

## Was Opfer tun können

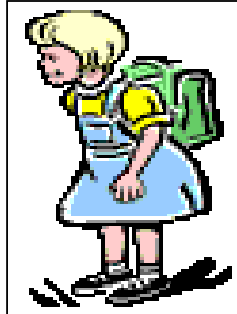
### **Mobbing kommt in allen Altersstufen vor**

- In der Unterstufe scheint häufiger physische (körperliche) Aggression aufzutreten, vor allem gegenüber sportlich ungeschickteren, „brav“ wirkenden Mitschülern.
- In der Mittelstufe bestimmen Mode-Normen (Markenkleidung), Verhaltensnormen im Unterricht („Streber!“) und beginnende gegengeschlechtliche Freundschaften (Eifersucht, Rivalität) das Mobbing. Verbale Aggression und die weniger offensichtliche, aber wesentliche subtilere Beziehungsaggression treten in den Vordergrund.
- In der Oberstufe spielt der Konkurrenzdruck eine Rolle.

### **Maßnahmen**

Grundsatz: **Darüber reden!**

- sich an eine Person seines Vertrauens wenden
- nicht schämen und vor sich hinleiden
- erwachsenen Personen vom Mobbinggeschehen erzählen
- jeden Übergriff protokollieren (Mobbing-Tagebuch)
- Rückhalt bei Verbündeten suchen (Klasse, andere Klasse)
- nicht nur die Schuld bei sich suchen



Kinder glauben oft nicht, dass Erwachsene helfen können

- stark sein und an sich glauben
- nicht aufgeben, bis jemand zuhört (alleine darüber zu sprechen, ist meist eine große Erleichterung)
- sich an Streitschlichter wenden
- sich an den Verbindungslehrer, Beratungslehrer, Schulleiter wenden
- sich gegebenenfalls professionelle Hilfe holen