Mobbing oft Alltag in der Arbeitswelt

Eine Betroffene erzählt ihre Geschichte – Systematische Ausgrenzung und Schikane von Arbeitnehmern bleibt nicht ohne gesundheitliche Auswirkungen

Mobbing ist ein weit verbreitetes Problem der modernen Arbeitswelt – es gibt kaum einen Bereich, in dem dieses Anfeinden, Anschwärzen oder Schikanieren ganz bestimmter Personen nicht stattfindet. Jeder vierte Arbeitnehmer wird im Laufe seines Lebens einmal Opfer solcher Aktionen. Zu ihnen gehört auch Lara P., die im wirklichen Leben einen anderen Namen hat und ihre Mobbinggeschichte erzählt.

Anfeinden, ausgrenzen, lästern, schikanieren, unter- oder überfordern – Mobbing hat viele Facetten. –FOTO: VOLKMAR SCHULZ/KEYSTONE

Chemnitz. „Eigentlich fing alles überaus erfolgversprechend an: Eine neue Vorgesetzte sollte mit innovativen Konzepten sowie durch Motivierung der Angestellten, Kunden und Geschäftspartner unseren Verein wieder nach vorn bringen.

Es gab eine Probephase, in der geprüft wurde, ob alle Beschäftigten in das kleine Team passen. Bereits dort wurde mir deutlich vermittelt, dass ich als Person nicht den Vorstellungen dieser neuen Geschäftsführerin entspreche. Für mich stand zunächst fest, dass es sich dabei um ein Missverständnis handeln musste. Schließlich kann man Arbeitsweisen oder Zuständigkeiten ändern, Aufgaben optimieren und Prioritäten verschieben. Ich gab mein Bestes und wollte damit zeigen, wie wichtig es mir war, nützlicher Bestandteil des Vereins zu bleiben. Doch es kam alles anders.

Ziemlich schnell kam es zu persönlichen Angriffen und Beleidigungen. Die unmittelbare Vorgesetzte nutzte ihre hierarchische Überlegenheit, um mich mit allen Mitteln loszuwerden. Dabei fiel mir auf, dass überwiegend nach Fehlern bzw. Unkorrektheiten in meiner Arbeit intensiv gesucht wurde. Selbstzweifel und Unsicherheit nahmen überhand. Dieser Zustand ließ mich verständlicherweise weniger konzentriert arbeiten: kleinere, für die Zielrichtung des Vereins unbedeutende Fehler, häuften sich. Jedoch wurden diese Fehler herangezogen, um der Führungsebene anzuzeigen, wie unqualifiziert ich arbeite.

Durch Fachleute erhielt ich in der Zeit, in der ich langsam verzweifelte, den Rat, ein Mobbingtagebuch zu führen. Nun schrieb ich mir all meine Sorgen von der Seele. Dadurch, dass meine Familie, Freunde und Kollegen nie aufhörten, an mich zu glauben, stärkte sich der Wille zum Durchhalten.

Seit inzwischen mehr als einem Jahr werde ich schikaniert, kontrolliert, eingeschränkt und mit Unterforderung bestraft. Habe ich früher sehr verantwortungsvolle Aufgaben übertragen bekommen, so wurden mir diese nun nach und nach wieder entzogen. Wie lange ich diese Mobbingattacken noch ertrage, weiß ich nicht. Eins weiß ich aber ganz gewiss, dass Mobbing kein Kavaliersdelikt ist. Ich erfuhr vom sächsischen Mobbing-Netzwerk und nahm Kontakt mit der Beratungsstelle auf, wo neutral und kritisch der Fall analysiert wurde. Durch Aufklärung, wichtige Ansprechpartner und viele Informationen wurde ich ermuntert, aktiv zu werden gegen Mobbing. Nur so kann ich es irgendwann beenden, denn ich will meine Unbeschwertheit zurück.

Ich spürte auch am eigenen Körper, dass jede Mobbinghandlung auf Dauer Schäden nach sich zieht. Mein Privatleben leidet enorm. Existenzangst, Konzentrationsprobleme, Kontrollzwang und Schlaflosigkeit sind nur einige Beispiele.

Für mich steht heute fest, Mobbing kommt von mit sich selbst unzufriedenen, intoleranten und dem Leben abgewandten Menschen. Da unsere Gesellschaft diese Art des Umgangs der Menschen untereinander scheinbar zulässt, kann ich nur jedem Betroffenen raten: Lassen Sie es nicht geschehen, wehren Sie sich!

