

Zwei Fragen an Dr. Josef Schwickerath

→ 10.10.2012

Dr. Josef Schwickerath (Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut) ist Leitender Psychologe an der AHG Klinik Berus, wo er seit vielen Jahren erfolgreich mit der Therapie von Betroffenen beschäftigt ist.

Frage 1:

Wie beurteilen Sie die aktuelle Situation der (klinischen/therapeutischen) Unterstützungsangebote für die Opfer von Mobbing?

„Wenn klinische oder therapeutische Angebote für Mobbingbetroffene notwendig sind, so ist dies meist der Endpunkt einer längeren Konfrontation mit Mobbing. Wichtig ist, dass im Vorfeld Angebote zur Prävention wie entsprechende Information, Betriebsvereinbarungen, Beratungsangebote wie Coaching, Mobbingbeauftragte, Mediation, Supervision etc. zum Einsatz kommen. Wenn jemand spezielle therapeutische Angebote sucht, so hängt es im ambulanten Bereich entscheidend davon ab, ob der entsprechende Berater oder Therapeut Erfahrung im Umgang mit der Problematik hat bzw. aufgeschlossen genug ist, um dem Mobbingpatienten angemessen helfen zu können. Im stationären Bereich gibt es einige Kliniken, die in ihrem Angebot therapeutische Konzepte zur Behandlung von Mobbingpatienten haben. Es ist in diesem Fall aber sinnvoll dies im Vorfeld abzuklären. Entscheidend dabei ist die Frage, wie sieht das konkrete therapeutische Angebot aus und wie viel Patienten wurden bereits diesbezüglich behandelt.“

In dem so eben erschienen Buch von Schwickerath und Holz (2012) aus dem Beltz-Verlag mit dem Thema „Mobbing am Arbeitsplatz – Trainingsmanual für Psychotherapie und Beratung“ finden sich sowohl für den ambulanten als auch stationären Bereich konkrete Hilfestellungen und Empfehlungen zur Beratung und Therapie.“

Frage 2:

Welchen (ersten) Rat würden Sie Betroffenen geben?

„Grundsätzlich gilt, dass Konflikte so früh wie möglich zum Thema gemacht werden sollen, um Missverständnisse auszuräumen oder tatsächlich vorhandene Probleme einer Lösung näher zu bringen. Als einer der wichtigsten Erfahrungen zur Besprechung dieser Thematik ist die Formulierung der wahrgenommenen Probleme oder Konflikte in der sog. Ich-Form - mit dem eigenen Bedürfnis nach Klärung und ohne anklagende Haltung. Das Interesse einer Klärung, um sinnvoll arbeiten zu können, sollte im Mittelpunkt stehen. Wenn jemand über längere Zeit schon Mobbing erfahren gemacht hat, so ist es entscheidend wichtig, Abstand zu dem Geschehen zu bekommen. Danach mit Freunden oder über professionelle Helfer die Situation verstehen zu lernen und dann längerfristig klären zu können, wie sieht an dieser Arbeitsstelle eine Lösung aus, welche Perspektiven gibt es innerhalb des Betriebes oder ggf. auch außerhalb. Entscheidend dabei ist die eigene Fähigkeit, Probleme lösen zu können und v.a. die Klärung der eigenen Bedeutung der Arbeit.“

Neben der Antwort auf diese beiden Fragen empfehle ich auch das folgende Buch:
Wolmerath, M. und Esser, A. (2012). Werkbuch Mobbing. Frankfurt/Main: Bund-Verlag.“