

Themenblätter im Unterricht

Frühjahr 2002_Nr.16

Mobbing



Seite 3 – 6	Anmerkungen für die Lehrkraft
Seite 7 – 35	14 Arbeitsblätter im Abreißblock zum Thema: <i>MOBBING I</i> für Gruppe 1
Seite 36 – 62	14 Arbeitsblätter im Abreißblock zum Thema: <i>MOBBING II</i> für Gruppe 2
Seite 63	Literaturhinweise
Seite 64	Internet- und Kontaktadressen

Bestellcoupon auf S. 63/64

Zum Autor:



Günther Gugel

Dipl. Pädagoge, Jahrgang 1949, lebt in Sonnenbühl auf der Schwäbischen Alb und ist Geschäftsführer des Vereins für Friedenspädagogik Tübingen e.V. Arbeitsschwerpunkte u.a.: Gewaltprävention, Umgang mit

Konflikten, Friedenserziehung und Globales Lernen, Methoden in der Bildungsarbeit, Neue Medien. Veröffentlichungen u. a.: (gemeinsam mit Uli Jäger) Weltsichten. Die Vielfalt des Globalen Lernens. Tübingen 1999. Methoden-Manual I + II. Neues Lernen. Weinheim und Basel 1997 f.

Impressum

Herausgegeben von der Bundeszentrale für politische Bildung/bpb
Berliner Freiheit 7, 53111 Bonn
E-mail der Redaktion: moeckel@bpb.de
www.bpb.de

Autor: Günther Gugel
Redaktion: Iris Möckel (verantwortlich); Pamela B. Brandt,

Gestaltung: Leitwerk. Büro für Kommunikation, Köln
Titelfotos: Günther Gugel
Druck: Neef + Stumme, Wittingen

Text und Illustrationen sind urheberrechtlich geschützt. Der Text kann in Schulen zu Unterrichtszwecken vergütungsfrei vervielfältigt werden. Bei allen gesondert bezeichneten Fotos und Karikaturen liegen die Rechte nicht bei uns, sondern bei den Agenturen.

Haftungsausschluss: Die bpb ist für den Inhalt der aufgeführten Internetseiten nicht verantwortlich.

1. Auflage: April 2002
ISSN 0944-8357
Bestell-Nr. 5.366

Was Sie schon immer über uns wissen sollten....

- warum die „Themenblätter“ längst nicht so kostspielig sind, wie es auf den ersten Blick aussieht. Und
- was es mit unseren verschiedenen Versandstellen und Adressen auf sich hat.

Also zu den Kosten: Manche Lehrkräfte meinen, wir sollten lediglich Fotokopiervorlagen herstellen; die Themenblätter kämen die SteuerzahlerInnen zu teuer. Aber: Die Druckkosten jeder Ausgabe mit Lehrer- und Arbeitsblättern liegen weit unter einem Euro (dazu kommen Honorare für AutorInnen und Grafik, Verwertungsrechte für Fotos und Karikaturen, Porto sowie unser Gehalt: doch diese fallen für Kopiervorlagen ebenso an.). Das bedeutet: jedes Heft ist erheblich billiger, als wenn Sie für jedeN SchülerIn eine (Schwarzweiß-) Fotokopie mit Vor- und Rückseite machten! Und wir wünschen uns ein bisschen Farbe für die oft ungeliebte politische Bildung und hoffen auch auf zusätzliche Nutzungsfelder, z.B. Vertretungsstunden.

Zum Versand:

- Unsere Münchner Versandstelle, Franzis print&media, ist zuständig für **Unterrichtsmaterial**. Dieses wird kostenlos und portofrei verschickt. Was alles im aktuellen Angebot ist, finden Sie auf der „Liste der lieferbaren Ausgaben“ (siehe Bestellcoupon auf der Seite 63 in diesem Heft).
- Die Versandstelle der **gesamten BpB** ist seit Dezember 2001 die DVG, Postfach 1149 in 53333 Meckenheim bei Bonn. Das Material, das von dort aus verschickt wird, kostet eine Bereitstellungsgebühr (in der Regel 1,50 Euro; wird ab 1 kg unfrei verschickt). Das aktuelle Gesamtprogramm der BpB mit etwa 400 Titeln ist im so genannten „Publikationsverzeichnis“ aufgelistet, das jeweils zu den Buchmessen im Frühjahr (Leipzig) und Herbst (Frankfurt) neu aufgelegt wird.

Bitte also nicht „gemischte“ Bestellungen an Franzis richten! Die müssen aussortiert, gesammelt und nach Meckenheim geschickt werden. Jede Bearbeitung müssen wir gesondert bezahlen, außerdem dauert Ihre Sendung dann viel länger.

Bestellungen an die Redaktion zu richten, macht statt Sinn nur Verdruss.

