

## **Selbsthilfegruppe „Mobbing-Erfahrene“**

Diese Gruppe wendet sich speziell an ehemalige betroffene Männer und Frauen, die an ihrem Arbeitsplatz Mobbing-Handlungen ausgesetzt waren.

Wir schauen objektiv zurück und finden heraus, ob und wie eigene Persönlichkeitszüge eine solche Situation zugelassen oder dazu beigetragen haben. Zusätzlich wollen wir daran arbeiten, dass wir zukünftige Konflikte frühzeitig erkennen und entschärfen können.

Kurzfristige Unterstützung und Beratung in akuten Belastungssituationen kann die Gruppe jedoch nicht leisten.

Alle Teilnehmer/-innen bringen Themen ein und sind gemeinsam für die Gruppe verantwortlich. In der Anfangsphase wird die Gruppe vom Team des Selbsthilfezentrums unterstützt.

Infos & Anmeldung unter



Selbsthilfezentrum  
Telefon: 043 288 88 88  
Mail: [selbsthilfe@offenetuer-zh.ch](mailto:selbsthilfe@offenetuer-zh.ch)