

Mobbing-Liste nach Leymann:

1	Der Vorgesetzte schränkt die Möglichkeiten ein, sich zu äußern
2	Man wird ständig unterbrochen
3	Kollegen schränken die Möglichkeiten ein, sich zu äußern
4	Anschreien oder lautes Schimpfen
5	Ständige Kritik an der Arbeit
6	Ständige Kritik am Privatleben
7	Telefonterror
8	Mündliche Drohungen
9	Schriftliche Drohungen
10	Kontaktverweigerung durch abwertende Blicke und Gesten
11	Kontaktverweigerung durch Andeutungen, ohne dass man etwas direkt ausspricht
12	Man spricht nicht mehr mit dem/der Betroffenen
13	Man läßt sich nicht ansprechen
14	Versetzung in einen Raum weitab von den Kollegen
15	Den Arbeitskollegen wird verboten, den Betroffenen anzusprechen
16	Man wird wie >>Luft<< behandelt
17	Hinter dem Rücken des Betroffenen wird schlecht über ihn gesprochen
18	Man verbreitet Gerüchte
19	Man macht jemanden lächerlich
20	Man verdächtigt jemanden, psychisch krank zu sein
21	Man will jemanden zu einer psychiatrischen Untersuchung zwingen
22	Man macht sich über eine Behinderung lustig
23	Man imitiert den Gang, die Stimme oder Gesten, um jemanden lächerlich zu machen
24	Man greift die politische oder religiöse Einstellung an
25	Man macht sich über das Privatleben lustig
26	Man macht sich über die Nationalität lustig
27	Man zwingt jemanden, Arbeiten auszuführen, die sein Selbstbewußtsein verletzen
28	Man beurteilt den Arbeitsplatz in falscher oder kränkender Weise
29	Man stellt die Entscheidungen des Betroffenen in Frage
30	Man ruft ihm obszöne Schimpfworte oder andere entwürdigende Ausdrücke nach
31	Sexuelle Annäherungen oder verbale sexuelle Angebote
32	Man weist den Betroffenen keine Arbeitsaufgaben zu
33	Man nimmt ihm jede Beschäftigung am Arbeitsplatz, sodass er sich nicht einmal selbst Aufgaben ausdenken kann
34	Man gibt ihm sinnlose Arbeitsaufgaben
35	Man gibt ihm Aufgaben unter seinem eigentlichen Können
36	Man gibt ihm ständig neue Arbeitsaufgaben
37	Man gibt ihm >>kränkende<< Arbeitsaufgaben
38	Man gibt ihm Arbeitsaufgaben, die seine Qualifikation übersteigen, um ihn zu diskreditieren
39	Zwang zu gesundheitsschädlichen Arbeiten
40	Androhung körperlicher Gewalt
41	Anwendung leichter Gewalt, zum Beispiel um jemandem einen >>Denkzettel<< zu verpassen
42	Körperliche Mißhandlung
43	Man verursacht Kosten für den Betroffenen, um ihm zu schaden
44	Man richtet physischen Schaden im Heim oder am Arbeitsplatz des Betroffenen an
45	Sexuelle Handgreiflichkeiten
46	
47	
48	
49	
50	

Die Spalten 45 bis 50 stehen zur Verfügung, um eigene Handlungen zu definieren, die als Mobbing empfunden werden.

"Der Begriff Mobbing beschreibt schikanöses Handeln einer oder mehrerer Personen, das gegen eine Einzelperson oder eine Personengruppe gerichtet ist.
Aber auch ohne Schikaneabsicht des Täters können dessen 'normale' Handlungen von sensiblen Personen mißverstanden und als Mobbing empfunden werden."
Sie implizieren grundsätzlich die Täter-Absicht, das (die) Opfer bzw. sein (ihr) Ansehen zu schädigen und gegebenenfalls aus seiner (ihrer) Position zu vertreiben.
Die schikanösen Handlungen werden meistens über einen längeren Zeitraum hin wiederholt.

Die zwanzig "beliebtesten" Mobbinghandlungen

(entsprechend den Daten von Knorz & Zapf)

- Platz 1** **Hinter dem Rücken wird schlecht über jemanden gesprochen**
- Platz 2** **Abwertende Blicke oder Gesten**
- Platz 3** **Kontaktverweigerungen durch Andeutungen**
- Platz 4** **Falsche oder kränkende Beurteilungen der Arbeitsleistungen Man wird "wie Luft" behandelt**
- Platz 5** **Gerüchte werden verbreitet ständige Kritik an der Arbeit**
- Platz 6** **Vorgesetzte schränken Äußerungsmöglichkeiten ein**
- Platz 7** **Entscheidungen werden in Frage gestellt**
- Platz 8** **Man bekommt Arbeitsaufgaben weit unter dem Können zugeteilt**
- Platz 9** **Man wird lächerlich gemacht Man spricht nicht mehr mit den Betroffenen**
- Platz 10** **Ständige Unterbrechungen Kollegen/Kolleginnen schränken die Äusserungsmöglichkeiten ein**
- Platz 11** **Man lässt sich nicht ansprechen**
- Platz 12** **Anschreien, lautes Schimpfen**
- Platz 13** **Verdächtigung, psychisch krank zu sein Zwang zu selbstwertverletzenden Arbeiten**
- Platz 14** **Mündliche Drohungen**
- Platz 15** **Zuteilung sinnloser Arbeitsaufgaben**
- Platz 16** **Ständig neue Aufgaben**
- Platz 17** **Man bekommt kränkende Arbeitsaufgaben zugeteilt**
- Platz 18** **Kollegen wird das Ansprechen verboten**
- Platz 19** **Angreifen der politischen Einstellung**
- Platz 20** **Ständige Kritik am Privatleben / Man erhält keine Arbeitsaufgaben**

Frauen mobben häufig anders als Männer. Diese geschlechtsspezifischen Unterschiede im Mobbing-Verhalten spiegeln nicht allein psychische und erziehungsbedingte Differenzen wider, es liegt auch nahe, dass die ungleiche Verteilung von Positionen im Berufsleben vielen Männern andere Instrumente der Machtausübung ermöglicht, als sie Frauen offenstehen.