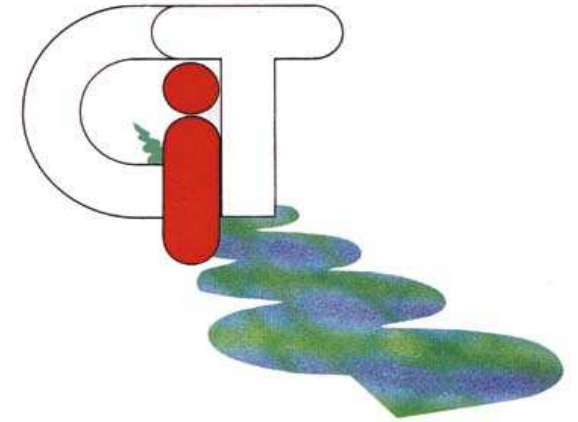


Ihr Impuls zum Erfolg!

# Keine Macht dem Mobbing

1. Was ist Mobbing?
2. Zahlen, Daten, Fakten
3. Guter Nährboden für Mobbing
4. Charaktere, die zum Mobbing einladen
5. Lösungsansätze

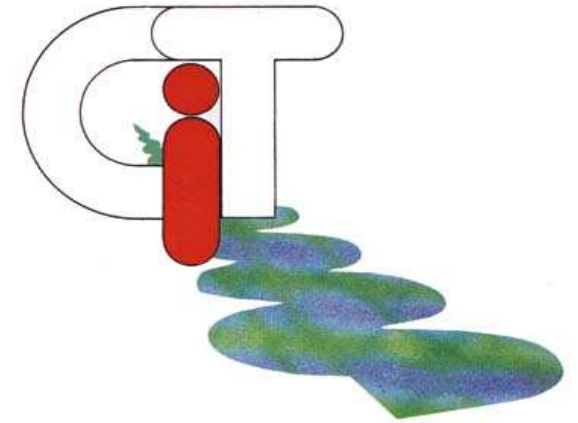


Ihr Impuls zum Erfolg!

## 1. Was ist Mobbing?

Die Dummheit des Menschen und das Universum sind unendlich.  
Nur, beim Universum bin ich mir nicht so sicher.

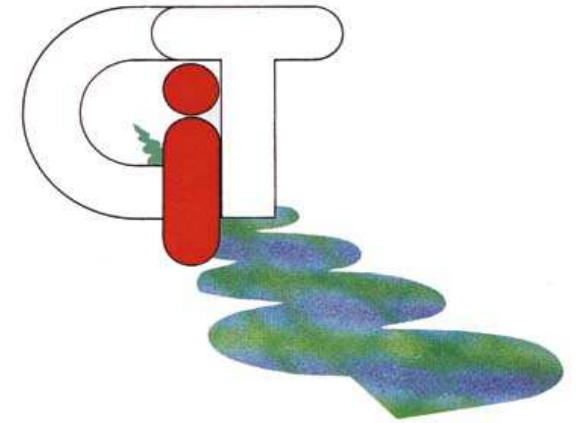
Albert Einstein



Ihr Impuls zum Erfolg!

## Mobbing – Ein Modewort für ....

- schikanieren
- piesacken
- einschüchtern
- intrigieren
- bloßstellen
- ignorieren
- fertig machen



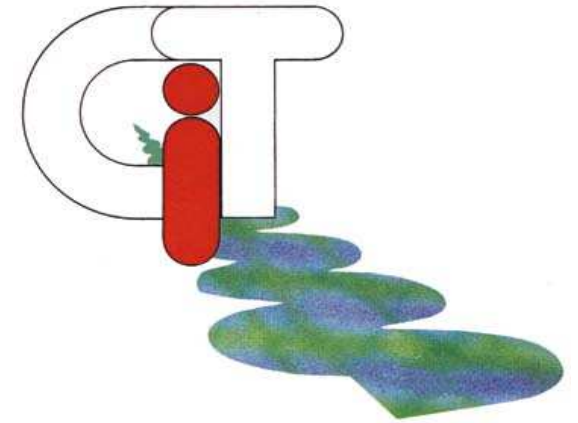
Ihr Impuls zum Erfolg!

