



**SCHNELL HERAUS
AUS DER
MOBBING
FALLE**

**STRATEGIEN, MIT DENEN SIE IHR KIND
WIRKSAM SCHÜTZEN**

ISBN: 978-3-98660-071-6

© 2024 Kampenwand Verlag
Raiffeisenstr. 4 · D-83377 Vachendorf
www.kampenwand-verlag.de

Versand & Vertrieb durch Nova MD GmbH
www.novamd.de · bestellung@novamd.de
+49 (0) 861 166 17 27

Text: Andrea Micus
Bilder: © Shutterstock / Phruet, SvetaZi
Druck: Printed in Czech Republic
FINIDR, s.r.o. · Lípová 1965 · 737 01 Český Těšín

Hinweis zum Gendern:
Wegen der angenehmeren Lesbarkeit wird im gesamten Buch
auf die Doppelnennungen femininer und maskuliner Formen
verzichtet.

INHALT

MOBBING	8
1. DAS GROSSE LEID UNSERER KINDER	12
2. MOBBING – WAS IST DAS EIGENTLICH GENAU?	17
2.1. Ist Mobbing in der Altersgruppe denn wirklich so häufig?	19
2.2. Mobbing hat ganz unterschiedliche Gesichter	21
a) Direktes oder sichtbares Mobbing	22
b) Indirektes oder unsichtbares Mobbing	27
c) Cybermobbing – Was ist das genau?	28
3. DARUM IST MOBBING SO BRUTAL	34
3.1. Gibt es den berühmten Mobbing-Funken?	36
a) So begünstigt Schule das Mobbing	37
b) So begünstigt Familie das Mobbing	39
c) So baut sich Mobbing auf	40
4. GIBT ES WIRKLICH „DAS OPFER“ UND „DEN TÄTER“?	43
Die Opfer	43
Die Täter	44

5. MOBBING – SO KANN MAN ERFOLGREICH GEGENSTEUERN	46
5.1. Acht Signale, an denen Sie erkennen, dass Ihr Kind ein Mobbingopfer ist	47
6. JETZT RÄUME ICH AUF! ABER WIE?	50
6.1. Schalten Sie die Schule ein – aber richtig!	55
6.2. Das kann die Schule tun, wenn Sie ein gutes Miteinander aufbauen	59
a) Auf der Schulebene	64
b) Auf der Klassenebene	67
c) Vier bewährte Methoden und erprobte Einzelmaßnahmen	69
6.3. Cybermobbing – Wie kann man sich wehren?	78
7. DIE FAMILIE	81
7.1. Zehn Strategien, mit denen Sie Ihr Kind garantiert aus der Mobbing-Falle holen	86
7.2. Es geht vorbei...	124
7.3. Und noch etwas – Auch Mobber haben eine Geschichte	126
ERFAHRUNGSBERICHTE	136

MOBBING

ein brutales Phänomen unserer Zeit

Jeder dritte Schüler wurde bereits gemobbt, jeder zweite hat Erfahrung mit Cybermobbing. Corona hat das Problem massiv verschärft – Tendenz steigend.

Zu 80 Prozent findet Mobbing in der Schule statt, begleitet von dramatisch zunehmenden Cyberaktivitäten. Für einen Teil der Mobbing-Opfer sind die Belastungen so groß, dass sie schon früh ernste psychische Störungen entwickeln. Es gilt als gesichert, dass Mobbing-Opfer auch noch als Erwachsene unter den Folgen leiden.

Mobbing ist schon seit vielen Jahren allgegenwärtig. Seit den Corona-Restriktionen sind die Zahlen noch einmal massiv angestiegen. Auch wer persönlich keine Erfahrung mit dieser perfiden Gewaltform machen musste, kennt jemanden, der betroffen war oder ist. Mobbing gibt es in allen Altersgruppen, also überall dort, wo Menschen zusammenkommen und sich nicht einfach umdrehen und weggehen können, in Organisationen, „Zwangsgemeinschaften“ wie Unternehmen, Behörden, Vereinen, Hausgemeinschaften und eben Schulen, sogar in Kindergärten.

Auch Erwachsene leiden, aber Kinder trifft es ungleich härter. Sie sind komplett hilflos der Grausamkeit ausgeliefert.

Angststörungen, sozialer Rückzug, Depressionen und Schulversagen sind die katastrophalen Folgen, aber auch eine wiederum erhöhte Gewaltbereitschaft und eine Tendenz zur Selbstverletzung.

Eines dieser Kinder ist Leonie, die Tochter einer guten Freundin, die seit einem Jahr nicht mehr bei ihrer geliebten Familie leben kann, sondern in einer therapeutischen Einrichtung untergebracht ist. Sie braucht diese professionelle Hilfe, weil monatelang ein unbarmherziges Mobbing-Feuer auf sie einprasselte und sie schließlich nur noch ein zitterndes Häufchen Elend war.

Leonies Schicksal vor Augen wollte ich dieses Buch schreiben. Ich habe dafür in den vergangenen Monaten mit zahllosen betroffenen Kindern und Jugendliche gesprochen und noch nie so viele flackernde Augenlider, zuckende Mundwinkel und nervös zitternde Finger gesehen. Mobbing trifft Seelen und verändert sie. Ich habe auch Eltern kennengelernt, die verzweifelt weinten, weil sie ratlos dem Phänomen ausgesetzt waren und hilflos mitansehen mussten, wie aus ihren einst fröhlichen Kindern apathische Wesen wurden. Ich habe mit Lehrern und ihren Vorgesetzten gesprochen, die alle entschlossen waren, sich dem Mobbing tatkräftig entgegenzustellen, sich aber immer wieder ihre eigene Hilflosigkeit eingestehen mussten, weil sie das, was passierte, nicht in den Griff bekamen. Und ich habe mich mit jungen Männern und Frauen unterhal-

ten, die vor einigen Jahren in der Mobbing-Falle steckten und bis heute daran zu knabbern haben. Ich weiß jetzt: Mobbing vergisst man nicht. Mit diesem Buch möchte ich zum einen für Mobbing sensibilisieren und Wege aufzeigen, mit denen man seine Kinder am besten davor bewahren kann, ein „Opfer“ zu werden, mit denen man sie aber auch im Ernstfall aus der Mobbing-Falle befreien kann.

Wenn Sie Eltern, Großeltern oder sonst wie verantwortlich für ein gemobbtes Kind sind, legen Sie das Buch jetzt nicht aus der Hand, sondern lesen Sie weiter. Denn eines ist wichtig: Handeln Sie schnell. Mobbing duldet keinen Aufschub.

Ihre Andrea Micus



1. DAS GROSSE LEID UNSERER KINDER

12

Leonie ist die elfjährige Tochter meiner Freundin und war ein ungewöhnlich offenes, lebensfrohes Mädchen, das mir mehrmals im Monat begegnete. Sie lachte viel, war angenehm, ungestüm und eigentlich nie zu bremsen. Ein Kind mit Temperament und Esprit, hilfsbereit, beliebt, neugierig. Ich mag Kinder wie Leonie. Sie versprechen Zukunft.

Vor einem Jahr treffe ich Leonie völlig überraschend zu einer ungewöhnlichen Zeit im Stadtpark ihres Heimatstädtchens. Es ist halb neun und der Unterricht in der nahegelegenen Schule hat längst begonnen. Leonie steht neben einem Baum und sieht erst unsicher meinen Hund Henry und dann mich an. Ich sehe deutlich, dass sie damit kämpft, Henry zu streicheln. Soll sie oder soll sie nicht? Ihre Augen leuchten einen Moment lang, als sie die Hand ausstreckt und Henry sie schwanzwedelnd begrüßt. Aber dann legt sich ein Schatten auf ihr Gesicht und sie sieht teilnahmslos zu Boden. Als ich sie anspreche, antwortet sie mir zaghaft und ihr bis dahin immer so unbefangenes Lächeln wirkt zwanghaft und regelrecht verkümmert. Ihre Schule liegt in Sichtweite. Die Uhrzeit, die verlegene Art. Etwas stimmt nicht und ich frage Leonie jetzt direkt, ob sie nicht zur Schule müsse. Sie sieht mich nach wie vor nicht an, schluckt aber sichtbar. Und dann beginnt sie, sich zu öffnen, stockend,

unsicher. Sie stammelt mehr, als sie spricht, aber ich verstehe, dass es um ein paar Mädchen aus ihrer Klasse geht, die sie „auf dem Kieker“ haben.

