



„Mobbing bei Jugendlichen – der Unterschied zwischen Generation X und Generation Alpha“

Zur Erlangung des Diploms für Lebens- & Sozialberatung

Carolin Varyemez

Wolfsberg, 01.09.2025

2023-2026 Klagenfurt

1. Einleitung	1
1.1. Persönlicher Zugang zum Thema	1
1.2. Forschungsfrage und Zielsetzung	2
1.3. Methodik	3
1.3.1. Literaturrecherche	3
1.3.2. Generationsvergleich	3
1.3.3. Fallbeispiele	3
1.3.4 Logotherapeutische Reflexion	4
1.3.5 Kultur- und Migrationsperspektive	4
2. Begriffsdefinitionen	4
2.1. Mobbing	4
2.2. Bullying	4
2.3. Cybermobbing	5
2.4. Generation X	5
2.5. Generation Alpha	5
2.6. Sinn / Sinnsuche	5
2.7. Existentielles Vakuum	5
2.8. Resilienz	6
3. Theoretische Grundlage	6
3.1. Begriffsklärung: Mobbing, Cybermobbing und Bullying	6
3.2. Psychosoziale Auswirkungen von Mobbing	6
3.2.1. Emotionale Folgen	7
3.2.2. Kognitive und schulische Folgen	7
3.2.3. Soziale Folgen	7
3.2.4. Entwicklungspsychologische Perspektive	8
3.2.5. Resilienz und Schutzfaktoren	8
3.2.6. Langzeitfolgen	8
Zwischenfazit	9
Die psychosozialen Auswirkungen von Mobbing reichen von kurzfristigen emotionalen und kognitiven Beeinträchtigungen bis hin zu langfristigen Identitäts- und Sinnkrisen. Während einige Jugendliche durch Resilienzfaktoren geschützt sind, besteht für andere ein hohes Risiko für psychische Erkrankungen und soziale Isolation. Logotherapie kann hier ein wesentlicher Beitrag sein, indem sie Jugendlichen hilft, trotz der negativen Erfahrungen eine sinnvolle Perspektive zu entwickeln und Werteorientierung als Ressource für die Zukunft zu nutzen.	9

3.3. Generationenmodell: Generation X und Generation Alpha.....	9
3.4. Logotherapeutische Perspektive auf Mobbing	10
4. Unterschiede zwischen Generation X und Generation Alpha im Umgang mit Mobbing	10
4.1. Soziale Lebenswelt der Generation X in der Jugend (1980–2000).....	11
4.2. Digitale Sozialisation der Generation Alpha (2010–heute).....	11
4.3. Formen und Kanäle von Mobbing im Generationsvergleich	12
4.4. Psychologische und soziale Konsequenzen	12
4.5. Kulturell geprägte Reaktionsmuster im Generationsvergleich	13
5. Praxisbezug und Logotherapeutische Reflexion	15
5.1. Fallbeispiele	15
5.2. Logotherapeutische Analyse	17
5.3. Interventionen in der Praxis.....	18
5.4. Prävention und Beratung.....	19
6. Kritische Reflexion und Ausblick.....	19
6.1. Allgemeine Reflexion.....	20
6.2. Eigene berufspraktische Reflexion	20
6.3. Grenzen der Arbeit	21
6.4. Ausblick	21
6.5 Mobbing jenseits von Social Media – ein Gedankenexperiment.....	21
Soziale Mechanismen bleiben konstant	21
Veränderung durch Erziehungsstile	22
Was wäre, wenn es keine Handys gäbe?.....	22
Logotherapeutische Einordnung.....	22
Literaturverzeichnis.....	23
Eidesstattliche Erklärung.....	24
Gendererklärung.....	25

1. Einleitung

Mobbing ist ein Phänomen, das seit Jahrzehnten die psychosoziale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen erheblich beeinflusst. Es umfasst wiederholte Handlungen der Ausgrenzung, Herabwürdigung oder Gewalt, die ein Machtungleichgewicht zwischen Täter und Opfer voraussetzen (Litzcke, Schuh & Pletke, 2016). Während sich die Grundmechanismen von Mobbing nicht wesentlich verändert haben, zeigt sich in der Gegenüberstellung verschiedener Generationen, dass sich sowohl die Erscheinungsformen als auch die psychischen Folgen erheblich gewandelt haben.

Die heutige Generation Alpha, geprägt durch digitale Medien und globale Vernetzung, erlebt Mobbing häufig in virtuellen Räumen. Cybermobbing ermöglicht eine ständige Präsenz von Angriffen, die weder zeitlich noch räumlich begrenzt sind und dadurch eine besondere Belastung darstellen (Kowalski, Limber & McCord, 2019). Demgegenüber stand die Generation X, die ihre Jugend in einer analogen Welt verbrachte und Mobbing vor allem im unmittelbaren sozialen Umfeld erlebte – etwa in Schulen, Vereinen oder Nachbarschaften.

1.1. Persönlicher Zugang zum Thema

Mein Interesse am Thema *Mobbing bei Jugendlichen* entstand durch mehrere Faktoren. Zum einen begegnete ich im Laufe meiner Ausbildung zur Lebens- und Sozialberaterin immer wieder Menschen, die rückblickend von Mobbing Erfahrungen in ihrer Jugend berichteten und deren Auswirkungen sie bis ins Erwachsenenalter begleiteten. Zum anderen wurde mir im persönlichen Umfeld deutlich, dass sich die Formen von Mobbing im Vergleich zu früher verändert haben: Während ältere Generationen Ausgrenzung meist im analogen Raum erlebten, sind heutige Jugendliche durch digitale Medien mit ganz neuen Herausforderungen konfrontiert.

Besonders interessiert mich, wie sich diese Unterschiede zwischen den Generationen auf die Identitätsbildung und die Sinnsuche von Jugendlichen auswirken. Da logotherapeutisches Arbeiten immer nach der Bedeutung und dem Sinn im Erlebten fragt, erschien es mir sinnvoll, Mobbing nicht nur als psychologisches oder pädagogisches Problem zu betrachten, sondern auch aus einer existenziellen Perspektive. Persönlich motiviert mich das Thema, weil ich davon überzeugt bin, dass es Wege gibt, selbst in leidvollen Erfahrungen einen Sinn zu entdecken und daran zu wachsen – und dass Jugendliche hierbei einer besonderen Unterstützung bedürfen.

1.2. Forschungsfrage und Zielsetzung

Diese Diplomarbeit verfolgt das Ziel, die Unterschiede im Erleben und in der Verarbeitung von Mobbing zwischen zwei Generationen – Generation X und Generation Alpha – systematisch zu untersuchen. Dabei steht nicht nur die Veränderung der Erscheinungsformen von Mobbing im Fokus, sondern auch die Frage, welche psychosozialen, kulturellen und migrationsspezifischen Faktoren die Wahrnehmung und Verarbeitung beeinflussen.

