



INFORMATIONEN FÜR FAMILIEN

Mobbing und Bullying

Was ist Mobbing/Bullying?

Der Begriff Mobbing kommt aus dem Englischen und bedeutet soviel wie „Schikanieren“ und „Fertigmachen.“ Häufig wird auch der Begriff Bullying (Drangsalieren) verwendet, der in Großbritannien gleichbedeutend mit Mobbing verwendet wird. Manchmal wird unter Bullying aber auch für ein weniger verstecktes Verhalten als bei Mobbing verstanden, d.h. wenn körperliche Gewalt oder deren Androhung eine wichtige Rolle spielen. Mobbing ist eine Form offener und/oder versteckter Gewalt gegen Mitmenschen über einen längeren Zeitraum mit dem Ziel der sozialen Ausgrenzung. Dabei kann es um verbale und/oder körperliche Gewalt gehen.

Es gibt die direkte als auch die indirekte Form:

- **Direkt:** Hänkeln, Drohen, Abwerten, Beschimpfen, Herabsetzen, Bloßstellen und Schikanieren, körperliche Bedrohung und Gewaltausübung.
- **Indirekt:** Ausgrenzen, Rufschädigen, Isolieren durch das Vorenthalten von Informationen und Beschädigen von Eigentum der schikanierten Person.

„Mobbing“ wird häufig falsch verstanden und der Begriff missverständlich verwendet. Nicht jede Kritik oder unerwünschtes Verhalten anderer bedeutet „Mobbing“, sondern nur länger andauernde, zielgerichtete Handlungen mit dem bewussten Wunsch, die betroffene Person zu schädigen.

Wie entsteht Mobbing?

Mobbing kann auf verschiedene Weise entstehen. Doch es gibt einige Konstellationen, die überzufällig häufig auftreten und durchaus allgemeine Gültigkeit haben. In der Regel beginnt Mobbing schleichend und harmlos. Das Opfer und die Umwelt ignorieren bemerkenswert lange Gehässigkeiten und dumme Sprüche. Die Angriffe will niemand wahrhaben. Diese

werden immer schwerwiegender, das Selbstvertrauen des Opfers wird immer mehr unterhöhlt und das Opfer immer mehr isoliert.

Wie kommt es zu Mobbing?

Bei der Suche nach den Ursachen schälen sich vier Problembereiche heraus:

- Mobbing als *Versagen der Verantwortlichen*: Für die Schule heißt das, dass Lehrkräfte das Problem Mobbing nicht erkennen oder auch durch Ignorieren den Prozess noch fördern.
- *Gruppendynamische Aspekte* sind ebenfalls ein wichtiger Faktor: Oft hat man als „der Neue“ in einer Klasse einen schweren Stand, aber auch persönliche Aspekte des Täters wie z.B. ein unbefriedigtes Rachebedürfnis können Motivationshintergründe sein.
- Mobbing ist ein deutliches Zeichen für eine *gestörte Kommunikation*: Die Opfer werden isoliert, die Täter bekommen keine Rückmeldung über die Konsequenzen ihrer Taten und die Gruppe insgesamt übernimmt nicht die notwendige Verantwortung.
- Gelegentlich zeigen Mobbing-Opfer bestimmte Besonderheiten (z.B. im Aussehen, Verhalten, im Leistungsbereich oder in Bezug auf die Herkunft).

Wie kann Mobbing aussehen?

Eine einzelne gewaltsame Handlung kann noch nicht als Mobbing bezeichnet werden. Man spricht von Mobbing erst dann, wenn sich die Angriffe wiederholen. Manche Angriffe an sich können noch als harmlos bezeichnet werden, andere dagegen sind schon ein massiver Eingriff in das Leben des Opfers. Diese Angriffe können sich zeigen als

- Angriffe auf die Möglichkeit, sich mitzuteilen, z.B. durch ständiges Beschimpfen, ohne ihn zu Wort kommen zu lassen.



