

Mobbing ist immer ein Gruppenphänomen

Die Diözese Linz bietet Konflikt- und Mobbingberatung für Betroffene an

Stefan Robbrecht-Roller, Referent der Betriebsseelsorge der Diözese Linz, sprach in der Redaktion über Mobbing und informierte über Unterstützungsmöglichkeiten.

Was versteht man unter dem Begriff Mobbing?

Mobbing ist eine negative, kommunikative Handlung, die von einer oder mehreren Personen gegen eine Person gerichtet ist und über einen längeren Zeitraum andauert, wodurch die Beziehung zwischen Täter und Opfer gekennzeichnet wird. Die negativen Handlungen zielen darauf ab, jemanden auszugrenzen, einzuschüchtern oder zu beschämen. Mobbing kann sich sowohl in Handlungen als auch in Worten zeigen. Die Beziehung zwischen Tätern und Betroffenen – egal ob in der Schule, am Arbeitsplatz oder im Freundeskreis – wird dadurch beeinträchtigt. Machtungleichheit entsteht, die verhindert, dass Konflikte und Probleme auf Augenhöhe und auf der Sachebene ausgetragen werden können.

Gibt es bestimmte Verhaltensweisen oder Merkmale, die Mobbing begünstigen?

Naja, es gibt natürlich Phänomene, die Mobbing begünstigen. Stress, Sparmaßnahmen, Existenzängste, Unsicherheit – alles, was irgendwie Druck in einer Gruppe erzeugt. Aber man kann es nicht an persönlichen Merkmalen festmachen. Mobbing ist immer ein Gruppenphänomen. Es gibt Täter, Betroffene und viele Beobachter. Auf welche Seite sich die Beobachter schlagen, hängt stark vom Chef ab. Wenn er sich klar gegen Mobbing ausspricht und die Dynamik unter-

bindet, werden die Beobachter diese Haltung unterstützen. Natürlich ist damit der Konflikt nicht gelöst, aber die Isolation und die Machtungleichheit sind gebrochen und damit ist der Weg frei, um das Problem auf Augenhöhe auszuordnen. Viele Betroffene denken darüber nach, ob sie irgendetwas falsch gemacht haben oder ob sie irgendwie selbst daran Schuld sind. Ich würde das nicht an der Person festmachen – das kann jeden treffen. Du bist nicht Schuld, wenn du gemobbt wirst. Das ist die erste, wichtige Botschaft. Mobbing ist ein Gruppenphänomen und immer ein Versagen der Führungsebene. Im Arbeitskontext gibt es die sogenannte Fürsorgepflicht, die besagt, dass sich Vorgesetzte um ihre Mitarbeiter kümmern müssen, wenn sie zum Beispiel von Mobbing betroffen sind.

Wie sieht das konkret aus, wenn ich als Betroffener bei euch anrufe?

Zuerst ist es wichtig zu sagen, dass wir keine Therapeuten sind. Das Wichtigste ist, dass wir zuhören und uns Zeit nehmen, gemeinsam mit der Person dem von ihr formulierten Ziel näher zu kommen. Manche Personen wollen raus, manche wollen die Situation kitten. Wir folgen immer den uns geschilderten Ansichten und stellen Fragen. Zuerst nehmen wir uns einmal Zeit dafür, uns die Situation genau schildern zu lassen. Nach ungefähr zwanzig Minuten wechselt die Fragestellung dahingehend, dass wir fragen, was die betroffene Person will. Was wäre eine gute Lösung? Wo willst du hin? Woran würdest du erkennen, dass das Problem gelöst ist? Es geht dabei um Visionen. Und welchen nächsten Schritt der Anrufer

»ICH WÜRDTE MOBBIING NICHT AN DER PERSON FESTMACHEN – DAS KANN JEDEN TREFFEN.«



machen kann, um dieser Vision näher zu kommen. Ein Gespräch dauert meist 30 bis 40 Minuten.

Welche Unterstützung bietet das Mobbing-Telefon der Diözese Linz?

Wir haben eine Ausbildung zur Mobbingberatung in Wien absolviert. Unser Fokus liegt darauf, Menschen zu ermutigen, den ersten Schritt zu setzen, um aus ihrer untragbaren Situation herauszukommen. Bei uns rufen entweder Opfer oder Beteiligte an. Wir raten ihnen dann, ein Mobbing-Tagebuch zu führen, die eigene Beobachtungen und Gefühle ernst zu nehmen und nicht zu sagen: »Es war eh nur eine kleine Sache« oder: »Der hat es sicher nicht so gemeint«. Außerdem sollen die Betroffenen darüber reden. Wenn sie noch die Kraft dazu haben, mit den Tätern selbst. Sonst mit Vertrauenspersonen und dem direkten Vorgesetzten. Wichtig ist, sich nicht die Schuld an allem zu geben und sich deswegen in Selbstisolation zu begeben. Die eigenen Stärken und Ressourcen müssen in Erinnerung gerufen werden. Wenn man sich schlecht fühlt,

vergisst man oft sehr schnell die eigenen Fähigkeiten. Mobbing ist kräftezehrend, sich Gutes tun ist deswegen wichtig. Wenn Beobachter anrufen, raten wir ihnen, die Betroffenen spüren zu lassen, dass sie nicht allein sind. Dass es Leute gibt, die es nicht in Ordnung finden, was da abläuft. Sie können dafür sorgen, dass Betroffene in der Gruppe bleiben und nicht ausgegrenzt werden. Und auch sie können Position beziehen oder Vorgesetzte informieren.

Hat Mobbing in den letzten Jahren zugenommen?

Das ist die Gretchenfrage. 2,1 Millionen Erwachsene in Österreich haben laut einer Befragung vom deutschen Bündnis gegen Cybermobbing aus dem Jahr 2021 Mobbing im eigenen Umfeld erlebt – viele am Arbeitsplatz.

Foto: kk, Text: de

Erreichbarkeit des Mobbingtelefons: Jeden Montag (außer Feiertag) von 17 bis 20 Uhr unter 0732-7610-3610.