

# : Was du über Mobbing wissen solltest

Ein kurzer Leitfaden für Jugendleiter\_innen

# : Einleitung

In jeder Gruppe kann es zu Streitereien und manchmal auch zu ernsteren Konflikten kommen, mit denen du als Gruppenleiter\_in konfrontiert sein wirst. Derartige Auseinandersetzungen sind völlig normal und erst einmal nichts Schlimmes. Gerade unter Kindern und Jugendlichen kommt es zudem immer wieder dazu, dass sich gegenseitig geärgert wird. Und auch dies ist erst einmal kein Grund zur Besorgnis und meist schnell wieder aus der Welt geschafft.

Wenn Einzelne in einer Gruppe jedoch über einen längeren Zeitraum hinweg immer wieder schikaniert, ausgegrenzt oder auch körperlich attackiert werden, dann haben wir es nicht mit gewöhnlichen Auseinandersetzungen zu tun, sondern mit Mobbing.

Mobbing ist für die Betroffenen sehr belastend und mit viel Leid und Ängsten verbunden. In diesem kurzen Leitfaden findest du daher die wichtigsten Infos zum Thema Mobbing, die dir bei deiner Arbeit als Gruppenleiter\_in eine Unterstützung bieten sollen:

## **Was ist Mobbing?**

### **Was kannst du als Gruppenleiter\_in tun, um Mobbing vorzubeugen?**

### **Wie kannst du als Gruppenleiter\_in Mobbing erkennen?**

### **Was solltest du bei Mobbing(-verdacht) tun?**

Am Ende findest du zudem eine kurze Zusammenstellung mit Hinweisen zu hilfreichen Anlaufstellen und einigen Tipps zum Weiterlesen, falls du dich ausführlicher mit dem Thema beschäftigen möchtest.

## : Was ist Mobbing?

Das zentrale Merkmal von Mobbing wurde in der Einleitung bereits benannt: **Mobbing findet regelmäßig über einen längeren Zeitraum statt** und richtet sich immer wieder gezielt gegen einzelne Personen oder eine Gruppe von Personen. Die Handlungen, die Teil von Mobbing sein können, sind dabei sehr vielfältig. Typische Beispiele sind:

- Es wird sich über eine Person lustig gemacht
- Eine Person wird gezielt ignoriert und ausgegrenzt
- Eine Person wird geärgert, indem ihr ihre Sachen weggenommen oder versteckt werden
- Eine Person wird beleidigt oder erniedrigt
- Eine Person wird bedroht oder unter Druck gesetzt
- Eine Person wird körperlich attackiert

Häufig spielt sich Mobbing zudem - und meist parallel - in digitalen Medien ab, indem Personen online angegriffen und schikaniert werden. In diesem Fall spricht man von **Cyber-Mobbing**. Diese Form des Mobbings im virtuellen Raum ist noch einmal mit ganz eigenen Herausforderungen verbunden.

Das Verhältnis von den Personen, die mobben, und den von Mobbing Betroffenen ist ferner durch ein **Machtungleichgewicht** geprägt. Das heißt, dass die von Mobbing betroffenen Personen sich in einer schwächeren Position befinden und den Mobbingprozess nicht aus eigener Kraft stoppen können.

Zu beachten ist nicht zuletzt auch: **Mobbing wird mit der Zeit oft schlimmer**. Die von Mobbing betroffenen Personen sehen sich nach und nach immer häufiger und mit immer gravierenderen Mobbinghandlungen konfrontiert.

## : Was kannst du als Gruppenleiter\_in tun, um Mobbing vorzubeugen?

Am besten wäre es natürlich, wenn Mobbing in deiner Jugendgruppe überhaupt keine Rolle spielen würde. Nur liegt dies letztlich leider nicht in deiner Hand. Du kannst als Gruppenleiter\_in jedoch auf verschiedene Weisen darauf hinwirken, dass es nicht zu Mobbing kommt.

So kannst du grundsätzlich darauf achten, dass in der Gruppe ein vertrauensvolles Miteinander herrscht, alle mit Respekt behandelt und Konflikte angesprochen und gewaltfrei gelöst werden können. Zu diesem Zweck ist es sinnvoll, gemeinsam in der Gruppe Regeln für den Umgang miteinander zu erarbeiten, zu etablieren und von Zeit zu Zeit zu überprüfen. Dir als Gruppenleiter\_in kommt dabei eine besondere Vorbildfunktion zu, einen vertrauensvollen, friedlichen und wertschätzenden Umgang miteinander vorzuleben.

