

DER KALENDERSPRUCH

„Die Zukunft beunruhigt, die Vergangenheit hält uns fest, deshalb entgeht uns die Gegenwart.“

Gustave Flaubert, frz. Schriftsteller, 1821-1880

Namenstage: Beatrice, Sabina, Theodora, Verona

GUT ZU WISSEN

VERKEHR Ältere sicher unterwegs

Die „Generation 65 plus“ ist auf den Straßen in Baden-Württemberg vergleichsweise sicher unterwegs. Das berichtet das Statistische Landesamt. Besonders gefährdet seien die Senioren auf Fahrrädern und als Fußgänger. Belegt ist jedoch, dass ältere Autofahrer vergleichsweise häufig die Hauptschuld an Unfällen tragen. Bei den Über-75-Jährigen wurde sogar drei von vier beteiligten Autofahrern (76 Prozent) die Hauptschuld zugewiesen. (dpa)

TÜRKEI Neue Geldscheine ab Januar

Die türkische Zentralbank wird im Januar des kommenden Jahres neue Geldscheine einführen. Anstelle der bisherigen Neuen Türkischen Lira werde die Landeswährung dann wieder Türkische Lira heißen, berichteten Medien. Außerdem solle auch ein 200-Lira-Schein eingeführt werden. Die bisherigen Scheine sollen binnen eines Jahres aus dem Verkehr gezogen werden. (dpa)

KINDER Landleben schützt vor Asthma

Das Landleben schützt offensichtlich bereits ungeborene Kinder vor Asthma. Kinder von Frauen, die während der Schwangerschaft Kontakt zu Tieren, Getreide oder Heu hatten, bekommen im späteren Leben seltener allergische Atemweg- und Hauterkrankungen. Dies berichten Wissenschaftler aus Neuseeland und Deutschland. Offenbar wird die schützende Wirkung bereits während der Schwangerschaft auf die ungeborenen Kinder übertragen wird. (dpa)

ENDLICH! Es gibt wieder Lebkuchen

Im Einzelhandel hat der Verkauf von erster Weihnachtsware wie Dominosteinen oder Lebkuchenherzen begonnen. „Es geht jetzt los. Dominosteine und Spekulatius wollen die Leute jetzt haben“, sagte ein Sprecher des Branchenverbandes HDE. Adventskalender, Schoko-Nikoläuse und Weihnachtsmänner würden dagegen deutlich später angeboten. (dpa)



GEWINNQUOTEN

Lotto am Mittwoch

Gewinnklasse 1:	€ 14 350 687,10
Gewinnklasse 2:	€ 89 179,80
Gewinnklasse 3:	€ 81 072,60
Gewinnklasse 4:	€ 2 743,90
Gewinnklasse 5:	€ 206,70
Gewinnklasse 6:	€ 44,30
Gewinnklasse 7:	€ 26,80
Gewinnklasse 8:	€ 10,70

Spiel 77

Gewinnklasse 1:	€ 770 000,00
Gewinnklasse 2:	€ 70 000,00
Gewinnklasse 3:	€ 7 000,00

(alle Angaben ohne Gewähr)

KENO

Keno-Ziehung vom 28.8.2008

3, 5, 8, 13, 16, 17, 18, 33, 34, 37, 38, 41, 46, 54, 58, 59, 60, 64, 65, 68
Plus 5: 4 3 9 3 8

Wenn es in Unternehmen zur Sache geht: Interview mit der Konfliktberaterin Anka Kampka

„Mobbing kann auch Starke treffen“

Die Kollegen machen sich hinter dem Rücken über die ältere Kollegin lustig, am Arbeitsplatz verschwinden die Unterlagen und der Chef kann es gar nicht abwarten, bis das Opfer endlich geht: Mobbing ist an deutschen Arbeitsplätzen nicht die Regel, kommt aber vor. Wir sprachen mit der Konflikt- und Mobbingberaterin Anka Kampka.

Frau Kampka, wenn eine Kollegin eine andere zwei Wochen lang nicht grüßt, ist das schon Mobbing?

