

Em | pa | 'thie n 'An | er | ken | nung n

Miterleben, Anteilnehmen, Einfühlungsvermögen, Verständnis, Menschlichkeit, Mitleid, Verstehen

Achtung, Auszeichnung, Würdigung, Wertschätzung, Akzeptanz, Tolerierung, Berücksichtigung

Empathie: Die Welt aus der Perspektive eines anderen Menschen sehen zu können, seine Bedürfnisse, Gefühle, Interessen zu kennen mindert Aggression in Konflikten, fördert das Verlangen nach Kooperationsbereitschaft, stärkt das Gemeinschaftsgefühl gegen Gewalt und Ausgrenzung.

»Kognitive Empathie lässt uns erkennen, was ein anderer fühlt. Emotionale Empathie lässt uns fühlen, was der andere fühlt, und das Mitleiden bringt uns dazu, dass wir dem anderen helfen wollen ...«*

Paul Ekman

In der Schule

»Empathie und Perspektivenübernahme sind die beiden zentralen sozialen Kompetenzen für jede demokratische Lebensform. Auch der schulischen. Die Perspektive des Anderen zu übernehmen ist aber für sich genommen nicht ausreichend – denn dies kann auch einer bösen Absicht dienen. Es braucht die Gabe, sich in Befindlichkeit und Gefühle des anderen Menschen hineinzuversetzen, es braucht Empathie. Erst auf diesem Fundament kann die Grundlage einer demokratischen Schulkultur, eines demokratischen Schullebens errichtet werden.«

Wolfgang Edelstein, 2011

Was hat Empathie mit Mobbing zu tun? Was könnte man deiner Meinung nach an deiner Schule tun, um (noch) mehr Empathie zu entwickeln? Was gegen Mobbing?



Vielleicht ist dir die Situation bekannt: Du fühlst dich schlecht, weil sich deine Mitschüler dir gegenüber merkwürdig und ablehnend verhalten. Wenn du dich zu einer Gruppe stellst, verstummen alle wie auf Kommando. Auf einmal ist deine Jacke verschwunden, und du findest sie später verdrückt in einem Mülleimer wieder. Blöde Bemerkungen über dein Aussehen oder deine Kleidung gehören schon zum Alltag.

Die Aufhänger werden willkürlich gewählt: Mal ist es die Frisur, mal die Kleidung, mal das Hobby oder sonst etwas. Auch irgendeine Besonderheit, etwa die Nationalität, suchen sich die Täter aus. Manchmal ist es auch irgendeine »Schwäche« oder ein Handicap – zum Beispiel ein Sprachfehler wie Stottern. Als Opfer fühlt man sich schlecht und minderwertig. Als Gemobbter hat man häufig keine Chance, sich zu wehren, weil man nicht ernst genommen wird und völlig allein dasteht.

Je länger Mobbing andauert und je heftiger es wird, desto schwieriger ist es für Betroffene, aus der Situation herauszukommen. Es beginnt oft schleichend – die gemeinen Sprüche am Anfang will niemand wahrhaben oder nimmt sie noch auf die leichte Schulter. Nach und nach aber kommen Selbstzweifel und Unwohlsein auf. Der Schüler, der gemobbt wird, traut sich oft nicht, jemandem davon zu erzählen. Er schämt sich, fühlt sich selbst mitschuldig und sieht keinen Ausweg aus seiner Lage. Die Täter sehen genau darin den »Erfolg« und gehen immer weiter.

Mobbing von englisch »to mob«: anpöbeln, angreifen, bedrängen, über jemanden herfallen. Mobbing ist eine besondere Form der Gewalt gegen physisch oder psychisch Schwächere, beteiligt sind nicht nur Opfer und Täter, sondern auch zuschauende bzw. passive Gruppenmitglieder. Ein Ziel der Täter kann es sein, den eigenen Status in der Gruppe aufzuwerten und das Opfer aus ihrer Gruppe auszugrenzen.

Folgen: psychosomatische Erkrankungen, Depressionen, gestörtes Selbstbewusstsein, Suizidgedanken, Schwächung des Immunsystems, Konzentrationsschwächen, Angstzustände.

* P. Ekman, Gefühle lesen, München 2007, S. 249