An uns können Sie jedoch sehr gern Vorschläge richten! Es interessiert uns besonders, wie Sie die Themenblätter einsetzen, welche Themen Sie gerne bearbeiten würden und was Sie verbesserungswürdig finden.

Guten Unterricht mit den Themenblättern
wünschen Ihnen Ihre
Iris Möckel und Pamela Brandt

Günther Gugel

Mobbing:

Ein gesellschaftliches Problem

„Heute schon gemobbt“ – Solche oder ähnliche Formulierungen finden sich immer wieder in Werbeanzeigen auch von seriösen Unternehmen. Dabei ist Mobbing kein randständiges Thema – ganz im Gegenteil: Mobbing ist in allen gesellschaftlichen Bereichen weit verbreitet. Es zerstört die Basis des Zusammenlebens und der Zusammenarbeit, verursacht psychische und physische Krankheiten bei den Betroffenen und ist in Unternehmen für hohe Kosten durch Fehlzeiten, häufigen Mitarbeiterwechsel und Minderleistungen verantwortlich.

Nach Schätzungen der Deutschen Anti-Mobbing-Initiative (Dami) werden in Deutschland pro Jahr ca. 1,5 Millionen Menschen an ihrem Arbeitsplatz von Kollegen oder Vorgesetzten terrorisiert. Mehr als 3.000 Menschen begehen jährlich nach Mobbing Suizid. Der volkswirtschaftliche Schaden durch Krankenstand, medizinische Versorgung und Frühverrentung beläuft sich pro Jahr auf ca. 50 Milliarden Euro.

Was ist Mobbing?

Nicht jeder Streit und jede Schikane ist bereits Mobbing. Die Gesellschaft gegen psychosozialen Stress und Mobbing (GpsM) e.V. versteht unter Mobbing „eine konfliktbelastete Kommunikation am Arbeitsplatz unter Kollegen oder zwischen Vorgesetzten und Untergebenen, bei der die angegriffene Person unterlegen ist und von einer oder mehreren anderen Personen systematisch und während längerer Zeit direkt oder indirekt angegriffen wird mit dem Ziel und/oder dem Effekt des Ausstoßes und die angegriffene Person dies als Diskriminierung erlebt.“

Mobbing geschieht vor allem in „Zwangsgemeinschaften“, wie in der Arbeitswelt, Schule, Ausbildungseinrichtungen o.ä., denn diese Bereiche können nicht ohne weiteres verlassen werden.

In freiwilligen Zusammenschlüssen wie Sportvereinen oder Freizeitclubs taucht Mobbing weniger auf, ganz einfach deshalb, weil derjenige, der sich nicht akzeptiert fühlt, sich einen anderen Verein oder ein anderes Hobby suchen kann. Typisch für Mobbing ist, dass es sich gegen „als unterlegen empfundene“ Einzelpersonen richtet, systematisch geschieht und über einen längeren Zeitraum andauert. Mobber sind Heckenschützen, sie gehen sehr subtil vor. Mobbingopfer befinden sich subjektiv oft in einer ausweglosen Situation und können nur selten Hilfe mobilisieren. Vgl. → www.mobbing.de

Die Mobbinghandlungen

Manche Mobbinghandlungen sind für sich genommen eher harmlos. Eine erdrückende Gewalt entwickeln solche Handlungen erst, wenn sie systematisch ausgeübt werden. Andere Mobbinghandlungen sind schon für sich ein massiver Angriff auf die persönliche Würde oder die berufliche Identität. Eine einmalige „Strafaktion“ ist noch kein Mobbing. Der Mobbing-Forscher Heinz Leymann teilt Mobbinghandlungen in fünf Bereiche ein:

1. Angriffe auf die Möglichkeiten, sich mitzuteilen:

Z.B. man wird ständig unterbrochen, ständige Kritik an der Arbeit, Telefonterror.

2. Angriffe auf die sozialen Beziehungen: Man spricht nicht mehr mit dem/der Betroffenen, man lässt sich nicht ansprechen, man wird „wie Luft“ behandelt.

3. Auswirkungen auf das soziale Ansehen: Man macht sich über das Privatleben lustig, man macht sich über die Nationalität lustig, sexuelle Annäherungen oder verbale sexuelle Angebote.

4. Angriffe auf die Qualität der Berufs- und Lebenssituation: Man weist dem Betroffenen keine Arbeitsaufgaben zu, man gibt ihm sinnlose Arbeitsaufgaben, man gibt ihm „kränkende“ Arbeitsaufgaben.

5. Angriffe auf die Gesundheit: Zwang zu gesundheitsschädlichen Arbeiten, Androhung körperlicher Gewalt, körperliche Misshandlung, sexuelle Übergriffe.

