

Themengottesdienst:

"Die Zunge hüten - Gemeinsam gegen Mobbing und Ausgrenzung"

Predigttext: Jak 3,1-6 und 4,11-12



3 Liebe Brüder! Es sollten sich nicht so viele in der Gemeinde danach drängen, andere belehren zu wollen. Denkt vielmehr daran, daß alle, die Gottes Wort lehren, von ihm nach besonders strengen Maßstäben beurteilt werden. ²Und haben wir nicht alle unsere Fehler? Wem es freilich gelingt, nur das zu sagen, was dem anderen hilft und ihm nicht schadet, den kann man als vollkommen bezeichnen. Denn wer seine Zunge beherrscht, der kann auch seinen ganzen Körper beherrschen. ³So legen wir zum Beispiel den Pferden das Zaumzeug ins Maul und beherrschen sie damit. ⁴Und selbst die großen Schiffe, die nur von starken Winden vorangetrieben werden können, lenkt der Steuermann mit einem kleinen Ruder, wohin er will.

⁵Genauso ist es mit unserer Zunge. So klein sie auch ist, was kann sie nicht alles anrichten! Ein kleiner Funke setzt einen ganzen Wald in Brand. ⁶Mit einem solchen Feuer läßt sich auch die Zunge vergleichen. Sie kann eine ganze Welt voller Ungerechtigkeit und Bosheit sein, die uns und unser Leben vergiftet. Es gibt nichts und niemand, der vor ihrem Höllenfeuer sicher wäre.^a

¹¹Redet nicht schlecht übereinander, liebe Brüder! Denn wer jemandem Schlechtes nachsagt oder ihn verurteilt, der verstößt gegen Gottes Gebot. Anstatt Gottes Wort zu befolgen, spielt er sich als Richter auf. ¹²Gott allein ist beides: Gesetzgeber und Richter. Nur er kann verurteilen oder von der Schuld freisprechen. Woher nimmst du dir also das Recht, deine Mitmenschen zu verurteilen?

Quelle: Hoffnung für alle 1983 © Fontis

1

Liebe Gemeinde!

Überrascht? Wie klar sich die Bibel gegen Mobbing ausspricht? Gegen verletzende Worte, Verleumdung, üble Nachrede und Vorverurteilungen? Es fängt mit denen, die andere von oben herab belehren wollen, statt demütig Gottes Botschaft zu verkündigen.



Es geht weiter mit der Frage nach der Autorität, die mit wenigen Worten die Richtung vorgeben kann – aber welche?

Und steigert sich bis zur Vergiftung einer Beziehung, einer ganzen Gemeinschaft, durch Worte voller Bosheit um Gerechtigkeit und Unwahrheit.

Alles Werk eines kleinen Organs, sagt der Schreiber des Jakobusbriefes: der Zunge. Sie kann die Hölle auf Erden anrichten.

"Die Zunge hüten – gemeinsam gegen Mobbing und Ausgrenzung", das ist das Thema des heutigen Gottesdienstes.

Es ist ganz bewusst so gewählt, und macht von Anfang an zweierlei klar:

Jeder einzelne ist verantwortlich für das, was er sagt, was in die Welt hinausposaunt, und was er ganz subtil anderen unterschiebt. Wenn es gegen Mobbing und Ausgrenzung geht, dann ist jeder persönlich angesprochen, welchen Anteil er daran hat. Und was er umgekehrt <u>dagegen</u> tun kann. Für jeden von uns gilt: Hüte deine Zunge!".

Aber nur gemeinsam schaffen wir es, gegen Mobbing und Ausgrenzung tatsächlich vorzugehen. Wir können nicht sagen: das geht mich nichts an. Ich habe damit nichts zu tun.

Menschen, die mobben, lästern, ausgrenzen, den muss man gemeinsam gegenübertreten. Denen muss man klarmachen, dass wir das in unserer Gemeinschaft nicht wollen.

Und das können ganz verschiedene Gemeinschaften sein: die Klasse, der Sportverein, der Konfirmandenkurs, die Tanzgruppe, der Gesangverein, die Partei, die Abteilung auf der Arbeit.

Aber was ist Mobben eigentlich? Einen ganz kurzen Film habe ich mitgebracht.