Grundlegende Infos dazu, wie du als Gruppenleiter\_in souverän mit Konflikten umgehen kannst, findest du im online kostenlos verfügbaren [Juleica-Handbuch](#) (Kapitel 4: Konfliktfähigkeit und Konfliktlösung).



## : Wie kannst du als Gruppenleiter\_in Mobbing erkennen?

Als Jugendleiter\_in bist du nah an der Gruppe dran, so dass es dir in der Regel schnell auffallen wird, wenn Einzelne in der Gruppe ausgegrenzt oder schikaniert werden. Dennoch solltest du besonders aufmerksam sein und die Anzeichen kennen, die auf Mobbing hinweisen könnten:

- Eine Person zieht sich aus der Gruppe zurück und erscheint nur noch unregelmäßig oder gar nicht mehr, weil sie sich z. B. nicht mehr wohl fühlt in der Gruppe
- Eine Person zeigt Verhaltensänderungen, die auf Mobbing schließen lassen könnten: Sie wird immer zurückhaltender und stiller und beteiligt sich vielleicht nicht mehr; es könnte aber auch sein, dass sie sich plötzlich ungewöhnlich aggressiv verhält

Wichtig ist auch zu bedenken: Selbst wenn es in deiner Gruppe keine Fälle von Mobbing gibt, kann es sein, dass sich unter den von dir betreuten Kindern und Jugendlichen eine Person befindet, die außerhalb, z. B. in der Schule, Mobbing erfährt. Ein vertrauensvolles Miteinander und ein offenes Ohr deinerseits können dazu führen, dass die Person sich dir anvertraut.

## : Was solltest du bei Mobbing(-verdacht) tun?

Als Gruppenleiter\_in hast du grundsätzlich die Aufgabe, die Kinder und Jugendlichen in deiner Gruppe zu schützen und entsprechend dazwischen zu gehen, wenn Einzelne in deiner Gegenwart schikaniert werden.

Was du tun solltest, wenn sich dir eine Person mitteilt und von Mobbing Erfahrungen berichtet:

- die Person ernst nehmen
- die Erfahrungen der Person nicht kleinreden
- deine Unterstützung anbieten

Dies gilt auch für den Fall, dass sich eine Person nicht direkt an dich wendet, du aber den Verdacht hast, dass sie von Mobbing betroffen ist. Dann kannst du sie behutsam darauf ansprechen und dich erkundigen, wie es ihr in der Gruppe geht. Dabei solltest du Ich-Botschaften verwenden wie „Ich nehme wahr, dass...“, „Mir fällt auf, dass...“, „Ich bin da, wenn...“.

**Wichtig ist jedoch auch: Beachte die Grenzen deiner Verantwortung und deiner Möglichkeiten als ehrenamtliche Gruppenleiter\_in.** Bei Mobbing handelt es sich um ein sehr komplexes Problemgefüge, das neben der betroffenen Person auch die Personen umfasst, die mobben oder indirekt beteiligt sind. Entsprechend sollten Mobbingfälle sensibel behandelt und professionell angegangen werden. Du als Gruppenleiter\_in solltest daher nicht versuchen, das Problem eigenständig und alleine zu lösen.

Solltest du von einem Mobbingfall erfahren, könntest du in einem nächsten Schritt eine erfahrenere Person in deinem Verband oder Umfeld, zu der du ein gutes Vertrauensverhältnis hast, miteinbeziehen, um gemeinsam über das weitere Vorgehen zu beraten. Alternativ könntest du dich, wenn du dich dabei wohl und sicher fühlst, vertrauensvoll an die Eltern der von Mobbing betroffenen Person wenden.

**Bei deinem Vorgehen ist immer zu beachten: Du solltest nicht einfach über den Kopf der betroffenen Person hinweg entscheiden.** Sprich dich stattdessen mit der Person ab und erkläre ihr die Situation und Notwendigkeit deines weiteren Vorgehens.

Unterstützung finden Betroffene von Mobbing, Eltern oder auch haupt- und ehrenamtliche Kräfte bei verschiedenen professionellen Beratungsstellen. Ein paar zentrale Anlaufstellen, die für dich hilfreich sein können, findest du im nächsten Abschnitt aufgelistet.