Die zentrale Forschungsfrage lautet:

Wie unterscheiden sich Mobbing Erfahrungen und -verarbeitungen zwischen Generation X und Generation Alpha, und welche Rolle spielen dabei kulturelle und migrationsspezifische Hintergründe für die Sinnsuche und Identitätsbildung Jugendlicher?

Daraus ergeben sich folgende Zielsetzungen der Arbeit:

1. **Theoretische Zielsetzung:** Darstellung der unterschiedlichen sozialen, technologischen und kulturellen Kontexte, in denen Generation X und Generation Alpha ihre Jugend erleben, und deren Einfluss auf Mobbing.
2. **Praxisorientierte Zielsetzung:** Aufzeigen von logotherapeutischen Beratungsansätzen, die Jugendlichen helfen können, trotz Mobbing Erfahrungen ein stabiles Selbstwertgefühl und eine positive Sinnorientierung zu entwickeln.
3. **Kulturelle Zielsetzung:** Analyse migrationsspezifischer Herausforderungen, insbesondere in Bezug auf Zugehörigkeit und Identitätsentwicklung, sowie Ableitung von Empfehlungen für interkulturell sensible Beratungsansätze.
4. **Persönliche Zielsetzung:** Reflexion meiner eigenen Haltung als zukünftige Lebens- und Sozialberaterin im Umgang mit Mobbingthemen und Integration logotherapeutischer Werte in die Beratungspraxis.

1.3. Methodik

Die vorliegende Diplomarbeit basiert auf einer qualitativen, literaturbasierten Analyse in Verbindung mit praxisnahen Fallbeispielen und einer logotherapeutischen Reflexion. Ziel ist es, theoretische Grundlagen mit praktischen Beratungsansätzen zu verknüpfen, um die Fragestellung in ihrer gesamten Komplexität zu beleuchten.

1.3.1. Literaturrecherche

Die theoretische Grundlage der Arbeit wird durch eine umfassende Literaturrecherche gelegt. Dabei wurden sowohl klassische Werke der Logotherapie (z. B. Frankl, Lukas, Böschmayer) als auch aktuelle psychologische und pädagogische Studien zum Thema Mobbing und Cybermobbing berücksichtigt. Ergänzend wurden Werke herangezogen, die Aspekte von Emotion, Identität und kulturellem Hintergrund thematisieren (z. B. Ulrich, Caby, Chapman).

Die Auswahlkriterien für die Literatur waren:

- ❖ Relevanz für das Thema *Mobbing bei Jugendlichen*,
- ❖ Bezug zur Sinn- und Identitätsfrage,
- ❖ Aktualität (vorzugsweise Publikationen der letzten zehn Jahre),
- ❖ theoretische und praktische Anwendbarkeit in der Lebens- und Sozialberatung.

1.3.2. Generationsvergleich

Der Vergleich zwischen Generation X und Generation Alpha erfolgt auf Grundlage von Sekundärliteratur sowie soziologischen und entwicklungspsychologischen Studien. Hierbei werden die jeweiligen gesellschaftlichen und technologischen Rahmenbedingungen beschrieben, um Unterschiede in der Wahrnehmung, den Erscheinungsformen und den Reaktionsmustern von Mobbing herauszuarbeiten.

1.3.3. Fallbeispiele

Zur Veranschaulichung werden anonymisierte Fallbeispiele aus der Beratungspraxis herangezogen. Diese dienen der Konkretisierung theoretischer Annahmen und ermöglichen eine praxisnahe Reflexion. Ziel ist es, typische Dynamiken sichtbar zu machen und logotherapeutische Interventionsmöglichkeiten aufzuzeigen.

1.3.4 Logotherapeutische Reflexion

Die Arbeit integriert eine logotherapeutische Perspektive in die Analyse. Dazu werden zentrale Konzepte Viktor Frankls wie *Sinnsuche*, *Trotzdem-Haltung* und *Selbsttranszendenz* (Frankl, 2005) mit aktuellen Ansätzen von Elisabeth Lukas (2011) und Uwe Böschemayer (2014) verbunden. Diese Reflexion dient dazu, Mobbing Erfahrungen nicht nur psychologisch, sondern auch existenziell zu betrachten.

1.3.5 Kultur- und Migrationsperspektive

Ein spezieller Fokus liegt auf der Berücksichtigung kultureller und migrationspezifischer Einflussfaktoren. Dazu werden sozialwissenschaftliche und psychologische Studien herangezogen sowie praxisnahe Beobachtungen in den logotherapeutischen Bezugsrahmen integriert. Dieser Zugang ermöglicht, Unterschiede in der Wahrnehmung und Verarbeitung von Mobbing unter Berücksichtigung von Identitäts- und Zugehörigkeitsfragen darzustellen

2. Begriffsdefinitionen

Damit die vorliegende Arbeit inhaltlich klar verständlich wird, sollen die zentralen Begriffe präzise definiert werden.

2.1. Mobbing

Der Begriff *Mobbing* beschreibt systematische, wiederholte Handlungen mit dem Ziel, eine Person über längere Zeit zu schädigen, auszuschließen oder herabzuwürdigen. Wesentlich ist dabei ein Machtungleichgewicht zwischen Täter:innen und Opfer (Olweus, 2019; Litzcke, Schuh & Pletke, 2016).

2.2. Bullying

Im internationalen Forschungsdiskurs wird häufig der englische Begriff *Bullying* verwendet. Er ist weitgehend deckungsgleich mit *Mobbing*, betont aber stärker die Gewalt- und Machtdimension (Olweus, 2019).

2.3. Cybermobbing

Unter *Cybermobbing* versteht man Formen von Mobbing, die über digitale Kommunikationsmedien stattfinden. Charakteristisch sind die zeitliche und räumliche Entgrenzung, die potenzielle Anonymität der Täter:innen und die schnelle Reichweite durch digitale Verbreitung (Kowalski, Limber & McCord, 2019).

2.4. Generation X

Zur *Generation X* zählen Menschen, die zwischen 1965 und 1980 geboren sind. Ihre Jugendzeit war überwiegend durch analoge Kommunikationsformen geprägt. Mobbing trat vor allem in Präsenzzräumen wie Schulen, Vereinen oder Nachbarschaften auf (Erikson, 1968; Litzcke et al., 2016).

2.5. Generation Alpha

Die *Generation Alpha* umfasst Kinder und Jugendliche, die ab 2010 geboren wurden. Sie wachsen in einer durch digitale Medien geprägten Welt auf. Soziale Interaktion ist stark mediatisiert, wodurch Mobbing zunehmend in Online-Kontexten stattfindet (Kowalski et al., 2019).

2.6. Sinn / Sinnsuche

Im logotherapeutischen Verständnis nach Viktor Frankl ist das Streben nach Sinn das grundlegende Motiv menschlichen Daseins. Selbst in leidvollen Situationen kann der Mensch Sinn finden, indem er eine Haltung des „Trotzdem“ einnimmt (Frankl, 2005).

