

Tipps für Betroffene



Wenn ich gemobbt werde, gebe ich mir nicht selbst die Schuld. Wenn sich andere an meiner Kleidung, meiner Frisur oder meiner Art stören, ist das kein Grund, mich zu mobben.



Ich ziehe mich nicht zurück. Besser ist es, mit jemanden zu sprechen, der auch etwas ändern kann – vielleicht meine Eltern oder ein Lehrer.



Ich bleibe nicht untätig! Ich glaube nicht einfach, dass das Mobben schnell von selbst aufhört.



Ich lasse die Mobber spüren, dass ich ihre Gemeinheiten nicht dulde. Ich bin mutig, werde aktiv und wehre mich.



Ich suche mir Verbündete. Ich bin nicht allein. Ich rede mit Freunden und Vertrauten.