## Das Mobbing Bikomponenten-Modell

- Eifersucht
- Existenzängste
- Neid
- Angst vor Anerkennungsverlust



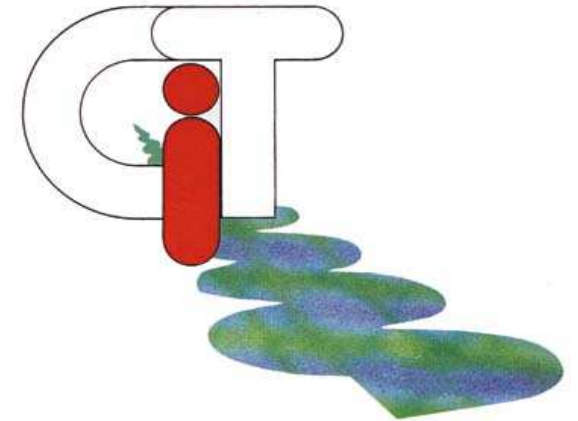
↳ Frustverschiebung  
statt Frustabbau



Ihr Impuls zum Erfolg!

## Das Leben, ein ständiges Tauziehen

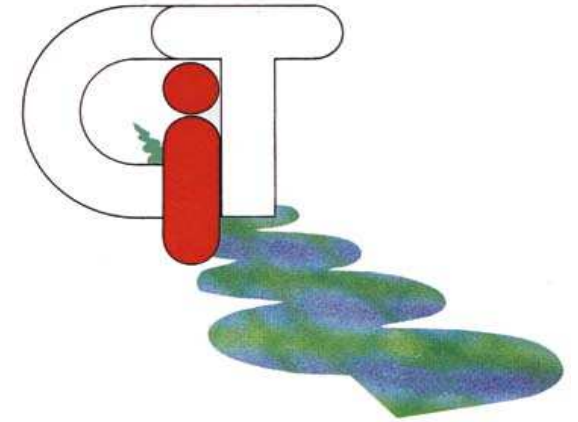




Ihr Impuls zum Erfolg!

## Die Geschichte der Niedertracht

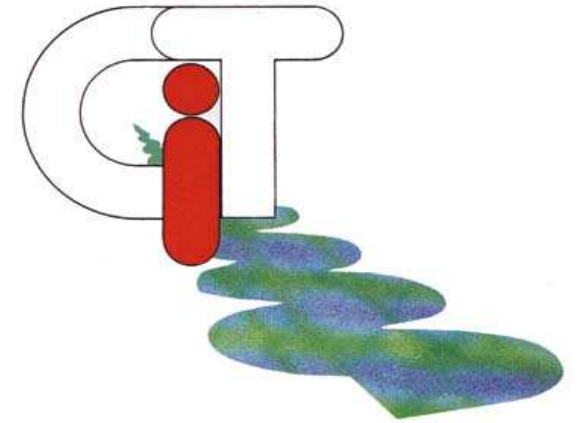
- Mobbing = Mitarbeiter mobben sich gegenseitig
- Bossing = Chef mobbt Mitarbeiter hinaus
- Bashing = permanente, schlechte Nachrede  
permanentes Hänkeln
- Stalking = permanente Verfolgung



Ihr Impuls zum Erfolg!

## Wann liegt Mobbing vor?

- Mobbinghandlungen finden regelmäßig über mehrere Monate statt

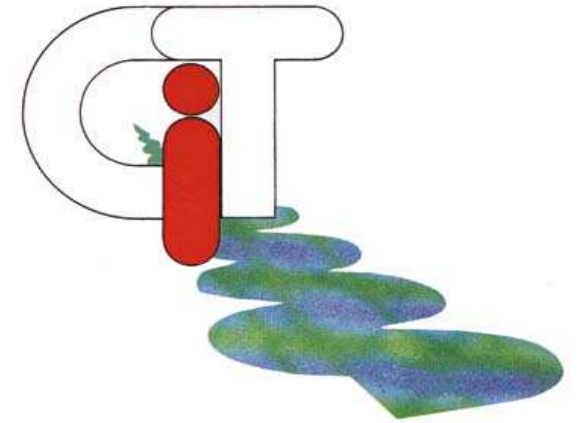


Ihr Impuls zum Erfolg!