→ www.dgb.de/themen/mobbing

Ursachen

Die Mobbing-Forschung geht heute davon aus, dass es keine in der Persönlichkeit der Täter oder Opfer liegende ursächlichen Merkmale gibt, wohl aber Risikofaktoren: Täter werden z.B. Chefs mit mangelndem Selbstbewusstsein. Sie fühlen sich von starken Untergebenen bedroht. Opfer werden eher Außenseiter, die Konflikte nicht lösen. Doch auch Leistungsträger können betroffen sein, wenn sie mit ihrem Eifer das soziale Klima stören. Auch die Betriebsorganisation kann Mobbing begünstigen. Auslöser für Mobbing können z.B. Neuerungen am Arbeitsplatz sein, die gewohnte Abläufe verändern oder auch neue Vorgesetzte. Die Angst vor Verlust des Arbeitsplatzes verschärft das Problem. Schlechtes Arbeitsklima, Zeit- und Erfolgsdruck sind zusätzlich begünstigende Faktoren. In einer Untersuchung von Heinz Leymann waren die „Täter“ von Mobbinghandlungen zu 44 % Kolleginnen und Kollegen, 37 % Vorgesetzte, 10 % Kolleginnen, Kollegen gemeinsam mit Vorgesetzten und zu 9 % Untergebene.

Die Phasen eines Mobbing-Prozesses

Ein Konflikt entsteht

Am Anfang eines jeden Mobbing-Prozesses steht ein Konflikt. Mobbing kann entstehen, wenn der Konflikt nicht bearbeitet wird. Im Laufe der Entwicklung hin zu Mobbing tritt der ursprüngliche Konflikt immer mehr in den Hintergrund. Aus dem sachlichen Konflikt wird eine persönliche Auseinandersetzung.

Der Psychoterror beginnt

Nun ist es die Person des Betroffenen selbst, die zur Zielscheibe wird. In dieser zweiten Phase des Mobbing-Prozesses passieren erschreckende Veränderungen. Innerhalb kurzer Zeit wird aus einer beliebten und geachteten Kollegin eine totale Außenseiterin, mit der niemand etwas zu tun haben will. Mobbingopfer verändern sich stark: Sie werden mürrisch, unfreundlich, misstrauisch, vielleicht sogar pampig oder aggressiv.

Erste arbeitsrechtliche Maßnahmen beginnen

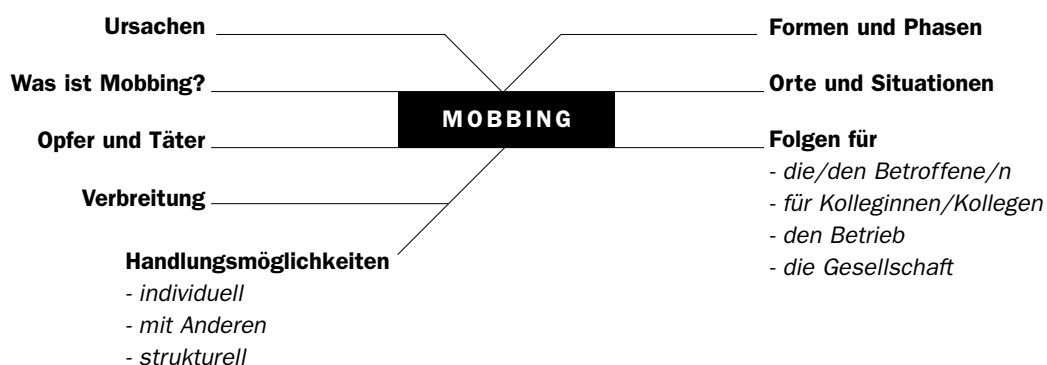
Auf die Demütigungen und Mobbing-Handlungen am Arbeitsplatz folgen häufig arbeitsrechtliche Maßnahmen des Arbeitgebers. Der von Mobbing-Betroffene ist zu einem Problemmitarbeiter geworden: Er ist häufig unkonzentriert, es unterlaufen ihm Fehler und er hat aufgrund der psychosomatischen Beschwerden zu viele Fehltag. Der Vorgesetzte, auch wenn er bislang neutral war, ist nun gezwungen, zu reagieren. Er wird das aufgetretene Fehlverhalten rügen und im Wiederholungsfall auch abmahnen. Die weitere unangenehme Folge für den Betroffenen ist, dass er aufgrund der arbeitsrechtlichen Maßnahmen zu einem „offiziellen“ Fall im Betrieb wird.

Das Arbeitsverhältnis wird zwangsweise beendet

Fortgeschrittene Mobbing-Fälle enden fast immer mit einem Ausschluss aus dem Arbeitsleben. Entweder kündigen die Betroffenen selbst, weil sie es nicht mehr aushalten, oder sie werden vom Arbeitgeber unter einem Vorwand entlassen. Andere willigen unter dem großen Druck in einen Auflösungsvertrag ein.

