**Was ist Mobbing eigentlich?**

Um das Wort Mobbing zu definieren, greift man auf das englische Wort „to mob“ zurück, was so viel bedeutet wie „über jemanden herfallen, anpöbeln, angreifen, attackieren“. Ursprünglich entstammt der verkürzte Begriff aber der lateinischen Sprache, nämlich „mobile vulgus“, d. h. „wankelmütige Masse, aufgewiegeltes Volk“.

Mobbing lässt sich bildhaft mit einer Perlenkette vergleichen. Ist die einzelne Perle noch relativ unbedeutend, so wächst ihr Wert mit der zunehmenden Zahl weiterer Perlen, die in ihrer Verbundenheit mittels eines Fadens eine ganze Kette ergeben.

Wodurch Mobbing sich charakterisiert, ist die Verbundenheit einer *Vielzahl von einzelnen Mobbinghandlungen*, welche einzeln und isoliert betrachtet nicht als Mobbing bezeichnet werden können.

Mobbing bezeichnet einen Prozess der systematischen Ausgrenzung und Erniedrigung eines anderen Menschen, die von einer oder mehreren Personen betrieben werden. Diese feindseligen Handlungen geschehen mit einer gewissen Regelmäßigkeit, also mindestens einmal die Woche und über einen längeren Zeitraum (ca. ½ Jahr).

Silke Martini hat das in ihrem Buch „Mobbing und Psychoterror“ sehr gut beschrieben:

**Mobbing am Arbeitsplatz**

Allgemein ist bekannt, dass Mobbing schon im Kindergarten beginnt, sich über den Schulalltag hinzieht und längst im Berufsleben Einzug gehalten hat. Jemanden lächerlich machen, ihr oder ihm Informationen vorenthalten, tuscheln und Gerüchte streuen, und das über Wochen und Monate – rund 1,5 Millionen Menschen in Deutschland erleben täglich in diese Qualen am Arbeitsplatz.

* Mobbing steht für Intrigen und Schikanen gegen Personen am Arbeitsplatz.
* Es gibt kein klassisches Mobbingopfer, sondern es kann jede oder jeden treffen.
* Wenn der Betrieb für Beschäftigte zur Hölle wird, können Kolleginnen die Täter sein, aber auch Vorgesetzte.
* Wer gemobbt wird, leidet unter erheblichen psychischen Qualen, die zu chronischen Krankheiten werden können.
* Ursachen für den zunehmenden Psychoterror in den Betrieben sind in steigendem Konkurrenz- und Leistungsdruck sowie in der Angst um den Verlust des Arbeitsplatzes zu suchen.
* Mobbing-Opfer sollten sich wehren und soziale Unterstützung suchen.

Der Forscher Heinz Leymann, der den Psychoterror am Arbeitsplatz genauer untersucht hat, listet 45 typische Mobbing-Handlungen auf, die sich fünf Kategorien zuordnen lassen:

**Typische Mobbinghandlungen

1. Angriffe auf die Möglichkeit, sich mitzuteilen**Der oder die Betroffene wird ständig kritisiert oder beschimpft

**2. Angriffe auf die sozialen Beziehungen**Die Opfer werden geschnitten, "wie Luft" behandelt

**3. Angriffe auf das soziale Ansehen**Sie erfolgen durch Klatsch, Beleidigungen usw.

**4. Angriffe auf die Qualität der Arbeit**Man entzieht den Betroffenen Arbeitsaufgaben, gibt ihnen ständig neue Aufgaben oder solche, die ihre Qualifikation übersteigen oder weit unter ihrem Können liegen

**5. Angriffe auf die Gesundheit**Hierunter fallen Gewaltandrohungen oder Gewaltanwendungen, z. B. um jemanden einen Denkzettel zu verpassen, sexuelle Belästigung usw.

