

WER WIR SIND



Konflikt-
Lösungs-
Initiative
Mobbing-
Anlaufstelle

... besteht seit 1998 und wurde auf Anregung von Prof. Dr. Dr. Heinz Leymann gegründet.

KLIMA e. V. ist ein Verein, der sich zum Ziel gesetzt hat, Menschen in Konflikt- und Mobbing-situationen zu beraten und zu begleiten.

Zudem unterstützt der Verein Unternehmen und öffentliche Institutionen kostenpflichtig* bei der Umsetzung von Maßnahmen zur fü(h)rsorglichen Konfliktbewältigung und Mobbingprävention.

Bei KLIMA e.V. kann Mitglied werden, wer die Arbeit des Vereins aktiv oder passiv fördern möchte oder wer selbst längere Zeit Unterstützung benötigt. Einzelberatungen sind kostenpflichtig**

Das professionelle Team besteht aus Personen mit unterschiedlichen beruflichen Ausrichtungen, die u.a. als Konfliktforscher, Mediatoren, Trainer, Betriebliche Konfliktberater oder Lehrer arbeiten und Klienten wie Organisationen kompetent zur Seite stehen.

Anlässlich des 25-jährigen Jubiläums wurde angeregt, Videokonferenzen zusätzlich anzubieten. Termine werden gegebenenfalls auf der Homepage angekündigt.

*Unternehmen entrichten ein Stundenhonorar von 150 €. Bei zeitintensiven Konfliktregelungen ist eine Ermäßigung des Stundensatzes verhandelbar.

**Für Einzelberatung erheben wir von KLIMA-Mitgliedern ein Stundenhonorar von 30 € und von Nichtmitgliedern 50 € (Ausnahmen sind verhandelbar).

KOSTENLOSE ANGEBOTE

Die folgenden Gruppen-Veranstaltungen finden in der Geschäftsstelle von KLIMA e. V., Seewartenstraße 10, Haus 3 (Souterrain) statt (Feiertage ausgenommen). Teilnahme derzeit nur nach bestätigter Anmeldung unter kontakt@klimaev.de

- **KLIMA-RUNDE**
Gedankenaustausch für Betroffene ohne Voranmeldung. Bietet die Möglichkeit, Einzelfälle miteinander zu betrachten, allgemeine Fragen zu Mobbing zu erörtern, sich eigener Ressourcen bewusst zu werden und Wege der Umorientierung zu erkennen:
☞ Jeden 2., 4. und ggf. 5. Freitag 17.00 bis 19.00 Uhr
- **SELBSTHILFEGRUPPE**
„NICHT LÄNGER KRANK DURCH UNGLEICHBEHANDLUNG“
☞ Jeden 1. Freitag im Monat, 17.00 bis 19.00 Uhr.
- **SELBSTHILFEGRUPPE**
„STARK WERDEN BEI MOBBING“
☞ Jeden 3. Freitag im Monat, 17.00 bis 19.00 Uhr

Die folgenden Gruppen-Veranstaltungen finden nach Vereinbarung per E-Mail ebenfalls in den Räumlichkeiten von KLIMA e. V. statt:

- **ELTERN-KLIMA**
Gesprächskreis zum Gedankenaustausch für Eltern von mobbingbetroffenen Kindern:
- **BETRIEBS-KLIMA**
Gesprächskreis mit vertiefter Orientierungsmöglichkeit für Menschen, die sich im Berufsleben in einer Konflikt- bzw. Mobbing-situation befinden:
- **BETRIEBSRATS-KLIMA**
Austausch und Erarbeitung von Strategien gegen Mobbing, für Betriebs- und Personalräte und andere Interessierte:
- **KLIMA-MITGLIEDER-TREFFEN**
Nur für KLIMA-Mitglieder:

INDIVIDUELLE ANGEBOTE

Termine nach telefonischer Vereinbarung unter 040 33 44 25 57 oder per E-Mail unter kontakt@klimaev.de