„Triezen, auf dem Kieker haben, hetzen“ – Begriffe, die jeder aus der Schulzeit kennt, der eigenen und der der Kinder. Doch was Leonie mir an dem frühen Vormittag auf einer Holzbank im Schatten einer Buche erzählt, hat eine andere Dimension. Es geht darum, dass hier eine Gruppe von gleichaltrigen Mädchen ein Kind zerstört. Man zerreißt ihre Bücher, versteckt die Schularbeiten, beleidigt sie offen, allerdings nur dann, wenn es sonst niemand hören kann. Auf dem Schulhof wird sie heimlich gezwickt und so geschubst, dass sie schon mal der Länge nach auf das Pflaster knallt und sich schmerzhaft Knie und Ellbogen aufschlägt, man verschüttet ihren Saft, beschmiert ihr Brot, auch schon mal mit Fäkalien.

Ich halte die ganze Zeit über Leonies Hand und bemerke, dass sie unkontrolliert zittert. Es ist ganz klar, hier sitzt ein kleines Mädchen, dessen Seele gefährlich unter Strom steht.

13

„Es gibt einen Psychologen in der Schule, dem kann man alles sagen, er behält jedes Geheimnis für sich“, vertraut sie mir weiter an, und auch, dass sie fast jeden Tag bei ihm ist.

Als ich Leonie später nach Hause bringe, fühle ich mich schlecht und ratlos zugleich. Ein kleines Mädchen wird gewissermaßen vor meinen Augen regelmäßig misshandelt. Ich spreche am Nachmittag telefonisch mit Leonies Mutter, die weinend berichtet, wie sehr sie sich um ihr Kind sorgt. Leonie habe jede Nacht Alpträume, esse nicht und verstecke sich immer wieder auf dem Schulweg. Die Eltern wissen zu der Zeit schon lange, was ihr passiert, und sie stehen mit der Schule in regem Kontakt. Aber es hilft nichts. Ein Schulwechsel ist nicht möglich. Es gibt nur eine Schule.

Leonie ist diesem Tag nicht mehr in den Unterricht gegangen. Der Hausarzt hat ihr ein Attest geschrieben und zugleich für Leonie und ihre Mutter eine Mutter-Kind-Kur beantragt.

Als ich mich verabschiede, bin ich schockiert und Leonies zitternde Hände lassen mich im Geist nicht mehr los.

Am kommenden Tag rufe ich Ben an. Er ist 23 Jahre alt, und wie ich anhand der LinkedIn-Daten herausfinde, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Physikalischen Institut einer bekannten Universitätsstadt. Das letzte Mal, dass ich Ben gesehen habe, war vor sechs Jahren auf der Abiturfeier meines Sohnes. Ben ist mit meinem Sohn zur Schule gegangen und war mein erster aufwühlender Mobbingfall. Ich war damals im Elternvorstand des Gymnasiums und erinnere mich an mehrere Treffen mit Ben' Vater, die ich im Rahmen der Elternarbeit mit ihm hatte. Er war ein kluger, gebildeter, bemühter Mann, der bei allen unseren Treffen um Fassung rang und mit den Tränen kämpfte. Er bat alle Anwesenden, uns Eltern, die Lehrer, die Vertreter der Schüler, offen um Hilfe. Sein Sohn würde gemobbt, so subtil und gemein, dass er zeitweise nicht mehr zur Schule gehen mochte. Und das passierte nicht nur in der Schule, nein, auch im Netz. Über Ben wurde in den sozialen Medien diskutiert und gern geschrieben, wie „blöd“ er sich gerade mal wieder angestellt hatte.

Warum? Der Vater wusste keine Antwort, ebenso wenig wie ich. Ich kannte Ben, er war ein kluger Junge, der bei vielen landesweiten Schulwettbewerben mitmachte. Sein Spezialgebiet war Physik. Er war gern im Labor, experimentierte auch in seiner Freizeit. Ich hatte ihn als höflich, freundlich und offen wahrgenommen.

Aber ich wollte wissen, was man gegen Ben hatte, habe seine Mitschüler, die bei mir ein und aus gingen, offen danach gefragt. Die Antworten waren verhalten, von „Das stimmt nicht“ über „Wir sind das nicht“ bis „Er ist auch ein selten doofer Streber“. Reicht es, ein Opfer zu werden, wenn man besser ist als die anderen? Das überzeugte mich nicht.

Ich hatte mit den Jungs gesprochen und niemandem zuge-
traut, Ben zu mobben. Aber ich bemerkte auch, dass sie sich

alle heraushielten, um nicht ebenfalls Opfer zu werden. Ben hatte das ausgehalten, mehr oder weniger. Die Rettung kam offenbar durch zwei weitere Jungs, die ebenfalls nicht sehr beliebt waren. Sie schlossen sich zu einem verschwiegene Trio zusammen und hielten sich weitestgehend aus dem Klassenverband heraus. Als ich ihn auf der Abiturfeier sah, stand er auch nur mit seinem beiden Freunden zusammen, etwas abseits, aber doch zufrieden.

Jetzt, als ich Ben nach sechs Jahren anrufe, ist er irritiert. Ich bitte ihn um ein Gespräch zum Thema Mobbing und er möchte zuerst ablehnen. Erst als ich ihn frage, ob er noch daran denke, verstummt er. Einen Moment lange fühle ich mich, als ob ich seinen Vater in der Leitung hätte, so wie damals, als er mich an einem Abend sehr spät anrief und um Hilfe bat. Die gleiche vibrierende Stimme, die gleiche Atemlosigkeit.

Aber Ben lässt mich nur kurz abblitzen. Am Abend ruft er zurück und erzählt mir, zum einen, was damals alles passiert ist, und zum anderen, wie sein Leben nach dem Abitur weiter-
gegangen ist.

Ben, der an der Schule zu einem stillen Menschen geworden ist, hat bis heute seine Stimme nicht wiedergefunden. Er führt ein zurückhaltendes Leben. Keine lauten Partys, keine großen Gruppen, mit denen er abends um die Häuser zieht, keine Reisen, keine Treffen. Er meidet Gesellschaft, ist in keinem Verein, keiner Partei, keiner Verbindung. Er und sein Leben sind still geblieben.

Leonie und Ben haben mich aufgewühlt und darüber nachdenken lassen, was man tun kann, um das Mobbing-Problem aufzugreifen. Ich bin Journalistin und möchte über die vielen „Opfer“ berichten, die Tag für Tag in den Schulen, den Vereinen, auf der Straße, in Parks, an all den Treffpunkten leiden, sich albernern Mutproben unterziehen, um irgendwie doch noch dazuzugehören, und die Millionen Erwachsenen, auf deren Seelen das Leid der Jugend brennt und die vielleicht sogar

als Erwachsene am Arbeitsplatz eine Fortsetzung der Qualen erleben. All denen, die von einer Minderheit schikaniert und ihres Lebenswillens beraubt werden, will ich helfen. Ich habe mir für dieses Projekt Unterstützung von Fachleuten gesucht und ich hoffe, dass ich mit diesem Buch, das mir aus dem Herzen kommt, ein bisschen Leid lindern kann.

„Wenn ich die Schule nur betrete,
spüre ich schon pure Angst.“

16

Sie erhalten einen Überblick über das erschreckende Phänomen unserer Zeit und detaillierte Tipps, wie Sie Ihre Kinder präventiv mobbingfest machen, aber auch im Ernstfall schützen und aus der bedrohlichen Falle erfolgreich befreien können. Ich wünsche Ihnen alles Glück der Welt dafür!

