

# So schützen wir uns vor Gewalt bei der Arbeit

Dies ist ein Heft für die  
Beschäftigten in unserer  
Werkstatt



# **Das finden Sie in diesem Heft:**

## **Seite 3 und Seite 4**

Hier finden Sie das Vorwort von Herrn Marasch.

## **Seite 5 bis Seite 8**

Hier erklären wir Ihnen verschiedene Formen von Gewalt.

## **Seite 9 bis Seite 12**

Hier sagen wir Ihnen: Bei diesen Stellen bekommen Sie Hilfe.

## **Seite 13 bis Seite 16**

Hier finden Sie unsere Regeln.

## **Seite 17**

Hier finden Sie alle Informationen über dieses Heft.



Liebe Leserin!

Lieber Leser!

Ich grüße Sie ganz herzlich.

Mein Name ist Alexander Marasch.

Ich bin der Chef von der Werkstatt.

Eine Gruppe von Mitarbeitern hat dieses Heft gemacht.

Dieses Heft ist für die Beschäftigten in unserer Werkstatt.

### **Darum geht es in diesem Heft:**

In dem Heft geht es um **Gewalt bei der Arbeit**.

Gewalt bei der Arbeit ist **nicht** gut.

Aber Gewalt kann überall passieren.

Leider auch bei uns.

### **In diesem Heft erfahren Sie:**

Es gibt viele Formen von Gewalt.

Wir erklären Ihnen diese Formen von Gewalt.

### **Und wir erklären Ihnen:**

So schützen wir uns vor Gewalt bei der Arbeit.

## **Wir haben auch Regeln gemacht.**

Die Regeln sind wichtig.

**Alle** müssen sich an die Regeln halten.

Die Regeln finden Sie am Ende von diesem Heft.

## **Das ist unser Ziel:**

Bei uns soll es **keine** Gewalt geben.

Alle sollen sich bei uns gut fühlen.

Alle sollen gerne bei uns arbeiten.

Wir behandeln andere Menschen höflich und freundlich.

Viele Grüße

Alexander Marasch

---

## **Noch ein Hinweis:**

In diesem Heft geht es um alle Beschäftigten:

### **Männer und Frauen.**

Aber wir schreiben immer die männliche Form.

Wir schreiben zum Beispiel:

- Ein Mitarbeiter.
- Ein Beschäftigter.

Das ist leicht zu lesen.

Aber natürlich meinen wir immer **Männer und Frauen.**

## Es gibt verschiedene Formen von Gewalt

Es gibt **Gewalt durch Worte**.

Zum Beispiel:



- Jemand sagt gemeine Dinge.
- Oder jemand beleidigt einen anderen Menschen.
- Oder jemand schimpft laut mit einem anderen Menschen.

Und es gibt **Gewalt durch Taten**.

Zum Beispiel:



- Jemand schlägt einen anderen Menschen.
- Oder jemand wirft etwas.
- Oder jemand macht etwas mit Absicht kaputt.

## Hier sind noch mehr Beispiele für Gewalt:



Jemand fasst Sie an.

Oder jemand umarmt Sie.

Aber Sie mögen das **nicht**.

Oder:

Jemand fasst Ihnen in der Mittagspause an den Po.

Und Sie finden das **nicht** gut.

Das sind auch Formen von Gewalt.



Oder:

Jemand stellt sich Ihnen in den Weg.

Und Sie können **nicht** vorbei.

Vielleicht ärgern Sie sich.

Vielleicht haben Sie auch Angst.

Auch das ist eine Form von Gewalt.

## Auch das ist möglich:

Sie sind in der Werkstatt.

Und Sie sehen:

- Ein Mitarbeiter oder Beschäftigter hält einen anderen Menschen fest.



Oder Sie hören:

- Ein Beschäftigter beleidigt einen anderen Beschäftigten.
- Oder jemand schimpft laut mit einem Mitarbeiter oder einem Beschäftigten.



Vielleicht fühlen Sie sich dann schlecht.

Vielleicht schämen Sie sich sogar.

Und vielleicht möchten Sie **nicht** darüber sprechen.

Das verstehen wir gut.

**Aber:**

**Über Gewalt sprechen ist wichtig!**

Gewalt kann zwischen allen Menschen in der Werkstatt passieren.

Zum Beispiel:

- Zwischen einem Mitarbeiter und einem Beschäftigten
- Oder zwischen zwei Beschäftigten
- Oder zwischen zwei Mitarbeitern

In unserer Werkstatt soll **keine** Gewalt passieren.

Sie haben selbst Gewalt erlebt?

Oder Sie haben Gewalt gesehen?

Erzählen Sie uns:

Was ist passiert?

Dann können wir etwas tun.

Denn Gewalt soll **nicht** passieren.

**Wir sind für Sie da!**

## Haben Sie Gewalt bei der Arbeit erlebt?

Dann helfen Ihnen diese Stellen:



- **Der Werkstatt-Rat**

Der Werkstatt-Rat ist für alle Beschäftigten da.

Alle Beschäftigten können mit dem Werkstatt-Rat reden.

Zum Beispiel:

Wenn es ein Problem mit dem Gruppen-Leiter gibt.



- **Der Soziale Dienst**

Die Mitarbeiter vom sozialen Dienst sind immer für Sie da.

Sie können zu jeder Zeit in das Büro vom sozialen Dienst kommen.

- **Ihr Gruppen-Leiter**

Sie können mit Ihrem Gruppen-Leiter über alles reden.



- **Die Frauen-Beauftragte**

Das macht die Frauen-Beauftragte:  
Die Frauen-Beauftragte kümmert sich um alle Frauen in der Werkstatt.  
Hat eine Frau in der Werkstatt ein Problem?

Dann kann die Frau mit der Frauen-Beauftragten sprechen.



- **Die Vertrauens-Person**

Wir haben 2 Vertrauens-Personen.

Das machen die Vertrauens-Personen:

Die Vertrauens-Personen helfen der Frauen-Beauftragten und dem Werkstatt-Rat.





- **Das Projekt: Frauen stärken Frauen**

Eine Beschäftigte aus unserer Werkstatt hat bei dem Projekt mitgemacht. Sie ist jetzt unsere WenDo-Trainerin.

Eine WenDo-Trainerin darf anderen Mädchen und Frauen WenDo beibringen.

In dem WenDo-Kurs lernen die Frauen:

- Wie schütze ich mich vor Gewalt?
- Wie kann ich andere vor Gewalt schützen?
- Wie wirke ich sicher?
- Wie wirke ich mutig?  
Auch wenn ich vielleicht Angst habe.
- So löse ich Konflikte.
- So wehre ich einen Angriff ab.
- So bekomme ich mehr Selbst-Bewusstsein.
- So kann ich anderen helfen.

Alle Frauen können WenDo lernen.



- **BUBL**

So spricht man es aus: **bu bel**

BUBL ist ein kurzes Wort für eine Beschwerde-Stelle.

BUBL hilft der Lebenshilfe.

Vielleicht gibt es ein Problem.

Zum Beispiel:

Ein Mitarbeiter behandelt Sie schlecht.

Oder Sie haben ein anderes Problem.

Aber Sie möchten **nicht** mit Ihren

Kollegen über das Problem sprechen.

Dann können Sie bei BUBL anrufen.

Das ist die Telefonnummer von BUBL:

08000 118 018

Der Anruf ist kostenfrei.

Das heißt: Sie müssen **nichts** bezahlen.

# Unsere Regeln



Wir haben Regeln gemacht.

Die Regeln heißen:

**So gehen wir miteinander um.**

Die Regeln sind wichtig.

Die Regeln schützen uns vor Gewalt.

Alle müssen sich an die Regeln halten.

