

## Zeichen der Zeit



Foto: pixabay.com

### Ene, mene, muh - raus bist Du!

Mobbing kommt vom Englischen „to mob“, was so viel heißt wie „über jemanden herfallen.“ Der Verhaltensforscher Konrad Lorenz beschrieb einst das Phänomen, bei welchem Gänse einen überlegenen Angreifer, etwa einen fressgierigen Fuchs, abwehren, indem sie diesen zusammen attackieren und in die Flucht schlagen.

Von Mobbing sollte man bei Menschen nur sprechen, wenn eine Person – ein Kind oder ein Erwachsener – über längere Zeit, wiederholt und absichtsvoll aggressiv angegangen wird. Typischerweise besteht ein Ungleichgewicht zwischen den Tätern und dem Opfer; die Täter sind deutlich mächtiger. Und das Opfer kann nicht einfach aus der Situation fliehen, weil es mit dem Täter in einer Art Schicksalsgemeinschaft verbunden ist; man kann nicht einfach der Schule oder der Arbeit fernbleiben.

Mobbing ist ein universelles Problem: Es tritt in unterschiedlichen Ländern und Kulturen auf. Etwa ein Viertel unserer Kinder werden Opfer von Mobbing. Auch wenn derzeit medienwirksam viel über Cyber-Mobbing gesprochen wird, muss man doch betonen, dass mehr als 85 Prozent des Mobbing real stattfindet: von Angesicht zu Angesicht. Gemobzte Kinder müssen negative Bewertungen ertragen, körperliche Gewalt über sich ergehen lassen und soziale Ausgrenzung erdulden. Die möglichen Folgen der erlittenen Aggressionen sind vielfältig. Fast das ganze Spektrum an psychischen Störungen ist möglich: Ängste, Depressionen, psychosomatische Beschwerden, um nur einige zu nennen. Auch besteht bei Mobbing-Opfern ein höheres Risiko für selbstverletzendes und suizidales Verhalten.

Nach dem Stand der Forschung wachsen sich diese Störungen leider nicht aus, sondern bleiben oft bis ins Erwachsenenalter hinein bestehen. Mobbing schadet der seelischen Gesundheit von Kindern wahrscheinlich langfristig mehr als körperliche Misshandlungen durch Erwachsene, so der Entwicklungs-Psychologe Dieter Wolke.

Was können Eltern beitragen, um Mobbing einzudämmen? Überängstliche Eltern sollten selber eine Verhaltenstherapie machen, weil dadurch ein positiver Welleneffekt auf die Kinder ausgeht. Denn besorgte Helikopter-Eltern, die ihren Kindern jegliche Konflikte aus dem Weg räumen, haben eher Kinder, die gemobbt werden. Das Abendessen in der Familie kann, einer Studie zufolge, ebenfalls den negativen Einfluss von Cyber-Mobbing abpuffern. Wie ist das möglich? Der Mensch lebt nicht vom Brot allein. Kinder nehmen am Tisch nicht nur Nahrung zu sich, sondern auch Trost, Ermutigung und Humor. Diese sozialen Spurenelemente können helfen, das Kinder resilenter, ichstärker, werden.

Klaus Glas