## : Wichtige Anlaufstellen und weiterführende Informationen

Eine allgemeine Anlaufstelle stellt das **Jugendamt in deiner Nähe** dar. Dieses hat die Aufgabe, Kinder, Jugendliche und Eltern zu beraten und ihnen Hilfe zu leisten. Eine Liste aller Jugendämter in Hessen findest du [hier](#). Eine weitere hilfreiche Anlaufstelle können **Jugendzentren oder Jugendinformationszentren vor Ort** sein. Dort findest du sicher Personen, die dir weiterhelfen können.

### Hilfreiche direkte Beratungsangebote gibt es auch per Telefon und im Netz:

- Bei allen persönlichen Problemen und bei Erziehungsfragen stehen Erstberater\_innen bei der „[Nummer gegen Kummer](#)“ Kindern, Jugendlichen und auch Eltern zur anonymen und kostenlosen Telefonberatung zur Verfügung. Für Kinder und Jugendliche besteht zudem die Möglichkeit der Beratung per Online-Chat.  
Telefonnummer für Kinder und Jugendliche: 116 111  
Telefonnummer für Eltern: 0800 111 0 550
- Auf der Seite [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de) kann man sich ganz unkompliziert von erfahrenen jungen Menschen zum Thema Cyber-Mobbing beraten lassen (u. a. per WhatsApp-Live-Chat).
- Auf der [Internetplattform](#) der Bundeskonferenz der Erziehungsberatung beraten geschulte und erfahrene Fachkräfte der Erziehungsberatungsstellen Eltern, Kinder und Jugendliche (Einzelberatungen, Foren sowie Gruppen- und Themenchats).

### Weiterführende Informationen:

- Ausführliche Informationen, Broschüren und Erklärvideos zum Thema Mobbing gibt es auf der Seite des [Netzwerks gegen Gewalt](#).
- Einen hilfreichen Überblick über zentrale Fragen zum Thema Mobbing findest du zudem auf der Seite [www.mobbing-schluss-damit.de](http://www.mobbing-schluss-damit.de).
- Unterstützung und Tipps zum Thema Mediennutzung junger Menschen gibt es bei der [Beratungsstelle Jugend und Medien Hessen](#).
- Ferner bietet die Seite [klicksafe.de](http://klicksafe.de) vielfältige Informationen und Materialien rund um Themen wie Mediennutzung und Cybermobbing.



# : Impressum

## Herausgeber

Hessischer Jugendring  
Schiersteiner Straße 31-33  
65187 Wiesbaden  
info@hessischer-jugendring.de  
www.hessischer-jugendring.de

## Autor

Marco Fatfat

## Bildnachweis

Titel: Splitshire | Pixabay  
Seite 4: atlascompany | Freepik  
Seite 7: archistella | Freepik

Informationspflicht nach Art. 13 + 14 DSGVO unter  
[www.hessischer-jugendring.de/datenschutz/](http://www.hessischer-jugendring.de/datenschutz/)

## Redaktion und fachliche Unterstützung

Netzwerk gegen Gewalt, Fachkreis  
Mobbingprävention und -intervention  
Hessen:

Conny Dinges (Stadt Wiesbaden, Dezernat  
für Soziales, Bildung, Wohnen und  
Integration)

Marco Fatfat (Hessischer Jugendring e.V.)

Simone Klose (Hessisches  
Landeskriminalamt,  
Landesjugendkoordination)

Dr. Gregor Kuhn (Hessisches Ministerium  
für Kultus, Bildung und Chancen,  
Schulpsychologie)

Andrea Schmidt (Hessisches Ministerium  
für Kultus, Bildung und Chancen,  
Gewaltprävention und Demokratielernen)

Konstanze Schmidt (Hessisches  
Ministerium des Innern, für Sicherheit und  
Heimatschutz, Zentrale Geschäftsstelle  
Netzwerk gegen Gewalt)

Rolf Schuhmann (Hessisches Ministerium  
für Kultus, Bildung und Chancen,  
Jugendmedienschutz)

Dirk Zettner (Polizeipräsidium Mittelhessen,  
Regionale Geschäftsstelle Netzwerk gegen  
Gewalt Mittelhessen)



Gemeinsam handeln. Mehr erreichen.



**Hessischer Jugendring**

Schiersteiner Str. 31–33  
65187 Wiesbaden

Fon 0611 990 83-0

Fax 0611 990 83-60

[info@hessischer-jugendring.de](mailto:info@hessischer-jugendring.de)

[www.hessischer-jugendring.de](http://www.hessischer-jugendring.de)