

# **Eine neue und gewaltmässige Form von Mobbing/Schikane**

*von «Billy» Eduard Albert Meier*

FIGU – SSSC – Freie  
Interessengemeinschaft  
Hinterschmidrüti 1225  
CH-8495 Schmidrüti  
Switzerland



© FIGU 2011, Einige Rechte vorbehalten.



Dieses Werk ist, wo nicht anders angegeben, lizenziert unter <http://www.figu.org/licenses/by-nc-nd/2.5/ch/>

**Die nicht-kommerzielle Verwendung ist daher ohne weitere Genehmigung des Urhebers ausdrücklich erlaubt.**

---

Erschienen im Wassermannzeit-Verlag

FIGU «Freie Interessengemeinschaft für Grenz- und Geisteswissenschaften und Ufologiestudien», Semjase-Silver-Star-Center, Hinterschmidrüti 1225, CH-8495 Schmidrüti, Schweiz

---

## **Eine neue und gewaltmässige Form von Mobbing/Schikane**

*(Mobbing = aus dem Englischen Mob = Pöbel, Gesindel, aufgebrachte Menge)*

Eine neue Form des Mobbing resp. der Schikane nennt sich in englischer Sprache «Bullying», was frei als «Brutalmobbing», «Gewaltmobbing» oder «Terrormobbing» übersetzt werden kann. Dabei handelt es sich effective um eine psychische Folter schlimmsten Masses. Darin eingeschlossen ist auch das «Internetmobbing», bei dem hauptsächlich pikante Photos und schmierige Artikel usw. veröffentlicht werden, die auf jene gemünzt sind, die gemobbt resp. schikaniert werden. Dabei geht es um eine sehr gemeine und tief verschärfte Form psychischer Gewalt in Form von psychischem Terror durch Belästigung, Beschimpfung und Schikane. Das Veröffentlichlichen von intimen und anderweitig diskriminierenden Photos im Internet usw. hat besonders in den Industrienationen tief eingegriffen und richtet viel Schaden unter den Leidtragenden an, wodurch auch viele Selbstmorde geschehen, weil die Betroffenen verzweifeln. In der Regel sind die Gepiesackten resp. die Gemobbtten resp. Schikanierten nicht depressiv, nicht krank und nicht erfolglos, doch durch die ständige Schikane verfallen sie mit der Zeit derartigen psychischen Schmerzen, dass sie aus dem normalen Leben herausfallen und psychisch derart instabil werden, dass sie einer psychischen Panik verfallen, die nicht selten zum Suizid resp. zum Selbstmord führt.

Zur Art des neuen Terrormobbing gehören viele weitere als nur die genannten Formen Belästigung, Beschimpfung und Schikane, so z.B. auch Beleidigungen, Håme, ständiger Verrat, Verleumdungen, das An-den-Kopf-Werfen von Obszönitäten, Telephon- oder E-Postterror usw., homosexuellfeindliche Beschimpfungen, Tåtlichkeiten oder das Verbreiten von Lügen usw., wobei, wie bereits erwåhnt, auch das Internet dazu eine beliebte Plattform bietet, das verantwortungslos von den Bösartigen benutzt wird. Viele Betroffene halten der entstehenden extremen psychischen Gewalt resp. dem psychischen Druck nicht stand und bringen sich um. Und solches Mobbing kann jedem Menschen passieren, wenn die psychische Stabilität fehlt oder mangelhaft ist. Und Mobbing/Schikane kommt immer zustande, wenn Menschen verhaltensgestört sind, woraus sie dann als böswillige Widersacher irgend etwas an anderen Menschen

auszusetzen haben und sie «fertig machen» wollen, und zwar ganz gleich, welcher Art die stets falsche Begründung dafür ist. Diese kann Hass oder Neid sein, eine verschmähte Liebe, ein Benachteiligtsein, Angst, Feigheit, Grössenwahn, Selbstwertgefühllosigkeit, pathologische, notorische Lügelei, Herrschsucht, eine Traumabelastung, Gedanken und Gefühle der Minderwertigkeit, eine Unreife, Rachsucht oder sonst irgendeine menschenunwürdige Regung. Nur psychisch und bewusstseinsmässig starke Menschen vermögen Mobbing-Schikaneangriffe zu parieren und ihnen mit der nötigen Vernunft entgegenzutreten, um nicht selbst Verhaltensstörungen und einer psychischen Demolierung zu verfallen.

Das «Terrormobbing» ist eine psychische Foltermethode, die schon zu Beginn des 21. Jahrhunderts aufgekommen ist und die bereits die ersten Jahre des neuen Zeitalters prägt. Mobber resp. Schikanierer sind Menschen, die ein krankhaft gestörtes Verhältnis zu sich selbst sowie zur Umwelt haben und versuchen, ihre diesbezügliche Minderwertigkeit durch Mobbing/Schikane zu vertuschen und sich vor sich selbst gross zu machen. Und leider lassen sich nur zu viele Menschen durch deren Tun derart beeinflussen, dass sie psychische und verhaltensmässige Schäden davontragen. Dazu ist aber zu sagen, dass in der Regel Menschen, die sich durch Mobbing/Schikane beeinflussen lassen, psychisch nicht sehr stabil und deshalb in bezug auf Mobbing-Schikaneangriffe stark anfällig sind. Ein psychisch gesunder Mensch lässt sich in der Regel nicht mobben/schikanieren.

Dabei gibt es eine Mobbing-Typologie, die besonders drei Persönlichkeiten von Mobbern resp. Schikanierenden beschreibt, die als besonders gefährlich eingestuft werden. Nebst diesen drei Formen existieren aber auch die Formen von Mobbing/Schikane, die auf Hass, Neid, Sucht, Laster, verschmähter Liebe, Benachteiligtsein, Angst, Feigheit, Grössenwahn, Selbstwertgefühllosigkeit, pathologischer, notorischer Lügelei, Herrschsucht, Traumabelastung oder auf Gedanken und Gefühlen der Minderwertigkeit, einer Unreife, Rachsucht oder sonst irgendwelchen menschenunwürdigen Regungen beruhen und die andere Typologieformen darstellen.

