

Schublade auf, Mensch rein? Nein!

Unconscious Bias Training – Vorurteile erkennen und reflektiert handeln

Online-Workshop: 13. Juli 2026, 09:00 – 13:00 Uhr

Unbewusste Vorurteile beeinflussen unser Denken und Handeln stärker, als uns oft bewusst ist. Sie helfen dabei, Informationen schnell zu verarbeiten, können aber auch zu Fehltritten und Benachteiligungen führen. Gerade im Bereich des Hochschulsports, wo Menschen mit unterschiedlichen Erfahrungen, Hintergründen und Perspektiven zusammenkommen, lohnt sich ein bewusster Blick auf die eigenen Denkmuster.

In diesem praxisorientierten Workshop lernen die Teilnehmenden die psychologischen Grundlagen von Vorurteilen kennen. Sie erfahren, wie Wahrnehmungsverzerrungen entstehen, welche Rolle unser Gehirn dabei spielt und wie sich unbewusste Denkmuster auf Kommunikation, Zusammenarbeit und Entscheidungen auswirken. Durch kurze Übungen und Reflexionsphasen werden typische Effekte sichtbar und konkrete Strategien für einen bewussteren Umgang mit Vorurteilen vermittelt.

Im Mittelpunkt steht nicht die Bewertung von Einstellungen, sondern das Verständnis psychologischer Mechanismen und die Frage, wie wir im Hochschulsport und darüber hinaus respektvolle Begegnungen fördern, Entscheidungen reflektierter treffen und Vielfalt als Stärke nutzen können.

Inhalte:

- Entstehung und Wirkung unbewusster Wahrnehmungsverzerrungen
- Psychologische Kernmechanismen von Vorurteilen
- Gender- und Altersstereotype
- Herkunft und soziale Klasse
- Confirmation Bias, Halo-Effekt und implizite Assoziationen
- Strategien für bewusstere Entscheidungen und faire Zusammenarbeit

Ein interaktiver Workshop mit Praxisübungen, Reflexionsimpulsen und wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen – für alle, die Vielfalt bewusster gestalten, reflektierter entscheiden und souveräner mit Vorurteilen umgehen möchten.

Meldeschluss: Montag, 06. Juli 2026

Zielgruppe: Studierende und Mitarbeitende im Hochschulsport

Kosten: € 80,-

Zeit: Montag, 13. Juli 2026, 09:00 – 13:00 Uhr, online

Referent: Mathias Hamann (Geschäftsführer & Trainer, Institut für Kommunikation und Gesellschaft)

Leistungen: Seminarunterlagen

Anmeldung: Online unter www.adh.de
Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Kommt die Veranstaltung nicht zustande, werden keine Kosten erstattet, die über die Teilnahmegebühr hinaus entstanden sind.

Unterlagen: Werden ca. 3 Tage vor der Veranstaltung verschickt.

Kontakt: Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband (adh)
Katharina Neumann | adh-Jugend- und Bildungsreferentin
Telefon 06071 – 20 86 14
E-Mail: neumann@adh.de