



## Mobbing: Definitionen

„Die offizielle Definition ist: Mobbing ist eine konfliktbelastete Kommunikation am Arbeitsplatz unter Kollegen oder zwischen Vorgesetzten und Untergebenen, bei der die angegriffene Person unterlegen ist und von einer oder mehreren anderen Personen systematisch und während längerer Zeit direkt oder indirekt angegriffen wird mit dem Ziel und /oder dem Effekt des Ausstoßes und die angegriffene Person dies als Diskriminierung erlebt.“

(aus Dorothee Döring „Nie wieder Mobbingopfer“, 2012)

„Heinz Leymann schlägt eine allgemeine, eine stressmedizinische und eine erweiterte Definition von Mobbing vor:

### 1. Die allgemeine Definition lautet:

Der Begriff Mobbing beschreibt negative Verhaltensweisen, die gegen eine Person gerichtet sind (von einer oder mehreren anderen) und die wiederholt (mindestens einmal in der Woche) vorkommen und damit die Beziehung zwischen „Täter“ und „Opfer“ kennzeichnen. Diese Zeitangaben dienen der Forschung und sind individuell natürlich oft abweichend. Viele Mobbingbetroffene haben vor allem mit diesen Zeitangaben Probleme, insbesondere wenn sich ihre Erfahrungen auf seltene, dafür aber krasse Vorfälle beziehen. Denn ein Betroffener kann schon nach wenigen Vorfällen und weit vor Ablauf eines halben Jahres im Abseits gelandet sein.

### 2. Die stressmedizinische Definition lautet:

Mobbing ist ein sozialer Vorgang, der als sogenannter Stressor wirkt und zu biologischen Stressreaktionen im Körper führt. Die Erfahrung von Mobbing versetzt den Betroffenen in einen ständigen Spannungszustand zwischen Verteidigung und Rückzug. Dabei kommt das hormonelle Gleichgewicht des Körpers durcheinander: Stresshormone „fluten“ das Gehirn, dessen Funktion wird dadurch beeinträchtigt, und der Körper entwickelt psychosomatische Krankheitsanzeichen.

### 3. Die erweiterte Definition lautet:

Mit Mobbing wird ein Prozess bezeichnet, der mit einem Konflikt, einem Streit oder einer Meinungsverschiedenheit anfängt, in der Folge aber in typischer Form ausufert und sich verselbständigt. Diese besondere Art von Konfliktverlauf konzentriert sich nach einiger Zeit immer nur auf einen der am ursprünglichen Konflikt Beteiligten, der daraufhin angeklagt, geschnitten und oft aus dem Arbeitsleben ausgeschlossen wird.

**Mobbing ist nichts einmalig Vorkommendes** oder Statisches, sondern die An- bzw. Übergriffe treten immer wieder auf und zeigen einen destruktiven, spiralförmigen Handlungsablauf. Mobbing manifestiert sich nicht als einmaliger Vorfall (z.B. ein Gruß wird nicht erwidert oder eine dargebotene Hand wird nicht geschüttelt) oder in unterschiedlichen Sichtweisen, die zu Konflikten oder Streitigkeiten führen können. Mobbing ist vielmehr eine Kette von aufeinander bezogenen negativen Handlungen, die erst in einem gesetzmäßigen und sich aufschaukelnden Verlauf ihre manchmal bezweckte, manchmal in Kauf genommene krank machende Wirkung entfalten. ...“

(aus: *Mobbing, Psychoterror am Arbeitsplatz...* von Gerd Arentewicz, Alfred Fleissner, Dieter Struck, S. 13-15)