- 1) **Aggro-Mobber/Schikanierer** = Diese mobbingbetreibenden Menschen sind durch eine Traumabelastung verhaltensgestört und leicht provozierbar, weil sie ständig unter einem grossen Druck stehen, den sie dadurch ablassen, indem sie Mitmenschen attackieren, beschimpfen und auf gemeine Art und Weise erniedrigen, wo-

bei sie auch gerne physische Gewalt mit in ihr böses Treiben bringen.

- 2) **Angst-Mobber/Schikanierer** = Diese mobbingbetreibenden Menschen haben Angst vor Veränderungen und haben nur ein sehr geringes oder überhaupt kein Selbstwertgefühl, weshalb sie in ihrer diesbezüglichen Verhaltensgestörtheit angriffig andere Menschen schikanieren, indem sie diesen permanent persönlichkeits-, fähigkeits- und selbstwertgefühlsmässige sowie menschliche Minderwertigkeit unterstellen und sie damit gedanklich-gefühlsmässig und damit auch psychisch belasten und untergraben.
- 3) **Lust-Mobber/Schikanierer** = Diese mobbingbetreibenden Menschen sind reuelos und spielen sich gerne als Anführer von Gruppen auf, die sie redegewandt beherrschen. Sie können charmant sein, dem entgegengesetzt sie jedoch gerne gegen ihre Opfer Gerichte veranstalten und diese gewissenlos verurteilen. Sie sind notorische, pathologische Lügner, die es nicht nur bei einfachen Lügen belassen, die sie selbst als Wahrheit erachten, sondern die auch sehr böswillige Verleumdungen verbreiten und damit ungeheuren Schaden in mancherlei Beziehungen anrichten.

In der Typologie der Mobbing-Opfer fallen besonders deren fünf auf, und zwar folgende:

- 1) **Depressive Menschen**, die im Umgang im sozialen Umfeld grosse Mühe haben, weil sie durch irgendwelche Dinge, wie z.B. durch ein einmal bereits erfahrenes und erlebtes Mobbing, sehr misstrauisch sind.
- 2) **Menschen mit geringer Sozialkompetenz**, die bereits einen Mischmasch existierender psychischer und bewusstseinsmässiger Probleme haben, die sie nicht zu bewältigen vermögen.
- 3) **Unauffällige Menschen**, die erstmals irgend etwas tun, erstmals irgendwo sind oder irgendein anderes Aussehen haben, das andere nicht haben, oder wenn sie einfach zur falschen Zeit am falschen Ort sind.
- 4) **Menschen mit herausstechenden Merkmalen**, wie eine andere rassenmässige Herkunft, eine andere Religion oder Meinung, spe-

zielle körperliche Merkmale, eine andere sexuelle Orientierung oder irgendwelche ungewöhnliche Verhaltensweisen.

- 5) **Psychisch instabile Menschen**, deren Welt des Bewusstseins, der Gedanken und Gefühle sowie der Psyche sehr anfällig und schwach ist und schnell in Aufruhr gerät und zum «Durchdrehen» neigt.

Nicht nur in den USA, sondern auch in diversen anderen Industriestaaten haben sich in den Schulen die genannten Formen des Mobbing resp. der Schikane zu einem Massenphänomen entwickelt. So werden viele Schüler während ihrer Schullaufbahn Opfer von bösem und gewaltmässigem Mobbing resp. von Schikane. Schon seit geraumer Zeit befassen sich diverse Organisationen und Internetzseiten mit diesem tatsächlich lebensgefährlichen Problem, das viele Selbstmorde, wie aber auch Morde fordert von Schülern und Erwachsenen, die infolge ihrer schwachen Psychestruktur der Gewaltchikane nichts entgegenzusetzen haben. Zwar ist für die Selbstmorde infolge Gewaltmobbing resp. Gewaltchikane in deutscher Sprache noch kein eigentlicher Begriff geprägt, wie z.B. Gewaltmobbingzid resp. Gewaltmobbingsuizid resp. Gewaltchikaneselbstmord, während in den USA bereits vom populär gewordenen «Bullycide» (Bullying und Suicide) gesprochen wird. Dieser Begriff allein macht schon die Dramatik klar, die in bezug auf die Gewaltchikane resp. das Gewaltmobbing vorherrscht. Was sich aber diesbezüglich in den USA tut, das breitet sich auch immer mehr in den europäischen Staaten aus, und zwar in einer schleichenden Form, wodurch von den Schulverantwortlichen usw. die grosse Gefahr nicht richtig erkannt wird, die hinter allem noch verborgen ist. Nur wenige der Verantwortlichen wissen auch, dass die Effekte von systematischen Ausgrenzungen und das Niedermachen eines Menschen in irgendeiner Weise, besonders durch effectives Mobbing resp. durch Schikane, in dessen Gehirn, Bewusstsein und Psyche ungeheuren Schaden anrichten. Es ist für den Menschen nicht nur wichtig, sondern überlebenswichtig, dass er in einem gesunden sozialen Gefüge lebt, und zwar egal, ob sich dieses auf die Familie, auf ein Arbeitsteam, Freundschaften oder auf irgendeinen Gruppierungsverband, auf ein Lehrstellenteam oder auf eine Schulgemeinschaft usw. bezieht. Jeder Mensch muss seinen Platz in jedem sozialen Gefüge finden, in dem er sich bewegt. Und kann eine dementsprechende Position nicht gefunden werden, dann entsteht ein ungeheurer Stressfaktor, der äus-

serst massiv schädigend in die Gehirn-, Bewusstseins-, Gedanken- und Gefühls- sowie in die Psychestrukturen eingreift. Genau ein solcher Stressfaktor entsteht auch durch das einfache Mobbing, besonders aber durch das «Bullying» resp. Gewaltmobbing resp. die Gewaltschikane.