- Film-

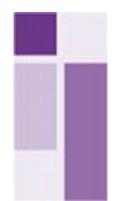
Ist das schon Mobbing? Vielleicht noch nicht ganz, aber fast. Kennzeichen von Mobbing sind insbesondere, dass es bewusst geschieht, mit der Absicht, andere zu erniedrigen, zu dissen und schlecht zu machen.

Und dass es wiederholt geschieht, auch über einen längeren Zeitraum. Das kam im Film jetzt nicht raus, aber es ist zu vermuten.

Definition:

Mobbing sind Handlungen negativer Art, die vorsätzlich durch einen oder mehrere Personen gegen eine andere Person gerichtet sind.

- Mobbing kommt über einen längeren Zeitraum vor.
- Mobbing erfordert, dass zwischen dem Opfer und dem Täter (oder der Gruppe



von Tätern) ein Ungleichgewicht der Kräfte herrscht, das sich auf körperliche oder psychische Stärke beziehen kann.

Typische Handlungen negativer Art (Mobbing):

- Anschreien oder lautes Schimpfen.
- Mündliche Drohungen.
- Schriftliche Drohungen.
- Kontaktverweigerung durch abwertende Blicke oder Gesten.
- Man spricht nicht mehr mit dem Betroffenen. und lässt sich nicht ansprechen.
- Man verbreitet Gerüchte.
- Man macht jemanden lächerlich.
- Man verdächtigt jemanden, psychisch krank zu sein.
- Man macht sich über eine Behinderung lustig.
- Man imitiert den Gang, die Stimme, oder Gesten, um jemanden lächerlich zu machen.
- Man macht sich über das Privatleben lustig.
- Man ruft ihm/ihr obszöne Schimpfworte o. a. entwürdigende Ausdrücke nach.
- Man verursacht Kosten für den/die Betroffene, um ihm/ihr zu schaden.
- Man beschädigt Schulsachen, persönliche Gegenstände, Kleidung
- Anwendung leichter Gewalt, zum Beispiel um jemandem einen "Denkzettel" zu verpassen.
- Körperliche Misshandlung, körperliche Berührungen an Stellen, an denen du es nicht möchtest

Gemeinsam gegen Mobbing und Ausgrenzung! Das ist unser Motto. Gemeinsam, weil wir alle an einem Strang ziehen müssen.

Wir sind unterwegs mit einer Truppe Jugendlichen.

"Gott sei Dank ist.. nicht dabei. Sonst könnten wir gar nicht über lästern", sagt eine Beteiligte. "Wieso?" frage ich. "Hat ... euch was getan?" "Nö, aber es macht halt Spaß."

Ich glaube, selbst wenn derjenige gar nicht dabei ist, wenn er gar nicht davon mitbekommt, vergiftet so etwas schon die Atmosphäre, vergiftet die Beziehung, die Gemeinschaft. Spaß auf Kosten von anderen, da begeben wir uns immer aufs Glatteis.

"Redet nicht schlecht übereinander, liebe Brüder und Schwestern! Wer jemandem schlechtes nachsagt, der verstößt gegen Gottes Gebot." So haben wir es vorhin im Brief des Jakobus gehört. "Woher nimmst du dir das Recht, über deine Mitmenschen zu urteilen?"

Lästern ist nichts anderes als ein Urteil sprechen. Und wem es selber gut geht, wer ein gutes Selbstbewusstsein hat, der hat so etwas nicht nötig!

Und wer ein geringes Selbstbewusstsein hat, der wird von solchen Lästereien tief



Denn: Gemeinsam gegen Mobbing heißt auch, dass ich in einer Atmosphäre des Vertrauens leben darf.

Da wo sowieso gerne gelästert wird, wo man über andere herzieht, die nicht zur Gruppe gehören, wo es darum geht, wer das Sagen hat und die Blicke auf sich zieht, da entsteht keine solche Atmosphäre des Vertrauens.

Und wer dann Mobbing ausgesetzt ist, der ist sich unsicher, wem er sich anvertrauen kann. Und wem er was erzählen kann. Wer wirklich an seiner Seite steht, oder dann doch lieber auf Mitläufer macht oder gar mitlacht.

Es gibt nicht nur diejenigen, die mobben, und diejenigen, die gemobbt werden. Das habe auch ich in Vorbereitung auf diese Predigt gelernt.

