

Terror im Büro

man nun auch eine Gruppentherapie belegen.

■ VON ULRIKE GREINER

Immer mehr Menschen klagen darüber, dass sie am Arbeitsplatz gemobbt werden. Für sie gibt es jetzt konkrete Hilfe (siehe Kasten). Über die Hintergründe von Mobbing sprach die *Kleine Zeitung* mit Helmut Graf, Psychotherapeut, Management- und Wirtschaftsberater.

Stimmt es, dass heute mehr gemobbt wird, als vor zehn Jahren?

GRAF: Es gibt meines Wissens nach keine seriösen Vergleichsstudien, durch die man diese Aussage wissenschaftlich fundiert unterstützen könnte. Als Berater konnte ich in den letzten Jahren aber beobachten, dass die physischen und

auch psychischen Anforderungen massiv gestiegen sind. Viele Unternehmen in Kärnten haben es noch nicht geschafft, die Organisation, das Informationsmanagement und die Sozial- und Selbstkompetenz der Mitarbeiter den notwendigen Veränderungen anzupassen. Dadurch entstehen vermehrt Konflikte, die dann fälschlicherweise als Mobbing bezeichnet werden.

Ist denn Mobbing kein Konflikt?

GRAF: Doch, aber diese Art und

Weise einen Konflikt zu „lösen“ hat eine Dynamik, die sich von „normalen“ Konflikten am Arbeitsplatz unterscheidet?

Können Sie Beispiele nennen?

GRAF: In der Regel findet sich bei täglichen Reibereien ein Weg, damit umzugehen. Bei Mobbing-Prozessen werden Maßnahmen gesetzt,

die nicht nur sittenwidrig sind, sondern auch oft das Arbeitsrecht brechen. Nicht selten werden Menschen als psychisch krank abgestempelt. Und wenn sie sich juristische Hilfe holen, werden sie im Regen stehen gelassen.

Übertreiben Sie jetzt nicht?

GRAF: Keinesfalls! Mobbing-Attacken

wirken sich nicht nur fatal auf die Psyche, sondern auch auf die Leistungsfähigkeit aus! Als Managementberater kann ich der Wirtschaft nur dringend empfehlen, sich mehr um die Konfliktfähigkeit der Mitarbeiter zu kümmern. Führungspersonen sollen endlich damit beginnen, Sozial- und Selbstkompetenz ernst zu nehmen. Eintägige Power-Seminare oder esoterische „Selbsterfahrung“ sind zwar jetzt „in“, doch zur Erweiterung der Führungsqualitäten führen sie nur in den seltensten Fällen.

Was sind die häufigsten Beschwerden, über die Mobbing-Betroffene klagen?

GRAF: Es gibt Beschwerden, die sich auf den Körper, andere wieder verstärkt auf die Psyche auswirken. Schlafstörungen, Magenschmerzen, Panikattacken, totale Verunsicherung oder Depressionen kann ich in meiner Praxis zum Beispiel recht oft beobachten. Solche Sinnkrisen können sogar bis zu Selbstmordgedanken führen. Bei diesen Symptomen ist ärztliche und psychotherapeutische Betreuung dringend angeraten. Allein wird man damit nicht fertig.



Helmut Graf, Psychotherapeut, bietet Hilfe an

HILFE BEI MOBBING

■ **Gruppentherapie.** Der Kärntner Landesverband für Psychotherapie (KLP) bietet unter der Leitung von Helmut Graf eine Gruppentherapie an, in welcher Mobbing-Betroffenen Rat und Hilfe angeboten wird. Interessierte können sich unter Tel. (0 46 3) 50 07 56 (KLP) oder direkt bei Helmut Graf, Tel. (0 42 74) 51 4 87 (zwischen 9 und 12 Uhr) anmelden. Ein teilweiser Kostenersatz durch die Krankenkassen ist in begründeten Fällen möglich.