Will man die Signale aus der Umwelt beschreiben, die auf einen Menschen treffen und die ihm Anerkennung, Liebe, Frieden, Freiheit, Zuwendung, Respekt und Harmonie usw. in seinem Bewusstsein und in seiner Psyche vermitteln, dann ist es gleich einer Blüte, die durch Sonnenstrahlen zum Leben und Duften erweckt wird. Erfassen das Bewusstsein, die Gedanken und Gefühle sowie die Psyche die hohen Werte aus einem gesunden sozialen Gefüge, dann blüht in ihnen alles auf. Im Gehirn strecken sich die Nervenzellen wie die Wurzeln einer Pflanze nach diesen Werten aus und verästeln sich und suchen Verbindungen und Kontakt zu anderen Neuronen. Dies geschieht eben besonders dann, wenn sie eine positive Rückmeldung bekommen, wie liebevolle Berührungen und Worte, oder wenn positive Handlungen und Gesten sowie ein Lächeln und freundliche Gesichtsausdrücke usw. wahrgenommen werden. Und solche Signale sind für den Menschen tatsächlich schon von Geburt auf (und gar schon im Mutterleib) die wichtige Grundnahrung, von ungeheuer grosser Bedeutung und absolut unverzichtbar. Geschieht das nicht, dann missentwickeln sich bereits Säuglinge zu bewusstseinsmässig ungesunden Menschen, resp. sie entwickeln keine wertvollen bewusstseinsmässigen Fähigkeiten und werden dadurch zu Aussenseitern mit gestörten Verhaltensweisen, die sie in ihr Erwachsensein hineinragen, wodurch sie nicht selten zu einfachen oder bösartigen und gewalttätigen Mobbern resp. Schikanierern jeder möglichen Façon werden.

Werden dem Gehirn, dem Bewusstsein, den Gedanken und Gefühlen und der Psyche die Zufuhr positiver Impulse und Signale gekappt oder gar ins Negative gedreht, dann entsteht unweigerlich Stress, der auf das ganze System wie ein Nervengift wirkt. Die Neuronen in bestimmten Gehirnbereichen verhalten sich nämlich tatsächlich genau so, als ob sie durch ein tödliches Gift abgetötet würden. So kommt es, dass bei Opfern von Gewaltmobbing resp. Gewaltschikane innerhalb weniger Wochen z.B. der Hippocampus schrumpft, resp. der zum Archicortex der Grosshirnrinde gehörende Teil des limbischen Systems. Das Ganze ist eine Region, die z.B. eine zentrale Rolle spielt in bezug auf das Funktionieren des Gedächtnisses. In diesem Teil des Gehirns liegt aber auch die stete Neuproduktion frischer

Nervenzellen. Und dieser laufende neue Zellnachschub ist auch der Grund dafür, dass der Mensch motiviert ist und Eindrücke schnell verarbeiten kann sowie positiv gestimmt, aufnahmefähig und konzentriert ist. Wird das Gehirn aber durch irgendeine Form von Mobbing/Schikane beeinträchtigt, dann erfolgt eine Reaktion des Gehirns in der Weise, dass es infolge der massiven Belastungen den Zellnachschub einstellt. Dadurch wird der Mensch in mancherlei Beziehungen überlastet, erliegt Angstzuständen und Selbstzweifeln, verfällt der Unkonzentriertheit und psychischen Beeinträchtigungen sowie letztlich schweren Depressionen. Dies ist besonders bei jungen Menschen häufig der Grund für Selbstmord, wenn gegen sie Mobbing/Schikane betrieben wird. Oft genügt dafür schon eine nur wenige Wochen anhaltende Mobbing- resp. Schikane-Tortur, denn bei den jungen Menschen befindet sich das Gehirn noch im Umbau und Aufbau, weshalb es viel sensibler auf Mobbing-Schikane-Angriffe reagiert, als dies beim Gehirn von Erwachsenen der Fall ist. Dies weist aber nicht von der Hand, dass Mobbing/Schikane in jeder Form auch für Erwachsene sehr gefährlich ist und dass sich durch solche Angriffe auch Erwachsene umbringen.

Alle Mobbing/Schikane-Opfer stehen in der Regel den Mobbern/Schikanierern hilflos gegenüber. Und in der Regel ist kein Mensch vor solchen Mobbern/Schikanierern gefeit, denn diese sind oft auch der sogenannten Raubtier-Gewaltschikaniererei (genannt Predatory-Bullying) verfallen. In dieser Form suchen sie bei beliebigen Opfern nach einem Kriterium oder nach mehreren Kriterien, um dann den Mobbingterror auf sie zu starten. Bestehen persönliche Konflikte, dann entsteht daraus ein Kleinkrieg und nicht selten nach und nach ein gegenseitiges Mobbing/Schikanieren, das als «Dispute Related Bullying» (frei übersetzt in etwa: Gewaltschikane mit Streitbeziehung) bezeichnet wird.