Ein Wiedereinstieg in den Beruf ist für fast alle Betroffenen kaum möglich, weil sie durch den Mobbing-Prozess so stark körperlich und seelisch geschädigt worden sind, dass sie den Belastungen des Arbeitslebens nicht mehr standhalten.

Vgl. → www.mobbing.de



Folgen von Mobbing für die Opfer

Eine schwedische Untersuchung teilt als Folge des Mobbing verschiedene psychosomatische Symptomgruppen ein:

- 1. Grübelnde Gedankenverläufe:** Gedächtnisstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Niedergeschlagenheit, ohne Initiative, Apathie, Ratlosigkeit, Aggressionen, Gefühl der Unsicherheit, Übersensibel bei Enttäuschungen
- 2. Psychosomatische Symptome:** Alpträume, Bauch-/Magenschmerzen, Durchfall, Erbrechen, Übelkeit, Appetitlosigkeit, „Kloß im Hals“, Weinen, Einsamkeit, Kontaktarmut
- 3. Typische Symptome des Erschreckens:** „Druck“ auf der Brust, Schweißausbrüche, trockener Mund, Herzklopfen, Atemnot (Asthma), Blutwürgungen
- 4. Effekte nach Stresszuständen:** Rückenschmerzen, Nackenschmerzen, Muskelschmerzen, Antriebslosigkeit
- 5. Posttraumatische Belastungsreaktionen:** Einschlafstörungen, unterbrochener Schlaf, frühzeitiges Aufwachen
→ www.mobbing.de

Neben diesen psychosomatischen Folgen gibt es weitere, die von verminderten sozialen Kontakten (Isolierung) und Arbeitsleistungen bis hin zur Kündigung oder den Verlust des Arbeitsplatzes reichen. Die AOK schätzt die Kosten für Leistungsabfall und Fehlzeiten pro Mobbingfall auf 15.000 bis 50.000 Euro.

Im schulischen Bereich sind die Folgen häufig Konzentrationsschwäche, Müdigkeit und Schlafstörungen, Schulschwänzen, starker Leistungsabfall, ständiges Zuspätkommen, in den Pausen längeres Verweilen im Klassenzimmer, Vermeidung von Gruppenarbeit.

Handlungsmöglichkeiten

Es gibt keine Patentrezepte; da jeder Fall anders liegt, muss jede/r selbst herausfinden, welche Form der Gegenwehr die richtige ist.

Individuelle Strategien:

- ▶ Rechtzeitig reagieren, nicht zu lange warten.
- ▶ Deutlich machen, dass das Verhalten unerwünscht ist.
- ▶ Mit einer Person des Vertrauens über den Vorfall sprechen.
- ▶ Herausfinden, worum es eigentlich im Kern geht.
- ▶ Herausfinden, wo eigene Anteile am Konflikt liegen.
- ▶ Sich Verbündete suchen, Erfahrungen austauschen.
- ▶ Den/die Belästiger zur Rede stellen.

Andere einbeziehen

- ▶ Entscheiden, ob Hilfe von einer dritten Person notwendig ist.
- ▶ Den Betriebs- oder Personalrat einschalten.
- ▶ Die Belästigung öffentlich machen, das Schweigen brechen und die Duldsamkeit ablegen.
- ▶ Externe Beratungsstelle einschalten.

Weiterführende Maßnahmen

- ▶ Bei dem Arbeitgeber Seminare für Führungskräfte bzw. Ausbilder/innen anregen.
- ▶ Betriebs- und Dienstvereinbarungen anregen und durchsetzen, die Mobbing und sexuelle Belästigung verurteilen.

Vgl. *Deutscher Gewerkschaftsbund, Bundesvorstand, Abt. Frauenpolitik (Hrsg.): Nein heißt Nein! Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz. Düsseldorf 1998, S. 16 ff.*

Mobbing in der Schule

Im schulischen Bereich zeigt sich Mobbing u.a. durch folgende Handlungen:

Ausgrenzung aus der Klassengemeinschaft, beschädigen von Materialien, auslachen, verstecken von Kleidungsstücken, ungerechtfertigte Beschuldigungen, knuffen und schlagen auf dem Pausenhof, Erpressung und Bedrohung, sexuelle Belästigungen.

Erste Hilfe für Mobbingopfer

Tipp Nr. 1: Schreiben Sie sich alles auf, was Ihnen im Zusammenhang mit Mobbing unterkommt. Vorfälle, Wer, Wann, Wo, Zeugen... Nur so können Sie später auch glaubhaft von Mobbing sprechen.

Tipp Nr. 2 : Wer übt warum Mobbing aus. Versuchen Sie das Motiv des Mobbingtäters herauszufinden.

Tipp Nr. 3: Angriffsfläche reduzieren. Machen Sie sich nicht mehr als nötig verwundbar.