Und ich habe einen Traum: Irgendwann steht meine wertvolle Arbeitskraft wieder einem Unternehmen mit positiver Firmenphilosophie zur Verfügung, bei der jeder einzelne Mitarbeiter geachtet wird und seine Arbeitskraft, seine Kenntnisse und Ressourcen sinnvoll genutzt werden, zum Wohle des Unternehmens. Denn ich weiß, es gibt solche Unternehmen.“ (SW)

Viele Akteure und ein gemeinsames Ziel

Sächsisches Netzwerk beispielhaft für Prävention und Hilfen bei Mobbing am Arbeitsplatz – Beratung, Vorträge und Mediation im Angebot

Chemnitz. Mobbing kommt in allen Branchen und allen Berufsgruppen vor, sowohl Männer als auch Frauen sind betroffen, wenngleich Frauen häufiger von psychischen und psychosomatischen Beschwerden auf Grund von Mobbing berichten. Es zieht sich durch alle Bildungsschichten: von Hilfs- und Fachkräften bis hin zu leitenden Mitarbeitern, erklärt Hannelore Döhler, Arbeitsmedizinerin und Referentin beim Sächsischen Staatsministerium für Wirtschaft, Arbeit und Verkehr. Eine Besonderheit hat die Arbeitsschutzexpertin jedoch festgestellt: Die Mobbingproblematik nimmt immer dann zu, wenn in Unternehmen strukturelle Änderungen diskutiert werden.

Im Freistaat Sachsen wurde deshalb ein Präventionsnetzwerk Mobbing (www.arbeitsschutz-sachsen.de) gegründet. Im Netzwerk arbeiten unter anderem juristische und psychologische Berater, Verbände, Krankenkassen und Behörden zusammen, die nachfolgend kurz vorgestellt werden.

1 Beratungsstellen und Institutionen

„Mobbing kann sich nur entwickeln, wenn Führungskräfte bei Problemen und Konflikten wegschauen, sich nicht darum kümmern und keine Verantwortung wahrnehmen. Solch ein Nichtstun wirkt sich in aller Regel als Billigung und Zulassung aus. Letzteres gilt in gleicher Weise für zögerlich oder nicht handelnde Mitarbeitervertretungen, zum Beispiel Betriebsräte“, lautet die Einschätzung der Fachstelle für betriebliche Sozialarbeit Chemnitz. Die Institution bietet Seminare, Einzelgespräche und Mediation an.

@ www.assistance-chemnitz.de
—Telefon: 0371 4504981

„Mobber suchen keine Gegner, sondern Opfer. Eines der Ziele, die ein Mobber verfolgt, ist das Herausdrängen seines Opfers aus dem Unternehmen bzw. aus dem Arbeitsleben“, so die Erfahrungen des Integrationsamtes und des Integrationsfachdienstes Chemnitz. Behinderte und ihnen gleichgestellte Mitarbeiter sind besonders häufig davon betroffen. Der Integrationsfachdienst berät und unterstützt behinderte Menschen im Arbeitsleben. Ebenso werden Mobbingbetroffene durch den Fachdienst begleitet, um Konflikte am Arbeitsplatz frühzeitig erkennen und benennen zu können. Bei Bedarf wird im betrieblichen Umfeld nach Lösungen gesucht.

@ www.integrationsaemter.de
@ www.sfw-chemnitz.de
@ www.gz-zwickau.de

„Mobbing entwickelt sich häufig dort, wo in Betrieben klare arbeitsorganisatorische Strukturen oder eine durchschaubare Informations- und Entscheidungspolitik fehlen. Vorbeugend helfen gegen Mobbing deshalb Maßnahmen, die an solchen begünstigenden Umständen ansetzen“, betont die Landesdirektion Dresden, Abteilung Arbeitsschutz. Die Behörde steht Arbeitgebern bei Maßnahmen gegen Mobbing beratend zur Seite.