Auch die Gruppen-Leiter müssen sich an die Regeln halten.

Bitte lesen Sie die Regeln auf den nächsten Seiten.

Verstehen Sie etwas **nicht**?

Dann fragen Sie nach.

# So gehen wir miteinander um.

## So verhalten wir uns:

Wir respektieren Grenzen.

Das heißt:

Jeder Mensch hat bestimmte Grenzen.

Die Grenzen sind bei jedem Menschen anders.

Zum Beispiel:

- Manche Menschen haben gerne Körper-Kontakt.
- Manche Menschen mögen Körper-Kontakt **gar nicht**.
- Manche Menschen mögen Körper-Kontakt nur manchmal.

Und jeder darf entscheiden:

- Möchte ich das jetzt?
- Oder möchte ich das jetzt **nicht**?
- Dann sage ich **Stopp!**

Das heißt:

- Ohne meine Erlaubnis darf mich **niemand** anfassen.
- Und ohne Erlaubnis darf ich **niemanden** anfassen.





### So reden wir miteinander:

- Wir sprechen **höflich** mit anderen Menschen.
- Wir sind **freundlich** und **ehrlich**.
- Wir beleidigen andere Menschen **nicht**.
- Böse Worte können auch wehtun.  
Deshalb benutzen wir **keine** bösen Worte.



### So arbeiten wir zusammen:

- Jeder Mensch macht manchmal Fehler.  
Habe ich einen Fehler gemacht?  
Dann sprechen wir über den Fehler.

#### **Ich bestimme selbst:**

Mit der Person möchte ich befreundet sein.

Und mit der Person möchte ich lieber **nicht** befreundet sein.



## So benutzen wir Handys:

- Wir benutzen unsere Handys nur in den Pausen.

- Wir fotografieren oder filmen andere Personen nur mit Erlaubnis.

Das heißt:

Möchte ich jemanden fotografieren?

Dann muss ich die Person vorher fragen.

Möchte mich jemand fotografieren?

Dann muss die Person mich vorher fragen.

- Möchte jemand meine Handy-Nummer?

Dann muss die Person mich vorher fragen.

Ich darf keine Handy-Nummer von Kollegen weitergeben.

- **Niemand** darf auf dem Handy verbotene Dinge angucken oder zeigen.

Verbotene Dinge sind zum Beispiel:

Pornofilme

Fotos von Gewalt

## Informationen über dieses Heft

Reinhild Kassing hat die Bilder in diesem Heft gemalt.

Dies ist die Internet-Seite von Reinhild Kassing:

<http://www.leichtesprachebilder.de>

Dirke Hentschel hat den Text in Leichter Sprache geschrieben.

Dies ist die Internet-Seite von Dirke Hentschel:

[www.leicht-ist-gut.de](http://www.leicht-ist-gut.de)

Das Urheberrecht für die Übersetzung liegt bei Dirke Hentschel. Die hier herunterzuladende Datei in Leichter Sprache darf nur unverändert verwendet werden. Eigenmächtige Änderungen am Text können dazu führen, dass der Text nicht mehr die Kriterien für Leichte Sprache erfüllt und sind daher unzulässig. Änderungen dürfen daher nur von Dirke Hentschel bzw. mit ihrer ausdrücklichen Erlaubnis vorgenommen werden.

Martina Merk, Manuel Merkes und Jennifer Querfurth haben den Text geprüft.

Martina Merk und Manuel Merkes sind vom Werkstatt-Rat.

Dies ist die Telefon-Nummer vom Werkstatt-Rat: 0214 86 81 13 00

Jennifer Querfurth ist die Frauen-Beauftragte.

Dies ist die Telefon-Nummer der Frauen-Beauftragten: 0214 86 81 12 50

Haben Sie noch mehr Fragen zu diesem Heft?

Dann sprechen Sie mit Ute Görgens.

Dies ist die Telefon-Nummer von Ute Görgens: 0214 86 81 11 59