Tipp Nr. 4: Sprechen Sie mit jemandem darüber. Mobbing hat viele Konsequenzen, aber gute Laune zählt nicht dazu.

Tipp Nr. 5: Typische Mobbingattacken sind: Informationen vorenthalten, Ausgrenzung, Untergraben der Arbeit.

Überlegen Sie sich Strategien, dieses zu vermeiden: z.B.: Wie komme ich trotzdem an Informationen?

Wie kann ich mich integrieren?

Tipp Nr. 6: Mobbing verursacht Stress, Niedergeschlagenheit, Demotivation bis hin zu Depressionen und Erkrankungen. Suchen Sie nach Wegen, diese Spannungen abzubauen. Sport und andere Freizeitaktivitäten können hier helfen.

Tipp Nr. 7: Keinen Alkohol und keine Drogen! Alkohol löst weder die Probleme noch den Stress oder die Anspannung. Er verschlimmert sie nur.

Tipp Nr. 8: Der mit dem Mobbing verbundene Stress ist nicht zu unterschätzen. Er führt dazu, dass das Mobbingopfer verkrampft. Schlechter und unzureichender Schlaf sind die Folgen. Achten Sie auf genügend Schlaf. Vermeiden Sie überflüssigen Stress. Essen Sie ausgewogen und regelmäßig.

Vgl.: → www.antimobbing.de

Hinweise zum Einsatz

- ▶ Bitte beachten Sie, dass es **zwei verschiedene Versionen des Arbeitsblattes** (S. 7-35, S. 36-62) gibt, die parallel eingesetzt werden und verschiedene Aspekte des Themas beleuchten.
- ▶ Der didaktische Ansatz der Arbeitsblätter geht davon aus, dass durch die Bildergeschichten eine Auseinandersetzung mit dem „Mobbingalltag“ und eigenen Mobbing-Erlebnissen aktiviert wird. Erst in einem zweiten Schritt sollte über Reaktions- und Handlungsmöglichkeiten gesprochen werden.
- ▶ Eigene Erfahrungen als Opfer, Täter oder Zuschauer sind bei jedem vorhanden. Diese Dimension sollte in einem Klassengespräch einbezogen werden. Anknüpfungspunkte können die Bildergeschichten sein: „Wer hat Ähnliches schon einmal erlebt?“
- ▶ Wichtig ist es, Zeit für den Bereich der Handlungsstrategien einzuplanen: Was kann man machen? Dabei sollte darauf geachtet werden, dass nicht nur individuelle Handlungsmöglichkeiten zur Sprache kommen, sondern auch strukturelle Gegenmaßnahmen gegen Psychoterror und Diskriminierung am Arbeitsplatz oder in der Schule Berücksichtigung finden. Solche strukturellen Maßnahmen können in der Arbeitswelt z.B. Betriebsvereinbarungen sein, wie sie etwa VW 1996 mit der Betriebsvereinbarung „Partnerschaftliches Verhalten am Arbeitsplatz“ umgesetzt hat. Für den Schulbereich wäre die Erarbeitung einer verbindlichen „Anti-Mobbing-Konvention“ (evtl. auch als Teil einer umfassenderen Schulordnung) möglich.

Weiterarbeit mit Rollenspielen

Die Bildmaterialien können auch als Ausgangspunkte für Rollenspiele dienen. Im Zentrum des Rollenspiels sollten Handlungsmöglichkeiten in konkreten Mobbing-Situationen stehen. Diese Handlungsmöglichkeiten können spontan entwickelt oder in Kleingruppen vorbereitet werden. Was könnte die Situation positiv, was negativ beeinflussen? Die Szene kann mit verschiedenen Lösungsvarianten nachgespielt werden. Prinzipielle (idealtypische) Handlungsmöglichkeiten sind:

1. Konfrontation, Kampf
2. Innere Resignation, Rückzug
3. Gekonnte verbale Reaktion
4. Einschaltung einer dritten Partei (z.B. des Personalrates oder der Schüler/innenvertretung)

Bei der Auswertung sollte überlegt werden, wovon Handlungsalternativen abhängen, wie der Erfolg der einzelnen Reaktionsweisen einzuschätzen ist und was jeweils als ein „Erfolg“ zu werten wäre?

Günther Gugel

Mobbing

Der Kopierraum



Erzählen Sie die Geschichte, die sich in der Bilderfolge darstellt. Sie können dabei auch die Sichtweise des Mannes oder die der Frau einnehmen.









Überlegen Sie:

Welche Handlungsmöglichkeiten gibt es in solchen Situationen? – Alleine, mit Kolleginnen und Kollegen oder mit dem Personalrat?
Wo und wie kann man sich Hilfe holen?



Fotos: Günther Gugel

Der Mobbing-Test

Die Schüler/Innen der Gutenbergschule in Riederich haben einen Mobbing-Test entwickelt:

Ob du bereits Mobbing-Opfer bist, kannst du leicht mit diesem Test überprüfen.