„Jeder Blick ins Handy ist für
mich wie ein Stich ins Herz“



2. MOBBING – WAS IST DAS EIGENTLICH GENAU?

Schikanieren, terrorisieren, anpöbeln, schubsen, kneifen, schlagen, provozieren, aufstacheln, verspotten ... alles ist denkbar, um die Loser, Spackos oder Vollpfosten „einzuwrappen“ und ihnen zu zeigen, dass sie nichts wert sind und man Macht über sie hat. In den vergangenen Jahrzehnten hat dieses Verhalten solch ein Ausmaß angenommen, dass sich in der Verhaltensforschung ein eigener Fachbegriff herausgebildet hat: Mobbing! Seit den 80er-Jahren ist das auch der gängige Begriff in der Schulpsychologie.

17

Mobbing kommt vom englischen „mob“, das man mit „Meute“ oder „randalierender Haufen“ übersetzen kann, „to mob“ ist das entsprechende Verb.

Doch was bedeutet Mobbing konkret? Es ist eine Art Psychoterror mit System, das heißt, es ist kein einmaliges Ereignis, sondern ein Prozess. Eine zielstrebige Erniedrigung oder Ausgrenzung eines anderen Menschen, eine Aktion, die von einer oder mehreren Personen fortwährend betrieben wird. Zur Einordnung haben sich Experten auf mindestens einmal in der Woche über einen Zeitraum von mindestens mehrere Wochen lang geeinigt.

Der Zeitfaktor spielt eine Rolle, weil man nur von Mobbing spricht, wenn Mobbing-Handlungen systematisch, häufig und wiederholt auftreten und sich über einen längeren Zeitraum erstrecken. Einmalige Vorfälle sind also kein Mobbing!

Man spricht auch nur von Mobbing, wenn zwei ungleich starke Parteien in einen Konflikt geraten. Der Chef mit dem Mitarbeiter, die Gruppe mit dem Einzelnen, der Starke mit dem Schwachen. Ein Streit auf Augenhöhe ist deshalb kein Mobbing.

Wenn ich hier von Mobbing spreche, beziehe ich mich auf Schulen. Natürlich werden Kinder auch in Vereinen, Einrichtungen und auf der Straße gemobbt. Aber am weitaus häufigsten, zu mehr als 80 Prozent, findet Mobbing eben in Schulen statt. Das ist auch nicht verwunderlich, denn dort halten sie sich die meiste Zeit auf.

In den 1970er-Jahren hat sich der Dan Olweus, ein schwedischer Professor für Persönlichkeitspsychologie, mit der Thematik Gewalt an Schulen auseinandergesetzt und folgende Definition festgelegt (1986): definiert:

„Ein Schüler ist Gewalt ausgesetzt bzw. wird gemobbt, wenn er wiederholt und über eine längere Zeit den negativen Handlungen eines oder mehrerer anderer Schüler ausgesetzt ist.“

Dan Olweus gilt als Gründervater der Erforschung von Gewalt an Schulen. Sie werden später im Buch noch einmal von ihm hören.

Seit einiger Zeit hat sich auch der Begriff „Bullying“ als Synonym für Mobbing durchgesetzt. Bestimmt haben Sie schon davon gehört.

Der Ausdruck kommt vom englischen „bully“, was übersetzt „brutaler Mensch“ oder „Tyrann“ bedeutet.

Mobbing oder Bullying, ich bleibe zur Vereinfachung in diesem Buch beim in Deutschland gängigeren Begriff Mobbing.

2.1.

Ist Mobbing in der Altersgruppe denn wirklich so häufig?

Oh ja, Mobbing ist die am häufigsten praktizierte Gewalt an Schulen und gehört zum alltäglichen Schulleben dazu.

Fachleute schätzen, dass einer von zehn Schülern ernsthaft von Mobbing betroffen ist, einer von zehn zum Täter wird. Man geht davon aus, dass durchschnittlich ein bis drei Schüler in einer Klasse gemobbt werden.

Mädchen und Jungen sind gleich häufig betroffen, wobei Jungen häufiger Opfer und überwiegend Täter bei Gewalttätigkeiten sind. Die Aggressivität der Mädchen ist subtiler und schwer zu durchschauen. Sie schikanieren mit Intrigen und streuen Gerüchte.

Körperliche Gewalt geht häufiger von älteren Mädchen und Jungen aus, die jüngere damit gefügig machen.

Die Folgen sind dramatisch, denn das Leben der Betroffenen ist massiv beeinträchtigt. Mittlerweile gilt als gesichert, dass Kinder und Jugendliche, die in der Schule gemobbt werden, auch als Erwachsene noch darunter leiden. Laut amerikanischer und europäischer Studien wechseln Betroffene häufiger den Arbeitsplatz und haben mehr Schwierigkeiten, Freunde zu finden und eine dauerhafte Partnerschaft zu leben. Zudem sind

sie anfälliger für Infektionen, chronische Krankheiten wie Diabetes und Depressionen.

Mobbing kann jeden treffen. Aber die Gefahr, davon betroffen zu sein, ist größer, wenn bestimmte Merkmale dazukommen: Behinderung, Hautfarbe, schulische Leistung, Auffälligkeiten.

20 Seit einigen Jahren werden Lehrkräfte deshalb bereits in ihrer Ausbildung verstärkt für das Thema Mobbing sensibilisiert, denn sie spielen eine wichtige Rolle in der Früherkennung. Wenn nämlich Mobbing im Beisein einer Lehrkraft stattfinden kann, weil die nicht realisiert, was passiert, erhält das Mobbing eine Legitimierung. In der Folge wird es noch schlimmer.

Mobbing ist Dauerstress und belastet die Gesundheit jedes Menschen.

2.2.

Mobbing hat ganz unterschiedliche Gesichter

„Du fette Kuh“ oder „Du bist hässlich“ sind Sätze, die Mobbingopfer vor allen Mitschülern zu hören bekommen. Wenn sie in den Klassenraum kommen oder in der Cafeteria anstehen, verdrehen die anderen die Augen und wenden sich ab, und wenn sie jemanden ansprechen, antwortet derjenige nicht. Man behandelt sie wie Luft und sie sollen sich fühlen, als gäbe es sie nicht.

Es gibt auch materielle Angriffe. Der Kugelschreiber ist einmal zerbrochen, das Schulheft verschmutzt, aber gesehen hat natürlich niemand etwas.

Es existieren Gerüchte, das Opfer sei drogenkrank, hätte eine Affäre mit dem Lehrer, prostituiere sich nach der Schule mit älteren Männern oder Frauen. Auch die Eltern und Geschwister werden gleich mit verleumdet. Der Vater ist angeblich im Gefängnis statt im Ausland, die Mutter hat laut der üblen Nachrede Affären und die Geschwister sind in der Psychiatrie. Alles ist möglich und es wird vor nichts haltgemacht. Das Opfer kann sich nicht wehren, weil es gar nicht weiß, wogegen. Es weiß häufig nicht einmal, welches Gerücht genau im Umlauf ist. Es merkt nur, dass es ausgegrenzt wird und niemand etwas mit ihm zu tun haben will. Warum? Keine Ahnung!

Wenn es Nerven zeigt und weint, beginnt der Spaß erst richtig. Dann wird es noch verstärkt lächerlich gemacht, verhöhnt und verspottet. Auf zahlreichen Kanälen poppt dann ein Video auf, auf dem das „Opfer“ leise schluchzt, versehen mit veralbernden Emojis. Wer es aufgenommen hat? Achselzucken.

Sie sehen also, es gibt nicht DAS Mobbing. Mobbing hat viele Gesichter und äußert sich ganz unterschiedlich.

Um hier etwas Klarheit zu schaffen, wird zwischen zwei Formen von Mobbing unterschieden:

a) Direktes oder sichtbares Mobbing

Unter direktem Mobbing versteht man jede Form von Mobbing, die im „echten“ Leben vorkommt. Die Täter und das Opfer kennen sich, sie sind zum Beispiel in derselben Klasse oder Gruppe.

