



SVDA- Kongress 2024  
22. November 2024

## **Mobbing – ein Blick hinter die Kulissen**

Nadine Fessler, Geschäftsleitung und  
Referentin der ElternLehre®, Coach für  
Teamentwicklung & Kommunikation in  
Organisationen

# Themenschwerpunkte

---

- Was man über Mobbing weiss – oder doch nicht?
- Definition und Ausprägungen
- Rollen und Gruppendynamik
- Mein Verhalten als Mobbingopfer
- Warnsignale und Interventionen
- Mobbingprävention – ein Leitfaden
- Schutz im Netz

# Was man weiss – oder doch nicht?



a) Ein Mobbingopfer sollte man ermutigen mit: „Wehr dich!“

b) Bei Mobbing ist häufig ein Wechsel des Arbeitsorts des „Opfers“ die Lösung.

c) Eine Ausbildungsverantwortliche/ein Chef sollte bei einem Verdacht Täter und Opfer zu einer Aussprache unter 6 Augen heranzitieren.

d) Es gibt typische Mobbingopfer.

e) Es gibt ein typisches Täter\*innenprofil.

# Definition von Mobbing



→ Unterscheidung Konflikt – Mobbing

- Mobbing ist eine Gewaltform
  - verbale/psychische Gewalt
  - physische/psychische Gewalt
  - digitale/psychische Gewalt

- Mobbing ist ein Gruppenphänomen



# Ausprägungen von Mobbing

- **Direktes Mobbing**

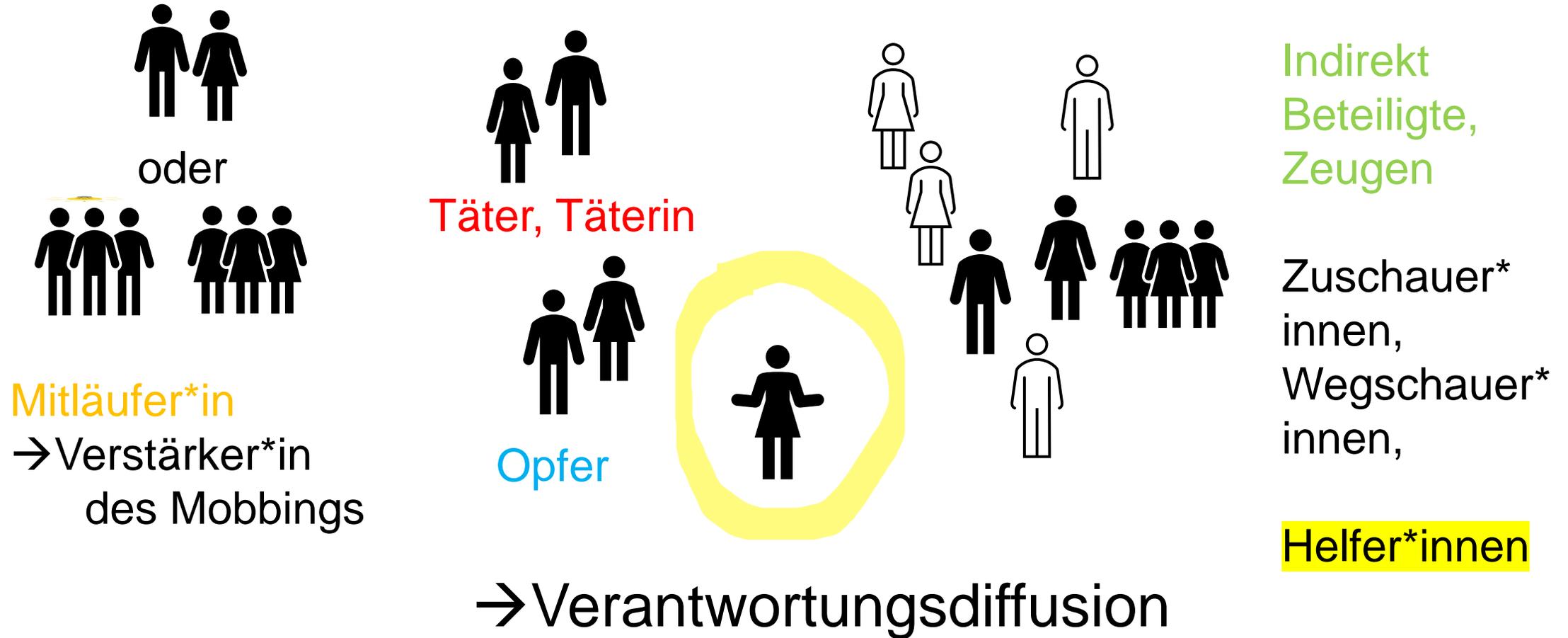
Hand nicht geben, beleidigen, Sprüche/Witze machen

- **Indirektes Mobbing**

ausschliessen, isolieren, Gerüchte verbreiten, entwerten, tuscheln, nicht beachten, zerstören von Beziehungen



# Rollen und Gruppendynamik



# Mein Verhalten als Mobbingopfer

1. offensiv sein
2. versöhnlich bleiben
3. Verbündete suchen
4. Chef\*in ansprechen
5. Mobbing-Tagebuch führen
6. Privatleben pflegen
7. handlungsfähig bleiben



# Umfeld: Warnsignale erkennen und intervenieren

1. hinschauen & betroffene Person ansprechen, nachfragen
2. analysieren anstelle von bagatellisieren
3. Das Opfer über Tratsch und Gerüchte informieren
4. Mitläufer\*innen ansprechen und sensibilisieren
5. Keine weiteren Schritte ohne das O.K. der betroffenen Person einleiten



# Mobbingprävention – ein Leitfaden

## Als Firma/Institut/Arbeitgeber\*in folge ich dem Grundsatz: Null-Toleranz gegenüber Mobbing

- Weiterbildungen & Veranstaltungen für Mitarbeitende
- Schulung von Führungskräften zu (Cyber) mobbing
- geeignete Organisationsstruktur
- klares Leitbild und Konzepte
- gute Diskussions- und Streitkultur
- regelmässige Mitarbeiter\*innengespräche



# Schutz im Netz

- 147.ch (Schweizerische Kriminalprävention und pro Juventute )
- zischtig.ch: gesunder und sicherer Umgang mit digitalen Medien
- Kampagne „Not a joke – gib Mobbing keine Chance“ von [www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch)
- klicksafe.de

