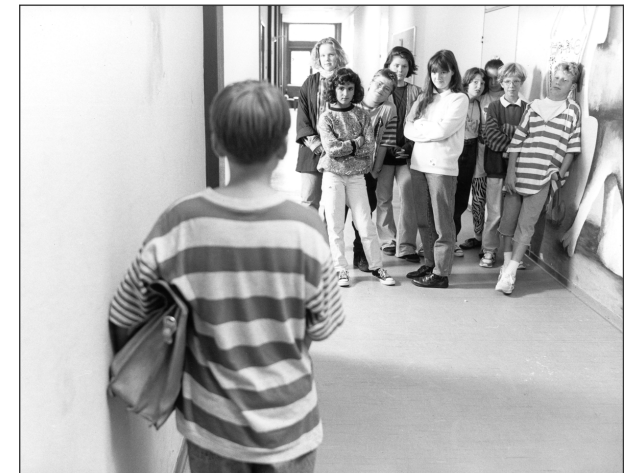


Mobbing-Tagebuch

Burg-Gymnasium Bad Bentheim
Hetlage 5
48455 Bad Bentheim
Telefon 05922/90480



Pressefoto Michael Seifert, Hannover

Was du wissen solltest

Von Mobbing spricht man immer dann, wenn folgende vier Kennzeichen vorliegen:

- **Kräfteungleichgewicht:** Das Opfer steht einem oder mehreren Mobbern und deren Helfern alleine gegenüber.
- **Häufigkeit:** Das Schikanieren kommt mindestens einmal pro Woche vor.
- **Dauer:** Das Schikanieren erfolgt über einen längeren Zeitraum (Wochen oder Monate).
- **Konfliktlösung:** Das Opfer ist aus eigener Kraft nicht in der Lage, das Mobbing zu beenden.

Mobbing funktioniert nur, wenn keiner darüber Bescheid weiß. Wenn man Mobber auf ihr Verhalten anspricht, streiten sie das oft und sehr geschickt ab. Sie können ihre Taten so schildern, als habe das Opfer sie regelrecht dazu angestachelt.

Für solche Fälle ist es immer wichtig, jeden Angriff, jede Beleidigung, jedes unfaire Auslachen usw. möglichst genau aufzuschreiben.

Was du aufschreiben kannst

- Beschreibe den Vorfall aus deiner Sicht: **Wer** war beteiligt? **Was** genau hat man mit dir gemacht?
- Notiere dir das **Datum**, die **Uhrzeit** und den **Ort**.
- Schreibe **Personen** (Lehrer/innen, Schüler/innen, Hausmeister) auf, die deiner Meinung nach den Vorfall mit angesehen haben (sie können später z.B. als Zeugen gehört werden).
- Wenn das Mobben bei dir **Folgen** hatte (z. B. wurden Sachen von dir zerstört oder du hast einen blauen Fleck), notiere das auch.

Datum:	Uhrzeit:	Ort:
► Das ist passiert:		
► Diese Personen waren die Mobber:		
► Diese Personen haben den Vorfall mit angesehen:		
► Der Vorfall hatte diese Folgen:		

Datum:	Uhrzeit:	Ort:
► Das ist passiert:		
► Diese Personen waren die Mobber:		
► Diese Personen haben den Vorfall mit angesehen:		
► Der Vorfall hatte diese Folgen:		

Datum:	Uhrzeit:	Ort:
► Das ist passiert:		
► Diese Personen waren die Mobber:		
► Diese Personen haben den Vorfall mit angesehen:		
► Der Vorfall hatte diese Folgen:		