2.7. Existentielles Vakuum

Frankl (2005) beschreibt das *existenzielle Vakuum* als einen Zustand innerer Leere, der entsteht, wenn Sinn- und Zugehörigkeitserfahrungen fehlen. Mobbing kann diesen Zustand begünstigen, da es zentrale Bedürfnisse nach Anerkennung und Gemeinschaft verletzt.

2.8. Resilienz

Resilienz bezeichnet die Fähigkeit, trotz widriger Lebensumstände psychisch gesund zu bleiben. Schutzfaktoren wie soziale Unterstützung, Selbstwirksamkeit und Sinnorientierung spielen dabei eine zentrale Rolle (Kowalski et al., 2019).

3. Theoretische Grundlage

3.1. Begriffsklärung: Mobbing, Cybermobbing und Bullying

Der Begriff *Mobbing* stammt ursprünglich aus der Arbeitspsychologie und wurde später auf den schulischen Kontext übertragen. Er beschreibt wiederholte, systematische Angriffe gegen eine Person, die von einem Machtungleichgewicht zwischen Täter und Opfer geprägt sind (Litzcke, Schuh & Pletke, 2016). Charakteristisch sind dabei nicht einzelne Konflikte, sondern das wiederholte Auftreten von Ausgrenzung, Herabwürdigung oder Gewalt über einen längeren Zeitraum.

Im internationalen Sprachgebrauch wird häufig der Begriff *Bullying* verwendet. Dieser umfasst neben körperlicher Gewalt auch psychische und soziale Dimensionen wie Hänseleien, Gerüch- teverbreitung oder soziale Isolation (Olweus, 2019).

Mit der zunehmenden Digitalisierung hat sich das Phänomen des *Cybermobbings* etabliert. Es beschreibt Mobbinghandlungen, die über digitale Medien wie soziale Netzwerke, Messenger-Dienste oder Online-Plattformen stattfinden. Cybermobbing ist durch seine zeitliche und räumliche Entgrenzung besonders belastend, da Angriffe rund um die Uhr erfolgen und durch die Anonymität im Netz verstärkt werden können (Kowalski, Limber & McCord, 2019).

3.2. Psychosoziale Auswirkungen von Mobbing

Mobbing ist weit mehr als ein vorübergehender Konflikt. Es beeinflusst die psychosoziale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen auf tiefgreifende Weise und kann Spuren bis ins Erwachsenenalter hinterlassen. Die Auswirkungen betreffen emotionale, kognitive, soziale und existenzielle Dimensionen.

3.2.1. Emotionale Folgen

Jugendliche, die Mobbing ausgesetzt sind, berichten häufig von Gefühlen der Angst, Hilflosigkeit, Scham und Traurigkeit. Diese Emotionen können zu internalisierenden Symptomen wie Depressionen und Angststörungen führen (Hinduja & Patchin, 2020). Betroffene entwickeln ein negatives Selbstbild, fühlen sich wertlos und ausgegrenzt.

Ulrich (2015) beschreibt Gefühle als „innere Wegweiser“ für Identität und Sinn. Werden Jugendliche durch wiederholte Abwertungen beschämt, kann dies ihre Fähigkeit beeinträchtigen, auf ihre Gefühle als konstruktive Orientierung zu vertrauen. Stattdessen entstehen Schamspiralen, die zu Rückzug und Resignation führen.

3.2.2. Kognitive und schulische Folgen

Mobbing beeinträchtigt die Konzentrations- und Lernfähigkeit. Studien zeigen, dass betroffene Schüler:innen deutlich häufiger Leistungseinbußen haben und weniger schulische Motivation zeigen (Olweus, 2019). Durch die ständige gedankliche Beschäftigung mit den Angriffen fehlt die kognitive Kapazität für schulische Aufgaben.

Für Generation Alpha verschärft Cybermobbing diese Situation zusätzlich: Die ständige Erreichbarkeit über digitale Medien verhindert Rückzugsmöglichkeiten und führt zu permanenter Alarmbereitschaft (Kowalski, Limber & McCord, 2019).

3.2.3. Soziale Folgen

Im sozialen Bereich kommt es häufig zu Rückzugstendenzen. Jugendliche meiden Gruppen, entwickeln Misstrauen gegenüber Gleichaltrigen und erleben Schwierigkeiten beim Aufbau stabiler Beziehungen. Für manche Betroffene wird die Angst vor neuerlicher Ausgrenzung so stark, dass sie soziale Isolation riskieren, was wiederum die Mobbingspirale verstärkt.

Für Jugendliche mit Migrationshintergrund kann dies zusätzlich zu einer Entfremdung von der eigenen Herkunftskultur führen, wenn diese als Ursache für die Ausgrenzung erlebt wird. So entsteht das Risiko einer doppelten Entwurzelung – weder in der Mehrheitsgesellschaft noch in der Herkunftskultur ein stabiles Zugehörigkeitsgefühl zu entwickeln.

3.2.4. Entwicklungspsychologische Perspektive

Die Jugendphase ist nach Erikson (1968) durch die Entwicklungsaufgabe der Identitätsfindung geprägt. Sie steht im Spannungsfeld von *Identität versus Rollendiffusion*. Mobbing Erfahrungen können diesen Prozess massiv beeinträchtigen:

- ❖ Wiederholte Abwertung erschwert die Bildung eines stabilen Selbstkonzepts.
- ❖ Rollendiffusion entsteht, wenn Jugendliche ihre Identität anpassen, um akzeptiert zu werden, dabei aber wesentliche Anteile ihrer Persönlichkeit verleugnen.

Im logotherapeutischen Verständnis entspricht dies dem Risiko eines existentiellen Vakuums (Frankl, 2005): Jugendliche erleben ihre Existenz als sinnlos, wenn Zugehörigkeit und Anerkennung fehlen.

3.2.5. Resilienz und Schutzfaktoren

Nicht alle Jugendlichen, die Mobbing erfahren, entwickeln langfristige Schäden. Studien zeigen, dass Resilienzfaktoren entscheidend sind (Kowalski et al., 2019):

- ❖ **Unterstützende Bezugspersonen** (Eltern, Lehrer:innen, Berater:innen)
- ❖ **Positive Peer-Erfahrungen** (Freundschaften, Schutz durch Gruppen)
- ❖ **Selbstwirksamkeitserfahrungen** (die Erfahrung, Einfluss auf die Situation zu haben)
- ❖ **Werte- und Sinnorientierung** (Orientierung an Zielen, die über die momentane Situation hinausreichen)

Hier zeigt sich die Stärke logotherapeutischer Arbeit: Sie bietet Jugendlichen eine Möglichkeit, Sinn auch in widrigen Umständen zu finden und dadurch ihre Widerstandskraft zu stärken. Lukas (2011) betont, dass Sinnorientierung eine Ressource darstellt, die Menschen nicht nur stabilisiert, sondern auch zu Wachstum befähigt.