Das kommt auf die Situation an. Man muss sehen, hat sie sich im Moment einfach geärgert, oder betreibt sie einen größeren Aufwand? Es gibt aber mehrere Anhaltspunkte. Einer ist die Dauer des Konflikts. Mobbing zieht sich über einen längeren Zeitraum. Zudem verschiebt sich der zugrunde liegende Konflikt immer mehr von der Sachebene auf die persönliche Ebene. Zuerst geht es vielleicht um die Urlaubsplanung und später heißt es dann: Der Kollege ist unfähig. Oft beginnt alles mit zwei Personen, das heißt, ein Streit bricht aus. Wenn der nicht bereinigt wird, brechen die Fronten auf, bis dann der Vorgesetzte Partei ergreift, im günstigsten Fall schlichtet. Meistens halten sich Vorgesetzte aber eher zurück, stärken oft sogar noch dem Mobber den Rücken. Das gibt dann ein Signal: Mobbing ist im Grunde von mir geduldet.

Was tun, wenn der Vorgesetzte der Mobber ist? Der Chef wird sich doch auf dessen Seite stellen.

Nicht unbedingt. Oft weiß der Chef gar nichts davon, was der Vorgesetzte da tut. Wenn man dann zum nächsten Chef geht, vermeidet man den Vorwurf: „Warum haben Sie denn nichts gesagt? Das hätte ich nicht geduldet.“ Damit hat man auch einen Nachweis, dass man etwas unternommen hat – falls das Ganze wirklich vor Gericht geht oder arbeitsrechtliche Maßnahmen wie Abmahnungen angeordnet werden. Auf diese Weise sichert man sich ein Stück weit ab. Wenn ich keine guten Erfahrungen habe mit dem Chef, sollte ich jemanden mitnehmen. Ideal ist es, wenn der Zeuge nicht unter Druck gesetzt werden kann, also ein Betriebs- oder Personalrat.

Sie raten in Ihrem Buch davon ab, das Wort Mobbing in diesen Gesprächen



Und raus bist du: Wenn eine Gemeinschaft einen anderen nicht mehr haben will, werden alle Mittel eingesetzt. BILD: IMAGO

zu erwähnen. Warum?

Mobbing ist noch immer ein Tabuthema. Das führt zu einer Hilflosigkeit auch bei den Vorgesetzten. Oft gibt es offiziell kein Mobbing in einem Betrieb. Allein das Wort führt dazu, dass beim anderen die Jalousien runtergehen. Ziel sollte es immer sein, Gesprächsbereitschaft erzielen. Es ist viel wichtiger zu sehen, wie man den Vorgesetzten ins Boot bekomme. In Gesprächen mit Klienten habe ich oft gute Erfolge, wenn die Vorgesetzten sehen, die will mich gar nicht besiegen, sondern eine zukunftsorientierte Lösung suchen. Falls es zu einer Kündigung kommt, kann man auf diese Weise nachweisen, dass man nach einer Lösung gesucht hat, die Arbeitgeberseite aber nicht wollte. Insgesamt ist es schwer, Konflikt und Mobbing abzugrenzen, denn die Grenzen sind fließend. Eine Grauzone hat man immer.

Was sollte ich tun, wenn ich den Eindruck habe, ich werde gemobbt?

Ganz wichtig ist es, früh zu agieren. Oft sagen Mitarbeiter, das wird schon wieder mit diesem Konflikt. Besser ist es, aber schon früh den betreffenden Kollegen anzusprechen. Wenn man das dann nicht klären kann, sollte man weitergehen,

zum Vorgesetzten oder auch zu einer Beratungsstelle. Interessant ist, dass die meisten Menschen genau sagen können, wann das Ganze begonnen hat. Sie haben sehr wohl ein Bauchgefühl dafür, dass da etwas nicht stimmt.

Wichtig ist, sich ein Netzwerk zu schaffen, also frühzeitig mit anderen zu sprechen, mit Freunden. Wichtig ist ein Tagebuch. Damit kann ich die Ereignisse chronologisch aufführen und beim Arzt oder Rechtsanwalt vorlegen. Vielen fehlt die Kraft, das alles noch einmal zu erzählen, weil sie dann schon so am Ende sind. Und – ganz wichtig zu wissen – es wird vor Gericht anerkannt. Oft passiert es Gemobbteten auch, dass sie vom Mobber mit Ereignissen konfrontiert werden, an die sie sich nicht mehr erinnern. Wenn man auf Vorwürfe des Gegenübers sagen kann, „zu dieser Zeit war ich in Urlaub“ ist das natürlich gut. Ganz wichtig ist es, schon frühzeitig für Entspannung zu sorgen, denn immerhin wird man ja bewusst in Stress versetzt. Wenn der Tag schlecht gelaufen ist, gönnt man sich abends eben ein Glas Sekt in der Badewanne mit Rosenblüten. Da hat ja jeder seine Rezepte.