Viele Opfer der Gewaltschikane resp. des Gewaltmobbing sind durchaus Menschen, die überaus gewissenhaft sind sowie leistungsorientiert, arglos, ängstlich, selbstunsicher in gesellschaftlichen Rollen, wobei sie von den Mobbern/Schikanierern als Streber bezeichnet werden, weil sie selbst zu diesen Leistungen nicht fähig sind. Diese gemobbten/schikanierten Menschen neigen dazu, sich selbst und die psychosozialen Situationen, wie die Auswirkungen von Gruppendynamiken und sozialen Interaktionen, falsch einzuschätzen. Interessant ist aber dabei, dass die Mobbenden/Schikanierenden ähnliche Strukturen aufweisen wie ihre Opfer, folglich sie also prinzipiell ängstliche und selbstunsichere Menschen sind, und zwar

mit den gleichen gesellschaftlichen Hemmnissen wie die Gemobbten/Schikanierten. Die Mobber/Schikanierer sind zudem aggressiv, was sich sehr bedrohlich auswirken kann, wenn ein solcher Peiniger weiblicher oder männlicher Form auf ein angepasstes, humorloses Opfer trifft. Wahrheitlich sind Mobber/Schikanierer Psycho-Terroristen, wobei für sie ein Terrorakt nur äusserst selten als kurzlebiges Intermezzo besteht, denn die Regel ist ein langwieriger und lang andauernder Prozess, an dem meistens mehrere Mobbende/Schikanierende teilnehmen. Es geht dabei effective um ein zermürendes Machtspiel, wobei die Motive vielfältig sind, wie z.B. das Suchen nach Aufmerksamkeit, Eifersucht, Kühlsein, Rache, Freude am Quälen, Hass, Neid, Aggressivität oder einfach Langeweile usw. Die einzelnen Methoden der Mobber/Schikanierenden beiderlei Geschlechts sind direkt oder subtil, aggressiv oder manipulativ, wobei sie eine grosse Anzahl Strategien haben, die dazu benutzt werden, die Opfer in einen Kampf zu verwickeln, dem diese vollständig ausgesetzt sind, ohne dass sie um die Hintergründe des Mobbing- resp. Schikaneterrors wissen.

Leider ist es so, dass das normale oder das Gewaltmobbing erst entdeckt wird, wenn es für die Opfer bereits zu spät ist, sich dagegen vernünftig zur Wehr zu setzen. Auch für Nichtbetroffene resp. für Aussenstehende ist ein Mobbingterror nicht immer ersichtlich, folglich auch nicht erkannt wird, dass es sich bei den scheinbar harmlosen Frotzeleien um eine sehr systematische, bedrohliche und gefährliche Schikane handelt, die zum Selbstmord des Opfers führen kann. Nicht selten wird jede Form von Mobbingterror gegen einzelne derart versteckt und subtil resp. fein geführt, dass Aussenstehende nichts davon bemerken. Tatsächlich ist die Grenze sehr schwer zu erkennen zwischen einem Gruppengerangel, zwischen einfachen leichten oder groben Streitereien und dummen oder beleidigenden Sprüchen auf Kosten anderer sowie in bezug auf ein bössartiges Mobbing. So kann auch nur sehr schwer von Aussenstehenden erkannt werden, wann durch Mobbing/Schikane die Zerstörung einer Persönlichkeit im Gang ist. Nur sehr geschulte Menschen hinsichtlich des Verstehens der Zeichen des Mobbingterrors können die Wahrheit wirklich deuten, denn das Ganze in bezug auf die Strategien, Machenschaften und psychologischen Tricks der einfachen und der Gewaltmobber/Gewaltschikanierer ist äusserst umfangreich, wie folgende Mobbing-Schikanierer-Tricks klar aufweisen.

- 1) **Negativbeeinflussung der Psyche.** Dabei werden die Opfer derart manipuliert, dass deren Gedanken und Gefühle in vorderster Linie nur noch negativ und pessimistisch funktionieren, und zwar so, dass immer das Schlimmste erwartet wird. Dabei wird das Selbstwertgefühl derart zerstört, dass Depressionen in Erscheinung treten und negative Gedanken und Gefühle des eigenen Nichtigseins und der eigenen Untauglichkeit in allen Dingen.
- 2) **Permanente Indirekt-Anrede.** Die Mobbenden/Schikanierenden beiderlei Geschlechts benutzen ständig den Namen der Opfer, bestimmte Fragen oder Worte, oder machen bestimmte Geräusche, um deren Aufmerksamkeit zu erregen und diese auf sich selbst, die Mobber/Schikanierenden, zu lenken. Dadurch werden die Gemobbten/Schikanierten derart stark verwirrt, dass sie sogar in deren Abwesenheit darauf hören, was um sie herum gesprochen wird. Das Ganze kann von den Opfern nicht mehr ausgeblendet werden, folglich eine induzierte Paranoia entsteht, wodurch sie sich ständig angesprochen fühlen.
- 3) **Permanente Anspielungen in indirekter Form.** Die Mobbenenden/Schikanierenden halten sich in Hörweite ihrer Opfer auf und machen ständig unvollständige Anspielungen und stellen unvollständige Fragen. Dabei wird ein Satz oder eine Frage angeschnitten, wobei weder das eine noch das andere beendet wird und so die Opfer im Unklaren lässt, was eigentlich gesprochen und gemeint wird. Dies hinterlässt in den Opfern die ständige Frage, wie der Satz, die Anspielung oder die Frage usw. eigentlich zu Ende geht, was aber nicht beantwortet werden kann, weshalb zwangsläufig mit der Zeit eine Frustration entsteht und die Gedanken und Gefühle in einem Kreislauf umherzuirren beginnen.
- 4) **Angstauslösende Geräusche einflößen.** Diese Form besteht darin, dass im Beisein der Opfer wie zufällig knallende Geräusche erzeugt werden, wie z. B. durch das Fallenlassen von Gegenständen, mit der flachen Hand auf einen Tisch oder auf eine sonstig flache Fläche schlagen. Das Ganze wird dabei noch dadurch gesteigert, indem eine Beleidigung erfolgt, zu der synchron ein gewaltsignalisierendes Geräusch erzeugt wird. Dadurch geschieht, dass das Opfer bei allen gleichen oder ähnlichen Geräuschen

schen sofort zusammenzuckt und in einen Alarmzustand versetzt wird.