- Angriffe auf die soziale Beziehung, z.B. durch das Ignorieren des Opfers.
- Angriffe auf das soziale Ansehen, z.B. durch das Lustigmachen über das Privatleben.
- Angriffe auf die Qualität der Schul- und Lebenssituation, z.B. in dem man dem Opfer nur Aufgaben gibt, die weit unter oder über seinem Leistungsniveau liegen.
- Angriffe auf die Gesundheit sowohl durch körperliche als auch durch psychische Gewalt.

Wie kann sich Mobbing auswirken?

Die Folgen von Mobbing wirken sich auf die ganze Persönlichkeit eines Menschen aus, gerade auch deshalb, weil die Opfer ihre Probleme anfangs niemandem mitteilen und die Ursache zunächst bei sich suchen. Es können körperliche Schädigungen (Verletzungen), psychische Schädigungen (z.B. Herabsetzen des Selbstbewusstseins), psychosomatische Reaktionen (z.B. Bauchschmerzen, Appetitlosigkeit, Schlafstörungen) und viele andere Reaktionen (z.B. Ängste, Verstimmungszustände, Leistungsrückgang) entstehen.

Was können Erwachsene tun?

Erwachsene sollten die Warnsignale von Mobbing kennen. Ihnen sollte es auffallen, wenn das Kind nicht mehr in die Schule will, über unklare körperliche Beschwerden klagt oder Schlafstörungen hat. Beim Verdacht auf Mobbing sollte man zunächst einmal mit den Lehrern der Schule reden und nicht sofort die Täter zur Rede stellen. Außerdem sollten Mobbingopfer ermutigt werden, sich gegen die Täter zu wehren und über die Vorfälle zu berichten.

Folgende Symptome können bei einem Kind oder Jugendlichen wahrgenommen werden:

- Ohne erkennbaren Grund verändert
- Ausweichende o. einsilbige Antworten, wenn nach dem Schulalltag gefragt wird
- Überraschendes Absinken der Schulleistungen

- Angeblich wird kein Wert auf privaten Umgang mit Klassenkameraden gelegt
- Häufiges Klagen über Kopfschmerzen, Müdigkeit und Appetitlosigkeit
- Plötzliche Appetitsteigerung und Gewichtszunahme
- Klagen über Unwohlsein und der Versuch, nicht in die Schule zu gehen
- Rückzug, wirkt in sich gekehrt
- An Kleidung und Schulsachen werden rätselhafte Beschädigungen festgestellt
- Das Kind/ der Jugendliche gibt keine ausreichende Erklärung für körperliche Verletzungen
- Nimmt ungern am Sport teil
- Hat nur wenige oder nicht die „richtigen“ Freunde

Was können Kinder/Jugendliche tun?

Schülerinnen bzw. Opfer sollten sich an Personen wenden, die ihnen helfen und die sich für sie einsetzen können. Oft schweigen die Opfer, weil es ihnen peinlich ist und sie sich schämen. Gerade deshalb ist es wichtig, sich einem Lehrer, dem Vertrauenslehrer oder dem Beratungslehrer anzuvertrauen, und natürlich sollte man auch Gleichaltrige um Unterstützung bitten. Wenn man bemerkt, dass in der Klasse ein Mitschüler gemobbt wird oder man selbst Opfer ist, dann sollte man folgende Punkte bedenken:

1. Klassenkameraden sollten direkt angesprochen und um Hilfe gebeten werden.
2. Die Vorfälle sollten in einem „Tagebuch“ schriftlich festgehalten werden. Man sollte dies mit den Eltern und Lehrern besprechen.
3. Dem Täter muss unmissverständlich mitgeteilt werden, dass er damit aufhören soll.
4. Wenn sich die Situation nicht ändert, dann sollte man sich an eine Vertrauensperson in der Schule wenden.
5. Wenn alles nichts hilft, sollte man einen Experten auf diesem Gebiet um Hilfe bitten (z.B. beim Facharzt für Kinder-

Gemeinschaftspraxis Dr. D. Thron-Kämmerer / Renate Bachmayer
Heilig-Geist-Gasse 411 - 84228 Landshut
Tel.: 0871-27 66 8-0 - Fax: 0871-27 66 8-10



PRAXIS FÜR KINDER-
UND JUGENDPSYCHIATRIE
UND -PSYCHOTHERAPIE

und Jugendpsychiatrie und Psycho-
therapie).