Da gibt es:

Täter/ Täterinnen

Opfer/Betroffene

"Assistenten"

Verstärker/ Verstärkerinnen

Zuschauer/ Außenstehende

Verteidiger

Wenn ich mich jemandem anvertraue, woher wissen, was derjenige aus dem macht, was ich erzähle? Verwendet er es gegen mich? Winkt er ab und sagt: Komm, sei nicht so. Musst das nicht so persönlich nehmen. Sei nicht so empfindlich!

Schließlich ist es ein großer Schritt, sich zu öffnen. Du fühlst dich ohnmächtig, schwach, die ständigen verbalen Attacken kratzen am Selbstbewusstsein. Am Ende hast du das Gefühl, dass du nichts wert bist.

Gemeinsam gegen Mobbing und Ausgrenzung heißt: wir schaffen eine Atmosphäre des Respekts und der Anerkennung – mit dem was wir sagen und dem was wir tun. Tatort Klassenzimmer ist da nur ein Beispiel.

Unsere ganze Gesellschaft ringt derzeit darum, wie es gelingt, Respekt und Zusammenhalt zu bewahren. Die Krisen, die uns erschüttern, zehren an den Nerven und treiben Keile in den Zusammenhalt unserer Gesellschaft.

Schnell sind Sündenböcke gefunden, schnell sucht man einfache Lösungen: Flüchtlinge und Migranten sollen abgeschoben werden, bevor sie uns auf der Tasche liegen.

Da ist der schwarze Migrant aus Afrika plötzlich ein Schmarotzer und einer, auf den man herunterschaut.

Putin soll wieder Gas liefern, dass er die Ukraine zerbombt, ist nicht unser Problem. Und wo Russen und Ukrainer gemeinsam in einer Schulklasse sind, oder in einer Kirchengemeinde, da prägt die Weltlage auf einmal auch die persönlichen



"Die Zunge hüten - Gemeinsam gegen Mobbing und Ausgrenzung" Beziehungen zwischen den Menschen.

Ich schweife bewusst ganz kurz in diese Richtung ab, denn das, was im Kleinen im Sportverein, in der Schule oder am Arbeitsplatz passiert, passiert mit gleichen oder ähnlichen Mechanismen auch im Großen. Mobbing und Ausgrenzung ist nicht nur ein Thema für Jugendliche, sondern genauso für Erwachsene.

Respekt und Anerkennung zeigen, bedeutet auch, die Menschen zu integrieren und denen Gemeinschaft zu ermöglichen, die unter uns leben. Selbst dann, wenn sie laut aktueller Gesetzeslage möglicherweise tatsächlich unser Land wieder verlassen müssen.

Auch wenn man Problematiken, die sich mit Migration verbinden, sieht, man kann doch trotzdem respektvoll über sie und mit ihnen reden?! Stattdessen wird das Thema parteipolitisch missbraucht und Ängste und Hass geschürt.

"Woher nimmst du das Recht, deine Mitmenschen zu verurteilen?" Diese Frage stellt der Schreiber des Johannesbriefes im letzten Vers unseres Predigttextes! Und es wird nicht unterschieden, ob er aus Mali, Äthiopien, Syrien, der Ukraine oder der Schweiz kommt.

Was aber nun tun, wenn es einen ganz persönlich betrifft? Die folgenden Tipps habe ich von einer Internetseite zum Thema Mobbing (sie sind übrigens auch nicht schlecht, wenn es um Nachbarschaftsstreitigkeiten o.ä. geht):

Rede mit einem Menschen darüber, dem Du vertraust.

Zuzugeben, dass es einem nicht gut geht, ist ein riesiger Schritt. Sich einer erwachsenen Vertrauensperson zu öffnen, jemanden zum Zuhören zu haben und darüber zu reden, tut Deiner Seele aber gut. Danach bist Du nicht mehr allein und findest Unterstützung.

Halte fest, was passiert ist.

Merke Dir, was passiert ist und wer die Vorfälle noch beobachtet hat. Am besten schreibst Du es Dir auf. So fällt es Dir später leichter, mit anderen darüber zu sprechen.

Blockiere die Menschen, die Dir online schaden.