22

Die Opfer sind dauerhaft schlimmen Beleidigungen ausgesetzt, oft für alle hörbar. „Da kommt die fette Brillenschlange!“, oder „Augen zu, die Nutte ist im Raum!“ Häufig ist das auch subtiler, indem man an ihnen vorbeigeht und im Vorübergehen „du bist ekelhaft“ zischt. Aber sie werden auch vor der ganzen Klasse vorgeführt und ausgelacht, wenn sie sich im Unterricht zu Wort melden oder nur durch die Klassenzimmertür kommen. „Es stinkt“ ist dann ein beliebter Kommentar und alle halten sich die Nase zu.

Laurenz, ein stiller, kluger Junge, hat genau das auf der Grundschule erlebt. „Meine Eltern haben einen Bauernhof und ich bin in unserer Kreisstadt zur Schule gegangen, gerade mal drei Kilometer entfernt. Doch für meine Mitschüler hatte ich eine ‚Kuhfresse‘ und habe nach Mist gestunken. Deshalb konnte sich mir niemand nähern, ohne lautstark zu würgen. ‚Ich kotze gleich‘ war der Satz, den ich in meiner Schulzeit wohl am meisten gehört habe.“

Laurenz hat es einfach ausgehalten, sich aus der Gemeinschaft zurückgezogen und sich auf das Nachhausekommen und den geliebten Bauernhof gefreut. Als er später auf das Gymnasium wechselte, war der Terror vorbei. „Mittlerweile studiere ich Medizin, aber wenn ich jemanden höre, der würgt oder sich übergeben muss, sind alle Bilder wieder lebendig. Ich bin

sicher, dass sich die Erlebnisse festgebrannt haben und ich sie nicht mehr vergessen werde.“

Mobbing-Opfer werden teilweise aber auch körperlich brutal angegriffen. Es geht um Ohrfeigen, Boxen, Schubsen, Beinstellen bis zum Schwitzkasten und dem Eindrücken des Kopfes in ein Klobecken. Opfer werden auch bis zur Bewusstlosigkeit gewürgt oder zusammengeschlagen. Der 16-jährige Linus, ein etwas korpulenter Junge, erzählt, dass er in der ersten Klasse der Gesamtschule nahezu auf jedem Schulweg von einer Gruppe Mitschüler „getickt“ wurde, wie sie die Gewalttaten spielerisch nannten. „Sie haben sich an mir abreagiert, mich geschubst, geschlagen, eben das gemacht, wonach ihnen gerade war. Warum? Ich wusste es nie. Ich kannte sie ja nur vom Sehen, aber meine Angst und Verzweiflung zu beobachten sehen, hat ihnen ganz offensichtlich Freude bereitet und sie animiert, immer weiterzumachen.“

Linus hat natürlich versucht, ihnen zu entkommen, sich im Gebüsch versteckt, einen anderen Weg genommen. Gelegentlich hat es geklappt, aber häufig auch nicht. „Ich bin oft blutend in die Schule gekommen, habe aber die nachfragenden Lehrer immer angelogen, wenn sie eine Wunde entdeckt haben. Angeblich war ich gestürzt. Niemand hat dann weiter nachgefragt.“

23

Irgendwann war den Tätern das Opfer zu schwach, es machte keinen Spaß mehr, seinen Willen zu brechen, weil er schon gebrochen war.

Sie suchten sich ein anderes Opfer und schlugen dann dieses. Linus sah das auch, aber er schaute ebenso weg, wie alle anderen zuvor bei ihm. „Ich habe mich geschämt, genauso passiv zu sein wie alle anderen, die mir auch nie geholfen haben. Aber die Angst, wieder auf der Liste der Truppe zu stehen, war stärker als mein Mut.“

Linus, der heute in die neunte Klasse der Gesamtschule geht, erzählt auch, dass er seinen Eltern schon früh von den

Brutalitäten erzählt hatte und sie auch deshalb mit der Schule gesprochen hatten. Aber geholfen hatte das nicht. Im Gegenteil. Es war alles noch schlimmer geworden. Deshalb schwieg er schließlich und verbarg seine Verletzungen auch vor ihnen. „Ich wusste damals nicht, wie sie mir noch helfen sollten und habe nichts mehr gesagt und die Angst und die Schmerzen ausgehalten. Heute bringt es auch nichts mehr, davon zu erzählen. Ich rede nur darüber, um anderen Kindern Mut zu machen. Ich möchte ihnen sagen: Es geht vorbei, gebt nicht auf, haltet durch.“

24

Die 15-jährige Olga war viele Wochen einer wahren Zerstörungswut ausgesetzt, hat aber eine Erklärung parat. „Meine Eltern haben ein Modegeschäft und ich war entsprechend modisch gekleidet. Das hat besonders meine Mitschülerinnen ganz klar auf die Palme gebracht. Egal, was ich trug, sie haben es zerstört. Meine Jacke hat man mit einem Feuerzeug verbrannt, meine Schuhe während des Sportunterrichts mit Farbe beschmiert, meine teuren Schulartikel bewusst ruiniert. Die Mädels waren neidisch und haben ihren Frust auf diese Weise herausgelassen.“ Olga wandte sich sofort an ihre Eltern und die schalteten sich auch unmittelbar ein. „Meine Mutter ist sowohl zum Klassenlehrer als auch zum Direktor gegangen und hat alles öffentlich gemacht. Klar wurde es anfangs schlimmer, aber auch die Aufmerksamkeit wurde größer. Ich wurde von den Täterinnen beäugt, aber sie vom Rest der Schule. Das hat die Mädels recht schnell kaltgestellt und plötzlich haben sie mich nicht nur in Ruhe gelassen, sondern wollten sogar mit mir befreundet sein, zumindest wurde ich immer häufiger eingeladen. Sie konnten nicht mehr gegen mich sein, also waren sie für mich. Aber, ganz ehrlich, ich wollte nicht mehr und habe mir andere Freundinnen gesucht. Das Vertrauen war dahin und ich möchte auch mit solchen Menschen, die sinnlos Sachen zerstören, nichts zu tun haben. Meine Eltern konnten den materiellen Verlust ausgleichen, aber ich bin sicher, dass viele Eltern das

nicht können. So etwas ist nicht nur gemein, es schadet auch den Familien.“

Dazu kommt, dass Opfer ausgelacht werden und man sich lächerlich über sie macht. Die heute 16-jährige Vanessa hat das bereits in der Grundschule erlebt. „Sowie ich etwas gesagt habe, hat die ganze Klasse gelacht und abwertende Bemerkungen gemacht. ‚Wie blöd ist das denn‘ oder ‚Die Hirnlose will auch mitmischen.‘ Wenn die Lehrerin eingeschritten ist, hat sich niemand mehr getraut, etwas zu sagen, aber man hat mir dann mit anderen Mitteln klargemacht, dass ich eine dumme Kuh bin. Ich kann gar nicht zählen, wie oft ich in einem Jahr den Mittelfinger gesehen habe. Natürlich unter dem Schultisch oder hinter dem Rücken anderer Mitschüler.“

Vanessa wurde nie geschlagen, aber durch das ständige Lächerlichmachen fühlte sie sich so klein, dass sie sich irgendwann nicht mehr meldete. Doch der Rückzug bewahrte sie nicht vor weiteren Verletzungen. „Man hat Würgegegeräusche gemacht, wenn ich in das Klassenzimmer kam oder meinen Gang nachgemacht. Ich hatte mich damals bei einem Fahrradsturz verletzt und bin etwas unrund gelaufen. Das Ergebnis war, dass meine lieben Mitschüler plötzlich alle humpelten. Man hat wirklich nichts unterlassen, um mich vor allen anderen bloßzustellen.“

25

Vanessa drohte, daran zu zerbrechen. Zum Glück erkannte ihre Lehrerin die Situation und sprach innerhalb der Klasse das Thema vielseitig an. Es gab Rollenspiele und sogar ein Theaterstück zu der Thematik. Das bewirkte in den Kindern eine neue Sensibilität und es kehrte recht schnell Normalität ein.

