



# Umgang mit ausgrenzenden Äußerungen: Verbales Stopp Schild setzen

Kursnummer: 006  
Zeitraum: 09.07.2026

**Das Online-Training findet am 09. Juli 2026 von 17:00 bis 20:00 Uhr statt und ist kostenfrei.** Es richtet sich an Kirchengemeinden und kirchliche Akteur\*innen (im Haupt- und Ehrenamt) in Mecklenburg Vorpommern. Damit wir nachvollziehen können, dass Sie im Haupt- oder Ehrenamt in der Nordkirche in Mecklenburg-Vorpommern tätig sind, tragen Sie bei Ihrer Anmeldung unbedingt unter Anmerkung die Kirchengemeinde oder ihren Arbeitgeber ein.

Andernfalls kann Ihre Anmeldung für das Online-Training leider nicht berücksichtigt werden.

**Warteliste:** Wenn Sie im Haupt- oder Ehrenamt in der Nordkirche in Schleswig-Holstein oder Hamburg tätig sind, können Sie sich auf eine Warteliste setzen lassen.

Sie werden informiert, wenn Plätze frei sein sollten.

Dazu senden Sie bitte eine E-Mail an [info@evangelische-medienakademie.de](mailto:info@evangelische-medienakademie.de) mit Ihrem vollständigen Namen und Ihrer Kirchengemeinde oder Arbeitgeber sowie dem Termin, an dem Sie teilnehmen wollen.

## Kursbeschreibung

**In dem Training erarbeiten die Teilnehmenden Strategien für ihren persönlichen Umgang mit ausgrenzenden Äußerungen. Sie erweitern ihr Handlungsspektrum und üben Reaktionsweisen ein.**

**Ziel ist die Entwicklung von Argumentations- und Handlungsstrategien im Umgang mit ausgrenzenden Äußerungen sowie Stärkung der Positionierung gegen Diskriminierung. Damit Sie auf herabwürdigende, menschenverachtende oder rassistische Sprüche besser reagieren können. In diesem Training lernen Sie Argumentationsstrategien kennen und wie Sie ein verbales Stoppschild setzen.**

Wichtiger Hinweis: Das 3-stündige Online-Training richtet sich exklusiv an Kirchengemeinden und kirchliche Akteur\*innen (im Haupt- und Ehrenamt) aus Mecklenburg-Vorpommern, die sich im Vorfeld der Landtagswahl am 20. September auf herausfordernde Gesprächssituationen vorbereiten.

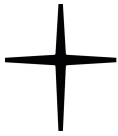
Das Online-Training ist kostenfrei. Damit wir nachvollziehen können, dass Sie im Haupt- oder Ehrenamt in der Nordkirche in Mecklenburg-Vorpommern tätig sind, tragen Sie bei Ihrer Anmeldung bitte unbedingt unter Anmerkung die Kirchengemeinde oder ihren Arbeitgeber ein. Andernfalls kann Ihre Anmeldung für das Online-Training leider nicht berücksichtigt werden.

Wenn Sie im Haupt- oder Ehrenamt in der Nordkirche in Schleswig-Holstein oder Hamburg tätig sind, können Sie sich auf eine Warteliste setzen lassen. Sie werden informiert, wenn Plätze frei sein sollten. Dazu senden Sie bitte eine E-Mail an [info@evangelische-medienakademie.de](mailto:info@evangelische-medienakademie.de) mit Ihrem vollständigen Namen und Ihrer Kirchengemeinde oder Arbeitgeber, sowie dem Termin, an dem Sie teilnehmen wollen.

## Programm

Folgende Fragestellungen werden in dem 3-stündigen Online-Training bearbeitet:

- Wie können wir mit diskriminierenden und menschenverachtenden Aussagen umgehen?



- Was können wir entgegenen und wann ist Widerspruch und Argumentation gegen solche Aussagen nötig und sinnvoll?
- Wie können wir ein Stoppschild setzen und was hilft, wenn Argumentieren nicht mehr nützt?
- Wie können wir uns auf Gesprächssituationen vorbereiten?