Manchmal ist es schwierig, Beleidigungen und Spamnachrichten einfach zu ignorieren. Damit Du Ruhe vor denen hast, die Dich online mobben, kannst Du sie blockieren. Außerdem solltest Du die verletzenden Posts und Chatverläufe per Screenshot speichern und auf der Plattform melden.

Räche Dich nicht.

Das, was Dir passiert, ist nicht in Ordnung. Dich an anderen Menschen zu rächen oder ihnen wehzutun, wird Deine Situation aber nicht verbessern. Es gibt andere Wege.

Umgebe Dich mit guten Menschen.

Verbringe Zeit mit den Menschen, denen Du wichtig bist und die Dir ein gutes Gefühl geben. Gemeinsam schafft Ihr wundervolle Erinnerungen und habt eine großartige Zeit. Versuche Dich von negativen Menschen so gut es geht zu lösen und abzugrenzen.

Gib Dir keine Schuld.

Mobbing kann jeden Menschen treffen und findet unabhängig irgendwelcher Merkmale statt. Der Grund dafür liegt nicht bei Dir. Den Akteur*innen ist oft gar nicht bewusst, was sie tun.

Sei stolz auf den Menschen, der Du bist!

Es gibt keinen Grund dafür, an Dir zu zweifeln, denn du bist gut wie du bist! Du hast wundervolle Eigenschaften, Fähigkeiten und Talente. Stell Dir vor, was Du alles daraus machen kannst.

Es gäbe jetzt noch viele andere Hinweise, vor allem für diejenigen, die nicht *direkt* beteiligt sind, sondern so etwas in ihrem Umfeld erleben.

Also für die Zuschauer, Mitläufer oder gar "Verstärker". Auf jeden Fall aber für die Verteidiger. Wenn du Mobbing in deinem Umfeld erlebst, dann sprich den Betroffenen an, frag ihn, ob du etwas für ihn oder sie tun kannst. Das ist immer der erste Schritt.

Gemeinsam gegen Mobbing und Ausgrenzung: Da sind wir alle gefragt und jeder einzelne!

Amen.

Kanzelsegen: Und der Friede Gottes, der alle unsere Vernunft übersteigt, bewahre unsere Herzen und Sinne und unsere Zunge in Christus Jesus. Amen.

Quellen:

https://zeichen-gegen-mobbing.de/tipps

Warum Mobbing Leben zerstört und was jede:r dagegen tun kann | psychologeek - https://www.youtube.com/watch?v=zv4i6GETqoM

Burkhard Sachs



Psalm 35 (nach Peter Spangenberg) Ein Gebet für Betroffene

Lieber Gott, mein Problem sind die Leute, die mich nicht mögen und die mir das Leben schwer machen.

Ich weiß nicht mehr, was ich machen soll.

Nimm du doch alles in die Hand

und sag mir das auf meiner Seite stehst.

Du hast Waffen, die kein Mensch hat;

denn dein Wort ist scharf wie ein Speer,

und deine Wahrheit ist einschneidend wie ein Messer.

Dann sind sich die, die mir Angst machen,

von ganz allein zurück.

Sie können mir dann kein Bein mehr stellen.

Wenn du auftrittst, sind sie wie weg gepustet.

Solche Leute richten viel Unheil an und stellen einem regelrecht Fallen.

Dabei habe ich immer wieder den Anfang gemacht, bin zu ihnen gegangen, habe die Hand hingehalten, oder wenn jemand mich brauchte, war ich für ihn da.

Ich habe sogar für sie gebetet.

Ich habe geschwisterlich für sie gesorgt

und habe für sie Partei genommen, wenn es darauf ankam.

Was habe ich geerntet? Gelächter und Druck.

Das hat mich traurig gemacht.

Du siehst das doch auch. Hilf mir durch.

Ich habe immer Angst vor Menschen,

die sich wie wilde Tiere benehmen.

Sie wollen überhaupt keinen Frieden

und immer richten sie sich gegen die kleinen und leisen.

Bitte, gib mir Selbstbewusstsein und guten Stolz,

dass sich meine wirklichen Freunde mit freuen können,

wenn ich Ihnen sage, dass du auf meiner Seite stehst.

Sie sollen wissen, dass meine Kraft von dir kommt, und jeden Tag will ich dafür danken.

Amen.