Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 2 | 22.04.2026 05:55 Uhr | Michaela Bans

Radikal barmherzig

"Ignorier sie einfach, dann hören sie irgendwann auf!“ Diesen Spruch kennen viele, die Mobbing erleben. Und das betrifft mehr Menschen, als man glaubt. Als Supervisorin komme ich immer wieder in Kontakt mit Menschen, die unter Mobbing leiden. Damit meine ich ein systematisches Ausgrenzen und Herabsetzen von anderen. Häufig nach dem Prinzip: Viele gegen Einen. Menschen, die Mobbing erfahren, fühlen sich oft ohnmächtig. Egal, wie sie ihr Verhalten ändern, wie viele klärende Gespräche sie suchen - sie bleiben auf dem Kieker der anderen. Und das Umfeld duldet das oft. Dabei ist Mobbing eine Form von psychischer Gewalt. Was braucht es, um dieses System zu durchbrechen?
Dass Mobbing immer wieder und fast überall vorkommt, liegt auch daran, weil es auf eine Art Gruppen formt. Mobbing entspringt dem Prinzip "Solidarität durch Ausgrenzung.“ Es ist die leichteste und billigste Form sich zusammengehörig zu fühlen, wenn man gemeinsam auf jemand anderen zeigen kann. Der Trick ist: Wenn der Blick einer Gruppe auf ein gemeinsames Feindbild gerichtet ist, dann fallen die eigenen Unzulänglichkeiten und Merkwürdigkeiten nicht mehr so auf. Für diejenigen, die zur Gruppe gehören, gelten großzügige Toleranzgrenzen. Leider so gar nicht für den Menschen, auf den man gemeinsam zeigt.
Mobbing äußert sich sehr unterschiedlich: Mal ganz offen – durch Beleidigungen und Behauptungen und manchmal auch viel stiller - da verstummen Gespräche, wenn die entsprechende Person dazu kommt, wichtige Informationen werden unterschlagen, Gerüchte und Lügen hinter vorgehaltener Hand erzählt, Fallen gestellt. Dieses Verhalten hält den Mobbingmotor am Laufen. Und damit eben auch die Einigkeit in der Gruppe derer, die mobben.
Die Erfahrung zeigt: wer sich raushält, oder sich rauszieht, läuft Gefahr selbst zum Opfer zu werden. Auch die Angst davor hält das System am Laufen. Forschungsergebnisse zeigen, dass viele, die mobben, selbst mal gemobbt wurden. Sie treten die Flucht nach vorn an. Vor vielen Jahren habe ich in einem Supervisionsprozess einmal genau das erlebt – dass jemand plötzlich erkannte, dass sie selbst schon in beiden Rollen war. Sie wurde kreideweiß, als ihr klar wurde, in was für einem Kreislauf sie sich da verfangen hatte, ohne dass sie das je bewusst entschieden hat. Im Gegenteil: So wie die, die sie mal so gepeinigt hatten, wollte sie eigentlich nie werden.
Und genau hier liegt der so wichtige Punkt: Kreisläufe kann man durchbrechen. Auch und gerade als jemand, der mitkriegt, was da läuft. Als jemand, der womöglich mitmacht und merkt: So wollte ich eigentlich nie werden. Und das beste Schuhwerk, um aus so einem Kreislauf auszutreten, sind ein paar Barmherzigkeitsschuhe. Die sollten alle Menschen im Schrank haben und auch regelmäßig rausholen: Einen Kilometer in den Schuhen des anderen gehen – wir kennen dieses Sprichwort und darin liegt ein wichtiger Schlüssel. Barmherzig sein klingt harmlos. Dabei erfordert es reichlich Mut, sich immer wieder mit ehrlichem Blick in diese Schuhe zu stellen. Womöglich wird man kreideweiß dabei – vor

Schreck und Scham. Es heißt, klare Entscheidungen zu treffen: Für eine Solidarität, die niemanden ausgrenzt.

Barmherzigkeit ist nie harmlos. Sie ist der Schlüssel zu einem radikalen Wandel.