- 5) **Bestimmte Worte als Beeinflussung.** Gegenüber den Opfern werden Drohworte resp. Signalworte benutzt, um dadurch neue Aktionen oder Attacken anzukünden, wobei diese Worte nicht im Zusammenhang damit oder mit einer Gruppe usw. stehen, folglich sie von Aussenstehenden nicht als Bedrohung wahrgenommen werden. Dies gegensätzlich zu den Gemobbten/Schikanierten, die darauf voller Angst reagieren. Ein solches Drohresp. Signalwort wird dann später wieder ausgetauscht, und zwar durch ein absolut gängiges und alltäglich benutztes Wort, was dazu führt, dass die Opfer nicht mehr wissen, wer Freund und wer Feind ist.
- 6) **Indirekte Furchteinflössung und Einschüchterung.** Die Gemobbten/Schikanierten werden durch Drohungen eingeschüchtert und in Angstzustände versetzt, indem hinterhältig kleine Andeutungen verallgemeinert und verhüllt gemacht werden. Auf eine solche verallgemeinernde und verhüllte resp. versteckte Art und Weise können die Opfer durch Worte angegriffen und verunglimpft werden, wie z.B. dadurch, wenn gesagt wird: «Alle Nichtgottgläubigen sollten abgeschlachtet werden» usw.
- 7) **Erschaffen von niedrigen Gedanken und Gefühlen.** Die Gewaltmobbenden resp. Gewaltschikanierenden können von ihren Opfern bestimmte Kombinationen von Geräuschen, Taten, Beschreibungen und Bildern usw. erschaffen, wodurch die Gemobbten/Schikanierten fälschlicherweise negativ dargestellt werden. Wird so z.B. behauptet, die Opfer seien homosexuell, sexistisch, lügnerisch, betrügerisch, kriminell oder pädophil usw., so ergibt sich mit der Zeit, dass sich diese tatsächlich schuldig fühlen und einem ungeheuren psychischen Stress verfallen.
- 8) **Hinterhältige, versteckte Attacken.** Durch hinterhältige, versteckte Attacken werden die Gemobbten/Schikanierten derart terrorisiert, dass sie stets unsicher bleiben, ob sie nun angegriffen werden oder nicht, resp. ob sie sich eine Angriffigkeit einbilden oder ob tatsächlich eine erfolgt. Dadurch werden die Opfer völlig unsicher, wie sie auf das Ganze reagieren sollen. Das wiederum hat zur Folge, dass in ihnen eine Verletzbarkeit entsteht

und sie sich leichter angreifbar fühlen, was genau der Punkt ist, den die Mobbenden/Schikanierenden erreichen wollen, um erst recht bösartige Attacken vom Stapel lassen zu können.

- 9) **Durch Anspielungen und Doppeldeutigkeiten Selbstunsicherheit und Selbstzweifel schaffen.** Anspielungen und Doppeldeutigkeiten, die durch Gewaltmobber/Gewaltschikanierer benutzt werden, haben zur Folge, dass die Opfer verunsichert und verwirrt werden, folglich daraus resultiert, dass diese sich in ihrem Selbstbewusstsein beeinträchtigen und dadurch auch die Fähigkeit verlieren, selbst rationale Entscheidungen zu treffen. Die Opfer werden eingeschüchtert und frustriert, wodurch sie ihre Selbstsicherheit durch Selbstzweifel immer mehr beeinträchtigen und sie letztendlich völlig verlieren.
- 10) **Sarkasmus als Mittel der Einschüchterung.** Die Opfer des Gewaltmobbing resp. der Gewaltschikane werden bösartig durch Beleidigungen und Drohungen eingeschüchtert, die in einem infamen Sarkasmus versteckt vorgebracht werden. Dahinter steckt auch die Feigheit der Mobbenden/Schikanierenden, dass sie für ihr ausgeartetes Tun nicht belangt werden können, eben weil sie sich immer entschuldigen können, dass alles doch nur sarkastisch gemeint sei. Tatsächlich riskieren sie nicht, dass ihr feiges Handeln als kriminell erkannt wird.
- 11) **Indirektes Einschüchtern.** Das indirekte Einschüchtern wird auch metaphorisches Einschüchtern genannt, weil dazu Metaphern benutzt werden. Bei Metaphern handelt es sich um einen sprachlichen Ausdruck, bei dem ein Wort aus seinem eigentlichen Bedeutungszusammenhang in einen andern übertragen wird, ohne dass ein direkter Vergleich die Beziehung zwischen Bezeichnendem und Bezeichnetem verdeutlicht. Dadurch erscheint die Realitätssicht des Opfers unwirklich und stark verändert, und zwar derart, dass es bis in den Selbstmord getrieben wird. Die Opfer werden z.B. in der Weise terrorisiert, dass sie wie Tiere angesprochen oder gerufen werden usw., oder dass ihnen zugerufen wird: «Wollte dich der Gabelfritze (Teufel) oder der Sensemann noch nicht holen?»
- 12) **Verwundung durch Verantwortungsentzug.** Den Gewaltmobbing- resp. Gewaltschikaneopfern wird infamerweise scheinbar

eine grosse Verantwortung in irgendwelchen Beziehungen übertragen, jedoch nur, um die Kontrolle darüber dann jemand anderem zu übergeben und die Opfer dadurch von ihrer Verantwortung auszuschalten. Dies ist eine der miesesten Terrorformen des Gewaltmobbing resp. der Gewaltschikane und damit wohl auch der grösste Psychostress-Faktor. Durch diesen Terror werden die Opfer unsicher und völlig hilflos, weil ihnen alle eigene Aktivität in bezug auf das Selbstbestimmenkönnen ebenso abgewürgt wird wie auch das Selbstentscheidenkönnen. Jeder Versuch, selbst etwas bestimmen oder entscheiden zu können, wird durch die den Opfern vorgesetzte Kontrollperson abgewürgt.