@ www.arbeitsschutz-sachsen.de

2 Frauen- und Personalvertretung

Statistiken zeigen, dass unter den Mobbingopfern zum größten Teil Frauen sind. Aus diesem Grund hat das Frauenzentrum Hohenstein-Ernstthal eine Mobbing-Beratungsstelle errichtet. Sie ist aber nicht nur für Frauen da, sondern für Jedermann in der Region. Eine professionelle Mobbing-Beratung zielt in zwei Richtungen: Einerseits versucht sie, durch Präventionsarbeit in Form von Vorträgen und betriebsinternen Schulungen die Entstehung von Mobbing zu verhindern, andererseits lindert sie durch konkrete Hilfen an Opfer die gesundheitlichen Auswirkungen.

@ www.dfb-frauenzentrum.de

Die Bürgerinitiative Chemnitzer City bietet ebenfalls Mobbingberatung an. Anmeldung unter

—Telefon: 0371 4957501
—E-Mail: chem-buerger@versanet.de

Der Personalrat der Stadtverwaltung Chemnitz hat eine Dienstvereinbarung erwirkt, die allen Mitarbeitern Mittel und Wege aufzeigt, frühzeitig in Konflikte einzugreifen. Der Personalrat wird dadurch handlungsfähig. Er kann mit dem Mandat des Beschäftigten gegenüber der Dienststelle aktiv werden und Maßnahmen zugunsten des Betroffenen und gegen den Verursacher einleiten.

—E-Mail: Barbara.Wittich@ stadt-chemnitz.de

3 Psychologische Unterstützung

Wer am Arbeitsplatz gemobbt wird, steht unter großem Stress. Darauf folgt oft, dass das gesunde Gleichgewicht zwischen dem Engagement im Berufsleben und der notwendigen Erholung im Privatleben verloren geht. Das „Abschalten“ gelingt immer seltener und die Gedanken kreisen dauernd um die Auseinandersetzung mit dem Mobbing-Täter. Wer aus diesem Teufelskreis ausbrechen will, sollte sich Hilfe suchen, so die Psychologin Franziska Bocklisch. Sie unterstützt betroffene Arbeitnehmer und interessierte Arbeitgeber, die in ihrem Unternehmen präventiv gegen Mobbing und Stress aktiv werden wollen.

@ www.gleichgewicht-finden.de

4 Anwälte und Vermittler (Mediatoren)

„Die Motive für Mobbing sind vielfältig. Sie reichen von Neid, Frust, Antipathie bis zu übertriebenem Ehrgeiz oder Existenzangst. Überdurchschnittlich sind Vorgesetzte am Mobbing beteiligt“, berichtet Rechtsanwältin Ellen Kraus aus Zwickau. Das Problematische am Mobbinggeschehen ist die Beweisführung. Die Anwältin empfiehlt daher ein Mobbing-Tagebuch. Die Eintragung sollte zwingend in einem Buch erfolgen und immer per Hand, um so die Chronologie des Geschehens und die psychische Verfassung des Schreibers zu erkennen, was im Sinne einer Beweisführung notwendig ist. Eintragungen im Computer und auf Zetteln lassen sich beliebig im Nachhinein ändern, nicht so das chronologisch geführte Buch.

—E-Mail: info@anwalt-kk.de
—Telefon: 0375 2119350

Die Atmosphäre eines Unternehmens wird aufgrund von Mobbing durch Emotionen wie Ärger, Enttäuschung, Frust, aber auch Angst beherrscht. Eine solche Spannung reißt erfahrungsgemäß einen tiefen Graben zwischen Kollegen, Mitarbeitern oder zu den Vorgesetzten auf, der allein kaum zu überwinden ist, so die Rechtsanwältin und Mediatorin Annett Kunz aus Lugau. Eine Brücke über diesen Graben baut die Mediation. Sowohl der Arbeitgeber, als auch die Beteiligten können den Anstoß geben. Die Mediation ist gegenüber dem Gerichtsverfahren die kostengünstigere und zeitsparendere Methode.

@ www.mediation-kunz.de
—Telefon: 037295 541552

5 Krankenkassen und Kliniken

Mobbing kann viele Ursachen haben: Sei es, dass die Arbeit im Betrieb mangelhaft organisiert ist, dass Stellen nicht besetzt sind und die Mitarbeiter dadurch unter enormem Zeitdruck stehen. Ein schwacher Chef mit schlechten Führungsqualitäten kann eine weitere Ursache sein. Ebenso starre Hierarchien mit unsinnigen Anweisungen. Die AOK plus berät in ihrem Angebot „Service gesunde Unternehmen“ die Betriebe zielgerichtet und diskret. Wer gesunde, motivierte Mitarbeiter hat, beugt Mobbing vor.

