

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt Südbaden  
Sekretariat  
Malenstraße 2  
79102 Freiburg

### **Veranstalter**

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt Südbaden  
Maienstraße 2, 79102 Freiburg  
Telefon 0761 / 888 51 888  
Telefax 0761 / 888 51 889  
E-Mail kda.suedbaden@ekiba.de

### **Anmeldung**

Wir bitten um Ihre schriftliche Anmeldung mit  
rückseitigem Abschnitt.

Information: Maggy Hanser

### **Kosten**

40.- Euro je Workshop.

Bitte überweisen Sie den Betrag auf das Konto:  
Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt, Stichwort  
*Mobbing*, Sparkasse Freiburg-Nördl. Breisgau,  
BLZ 68050101, Konto 10101937

### **Veranstaltungsort**

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt (KDA)  
Südbaden  
Maienstraße 2, 79102 Freiburg  
Tel 0761/ 888 51 888

### **Leitung**

Maggy Hanser  
KDA Südbaden, Freiburg  
Bernhard Hager  
Mobbing-Beratungstelefon Freiburg



KIRCHLICHER DIENST IN DER ARBEITSWELT  
DER EVANGELISCHEN LANDESKIRCHE IN BADEN

# Mobbing- Beratungstelefon Freiburg



## Mobbing am Arbeitsplatz –

Die eigene Situation erkennen und handeln

**Workshop I** : Stärken wieder finden  
Samstag 2. Oktober 2010

**Workshop II**: Sich wehren und schützen  
Samstag 6. November 2010

## Workshop I: Stärken wieder finden

**Zeit:** Samstag, 02. Oktober 2010  
09.00 - 12.30 Uhr  
14.00 - 17.00 Uhr

**Zielgruppe:** Mobbing-Betroffene



Mobbing-Betroffene erfahren Ausgrenzung und Isolierung am Arbeitsplatz – sie erleben subtile und/oder offene Feindschaft. Durch Angriffe gegen die Persönlichkeit werden Selbstbewusstsein und eigene Stärken in Mitleidenschaft gezogen.

Wir bearbeiten konkrete (eigene) Situationen und Erfahrungen. Durch Information und Reflexion sowie Wahrnehmungs- und Körperübungen werden Grenzen wahrgenommen und eigene Stärken wieder aktiviert.

Um ein gezieltes und wirksames Arbeiten zu ermöglichen, ist die Zahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.

## Workshop II: Sich wehren und schützen

**Zeit:** Samstag, 06. November 2010  
09.00 - 12.30 Uhr  
14.00 - 17.00 Uhr

**Zielgruppe:** Mobbing-Betroffene



Mobbing ist aus Sicht von Betroffenen durch „scheinbare“ Ausweglosigkeit gekennzeichnet.

Dieser Workshop zeigt Mobbing-Mechanismen und deren Auswirkungen auf Betroffene auf. Ziel ist es den Einzelnen in seiner Abgrenzungsfähigkeit zu unterstützen und emotional zu stabilisieren.

Wir bearbeiten konkrete (eigene) Situationen und Erfahrungen. Gemeinsam entwickeln wir Handlungsstrategien um aus dem Gefühl „Opfer“ zu sein heraus zu kommen.

Austausch, Information und Reflexion sowie Wahrnehmungs- und Körperübungen helfen dabei lähmende Gefühle zu überwinden.

**A N M E L D U N G Fax: 0761- 888 51 889**

- a.) Workshop I Stärken wieder finden! am Samstag, den 2. Oktober 2010  
 b.) Workshop II Sich wehren und schützen! am Samstag, den 6. November 2010

**bitte ankreuzen!!**

Name

Vorname

Straße

PLZ / Ort

Telefon

Mail

Unterschrift