

# Stoppt das Mobben!

## Mobbing in der Schule



### Zentrale Merkmale:

- gezielte Schädigung
- Wiederholung
- Ungleichgewicht der Kräfte

### Auswirkungen von Mobbing:

- Ängste, Depression
- Körperliche Beschwerden
- Leistungsabfall
- Verlust des Selbstwerts
- Alkohol- und Suchtmittelmissbrauch
- Suizidgedanken, Suizid



### Präventive Maßnahmen:

- Gemeinsame Regeln aufstellen
- Kommunikationsfähigkeit verbessern
- Möglichkeiten zur Konfliktlösung etablieren
- Gemeinschaft durch Zivilcourage stärken
- Früherkennung von Mobbing und Eingreifen zur Prävention

**Mobbing** = subtile Form von Gewalt

**Mobbing** ≠ eine einzelne Tat, sondern eine Vielzahl von wiederkehrenden Angriffen

### Besonderheiten:

- Dynamik in der Schule
- Gruppendruck
- Einfluss von Lehrkräften und Schulleitung
- Auswirkungen auf das Lernumfeld und die Klassengemeinschaft



### Handlungsstrategien für Opfer:

- Nicht allein bleiben
- Mobbing-Tagebuch führen
- Selbstvertrauen aufbauen
- Mobber gezielt ansprechen
- Erwachsene Autoritätspersonen einweihen

### Interventionen:

- Direkte Konfrontation mit dem Täter
- Indirekte Maßnahmen zur Unterstützung betroffener Personen
- Gemeinschaftliche Unterstützung und Stärkung sozialer Normen in der Schule