



## 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.*