

## **Sind Sie betroffen?**

Anhand dieser 45 meist genannten Punkte nach Prof. Heinz Leymann können Sie selbst überprüfen, in welcher Weise Sie an Ihrem Arbeitsplatz von Mobbing betroffen sind:

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

- Der Vorgesetzte schränkt wiederholt Ihre Möglichkeiten ein, sich zu äußern
- Sie werden ständig unterbrochen
- Kollegen hindern Sie des Öfteren, sich zu äußern
- Sie werden angeschrien oder man schimpft laut mit Ihnen
- andere äußern ständig Kritik an Ihrer Arbeit
- sie erfahren ständige Kritik an Ihrem Privatleben
- man übt Telefonterror aus
- es gibt mündliche Drohungen gegen Sie
- Sie erhalten schriftliche Drohungen
- Ihnen wird der Kontakt verweigert durch abwertende Blicke oder Gesten
- Ihnen wird der Kontakt verweigert, ohne dass man etwas direkt ausspricht

### **2. Angriff auf die sozialen Beziehungen**

- man spricht nicht mehr mit Ihnen
- man lässt sich von Ihnen nicht ansprechen
- Sie werden in einen Raum weitab von den Kollegen versetzt
- den KollegInnen wird verboten, mit Ihnen zu sprechen
- Sie werden wie Luft behandelt

### **3. Angriffe auf das soziale Ansehen**

- Hinter Ihrem Rücken wird schlecht über Sie gesprochen
- es werden Gerüchte über Sie verbreitet
- man macht Sie lächerlich
- Sie werden verdächtigt psychisch krank zu sein
- man versucht, Sie zu einer psychiatrischen Untersuchung zu zwingen
- man macht sich über Ihre Behinderung lustig
- Ihr Gang, Ihre Stimme oder Gesten werden imitiert um Sie lächerlich zu machen

- man greift Ihre politische oder religiöse Einstellung an
- man macht sich über Ihr Privatleben lustig
- man macht sich über Ihre Nationalität lustig
- Sie werden gezwungen, Arbeiten auszuführen, die Ihr Selbstbewusstsein verletzen
- Ihr Arbeitseinsatz wird in falscher und kränkender Weise beurteilt
- Ihre Entscheidungen werden in Frage gestellt
- Ihnen werden obszöne Schimpfworte oder andere entwürdigende Ausdrücke nachgerufen
- Sie erfahren sexuelle Annäherungen oder verbale sexuelle Angebote

#### **4. Angriffe auf die Qualität der Berufs- und Lebenssituation**

- Ihnen werden keine Arbeitsaufgaben zugewiesen
- Ihnen wird jede Beschäftigung am Arbeitsplatz genommen, so dass Sie sich nicht einmal selbst Aufgaben ausdenken können
- Sie erhalten Aufgaben weit unter Ihrem eigentlichen Können
- Sie erhalten ständig neue Aufgaben
- Sie erhalten "kränkende" Aufgaben
- Sie erhalten Aufgaben, die Ihre Qualifikation übersteigen, um Sie zu diskreditieren

#### **5. Angriffe auf Ihre Gesundheit**

- Sie werden gezwungen, gesundheitsschädigende Arbeiten zu verrichten
- Ihnen wird körperliche Gewalt angedroht
- man wendet leichte Gewalt bei Ihnen an, um Ihnen einen "Denkzettel" zu verpassen
- Sie werden körperlich misshandelt
- man verursacht Kosten, um Ihnen zu schaden
- man richtet physischen Schaden in Ihrem Heim oder an Ihrem Arbeitsplatz an
- Sie erfahren sexuelle Handgreiflichkeiten