



WORKSHOP

Hilfe und Selbsthilfe bei MOBBING

Ein Bildungsangebot von Selbsthilfegruppe
Mobbing Wien

MÖGLICHKEITEN UND GRENZEN

Winter 2018/2019



Mobbing ist kein Randproblem. Laut einer Studie der Europäischen Union (Eurofound), sind in Österreich 25% der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer von Mobbing betroffen. An österreichischen Schulen berichten Studien von 75% Betroffenen. Umso erstaunlicher ist es, dass es kaum umfassende Beratung zu diesem Thema gibt. Dieser Workshop vermittelt grundlegendes Wissen über Hilfe und Selbsthilfe im Umgang mit Mobbing und bietet den Teilnehmenden Raum, ihre Fähigkeiten, Erfahrungen und Beispiele aus ihrem beruflichen Alltag einzubringen.

Zielgruppe: Mobbingbetroffene, Angehörige, Interessierte, sowie Personen, die beruflich oder ehrenamtlich mit Gruppen arbeiten und mit hoch eskalierten Konflikten konfrontiert sind.

Modul 1

WAS VERSTEHEN WIR UNTER MOBING? WELCHE HILFE GIBT ES BEI MOBING?

Termin: Freitag, 11. Jänner 2019 ab 9:00 –
12:30 Uhr

Inhalt: Wer kann helfen? Welche Hilfseinrichtungen gibt es?

Modul 2

STRATEGISCHE SELBSTHILFE? PSYCHOLOGISCHE SELBSTHILFE?

Termin: Freitag, 11. Jänner 2019 14.00 –
18:00 Uhr

Inhalt: Wie kann ich mir selbst helfen? Strategien und Techniken der Selbsthilfe

Trainerin: Mag.a Irene Pollak, Betriebswirtin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Mobbingexpertin in eigener Praxis

Teilnahmegebühr: 116,00€ (Workshopteilnahme und Unterlagen, Getränke und Snacks)

Veranstaltungsort: Wirtschaftsuniversität Wien,
Welthandelsplatz 1, 1020 Wien

Anmeldung & Rückfragen bei der Workshopleitung Mag^a
Irene Pollak, Tel.: 0699 8188 4086; irene@reflekt.at

Anmeldung: ab sofort

Anmeldeschluss: 10. Dezember 2018



Eine Initiative der Selbsthilfegruppe Wien in
Kooperation mit: