

# Ich bin ich!

Mobbing Infoblatt 8



1/1

## Mobbing

Das Wort „mob“ stammt aus dem Englischen und wird mit „Pöbel“ übersetzt. Mit dem Begriff „Mobbing“ bezeichnet man, wenn jemand systematisch angepöbelt, angegriffen, erniedrigt und ausgegrenzt wird. Indem die Täter andere mobben, stellen sie ihre Macht unter Beweis. Sie demonstrieren, dass sie stärker sind.

Damit ist Mobbing ein eindeutiges Zeichen von Schwäche. Allerdings nicht der Opfer, sondern der Täter. Denn wer selbstbewusst und mit sich zufrieden ist, hat es nicht nötig, andere klein zu machen.



## Wegschauen – nein danke!

Wenn du Mobbing beobachtest, solltest du auf keinen Fall wegschauen! Wer wegschaut, unterstützt die Täter. Auch wenn du unmittelbar in der Situation keine Möglichkeit siehst einzugreifen, kannst du anschliessend aktiv werden:

- Suche Kontakt zum Opfer und gib ihm das Gefühl, nicht allein zu sein.
- Falls du den Täter gut kennst und die Möglichkeit siehst, diesen zu beeinflussen, dann solltest du mit ihm sprechen. Sag ihm, was dir an seinem Verhalten nicht gefällt.
- Tu dies allerdings möglichst, wenn ihr alleine seid – vor anderen fällt es dem Täter schwerer, einen Fehler einzugestehen bzw. deine Kritik anzunehmen. Sprichst du ihn vor anderen darauf an, kann es passieren, dass er sich so in die Enge getrieben fühlt, dass er sein Mobbingverhalten erst recht verstärkt.
- Erzähle Vertrauenspersonen von deiner Beobachtung: deinen Lehrkräften oder auch deinen Eltern. Sie haben andere Möglichkeiten einzugreifen als du.

## Erste Hilfe für die Opfer

Du wirst gemobbt und weisst nicht, wie du dem ein Ende bereiten sollst?

- Opfer von Mobbing zu werden, ist kein Grund sich zu schämen! Es kann jedem passieren! Sprich mit Menschen, denen du vertraust. Erzähle ihnen, was dir passiert.
- Deine MitschülerInnen haben oft Angst, selbst Opfer von Mobbing zu werden. In vielen Fällen fürchten sie sich davor, dich zu unterstützen. Eltern und LehrerInnen haben andere Möglichkeiten, dir zu helfen. Geh zu ihnen und sprich mit ihnen.