



Mobbing am Arbeitsplatz? Ausgrenzung, Schikane, Angriffe – offen oder subtil?

*Professionelle Beratung, Klärung &
Handlungssicherheit bei Mobbing*

Kompetenz Mensch begleitet und
stärkt betroffene Personen und
verantwortliche Führungskräfte

Wenn Schweigen krank macht

Mobbing ist kein Streit, sondern ein systematischer Prozess, der ausgrenzen, zermürben und krank machen kann – mit Folgen für Betroffene und das Umfeld.

Typische Anzeichen:

- Bloßstellung, Gerüchte, subtile Abwertungen
- Ignorieren, Unterbrechen, digitale Angriffe
- Ungerechtfertigte Kritik oder soziale Isolation

Mobbing ist schwer greifbar – aber erkennbar. Und es gibt Wege heraus.

Betroffene brauchen Schutz und Klarheit. Führungskräfte brauchen Handlungssicherheit und Struktur.

Ich unterstütze Sie dabei, Mobbing zu erkennen, Grenzen zu setzen und handlungsfähig zu werden – vertraulich, professionell und mit Haltung.



Erleben Sie Mobbing – direkt oder als Führungskraft in Ihrem Umfeld?

Dann sind Ihnen diese Fragen oder Situationen vielleicht nicht fremd:

- Was tun, wenn ich bei der Arbeit systematisch ignoriert, abgewertet oder ausgegrenzt werde?
- Wie gehe ich damit um, wenn sich die Stimmung im Team verändert – und ich gezielt ins Abseits gedrängt werde?
- Wie kann ich mich als Betroffene:r schützen, ohne sofort mit Konsequenzen rechnen zu müssen?
- Wie erkenne ich als Führungskraft, ob es sich wirklich um Mobbing handelt – und was ich jetzt dagegen tun kann?
- Was mache ich, wenn sich Mitarbeitende an mich wenden – und ich unsicher bin, wie ich reagieren soll?
- Wie finde ich Orientierung und Handlungsspielraum – als Betroffene:r oder als Führungskraft?



Unsere Leistungspakete

Mobbing-Sprechstunde

Erstgespräch für Betroffene oder Führungskräfte zur Einordnung der Situation und ersten Impulsen zum Handeln.

60–90 Minuten | online oder in Präsenz

Stabilisieren & Stärken – für Betroffene

Beratung & Begleitung zur Verarbeitung der Erlebnisse, zur Entwicklung eines Ausstiegswegs aus der Mobbingssituation und zur inneren Stärkung.

2–4 Sitzungen | individuell abgestimmt

Führen in der Mobbingssituation – für Führung & HR

Analyse der Situation, Erarbeitung geeigneter Handlungsoptionen & Gesprächsvorbereitung.

1-2 Sitzungen

Begleitende Klärungsgespräche

Moderierte Gespräche mit den Beteiligten – bei Bedarf mit strukturierter Konfliktklärung oder Mediation.

3-4 Sitzungen

Kontakt

Kompetenz Mensch – Professionelle Begleitung in
Mobbingsituationen für Betroffene & Führungskräfte

Ihre Vorteile auf einem Blick:

- ✓ Klare Orientierung: Konflikt oder Mobbing?
- ✓ Geschützte Gespräche – strukturiert & lösungsorientiert
- ✓ Vertraulich & wertschätzend in jedem Schritt
- ✓ Systemisch fundiert – mit langjähriger Erfahrung in Mediation, Konfliktklärung & Coaching
- ✓ Unterstützung für Betroffene – Sicherheit für Führungskräfte

Mehr erfahren oder ein Erstgespräch vereinbaren:

 www.kompetenz-mensch.de

 beate.reinhart@kompetenz-mensch.de

 0911-2777529

 0160-97382326

Fragen Sie Ihr Erstgespräch hier an:



„Wenn am Arbeitsplatz Worte verletzen, Blicke ausgrenzen oder Schweigen krank macht, braucht es Klarheit, Struktur und einen geschützten Raum. Ich unterstütze Sie dabei, belastende Situationen einzuordnen, sich zu stabilisieren und wieder handlungsfähig zu werden – mit Haltung, Erfahrung und Mitgefühl. Und wenn Sie als Führungskraft mit einem Mobbingvorfall konfrontiert sind, begleite ich Sie dabei, sicher zu agieren, Prozesse zu verstehen und Ihrer Verantwortung professionell und wirkungsvoll nachzukommen.“

Beate Reinhart

Diplom Kaufmann (Univ.)

Master of Mediation (Univ.)

Zertifizierte Mediatorin

Diplom wertorientierter systemischer Business Coach (CAS/ISO/ICI)