



krisenintervention schweiz

# Mobbing

Michael Freudiger,  
Psychotherapeut FSP,  
Notfallpsychologe NNPN

## Die vier Bedingungen für Mobbing

Mobbing liegt vor, wenn 4 Bedingungen gleichzeitig gegeben sind:

1. Kräfteungleichgewicht (Opfer ist alleine)
2. Häufigkeit (mind. 1x pro Woche)
3. Dauer (Übergriffe erfolgen über Wochen oder Monate)
4. Konfliktlösung ist für das Opfer aus eigener Kraft nicht möglich

## Wissen über Mobbing

Aussage 1:

In der Schule wird mehr gemobbt  
als auf dem Schulweg.

Richtig

In der Schule gibt es doppelt soviel  
Mobbing als auf dem Schulweg.

## Wissen über Mobbing

Aussage 2:

Mobbing kommt in der Stadt häufiger vor als auf dem Land.

Falsch

Die Mobbing-Häufigkeit ist unabhängig von Standort, Schul- und Klassengrösse

In den Städten ist aber das Problembewusstsein grösser.

## Wissen über Mobbing

Aussage 3:

In der Oberstufe wird häufiger gemobbt als in der Primarschule

Falsch

Schüler der unteren Primarklassen sind am häufigsten Mobbing-Opfer.

## Wissen über Mobbing

Aussage 4:

Pausenaufsicht: Die Lehrerdichte bei der Pausenaufsicht hat einen Einfluss auf Mobbing und Gewalt im Schulhaus.



Richtig

## Wissen über Mobbing

Aussage 5:

Äusserlich auffällige Kinder (Brille, Sprache, Übergewicht, rote Haare, Ausländer) werden öfters Opfer von Mobbing

Falsch

Äusserlichkeiten werden aber oft als Erklärungen angegeben.