3.2.6. Langzeitfolgen

Langzeitstudien zeigen, dass Mobbing Erfahrungen mit erhöhtem Risiko für Depressionen, Angsterkrankungen und Suizidalität im Erwachsenenalter verbunden sind (Hinduja & Patchin, 2020). Darüber hinaus kann ein dauerhaft beeinträchtigtes Selbstwertgefühl dazu führen, dass

Betroffene in späteren Partnerschaften oder im Berufsleben unsichere Bindungsmuster entwickeln.

Manche ehemalige Mobbingopfer berichten jedoch auch, dass sie durch die Erfahrungen besondere Empathiefähigkeit und Resilienz entwickelt haben. Dieser Befund stützt Frankls (2005) These, dass selbst Leiden einen Sinn gewinnen kann, wenn es in einen größeren Zusammenhang gestellt wird.

Zwischenfazit

Die psychosozialen Auswirkungen von Mobbing reichen von kurzfristigen emotionalen und kognitiven Beeinträchtigungen bis hin zu langfristigen Identitäts- und Sinnkrisen. Während einige Jugendliche durch Resilienzfaktoren geschützt sind, besteht für andere ein hohes Risiko für psychische Erkrankungen und soziale Isolation. Logotherapie kann hier ein wesentlicher Beitrag sein, indem sie Jugendlichen hilft, trotz der negativen Erfahrungen eine sinnvolle Perspektive zu entwickeln und Werteorientierung als Ressource für die Zukunft zu nutzen.

3.3. Generationenmodell: Generation X und Generation Alpha

Die Betrachtung von Generationen ermöglicht es, unterschiedliche gesellschaftliche Rahmenbedingungen und deren Einfluss auf Jugendliche zu verstehen.

- ❖ **Generation X** umfasst Menschen, die etwa zwischen 1965 und 1980 geboren wurden. Ihre Jugend fiel in die 1980er- und 1990er-Jahre, geprägt von einer analogen Welt mit begrenztem Zugang zu digitalen Medien. Mobbing fand primär in Schulen, Vereinen oder Nachbarschaften statt und war auf den persönlichen Nahraum beschränkt.
- ❖ **Generation Alpha** hingegen bezeichnet die nach 2010 geborenen Jugendlichen. Sie wachsen in einer digitalisierten Welt auf, in der soziale Medien, ständige Vernetzung und globale Kommunikation selbstverständlich sind. Dadurch verschiebt sich die soziale Interaktion stark in virtuelle Räume. Mobbing Erfahrungen sind hier nicht mehr auf bestimmte Orte begrenzt, sondern können rund um die Uhr stattfinden.

Der Generationsvergleich zeigt somit, dass die äußeren Rahmenbedingungen einen erheblichen Einfluss auf die Form, Wahrnehmung und Verarbeitung von Mobbing haben. Während bei Generation X die Konflikte lokalisiert und „sichtbar“ waren, ist Mobbing in der Generation Alpha entgrenzt, potenziell anonym und schwerer zu kontrollieren (Kowalski et al., 2019).

3.4. Logotherapeutische Perspektive auf Mobbing

Die Logotherapie nach Viktor Frankl bietet eine besondere Perspektive auf leidvolle Erfahrungen wie Mobbing. Im Zentrum steht die Annahme, dass der Mensch nicht primär nach Lust oder Macht strebt, sondern nach Sinn („*der Wille zum Sinn*“, Frankl, 2005).

- ❖ **Sinnfindung im Leiden:** Frankl (2005) betont, dass Leid nicht unbedingt vermeidbar ist, aber in einen Sinnzusammenhang gestellt werden kann. Jugendliche, die Mobbing erleben, können in der logotherapeutischen Beratung unterstützt werden, aus der Erfahrung eine Haltung zu entwickeln, die Selbstachtung und Stärke vermittelt.
- ❖ **Werteorientierung:** Lukas (2011) unterstreicht, dass Werte eine zentrale Rolle bei der Sinnsuche spielen. Mobbingopfer können durch die Ausrichtung an persönlichen und zwischenmenschlichen Werten Orientierung und Halt gewinnen.
- ❖ **Selbstwert und inneres Kind:** Böschemayer (2014) ergänzt die logotherapeutische Tradition um die Arbeit mit dem inneren Kind. Durch die Stärkung dieses verletzlichen Anteils können Jugendliche Selbstvertrauen aufbauen und ihre emotionalen Verletzungen integrieren.

Die logotherapeutische Perspektive erweitert somit den rein psychologischen Blick auf Mobbing, indem sie Jugendlichen einen existenziellen Rahmen bietet, in dem selbst leidvolle Erfahrungen als Ausgangspunkt für Wachstum und Selbsttranszendenz verstanden werden können.

4. Unterschiede zwischen Generation X und Generation Alpha im Umgang mit Mobbing

Der Generationsvergleich macht sichtbar, wie sehr gesellschaftliche Rahmenbedingungen, Medientechnologien und pädagogische Konzepte das Erleben, die Sichtbarkeit und die Verarbeitung von Mobbing prägen. Während die Grunddynamik – ein Machtungleichgewicht, wiederholte Übergriffe und die Intention der Herabwürdigung – über die Zeit hinweg konstant bleibt (Litzcke, Schuh & Pletke, 2016), verschieben sich Räume, Rhythmen und Reichweiten des Mobblings erheblich. In der Folge ändern sich auch die psychischen Belastungsmuster und die wirksamen Präventions- und Interventionsstrategien (Kowalski, Limber & McCord, 2019; Hinduja & Patchin, 2020).

4.1. Soziale Lebenswelt der Generation X in der Jugend (1980–2000)

Die Jugendzeit der Generation X war überwiegend analog strukturiert: Kommunikation fand vor Ort statt – in Schule, Verein und Nachbarschaft. Mobbing zeigte sich daher primär als direkte soziale Ausgrenzung, als sichtbare Hänselei und – in einem Teil der Fälle – als körperliche Gewalt. Die Reichweite war lokal, die „Öffentlichkeit“ auf den Nahraum begrenzt.

Schulsysteme der 1980er- und 1990er-Jahre adressierten Mobbing meist reaktiv; strukturierte Präventionskonzepte und Beschwerdewege waren vielerorts erst im Aufbau. Für Jugendliche mit Migrationshintergrund bedeutete dies, dass Diskriminierungserfahrungen häufig privatisiert wurden: Aus Scham oder Angst vor Stigmatisierung blieben sie im Schweigen, passten sich an oder zogen sich zurück. Identitätsaspekte wie Herkunftssprache und kulturelle Praxis wurden nicht selten versteckt, um nicht weiter aufzufallen.

Im Ergebnis dominierte als Bewältigungsstrategie oft Konfliktvermeidung und Anpassung. Das kann kurzfristig Schutz bieten, hinterlässt jedoch langfristig Spuren am Selbstwert und erschwert eine bejahende Integration der Herkunftsidentität (Ulrich, 2015).

4.2. Digitale Sozialisation der Generation Alpha (2010–heute)

Generation Alpha wächst in einer permanent vernetzten Medienwelt auf. Kommunikation ist sozial-medial vermittelt, asynchron und öffentlich skalierbar. Dadurch verlagert sich Mobbing in digitale Räume, wo es als Cybermobbing entgrenzt auftreten kann: Angriffe sind 24/7 zugänglich, potenziell anonym, technisch reproduzierbar und durch algorithmische Sichtbarkeitslogiken verstärkbar (Kowalski et al., 2019).

Diese Konstellation verändert die Erfahrungsqualität:

- ❖ Das Sicherheitsgefühl wird geschwächt, weil Rückzugsräume (z. B. das eigene Zuhause) nicht mehr zuverlässig „angriffsfrei“ sind.
- ❖ Zeugenpublika (Peers, Unbekannte) werden größer; soziale Bewertung wird messbar (Likes, Kommentare).
- ❖ Digitale Spuren sind persistenter; Fehler oder Bloßstellungen „vergessen“ seltener.

Gleichzeitig existieren heute mehr Unterstützungsangebote: schulische Präventionsprogramme, psychosoziale Beratungsnetzwerke, Awareness-Kampagnen und niedrigschwellige Online-Hilfe. Für Jugendliche mit Migrations- oder Fluchterfahrung eröffnen digitale Räume zudem

Ressourcenzugänge (Communities, Vorbilder, mehrsprachige Informationen) – bei gleichzeitiger Exposition gegenüber neuen Diskriminierungsformen (z. B. Hate Speech).

4.3. Formen und Kanäle von Mobbing im Generationsvergleich

Generation X:

- ❖ Formen: Direkte Beschimpfungen, Gerüchte, soziale Isolation, gelegentlich körperliche Übergriffe.
- ❖ Kanäle: Präsenzzräume (Klassenzimmer, Pausenhof, Vereinsumfeld).
- ❖ Dynamik: Häufig sichtbar für Anwesende, jedoch sozial eingebettet in festere Gruppenstrukturen; Intervention abhängig von Ansprechpersonen vor Ort.

Generation Alpha:

- ❖ Formen: Cybermobbing (beschämende Posts/Stories, manipulierte Bilder, Doxing), Gruppenchats, Exklusion in digitalen Räumen; weiterhin auch analoge Formen (Hybridität).
- ❖ Kanäle: Soziale Netzwerke, Messenger, Gaming-Plattformen, Foren.
- ❖ Dynamik: Entgrenzt (zeitlich/räumlich), skaliert durch Reposts/Algorithmen, archivierbar; Täter-Opfer-Rollen können fluid sein (Zuschauern, Mitläufertum durch Klick-Interaktion).

Über alle Generationen hinweg bleibt das Machtgefälle definierend (Litzcke et al., 2016). Neu ist die technische Multiplikation von Reichweite und Dauer, die das Belastungsprofil für Generation Alpha verschiebt (Hinduja & Patchin, 2020).

4.4. Psychologische und soziale Konsequenzen

Für beide Generationen zeigen sich kernpsychologische Effekte:

Angst, Scham, Rückzug, Konzentrationsprobleme, somatische Stressreaktionen. Langfristig drohen Depressionen, Angststörungen und Identitätsunsicherheit (Ulrich, 2015).

Die Unterschiede liegen in Reichweite und Langwierigkeit:

- ❖ Bei Generation X war das Erleben stärker ortsgebunden und mitunter durch Phasen der Entlastung (z. B. Wochenende) unterbrochen.

- ❖ Bei Generation Alpha erhöht die digitale Dauerpräsenz das Risiko von Schlafstörungen, Rumination und erlernter Hilflosigkeit, weil „Abschalten“ schwerer fällt (Kowalski et al., 2019).

Für Jugendliche mit Migrations- oder Fluchtgeschichte kommen Identitäts- und Zugehörigkeitskonflikte hinzu. Werden Herkunftsmarker zum Angriffspunkt, entsteht leicht eine Ambivalenz gegenüber der eigenen Kultur („Sichtbar-sein-wollen vs. nicht-auffallen-dürfen“). Frankl (2005) beschreibt die Gefahr eines existentiellen Vakuums, wenn Zugehörigkeit und Sinnkohärenz anhaltend unterlaufen werden. Lukas (2011) verweist darauf, dass Wertebezüge – personal, sozial und transzendierend – tragende Orientierungspunkte bilden, die dem Erleben Struktur geben. Interpersonell zeigen sich Unterschiede in Bindungs- und Kommunikationsmustern:

- ❖ Generation X internalisierte Diskriminierungserfahrungen häufiger still; Hilfesysteme waren weniger sichtbar.
- ❖ Generation Alpha kommuniziert ambivalent: teils offen (Storytelling, Hashtags), teils vermeidend (Account-Wechsel, digitale Selbstzensur).

4.5. Kulturell geprägte Reaktionsmuster im Generationsvergleich

Kulturelle und migrationsspezifische Prägungen wirken als Filter für Wahrnehmung, Bewertung und Coping.

Generation X (damals jugendlich)

- ❖ In kollektivistisch geprägten Familien wurde Harmonie priorisiert; Konflikte blieben eher im Privaten. Mobbing wurde häufiger verschwiegen, um das Ansehen der Familie zu wahren (Litzcke et al., 2016).
- ❖ Anpassung (z. B. Verbergen der Herkunftssprache) diente als Schutzstrategie, konnte aber das Selbstwertgefühl erosiv beeinträchtigen.
- ❖ Beratungsangebote waren selten migrationssensibel; Zugänge über Vertrauenslehrkräfte oder Gemeinden waren punktuell, jedoch nicht systematisch.

Generation Alpha (heute jugendlich)

- ❖ Digitale Räume erlauben Community-Bildung jenseits der Schule (mehrsprachige Gruppen, Vorbilder, Peer-Support).
- ❖ Gleichzeitig steigt die Exposition gegenüber ethnisch/religiös codiertem Cybermobbing und Hate Speech; die Publikumsgröße intensiviert Scham- und Kontrollverlustgefühle.
- ❖ Schulen und Beratungsstellen verfügen häufiger über interkulturell ausgerichtete Präventionsprogramme; Jugendliche finden niedrigschwellige Hilfe, sofern Vertrauenspersonen und klare Meldewege vorhanden sind.

Logotherapeutische Implikationen (beide Generationen)

- ❖ Frankls „**Trotzdem-Haltung**“ fördert eine Haltung der Würde und Selbsttranszendenz trotz erlittener Abwertung (Frankl, 2005).
- ❖ *Wertearbeit* (Lukas, 2011) stärkt die innere Orientierung jenseits äußerer Zuschreibungen; sie unterstützt Jugendliche dabei, Zugehörigkeit aktiv zu gestalten.
- ❖ *Arbeit mit dem inneren Kind* (Böschmayer, 2014) integriert frühe Verletzungen und fördert Selbstmitgefühl – wichtig bei internalisierter Scham.
- ❖ Nonverbale Ausdruckswege (Furth, 2002) sind kultur- und sprachsensibel einsetzbar; sie eröffnen Zugang zu Emotionen, wo Worte fehlen.
- ❖ Beziehungsarbeit über Chapmans (2018) „Fünf Sprachen der Liebe“ operationalisiert Anerkennung im Alltag (Schule/Familie/Peers) und wirkt als Schutzfaktor gegen erneute Demütigungen.