- 13) **Manipulieren durch Einbildung.** Die Gewaltmobbing- resp. Gewaltschikaneopfer werden böseartig und gezielt durch Falschinformationen derart manipuliert, dass sie z.B. immer zur falschen Zeit am falschen Ort sind, mit falschen Ratgebungen falsche Handlungen durchführen und falsche Taten tun. Es werden ihnen falsche Uhrzeiten oder falsche Treffpunkte genannt sowie selbstredend falsche Vorwürfe gemacht. Dadurch verfallen die Opfer einer vermeintlich falschen Sicht der Dinge und schaffen in sich einen ungeheuren gedanklich-gefühlsmässigen und damit psychischen Stress und verfallen der Selbstunsicherheit, worunter auch ihr Wahrnehmungsvermögen leidet und woraus letztlich eine Paranoia entsteht und ein Drang nach Selbstmord.
- 14) **Betrügerisch vorgetäuschte Absichten und Hilfsbereitschaft.** Die Opfer werden derart terrorisiert, dass sie darüber hinweggetäuscht werden, dass ein psychischer Druck auf sie ausgeübt wird. Es wird ihnen einsuggestiert, all die auf sie einbrechenden Belästigungen und Beleidigungen würden nur zu ihrem eigenen Besten und Wohl stattfinden, wobei alles nur als Test bezeichnet wird, durch den sie, die Opfer, gegen Angriffe und Attacken gefeit werden sollen. Dies führt dazu, dass sie stark verunsichert und verwirrt werden, was letztlich noch dazu führt, dass die Gemobbten/Schikanierten die sie Terrorisierenden gegenüber Unbeteiligten und Wohlmeinenden in Schutz nehmen und verteidigen, weil sie diese als ihre Helfer und Wohltäter wännen.
- 15) **Ständig hinter den Opfern stehen.** Dadurch, dass die Gewaltmobbingen resp. Geschweltschikanierenden ständig dicht hinter ihren Opfern stehen, so dass sie nicht in deren Sichtfeld sind,

werden die Gewaltgemobbten/Gewaltschikanierten ungemein stark verunsichert, angreifbar und äusserst verletzlich, und zwar auch ganz massiv in der Privatsphäre. Es handelt sich dabei um eine psychische Folter als böse Methode, die auch von Verhörspezialisten bei Geheimdiensten und sonstigen Organisationen eingesetzt wird.

- 16) **Anstarren der Opfer.** Die Opfer von Gewaltmobbing/Gewaltschikane werden dauernd und ohne eine Miene zu verziehen in penetranter Weise angestarrt, und zwar überall und was sie auch immer gerade tun, wodurch sie eingeschüchtert und provoziert werden, was sie aber auch äusserst unsicher und aggressiv macht. Auf diese Art und Weise werden die Terrorisierten manipulierbar, wobei ihnen, den Opfern, laut oder leise und sie stark fixierend – meist durch Dritte – gesagt wird, dass sie Angst hätten.
- 17) **Angriffigkeit gegen die Opfer.** Die Gewaltmobbing- resp. Gewaltschikaneopfer können sich nicht gegen die harten Angriffe ihrer Peiniger zur Wehr setzen, denn sie fühlen sich klein und erniedrigt durch sie, weil diese sie auf äusserst grobe Art und Weise niedermachen und ständig gegen sie und auf sie einreden. Dabei bleiben die Terrorisierenden stur und lassen sich auf keinerlei Diskussion ein.
- 18) **Unterdrückung durch direkte Angriffe.** Die Gewaltgemobbten/Gewaltschikanierten werden derart terrorisiert, dass sie als völlige Nichtsnutze behandelt und permanent von allen Belangen und Dingen ausgeschlossen werden. Die Opfer werden schamlos kritisiert, niedergemacht und deren Leistungen vernichtet und als völlig wertlos beschimpft.
- 19) **Angriffigkeiten durch Gerüchte.** Über die Opfer werden ausgedachte Behauptungen, Lügen, Verleumdungen und Gerüchte verbreitet, wobei oft mehrere Personen an dieser daraus hervorgehenden Hetzjagd gegen die Gewaltgemobbten/Gewaltschikanierten beteiligt sind. Die Opfer werden derart erniedrigt, dass ihnen kein Vertrauen geschenkt wird, folglich sie auch keine Chance haben, sich gegen die bösartigen Unterstellungen zur Wehr zu setzen, die oft hinter ihren Rücken gemacht und getuschelt werden.

- 20) **Eine Persönlichkeitsstörung einreden.** Zeigt ein Opfer des Gewaltmobbing resp. der Gewaltschikane eine erste Verunsicherung, dann wird diese von den Gewaltmobbern/Gewaltschikanierenden sofort dazu genutzt, die gedanklich-gefühlsmässige und damit auch die psychische und bewusstseinsmässige Gesundheit und Regsamkeit generell in Frage zu stellen. Auch ein Beschimpfen, dass die Opfer paranoid seien, gehört in der Regel dazu, wie auch, dass sie aggressiv und verrückt seien, weshalb sie dauernd Probleme und eine Persönlichkeits- und Verhaltensstörung hätten.

Für jede Form des Mobbing resp. der Schikane ist es für die Opfer von Wichtigkeit, sich gegenüber den Mobbern/Schikanierenden richtig zu verhalten, um ihnen den Wind aus den Segeln zu nehmen. Tatsächlich ist es so, dass hinter den Angriffen, Beleidigungen, Lügen und Verleumdungen usw. der Mobbern/Schikanierenden in der Regel krankhafte Minderwertigkeitskomplexe sowie Neid, Missmut und allerlei sonstige menschliche Verhaltensunzulänglichkeiten stecken. Im Grunde genommen sind sie eigentlich zu bedauernde Verhaltensgestörte, die sich in bezug auf ein gesundes und korrektes Verhalten gegenüber ihren Mitmenschen nicht unter Kontrolle haben, misserzogen und krankhaften Zwängen verfallen sind. Darum vermögen sie auch keine wertvolle und aufrichtige zwischenmenschliche Beziehung zu irgendeinem Menschen aufzubauen und zu pflegen, denn all ihre diesbezüglichen Handlungen sind falsch, heuchlerisch, betrügerisch und verlogen.

