

# Respekt ist das Thema

## FRAGEN UND ANTWORTEN Rund ums Mobbing



**Marie Koch,**  
20 Jahre

„Ich fand es gut, dass Thema heute mal aufzugreifen, weil es in der heutigen Zeit immer wichtiger wird. Ich habe das Gefühl, dass immer mehr Leute gemobbt werden, auch online. Man muss dann wissen, was zu tun ist, wenn man helfen will.“



**Schahin Puladi,**  
17 Jahre

„Das Thema im Unterricht zu behandeln ist wichtig, damit man sich über die Folgen im Klaren ist. Wenn man Mobbing erkennt und weiß, was man dagegen machen kann, kann man auch seinen Freunden und anderen Schülern dabei helfen.“



**Lisa Rosa Eggert,**  
18 Jahre

„Ich habe selber schon Erfahrungen mit Mobbing gemacht. Das war keine schöne Zeit. Ich habe dann dagegen angeknüpft und war an meiner alten Schule dann auch Streitschlichterin“

VON JESSICA SIPPEL

**Witzenhausen** – Was ist Mobbing? Mit diesem Thema setzten sich Schüler der Beruflichen Schulen Witzenhausen in der vergangenen Woche während der Anti-Mobbing-Aktionstage auseinander. Sie wurden im Rahmen der Präventionsarbeit und in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse organisiert. Die zertifizierten Fachreferenten für Gesundheitsförderung Patricia Sheldon und Markus Hühn arbeiteten mit den Jugendlichen das Thema auf und sprachen unter anderem über Mobber, Mitläufer, Dulder und die Opfer.



**Die Schüler zeigen, wie es beim Mobbing vor sich geht.** Das Opfer ist allein, unterlegen und wird von den Mobbern erniedrigt. Die weiteren Beteiligten wenden die Blicke ab.

FOTOS: JESSICA SIPPEL

### Was ist Mobbing?

Mobbing hat viele Gesichter, aber nicht jede Hänselei und nicht jeder Konflikt ist gleich Mobbing. Zum Mobbing gehört stets ein Machtgefälle, bei dem das Opfer dem Mobber unterlegen ist. Die unterlegene Person ist wehrlos, allein und wird über einen längeren Zeitraum, manchmal Wochen oder Monate, regelmäßig erniedrigt. Mobbing ist vor allem ein systematisches Vorgehen, das durchaus auch geplant und gezielt sein kann.

### Wer mobbt mit?

Beim Mobben sind immer mehrere beteiligt. Neben dem Mobber gibt es Mitläufer, die zuschauen und das Geschehen dulden und mitmachen. Wer wegschaut, verweigert bewusst Hilfe.

### Wie äußert sich Mobbing?

Mobbing zeigt sich beispielsweise durch Ausgrenzung, Erniedrigung, dem Verbreiten von Gerüchten und dem Bloßstellen der Opfer – sowohl im echten Leben, als auch im Internet. Neben verbaler komme es auch zu körperlicher Gewalt, wie das Netzwerk gegen Gewalt Hessen mitteilt. Das Opfer kann die Mobbingsituation meist nicht ohne Hilfe bewältigen oder sich ihr entziehen, da das Mobben „auf offener Bühne“ vor mehreren Beteiligten stattfindet. „Zwangsgemeinschaften“ wie Schule oder Ar-

beit spielen laut Sheldon eine wesentliche Rolle bei der Entstehung von Mobbing: „Hier treffen unterschiedlichste Menschen zwangsläufig aufeinander.“

### Was ist der Unterschied zu einem Streit?

Im Gegensatz zum Mobbing findet ein Streit auf Augenhöhe statt und löst sich nach einiger Zeit auf. Außerdem kann sich bei einem Streit jeder der Situation selbstständig entziehen. Ein Streit bezieht sich zudem meist auf einen bestimmten vorangehenden Konflikt. Die Über-

gänge zwischen Streit und Mobbing können jedoch fließend sein, wobei sich ein Streit unter Umständen auch zum Mobbing entwickeln kann.

### Wer ist Opfer?

Jeder kann Opfer werden. Gründe sind etwa Herkunft, Aussehen, das allgemeine Verhalten oder auch die Noten. Unsichere Menschen, die eine schwache Persönlichkeit ausstrahlen, sind jedoch besonders häufig betroffen.

### Was können Opfer tun?

Opfer sollen sich nicht ein-

schüchtern lassen, sondern sich an Personen wenden, denen sie vertrauen. Auch das Schulsozialamt und die Fachstelle für Suchtprävention können helfen. Nicht schweigen, sondern handeln und darüber sprechen lautet hier die Devise. „Ohne Hilfe von Außen hört das Mobben nicht auf“, sagt Hühn. Und: Eine frühe Aufklärung ab dem Kindergarten könne schon präventiv helfen, zu sensibilisieren. Beratungslehrerin Freya Lenz empfiehlt zudem Eltern und Lehrern, sensibler zu sein und direkt auf Schüler zuzugehen.