Beratung von Betroffenen und Mobbingprävention

Muster Mobbingtagebuch

Mobbingfälle enden sehr häufig in einem arbeitsrechtlichen Prozess. Deshalb ist es wichtig, dass Sie darauf vorbereitet sind. Das Mobbingtagebuch ist im Falle der Eigenkündigung auch für das Arbeitsamt wichtig, um darlegen zu können, dass die Eigenkündigung nicht mutwillig erfolgt ist. Den Betroffenen droht ansonsten eine dreimonatige Sperre. Das Mobbingtagebuch kann Ihnen dabei eine Hilfestellung geben. Auf der folgenden Seite finden Sie unseren blanko Mobbingtagebuch, welches Sie runterladen, ausdrucken und nutzen können.

Wann?	Wer?	Wo?	Was geschah?	Zeuge?	Gefühl?	Gesundheit?	Vermerk
21.11.24, 07.30 Uhr	Frau Muster	Küche	Sie fragt mich schon beim Betreten, ob ich zu viel Zeit hätte, dass ich hier in der Küche stände und nichts tun würde.	Frau Muster stand neben mir. Sie holte sich einen Kaffee.	Traurigkeit, Wut, Ärger, eingeschüchtert	Herzdruck, Kopfschmerzen	Ich wollte mir nur einen Kaffee holen, so wie es jeder Kollege morgens macht.
10.12.24, 09.30 Uhr	Frau Muster	Büro	Ich habe eine Zuarbeit nicht geleistet, was ich den ganzen Tag machen würde. Sie stellt in Frage, ob ich überhaupt kompetent genug bin.	Meine Arbeitskollegin Fr. Muster saß mir gegenüber.	Panik, Unsicherheit, Traurigkeit, Verzweiflung	Herzrasen, innerliche Unruhe	Ich war mir eigentlich zu 100% sicher, ihr meine Zuarbeit geleistet zu haben. Es stellte sich auch heraus, dass diese unter ihren anderen Akten verdeckt lag. Auch im E-Mail-Postfach waren die Unterlagen enthal-ten. Sie guckte nur nicht richtig.

Wann?	Wer?	Wo?	Was geschah?	Zeuge?	Gefühl?	Gesundheit?	Vermerk