Um sich gegen jede Form von Mobbing/Schikane zu wehren, ist es nutzvoll, dass sich die Opfer stereotype Sätze einprägen und diese bei gegen sie gerichteten Angriffigkeiten selbst in Gedanken gegen die Angreifenden vorsagen, wie z.B.: «Du bist nichts anderes als ein armer Verhaltensgestörter, und du kannst mir nichts anhaben» resp. wenn es mehrere Angreifer sind: «Ihr seid nichts anderes als arme Verhaltensgestörte, und ihr könnt mir nichts anhaben» oder: «Du bist nur ein armes Grossmaul» resp. «Ihr seid nur arme Grossmäuler.» Diese oder andere zweckdienliche Sätze, die frei gewählt werden können, führen nachweisbar zu einer mentalen, positiven Programmierung bei den Opfern und fördern das Selbstwertgefühl, das sich in dieser Weise sehr gut trainieren lässt. Die verhaltensgestörten Mobbern/Schikanierenden – und verhaltensgestört sind sie restlos alle – fühlen sich durch Selbstbelügung gross und mächtig und finden zudem durch ihr krankhaftes Verhalten Spass daran, all jene

Mitmenschen zu mobben/schikanieren, die ihnen schwächer als sie selbst erscheinen. Das aber zeugt auch von Verhaltensfeigheit, die aber den Mobbenden/Schikanierenden nicht bewusst ist, weil ihre Intelligenz dazu nicht ausreicht. Also liegt es im Verständnis, Wissen und in der Initiative der Mobbing- resp. Schikaneopfer, dass sie ihr Panier resp. Banner ergreifen, es hochhalten und unbeirrt ihr Ziel verfolgen, den Angreifern in energischer Form die Stirn zu bieten. Es kann ihnen so ihr krankes Tun wie ein Spiegel vorgehalten werden, indem ihnen offen und in aller Freundlichkeit gesagt wird, dass sie an einem mangelhaft korrekten und krankhaften Verhalten und an brüllender Selbstunsicherheit leiden. In dieser Weise wird praktisch der Spiess umgedreht, wodurch die Mobbing- resp. Schikane-täter völlig verwirt werden können und von ihrem üblen Tun ablassen.

Leider herrscht bei vielen Mobbing- resp. Schikaneopfern Angst vor, weshalb sie auch davor zurückschrecken, sich anderen anzuvertrauen, bei denen sie Hilfe finden könnten. Viele machen sich gar falsche Gedanken und Gefühle in der Weise, dass sie sich als heimliche Verräter gegenüber den Mobbenden/Schikanierenden verhalten würden, weil sie ihre Angreifer, durch die sie attackiert werden, als «Freunde» oder «hilfreiche» Menschen usw. betrachten. Wahrlich hat es aber nichts mit einem Verrat zu tun, wenn Mobbende/Schikanierende offen als solche genannt werden und gegen ihr mieses, unwürdiges und kriminelles Handeln Hilfe gesucht wird. Ein Verrat kann nur in bezug auf ein zu wahrendes Geheimnis oder hinsichtlich einer Sicherheit usw. erfolgen, wobei in der Regel das Verraten mit Schadenfreude, Leichtsinn, Mutwilligkeit oder Profitgier usw. verbunden ist. Ist ein Mensch jedoch in einer offensichtlich ausweglosen Lage/Situation und weiss sich nicht mehr zu helfen, dann ist es weder eine Schande noch ein Verrat, wenn gute Hilfe bei anderen gesucht wird, was für jeden Menschen immer das Naheliegendste, Gescheiteste und Vernünftigste sein sollte. Dies gilt auch bei jeder Form von Mobbing/Schikane, das/die in der Regel ein Prozess von längerer Dauer ist, der sich mit Sicherheit über Wochen oder im schlimmeren Fall über Monate und Jahre hinziehen kann, wie das z.B. auch bei Nachbarstreitigkeiten der Fall ist, die in der Regel auch mit oft jahrzehntelangem und gar endlosem Mobbing/Schikane einhergehen. Treten solche Fälle von Gewaltmobbing/Gewaltschikane in Erscheinung, wobei dies ein juristischer Tatbestand ist, dann sollten spezifisch über jeden Angriff irgendwelcher Art genaue Tagebuchaufzeichnungen gemacht werden, und zwar mit genauen Da-

tum- und Zeitangaben, denn wenn es aus den Angriffigkeiten und Attacken Gerichtswetter gibt, dann gelten solche Aufzeichnungen als Beweismaterial. Auch Photos, Post- und E-Briefe, sowie SMS oder Beschimpfungen sowie Kommentare im Internet und in Diskussionsforen gehören dazu. Speziell die neuen Mobiltelefone, besonders solche mit internetfähigen Funktionen (Smartphone) eignen sich ganz besonders zum Mobbing-Schikaneterror, weil durch diese Angriffe, Gespräche und andere Situationen aufgenommen, gefilmt und manifestiert werden können. Je mehr Beweise die Opfer sammeln, desto besser ist es, denn es muss klar sein, dass zumindest das oft lebensgefährliche Gewaltmobbing resp. die Gewaltshikane gerichtlich geahndet werden kann.

Für Mobbing- und Schikanetreibende ist es ein zwingendes krankhaftes Bedürfnis, dass sie in bezug auf ihre Angriffe die Reaktionen und Wirkungen bei ihren Opfern sehen wollen. Gelingt ihnen das nicht, wenn ihre Angriffe einfach ignoriert werden, dann verlieren sie in der Regel ihr Interesse am Mobbing- resp. Schikaneterror. Also gilt für die Opfer einfach, dass sie keine Angst haben, alle Angriffigkeiten einfach ignorieren, sich selbst Mut zusprechen mit bestimmten Sätzen, einfach weggehen und sich auf andere Dinge konzentrieren, wenn Mobber/Schikanierer auftauchen. Eine andere Methode ist die, indem sich die Opfer eine imaginäre Mauer aufbauen, an der alle Angriffe, Attacken und Beleidigungen, Hänseleien, Lügen und Verleumdungen aller Art usw. einfach abprallen. Eine weitere Methode zur Abwehr gegen Angreifer und deren Attacken kann darin bestehen, dass sie visualisieren, indem sie sich die Mobbenden/Schikanierenden in irgendeiner Art und Weise in einer Situation der Lächerlichkeit vorstellen. Dadurch wirken sie vielfach weniger gefährlich, furchteinflößend, überlegen und autoritär.