1. Deine Möglichkeiten, sich frei zu äußern sind stark eingeschränkt. 20P
2. Du gehörst einer anderen Nationalität oder Religion an als die meisten anderen in deiner Klasse. 15P
3. Du wirst von deinen Mitschülern nie privat eingeladen. 5P
4. Du wirst mit Telefonterror belästigt. 20P
5. Die Mitschüler verstummen, wenn du den Raum betrittst. 10P
6. Man lacht über dich. 10P
7. Man spricht nicht mehr mit dir. 20P
8. Du wirst ständig kritisiert. 15P
9. Man verbreitet Gerüchte über dich. 15P
10. Man greift deine persönliche Meinung an. 10P
11. Du bist sexuellen Belästigungen verbal oder tätlich ausgesetzt. 20P
12. Man zwingt dich Dinge zu tun, die dein Selbstbewusstsein verletzen. 20P
13. Man stellt deine Entscheidungen in Frage. 10P
14. Man imitiert dich, deinen Gang, deine Stimme, dein Lachen. 20P
15. Man gibt dir Aufgaben weit unter deinem Können. 10P
16. Man gibt dir Aufgaben, die deine Möglichkeiten übersteigen. 10P
17. Man verdächtigt dich, psychisch krank zu sein. 15P
18. Du hast keine Freude mehr an deiner Arbeit. 15P
19. Du warst in letzter Zeit öfter krank. 15P
20. Du warst in letzter Zeit gereizt. 10P
21. Du gehst nicht zu Klassenfesten oder sonstigen freiwilligen Veranstaltungen der Schule. 10P
22. Dir wurde schon einmal körperliche Gewalt angedroht. 15P
23. Deine persönlichen Dinge werden beschädigt (Schulranzen, Bücher, Mäppchen, Fahrrad,...). 10P
24. Du gehst weniger aus als früher. 10P
25. Mitschüler/Innen werden gegen dich aufgestachelt. 20P
26. Man macht Witze auf deine Kosten. 20P
27. Mitschüler/Innen, zu denen du früher engeren Kontakt hattest, ziehen sich zurück. 15P
28. Du leidest an Schlafstörungen. 10P

→ www.gutenbergschule.de/Schuler/Mobbing/Mobbing-Test/mobbing-test.html

Testauswertung:

→ www.gutenbergschule.de/Schuler/Mobbing/index.htm

Was halten Sie von diesem Test?



Werden die relevanten Mobbing-Phänomene erfasst?



Was würden Sie ergänzen oder anders formulieren?



Wie kann man einen solchen Test auswerten?



Welche Aussagen kann man anhand eines solchen Tests treffen?



Fünf Grundsätze für eine Schule ohne Mobbing

Formulieren Sie fünf Grundsätze, die für eine Schule/einen Betrieb ohne Mobbing wichtig sind.

1. Wir achten in Wort und Tat die Würde unserer Mitmenschen.

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Günther Gugel

Mobbing

Es gibt viele Arten von Mobbing.
Welche Art wurde hier angewandt?





Was könnte das Mädchen tun, um sich zu wehren?

Alleine:



Mit anderen:



Sofort:



Längerfristig:



Der Umkleieraum

Was ist auf dem Bild zu sehen?



Was ist genau geschehen?



Wie könnte die Vorgeschichte aussehen?



Was empfindet das Mädchen am Boden vermutlich?



Was denken vermutlich die anderen Mädchen?



Wie könnte die Szene weitergehen?

Jetzt:



Am nächsten Tag:




In einer Woche:



Wie wirken sich solche Handlungen auf das
Selbstwertgefühl und Wohlbefinden der Betroffenen aus?



Das Mobbing-Abc

 Finden Sie Begriffe, die Mobbinghandlungen beschreiben und jeweils mit einem Buchstaben des ABC anfangen:

A _____

B _____

C _____

D _____

E _____

F _____

G _____

H _____

I _____

J _____

K _____

L _____

M _____

N _____

O _____

P _____

Q _____

R _____

S _____

T _____

U _____

V _____

W _____

X _____

Y _____

Z _____

Mobbinghandlungen

Manche Mobbinghandlungen sind für sich genommen eher harmlos. Die erdrückende Gewalt entwickeln solche Handlungen erst, wenn sie systematisch ausgeübt werden. Andere Mobbinghandlungen sind schon für sich ein massiver Angriff auf die persönliche Würde oder die berufliche Identität. Eine einmalige „Strafaktion“ ist noch kein Mobbing.

