



MOBbing **Ratgeber**

infra
Informations- und Kontaktstelle
für Frauen

LANV
Liechtensteinischer
ArbeitnehmerInnenverband



Inhalt

5 Vorwort

Martina Haas und Claudia Heeb-Fleck

7 Grundlagen

- 8 **Was ist Mobbing – Und was ist es nicht?**
- 8 Mobbing zu erkennen, ist nicht immer einfach!
- 11 Mobbing oder sexuelle Belästigung?
- 12 **Wer ist von Mobbing betroffen und warum?**
- 12 Risikofaktoren
- 13 Häufigkeit
- 14 Besonders hohes Mobbingrisiko in Liechtenstein?
- 14 Ursachen
- 15 Die Ziele der mobbenden Personen
- 17 **Was sagt das Gesetz?**
- 17 Arbeitgeber/-innen zur Verantwortung ziehen
- 21 Schutz vor Kündigung in Zusammenhang mit Mobbing
- 22 Mobbende Personen direkt zur Verantwortung ziehen

25 Rat für Betroffene

- 27 **Wie erkenne ich Mobbing?**
- 27 Analyse der Arbeitsplatzsituation
- 28 Checkliste – Bin ich ein Mobbingopfer?
- 30 Mobbingverlauf
- 31 Mobbing vorbeugen
- 33 **Wie kann ich mich gegen Mobbing wehren?**
- 33 Vorkommnisse dokumentieren
- 34 Auf den Informationsfluss achten
- 34 Eigene Rolle beleuchten
- 35 Opferrolle ablegen – Handlungsfähigkeit wiederherstellen

- 36 Für die eigene Gesundheit und Entspannung sorgen
- 37 Aussprache mit der mobbenden Person verlangen
- 39 Aussprache mit dem/der Vorgesetzten verlangen
- 40 Sich intern Unterstützung holen
- 42 Bossing – Wenn der Chef/die Chefin mobbt
- 45 Massnahmen in Bezug auf den Arbeitsvertrag
- 47 Kündigung
- 54 Gerichtliches Vorgehen
- 57 **Wo finde ich professionelle Hilfe?**
- 57 Ärztliche und psychologische Hilfe
- 58 Anonyme Beratung
- 58 Rechtsberatungsstellen
- 60 Juristischer Beistand
- 61 Mediation
- 62 **Was tun bei körperlichen und psychischen Beschwerden?**
- 62 Ärztliche Unterstützung
- 64 Psychologische Beratung

67 **Rat für Arbeitgeber/-innen**

- 69 **Verantwortung und Gewinn der Unternehmen**
- 69 Wirtschaftlicher Strukturwandel und ungesunde Betriebskultur als Nährboden
- 70 Mobbing verursacht Kosten für Betrieb und Gesellschaft
- 72 **Wie kann der Betrieb Mobbing vorbeugen?**
- 72 Faktoren ermitteln, die Mobbing begünstigen
- 73 Frühe Signale erkennen
- 74 Die Zufriedenheit der Mitarbeiter/-innen erheben
- 76 Gutes Betriebsklima fördern
- 76 Führungskräfte qualifizieren
- 77 Belegschaft sensibilisieren und schulen
- 77 Arbeitnehmervertretung wählen
- 78 Unternehmensleitbild erarbeiten
- 78 Betriebliche Vereinbarung verfassen zum Schutz gegen Mobbing, sexuelle Belästigung und Diskriminierung

- 80 Wie kann der Betrieb bei Mobbing konkret vorgehen?**
- 80 Probleme ansprechen und ernst nehmen
- 81 Abklärungsgespräche mit den Betroffenen führen
- 82 Interne Abklärung, gegebenenfalls Untersuchung einleiten
- 82 Konflikt aufarbeiten und lösen
- 84 Professionelle Beratung beiziehen
- 85 Coaching beziehungsweise Supervision
- 86 Mediation
- 87 Massnahmen gegen die mobbende Person ergreifen

89 Anhang

- 90 **Musterschreiben**
- 98 **Anlaufstellen und Adressen**
- 101 **Literaturverzeichnis**
- 104 **Impressum und Dank**