

VERBÜNDETER SEIN

ERKENNEN. VERSTEHEN. VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN.

Für männliche Mitarbeitende

Worum geht es?

Sexismus passiert oft ohne böse Absicht – und trotzdem mit Wirkung. Ein Spruch, der als Witz gemeint war. Eine Geste, die jemanden verletzt hat. Eine Situation, in der man weggeschaut hat und sich danach unwohl gefühlt hat.

Viele Männer merken, dass etwas nicht stimmt – wissen aber nicht genau, wie sie reagieren sollen. Oder sie sind sich nicht bewusst, dass bestimmte Verhaltensweisen diskriminierend wirken.

Dieses Training ist eine Einladung: zu verstehen, zu lernen und Teil der Lösung zu werden. In einem Raum, in dem Fragen erlaubt sind, Unsicherheiten benannt werden dürfen und Verantwortung ohne Schuldzuweisung entwickelt werden kann.

SEXISMUS-TRAINING

Weil Schweigen keine Haltung ist.



VERBÜNDETER SEIN

Für männliche Mitarbeitende

INHALTE

Wissen & Sensibilisierung

- Was ist Sexismus? Begriffserklärung, Erscheinungsformen, Abgrenzung
- Ebenen von Sexismus: individuell, institutionell, strukturell
- Alltagssexismus erkennen: Mikroaggressionen, Sprache, subtile Muster
- Wie wirkt Sexismus auf Betroffene? Perspektivwechsel und Verständnis entwickeln
- Auswirkungen von Sexismus – auf Betroffene, auf Teams, auf Organisationen
- Rechtlicher Rahmen: AGG, Beschwerdestrukturen und Schutzrechte

Reflexion & Handlungskompetenz

- Reflexion eigener Verhaltensweisen und Sprache im geschützten Rahmen
- Was tue ich, wenn jemand anderes betroffen ist? Einschreiten, Solidarität zeigen
- Was tue ich, wenn ich selbst Teil des Problems war? Verantwortung übernehmen
- Verbündetenschaft: Was bedeutet es, aktiv gegen Sexismus vorzugehen?
- Sprache und sexistische Mechanismen erkennen – auch die eigenen

ZIELE DES TRAININGS

- Sicherheit im Erkennen und Einordnen von Sexismus
- Bewusstsein für die Wirkung eigener Verhaltensweisen und Sprache
- Wissen über Rechte, Beschwerdestrukturen und Schutzrechte
- Konkrete Handlungsoptionen als Zeuge und Verbündeter
- Entwicklung einer verbündeten Haltung – ohne Heroisierung
- Beitrag zu einer respektvollen, diskriminierungssensiblen Organisationskultur

RAHMENBEDINGUNGEN

Format:	Ganztägiger Workshop – Präsenz
Dauer:	6–8 Stunden
Teilnehmende:	max. 14 Personen
Zielgruppe:	männliche Mitarbeitende
Honorar:	2.800 € zzgl. MwSt.

Das Training wird individuell auf eure Organisation, eure Branche und die Situationen abgestimmt, die in eurem Alltag wirklich vorkommen. Sprecht mich gerne an – ich freue mich auf das Gespräch.



NURIA FISCHER

Diskriminierungssensible Kommunikation
kontakt@nuriafischer.de
www.nuriafischer.de