

## Was ist Mobbing

Laut dem österreichischen Bundesministerium für Inneres ist Mobbing psychische Gewalt die durch "wiederholtes und regelmäßiges Schikanieren, Quälen und Verletzen einer beliebigen Einzelperson oder Gruppe von einer beliebigen Einzelperson oder Gruppe" charakterisiert ist. Mobbing findet meist in der Schule oder am Arbeitsplatz statt und kann jeden im jedem Alter betreffen. Man wird oft dann gemobbt, wenn der Täter anwesend ist, da ein Täter nur mit Zuschauern effektiv ist.

Cybermobbing ist meist brutaler als das normale Mobben, da sich die Täter anonym fühlen und es mehr Zuschauer gibt. Manche von diesen Zuschauern werden auch zu Tätern, welche wiederum mehr aufsehen erregen, wodurch es noch mehr Zuschauer gibt. Es ist ein Teufelskreis, wie z.B. der Fall Rainer Winkler.

Mobbing hat viele Gesichter, wie Demütigung, Machtmissbrauch, z.B. durch das Zuweisen sinnloser Aufgaben, Gewaltandrohung, sozialer Ausschluss oder dauernde, unangemessene Kritik an einer Person oder ihrem Tun.

Die Folgen gehen von Ängsten, ein niedriges Selbstwertgefühl, psychosomatische Beschwerden, wie Bauch-, Kopfschmerzen oder Schlafprobleme, Depressionen, Alkohol- und Suchtmittelmissbrauch bis zu Suizidgedanken und Suizid. Die Täter haben meist die Absicht, eine oder mehrere Personen auszugrenzen, zu schwächen bzw. gar von der Schule zu vertreiben. Eine höhere Gruppenstellung oder sogar Langeweile, Spaß und Rache können auch Motive sein.

Wenn man gemobbt wird, hilft es meist mit Lehrern, Sozialarbeitern und seinen Eltern zu reden. Bei Angst, dass es dadurch nur noch schlimmer werden könnte, kann auch eine Email oder ein Brief verfasst werden. Wenn allerdings jemand versucht, Mobbing zu verharmlosen, sollte man trotzdem dranbleiben.

### Quellen:

- Bundesministerium für Inneres Österreich (am 16.5.24 zuletzt abgerufen) - [https://bmi.gv.at/magazin/2022\\_05\\_06/11\\_Mobbing.aspx](https://bmi.gv.at/magazin/2022_05_06/11_Mobbing.aspx)
- Irrsinnig menschlich (am 16.5.24 zuletzt abgerufen) - <https://www.irrsinnig-menschlich.de/hilfe/mobbing-in-der-schule/>
- Wikipedia (am 16.5.24 zuletzt abgerufen) - <https://de.wikipedia.org/wiki/Mobbing>
- n-tv (am 16.5.24 zuletzt abgerufen) - <https://www.n-tv.de/panorama/Drachenlord-Wie-Rainer-Winkler-zum-Opfer-von-Mobbing-Hatern-und-Swatting-wurde-article23225105.html>