

# Was ist Mobbing?

1

## DER ANFANG

### Verpiss dich du Opfer

- Holt ihr eure Sachen immer beim Roten Kreuz?
- Die ist ja asozial!
- Warum guckst du so scheiße?
- Mit dem arbeite ich nicht zusammen!
- Da kommt die Stinkerin!

2

## EIN PROZESS

### Psychoterror

- Erste Gemeinheiten finden statt - Mobbing ist ein schleichender Prozess
- Die Anderen schauen weg
- Das Opfer wird unsicher
- Selbstvertrauen des Opfers wird zerstört
- Das Opfer kann sich nicht mehr selbst befreien
- Hilflosigkeit und Demoralisierung
- Ausgrenzung

3

## ARTEN

### Soziale Ausgrenzung

- Nachäffen
- Erpressen
- Schikanieren
- Gerüchte verbreiten (Gossip)
- Psychische Gewalt
- Beschimpfen
- Bloßstellen
- Abwerten
- Körperliche Gewalt
- Bedrohen

4

## MERKMALE

### Machtmissbrauch

- Ein Konflikt verfestigt sich
- Mobbing ist ein Gruppenprozess
- Mobbing schädigt die gesamte Persönlichkeit
- Mobbing passiert nicht zwingend bewusst und gezielt
- Mobbing geschieht über einen längeren Zeitraum
- Mobbing wertet den/die Täter auf

5

## URSACHEN

### Lust auf Mobbing

- Persönliche Feindschaft mit dem Opfer
- Fehlende Konfliktlösungsstrukturen oder -kompetenz
- Aufwertung / Anerkennung der eigenen Person / Gruppe
- Fremdenfeindlichkeit / Rassismus
- Neid
- Herrschsucht / Machtmissbrauch
- Konkurrenzsituation oder -druck
- Selbst erlittenes Leid wird weitergegeben

6

## FOLGEN

### Depression

- Stress
- Gesundheitliche Beschwerden
- Denkblockaden / Leistungseinbrüche
- Fluchtendenzen
- Abschottung / Abgrenzung / Soziale Isolation
- Annahme der Opferrolle
- Verhaltensauffälligkeit



Eine Initiative des Präventionsrates Bremen West  
<http://www.praeventionsrat-bremen-west.org>  
[info@praeventionsrat-bremen-west.org](mailto:info@praeventionsrat-bremen-west.org)

Freundlich unterstützt von:

Arbeitnehmerkammer Bremen  
Kooperationsstelle Kriminalprävention Bremen  
Unfallkasse Bremen