## 2. Zahlen, Daten, Fakten

- Schikane am Arbeitsplatz gehört immer mehr zum Alltag.
  - Jeder vierte Erwerbstätige bekommt Mobbing während seines Arbeitslebens zu spüren.

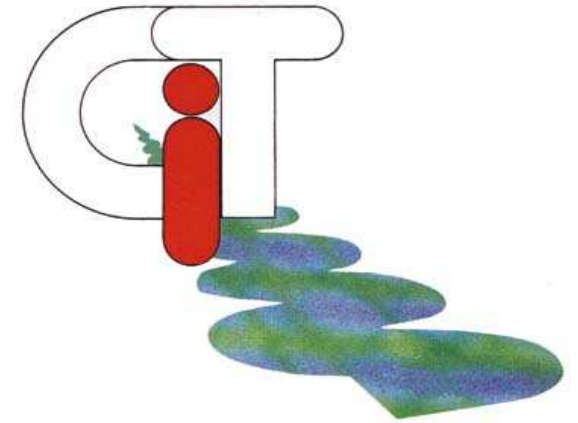




Ihr Impuls zum Erfolg!

## □ Schikane gehört zum Alltag

- Es sind nicht immer die Schwachen
- Leistungsträger sind ebenso betroffen
- Gemobbt wird in allen Altersklassen
- Mobbing ist ein schleichender Prozess

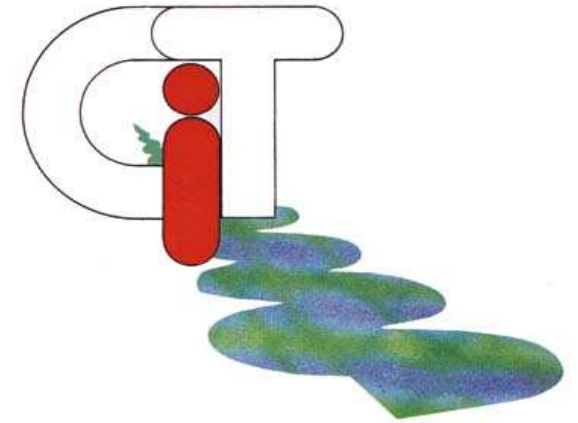


Ihr Impuls zum Erfolg!

## Mobber sind:

- zu 44 % Kollegen und Kolleginnen
- zu 37 % Vorgesetzte
- zu 10 % KollegInnen + Vorgesetzte
- zu 9 % Untergebene

Quelle: Leymann

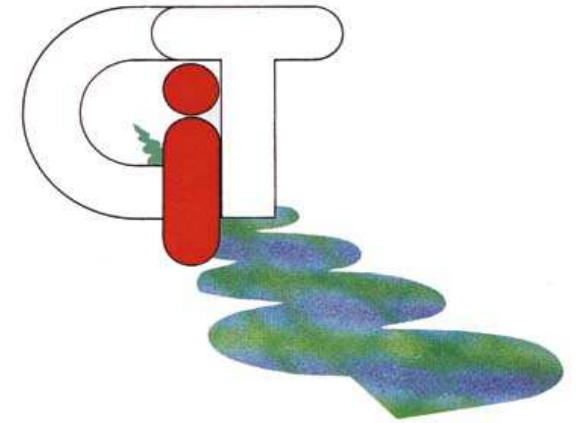


Ihr Impuls zum Erfolg!