Was sollte der Partner tun, wenn er das Gefühl hat, der oder die Andere wird ge-

mobbt? Das belastet eine Beziehung doch sehr, wenn einer immer über die Arbeit klagt.

Der Partner sollte versuchen, Zeitwächter zu sein. Es ist in Ordnung, wenn der Andere darüber spricht, denn er muss es ja auch loswerden. Aber er kann ruhig sagen: Eine halbe Stunde am Tag genügt. Denn der andere kommt in einen Grübelzwang, da kann man dann ruhig sagen: Stopp! Das wird mir zuviel und das tut dir auch nicht gut. Und dann ablenken und etwas Positives machen. Kino, Theater, Spazierengehen, was auch immer. Das ist freilich nicht ganz einfach, denn manchmal ist der gemobbtete Partner ja schon depressiv.

Sind Gemobbtete selber schuld? Sie gelten ja vielen als überempfindlich.

Das ist ein Vorurteil, das noch von vielen gepflegt wird. Eine typische Mobbing-Persönlichkeit gibt es nicht. Den Vorstandsvorsitzenden kann es genauso treffen wie den Hilfsarbeiter. Es geht immer darum, beim anderen gezielt Schwächen zu suchen, um die eigenen zu vertuschen. Gerade in höheren Positionen haben die Leute Probleme damit. Sie sind es gewohnt zu kämpfen und Erfolg zu haben. Bei Mobbing ist das anders.

Anka Kampka



Anka Kampka ist 45 Jahre alt. Die Verwaltungsangestellte arbeitete im öffentlichen Dienst und war selbst Mobbing-Opfer. Nach insgesamt neun Jahren hat sie jetzt einen Arbeitsplatz gefunden, an dem sie sich wohlfühlt. Nach ihren Erfahrungen bildete sie sich zur Konflikt- und Mobbingberaterin weiter. Sie leitet das Selbsthilfenetzwerk der Mobbing-Selbsthilfegruppen; Internet: www.die-krisenmanagerin.de

Buchtip: Neu erschienen: Anka Kampka, Keine Angst vor Mobbing, Klett-Cotta, 12,90 Euro.

Denn das läuft hintenherum. Und da erleben sie, dass sie nichts ausrichten können. Mobbing kann auch Starke treffen. Wir suchen oft nach Erklärungen und trösten uns damit, dass es uns nicht treffen kann. Aber Mobbing ist eben nicht logisch. Natürlich kann man einem schwächeren Kollegen sagen, „ich bin nicht bereit, deine Arbeit mitzumachen“. Leicht ist das nicht. Aber es gibt keine Befreiung vom fairen Umgang.

Was kostet Mobbing die deutsche Wirtschaft?

Es gibt Schätzungen des Deutschen Gewerkschaftsbundes, die von jährlich 15 bis 25 Milliarden ausgehen. Einen Streit nehmen wir mit – nachhause, zur Arbeit, und die Leistung ist gemindert. Dazu kommen die Kollegen, die darüber sprechen. Dann kommt der Vorgesetzte ins Spiel, er muss sich mit diesem Konflikt auseinandersetzen, anstatt konstruktiv zu arbeiten. Das sind Faktoren, die sich summieren, aber oft nicht gesehen werden wollen, obwohl sie einen Produktionsausfall bedeuten. Und all das neben dem sichtbaren Teil, etwa den krankheitsbedingten Ausfällen.

FRAGEN: BEATE SCHIERLE

Ein Test zum Thema finden Sie unter: www.suedkurier.de/tipps

UMWELT

Mitfahrportale im Internet sind eine interessante Alternative zum eigenen Auto oder zur Bahn

Fern, schnell, gut

Demnächst muss Felix Herzog wegen eines Jobs von Hamburg nach Köln fahren. Ein eigenes Auto hat er nicht, und auch die BahnCard des Studenten bleibt dieses Mal ungenutzt. „Ich nutze eine Mitfahrgelegenheit, die buche ich online.“ Immer mehr vor allem junge Menschen nutzen die Portale, über die man meist recht spontan an Plätze in Privatautos kommen oder selbst nach Mitfahrern suchen kann – kein Wunder, angesichts der hohen Spritpreise. „Mitfahrzentralen sind eine gute Alternative zum eigenen Auto“, sagt Udo Sieverding von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen in Düsseldorf. Für Besitzer einer BahnCard, sagt Felix Herzog, könne das Zug fahren zwar genauso günstig sein. Aber in vielen Fällen lohnt es sich mit Blick auf den Geldbeutel doch, bei einem der Portale nach jemandem zu suchen, der eine Fahrt von A nach B anbietet. Hinzu kommt: Fahrgemeinschaften schonen die Umwelt. „Wenn man statt mit dem eigenen Auto zu fahren eine Mitfahrgelegenheit nutzt, wird der

