



EIN VERHALTENSTAGEBUCH

... sollte jede/jeder Betroffene von Diskriminierung, Mobbing oder sexueller Belästigung führen.

Natürlich macht es Arbeit und erfordert Disziplin, das Geschehen regelmäßig und detailliert zu dokumentieren. Aber es erfüllt wichtige Funktionen: Es dient der Beweissicherung für den Fall einer juristischen Auseinandersetzung und es dient als Grundlage für die Auseinandersetzung mit der eigenen Situation und deren Aufarbeitung.

TIPPS ZUM FÜHREN DES VERHALTENSTAGEBUCHS

- | | |
|--|---|
| <p>AM SINNVOLLSTEN SIND
EIN DICKER KALENDER MIT
VIEL PLATZ FÜR JEDEN TAG
ODER DIE TAGEBUCH-LISTE.
FÜHREN SIE DIE AUFZEICH-
NUNGEN TÄGLICH UND
HALTEN SIE FEST:</p> | <ul style="list-style-type: none">» Datum und Uhrzeit» Was genau passiert ist, die Handlungen exakt beschreiben.» Wer welche Handlung begangen hat.» Wer anwesend war und die Situation eventuell mitbekommen hat (Zeugen).» Ob es körperliche/gesundheitliche Reaktionen gab und in welchem zeitlichen Abstand diese aufgetreten sind.» Wenn an einem Tag nichts passiert ist, etwa „Heute nichts passiert“.» Wann Sie warum nicht in der Arbeit waren (Urlaub, freier Tag, krank etc.) oder Sie wegen gesundheitlicher Beschwerden beim Arzt waren, etwa: „Arztbesuch wegen Schlafstörungen, Herzerasen, Schwindelgefühlen, ...“.» Wann die Belästigerin oder der Belästiger nicht in der Firma ist, etwa „Herr XY auf Dienstreise, auf Urlaub ...“.» Betroffene werden häufig auch zu Hause belästigt, z. B. im Krankenstand telefonisch unter Druck gesetzt. Vergessen Sie nicht, auch diese Situationen zu notieren. |
|--|---|

Quelle: AK plus

