

Mobbing(präventions)beratung für Bundesbedienstete in Vorarlberg

Bundesbedienstete aus dem Bereich des BMBWF können sich ganz unbürokratisch Hilfe und Unterstützung bei Mobbing holen.

Kontakt Daten der Mobbingpräventionsberater*innen

Dr. Sophia Richter sophia.richter@ph-vorarlberg.ac.at +43 5522 31199106

Dr. Gerhard Pušnik pusnik@posteo.at +43 6643918646

Mag. Stefan Schäfer stefan.schaefer@bildung-vbg.gv.at +43 664 279 5736

Die Beratungen sind kostenlos und selbstverständlich vertraulich!

Mobbing am Arbeitsplatz

ist eine schwerwiegende Störung des Arbeitsklimas, führt zu Stress und einem entwürdigenden Arbeitsumfeld und kann zu langfristigen negativen Folgen für die Betroffenen führen. Mobbing ist kein Kavaliersdelikt. Daher gilt es, Mobbing zu unterbinden und ein partnerschaftliches Klima zu fördern.

Konflikte sind übliche Formen der Austragung von Meinungsverschiedenheiten, die in jedem Unternehmen bestehen und bei konstruktiver Austragung nicht nachteilig sein müssen. Es ist von besonderer Bedeutung, zwischen Konflikten und Mobbing zu differenzieren. Nicht jeder Streit, nicht jede Unstimmigkeit und Unannehmlichkeit soll als Mobbing tituliert werden.

Im Gegensatz zu Konflikten stellt Mobbing eine indirekte gezielte Schikane dar. Unterschwellige, oft schwer rückzuverfolgende Attacken dominieren das Geschehen. Zudem droht ein Machtungleichgewicht, in dem eine Partei aus dem System „zu fallen“ droht.

Von Mobbing

spricht man dann, wenn die Feindseligkeiten systematisch, kontinuierlich und über einen längeren Zeitraum auftreten.

Folgen von Mobbing

Mobbingprozesse beeinträchtigen die Lebensqualität. Betroffene von Mobbing leiden unter einer Reihe von Beschwerden, die von Konzentrationsproblemen bis zu schweren Depressionen reichen können. Lang andauernde Mobbingprozesse haben auch physische Folgeerscheinungen, die von Kopf- und Magenschmerzen, Übelkeit, Schweißausbrüchen, Ein- und Durchschlafstörungen bis zu Herz- und Kreislaufproblemen gehen können.

Auch betriebswirtschaftlich wirkt sich Mobbing negativ aus und führt zur Minderung von Dienstleistungen, zu erhöhtem Kostenaufwand durch Fehlzeiten, Arbeitsunfälle, vermehrte Krankenstände, sinkende Arbeitsmotivation.

Mobbingberatung

Mobbingberatung zielt darauf ab, die Handlungsfähigkeit der Betroffenen wiederherzustellen bzw. sie zu erhöhen. Ressourcen, die den Betroffenen aufgrund der Irritationen und enormen Belastung nicht mehr zugänglich sind, sollen reaktiviert werden. Betroffene sollen wieder initiativ werden und selbständig sie Entscheidungen und Interventionen setzen können, die die Mobbingssituation beenden.

Wenn Sie die folgenden Aussagen

- Ich bin wiederholt schikanösen Handlungen ausgesetzt.
- Die schikanösen Handlungen sind systematisch gegen mich gerichtet.
- Die schikanösen Handlungen haben das Ziel mich zu isolieren.
- Es besteht ein Machtungleichgewicht zu meinen Ungunsten.

mit „Ja“ beantworten, dann liegt (nach Christa Kolodej) ein Mobbingverdacht vor.

Sie sollten sich an eine/n Mobbing(präventions)berater*in wenden.

aktualisiert: August 2026