- **Unterscheiden sich Mobbingbetroffene symptomatisch von anderen PatientInnen?**

- **Wie beeinflusst ein vorliegendes Mobbinggeschehen die psychotherapeutische Arbeit?**

- **Welche Konsequenzen ergeben sich für die Psychotherapie und die Arbeit des/ der Psychotherapeutin/ -en?**

I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de

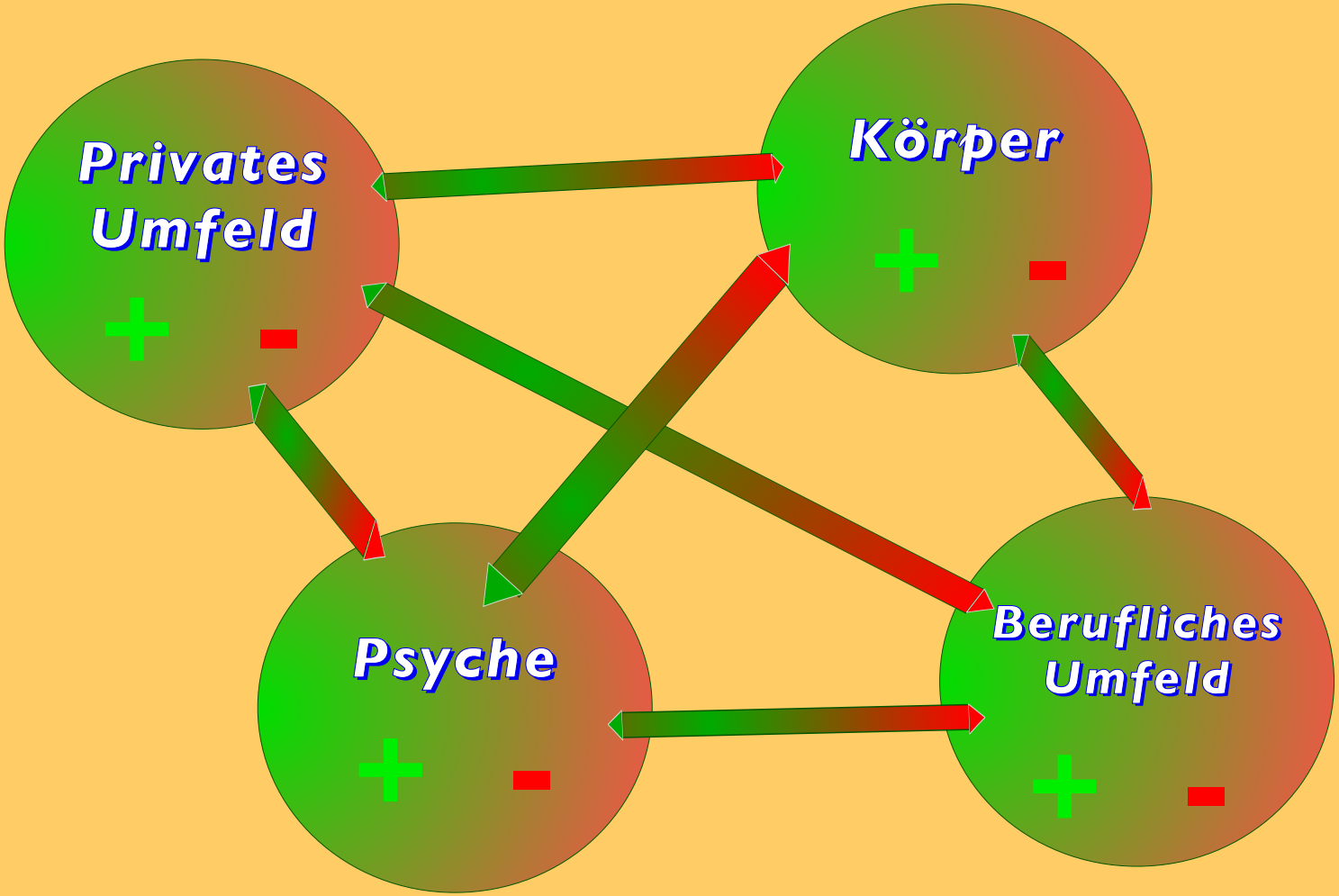
- **Unterscheiden sich Mobbingbetroffene symptomatisch von anderen PatientInnen?**
  - **Die eindeutige Antwort an dieser Stelle ist Nein.**
    Mobbing ist eine Form von sehr starkem psychosozialem Stress, dessen Wirkung auf den Einzelnen abhängig ist von der individuellen Konstitution und eventuellen Vorschädigungen oder Vorbelastungen und insofern nicht vorhersagbar ist.
    Im Rahmen stationärer psychosomatischer Behandlung konnte lediglich festgestellt werden, dass Mobbingbetroffene in der Regel höheren psychosozialen Belastungen ausgesetzt sind als andere Patienten.
  - **Es gibt jedoch deutliche Effekte von Mobbing auf die psychische Gesundheit**
    - **Verstärkung bestehender Erkrankungen**
    - **Blockade eines Heilungsprozesses**
    - **Massive Schädigung des Selbstwertgefühls**