## Risikogruppen:

- Gesundheitswesen und Soziales = 7-faches Risiko
- Erziehung und Unterricht = 3,5-faches Risiko
- Öffentliche Verwaltung = 3-faches Risiko

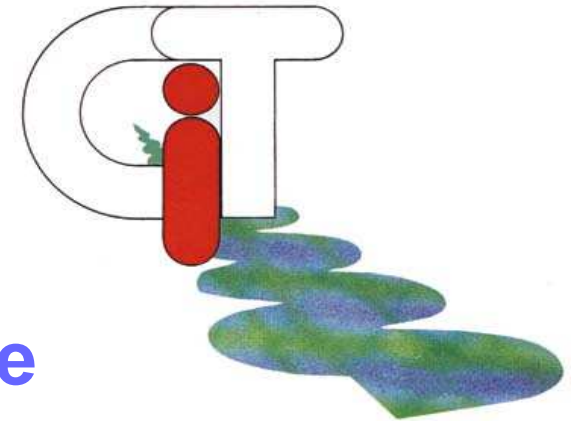
Quelle: Zapf



Ihr Impuls zum Erfolg!

### 3. Gute Nährböden für Mobbing

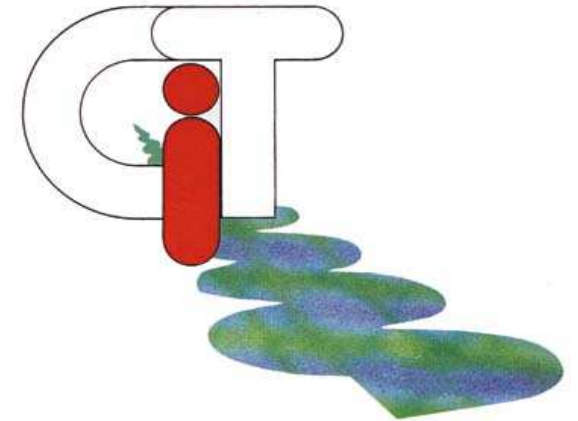
- Mobbing gibt es nicht nur am Arbeitsplatz, sondern auch Privat
- Regeln und Gesetze, die Denunziantentum fördern
- Unsichere Zeiten
- Unklare oder/und nicht wertschätzende Führungskultur



Ihr Impuls zum Erfolg!

## Nicht erfüllte organisationspsychologische Bedingungen für Organisationen

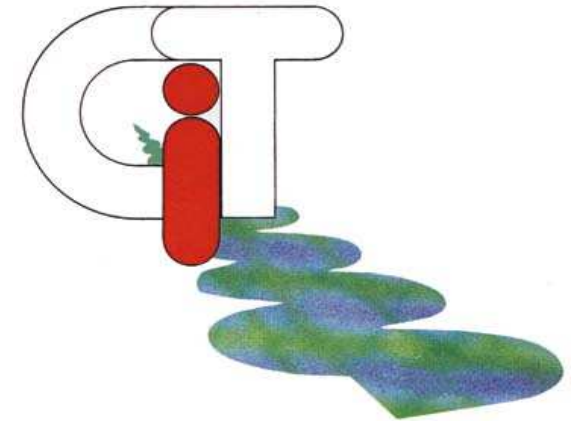
- Unklare Organisation
- Führungsschwäche
- Vereinbarungen werden nicht eingehalten
- Unachtsamer Umgang mit Ergebnissen und Beurteilungskriterien
- Fehlendes Rollenbewusstsein
- Unklare Zuständigkeiten
- Geeignete Führungsinstrumente fehlen



Ihr Impuls zum Erfolg!