- **BERATUNG**
Wir besprechen und analysieren mit Ihnen Ihre Situation und erarbeiten gemeinsam Lösungsmöglichkeiten. Auf keinen Fall wird Ihre Entscheidungsmacht infrage gestellt.
- **BETRIEBLICHE KONFLIKTBERATUNG**
Bei Bedarf und auf Ihren Wunsch nehmen wir als Person Ihres Vertrauens mit Ihrem Arbeitgeber oder der betrieblichen Vertretung Kontakt auf und klären behutsam denkbare Schritte. Wir begleiten Sie zu Konfliktgesprächen, verhandeln aber auch im gegenseitigen Einvernehmen mittels Pendeldiplomatie.
- **BEGLEITUNG ZU BEM-GESPRÄCHEN**
Gemäß der Ergänzung von § 167 (2) SGB IX Prävention: „Beschäftigte können zusätzlich eine Vertrauensperson eigener Wahl hinzuziehen“. Damit kann das Ziel, erneuter Arbeitsunfähigkeit vorzubeugen und den Arbeitsplatz zu erhalten, mit fachkundiger externer Unterstützung stressfreier und sicherer erreicht werden.
- **MEDIATION**
In der Mediation schaffen wir einen Rahmen, in dem die Kommunikation so geführt wird, dass die Eskalation des Konfliktes vermieden und eine Regelung gefunden werden kann.
- **VERSTÄNDNISVOLLE GESPRÄCHE**
Nach dem Prinzip, immer alles verstehen zu können, aber längst nicht alles billigen zu müssen, beleuchten wir Ihre Situation unter Einbeziehung der Arbeitgebersicht.
- **TRAINING**
Wir bieten Ihnen Trainingsmaßnahmen zur Stärkung Ihrer Kompetenzen in verschiedenen Bereichen, damit Sie im sozialen Umgang und für Konfliktfälle gewappnet sind.
- **COACHING**
Wenn Sie sich aufgrund Ihrer Situation umorientieren oder sich selbständig machen möchten, entwickeln wir mit Ihnen gemeinsam Zukunftsperspektiven.

WAS IST MOBBING?

Der Begriff steht für menschenfeindliche, krankmachende Handlungen gegen Einzelne, die dauerhaft in eine unterlegene Position geraten sind und dabei oft kriminalisiert oder als psychisch krank diffamiert werden.

WANN UND WO FINDET MOBBING STATT?

Überall wo Menschen mit unterschiedlichen Interessen in Gruppen zusammenkommen: Arbeitswelt, Bildungseinrichtungen, Freizeitorganisationen, Verbände etc. Es kann wiederholt vorkommen und sich über lange Zeiträume erstrecken.

WELCHE GESUNDHEITLICHEN FOLGEN HAT MOBBING?

Betroffene erleben die gegen sie gerichteten Handlungen als Angriff auf ihre Würde und Persönlichkeit. Mögliche Symptome sind z.B. Unruhe, Antriebslosigkeit, Schlafstörungen, Depressionen, Kopf- und Nackenschmerzen, Muskelverspannungen und Bluthochdruck.

WOHIN KANN MOBBING FÜHREN?

Zu Isolation und Ausgrenzung, Verlust des Arbeitsplatzes oder anderer sozialer Bezüge, Sinken des Selbstvertrauens, Überforderung der Angehörigen und des Freundeskreises, Flucht in Alkohol und Drogen, Selbsttötung, Racheakten unterschiedlichster Art.

WAS KÖNNEN SIE TUN?

- Nehmen Sie Ihre Symptome ernst und konsultieren Sie bei den ersten Anzeichen seelischer oder körperlicher Belastung einen geeigneten Arzt.
- Führen Sie keinen Einzelkampf. Sie benötigen Rückenstärkung durch Menschen mit Konflikt- und Mobbingfahrung.
- Suchen Sie Menschen, die Ihnen Unterstützung bieten und einfühlsam zuhören.
- Gehen Sie den Konflikt möglichst frühzeitig und behutsam auf niedriger Schwelle an.
- Führen Sie Konfliktgespräche immer in Gegenwart einer Person Ihres Vertrauens.
- Führen Sie ein Mobbing-Protokoll, in dem Sie dokumentieren:
 - ☞ Wer handelte?
 - ☞ Wer war Zeuge?
 - ☞ Wo geschah es?
 - ☞ Wann, zu welchem Zeitpunkt?
 - ☞ In welchem Zusammenhang?
 - ☞ Welche Auswirkungen hatte dies auf Sie?

Nutzen Sie die Situation zum Überdenken Ihres Lebens. So schlimm alles ist: Mobbing kann eine Chance für positive Entwicklung sein.

SO ERREICHEN SIE KLIMA E.V.

www.klimaev.de
www.mobbing-abwehr.de
mit weitergehenden Informationen

E-MAIL

kontakt@klimaev.de

TELEFON

Büro 040-33 44 25 57

ADRESSE

Büro und Veranstaltungsraum finden Sie im

Gesundheitszentrum St. Pauli
Seewartenstraße 10, 20459 Hamburg
Haus 3 (Souterrain)
Zugänglich vom Innenhof

SPENDEN

Wir sind ein gemeinnütziger Verein, der auf Spenden angewiesen und dafür dankbar ist. Selbstverständlich sind Mitgliedsbeiträge (72 €/Jahr) und Spenden an uns steuerlich absetzbar.

KONTO

Hamburger Sparkasse
IBAN DE82 2005 0550 1059 2136 27
BIC HASPDEHHXXX

09/23



**KONFLIKTLÖSUNG UND
MOBBINGBERATUNG IM
ARBEITSFELD**

Verstehen

Annehmen

Lösungen finden