I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de

- **Wie beeinflusst ein vorliegendes Mobbinggeschehen die psychotherapeutische Arbeit?**
  - **Mobbing ist eine mehr oder weniger starke Traumatisierung**
    Die Mobbingsituation zeigt alle Merkmale einer traumatischen Belastung.
    Die Betroffenen haben (nahezu) keine Möglichkeiten ihr auszuweichen, wenn sie ihren Arbeitsplatz nicht aufgeben wollen.
    Sie fühlen sich dem/ den Mobber/-n gegenüber (völlig) ohnmächtig.
  - **Ein aktuelles Mobbinggeschehen führt zu ständiger Retraumatisierung**
    Unter einem aktuellen Mobbinggeschehen ist eine wirksame Psychotherapie daher kaum/ nicht möglich.

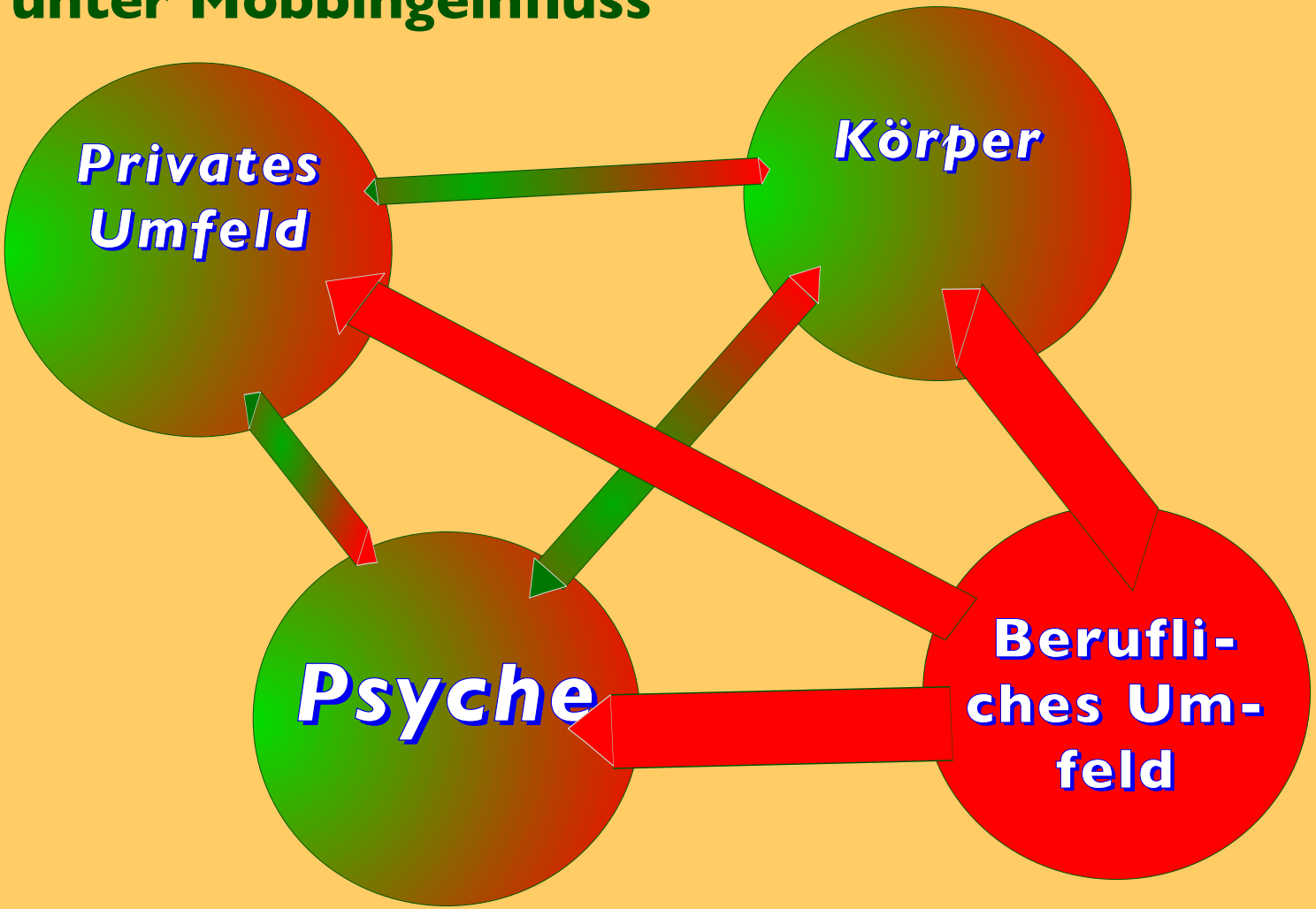
I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de