Wahrheit ist, dass Mobbing- resp. Schikanetreibende in der Regel sehr feige Gestalten sind, die sich nur dann getrauen, ihre Angriffe, Beleidigungen, Attacken, Lügen und Verleumdungen usw. vom Stapel zu lassen, wenn die Opfer allein sind. Dabei spielt es auch eine wichtige Rolle, ob beim Mobben/Schikanieren noch andere Gleichgesinnte sind oder nicht, denn manche getrauen sich nur dann zu Angriffen vor, wenn sie in gleichgestellter Gesellschaft sind – also wiederum ein Akt der Feigheit. Tatsache ist auch, dass die Angreifenden sich kaum dazu überwinden können, ihre Opfer zu beharken, wenn diese in Gesellschaft oder mit einer Gemeinschaft zusammen sind, weil diese – oder Unbeteiligte – Partei für die Bedrängten ergreifen und diese verteidigen können.

Ist es so, dass Mobbende resp. Schikanierende mehrere Opfer gleichzeitig attackieren, was nicht selten vorkommt, dann ist es für die Gemobbten/Schikanierten von Bedeutung, dass sich diese verbünden und dadurch den Terrorisierenden das Betätigungsfeld blockieren, was aber auch dazu führt, dass diese unsicher werden und sich in Widersprüche verwickeln. Es mag in seltenen Fällen sogar vorkommen, dass die Angreifer auf die Seite der Opfer gezogen werden können, was in der Regel dadurch geschehen kann, indem ihnen gezeigt wird, dass sie trotz der Angriffe menschlich und korrekt behandelt werden und dass trotz des Mobbens/Schikanierens sie sich auf die Opfer verlassen können. Das bedingt einfach, dass die Opfer den Tätern Vertrauensbeweise und Sicherheit geben. Dabei müssen jedoch Gegenangriffe vermieden werden, denn solche führen dann nur zu weiteren Angriffen und Attacken, die als vergnügliche Herausforderungen betrachtet, jedoch für die Opfer zum Horror werden. Die Mobbenden/Schikanierenden gehen in erster Linie immer psychologisch vor, wobei bei diesem Umstand besonders interessant ist zu wissen, dass diese Verhaltensgestörten in der Regel keinerlei Ahnung von Psychologie haben. Ihr Vorgehen ist aber derart, dass die Gemobbten/Schikanierten nicht erst auf Androhungen in bezug auf körperliche Gewalt oder gar Todesdrohungen warten müssen, denn solche kommen besonders bei Gewaltmobbing resp. Gewaltschikane üblicherweise sozusagen automatisch. Grundlegend ist auch zu beachten, dass bei den Opfern des Mobbing- resp. des Schikaneterrors die psychischen Schäden und die gesundheitlichen und nicht selten psychosomatischen Leiden in vielen Fällen nicht sofort, sondern schleichend in Erscheinung treten. Aus diesem Grunde ist es für die Angegriffenen und Attackierten besonders wichtig, dass sie eine gute Selbstbeobachtung ausüben und sich fragen, warum sie nach und nach allerlei negativen Veränderungsformen erliegen, um diesen bewusst zu werden und sie auch bewusst willentlich zu beheben. Wird dem von den Opfern keine Beachtung geschenkt und nicht vernünftig dagegen angegangen, dann tritt enormer Stress für die Gedanken und Gefühle und damit natürlich für die Psyche, wie aber auch für das Bewusstsein und den Körper in Erscheinung. Also ist es unbedingt wichtig, die Auswirkungen so weit wie möglich einzudämmen, wobei auch bedacht und danach gehandelt werden muss, dass genügend körperliche Bewegung durch Gymnastik, Spazieren in der freien Natur, kurze Strecken Laufschrift usw. sowie eine gute und ausgewogene Nahrung notwendig sind. Das Gehirn muss ständig mit frischem Sauerstoff versorgt werden, denn dadurch wird

das Immunsystem angeregt und es erfolgt eine Abmilderung der Wirkung des Stresshormons Cortisol.

Den Mobbenden/Schikanierenden kann letztlich dadurch begegnet werden, indem sie durch ein respektvolles Auftreten in Gespräche einbezogen und sie auch nach ihrer persönlichen Meinung in diesen und jenen Dingen gefragt werden. Dadurch wird ihre Angriffsfläche gestört, insbesondere dann, wenn die Opfer dabei die Widerstandhaltung der Angreifer ignorieren und diese nicht vom hohen Ross herab, sondern auf gleicher Ebene kritisieren, wenn dies notwendig ist. Das Ganze entspricht einer freundlichen Gegenoffensive, wobei jedoch auch andere Gegenstrategien angewendet werden können, wie auch z.B. in Form von Hilfe durch Aussenstehende. Hilft aber alles nichts, dann ist es ratsam, jede Beziehung zu den Mobbenden/Schikanierenden abzubrechen, wobei im Extremfall geboten ist, den Wohnort, die Umgebung oder die Arbeitsstelle zu wechseln. Leider ist es nicht möglich, ein Patentrezept gegen jede Art von Mobbing/Schikane zu nennen, denn jede Situation erfordert besondere Vorgehensweisen, folglich nur allgemeine Ratgebungen nutzvoll sein können – leider.

*25. März 2011*

*«Billy» Eduard Albert Meier*

