

Ursache und Wirkung zu erkennen ist generell immer einer der denkbar besten Wege, Lösungsansätze zu finden. Aus diesem Gedanken heraus haben Mitglieder der Selbsthilfegruppe "Engagement für mehr Fairness am Arbeitsplatz" und andere Betroffene von systematisch angewandeter Psychischer Gewalt am Arbeitsort ihre Erfahrungen niedergeschrieben. Systematisch angewendete Psychische Gewalt am Arbeitsplatz gehört zu den denkbar heftigsten und nachhaltigsten Auslösern Psychischer Belastungen.

Wer systematisch angewendete Psychische Gewalt länger ertragen muss, keine Möglichkeit hat diese Belastungsquelle zu meiden, ohne schwerwiegende finanzielle, wirtschaftliche, gesellschaftliche und angsteinflößende Konsequenzen in Kauf nehmen zu müssen, kann in der Folge von schweren, anhaltenden seelischen und körperlichen Erkrankungen getroffen werden. Ein Zusammenhang zwischen Arbeitsplatzkonflikten und massiven psychischen Störungen, die oft in Depressionen unterschiedlicher Schweregrade münden, ist meist offensichtlich und für alle Beteiligten leicht nachvollziehbar. Dennoch wird gerade dieser Zusammenhang selten thematisiert.

Systematisch angewendete Psychische Gewalt ist zunächst einmal unsichtbar. Be-

troffene, die darüber sprechen, stoßen oft auf Unverständnis. Das ist umso schlimmer, da sich ehemals viele dazu überwinden müssen von dem Leid zu erzählen, dass systematisch angewendete Psychische Gewalt am Arbeitsplatz bewirkt.

Im Rahmen der Lesung „Folgen systematisch angewandeter Psychischer Gewalt am Arbeitsplatz“ berichten Betroffene von ihren bitteren Erfahrungen und den schweren nachhaltigen Folgen.

Angststörungen, Depressionen, Traumatisierung, Verlust von Vertrauen gegenüber Vorgesetzten und Institutionen, massive Einschränkungen bis zum Verlust der Leistungsfähigkeit gehören zu den häufigsten Folgen der seelischen Verletzungen, die in Extremfällen auch in schwere körperliche Erkrankungen umschlagen können.

Die erste Lesung der Selbsthilfegruppe "Engagement für mehr Fairness am Arbeitsplatz" behandelt die Methoden der Psychischen Gewalt am Arbeitsplatz, im Rahmen der Fortsetzung stehen die massiven Folgen im Mittelpunkt.

Die Lesung „Folgen systematisch angewandeter Psychischer Gewalt am Arbeitsplatz“ weist auf Ursache und Wirkung, auf die Zusammenhänge hin, wie sich die Traumatisierungen auswirken um auch gezielt dadurch das Bewusstsein für diese Zusam-

menhänge zu fördern. Wenn die Zusammenhänge von Ursache und Wirkung klar erkannt werden, erhöhen sich die Chancen Lösungsansätze zu finden.

Erkenntnis und Verständnis sind eine stabile Basis dafür, Traumatisierungen entgegen zu treten. Erkenntnis und Verständnis dienen sowohl Betroffenen als auch deren sozialen Umfeld. Und Angehörigen und Freunden kommt auch eine erhebliche Bedeutung bei der Bewältigung solcher Lebenskrisen zu. Wer als Betroffener von systematisch angewandeter Psychischer Gewalt auf Unverständnis stößt, tendiert dazu sich zurückzuziehen und das kann die Situation noch erheblich verschlimmern.

Psychische Gewalt ist leider ein sehr häufiges Phänomen und tatsächlich sind viele betroffen. Darüber mit Vertrauten reden zu können, darüber sprechen und schreiben zu können hilft dabei die eigenen Erlebnisse zu verarbeiten und kann anderen Betroffenen helfen Parallelen zu erkennen und eine bessere Nachvollziehbarkeit zu vermitteln.

Nur wenn systematisch angewendete Psychische Gewalt unterbunden werden und Betroffene sich systematisch angewandeter Psychischer Gewalt entziehen können, sind erste Schritte auf dem Weg zur Heilung möglich.

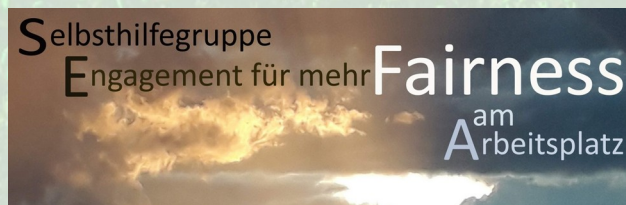
Die Selbsthilfegruppe für mehr Fairness am Arbeitsplatz bietet die Möglichkeit, im geschützten Rahmen über Erfahrungen und Folgen systematisch angewandter Psychischer Gewalt am Arbeitsplatz zu reden. Dadurch ergeben sich wichtige Informationen über Hilfsangebote und Lösungsansätze.

Mitglieder der Selbsthilfegruppe "Engagement für mehr Fairness" am Arbeitsplatz treffen sich in der Regel einmal im Monat abwechselnd an verschiedenen Orten im Saarland.

Anmeldungen, Anfragen und weitere Informationen zur Selbsthilfegruppe Engagement für mehr Fairness am Arbeitsplatz können via Mail erfolgen:

fairness.am.arbeitsplatz@t-online.de

Ebenso werden Anmeldungen zur Lesung am Mittwoch, 12. November, 19.30 Uhr über die oben genannte E-Mail-Adresse wegen der begrenzten Plätze im Raum erbeten. Eine kurzfristige Teilnahme ist auch ohne Anmeldung möglich wenn die Platzkapazitäten noch nicht ausgeschöpft sind.



Fortsetzung der Lesung „Da nimmt man doch einfach mal ein gutes Buch mit – Psychische Gewalt am Arbeitsplatz“



Die Lesungen der Selbsthilfegruppe Engagement für mehr Fairness am Arbeitsplatz werden ermöglicht durch Projektförderung der



**AOK Rheinland-Pfalz/Saarland
Die Gesundheitskasse.**

Mittwoch, 12. November 2025, 19.30 Uhr

Theater am Ring Gesellschaftsraum

Folgen systematisch angewandter Psychischer Gewalt am Arbeitsplatz

Lesung der Selbsthilfegruppe
Engagement für mehr Fairness
am Arbeitsplatz



Benjamin Kelm

liest Texte von Mitgliedern der Selbsthilfegruppe Engagement für mehr Fairness am Arbeitsplatz und anderen Betroffenen oder ehemals Betroffenen von systematisch angewandter Psychischer Gewalt am Arbeitsplatz von Betroffenen für Betroffene