Leben in Balance



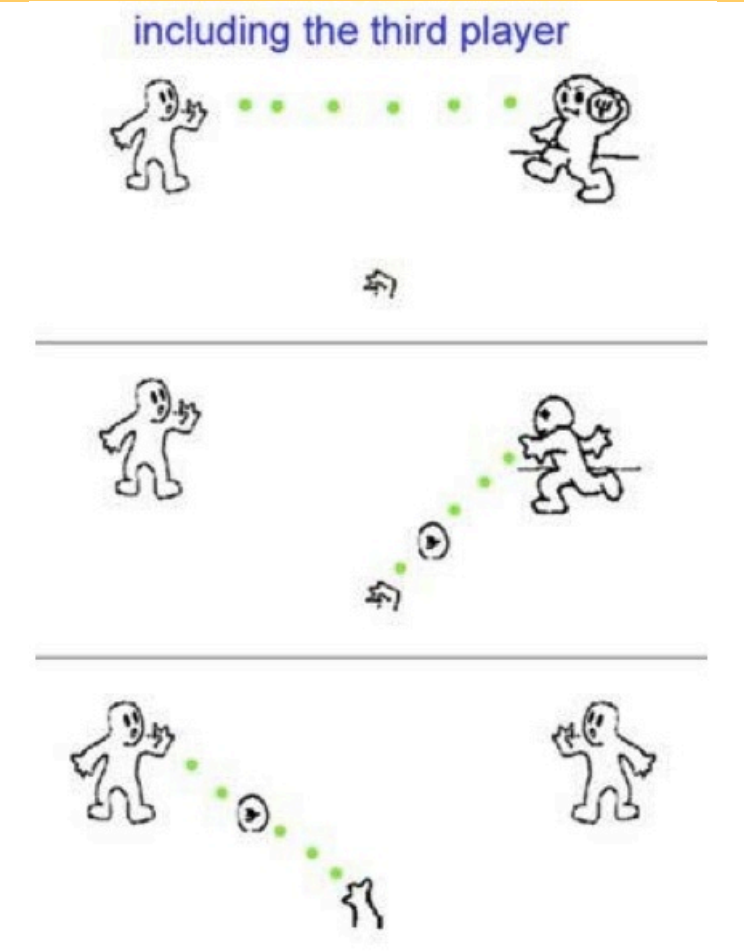
I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de