Eine weitere hässliche Mobbing-Variante ist das Verpetzen und / oder das Fälschlich-Bezichtigen. Die 14-jährige Mina wurde davon nicht verschont. „Als in der Schule einmal die Kreide nicht auffindbar war, hat sich einer meiner Mitschüler ausgedacht, dass ich sie zerbrochen und weggeworfen hätte. Das hat er dann dem Lehrer gesteckt, und natürlich haben nahezu alle das bestätigt. Ich habe dann eins auf den Deckel

bekommen und musste eine Strafarbeit machen.“ Minas gehässige Klassenkameraden fanden dann Spaß daran, sie weiter zu verpetzen oder ihr etwas in die Schuhe zu schieben. Anfangs war der Lehrer darauf hereingefallen, aber nach dem dritten Mal hatte er die Hintergründe durchschaut und Mina auf das Miteinander in der Klasse angesprochen. „Es war wie ein Anticken“, erinnert sie sich. „Ich habe dann alles erzählt, zwar heulend, aber das war mir egal. Ich wollte nur, dass mich endlich jemand hört.“

Ihr Seelenheil hat die Aussprache aber nur kurz gerettet. Der Lehrer knöpfte sich wenig später die ganze Klasse vor, was aber zur Folge hatte, dass die Hänseleien sogar noch zunahmen. „Eigentlich hat er mich dann richtig ans Messer geliefert. Denn plötzlich hatte ich den Namen ‚Petze‘ und wurde nur noch damit gepiesackt. ‚Wohin unsere Petze jetzt wohl läuft?‘ oder ‚Aufpassen, die Petze kommt!‘ waren zwei der üblichen Sätze, die die halbe Klasse gebrüllt hat, wenn ich in die Klasse kam.“

26 Minas Leid endete erst mit dem Schulwechsel. „Am letzten Schultag in der Grundschule habe ich auf dem Nachhauseweg vor Freude geweint. Ich wollte niemanden, wirklich niemanden mehr wiedersehen.“ In den Sommerferien lenkte sie sich bei den Großeltern ab und versuchte, die Schikanen zu vergessen. Als sie zum Schulbeginn in der Realschule startete, umgab sie eine Atmosphäre von Miteinander und Freundschaft. „Ich habe mich von Anfang an richtig wohlfühlt. Von Gehässigkeit keine Spur“, erinnert sich Mina. Das Interessante: Egal wie lange und wie oft sie gegrübelt hat, Mina hat bis heute keine Ahnung, was dazu geführt hat, dass sie so tief in die Opferrolle gerutscht ist. Sie weiß auch nicht, ob es von einem Mitschüler allein oder von mehreren ausging. „Für mich kam das Mobbing wirklich aus heiterem Himmel.“

Linus, Vanessas und Minas Geschichten sind berührende Beispiele, wie direktes Mobbing aussehen kann und wie sehr es den Opfern zusetzt. Aber es gibt weitaus schlimmere Beispiele. Ich

habe mit Opfern von noch gemeineren Spielarten gesprochen, bei denen es um das Erpressen von Geld oder der Herausgabe wertvoller Handys oder iPads ging, sogar das Verlangen von sexuellen Handlungen war dabei. Mein Fazit: Es gibt nichts, was es nicht gibt. Kinder und Jugendliche können sehr, sehr fantasiereich, aber leider auch sehr, sehr skrupellos sein.

Kommen wir nun zur zweiten Gruppe der Mobbing-Formen.

b) Indirektes oder unsichtbares Mobbing

Darunter versteht man das Ausgrenzen und Ignorieren. Die Opfer werden seelisch kaltgestellt. Man beachtet sie nicht, spricht sie nicht an, lässt sie bei keinerlei Aktivitäten mitmachen. Geburtstage, Gruppenarbeiten, Spiele auf dem Pausenhof, egal, was die anderen machen: Sie sind nie dabei. Wenn sie fragen, ob sie mitmachen dürfen, bekommen sie nicht einmal eine Antwort. Man tut so, als ob man sie nicht hört, dreht sich weg, bestraft sie nicht mal mehr mit einem höhnischen Blick. Nichts. Sie sind es nicht wert, überhaupt gesehen zu werden.

Die vierzehnjährige Lara schildert ihre Erfahrungen sehr anschaulich: „Du bist immer allein, unbeachtet. Anfangs flossen bei mir Tränen, später habe ich mich selbst nicht mehr gesehen, nicht mal mehr gespürt. Ich habe mich selbst ignoriert.“ Ihr Körper reagierte schließlich und Lara bekam eine schwere Hautkrankheit. Rückblickend sieht sie das als Zeichen. „Man kann es so deuten, dass ich gesehen werden wollte. Wenn schon nicht gesund, dann mit einer blühenden, roten Haut, die im Gesicht und an den Armen besonders auffällig war und einfach jeden hinsehen ließ. Man hat mich zwar weiter wie eine Aussätzige behandelt, aber es gab wenigstens eine Ursache.“

Lara kam dank ihrer Erkrankung in eine Fachklinik und bekam dort Hilfe, für ihre Seele und entsprechend auch für ihre

Haut. Als es ihr nach sechs Monaten besser ging, kam sie auf eine andere Schule. „Das war die beste Entscheidung meines Lebens. Ich hatte Freunde, bin innerlich und äußerlich aufgestanden, konnte mich wieder auf die Schule einlassen und mache jetzt bald mein Abitur. Ich habe eine Schleife gedreht, aber das hat mich zum Glück nicht kaputt gemacht.“

Bei diesem Bereich des indirekten (auch passiven oder psychischen) Mobbing spielt das Cybermobbing eine riesengroße Rolle. Auch hier stehen sich Opfer und Täter nicht gegenüber und man weiß nicht, woher der Angriff kommt. Es geht aber nicht um das Ignorieren, das Ausradieren, sondern um das Gegenteil, das Sichtbarmachen und Bloßstellen, und das flächendeckend und so anonym wie möglich.

c) Cybermobbing – Was ist das genau?

28

Beim Cybermobbing werden Kinder oder Jugendliche von anderen im Internet beleidigt, herabgesetzt oder ausgeschlossen. Man spricht deshalb auch von Internet-Mobbing. Die Attacken erfolgen zum Beispiel über Messenger wie WhatsApp oder in sozialen Netzwerken, die praktischerweise gleich vom immer verfügbaren Handy „bespielt“ werden können, zum Beispiel Instagram, Snapchat, TikTok.

Für das Opfer ist diese Art des Mobbing deshalb so schlimm, weil es sich nicht entziehen kann. Beim realen Mobbing kommt man irgendwann nach Hause oder besucht einen Sportverein und hat seine Ruhe, zumindest eine Auszeit, in der man vom Täter in der Schule nichts zu befürchten hat. Beim Cybermobbing ist das anders. Es ist allgegenwärtig, 24 Stunden am Tag, überall auf der Welt. Sogar im elterlichen Zuhause, dem in der Regel ersehnten Schutzraum. Es reicht nicht mehr, die Tür hinter sich zuzumachen. Die Beleidigungen, die kompro-

mittierenden Fotos, die gemeinen Sprüche, all das kommt über das Handy mit nach Hause, direkt ins Kinderzimmer. Das Opfer ist dem nahezu schutzlos ausgeliefert und erlebt mit, wie schnell sich gemeine Sprüche verbreiten und wie diese andere anspornen, noch einen „daraufzusetzen“. Es erlebt gewissermaßen live, dass es zum Gespött der Leute wird und immer mehr Menschen davon etwas mitbekommen. Es kann seine eigene Liquidation mitverfolgen. Das Handy klingelt und Fragen wie „Was ist denn bei dir los?“ oder „Hast du schon gelesen?“ erwischen das Opfer eiskalt und lassen es errahnen, welche großen Kreise die Sache bereits gezogen hat. Dazu kommt, dass man nie weiß, was als Nächstes an Dreck über einen ausgeschüttet wird. Die Hilflosigkeit, die so entsteht, belastet sehr. Eltern sind häufig lange Zeit arglos, weil sich hinter den Attacken häufig zwischenmenschliche Konflikte verbergen, die junge Menschen nicht mit den Eltern teilen, besonders wenn es um sexualisierte Übergriffe handelt. Die 17-jährige Ulli musste schmerzlich erfahren, dass zur Erniedrigung auch die Enttäuschung kommt. „Ich habe mich geschämt, die widerlichen Bilder zu zeigen, die von mir quasi durch das Netz rasten. Ich hatte ja auch selbst Schuld, weil ich auf die Liebesschwüre eines Mitschülers hereingefallen bin und nicht begriffen hatte, dass er sich nur mit mir eingelassen hatte, um mich halb nackt abzulichten, die intimen Aufnahmen der Öffentlichkeit preiszugeben und mich als Nutte an den Pranger zu stellen.“

