

Inhalt

1	Wie es zu diesem Buch kam	6
2	Einleitung	10
	Was ist Mobbing?	10
	Wo findet Mobbing statt?	10
	Wer ist beteiligt – und warum? Opfer – Täter – Retter	11
	Beispiele von Mobbing	13
	Anmerkungen zu den Fällen aus der Praxis	16
3	Reto (24 Jahre), Felix und Eltern	17
4	Mögliche Ursachen	25
	Programmierung und Weitergabe von Lebensmustern	25
	Wie wird jemand zum Mobbing-Opfer?	27
5	Folgen von Mobbing	29
	Negative Folgen	29
	Positive Folgen	29
6	Mutter Silvia (44) und Tochter Maya (16)	30
7	Geschwisterfolge	33
8	Anna (45)	38
9	Von Hasen und Katzen	41
10	Tochter Eluisa (14) und Mutter (45)	45
11	Therapeutischer Ansatz bei Fremdmobbing	53
12	Selbstmobbing	55
13	Häufige Fragen von Hilfesuchenden	61
14	Zum Schluss	64