Resümee zu 4.5.:

Kulturelle Prägungen beeinflussen, ob Hilfe gesucht, wo Zugehörigkeit gefunden und wie Sinn konstruiert wird. Generation X setzte stärker auf Unsichtbarkeit als Schutz; Generation Alpha nutzt digitale Sichtbarkeit ambivalent als Ressource und Risiko. In beiden Fällen bleibt Beratungsauftrag, Sinn-, Werte- und Zugehörigkeitsachsen so zu stärken, dass Jugendliche ihre Identität bejahend integrieren können.

5. Praxisbezug und Logotherapeutische Reflexion

5.1. Fallbeispiele (anonymisiert)

Fallbeispiel 1 – Generation X: Anpassung durch Rückzug

Thomas (Name geändert), geboren 1978, berichtet in einem Beratungsgespräch von Mobbing-Erfahrungen während seiner Schulzeit. Aufgrund seiner ausländischen Herkunft und sprachlichen Akzentes wurde er regelmäßig verspottet, in Gruppenarbeiten ausgeschlossen und auf dem Pausenhof körperlich bedrängt. Lehrer griffen kaum ein, da Mobbing in den 1990er-Jahren noch wenig thematisiert wurde.

Thomas reagierte, indem er zunehmend schwieg und sich im Unterricht nicht mehr meldete. Er beschrieb, dass er in dieser Zeit „unsichtbar“ werden wollte. In der Beratung wurde deutlich, dass er diese Haltung bis ins Erwachsenenalter beibehielt: Er meidet Konflikte, hat Schwierigkeiten, seine Meinung zu äußern, und empfindet bis heute Scham in größeren Gruppen.

Gesprächssequenz:

Beraterin: „Wenn Sie an Ihre Schulzeit zurückdenken – was war das Schwierigste für Sie?“

Thomas: „Nicht das, was sie gesagt haben ... schlimmer war, dass niemand etwas dagegen getan hat. Ich habe mich wertlos gefühlt.“

Beraterin: „Es klingt so, als ob das Schweigen der anderen fast noch verletzender war als die Beleidigungen selbst.“

Thomas: „Ja. Ich habe damals beschlossen, besser nichts mehr zu sagen. Das verfolgt mich bis heute.“

Diese Sequenz verdeutlicht, dass die eigentliche Verletzung nicht nur durch die Täter entstand, sondern auch durch das Fehlen von Solidarität. Für die Beratung bedeutet das, Thomas zu helfen, neue Erfahrungen von Zugehörigkeit und Selbstwirksamkeit zu machen – ein Prozess, der in der Logotherapie als Neuorientierung am Wert der Selbsttranszendenz beschrieben wird (Frankl, 2005).

Fallbeispiel 2 – Generation Alpha: Dauerpräsenz im digitalen Raum

Aylin (Name geändert), geboren 2012, erlebte Cybermobbing in der sechsten Klasse. Aufgrund religiöser Kleidungs Vorschriften ihrer Familie, 653+

#pää wurde sie von Mitschülerinnen fotografiert. Die Bilder wurden mit abwertenden Kommentaren auf sozialen Plattformen geteilt. Aylin berichtete, dass sie nicht nur in der Schule, sondern auch zu Hause ständig mit den Posts konfrontiert war.

Die Angriffe führten zu Schlafstörungen, Rückzug aus Freundeskreisen und Angst vor schulischen Situationen. Besonders belastend war für sie die Erfahrung, dass die Angriffe „niemals endeten“. Erst durch die Unterstützung einer Schulsozialarbeiterin und die Einbindung der Eltern, konnte eine Stabilisierung erreicht werden.

Gesprächssequenz:

Beraterin: „Du hast erzählt, dass die Nachrichten am Handy dich oft noch lange beschäftigen. Was macht das mit dir, wenn du allein bist?“

Aylin: „Es fühlt sich an, als würde es nie aufhören ...selbst, wenn ich offline bin.“

Beraterin: „Das klingt sehr bedrückend. Wir könnten gemeinsam überlegen, welche Räume für dich sicher sind – und wie du dir selbst wieder Momente der Ruhe schaffen kannst.“

Aylin: „Ich hätte gern einen Ort, wo ich einfach so sein darf wie ich bin - ohne Angst.“

Dieses Gespräch zeigt, wie wichtig es ist, Jugendlichen Schutzräume aufzuzeigen – sowohl im digitalen als auch im analogen Bereich. Logotherapeutisch bedeutet dies, Aylin zu unterstützen, innere Freiheit zu entwickeln, indem sie lernt, zwischen den äußeren Angriffen und ihrer inneren Haltung zu unterscheiden (Frankl, 2005).

Fallbeispiel 3 – Migration und Zugehörigkeit

Samira (Name geändert), geboren 2008, kam mit ihrer Familie im Alter von neun Jahren nach Österreich. In der Schule erlebte sie, dass ihre Herkunftssprache belächelt wurde. Mitschüler gaben ihr Spitznamen, die ihre Aussprache karikierten. Samira begann ihre Muttersprache nur noch zu Hause zu sprechen und entwickelte eine ambivalente Haltung zu ihrer Herkunftskultur.

In der Beratung fiel auf, dass Samira einen starken Wunsch nach Zugehörigkeit hatte, gleichzeitig aber Angst durch ihre kulturelle Identität erneut zum Ziel von Spott zu werden.

Gesprächssequenz:

Beraterin: „Du hast mir erzählt, dass du deine Muttersprache in der Schule vermeidest. Was fühlst du dabei?“

Samira: „Es ist traurig ... Ich habe Angst, dass sie wieder lachen. Aber es ist auch meine Sprache, ein Teil von mir.“

Beraterin: „Das klingt nach einem inneren Konflikt: zwischen dem Wunsch nach Zugehörigkeit und dem Bedürfnis, deine Identität zu leben.“

Samira: „Ja. Ich möchte einfach dazugehören – aber nicht alles aufgeben was zu mir gehört.“

In der logotherapeutischen Reflexion stand im Vordergrund, Samira dabei zu unterstützen den Wert ihrer kulturellen Identität zu erkennen und zu bewahren. Kreative Methoden wie Malen nach Furth (2002), halfen ihr, Symbole ihrer Herkunft zu gestalten die sie positiv besetzen konnte. Zudem wurden im Beratungsprozess Strategien entwickelt, wie sie in Peer-Gruppen selbstbewusster auftreten konnte

5.2. Logotherapeutische Analyse

Die logotherapeutische Analyse dieser Fälle zeigt, dass Mobbing Erfahrungen eine existenzielle Herausforderung darstellen.

- ❖ Frankls Konzept der Sinnfindung im Leiden: Für Thomas könnte die Erfahrung trotz Leid eine Quelle innerer Stärke sein, indem er heute als Erwachsener in der Lage ist,

Jugendlichen mit ähnlichen Erfahrungen beizustehen. Frankl (2005) beschreibt diese Haltung als „*Trotzdem-Ja-zum-Leben*“.

- ❖ Werteorientierung nach Lukas: Aylin benötigt Unterstützung dabei sich an stabilen Werten wie Würde, Respekt und Gerechtigkeit zu orientieren, um ihr Selbstbild von äußeren Abwertungen zu entkoppeln (Lukas, 2011).
- ❖ Das innere Kind bei Böschemayer: Beide Jugendlichen tragen Verletzungen die tief ins Selbstwertgefühl reichen. Die Arbeit mit dem inneren Kind hilft, diese Erfahrungen zu integrieren, Selbstakzeptanz zu fördern und die eigene Verletzlichkeit als Ressource zu begreifen (Böschemayer, 2014).

5.3. Interventionen in der Praxis

Für die Beratungspraxis bieten sich verschiedene Methoden an, die auf die jeweilige Generation und den kulturellen Hintergrund abgestimmt werden können:

1. Kreative Methoden (Furth, 2002)

Therapeutisches Malen ermöglicht Jugendlichen Emotionen auszudrücken, die verbal schwer zugänglich sind. Gerade bei sprachlichen Barrieren oder Schamgefühlen, können Bilder einen Zugang zu inneren Prozessen eröffnen.

2. Wertearbeit (Lukas, 2011)

Jugendliche reflektieren persönliche Werte, die sie stärken und Orientierung bieten. Übungen wie das „Werte-ABC“ helfen ein inneres Gerüst aufzubauen, das unabhängig von den Meinungen anderer trägt.

3. Beziehungsarbeit (Chapman, 2018)

Die „Fünf Sprachen der Liebe“ können genutzt werden, um herauszufinden, wie Jugendliche Anerkennung erleben. In Gruppensettings oder Familiengesprächen kann dies die Kommunikation verbessern und Zugehörigkeit stärken.

4. Ressourcenaktivierung (Böschemayer, 2014)

Durch die Arbeit mit dem inneren Kind wird der Zugang zu positiven Erinnerungen und Ressourcen gefördert, die Selbstvertrauen und Widerstandskraft stärken.

5. Existenzanalytische Gespräche (Frankl, 2005)

Hierbei werden Sinnmöglichkeiten im Leiden aufgezeigt.. Jugendliche lernen, zwischen nicht beeinflussbaren Umständen (z. B. Herkunft) und ihrer Haltung dazu zu unterscheiden.

5.4. Prävention und Beratung

Die Prävention von Mobbing erfordert ein Zusammenspiel von Schule, Familie und Beratungsinstanzen.

- ❖ In Schulen sollten Präventionsprogramme kulturelle Diversität bewusst ansprechen und die Akzeptanz von Unterschiedlichkeit fördern.
- ❖ In Familien ist es wichtig, dass Eltern Sensibilität für Mobbing entwickeln und frühzeitig Unterstützung suchen.
- ❖ In der Beratung kommt es darauf an, sowohl die individuellen Erfahrungen der Jugendlichen als auch die kulturellen und gesellschaftlichen Kontexte einzubeziehen.

Die Logotherapie bietet durch ihren universellen Fokus auf Sinn und Werte eine Grundlage, die kulturübergreifend anwendbar ist. Sie ermöglicht Jugendlichen, trotz Ausgrenzung ein stabiles Selbstbild zu entwickeln und Zugehörigkeit in einem übergeordneten Sinnzusammenhang zu erfahren.

6. Kritische Reflexion und Ausblick

Die vorliegende Arbeit hat gezeigt, dass Mobbing ein komplexes und zeitloses Phänomen ist, das jedoch in seiner Erscheinungsform und seinen Bewältigungsstrategien stark von der jeweiligen Generation geprägt ist. Der Vergleich zwischen Generation X und Generation Alpha verdeutlicht, dass sich die gesellschaftlichen und technologischen Rahmenbedingungen grundlegend verändert haben: Während Mobbing in der Jugend der Generation X vor allem im analogen Nahraum stattfand, ist es bei der Generation Alpha durch digitale Medien entgrenzt, dauerpräsent und mitunter schwer kontrollierbar.

Besonders hervorgehoben wurde die Bedeutung kultureller und migrationsspezifischer Faktoren. Jugendliche mit Migrationshintergrund stehen nicht nur vor den üblichen Herausforderungen von Mobbing, sondern auch vor zusätzlichen Belastungen im Bereich Zugehörigkeit, Identität und Anerkennung. Die Gefahr einer „doppelten Heimatlosigkeit“ (Lukas, 2011) ist real und stellt für Beratung und Pädagogik eine zentrale Herausforderung dar.

Aus logotherapeutischer Perspektive zeigt sich, dass Mobbing Erfahrungen nicht nur psychologisch, sondern auch existenziell bedeutsam sind. Frankls Konzept der Sinnfindung im Leiden eröffnet Jugendlichen die Möglichkeit, trotz erlebter Ausgrenzung einen positiven und tragfähigen Sinnhorizont zu entwickeln. Methoden wie die Arbeit mit dem inneren Kind (Böschmayer, 2014), kreative Ausdrucksformen (Furth, 2002) oder die bewusste Werteorientierung (Lukas, 2011) haben sich dabei als besonders wirksam erwiesen.

6.1. Allgemeine Reflexion

Die Analyse hat gezeigt, dass Mobbing sowohl generationenspezifische als auch universelle Züge trägt. Während digitale Medien neue Räume eröffnen, bleiben die psychologischen und sozialen Mechanismen weitgehend gleich. Wichtig ist daher, Mobbing nicht isoliert als technisches Problem zu betrachten, sondern als Ausdruck tieferliegender Gruppen- und Identitätsdynamiken.

6.2. Eigene berufspraktische Reflexion

Die Auseinandersetzung mit diesem Thema hat bei mir zu einer tieferen Sensibilität für die vielfältigen Formen und Folgen geführt, die Ausgrenzung im Jugendalter haben kann. Besonders deutlich wurde mir, dass Mobbing nicht nur kurzfristige Belastungen, sondern auch langfristige Prägungen in Selbstwert, Identität und Beziehungsfähigkeit hinterlässt.

Aus logotherapeutischer Sicht stellte sich für mich immer wieder die Frage, wie Jugendliche trotz schwerer Verletzungen eine Haltung entwickeln können, die ihnen Würde, Hoffnung und Sinn ermöglicht. In der Beschäftigung mit Frankl, Lukas und Böschmayer wurde mir bewusst, dass Beratung nicht immer Lösungen im klassischen Sinn bieten kann, wohl aber einen Raum, in dem Jugendliche lernen, ihre Erfahrungen in einen größeren Zusammenhang zu stellen und sich nicht über die Opferrolle zu definieren.