## Nicht erfüllte sozialpsychologische Bedingungen für Organisationen

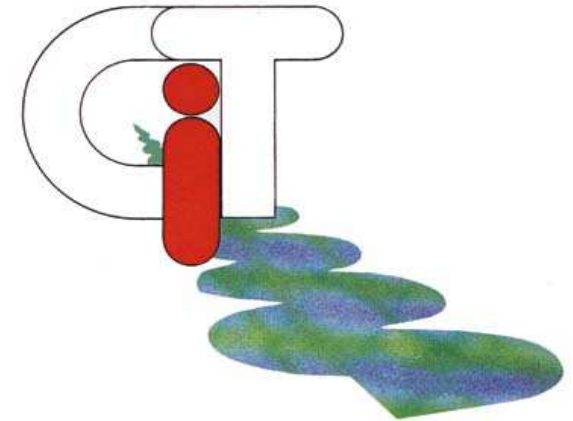
- Gewaltvolle Kommunikation
- Informelles ist zum gefährlichen Sumpf verkommen
- Fehlende Streitkultur



Ihr Impuls zum Erfolg!

## 4. Charaktere laden zum Mobbing ein

- **Der Besserwisser**
  - Irrt nie, hat immer recht!
- **Der Jammerlappen**
  - Absorbiert jede positive Energie,  
wie ein schwarzes Loch die Sonnenstrahlen.
- **Der Blender**
  - Mehr Schein als Sein
  - Klaut Ideen von KollegInnen
  - Verkauft sie als die seinen

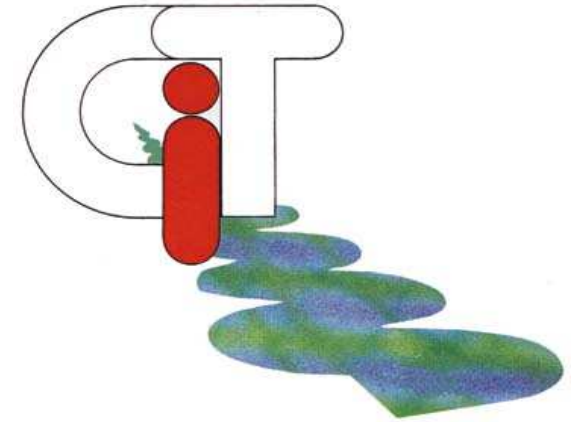


Ihr Impuls zum Erfolg!

## Mobbing-Charaktere

- **Der Ruppige**
  - Laut, rabiät und unverschämt
  - Argumentiert unter der Gürtellinie
  - Feige, weil er im Prinzip konfliktscheu ist
- **Der Miesmacher**
  - Ist mit allem und jedem unzufrieden
  - Gibt anderen die Schuld
  - Dauer-Nörgler





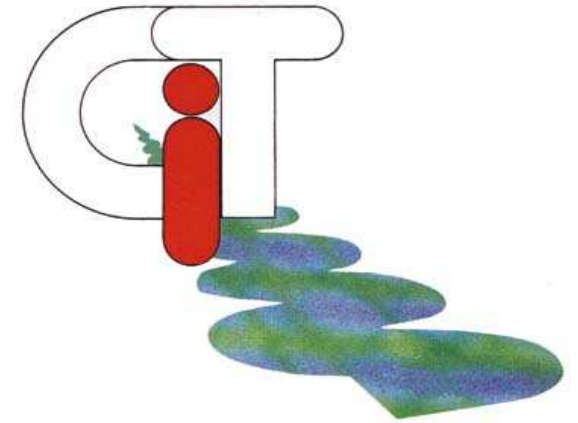
Ihr Impuls zum Erfolg!

## 5. Lösungsansätze

**A) Vorbeugen**

**B) Wertschätzen**

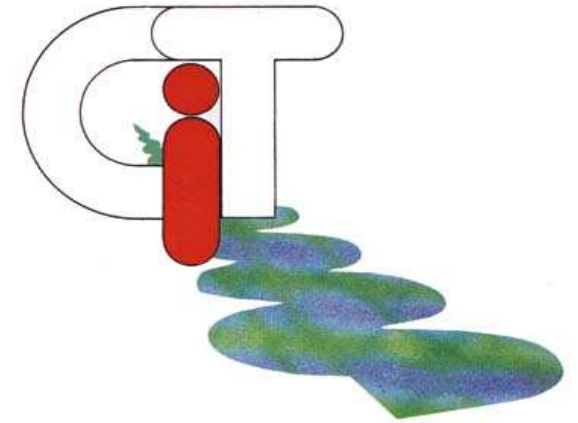
**C) Persönliches Verhalten**



Ihr Impuls zum Erfolg!

