mobbing, Cybermobbing und Stalking
- Grenzverletzung - Wo fängt diese an?
- Erfahrungen der Teilnehmer*innen
- Ursachen für den "Terror" am Arbeitsplatz
- Mobbingablauf und Mobbinghandlungen
- Folgen von Mobbing und Stalking - Gesundheitliche und berufliche Auswirkungen durch ein negatives Arbeitsumfeld
- Diskriminierungen, Sexismus, Rassismus
- Handlungsmöglichkeiten und Gegenmaßnahmen für Betroffene und Beobachter
- Welche Zuständigkeiten, Möglichkeiten und Vorgehensweisen haben wir?
- Eigene Haltung, Verhaltensweisen und Persönlichkeitstypus bewusst machen
- Rechtliche Aspekte

Die Inhalte werden vor Ort individuell auf die Bedürfnisse und Ziele der Teilnehmer*innen abgestimmt und können nach Bedarf ergänzt werden.

Die Referentin:

Silke Gorges
STARK DURCHS LEBEN



Themenschwerpunkte:

- Persönlichkeitsstärkung und Selbstbehauptung
- Werte und Zivilcourage
- Gewaltprävention und Teambuilding
- Sicherheitstraining und Selbstverteidigung

Fachlicher Hintergrund:

- Über 20 Jahre Erfahrung in Seminarleitung und Beratung
- Fachpädagogin Konfliktkommunikation
- Zertifizierte Mediatorin und Coach (univ.)
- Kampfsportmeisterin (4. Dan Jiu Jitsu)