6.3. Grenzen der Arbeit

Die Arbeit stützt sich primär auf Literaturrecherche und ausgewählte Fallbeispiele. Eigene empirische Erhebungen, etwa durch Interviews oder Fragebögen, hätten zusätzliche Erkenntnisse liefern können. Auch ist zu bedenken, dass Mobbing ein dynamisches Phänomen ist, das sich mit dem Wandel der Kommunikationsmedien weiterhin verändern wird.

6.4. Ausblick

Für die Zukunft ist es notwendig, präventive Maßnahmen stärker in den schulischen Alltag zu integrieren, kulturelle Diversität wertschätzend zu thematisieren und Jugendlichen Werkzeuge an die Hand zu geben, wie sie Sinn und Selbstwert auch unter widrigen Umständen bewahren können. Die Logotherapie kann hierbei einen wertvollen Beitrag leisten, da sie kulturübergreifend wirksam ist und auf universelle menschliche Bedürfnisse wie Freiheit, Verantwortung und Sinnsuche eingeht.

6.5 Mobbing jenseits von Social Media – ein Gedankenexperiment

In der öffentlichen Diskussion entsteht häufig der Eindruck, als sei Social Media die Hauptursache für das heutige Mobbing. Tatsächlich ist Mobbing jedoch ein zeitloses Phänomen, das bereits lange vor der digitalen Ära existierte. Cybermobbing ist keine völlig neue Form, sondern eine Fortsetzung altbekannter Muster in einem neuen Medium (Kowalski, Limber & McCord, 2019).

Soziale Mechanismen bleiben konstant

Die Grunddynamik – ein Machtgefälle, wiederholte Angriffe, die Intention zur Herabwürdigung – bleibt unabhängig vom Medium bestehen (Olweus, 2019). Schon in den 1980er- und 1990er-Jahren berichteten Jugendliche der Generation X von Ausgrenzung, Hänseleien oder Gerüchten in Klassenzimmern und Vereinen. Der Unterschied zu heute liegt nicht im *Ob*, sondern im *Wie*.

Veränderung durch Erziehungsstile

Ein wesentlicher Faktor, der oft übersehen wird, ist der Wandel der Erziehungsstile.

- ❖ In autoritären Erziehungskontexten früherer Jahrzehnte wurde Mobbing häufig bagatellisiert: „Das härtet ab.“ Opfer hatten wenig Unterstützung.
- ❖ Heute sind Erziehungsstile stärker von Schutz und Dialog geprägt. Eltern und Schulen bemühen sich, frühzeitig einzugreifen. Das erleichtert Opfern den Zugang zu Hilfe, kann aber auch dazu führen, dass Jugendliche Konflikte schwerer eigenständig regulieren.

Somit verändert sich die Reaktion auf Mobbing ebenso stark wie dessen Erscheinungsform.

Was wäre, wenn es keine Handys gäbe?

Ein Gedankenexperiment verdeutlicht den Einfluss der Technik:

- ❖ Ohne Smartphones wäre Mobbing weiterhin präsent – jedoch lokaler, z. B. in Klassenzimmern, Schulhöfen oder Cliquen.
- ❖ Opfer hätten Rückzugsräume: Zuhause oder in Freizeitgruppen wäre die Belastung weniger dauerhaft spürbar.
- ❖ Gerüchte würden sich langsamer verbreiten.

Andererseits zeigt die Geschichte, dass auch ohne digitale Medien soziale Ausgrenzung massive Folgen hatte. Die seelische Verletzung entsteht nicht primär durch Technik, sondern durch das Erleben von Demütigung, Isolation und Sinnverlust (Frankl, 2005).

Logotherapeutische Einordnung

Für die logotherapeutische Reflexion bedeutet das: Die mediale Form ist zweitrangig. Entscheidend ist, wie Jugendliche ihre Erfahrungen deuten, ob sie Zugehörigkeit erleben und ob sie einen Sinn finden, der über das erlittene Leid hinausweist. Selbst in einer analogen Welt ohne Handys bliebe die zentrale Frage dieselbe: *Wie kann ein junger Mensch trotz Ausgrenzung eine Haltung entwickeln, die Würde und Selbstwert bewahrt?*

Literaturverzeichnis

Böschemayer, U. (2014). *Das innere Kind umarmen: Selbstvertrauen gewinnen durch Versöhnung mit dem inneren Kind*. München, Deutschland: Integral.

Caby, A. (2017). *Filip*. Wien, Österreich: Amalthea Signum.

Chapman, G. (2018). *Die fünf Sprachen der Liebe: Wie Kommunikation in der Partnerschaft gelingt* (Neu-
ausg.). Gießen, Deutschland: Francke-Buchhandlung.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: W. W. Norton.

Frankl, V. E. (2005). *... trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*
(20. Aufl.). München, Deutschland: Kösel.

Furth, G. N. (2002). *Heilen durch Malen: Die eigene Symbolsprache verstehen*. München, Deutschland:
Kösel.

Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2020). *Cyberbullying: Identification, prevention, and response* (2nd ed.).
New York, NY: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429024167>

Kowalski, R. M., Limber, S. P., & McCord, A. (2019). A developmental approach to cyberbullying: Preva-
lence, outcomes, and prevention. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 20–32.
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.02.009>

Litzcke, S. M., Schuh, H., & Pletke, H. (2016). *Stress, Mobbing, Konflikte am Arbeitsplatz: Erkennen,
verstehen, lösen* (2. Aufl.). Heidelberg, Deutschland: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-12547-4>

Lukas, E. (2011). *Aus Sinn wird Glück: Logotherapeutische Wege zur Lebensfreude* (4. Aufl.). München,
Deutschland: Kösel.

Olweus, D. (2019). *Bullying at school: What we know and what we can do* (2nd ed.). Malden, MA: Wiley-
Blackwell.

Ulrich, D. (2015). *Das Gefühl: Wie Emotionen unser Leben bestimmen*. Reinbek bei Hamburg, Deutsch-
land: Rowohlt.

Eidesstattliche Erklärung

Hiermit erkläre ich an Eides statt, dass ich die vorliegende Diplomarbeit mit dem Titel

„Mobbing bei Jugendlichen – der Unterschied zwischen Generation X und Generation Alpha“

eigenständig und ohne unerlaubte Hilfe verfasst habe. Alle wörtlich oder sinngemäß übernommenen Textstellen sowie die verwendeten Quellen sind im Text kenntlich gemacht und im Literaturverzeichnis angegeben.

Mir ist bewusst, dass eine falsche Erklärung rechtliche Folgen haben kann.

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

Gendererklärung

Zur besseren Lesbarkeit wird in dieser Arbeit bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern überwiegend die männliche Form verwendet. Selbstverständlich beziehen sich alle Angaben auf alle Geschlechter.

Die gewählte Sprachform ist wertfrei und ausschließlich aus Gründen der sprachlichen Vereinfachung gewählt.