Ulli hätte sich dagegen wehren können, denn sie kannte den Urheber. Aber sie hatte Angst, dass die ganze Sache dann nur noch länger das Thema Nummer 1 in ihrem Umfeld sein würde. „Ich habe an den Boulevard-Journalismus gedacht, der nur eine Woche lang die Sau durchs Dorf treibt und dann die nächste sucht. Ich dachte damals nur, wenn ich das hier überlebe, habe ich wieder Ruhe, zwar mit dauerhaften Blessuren, denn vergessen wird man das nie, aber es war der Strohalm, an dem ich mich geklammert habe.“ Ulli ist heute 21 Jahre

29

alt und studiert in München. Die Bilder von damals existieren heute noch im Netz, sie sind ihr auch nach wie vor peinlich, und wenn sie jemanden kennenlernt, an dem ihr etwas liegt, erzählt sie rasch von dieser Erfahrung. „Obwohl es schon vier Jahre zurückliegt, habe ich nach wie vor Herzklopfen, wenn ich davon spreche. Mittlerweile weiß ich, dass das Ganze von einer Freundin angezettelt worden ist, der ich mal den Freund ausgesetzt hatte. Das war ihre Rache gewesen und ich muss zugeben, dass es ihr wirklich gelungen ist, mir eins auszuwischen, mit vermutlich lebenslangen Folgen.“

Ulli weiß, wer den Cyberkrieg geführt hat und damit ist ihr Mobbingfall ganz anders als die Erfahrungen von Fred, über den gefährliche Gerüchte verbreitet wurden und der bis heute nicht weiß, wer dahintersteckt.

30 „Irgendwer hat das Drogendeal-Thema in die Welt gesetzt und mich dabei fotografiert, als ich wegen der Sonne etwas auf meinem Handy unter der Jacke gelesen hatte. Das Bild tauchte im Netz auf, mit einer Zeile, dass ich ‚interessante Wirkstoffe‘ immer griffbereit hätte“, erzählt er rückblickend und macht keinen Hehl daraus, dass ihm die ganze Attacke nach wie vor in den Knochen steckt. „Ich hatte keine Ahnung, dass dieses eine Foto mit der kompromittierenden Unterschrift nur der Auftakt war. Danach ging das immer weiter. Ständig gab es Fotos von mir, auf denen ich angeblich dealte. Und dann nahm die Entwicklung rasant Fahrt auf ... Das sprach sich herum, ich wurde nicht mehr eingeladen, Eltern wandten sich gegen mich, weil ich ja ein gerissener Dealer war.“

Fred spielte damals im Fußballverein, wurde aber bei Fahrgemeinschaften nicht mehr mitgenommen. „Die Eltern sahen mich als Gefahr, immerhin war ich ja in ihren Augen ein Drogenlieferant.“

Natürlich wurde auch die Schule aufmerksam und Fred musste zur Schulpsychologin, die ihm engagiert Hilfsangebote unterbreitete. „Ich habe mir den Mund fusselig geredet, ihr

beteuert, dass das alles Quatsch sei, aber wirklich geglaubt hat sie mir nicht. Ich stand monatelang unter Beobachtung der Lehrer. Irgendwann hat der Mobber gemerkt, dass sich konkret nichts bei mir tat und das Thema sich totläuft, da ich definitiv nichts mit Drogen zu tun hatte. Das war meine Rettung.“

Fred sagt rückblickend, dass er es als besonders belastend fand, keinen definierten Gegner zu haben. „Ich konnte wirklich nichts machen, außer immer wieder meine Unschuld zu beteuern. Aber durch die viele Rederei war das Thema schlecht totzubekommen. Ich wusste ja nicht, gegen wen ich mich überhaupt wehren sollte. Das war schlimm.“

Die Eltern bekamen übrigens in Freds Fall schnell etwas davon mit. „Dafür hatten die Eltern meiner Freunde gesorgt, die anfangs mitleidig bei meiner Mutter anriefen, um ihr Hilfe im Kampf gegen meine üble Drogenkarriere anzubieten. Aber meine Eltern haben mir sofort geglaubt, dass ich völlig unschuldig war, und sind aktiv eingeschritten. Meine Mutter ist gleich zur Schule gegangen und mein Vater zur Polizei. Aber man hat den Urheber der Gerüchte trotz des schnellen Einsatzes nicht herausgefunden. Er war ein offensichtlich sehr versierter ITler.“

Ulli und Fred stehen exemplarisch für zahllose Opfer. Durch die Vielzahl von Onlinediensten hat das Cybermobbing unter Schülern drastisch zugenommen. Es ist leicht, anonyme Accounts zu eröffnen und Gehässigkeiten zu posten, meist in Form von Videos und Bildern. Opfer werden in peinliche Situationen gelockt und dann gegen ihren Willen gefilmt, oder man setzt alles daran, an private Aufnahmen zu gelangen, die man dann im Netz verbreitet. Hier gilt die Devise: Je peinlicher das Ergebnis, umso besser. Besonders brutal sind Nacktaufnahmen oder Sexszenen. Oft sind sie nur mit dem Hintergrund entstanden, an kompromittierendes Material zu kommen. Nicht immer kennen sich Opfer und Täter. Häufig hat jemand einfach nur Lust daran, einen anderen zu drangsalieren, weil er auf den Erfolg des Accounts eifersüchtig ist. Das trifft be-

sonders Schüler, wenn sie als Influencer schon einen gewissen Erfolg haben, das heißt eine gewisse Reichweite, oder einfach durch etwas besonders bekannt sind, zum Beispiel durch einen Wettbewerb wie ‚Jugend forscht‘, oder wenn jemand ein Tennis- oder Fußballturnier gewonnen hat. Es gibt Mobbing, in dem sich Mobber zu Gruppen zusammenschließen und die Social-Media-Profile solcher erfolgreichen Schüler und Schülerinnen mit Beleidigungen und Drohungen fluten, um das Opfer psychisch zu treffen und vom Thron zu stoßen.

Sie fragen jetzt vielleicht nach dem „Warum“. Doch dazu gibt es keine Antwort. Denn es muss keine „Rechnung offen“ sein. Mobbing kann sich aus harmlosen Kabbeleien entwickeln und es kann auch sein, dass einem schlichtweg jemand „nicht passt“ und oft geht es nur um die Lust an der Zerstörung. Es gibt Menschen, denen es Freude macht, andere zu quälen und zu vernichten. In der Dunkelheit des Netzes können sie sich wichtig und mächtig fühlen.

32

Beim Cybermobbing geht es also um Angriffe auf das soziale Ansehen. Man setzt gezielt Gerüchte in die Welt oder veröffentlicht peinliche Fotos, Videos und Geschichten.

Handys
E-Mails
Messenger-Dienste wie
WhatsApp, Telegram
soziale Netzwerke wie
Facebook und Twitter
Videoplattformen, z. B.
YouTube
Bilderdienste wie Instagram, TikTok
und Pinterest
anonyme Apps, etwa Jodel



3. DARUM IST MOBBING SO BRUTAL

34 Mobbinghandlungen sind deshalb so gefürchtet, weil sie systematisch ausgeübt werden. Jeder hat schon einmal erlebt, dass er ausgegrenzt, beleidigt oder angegriffen wird. Damit kann man umgehen. Aber wenn es sich wiederholt, immer und immer wieder passiert, hinterlässt das schwerste Spuren. Zusätzlich ist es belastend, weil man häufig keine Ursache erkennt. Für den Psychologen Uwe Bohlmann aus Höxter ist nach seiner langjährigen Praxiserfahrung das Ghosting eine besonders brutale Form des Mobbing. „Den Betroffenen wird jede soziale Verflechtung genommen. Sie werden unsichtbar, fast ausgelöscht, es gibt sie nicht mehr. Das ist ganz klar eine existenzielle Bedrohung.“

Das Opfer stochert im Dunklen und bekommt starke Selbstzweifel. Es fühlt sich immer kleiner und schäbiger und schiebt das ablehnende und verletzende Verhalten des Umfeldes auf sich und im Kopf drehen sich Gedanken wie „Es ist doch ganz klar, ich bin auch hässlich, dumm, aussätzig, einfach nicht liebenswert“.

