



## **Selbsthilfegruppe Mobbing am Arbeitsplatz** **Mobbing kann jeden und jede treffen**

In der Gruppe vertrauen wir einander und jeder kann sich aktiv einbringen.

Wir unterstützen uns gegenseitig und tauschen uns aus, wie wir die Mobbingsituation in den Griff bekommen, ohne selbst zum Opfer zu werden.

Für Mobbingbetroffene ist es schwierig, sich Dritten anzuvertrauen und ihr Leiden in Worte zu fassen. Da die meisten Vorfälle – isoliert betrachtet – als nicht besonders gravierend erscheinen und erst durch ihre Häufung zum Terror werden, stossen Schilderungen bei Unbeteiligten nicht selten auf Unverständnis. Für viele Aussenstehende, die noch keine Mobbingerfahrung gemacht haben, ist auch schlicht unvorstellbar, dass es so etwas geben soll. Sie neigen dazu, die Schilderungen der betroffenen Person in Zweifel zu ziehen oder zumindest als nicht schlimm abzutun.

- Wie erkenne ich die Anzeichen von Mobbing?
- Wie verhalte ich mich bei Mobbing?
- Wie gehe ich gegen Mobbing am Arbeitsplatz vor?

Der gemeinsame Austausch hilft uns dabei, Antworten und Lösungen zu finden und uns gegenseitig zu stärken.

Die Selbsthilfegruppe Mobbing am Arbeitsplatz befindet sich noch im Aufbau.

**Hast Du Interesse? Wir freuen uns auf Dich.**