## A) Vorbeugen

- Anti-Mobbing-Klauseln in Betriebsvereinbarungen
- Schlichtungsstellen



Ihr Impuls zum Erfolg!

## B) Wertschätzung

### Die 8 Beziehungsbedürfnisse

#### 1. Geborgenheit

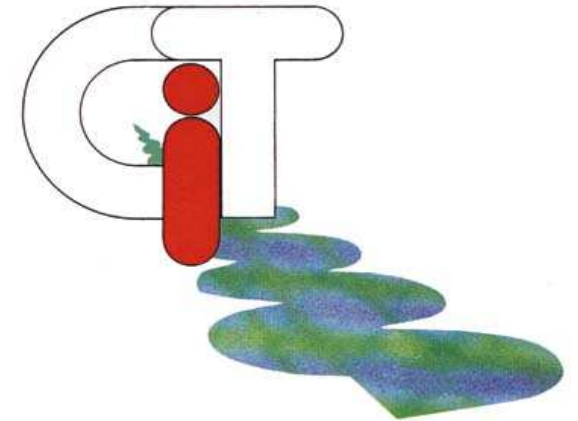
- a) Dazu gehören
- b) Eindeutige Bezugsperson
- c) Einen persönlichen Weg

#### 2. Vergewisserung

- Du bist erwünscht.

#### 3. Anerkennung der eigenen Erfahrung

- Dein Wissen, Know-how und Meinung sind gefragt.



Ihr Impuls zum Erfolg!

## Die 8 Beziehungsbedürfnisse

### 4. Einflussnahme

- Deine Leistung wird wahr genommen.

### 5. Grenzen

- Wissen, wo man dran ist. Orientierung geben.

### 6. Einmaligkeit

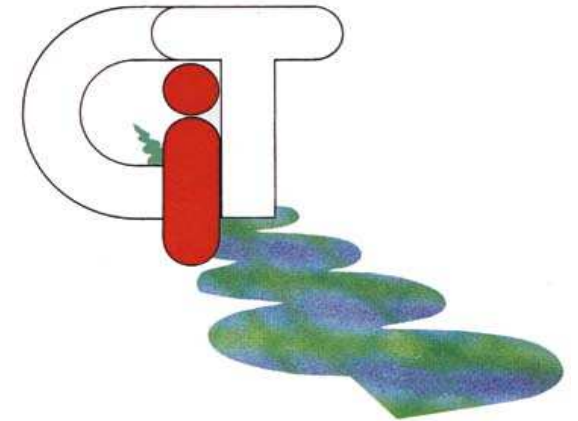
- Gut, dass wir genau dich gefunden haben.

### 7. Initiierung

- Wünsche von den Augen ablesen.

### 8. Geben

- Meine Geschenke werden freudig angenommen.



Ihr Impuls zum Erfolg!

## C) Persönliches Verhalten

### 1. Nicht vorschnell urteilen

- Nicht jeder, der sich ungeschickt verhält, ist ein Mobber.

### 2. Lassen Sie nichts einreißen

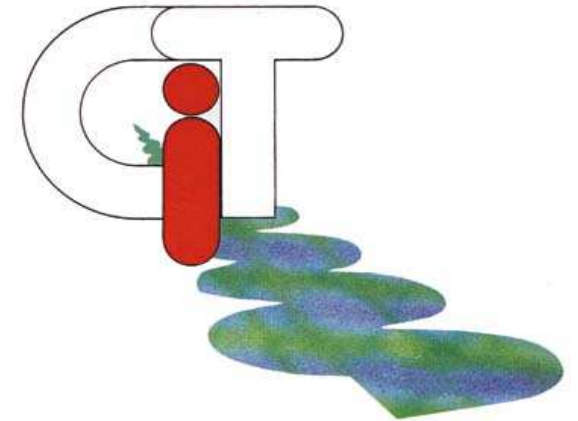
- Wehren Sie sich unverzüglich, auch bei kleinen Rangelein.