Und parallel zu dieser schon durch und durch negativen Gefühlslage entwickelt sich eine Art Lawine von Aggressionen

durch die Mobber. Mitschüler schließen sich zusammen und wenden sich in der Gruppe gegen das Opfer. Es wächst ein Wall aus Ablehnung, der sich irgendwann nicht mehr überwinden lässt. Das Opfer ist eingeschlossen von Aggressionen und Teilnahmslosigkeit und kann sich überhaupt nicht wehren. Dazu kommt die unerwartete und ungewohnte Brutalität. Angestachelt von der Gruppe brechen Dämme, es wird immer heftiger beleidigt, geschlagen, gedroht und schon kleine Kinder können unerwartet zügellos und böse sein. Auch eigentlich harmlose Mitschüler übertreffen einander in ihrer Gefühllosigkeit und wenn jemand vor seinem eigenen Verhalten zurückschreckt, greift die Gruppe ein und fordert ihn auf, weiterzumachen.

Mitschüler, die das miterleben, haben Angst. Sie bekommen ja täglich Kostproben davon, was einen erwartet, wenn man sich der Gruppe entgegenstellt. Das führt dazu, dass schließlich niemand dazwischengeht und dem Opfer zur Seite steht. Selbst Weinen und Betteln bewirkt nichts, und wenn Täter und Mitläufer etwas empfinden, unterdrücken sie das Mitleid und den Wunsch, zu helfen, weil sie Angst haben, die Nächsten zu sein. Der ganze Albtraum nimmt erst ein Ende, wenn das Opfer nicht mehr auftaucht oder die Schule massiv einschreitet und diejenigen aus der Gruppe holt, den sie für den Hauptverantwortlichen hält.

3.1.

Gibt es den berühmten Mobbing-Funken?

36

Wenn man sich auf die Suche nach der Ursache einer Mobbing-Attacke macht, ist die Antwort wie schon oben erwähnt meistens ganz einfach: Es liegt in der Regel an ungelösten zwischenmenschlichen Konflikten. Kinder und Jugendliche rasseln aus üblicherweise ganz banalen Gründen aneinander. Es geht um Neid und Eifersucht, Ärger über eine falsche Bemerkung oder einen zu engen Kontakt zu einem Freund, den man für sich allein haben möchte, alles ist möglich. Manchmal hat man einfach „keinen Bock“ auf den Besserwisser oder Schnösel oder auf jemanden, der anders aussieht oder nach fremden Regeln lebt. Manchmal möchte man auch nur endlich mal Dampf ablassen, weil man selbst Druck hat und ein Ventil braucht. Dann nimmt man den, der ohnehin nervt und von dem man weiß, dass er ein leichtes Opfer ist. Man haut ihm verbal um die Ohren. Ein Wort gibt das andere und irgendwann wird ohne Vorwarnung aus dem Konflikt ein regelrechter Angriff, und die Gewalt breitet sich aus, rasend schnell.

Die Ursache für diesen Dammbbruch, für das Kippen einer alltäglichen Kabbelstimmung in eine häufig langfristig geführte Mobbing-Attacke, ist schwierig zu definieren. Doch es gibt bestimmte Bedingungen, die das Kippen begünstigen. Die liegen zum einen in der Schule, zum anderen in den Familien.

a) So begünstigt Schule das Mobbing

- eine schlechte Lehrer-Schüler-Beziehung

Egal, ob eine Führungsschwäche oder eine autoritäre Führung ursächlich ist, wenn es zwischen der Klasse und dem Lehrer nicht stimmt, bauen sich Groll und Unzufriedenheit auf. Die Schüler werden nörgelig bis aggressiv. Ein idealer Nährboden, um über die Stränge zu schlagen und sich an anderen auszuüben. „Wirksame Lehrkräfte orientieren sich an den Lernbedürfnissen der Schülerinnen und Schüler und haben eine leistungsfördernde Erwartungshaltung. Sie gestalten mit der Klasse die Lernumgebung, haben Humor und tragen durch ihre Haltung zum angstfreien Miteinander bei“, weiß der Schulberater Günther Hoppe. Die Klasse ist ruhiger, weniger kribbelig und kann aufkeimende Konflikte allein in den Griff bekommen. Er glaubt: „Mobbing hat bei einer intakten Lehrer-Schüler-Beziehung keine Chance!“

37

- fehlende Regeln

Wenn in einer Schule ein klares Führungsprofil der Schulleitung fehlt, zieht sich das bis in die Klassen hinein. „Regeln, Routinen und Rituale betreffen die Pflichten und Grundrechte aller Schülerinnen und Schüler und geben Sicherheit“, so Günther Hoppe. Der Pädagoge weiß: „Es ist eine Königsaufgabe der Schulleitung, für sinnvolle Klassen- und Umgangsregeln zu sorgen, die klar und deutlich formuliert sind, getragen von der Leitfrage: Welche Regeln sorgen dafür, dass sich alle wohlfühlen und lernen können?“ Seine Erfahrung: „Schüler, die hinter den Regeln stehen, halten fest zusammen und geben Ausreißern keine Chance!“

- zu große Toleranz und Bequemlichkeit

In den Schulen herrscht schon längere Zeit Not, es gibt zu wenig Personal, die Klassen sind häufig zu differenziert und die Lehrkräfte entsprechend überfordert. Trotzdem gilt für Lehrkräfte eine Null-Toleranz-Einstellung. Sowie eine Lehrkraft etwas bemerkt, muss sie unmittelbar einschreiten. „Hier hapert es allerdings“, weiß Günther Hoppe. „Es ist bei dem Alltagsdruck verleitend, eventuelle Mobbing-situationen unterschiedlich zu bewerten. Doch Achtung: Schüler merken sich das Führungsvakuum sehr genau. Sowie sich ein Freiraum aufmacht, stoßen sie hinein.“

Und es geht weiter: Schüler empfinden die Passivität des Lehrers als eine Bestätigung ihres Verhaltens und erleben damit die Schule als einen Raum, in dem ihre Verhaltensweise zur Normalität wird.

38 „Wenn Lehrkräfte beide Augen weit geöffnet halten, die sozialen Abläufe innerhalb des Klassengefüges wahrnehmen und trotz aller Belastungen intervenieren und sofort und unmissverständlich Grenzen aufzeigen, lässt sich Mobbing wirksam einschränken.“

- das Fremde und Ungewohnte

Eine andere Nationalität, Kultur, Religion, Sprache weckt erst einmal die Neugier. Doch es schleichen sich auch schnell Missverständnisse ein, weil das Gegenüber anders reagiert, als man es kennt und erwartet. Die Neugier kippt in Abneigung und weil man sich mit dem Fremden weniger einfühlt, machen schnell viele mit. „In erfolgreichen Schulen werden Schüler auf neu aufzunehmende Mitschüler vorbereitet. Sie bekommen Hinweise zum Verhaltensmuster, um das entsprechend einordnen zu können. So vorbereitet, kann man Mobbing vorbeugen“, so Hoppe.

b) So begünstigt Familie das Mobbing

Eltern dienen als Vorbild. Wenn sie ständig ihren Status betonen oder sich abfällig über andere äußern, nehmen Kinder das an und übertragen das Verhalten auf ihre Mitschüler.

Ebenso ist eine gewalttätige Erziehung oder ein prekäres Elternhaus ungünstig. Wer mit Gewalt als Argument bei Auseinandersetzungen aufwächst, gibt das weiter. Allerdings kann ein überbehüteter Erziehungsstil ebenso Mobbing begünstigen. Ein Kind, dem zu Hause alles abgenommen wird und das selten mit Konsequenzen seines Handelns leben muss, neigt dazu, überall aufzutrumphen und die Macht an sich zu reißen.