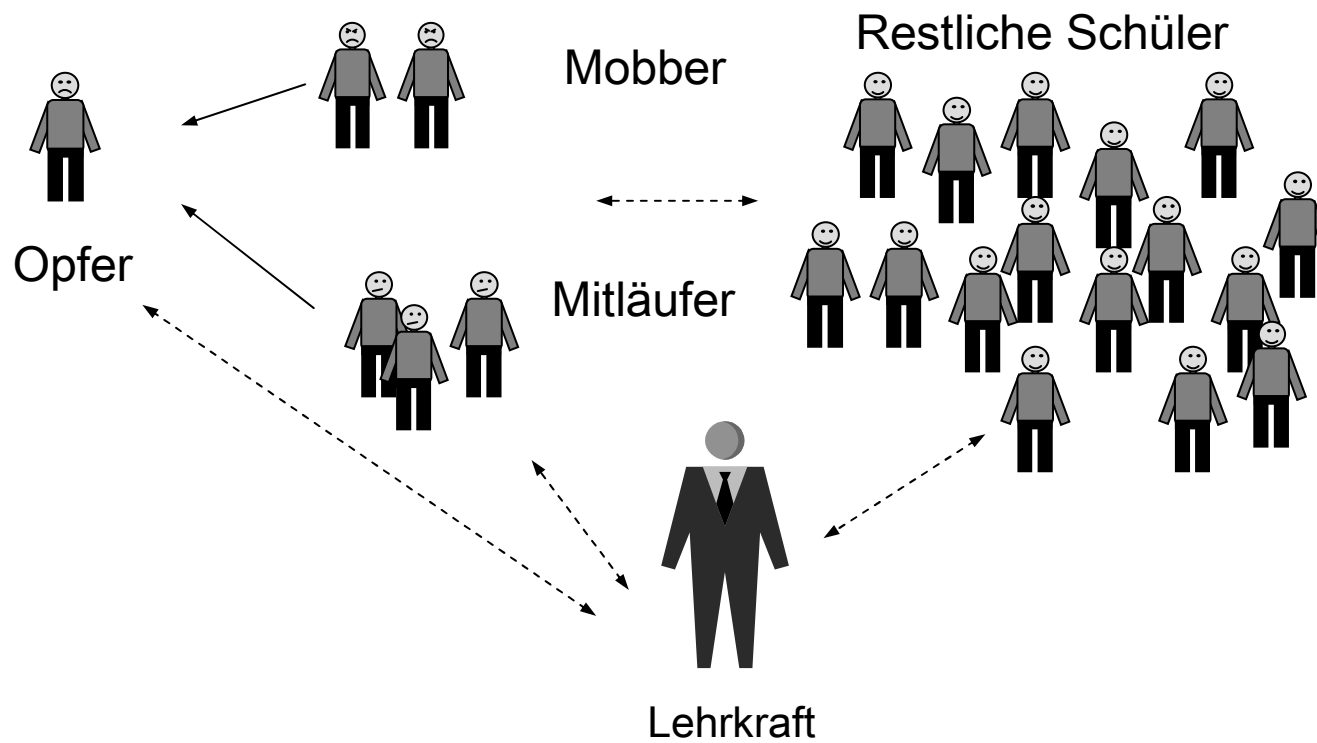
## Beispiele für Formen von Mobbing

Mobbing-form	Beispiele
verbal	Ständiges beleidigen, Namen austeilen, nachäffen, auslachen, verbreiten von Gerüchten, bedrohen (auch über Medien möglich wie z.B. SMS, MNS)
sozial	Zusammenarbeit verweigern, ignorieren, wegschauen, abwenden, Ausschluss bei Spielen
körperlich	schubsen, schlagen, sexuelle Belästigungen oder Übergriffe
sachlich	Sachen werden versteckt, Sachen werden zerstört
psychisch	Erpressung, Hausaufgaben abverlangen, erniedrigende und entwürdigende Handlungen, Aufnahme ins Internet stellen, MMS, Happy slapping

## Mobbingphasen

1. Alltagskonflikte, Verhärtung der Positionen, Buhlen um Zuschauergunst – Parteiergreifung
2. Veränderung der Machtverhältnisse (Mitläufer , Statusgewinn für Täter, Verstärkung...)
3. Gezielte Ausgrenzung
  - Opfer kämpft oder zieht sich zurück, wird aggressiv, provoziert oder verhält sich ungeschickt. > Sanktionen durch Gruppe und Erwachsene
  - Opfer im Focus > kann nichts recht machen
  - Handlungen durch Mitläufer
4. Unlösbare Situation. Wutausbrüche, depressive Verstimmung, Autoaggressionen, Flucht, Absenzen, Suizidgedanken...

## Mobbing-Struktur in Klassen und im Schulhaus



## Merkmale Täter:

- Aggressiv (auch gegenüber LehrerInnen)
- Machtausübung als wichtigstes Verhaltensmotiv
- Körperlich stark (Knaben)
- Beliebter als Opfer
- Werden bis 30j auch viel häufiger straffällig wegen Gewalttaten

## Passive Opfer (Häufigster Opfertyp)

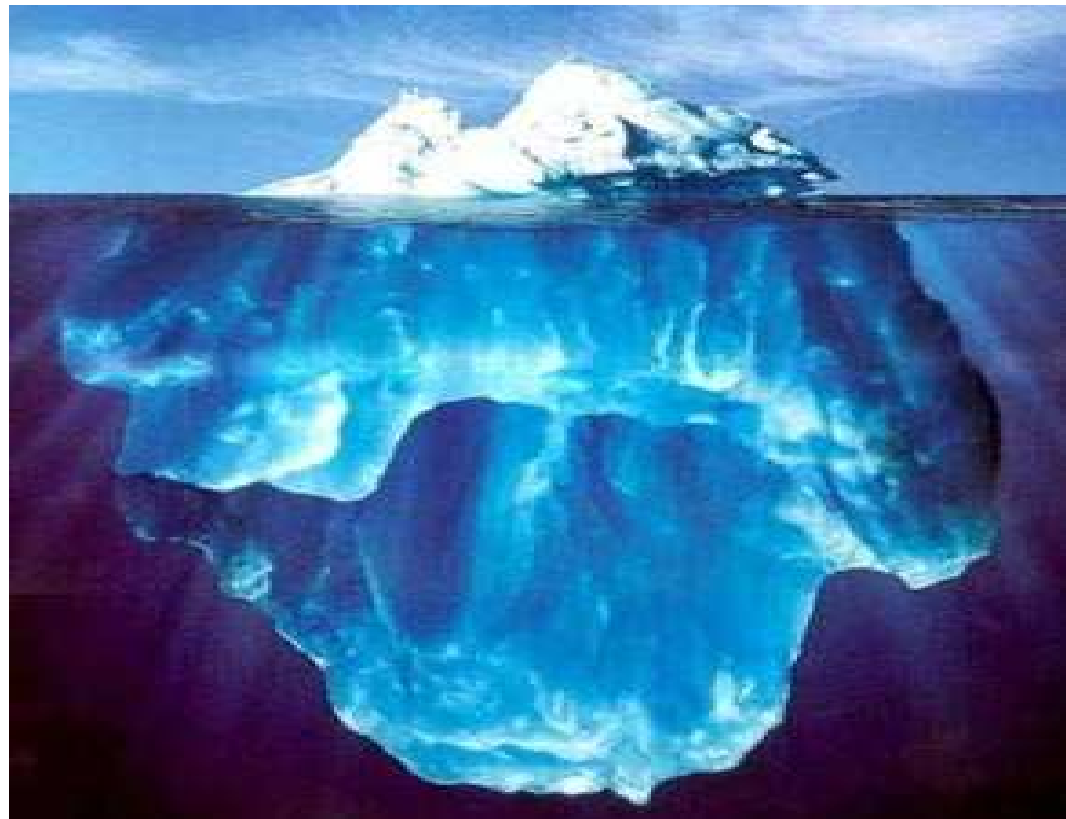
- schwächer als der Durchschnitt.
- Sensibel und vorsichtig
- Schwaches Selbstwertgefühl, ängstlich, unsicher
- In der Klasse oft still. Einsam
- Häufig Weinen / Rückzug als Reaktion auf Angriffe
- Wehren sich meistens nicht

