

# Die 45 Mobbing-Handlungen

(nach Heinz Leymann, „Mobbing“, 1993)

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

1. Der Vorgesetzte schränkt die Möglichkeit ein, sich zu äußern
2. Man wird ständig unterbrochen
3. Kollegen schränken die Möglichkeit ein, sich zu äußern
4. Anschreien oder lautes Schimpfen
5. Ständige Kritik an der Arbeit
6. Ständige Kritik am Privatleben
7. Telefonterror
8. Mündliche Drohungen
9. Schriftliche Drohungen
10. Kontaktverweigerung durch abwertende Blicke oder Gesten
11. Kontaktverweigerung durch Andeutungen, ohne dass man etwas direkt ausspricht

## 2. Angriffe auf die Sozialen Beziehungen:

12. Man spricht nicht mehr mit dem/der Betroffenen
13. Man lässt sich nicht ansprechen
14. Versetzung in einen Raum weitab von den Kollegen
15. Den Arbeitskollegen wird verboten, den Betroffenen anzusprechen
16. Man wird "wie Luft" behandelt

## 3. Angriffe auf das soziale Ansehen:

17. Hinter dem Rücken des Betroffenen wird schlecht über ihn gesprochen
18. Man verbreitet Gerüchte
19. Man macht jemanden lächerlich
20. Man verdächtigt jemanden, psychisch krank zu sein
21. Man will jemanden zu einer psychiatrischen Untersuchung zwingen
22. Man macht sich über eine Behinderung lustig
23. Man imitiert den Gang, die Stimme oder Gesten, um jemanden lächerlich zu machen
24. Man greift die politische oder religiöse Einstellung an
25. Man macht sich über das Privatleben lustig
26. Man macht sich über die Nationalität lustig
27. Man zwingt jemanden, Arbeiten auszuführen, die sein Selbstbewusstsein verletzen
28. Man beurteilt den Arbeitseinsatz in falscher oder kränkender Weise
29. Man stellt die Entscheidungen des/der Betroffenen in Frage

30. Man ruft ihm obszöne Schimpfworte oder andere entwürdigende Ausdrücke nach
31. Sexuelle Annäherungen oder verbale sexuelle Angebote

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

32. Man weist dem Betroffenen keine Arbeitsaufgaben zu
33. Man nimmt ihm jede Beschäftigung am Arbeitsplatz, so daß er sich nicht einmal selbst Aufgaben ausdenken kann
34. Man gibt ihm sinnlose Arbeitsaufgaben
35. Man gibt ihm Aufgaben weit unter seinem eigentlichen Können
36. Man gibt ihm ständig neue Arbeitsaufgaben
37. Man gibt ihm "kränkende" Arbeitsaufgaben
38. Man gibt ihm Arbeitsaufgaben, die seine Qualifikation übersteigen, um ihn zu diskreditieren

#### **5. Angriffe auf die Gesundheit**

39. Zwang zu gesundheitsschädlichen Arbeiten
40. Androhung körperlicher Gewalt
41. Anwendung leichter Gewalt, zum Beispiel um jemandem einen "Denkzettel" zu verpassen
42. Körperliche Mißhandlung
43. Man verursacht Kosten für den Betroffenen um ihm zu schaden
44. Man richtet physischen Schaden im Heim oder am Arbeitsplatz des Betroffenen an
45. Sexuelle Handgreiflichkeiten