@ www.aok-business.de

„Bei Mobbing ist Führung gefragt“, ist der Standpunkt der Barmer/GEK. Die Krankenkasse bietet deshalb speziell für Führungskräfte den Workshop „Führung aktiv“ an. Doch auch Mobbingbetroffene erhalten Rat und Unterstützung.

@ www.barmer.de

Mobbing erhöht das Risiko für körperliche und psychische Erkrankungen. Um Depressionen oder anderen psychischen Erkrankungen vorzubeugen, sollten Mobbingbetroffene frühzeitig Kontakt mit professionellen Helfern, wie Hausärzten, Psychiatern oder Psychotherapeuten aufnehmen. Die Klinik Carolabad in Chemnitz ist eine psychosomatische Rehabilitationsklinik, in der es spezielle Behandlungsangebote für Mobbing-Betroffene gibt.

@ www.carolabad.de
—Telefon: 0371 81420

Das Klinikum Chemnitz bietet sowohl durch die psychiatrische Notaufnahme Hilfe bei akuten psychosozialen Krisen, als auch spezielle Behandlungsmöglichkeiten psychischer Folgeerkrankungen an.

@ www.klinikumchemnitz.de
—Telefon: 0371 33312600

6 Alternative Methoden

Wendo ist eine speziell für Frauen und Mädchen entwickelte Selbstverteidigung, die verbale, mentale und körperliche Verteidigungsmöglichkeiten verbindet. Wendo kann übersetzt werden mit „Frauen in Bewegung“. Sich selbst zu verteidigen, bedeutet nicht, sich stets körperlich auseinanderzusetzen, wohl aber die Entschlossenheit, die eigene Gesundheit und Würde zu schützen. Daher lernt man beim Wendo auch den Einsatz der Stimme, erklären die Trainerinnen Andrea Franke und Silke Goschin. (SW)

@ www.zunder-post.de

Alle gegen einen – Mobbing ist allgegenwärtig. –FOTO: WALDHÄUSL

STICHWORT

Mobbing

Mobbing ist eine gestörte Kommunikation am Arbeitsplatz, welche sich sowohl unter Kollegen als auch zwischen Vorgesetzten und Mitarbeitern entwickeln kann. Dabei wird eine Person von einer oder mehreren anderen Personen regelmäßig (zum Beispiel einmal oder mehrmals pro Woche), systematisch und über einen längeren Zeitraum (mindestens über sechs Monate) direkt oder indirekt angegriffen. Typische Mobbinghandlungen sind die Verbreitung falscher Tatsachen, die Zuweisung sinnloser Arbeitsaufgaben, Androhung oder Ausübung von Gewalt, Lächerlichmachen der Person, soziale Isolation oder ständige Kritik an der Arbeit. Ziel der Aktionen ist der Ausschluss aus dem Arbeitsverhältnis.

Mobbing hat weitreichende negative Folgen für die Gesundheit. Ohnmachtsgefühle, Selbstzweifel, Angstzustände, Konzentrationsprobleme, Schlafstörungen, chronische Schmerzzustände und Depressionen sind oft Gründe für Arbeitsunfähigkeit. Die Ausfallzeiten sind meist lang. Doch auch die konkrete berufliche Situation nimmt Schaden. Denn Demotivation, innere Kündigung und Leistungsabfall gipfeln oft in Kündigung, Versetzung und sogar Erwerbsunfähigkeit. Das hat unmittelbare Auswirkungen auf das Privatleben des Opfers. Einerseits sinkt die Lebensqualität durch Streit und Antriebslosigkeit, andererseits durch die finanzielle Schlechterstellung im Gegensatz zur früheren Berufstätigkeit. Medizinische Behandlungen, Rehabilitation, Arbeitslosigkeit, Erwerbsunfähigkeit und Frühverrentung verursachen zudem hohe wirtschaftliche Kosten. (SW)

Quelle: Arbeitsschutz-Allianz Sachsen

„FREIE PRESSE“-TELEFONFORUM

Am **Donnerstag** (29. April) findet von **11 bis 13 Uhr** ein „Freie Presse“- Telefonforum mit Chat statt. Experten der Fachstelle für betriebliche Sozialarbeit, des Integrationsfachdienstes, des Klinikums Chemnitz und einer Anwaltskanzlei beantworten die Fragen. Näheres am Dienstag auf der Ratgeberseite.