

# Textuelle Ausarbeitung (Cyber)Mobbing

## Inhalt

<b>1. Was ist Mobbing?</b> .....	2
Wiederholung: .....	2
Absicht: .....	2
Machtungleichgewicht: .....	2
Formen von Mobbing:.....	2
<b>2. Wo fängt Mobbing an?</b> .....	3
Typische Anzeichen:.....	3
<b>3. Wie kommt es zu Cybermobbing?</b> .....	4
Typische Methoden: .....	4
<b>4. Welche Auswirkungen kann Cybermobbing haben?</b> .....	6
Soziale Auswirkungen: .....	6
Auswirkungen auf Schule oder Arbeit:.....	7
Körperliche Auswirkungen: .....	7
Extremfälle: .....	7

## 1. Was ist Mobbing?

Mobbing beschreibt eine Form von psychischer oder sozialer Gewalt, bei der eine Person über einen längeren Zeitraum gezielt angegriffen, beleidigt, ausgeschlossen oder gedemütigt wird. Ziel ist meistens, die betroffene Person zu verunsichern, zu schwächen oder sozial auszugrenzen.

Damit man von Mobbing sprechen kann, müssen normalerweise mehrere Merkmale gleichzeitig vorhanden sein.

### Wiederholung:

Die Angriffe passieren regelmäßig und über einen längeren Zeitraum.

Ein einmaliger Streit oder eine einmalige Beleidigung ist normalerweise noch kein Mobbing.

### Absicht:

Die Täter handeln bewusst und absichtlich, um der Person zu schaden oder sie zu verletzen.

### Machtungleichgewicht:

Das Opfer hat weniger Möglichkeiten, sich zu verteidigen.

Zum Beispiel:

- mehrere Personen gegen eine Person
- Täter sind körperlich oder sozial stärker
- Täter haben mehr Einfluss in einer Gruppe

### Formen von Mobbing:

Mobbing kann in verschiedenen Bereichen passieren:

- Schulmobbing (zwischen Schülern)
- Arbeitsplatzmobbing
- Cybermobbing (im Internet)

Beim Cybermobbing werden digitale Medien genutzt, um andere Menschen zu verletzen.

## **2. Wo fängt Mobbing an?**

Viele Menschen glauben, Mobbing beginnt erst bei extremen Beleidigungen. In Wirklichkeit beginnt es oft schleichend.

Es beginnt meistens mit scheinbar kleinen Dingen wie:

- wiederholten Witzen über eine Person
- Auslachen
- Gerüchten
- absichtlichem Ignorieren

Wenn sich solche Situationen immer wiederholen und gezielt gegen dieselbe Person gerichtet sind, kann daraus Mobbing entstehen.

### **Typische Anzeichen:**

Mobbing kann vorliegen, wenn eine Person:

- regelmäßig beleidigt oder verspottet wird
- ständig kritisiert oder lächerlich gemacht wird
- aus Gruppen ausgeschlossen wird
- ständig negative Kommentare bekommt
- bewusst provoziert wird

Im Internet beginnt Cybermobbing oft mit:

- gemeinen Kommentaren
- beleidigenden Nachrichten
- öffentlichen Bloßstellungen

Ein wichtiger Unterschied zum normalen Streit ist:

Bei einem Streit sind beide Seiten beteiligt.

Beim Mobbing greift meist eine Seite gezielt eine schwächere Person an.

### 3. Wie kommt es zu Cybermobbing?

Cybermobbing nutzt digitale Kommunikation, um andere Menschen zu verletzen. Es kann über verschiedene Plattformen passieren:

- soziale Netzwerke
- Messenger-Dienste
- Online-Spiele
- Kommentarbereiche
- Foren

Ein großes Problem ist, dass Inhalte im Internet sehr schnell verbreitet werden und oft lange sichtbar bleiben.

#### Typische Methoden:

Beleidigungen und Beschimpfungen:

Eine Person wird öffentlich oder privat beschimpft.

Beispiele:

- gemeine Kommentare unter Fotos
- beleidigende Nachrichten im Chat
- öffentliche Beschimpfungen in Gruppen

Gerüchte und falsche Informationen:

Täter verbreiten Lügen oder übertriebene Geschichten, um den Ruf einer Person zu zerstören.

Zum Beispiel:

- falsche Behauptungen über Beziehungen
- erfundene Geschichten über Verhalten oder Aussehen

Bloßstellen:

Eine Person wird absichtlich öffentlich lächerlich gemacht.

Das kann passieren durch:

- peinliche Fotos posten
- Videos verbreiten
- private Chats veröffentlichen

Fake-Profile:

Manchmal erstellen Täter falsche Accounts, um sich als eine andere Person auszugeben oder um jemanden zu beleidigen.

Beispiele:

- ein Profil erstellen, das so aussieht wie das Opfer
- unter falschem Namen beleidigende Kommentare posten

Ausschluss aus Gruppen:

Eine Person wird bewusst von Gruppen ausgeschlossen, zum Beispiel:

- aus Klassenchats
- aus Gaming-Gruppen
- aus sozialen Gruppen

Das kann zu sozialer Isolation führen.

Drohungen und Einschüchterung:

Manche Täter schicken Drohungen, um Angst zu erzeugen.

Zum Beispiel:

- Gewaltandrohungen
- Erpressung mit Bildern oder Informationen

## **4. Welche Auswirkungen kann Cybermobbing haben?**

Cybermobbing kann sehr starke Auswirkungen auf das Leben der betroffenen Person haben. Besonders Jugendliche sind davon oft stark betroffen.

Ein großes Problem ist, dass Cybermobbing nicht auf einen bestimmten Ort begrenzt ist. Es kann jederzeit passieren – auch zuhause.

Psychische Auswirkungen:

Viele Opfer erleben starke emotionale Belastungen.

Dazu gehören:

- Angst
- Traurigkeit
- Stress
- Scham
- Wut
- Hilflosigkeit

Mit der Zeit kann sich daraus entwickeln:

- Depressionen
- geringes Selbstwertgefühl
- soziale Angst

### **Soziale Auswirkungen:**

Cybermobbing kann auch das soziale Leben stark beeinflussen.

Betroffene Personen:

- ziehen sich von Freunden zurück
- vermeiden soziale Situationen
- verlieren Vertrauen in andere Menschen

Manche wechseln sogar die Schule.

## Auswirkungen auf Schule oder Arbeit:

Viele Opfer haben Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren.

Das kann führen zu:

- schlechteren Noten
- fehlender Motivation
- häufigem Fehlen

## Körperliche Auswirkungen:

Psychischer Stress kann auch körperliche Symptome verursachen:

- Schlafprobleme
- Kopfschmerzen
- Bauchschmerzen
- Müdigkeit

## Extremfälle:

In besonders schweren Fällen führt Cybermobbing zu:

- Selbstverletzung
- schweren Depressionen
- Suizidgedanken