Das Online-Training ist durch Methodenvielfalt geprägt. Neben moderierten Plenumsdiskussionen und Kommunikationsübungen kommen Kurzinputs, Filme und Gruppenarbeiten zum Einsatz. Das Trainerinnen Team arbeitet Teilnehmer\*innen-zentriert, prozessorientiert und nicht-moralisierend.

Das Online-Training wird von einem Trainerinnen Team der KWB Koordinierungsstelle Weiterbildung und Beschäftigung e. V. geleitet.

## Trainerinnen

**Dr. Rita Panesar** ist Religionswissenschaftlerin und systemische Organisationsberaterin mit dem Schwerpunkt Diversity. Als Referentin der Koordinierungsstelle Weiterbildung und Beschäftigung e. V. leitet sie ein Frauen-Mentoring-Projekt und – gemeinsam mit dem Hamburger Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung – die zweijährige berufsbegleitende "IKO- Qualifizierung für diversitätsbewusste Schulentwicklung". Dr. Panesars Konzepte, Fortbildungen und Beratungen sind vom Anti-Bias-Ansatz für vorurteilsbewusste Bildung geprägt, der gesellschaftliche Schief lagen in den Blick nimmt und auf einen respektvollen Umgang mit Differenz zielt. Ihre Tätigkeit als Gestalttherapeutin ermöglicht ihr, sensibel, humorvoll und nicht-moralisierend persönliche und strukturelle Veränderungsprozesse zu begleiten. Dr. Panesar er stellte Expertisen im Bereich Gender Mainstreaming sowie interkulturelle Öffnung und ist Autorin zahlreicher wissenschaftlicher Publikationen und journalistischer Beiträge.

**Anika Dickmann** ist Heilerziehungspflegerin, Sozialpädagogin, systemische Beraterin und Trainerin für Resilienz und Antidiskriminierung. In ihrer beruflichen Praxis sensibilisiert sie verschiedene Zielgruppen für Rassismus und Critical Whiteness. Nach ihrer Ausbildung zur Heilerziehungspflegerin sammelte sie zunächst umfassende Praxiserfahrungen in der stationären und ambulanten Arbeit mit Menschen mit Behinderung. In ihrer späteren Tätigkeit als Sozialpädagogin verlagerte sich ihr Schwerpunkt auf die Teambberatung – mit dem Ziel, Zusammenarbeit bewusst und konstruktiv zu gestalten. Mit Leichtigkeit, Humor und Empathie erkundet sie gemeinsam mit ihren Klient\*innen kreative Wege, um auch in schwierigen Situationen neue Handlungsspielräume zu eröffnen und Selbstvertrauen zu stärken. Neben ihrer Tätigkeit als Trainerin ist sie für ein Mentoringprojekt für Frauen in Hamburg tätig, das sich für mehr Chancengleichheit und Sichtbarkeit von Frauen in verschiedenen gesellschaftlichen Kontexten einsetzt.

**Silke Potthast** ist Sozialpädagogin, systemische Therapeutin sowie Trainerin für Resilienz und Antidiskriminierung. Sie verfügt über zwölf Jahre Führungserfahrung in einem mittelständischen Unternehmen, indem sie die Bereiche Change-Management sowie Personal- und Projektentwicklung verantwortete. Seit 2011 unterstützt Silke Potthast als Business Coach, Supervisorin und Prozessentwicklerin Frauen in Führungspositionen bei der Persönlichkeitsentwicklung und Firmen bei der Umsetzung der Gleichstellung von Frauen. Als systemisch ausgebildete Therapeutin entspricht der Anti-Bias-Ansatz in vielem ihrer Grundhaltung und sie war sofort angetan von der intensiven, biografischen Herangehensweise, die erst einmal bei sich selbst anfängt und helfen kann, eigene Vorannahmen, Vorurteile und Diskriminierungsansätze aufzuklären. In ihrer Arbeit bewegt sie gerne viel schichtige und komplexe Themen, in denen mit Haltungen und Perspektivwechsel konstruktive Lösungen generiert werden. Als geübte Systemikerin hat sie dabei die wechselseitigen Dynamiken von und zwischen Menschen und ihren Umgebungen im Blick.