Der Mobbing-Forscher unterteilen Mobbinghandlungen in fünf Bereiche: Suchen Sie Beispiele oder ordnen Sie Ihr Mobbing-ABC diesen Bereichen zu:

1. Angriffe auf die Möglichkeiten, sich mitzuteilen:



2. Angriffe auf die sozialen Beziehungen:



3. Auswirkungen auf das soziale Ansehen:



4. Angriffe auf die Qualität der Berufs- und Lebenssituation:



5. Angriffe auf die Gesundheit:



Das habe ich selbst schon erlebt:



So habe ich mich dabei gefühlt:



Das habe ich unternommen:





Literaturhinweise

- Ausfelder, Trude: *Mobbing*. Heyne, München 2000.
- Berckhan, Barbara: *Die etwas intelligentere Art, sich gegen dumme Sprüche zu wehren*. Selbstverteidigung mit Sprüchen. Mit Trainingsprogramm. Kösel, München 1998.
- Brinkmann, R.D.: *Mobbing, Bullying, Bossing*. Treibjagd am Arbeitsplatz. Sauer Verlag, Heidelberg 1995.
- Dambach, Karl E.: *Mobbing in der Schulklasse*. E. Reinhardt, München 1998.
- Esser, Axel / Wolmerath, Martin: *Mobbing*. Der Ratgeber für Betroffene und ihre Interessenvertretung. Bund Verlag Köln 2001.
- Freitag, Ingo J.: *Fit for Mobbing*. Die hohe Schule der Bosheit im Betrieb. Tomus-Verlag, München 1999.
- Hanewinkel, Reiner / Knack, Reimer: *Mobbing: Gewaltprävention in Schulen in Schleswig-Holstein*. Kiel 1997.
- Kasper, Horst: *Mobbing in der Schule*. Probleme annehmen, Konflikte lösen. AOL + Beltz Pädagogik. 2. Aufl., Weinheim 1998.
- Kolodej, Christa: *Mobbing*. Psychoterror am Arbeitsplatz und seine Bewältigung. Mit zahlreichen Fallbeispielen. WUV-Universit.-Verlag, Wien 1999.
- Kraus, Wolf Dieter / Kraus, Renate: *Mobbing, die Zeitbombe am Arbeitsplatz*. Expert Verlag, Renningen 2000.
- Leymann, Heinz: *Mobbing*. Rowohlt, Reinbek 2002.
- Leymann, Heinz (Hrsg.): *Der neue Mobbing-Bericht*. Rowohlt, Reinbek 1995.
- Mainberger, Bettina: *Jede Menge Zoff*. Was tun gegen Mobbing und Gewalt? DTV, München 2000.
- Schallenberg, Frank: *„... und raus bist du!“ Mobbing unter Schülern – Was Eltern tun können*. midena, München 2000.
- Wöbken-Ekert, Gunda: *„Vor der Pause habe ich richtig Angst“*. Gewalt und Mobbing unter Jugendlichen. Campus Verlag, Frankfurt/New York 1998.
- Zuschlag, Berndt: *Mobbing*. Schikane am Arbeitsplatz. Göttingen 2001.

- CD-ROM: *Konflikte XXL*
Konfliktbearbeitung als Gewaltprävention
1. Auflage 2002
Herausgeber: Verein für Friedenspädagogik, Bundeszentrale für politische Bildung, Aktion „Brot für die Welt“,
Für Win und Mac

Die CD-ROM vermittelt systematisches Grundwissen über die Basisthemen „Kommunikation“, „Konflikte“ und „Gewalt“ und führt in die Grundlagen konstruktiver Konfliktbearbeitung und der Gewaltprävention ein. Die Möglichkeiten der „Mediation“ werden in einer eigenen thematischen Sequenz aufgegriffen. Ein weiterer Baustein widmet sich dem Thema „Konflikte in Medien“. Besonders großen Raum nehmen die Bereiche „Gewaltprävention“ und „Umgang mit Gewalt“ ein.
Dem Bereich „Mobbing“ ist eine eigene Sequenz gewidmet.

Die CD-ROM (1,50 Euro plus Porto) kann bezogen werden über:

Bundeszentrale für politische Bildung

Berliner Freiheit 20
53111 Bonn
E-Mail: info@bpb.de

Bilderbox „Konfliktgeschichten“

32 Bildkarten im Format DIN A4 mit verschiedenen Fotogesichten, sowie Plakat und Hinweise für die praktische Arbeit. Die Bilder bieten „Konfliktgeschichten“ zur Wahrnehmung, Analyse und Bearbeitung von Konflikten im Nahbereich von Jugendlichen. Sie bieten bewusst keine Lösungen an, sondern können unterschiedlich interpretiert und zu Ende gedacht werden.

Bestell Nummer 3.990 unter → www.bpb.de (Kosten: 1,50 Euro) oder bei der Versandstelle der BpB: DVG, Postfach 1149 in 5333 Meckenheim bei Bonn.

Nur solange Vorrat reicht.