## Provozierende Opfer

- Ängstlich und aggressiv.
- Konzentrationsprobleme, wirken „hyperaktiv“.
- Leicht reizbar.
- Spielen sich häufiger in den Vordergrund.
- Werden von einem Großteil der Klasse abgelehnt
- Wehren sich ungeschickt

krisenintervention schweiz

## Mobbing erkennen



## Was können Eltern von Opfern tun?

- Gespräche mit dem eigenen Kind, Verständnis zeigen
- Mobbing erkennen. 4 Faktoren
- Mobbing Tagebuch
- Keine Gespräche zwischen Opfer und Täter
- Information der Schule
- Beim Aufklärungsvorgang auf Opferschutz achten
- Alle Massnahmen dem Jugendlichen transparent machen

## Was können alle Eltern tun?

- Gespräche mit dem eigenen Kind
- Interesse zeigen am sozialen Leben des Kindes (auch Internet)
- Selbstwertgefühl fördern
- Konfliktlösungskompetenzen fördern
- Zivilcourage fördern
- Mobbing erkennen – auch andere Schüler betreffend. 4 Faktoren

## Was kann die Schule tun?

- Klassenregeln und Konsequenzen mit den Schülern aufstellen
- Regelmäßige Klassengespräche
- Gute Zusammenarbeit mit den Eltern
- Einsatz kooperativer Lerntechniken
- „Trainern/Coaches“ für Opfer / Täter
- Pausenaufsicht
- Kennenlernaktionen in neuen Klassen
- Soziales Kompetenztraining durchführen

krisenintervention schweiz



## Cyber-Mobbing – Mobbing im Internet

Diffamierung, Belästigung, Bedrängung und Nötigung anderer Menschen mit Hilfe elektronischer Kommunikationsmittel über das Internet, in Chatrooms, und/oder auch mittels Handy bezeichnet.



## Häufigkeit von Cyber-Mobbing:



36% der Jugendlichen und jungen Erwachsenen als Opfer

21% der Befragten konnten sich vorstellen, auch als Täter im Internet aufzutreten

(Forsa Umfrage, NRW, Universität Münster, Deutschland, 2011)

## Cyber-Mobbing: Unterschiede zum „normalen“ Mobbing

- Täter / Mitläufer bleiben anonym
- Mobbing rund um die Uhr
- Viele Personen werden erreicht
- Das Internet „vergisst“ nicht
- Täter / Mitläufer haben keinen direkten Kontakt zum Opfer > weniger Hemmungen

## Cyber-Mobbing: Unterschiede zum „normalen“ Mobbing 2

- Viele Kinder/Jugendliche schützen sich im Internet zu wenig
- Erwachsene haben keine eigene Internet-Erfahrungen als Jugendliche. Sie kennen diese Welt der Jugendlichen wenig
- Internet wird als rechtsfreier Raum betrachtet

## Prävention von Cyber-Mobbing

- Information der Jugendlichen über Nutzen und Gefahren der neuen Medien
- Information, dass Cyber-Mobbing strafbar ist
- Interesse zeigen am Leben der Jugendlichen im Internet (Freundschaft auf Facebook))