**Wer sind die Täter?**

Mobbing findet zwischen Kolleginnen und Kollegen statt, und es geht von Vorgesetzten gegenüber Untergebenen aus oder umgekehrt. Als Täter kommen auch Vorgesetzte und Beschäftigte gemeinsam vor.

Nach den Untersuchungen von Heinz Leymann sind die Mobber und Mobberinnen

* zu 44 Prozent Kollegen und Kolleginnen
* zu 37 Prozent Vorgesetzte
* zu 10 Prozent Kolleginnen und Vorgesetzte
* zu 9 Prozent Untergebene

Doch Experten aus der Mobbing-Beratung gehen von einer weitaus höheren Beteiligungsrate der Vorgesetzten aus, dem sogenannten Bossing, nämlich ca. 70 %. Häufig wird Mobbing von Vorgesetzten als strategisches Instrument zum Personalabbau genutzt oder zumindest toleriert. Zu den Tätern zählen besonders jene, die sich in ihrer Position und ihrem Ansehen durch andere bedroht fühlen.

**Wer sind die Opfer?**

Opfer kann jede oder jeder sein. Jeder vierte Beschäftigte ist statistisch in der Gefahr, einmal im Verlauf seines Arbeitslebens davon betroffen zu sein. In besonderen Konstellationen wächst diese Gefahr, z. B. wenn

* in eine seit Jahren bestehende Gruppe, jemand neu hinzukommt,
* sich Hierarchien verändern
* und/oder massiver Arbeitsplatzabbau droht bzw. stattfindet.

Als besonders gefährdete Personengruppen gelten Menschen, die sich durch ein oder mehrere Merkmale von der Gruppe abheben, z. B. durch

* eine Behinderung
* die Sprache
* einen anderen Sozialstatus, z. B. allein erziehend
* äußere Auffälligkeiten wie Kleidung, Haare, Verhalten z. B. ein Nichtraucher
unter Rauchern oder umgekehrt
* weltanschauliche Ansichten

Auch die besonders Engagierten und Leistungsorientierten sowie die eher Introvertierten gehören dazu.

**Branchenrisiko**

Nach Untersuchungen des Frankfurter Psychologen Prof. Dieter Zapf sind vor allem Angestellte und Beamte betroffen. In bestimmten Arbeitsbereichen sei das Risiko, zum Mobbingopfer zu werden, besonders hoch. Zapf nennt die folgenden Bereiche:

* Gesundheitswesen und Soziales (7-faches Risiko)
* Erziehung und Unterricht (3,5-faches Risiko)
* Öffentliche Verwaltung (3-faches Risiko)

Der Psychologe erklärt das mit der **Art der Tätigkeit im öffentlichen Dienst**. Bei Lehrern, Kindergärtnerinnen, Krankenpflegern usw. gäbe es keine klaren Kriterien der Leistungsbeurteilung. Durch ihr starkes persönliches Eingebundensein in die Arbeit böten sie außerdem mehr Angriffsfläche.

**Mobbing kränkt und macht krank**

Bei Mobbing-Betroffenen führen die hohen seelischen Belastungen oft zu Erkrankungen des Körpers, also zu psychosomatischen Krankheiten.

Schon nach wenigen Tagen können Beschwerden auftreten. Magen- und Darmprobleme, Schlaf- und Konzentrationsstörungen, Kopfschmerzen und depressive Verstimmungen sind die ersten seelischen und körperlichen Reaktionen auf Mobbing. Je länger das Opfer dem Mobbing ausgesetzt ist, desto stärker entwickeln sich chronische Krankheiten wie z. B. des Herz-/Kreislaufsystems, des Magen- und Darmtraktes, Atemwegs- und Hauterkrankungen usw. Häufig treten nach langen Phasen der sozialen Stigmatisierung schwere Depressionen, Medikamentenabhängigkeit oder Suchterkrankungen auf, und die Suizidgefährdung steigt beträchtlich.

(QUELLE SILKE MARTINI, MOBBING UND PSYCHOTERROR)