



Mobbing

**„Wer Kollegen hat
braucht keine Feinde!“**

Was ist Mobbing?

Mobbing ist eine Reihe von negativen kommunikativen Handlungen, die während einer längeren Zeit (mindestens jedoch während eines halben Jahres, mindestens einmal pro Woche) von einer Einzelperson oder mehreren Personen gegen eine bestimmte Person gerichtet sind.

(öffentliche Definition)

800 000 Österreicher, 1,5 Mil. Deutsche, 2 Mil. Franzosen gehören zu den Betroffenen und die Tendenz ist steigend. Mobbing kann jedem und jederzeit passieren.

Leider fehlt es oft am Willen oder der Fähigkeit eines Arbeitgebers seiner gesetzlichen Fürsorgepflicht und Schutz dem Arbeitnehmer gegenüber, nachzukommen.

Die meisten Mobbing Opfer werden alleine gelassen und stehen oft den Mobbern hilflos und ohnmächtig gegenüber. Nicht selten mit der Folge von psychischen und physischen Erkrankungen. Für manchen Betroffenen endet dieser Psychoterror ohne Grenzen in lähmender Hilflosigkeit, bis hin zu Selbstmord.

„Jeder ist für sich selbst verantwortlich!“ – leider gerät dies in der heutigen Zeit sehr oft in Vergessenheit und wir geben uns der Illusion hin, dass andere sich um unsere Bedürfnisse und Ziele kümmern.

Um Mobbing - Aktivitäten frühzeitig zu erkennen und Eskalationen entgegenwirken, durch angemessenen Reaktionen, gibt es verschiedene Strategien.

Wehren Sie sich gegen die Mobber und signalisieren ihm ihre Bereitschaft, dass Sie zum gezielten Gegenangriff starten.

Leider führt es immer wieder dazu, dass die Seele eines Menschen oder die eigene Seele in ihrer Würde verletzt wird. Lernen Sie Ihre eigenen systemischen Muster kennen und verstehen. Nur so können Sie Ihre persönlichen Strategien entwickeln und sich dadurch selbst schützen.

**Erfahrungen sind nicht das, was Ihnen passiert,
sondern, was Sie aus dem machen, was Ihnen passiert!**