

---

# Mobbing

*mit Fokus auf Kinder und Jugendliche*

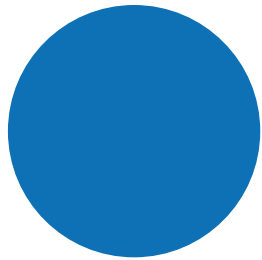
Zürcher Forum Prävention & Gesundheitsförderung · Kanton Zürich

**Montag, 22. Juni 2026**

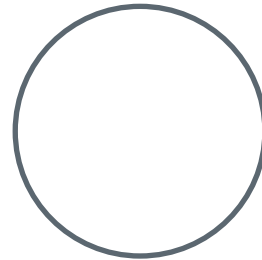
Christelle Schläpfer · [edufamily.ch](http://edufamily.ch)



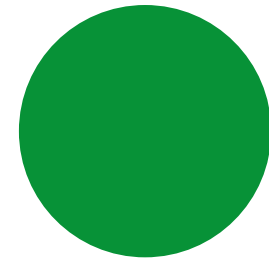
# Mobbing oder kein Mobbing?



**Mobbing**



**unklar**



**kein Mobbing**

*≈ 1 von 6 Jugendlichen*

*15 % berichten von Cybermobbing,  
11 % von traditionellem Schulmobbing.*

---

Datenbasis: ≈ 280'000 Jugendliche aus 44 Ländern

*Mobbing ist Alltag — nicht Ausnahme.*

Quelle: WHO/HBSC-Studie 2024

# Was Mobbing hinterlässt

Folgen, die bis ins Erwachsenenalter reichen können

## Psychisch

Depressive Symptome, Ängste, geringeres Wohlbefinden

## Schulisch und sozial

Bildungsnachteile, Rückzug, erschwerte Beziehungen

## Beruflich und langfristig

Ungünstigere Erwerbs- und Einkommensverläufe

## Körperlich und gesundheitlich

Psychosomatische Beschwerden, Schlafprobleme; Hinweise auf länger anhaltende Stress- und Entzündungsreaktionen



Quellen: OECD 2024 · Bowes et al. 2024 · Blanchflower & Bryson 2024 · Gini & Pozzoli 2013 · Copeland et al. 2014 · Gorman et al. 2019

# *Knowledge-Action-Gap*

*Die Lücke zwischen dem, was wir wissen —  
und dem, was wir tun, wenn es ernst wird*

---

Das Wissen ist da. Die Definition ist klar.

*Die Reaktion folgt einer anderen Logik.*

# Wo Fehleinschätzungen entstehen

## **Episodische Wahrnehmung**

Nur einzelne Vorfälle sehen — das Muster bleibt unsichtbar, Mobbing wird unterschätzt

## **Symmetrie-Annahme**

Beide Seiten gleich behandeln, als wären sie gleich beteiligt

## **Lösungsdruck**

Schnell eine sichtbare Lösung erzwingen — oft konfrontativ oder punitiv

# Die Rollen bei Mobbing

Wer nur auf Täter und Opfer schaut, übersieht die Gruppe.

*Täter:in – initiiert und steuert*

*Betroffene:r – Ziel der Angriffe*

*Mitläufer:innen – machen aktiv mit*

*Zuschauer:innen (Bystander) – sehen zu, schweigen*



# Konflikt oder Mobbing — nur scheinbar klar



# *Wo beginnt und endet Verantwortung?*

*Wenn Schulen sich nicht zuständig fühlen*

---

**Der typische Satz**

*«Was außerhalb des Schulareals geschieht —  
digital, auf dem Schulweg, in der Freizeit —  
ist nicht unsere Sache.»*

Keine 0-8-15-Rezepte  
Jeder Fall ist einzigartig.

Wahrnehmen – Differenzieren – Intervenieren

---

*Individuelle Lösung statt Rezept*

# *Früh reagieren*

Vorbeugen heisst nicht nur präventiv vorgehen — sondern früh reagieren.

# Fragen



# Mehr zum Thema



## [Podcast: Mobbing anders angehen](#)

[edufamily.ch/podcast](https://edufamily.ch/podcast) · [Apple Podcasts](#) · [Spotify](#)



## [Interview im Podcast «Bildungsreise» mit Damian Haas](#)

[damianhaas.com/bildungsreise/mobbing](https://damianhaas.com/bildungsreise/mobbing)

## **2 Interviews mit vielen Tipps:**

[„Wer sich gleichwertig fühlt, braucht andere nicht fertigzumachen“](#) — Fritz & Fränzi, Juni 2022

[„Mobbing: 3 Dinge, die Schulen nicht tun sollten – und was hilft.“](#) — bei Fabian Grolimund, [mit-kindern-lernen.ch](https://mit-kindern-lernen.ch)