befragen (befragte, befragt)

ermitteln (ermittelte, ermittelt)

unter [Schlafstörungen](http://www.planet-wissen.de/gesellschaft/schlaf/schlafstoerungen/index.html%22%20%5Co%20%22Schlafst%C3%B6rungen%20und%20was%20dagegen%20hilft), [körperlichen Schmerzen](http://www.planet-wissen.de/gesellschaft/krankheiten/chronische_schmerzen/index.html%22%20%5Co%20%22Planet%20Wissen%3A%20Chronische%20Schmerzen) und [Depressionen](http://www.planet-wissen.de/gesellschaft/krankheiten/depression_wenn_die_seele_trauer_traegt/index.html%22%20%5Co%20%22Planet%20Wissen%3A%20Depressionen) leiden

zu schweren, ernsthaften und chronischen Erkrankungen der Betroffenen kommen

wissenschaftliche Mitarbeiterin

am Mobbing-Report mitwirken

in Auftrag geben

in die Sucht treiben

 im schlimmsten Fall zum [Selbstmord](http://www.planet-wissen.de/gesellschaft/tod_und_trauer/selbsttoetung/index.html) führen

aufhören zu arbeiten

Auswirkungen auf sein Privatleben haben

in die Arbeitslosigkeit greaten

weder seine Miete zahlen noch den Lebensstandard halten können

den Kontakt zu Freunden verlieren

die erste und einzige repräsentative Untersuchung übers Mobben am Arbeitsplatz

Von den Befragten gab jeder Dritte an, aufgrund anhaltender Schikanierungen am Arbeitsplatz länger erkrankt zu sein.

keine weitere Mobbingstudie in Auftrag gegeben

Umfrage der Europäischen Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen

#### die Schikanen schaden der Wirtschaft.

das Mobbing am Arbeitsplatz

auch dem Unternehmen schaden, in dem gemobbt wird.

Die Betroffenen sind häufiger krankgeschrieben.

Ihre Motivation sinkt.

Müssen neue Mitarbeiter eingearbeitet werden, entstehen dadurch Kosten.

die Mobbing-Fehltage

Wissenschaftler am Institut für Markt- und Sozialforschung

Insgesamt liegen die Produktionsausfälle in Deutschland, die durch Mobbing am Arbeitsplatz entstehen, nach Schätzungen des Deutschen Gewerkschaftsbunds bei etwa 12,5 Milliarden Euro im Jahr.

Hinzu kommen mehrere Milliarden für medizinische Behandlungen, [Psychotherapien](http://www.planet-wissen.de/gesellschaft/psychologie/psychotherapie/index.html%22%20%5Co%20%22Planet%20Wissen%3A%20Psychotherapie), Sozialleistungen und Frühverrentungen, die vor allem die Kranken- und Rentenversicherungsträger zu tragen haben.

die Kosten für Krankheitsbehandlungen schätzen

durch das Mobbing verursacht werden

#### Wege aus der Abwärtsspirale

Schikanen und Beleidigungen

nach einer Lösung für den Konflikt suchen

die Betroffenen versuchen, sich selbst zu helfen

 Sie können mit den Kollegen, von denen die Schikanen ausgehen und mit anderen Unbeteiligten sprechen, um nach einer Lösung für den Konflikt zu suchen.

Ratsam sein

sich Hilfe von Dritten holen

mögliche Ansprechpartner

der Betrieb- und Personalrat oder die Geschäftsleitung

professionelle Hilfe

Gewerkschaften und spezielle Selbsthilfegruppen anbieten

durch Schulungen auf das Problem aufmerksam machen

Vertrauenspersonen benennen

Entscheidungen innerhalb des Betriebs transparent kommunizieren

#### Wer mobbt, macht sich strafbar.

ein spezielles Anti-Mobbinggesetz

eine klare Regelung durchs Gesetz

Verboten ist Mobbing aber auch hier.

Strafbar sein

gegen das Grundgesetz verstoßen

sich vor Gericht gegen seine Peiniger zur Wehr setzen können

jemanden beleidigen, verleumden oder ihm übel nachreden

sich auf das Allgemeine Gleichstellungsgesetz berufen

wegen ihres Alters oder ihrer Religion diskriminiert werden

das Fehlverhalten der anderen konkret benennen

 Wer sich wehren will, protokolliert daher die Vorfälle am besten, etwa indem er ein Mobbingtagebuch führt.

Die E-Mail, in denen der Chef ausfallend wird, sollte der Betroffene aufbewahren.

Und vielleicht gibt es Zeugen für bestimmte Vorfälle.