

# 6 Nie wieder Mobbing!

*Schweigen ist nicht immer Gold: Opfer von Mobbing-Attacken sollten Hilfe von außen suchen. Es gibt sie nämlich! Und auch Chefs können – etwa durch die Unterstützung von Coaches – eine „Anti-Mobbing-Kompetenz“ aufbauen.*

Nicht weniger als zwölf Millionen Menschen – das sind rund neun Prozent aller Beschäftigten in Europa – sagen, an ihrem Arbeitsplatz schon einmal unter Mobbing gelitten zu haben. Dies ergab eine Umfrage der Europäischen Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen aus dem Jahr 2000. „Mobbingprozesse beeinträchtigen das seelische und körperliche Wohlergehen der Betroffenen maßgeblich. Die Beschwerden reichen von Konzentrationsproblemen bis zu schwerwiegenden Angstproblematiken, Depressionen und Selbstmordgedanken. Bei lang anhaltender Mobbing-Dauer kommt es häufig zu psychosomatischen Beschwerden von Kopf- und Magenschmerzen bis hin zu Herz- und Kreislaufproblemen“, sagt die Mobbing-Expertin Christa Kolodej.

## Was ist Mobbing?

Nicht jede Streiterei am Arbeitsplatz ist ein Mobbingfall. Kennzeichnend für Mobbing sind hauptsächlich die folgenden drei Faktoren:

- Die Angriffe, Beleidigungen oder Kränkungen finden gezielt, systematisch und langfristig statt.
- Zwischen Betroffenen und Angreifer/n kommt es zu einem Machtungleichgewicht – Betroffene sind nicht mehr in der Lage, sich ohne die Hilfe Dritter zur Wehr zu setzen.
- Betroffene fühlen sich zunehmend isoliert und geraten in eine Außenseiterposition.

## Wichtig für Betroffene: Rasch die Hilfe Dritter suchen!

„Im Mobbingfall ist es wichtig, so rasch wie möglich die Hilfe Dritter zu suchen. Stummes Dulden verschlechtert die Situation!“, so der Gesundheitspsychologe Peter Hoffmann von der Arbeiterkammer Wien. Die AK steht allen Arbeitnehmern für arbeitsrechtliche Fragen kostenlos zur Verfügung. Beratung speziell zum Thema Mobbing bietet der Österreichische Gewerkschaftsbund (ÖGB).



Da Mobbing in Österreich als Tatbestand nicht gesetzlich definiert ist, ist es für Betroffene oft schwierig, vor Gericht Ansprüche einzufordern. „Ansprüche können nur dann geltend gemacht werden, wenn der Arbeitgeber selbst den Untergebenen mobbt oder vom Betroffenen über die Mobbingvorfälle informiert wurde“, so der Richter Andreas Freundorfer vom Arbeits- und Sozialgericht Wien. Aufgrund der gesetzlichen Fürsorgepflicht ist der Arbeitgeber verpflichtet einzuschreiten, wenn er informiert wird. Im besten Fall werden Führungskräfte dafür sorgen, dass in Ihrem Büro ein Klima herrscht, das Mobbing von vorne herein verhindert. Doch Führungskräfte werden nicht als solche geboren. „Soziale Kompetenz ist aber trainierbar“, betont der Vorsitzende der Österreichischen Vereinigung für Supervision (ÖVS), Wolfgang Knopf. Führungskräfte können etwa in Einzelcoachings mit einem

Supervisor ihren Führungsstil überdenken und konkrete Handlungsstrategien für den Umgang mit Konflikten erarbeiten. Im Berufsalltag bestehende Reibungspunkte wie z.B. unklare Kompetenzbereiche können in Team- und Gruppensupervisionen aufgezeigt und bearbeitet werden.

## Neue Broschüre „Mobbing... was tun?“

Um das Bewusstsein für Mobbingprävention in Österreich zu fördern, hat die ÖVS in Kooperation mit der Arbeiterkammer Wien eine Broschüre herausgegeben. Die Broschüre „Mobbing... was tun?“ bietet auf kompakte Weise grundlegende Informationen für Arbeitgeber und Arbeitnehmer. Die Broschüre kann von Firmen wie Privatpersonen bei der ÖVS unter der Telefonnummer 01/533 08 22 angefordert werden und steht auf [www.oevs.or.at](http://www.oevs.or.at) zum Download bereit. ■