### 3. Führen Sie ein Mobbing-Logbuch

- Notieren Sie alle Mobbing-Angriffe mit Daten, Beschreibung, Bild, Zeugen.

### 4. Halten Sie Ihre Weste sauber

- Nur, weil andere Sie mobben, müssen Sie nicht auch gleich damit anfangen.



Ihr Impuls zum Erfolg!

## Persönliches Verhalten

### 5. Klären Sie Missverständnisse

- Erst nachfragen, dann urteilen.

### 6. Nicht an den Rand drängen lassen

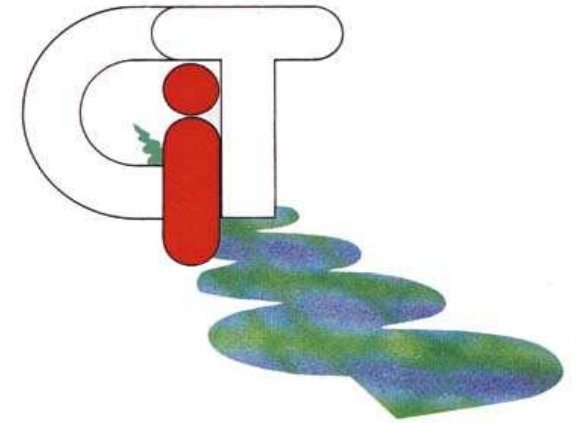
- Ergreifen Sie die Initiative. Wehren Sie sich.

### 7. Beschweren Sie sich

- Möglichst frühzeitig beim Vorgesetzten beschweren.

### 8. Achten Sie auf das Timing

- Überprüfen Sie, wann Ihr Vorgesetzter bereit ist, sich mit Mobbing-Vorwürfen auseinander zu setzen.



Ihr Impuls zum Erfolg!

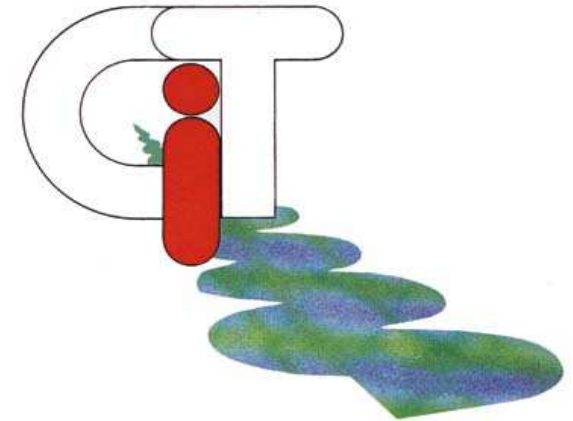
## Persönliches Verhalten

### 9. Sprechen Sie in Ich-Botschaften

- Greifen Sie Ihren Gesprächspartner nicht an.
- **Die 3 Schritte zur Lösung:**
  - a) Sachliche Schilderung der Situation, wie Sie sie erlebt haben.
  - b) Vermutete Folgen/Langzeitwirkung der Beobachtung.
  - c) Einfluss auf Ihre emotionale Empfindlichkeit.

### 10. Belassen Sie es nicht bei einem Gespräch

- Bringen die erste Beschwerden nichts, dann nachfassen.  
Gehen Sie zum Betriebsrat, bis es ernst genommen wird.



Ihr Impuls zum Erfolg!

## Persönliches Verhalten

### **11. Sprechen Sie sich aus**

- Nutzen Sie die Gelegenheit bei bekannten Selbsthilfegruppen sich auszusprechen.

### **12. Argumentieren Sie auch im Interesse Ihrer Institution**

(Firma, Abt., Schule)

- Machen Sie klar, dass Mobbing auch dem Ruf der Institution schadet.

### **13. Schützen Sie Schwächere**

- Vermeiden Sie es auf Schwächere herumzuhacken, die sich nicht wehren können.