

## Gespräch mit Führungskraft über Bedrohung und Konflikte

Um Sie bei Bedrohung oder bedrohlichen Situationen zu unterstützen, muss Ihre Führungskraft informiert werden. Dafür eignet sich ein Einzelgespräch. Eine ausreichende Vorbereitung erleichtert dies oft. Dazu können Sie sich an den Fragen auf den nächsten Seiten orientieren und **Notizen machen**, die Sie mit in das Gespräch nehmen.

### Um ein Gespräch bitten:

Vereinbaren Sie mit Ihrer Führungskraft einen Gesprächstermin. Beachten Sie dabei den Weg, der in Ihrer Organisation und bei der entsprechenden Person üblich ist: manche möchten eine Terminanfrage per E-Mail, andere bevorzugen einen Anruf oder dass Sie direkt nachfragen. Wenn Sie sich unsicher sind, könnten Sie Ihre Kolleginnen und Kollegen fragen, wie Sie am besten nach einem Termin fragen. Sie können bei der Terminanfrage bereits mit ein paar Sätzen umschreiben, welches Anliegen Sie haben. Das könnte bei einer E-Mail zum Beispiel so aussehen:

*Sehr geehrte Frau F.,*

*Ich bitte Sie um einen Termin zum Einzelgespräch, da ich mich während der Arbeitszeit Bedrohung erlebe und Ihre Unterstützung brauche.*

*Über eine Rückmeldung würde ich mich freuen.*

*Mit freundlichen Grüßen,*

*Frau G.*

### Im Gespräch:

Wenn Sie zu dem Gesprächstermin gehen, können Sie das Arbeitsblatt mitnehmen. Oft hilft es, wenn man seine Notizen im Gespräch dabei hat, um nichts zu vergessen. Auch ein Bedrohungstagebuch kann im Gespräch helfen, Ihre Situation zu verdeutlichen. Dafür haben wir Ihnen eine Vorlage verlinkt, die Sie gerne herunterladen, ausdrucken und verwenden dürfen.

Abschnitt	Inhalt des Abschnitts	Notizen für das Gespräch
<b>Einstieg</b>	<b>Erzählen Sie, was passiert ist:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Geben Sie einen groben Überblick über Ihre Situation</li> <li>- Sagen Sie ggf., dass dies erstmal eine Zusammenfassung ist und Sie zusätzlich ein detaillierteres Bedrohungstagebuch mitgebracht haben.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Von wem werde ich bedroht? Wann, wie und wo begegne ich dieser Person?</li>   <li>2. Wie zeigt sich diese Bedrohung? Beschreiben Sie bitte kurz, ob Sie durch Äußerungen, körperliche Gewalt, Verhalten oder sexuelle Gewalt bedroht werden und wie die Person/en Sie bedrohen.</li> </ol>
<b>Wahrnehmungen und Sichtweisen erklären</b>	<b>Erklären Sie die Folgen der Bedrohung:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erzählen Sie, wie Sie sich fühlen, wie es Ihnen vor, während und nach der Arbeit damit geht (zum Beispiel, wenn Sie deshalb Albträume haben, schlecht schlafen können oder Angst erleben)</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Wie geht es mir damit?</li>   <li>4. Welche Folgen hat das für mich?</li> </ol>

<p><b>Wunsch und bisherige Lösungsversuche schildern</b></p>	<p><b>Den Wunsch äußern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sagen Sie möglichst konkret, was Sie sich wünschen, zum Beispiel: „Ich möchte, dass Frau P. aufhört, fiese Kommentare über mein Aussehen zu machen.“</li> <li>- Erzählen Sie, was Sie bereits selbst unternommen haben, „Ich habe Frau P. bereits mehrfach gesagt, dass ich das nicht möchte. Wenn sie mich nicht mag, ist das zwar schade, aber wir müssen ja zumindest auf der Arbeit miteinander auskommen, um gute Arbeit zu machen.“ Sie können auch erzählen, ob Sie Zeugen für die bedrohlichen Ereignisse haben und ob diese Sie unterstützen. Vielleicht gibt es auch eine/n Kollegin oder Kollegen, der Sie besonders vertrauen und die Sie zum Gespräch begleitet? (Wenn Sie eine Begleitung zum Gespräch mitbringen, sollten Sie das bei der Bitte um das Gespräch auch anmerken)</li> </ul>	<p>5. Was wünsche ich mir?</p> <p>6. Wie würde es mir gehen, wenn mein Wunsch wahr würde?</p> <p>7. Was habe ich schon selbst ausprobiert?</p> <p>8. Wer sind meine jetzigen Verbündeten?</p>
<p><b>Gemeinsame Lösung finden</b></p>	<p><b>Einen Vorschlag machen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sagen Sie, welche Form der Unterstützung Sie sich von Ihrer Führungskraft wünschen</li> <li>- Wenn Sie noch keine Idee hatten, äußern Sie das ebenfalls</li> <li>- Seien Sie offen für Vorschläge und Unterstützungsangebote</li> </ul>	<p>9. Wie kann Ihnen Ihre Führungskraft dabei helfen?</p>