

# Mobbing

Was ist das?

Das Wort Mobbing kommt aus dem Englischen: to mob = anpöbeln

Von Mobbing ist dann die Rede, wenn eine Schülerin oder ein Schüler über einen längeren Zeitraum hinweg immer wieder zur Zielscheibe ihrer MitschülerInnen werden.

Mobbing hat viele Gesichter:

- Abpassen auf dem Schulweg
- Ausgrenzen aus der Klassengemeinschaft
- Zurückhalten wichtiger Informationen
- Beschädigen oder Zerstören von Schulmaterial, Kleidung und anderen Dingen
- Knuffen und Schlagen auf dem Pausenhof und in den Schulgängen
- Auslachen, verletzende Bemerkungen, Unfreundlichkeit
- Unfaire Anschuldigungen, Verbreiten von Gerüchten
- Erpressung mit Androhung von Gewalt
- Sexuelle Belästigung

Wie wehre ich mich gegen Mobbing?

Aus einer Mobbing-Situation herauszukommen, ist ganz und gar nicht leicht - besonders schwer ist es, wenn du es alleine versuchst. Deshalb ist es sehr wichtig, mit anderen darüber zu reden. Erzähl deinen Eltern, was in der Schule passiert, rede mit deinen LehrerInnen, mit der Schulsozialarbeit darüber oder geh zu einer Beratungsstelle.

Schreibe ein Mobbing-Tagebuch! Oft ist es schwer, mit andern zu reden. Deshalb tut es gut, sich den Ärger von der Seele zu schreiben. Schreib auf, was dir passiert und wie du dich fühlst.

Was kann ich tun wenn in meiner Klasse gemobbt wird?

Mobbing betrifft nicht nur das Opfer und den Täter. Auch die KlassenkameradInnen sind daran beteiligt. Als aktive Helfer, als Zuschauer - oder als Wegschauer. Nur wenige haben den Mut, etwas gegen Mobbing zu unternehmen.

Wenn du Mobbing verhindern oder bekämpfen möchtest, ist es wichtig...

- ... andere nicht beim Mobbing zu unterstützen!
- ... keine Witze auf Kosten anderer zu machen!
- ... jedem klar zu machen, dass du Mobbing nicht zulässt!

Weitere Informationen/Vorschläge und Ideen zu diesem Thema findest du auch im Internet z.B. unter: [www.schueler-mobbing.de](http://www.schueler-mobbing.de) oder [www.kidsmobbing.de](http://www.kidsmobbing.de)

### **Hier könnt ihr euch Hilfe holen:**

**Kinder- und Jugendtelefon (Die Nummer gegen Kummer):**

**0800- 111 0 333**

**Montag – Freitag, 15.00 – 19.00 Uhr (der Anruf ist kostenlos)**