Bestellcoupon

Bitte senden Sie mir kostenlos und portofrei:

- _____ Exemplare **Nr. 1 Menschliche Embryonen als Ersatzteillager?**
Bestell-Nr. 5.351
- _____ Exemplare **Nr. 2 Die Ökosteuer in der Diskussion** Bestell-Nr. 5.352
- _____ Exemplare **Nr. 3 Was wissen Sie eigentlich vom Bundestag?/Was aus unserem Bundesstaat werden könnte und was nicht** Bestell-Nr. 5.353
- _____ Exemplare **Nr. 4: Demokratie: Was ist das?** Bestell-Nr. 5.354
- _____ Exemplare **Nr. 5: Fleischkonsum und Rinderwahn** Bestell-Nr. 5.355
- _____ Exemplare **Nr. 6: Deutschland, deine Inländer** Bestell-Nr. 5.356
- _____ Exemplare **Nr. 7: Neuer Markt: Internet und Copyright** Bestell-Nr. 5.357
- _____ Exemplare **Nr. 8: Zivilcourage: Eingreifen statt zuschauen!** Bestell-Nr. 5.358
- _____ Exemplare **Nr. 9: Pop und Politik** Bestell-Nr. 5.359
- _____ Exemplare **Nr. 10: Wer macht was in Europa?** Bestell-Nr. 5.360
- _____ Exemplare **Nr. 11: Geben und Nehmen im Bundesstaat** Bestell-Nr. 5.361
- _____ Exemplare **Nr. 12: Krieg oder Frieden?** Bestell-Nr. 5.362
- _____ Exemplare **Nr. 13: Terror und Rechtsstaat** Bestell-Nr. 5.363
- _____ Exemplare **Nr. 14: Erinnern und Verschweigen** Bestell-Nr. 5.364

- _____ Exemplare **Nr. 15: Die Osterweiterung der Europäischen Union**
Bestell-Nr. 5.365
- _____ Exemplare **Nr. 16: Mobbing** Bestell-Nr. 5.366
- _____ Exemplare **Nr. 17: Religion und Gewalt** Bestell-Nr. 5.367
- _____ Exemplare **Nr. 18: Schule und was dann?** Bestell-Nr. 5.368

Alle Themenblätter im Unterricht sind auch im Internet unter www.bpb.de → „Online-Publikationen“.

- _____ Exemplare **„Grundgesetz für Einsteiger und Fortgeschrittene“**, Bestell-Nr. 5.317,
Arbeitsmappe mit 48 aktivierenden Arbeitsblättern
(maximale Bestellmöglichkeit: 30 Exemplare; lieferbar ab Mai 2002)
- _____ Exemplare **„Methoden-Kiste“** Bestell-Nr. 5.340

- Verzeichnis** der lieferbaren Unterrichtsmaterialien,
Bestell-Nr. 999 (wird ca. alle 6 Wochen aktualisiert)

Internet- und Kontaktadressen

Zum Thema:

- www.dgb.de/themen/mobbing_einfuehr.htm
Deutscher Gewerkschaftsbund

- <http://mobbing-net.de>
Mobbing-Netzwerk

- www.antimobbing.de
Informationsangebot zu Mobbing

- www.betriebsseelsorge.de
Katholische Betriebsseelsorge

- <http://mobbingzirkel.emp.paed.uni-muenchen.de>
Beratung und Diskussionsforum „Mobbing an Schulen“.
Die Universität München hat eine interaktive Beratung und ein
Diskussionsforum für Lehrerinnen und Lehrer zum Thema „Mobbing
an Schulen“ eingerichtet.

- www.vpsm.de
Informationsangebot des Anti-Mobbing e.V.

- www.muenster.org/antimobbing
Verein gegen psychosozialen Stress und Mobbing

- <http://mobbing.here.de>
Mobbing-Selbsthilfe-Gruppe des KDA der Ev. Luth. Landeskirche
Braunschweig

- www.mobbing-zentrale.de
Mobbing-Zentrale

Mobbing-Telefon:
Telefonische Beratung von Kindern und Eltern
bei Mobbing an der Schule. Tel. 08 00/7 77 66 65

Allgemein:

Bundeszentrale für politische Bildung

Berliner Freiheit 7, 53111 Bonn
Tel. 0 18 88/5 15 - 0
Fax 0 18 88/5 15 - 1 13
Internet: www.bpb.de

→ www.politische-bildung.de

Portal aller Landeszentralen für politische Bildung und
der Bundeszentrale.

→ www.fluter.de

Jugendportal der Bundeszentrale für politische Bildung.



Fax: 0 89-5 11 72 92

E-Mail: infoservice@franzis-online.de

Firma
Franzis' print & media
Postfach 15 07 40

80045 München

Lieferanschrift

VORNAME:

NAME:

KLASSE/KURS:

SCHULE:

STRASSE:

PLZ/ORT: