



## Rehazentrum Bad Dürkheim – Klinik Hüttenbühl der Deutschen Rentenversicherung Bund

### **Vortrag zum Thema: Mobbing**

#### **Definition von Mobbing**

##### Was heißt Mobbing?

Mobbing (vom Englischen mob: „Meute, Gesindel, Pöbel, Bande“ und to mob: „anpöbeln, angreifen, über jemanden herfallen“)

##### Definition nach Prof. Leymann(1995)

„Unter Mobbing wird eine konfliktbelastete Kommunikation am Arbeitsplatz unter Kollegen oder zwischen Vorgesetzten und Untergebenen verstanden, bei der die angegriffene Person unterlegen ist und von einer oder einigen Personen systematisch, oft und während längerer Zeit mit dem Ziel und/oder dem Effekt des Ausstoßes aus dem Arbeitsverhältnis direkt oder indirekt angegriffen wird und dies als Diskriminierung empfindet.“

##### Mobbing liegt nicht vor, wenn:

- Zwischen einzelnen Gruppen Konflikte oder Feindseligkeiten bestehen
- Persönliches Desinteresse oder Abneigungen vorliegen
- Informationsvorsprünge, sonstige Vorteile oder Beziehungen zum eigenen Vorzug und für die Karriere ausgenutzt werden
- Ein Kollege sich gelegentlich ungerecht oder unsozial behandelt fühlt, z.B. weil er gegen seinen Wunsch versetzt oder andere eher befördert werden.

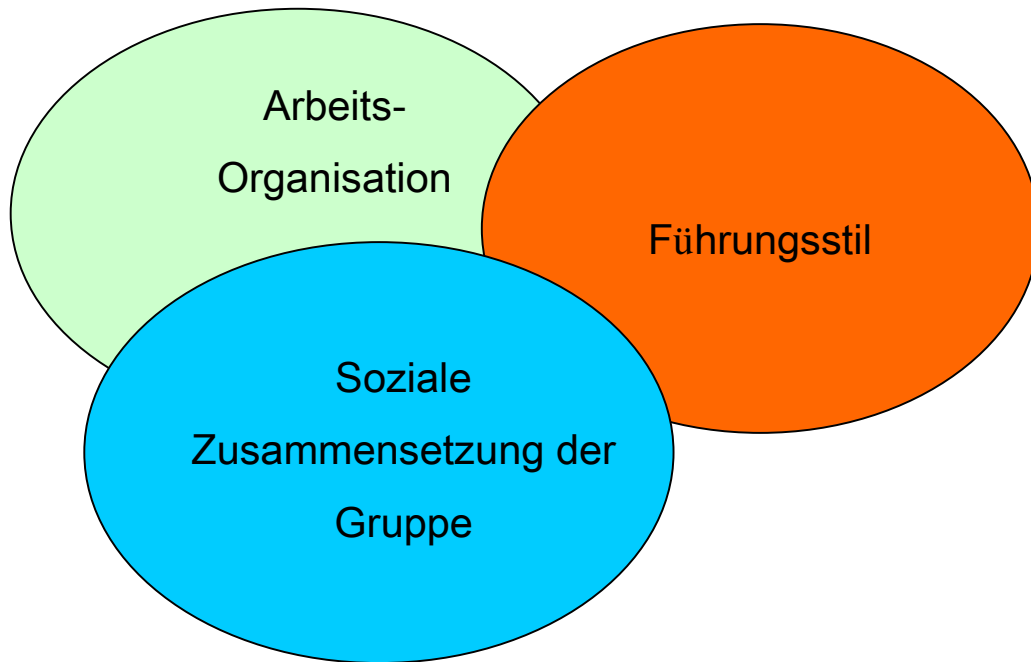
##### Mobbing liegt dann vor, wenn:

- die Attacken sich auf eine Person konzentrieren  
und
- nicht mehr vereinzelt, sondern regelmäßig und häufig geführt werden

## Ursachen / Entstehung von Mobbing

Unter welchen Bedingungen entsteht Mobbing?

Verschiedene belastende Faktoren wirken zusammen:



- Stress-Situationen am Arbeitsplatz beeinflussen den Mobbing-Prozess maßgebend. (Schwierige Lage am Arbeitsmarkt, Angst vor Arbeitsplatzverlust verstärkt den Leistungsdruck – erhöhter Stress und Spannungen entstehen.)
- Der Führungsstil ist für die Entwicklung von Stress von großer Bedeutung. Ungeeignete Führungsstile sind z.B.: Hierarchisch und nicht partnerschaftlich; mangelnde Führungskompetenzen, wenig Transparenz, unklare Arbeitsanweisungen u.a.
- Charakterliche/ menschliche Schwächen der Kollegen, die Entstehung von Mobbing begünstigen können:
  - Mögliche Antipathien, Neid, Missgunst
  - Schuldverlagerung
  - Machtausübung
  - Konkurrenzkampf
  - Rache
  - Frustration (evtl. auch aus anderen Bereichen, die dann auf die Arbeit übertragen wird)
  - Unterschiedliche Lebensstile und Wertvorstellungen der Beschäftigten

## **Mobbinghandlungen**

sind immer beobachtbare Verhaltensweisen.

### Definition nach Leymann:

- Angriffe auf die Möglichkeit, sich mitzuteilen
- Angriffe auf die sozialen Beziehungen
- Angriffe auf das soziale Ansehen
- Angriffe auf die Qualität der Arbeitssituation
- Angriffe auf die Gesundheit

Prof. Leymann hat insgesamt 45 Verhaltensweisen in 5 unterschiedlichen Gruppen eingeteilt.

Es ist jedoch zu bedenken, dass einige Handlungen nicht ausschließlich als Mobbinghandlungen vorkommen.

Sie werden erst dazu, wenn sie in schikanöser Absicht ausgeübt werden und den Hintergrund haben, den Betroffenen zu diskreditieren und somit ggf. von seinem Arbeitsplatz zu verdrängen.

### 1. Angriffe auf die Möglichkeit, sich mitzuteilen

- Ständiges Unterbrechen
- Anschreien und Beschimpfen
- Ständiges Kritisieren der Arbeit u. des Privatlebens
- Mündliche und schriftliche Drohungen
- Mit dem Betroffenen wird nicht mehr gesprochen

### 2. Angriffe auf die sozialen Beziehungen

- Räumliche Isolation, er/sie wird in ein Zimmer fernab von den KollegInnen versetzt (um die Zusammenarbeit/das Zusammensein zu erschweren)
- Informationen werden vorenthalten
- Die ArbeitskollegInnen dürfen mit dem/der Betroffenen nicht mehr sprechen
- Ausschluss von sozialen Aktivitäten, z.B. nach Feierabend
- Der/die Betroffene wird gezielt ignoriert

### 3. Angriffe auf das soziale Ansehen

- In Abwesenheit des/der Betroffenen wird schlecht über sie/ihn gesprochen
- Es werden Gerüchte verbreitet
- Der/die Betroffene wird lächerlich gemacht (z.B. wegen einer Behinderung, der Nationalität, des Privatlebens)
- Die Entscheidungen der/des Betroffenen werden in Frage gestellt
- Der/die Betroffene wird beschimpft und beleidigt
- Verbale sexuelle Angebote; beleidigende u. abwertende (oft frauenfeindliche) Witze

#### 4. Angriffe auf die Qualität der Arbeitssituation

- Übertragen von sinnlosen Aufgaben
- Übertragen von ständig neuen Aufgaben
- Gezielte Überforderung; Übertragen von Arbeiten ohne Erfolgsaussicht
- Gezielte Unterforderung; Übertragen von Arbeiten weit unterhalb der Qualifikation
- Arbeiten werden genommen und anderen übertragen;
- das Opfer wird „kalt gestellt“

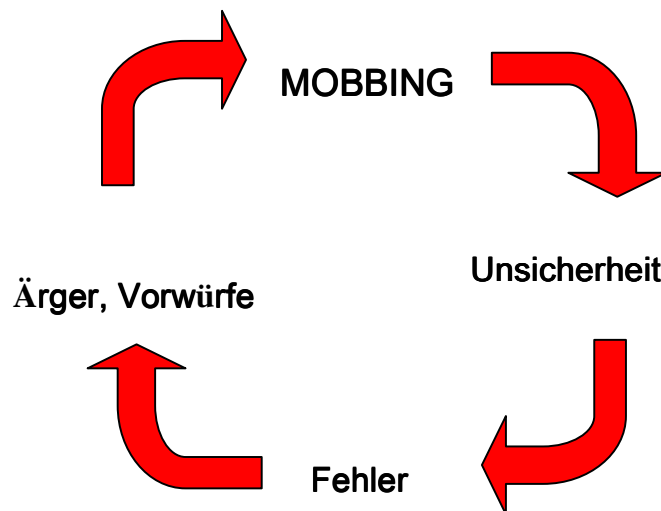
#### 5. Angriffe auf die Gesundheit

- Zwang zu gesundheitsschädlichen Arbeiten (entsprechende Hilfsmittel, wie z.B. Hebehilfe, werden nicht zur Verfügung gestellt)
- Androhung oder Ausübung von körperlicher und/oder psychischer Gewalt

***Alles was ich beobachten kann, kann ich auch beschreiben***

#### **Auswirkungen von Mobbing auf Betroffene**

- Durch ständige Attacken und den Entzug von fachlicher oder sozialer Anerkennung entwickeln sich schon zu Beginn eines Mobbingprozesses psychosomatische Beschwerden.
- Der/die Betroffene gerät in einen negativen Kreislauf.
- Durch den zunehmenden Druck werden Fehler begünstigt, die dann dem/der Betroffenen wieder als Fehler vorgeworfen werden und meist zu weiteren Fehlern führen.



### Seelische Reaktionen:

- Niedergeschlagenheit, Antriebslosigkeit, Erschöpfung, Konzentrationsstörungen
- Stress, Nervosität, Reizbarkeit, Aggressionen
- Verunsicherung, Verlust des Selbstwertgefühls, Depression, Angst bis hin zu Panikattacken

### Auswirkungen am Arbeitsplatz:

- häufige Versetzungen
- innere oder tatsächliche Kündigung

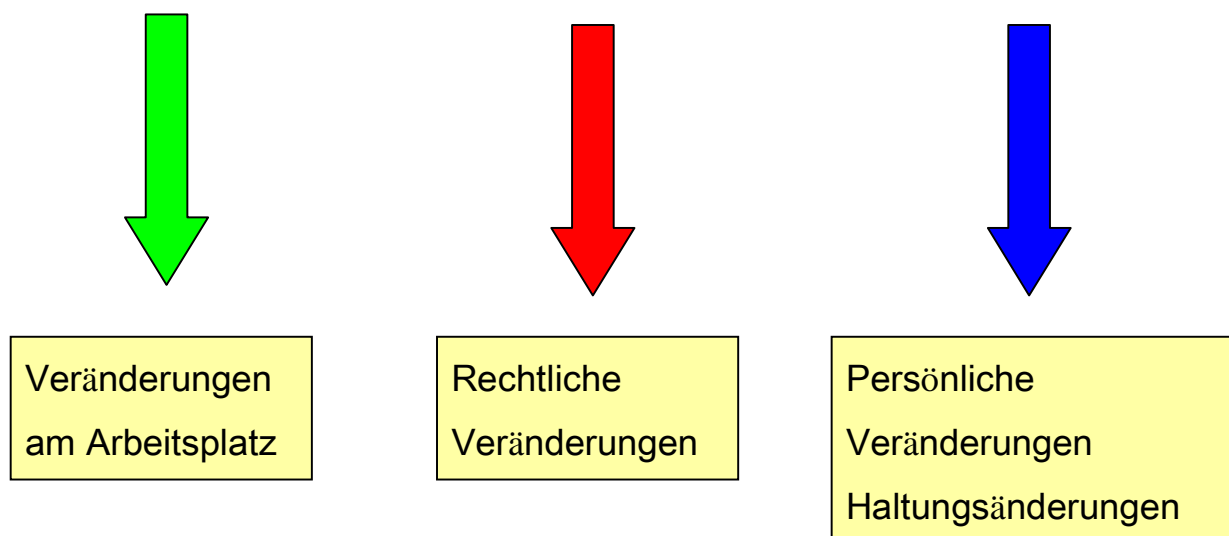
### Psychosomatische Störungen:

- Schlafstörungen, Alpträume
- Verspannungen, Schmerzen im Wirbelsäulen -u. Schulter-/Nackebereich
- Kopfschmerzen
- Magenbeschwerden
- Bluthochdruck
- Essstörungen, Alkohol- und Medikamentenmissbrauch
- Lang andauernde Arbeitsunfähigkeit

## **Handlungsmöglichkeiten**

### Wie kann man sich gegen Mobbing wehren?

3 Strategien sich gegen Mobbing zur Wehr zu setzen:



### Veränderungen am Arbeitsplatz:

- Unklarheiten frühzeitig ansprechen
- Veränderungen der Rahmenbedingungen ⇒ Veränderung der Arbeitsbedingungen
- Klärung offener Fragen/ Missverständnisse einfordern

### Rechtliche Veränderungen:

- Rechtliche Informationen erhält man über, z.B. Betriebsrat, Selbsthilfegruppen, Gewerkschaften, das Internet
- Rechtliche Möglichkeiten/Beweisführung
  - Beschwerderecht Mobbingtagebuch
  - Unterlassungs- und Beseitigungsansprüche
  - Leistungsverweigerungsrecht
  - außerordentliche Eigenkündigung
  - Aufhebungsvertrag
  - Anzeige wegen Körperverletzung und/oder Nötigung

### Persönliche Veränderungen/Haltungsänderungen:

- Einstellung zur Arbeit: „Wie definiere ich mich?“  
Ich lebe um zu arbeiten ? oder Ich arbeite um zu leben ?
- Pflege der sozialen Kontakte (Freundes-/ Bekanntenkreis)  
Hobbys, Sport, u.a.