

Häufig sind Klagen über Nervosität, Ohnmachtsgefühle, Leistungs- und Denkblockaden, Zweifel an den eigenen Fähigkeiten, Angstzustände, Konzentrationsschwächen.

Auch auf das familiäre und private Leben wirft Mobbing am Arbeitsplatz seine Schatten. Unausgeglichenheit, Gereiztheit, Antriebslosigkeit belasten die Beziehungen und führen letztlich in die soziale Isolation.

Da Betroffene und Arbeitgebende manchmal dazu neigen, Mobbing als Überempfindlichkeit zu bagatellisieren, ist es auf jeden Fall hilfreich, ein *Mobbing-Tagebuch* zu führen über Mobbing-situationen: Datum, Uhrzeit, Situation, wer was getan hat, wer anwesend war, wer etwas mitbekommen hat, wie Sie sich dabei gefühlt haben, gesundheitliche Reaktionen danach mit Datum, evtl. Arztbesuche.

Wir empfehlen Ihnen, fachliche Hilfe zu suchen, wenn Sie im Bereich der Kirche

von Mobbing betroffen sind und sich selber nicht dagegen wehren können

Mobbing miterleben oder davon erfahren und Betroffene nicht zureichend unterstützen können

selbst dazu neigen, Mitarbeitende, mit denen Sie Mühe haben, zu isolieren

Hilfsangebot

Kontaktgruppe zum Persönlichkeitsschutz im kirchlichen Bereich:

Für die Evang.- ref. Kirche St. Gallen

Barbara Bosshard, Psychotherapeutin SPV / VOPT, Altstätten 071 755 60 80

Matthias Bosshard, Psychotherapeut SPV / VOPT, Altstätten 071 755 60 80

Walter Feurer, Psychotherapeut SPV / VOPT, Eheberater, St.Gallen 071 220 88 00

Ursula Germann, Dr. phil., Psychotherapeutin FSP / VOPT, Sargans / Fontnas 081 783 18 41

Regula Weder, Dr. med., Psychotherapeutin VOPT, St.Gallen 071 222 69 69

Für die Evang.- ref. Kirche beider Appenzell

Jo Arnold, klin. Psychologin FSP, systemischer Einzel-, Paar- und Familientherapeut IEF, Heiden 071 891 62 10

Madeleine Eberle Egli, Dr. phil., Psychologin, systemische Einzel-, Paar- und Familientherapeutin, Herisau und Teufen, 071 352 33 05

Mobbing im kirchlichen Bereich

Mobbing - eine spezielle Art von Konflikt

Konflikte gehören zum Leben und Zusammenleben. Fair ausgetragen führen sie dazu, Interessen und Standpunkte zu klären und Lösungen zu finden.

Im Gegensatz dazu zielt Mobbing nicht darauf ab, miteinander einen für alle gangbaren Weg zu suchen, sondern eine Person gezielt auszuschliessen.

"Mobbing" kommt vom englischen "to mob" und bedeutet anpöbeln, angreifen, über jemanden herfallen.

Als Mobbing gilt die systematische seelische (für manche Definition auch körperliche) Belästigung einer Person am Arbeitsplatz oder in der Schule.

Mobbing ist eine Form von Gewalt, ein Angriff auf die Menschenwürde und verstösst gegen das Gesetz.

Langandauernde feindselige Verhaltensweisen gegenüber einem Einzelnen

Bei Mobbing handelt es sich um ein Verhaltensmuster:

Eine oder mehrere Personen handeln *wiederholt und über einen längeren Zeitraum* feindselig gegen eine andere Person. Diese wird zur *Zielscheibe*, zum Sündenbock, zum Opfer.

Mobbing kann auf verschiedene Art erfolgen: *mit Worten* (z.B. abschätzige Äusserungen, Beschimpfungen), *ohne Worte* (z.B. Vorenthalten von Informationen) oder *körperlich* (z.B. Schubsen, Wegdrängen).

Im Verlauf der feindseligen Handlungen kristallisiert sich ein Opfer heraus, das sich aufgrund ungleicher Machtverhältnisse nur schwer oder gar nicht wehren kann.

Demütigungen am Arbeitsplatz

Verletzende Arbeitszuweisung

Überflüssige Arbeit wird aufgeladen, die Arbeit ständig nachkontrolliert oder eine unnötige Zeitlimite festgesetzt. Der Vorgesetzte weist dem Opfer sinnlose Aufgaben zu oder gar keine, manchmal auch zu schwierige, bei denen das Scheitern schon vorgegeben ist.

Soziale Ausgrenzung:

Der Zugang zu den Kommunikationsmöglichkeiten wird eingeschränkt, vielleicht schon durch

die Verlegung des Arbeitsplatzes. Die Teilnahme an Sitzungen, die Einsicht in Protokolle und Dokumente wird verweigert. Gelegenheiten für Austausch und Gespräch reduzieren sich auf ein Minimum. Manchmal ist sogar der Zugang zu Telefon und Internet erschwert.

Körperlich gefährliche oder schädigende Arbeit: Auf Gesundheit und körperliche Integrität wird immer weniger Rücksicht genommen. Drohungen werden ausgesprochen und manchmal auch wahr gemacht.

Seelische Verletzungen:

Die Akteure kritisieren das Opfer vor Publikum. Nicht selten machen sie sich über das Privatleben des Opfers lustig (Familie, Glauben, soziale Herkunft, sexuelle Ausrichtung, seelische Gesundheit, Aussehen). Sie verbreiten Gerüchte und Verleumdungen.

Folgen für die Opfer

Die regelmässigen persönlichen Angriffe setzen die Opfer unter psychischen Druck und schädigen das Selbstwertgefühl. Viele fühlen sich "ausgebrannt", werden krank, leiden an psychosomatischen Beschwerden, in besonders gravierenden Fällen an posttraumatischer Belastungsstörung.