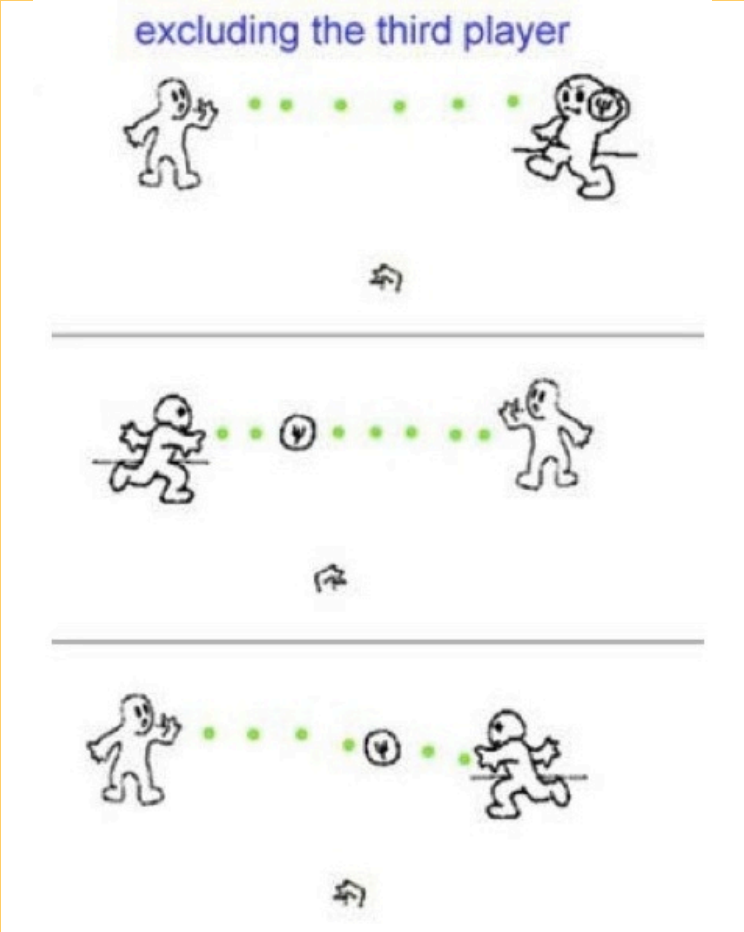
Leben unter Mobbingeinfluss



I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de

Neurophysiologie der Ausgrenzung





I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de

Neurophysiologie der Ausgrenzung

- **Neuropsychologische Untersuchungen aus den letzten zehn Jahren weisen sehr deutlich darauf hin, dass die Erfahrung sozialer Ablehnung ähnliche neurophysiologische Aktivitätsmuster auslöst wie die Erfahrung von körperlichem Schmerz. (Eisenberger, Science, 2003)**
- **Die umgangssprachlichen Formulierungen vom Schmerz des Verlassenwerdens oder vom Schmerz des Alleinseins sind mithin mehr als der Versuch, ein subjektives Gefühl in Worte zu kleiden. Sie treffen eine neuropsychologische Realität.**
- **Mobbingprozesse sind Prozesse sozialer Ausgrenzung und lösen deshalb mit hoher Wahrscheinlichkeit ähnliche neuropsychologische Prozesse aus, wie andere Formen der Ausgrenzung.**

I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de

- **Welche Konsequenzen ergeben sich für die Psychotherapie und die Arbeit des/ der Psychotherapeutin/ -en?**
  - **Psychotherapie ist unter einem aktuellen Mobbinggeschehen nur begrenzt möglich.**
  - **Wenn ein aktuelles Mobbinggeschehen vorliegt, muss dem/ der Patienten/-in zunächst zu Handlungsmöglichkeiten im Zusammenhang mit dem Mobbing verholfen werden, bevor eine wirksame Psychotherapie einsetzen kann.**
  - **Die Vermittlung von Konfliktbewältigungstechniken und Techniken zur Steigerung des Selbstwertgefühls können in diesem Zusammenhang hilfreich sein.**

I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de

- **Themen, die in der Psychotherapie von Mobbingbetroffenen im Vordergrund stehen**

Konfliktbewältigungstechniken

Umgang mit Traumatisierungen

Gefühle von Ohnmacht und Hilflosigkeit

Selbstwertproblematik

Work-Life-Balance

I P S E - Institut für persönliche und soziale Entwicklung - Am Rain 13 - 79875 Dachsberg - Tel.: 07755/ 9397701 - Email: mz@psychologik.de