CO₂-Ausstoß reduziert“, sagt Daniel Kluge vom Verkehrsclub Deutschland (VCD) in Berlin. Anbieter gibt es etliche: Zwei bedeutende sind mitfahrzentrale.de und auch mitfahrgelegenheit.de. Ersterer hatte zuletzt rund 1,2 Millionen registrierte Nutzer, sagt Sprecher Javor Milev. Bei Letzterem waren es 780 000 – Tendenz jeweils den Betreibern zufolge steigend. Weitere Portale sind citynetz-mitfahrzentrale.de, drive2day.de oder mifaz.de. Auch für Berufspendler aus ländlichen Regionen gibt es Portale: Hinter pendlernetz.de stehen dieselben Betreiber wie hinter mitfahrzentrale.de. Daneben gibt es das Angebot frauenfahrgemeinschaft.de. Und Halter von Vierbeinern können unter www.tier-mitfahrzentrale.de oder www.mitfahrzentrale-fuer-tiere.de den Transport ihrer Schützlinge in andere Städte verabreden. Die Anzahl der angebotenen Plätze kann von Portal zu Portal stark variieren.

Wer etwa bei mitfahrgelegenheit.de für einen Freitag eine Mitfahrt von Hamburg nach Münster suchte und das drei Tage vorher eingab, erhielt 29 Angebote. Bei mitfahrzentrale.de waren es 4. Manch anderes Portal förderte bei der testweisen Suche dagegen keinen einzigen Treffer zutage. Nutzer können immer entweder ein Gesuch aufgeben und warten, bis sich ein Fahrer mit einem freien Platz meldet. Oder sie suchen nach schon eingestellten Angeboten für die gewünschte Strecke. Das Suchen nach Mitfahrgelegenheiten ist ebenso wie das Einstellen von Gesuchen meist kostenlos – allerdings nicht immer. Fragwürdig erscheint etwa die Praxis eines Anbieters, pro Monat 9,90 Euro Gebühren zu verlangen – für ein Jahr im Voraus. Auch ein Blick ins Impressum kann vor unseriösen Anbietern schützen: „Ist der Firmensitz in Honolulu, sollte man sich einen anderen Anbieter suchen“, sagt Udo Sieverding.

Felix Herzog kümmert sich immer erst recht kurz vor dem geplanten Termin um eine Mitfahrgelegenheit – und ist damit bisher im wahrsten Wortsinn immer gut gefahren: „Ein paar Tage vorher sind sogar mehr Angebote da als Wochen vorher. Die meisten wissen gar nicht früher, wann sie fahren wollen.“ Über den Preis müssen sich Fahrer und Mitfahrer selbst einigen. Manchmal geben die Fahrer bereits in ihrem Inserat an, wieviel Geld sie für die Strecke haben wollen. Manche Seiten haben auch Tarifrechner, die ungefähre Preise ermitteln. Weder der Fahrer noch der Mitfahrer müssen sich Gedanken über den Versicherungsschutz machen: „Eine Haftpflichtversicherung ist gesetzlich vorgeschrieben. Bei einem Unfall gilt die Versicherung des Fahrers auch für alle Mitreisenden“, erklärt Stephan Schweda vom Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) in Berlin. JANNE TERFRÜCHTE, DPA



Daumen raus und per Anhalter: Das ist heute passé. Die meisten, die eine Mitfahrgelegenheit suchen, machen das im Internet. BILD: DPA

Wer fährt mich hier?

Wenn jemand als einziger Mitfahrer zusteigt oder ängstlich ist, empfiehlt sich etwas Vorsorge: „Man kann sich den Personalausweis zeigen lassen und die Adresse und Telefonnummer

und auch das Kfz-Zeichen aufschreiben“, sagt Udo Sieverding von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen in Düsseldorf. Die Daten gibt der Mitfahrer dann per Handy etwa an einen Freund weiter – am besten so, dass der Fahrer das auch mitbekommt.