Aber auch jenseits von Schule und Familie gibt es Mobbing auslösende Faktoren, die gar nicht zu beeinflussen sind. Die sozialen Medien prägen besonders Jugendliche, die kontaktarmen Coronajahre haben das noch verstärkt. Man bekommt vorgemacht, wie man aussehen und sich verhalten soll, was „in“ und „out“ ist. Wer nicht ins Bild passt, fühlt sich schlecht und unzulänglich, reagiert unsicher und verhalten – ein gefährlicher Nährboden für Mobbing.

39

„Selbstaufwertung erfolgt durch Abwertung“ beobachtet der Psychologe Uwe Bohlmann. Er weiß aus seiner Praxiserfahrung, dass daran häufig die unkontrollierte Nutzung sozialer Medien ursächlich ist. „Gerade Jugendliche lassen sich von TikTok, Instagram und Co. stark beeinflussen und verlieren den Bezug zur Realität. Sie fühlen sich zu dick, zu dumm, zu arm, zu unbedeutend und gehen gegen das reduzierte Selbstbewusstsein an, indem sie andere abwerten.“

Sie lesen, es gibt nicht DIE Ursache für Mobbing und genauso wenig DEN Ablauf. Laut Günther Hoppe haben Fachleute in

Schulen eine Struktur erkannt, nach der sich die meisten Mobbing-Vorgänge entwickeln.

c) So baut sich Mobbing auf

Es ist für Sie als Eltern hilfreich, die einzelnen Stufen zu kennen, um eine Vorstellung zu bekommen, wie es weitergehen kann. So können Sie gezielter eingreifen und gegensteuern.

→ Phase 1: Konfliktphase

40 In der Klasse gibt es einzelne Schüler, deren Miteinander nicht unkompliziert ist. Es kommt zu gegenseitigen Rempelen und Beleidigungen. Das sorgt für Unruhe und die Klassengemeinschaft ist nicht mehr intakt. Ein Lehrer, der nur zwei Stunden in der Woche in der Klasse unterrichtet, bekommt das nicht mit. Aber der Klassenlehrer bemerkt, dass etwas nicht stimmt und ist aufmerksam. Er führt Gespräche, informiert die Kollegen.

Persönliche Ebene: die betroffenen Schüler fühlen sich zumindest zeitweise bedrückt, reagieren mit Nervosität und vereinzelt Aggression. Aber man ist gegenseitig offen füreinander, trifft sich, spricht sich aus, versöhnt sich. Doch die vermeintlich gute Stimmung ist brüchig.

→ Phase 2: Mobbing-Phase

Es gibt plötzlich einen Hauptschuldigen, dem man das ganze Durcheinander und die angespannte Klassengemeinschaft anlastet. Einzelne Mitschüler sprechen das aus: „Wenn es ihn nicht gäbe, dann wären wir nach wie vor eine perfekte Gemein-

schaft.“ Oder „Er bringt Unfrieden und passt nicht zu uns.“ Die allermeisten Schüler geben dem Ganzen nicht so eine große Bedeutung und würden wieder zur Routine übergehen, aber einer sieht das eben anders und ein paar Mitläufer gesellen sich dazu. Sie wollen dem angeblichen Hauptschuldigen auf den Zahn fühlen. Es wird vorgeschoben, das Problem lösen zu wollen, in Wahrheit geht es aber darum, Dampf abzulassen und zu gewinnen. Denn die unterschwelligen Spannungen benötigen ein Ventil.

Persönliche Ebene: Der angebliche Hauptschuldige fühlt sich zunehmend attackiert. Es geht längst nicht mehr um harmlose Rangeleien oder Auseinandersetzungen auf Augenhöhe. Das Gefälle zwischen Opfer und Täter wird von Tag zu Tag größer und das Opfer hat zunehmend Angst, in die Schule zu gehen, weil ihm die Beleidigungen und Ausgrenzungen zusetzen. Sein Selbstwertgefühl ist angeknackst und er meidet den Kontakt mit seinen Mitschülern. Im Elternhaus wird man aufmerksam, denn das Kind wirkt verändert, zieht sich zunehmend zurück und reagiert mit Unruhe oder Schlafstörungen, aber auch mit körperlichen Beschwerden wie Magenschmerzen und Hautproblemen.

41

→ Phase 3: Öffentlichkeitsphase

Die Bombe ist geplatzt, Eltern und Schule haben mitbekommen, was passiert, und üben Druck auf den oder die Täter aus. In der Klasse herrscht jetzt Aufruhr, es wird viel diskutiert. Es gibt auch Aktionen seitens der Schule und Gespräche mit den Lehrern, dem Schulpsychologen, dem Direktor.

Persönliche Ebene: Jetzt ist beides möglich, es gibt a) die Opfer, die den weiteren Rückzug suchen und sich nicht mehr zutrauen, zur Schule zu gehen. Sie haben starke psychosoma-

tische Beschwerden, fühlen sich müde und erschöpft und sind häufig in Behandlung. Es gibt aber auch b) solche, die sich jetzt wehren, weil sie Unterstützung haben. Sie packen aus, erzählen alles, wollen endlich Gerechtigkeit für das erlittene Unrecht.

→ Phase 4: Handlungs- und Entscheidungsphase

Der Super-GAU ist eingetreten. Eltern und Lehrer haben viel versucht, doch den Mobber hat es nicht abgeschreckt. Er treibt weiter sein gemeines Unwesen, gibt dem Opfer die Schuld an der Entwicklung, stellt sich als Unschuldslamm hin und pie-sackt weiter, nur noch viel geschickter als zuvor.

Persönliche Ebene: Das Opfer fühlt sich ausgeliefert und verfällt in eine tiefe Verzweiflung. Es vertraut jetzt niemandem mehr, weigert sich beharrlich, zur Schule zu gehen und stürzt in eine tiefe persönliche Krise.

42

Sie kennen jetzt die typische Struktur eines Mobbingfalls und wissen dadurch, wie schlimm ein Mobbing-Prozess enden kann, wenn nicht rechtzeitig eingegriffen wird. Das Opfer wird im schlimmsten Fall zum dauerhaften Verlierer und hat kaum eine andere Möglichkeit, als die Schule zu wechseln. In vielen Fällen reagiert aber die Schule vorher und entscheidet sich bei eindeutiger Beweislast, den Täter an eine andere Schule zu überweisen. Was für das Opfer besser ist, hängt von den individuellen Voraussetzungen ab. Es kann häufig den bislang passiven Mitschülern nicht mehr vertrauen und fühlt sich besser, wenn es einen Neustart machen kann.

Je offener in einer Klasse mit der Thematik umgegangen wird, desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass Mobbing auftritt.



4. GIBT ES WIRKLICH „DAS OPFER“ UND „DEN TÄTER“?

Von Mobbing kann jeder Mensch betroffen sein, egal ob jung oder alt, männlich oder weiblich. Es gibt keine nachweisliche „Risikogruppe“, die zu Opfern oder Tätern werden. Bisherige Untersuchungen ergaben aber immer wieder bestimmte Persönlichkeitseigenschaften, die das Risiko erhöhen, von Mobbing betroffen zu sein oder zum Täter zu werden.

43

Die Opfer

Sie fallen auf, durch Glamour, Intelligenz oder genau das Gegenteil. Sie zeigen häufig Merkmale, die sie aus der Masse hervorstechen lassen, unter anderem besondere Kleidung, die ärmlich oder ultra-modisch sein kann, auf jeden Fall aber anders ist. Auch Brillen, Unter- oder Übergewicht, eine ungewöhnliche Stimme, eine andere Hautfarbe, eine körperliche Behinderung oder eine besondere Begabung kann zum Nährboden werden. Und sogar der Siegertyp kann in die Opferrolle geraten. Ein Leistungsträger, dem alles zufällt, der überall Bestleistungen bringt, attraktiv aussieht und dazu noch ein