

Tipps für Mobbing-Opfer

Mobbingtäterinnen und Mobbingtäter dürfen nicht belohnt werden!

Viele Mobbing-Opfer werden krank, geben auf oder kündigen, wie viele dies sind, darüber gibt es bisher leider keine Studien oder Statistiken.

Experten raten Mobbing-Opfer sollten keineswegs vorschnell kündigen. Denn für Mobbing-Opfer gibt es durchaus die Möglichkeit, eine Abfindung, Schmerzensgeld oder Schadensersatz zu erhalten und durchzusetzen. Bei Mobbing gibt es die Chance, dass man als Mobbing-Opfer bei der AfA keine Sperre auferlegt bekommt.

Ratgeber gibt es sicher ausreichend, wie auch Expertinnen und Experten, wo die Betroffenen kompetente und verbindlichen Hilfe erfahren, wie zum Beispiel bei www.mobbing-rechtshilfe.de .

Hier einige Tipps:

- Mobbing- Informationen bei <http://www.mobbing-web.de> zum downloaden
- Mobbing-Tagebuch führen
- Externe Berater einschalten (z.B. www.mobbing-rechtshilfe.de)
- Rechtsschutz abschließen, falls noch nicht vorhanden, siehe: www.mobbing-rechtshilfe.de
- Betriebsrat einweihen.
- Notfalls durch einen Arzt beraten lassen. **Bei psychischen oder psychosomatischen Beschwerden aufgrund von Mobbing sollte frühzeitig der Hausarzt / die Hausärztin zu Rate gezogen werden.**
- Anwalt einschalten - Es ist sehr wichtig, sich sehr schnell beraten zu lassen, denn frühzeitig können noch viele Weichen z.B. bei Arbeitsplatzkonflikte (Mobbing, Bossing, Abmahnung, Kündigung, etc.) gestellt werden. Je länger gewartet wird, desto verfahrenener und rechtlich schwieriger wird oftmals die (Mobbing-) Situation, da Betroffene in den seltensten Fällen die rechtliche Bedeutung von einzelnen Übergriffen erkennen, auswerten und rechtlich gesichert dokumentieren können.

Örtliche Anlaufstellen:

- ✓ Ortsverwaltung der Gewerkschaften (für Gewerkschaftsmitglieder).
- ✓ Ortsniederlassungen der Krankenkassen
- ✓ Selbsthilfegruppen
- ✓ Seelsorge der Kirchen
- ✓ Hausärzte
- ✓ Psychologen & Kliniken
- ✓ [Rechtsanwälte](#)