

Langzeitfolgen von Mobbing in der Schulzeit: Selbstwirksamkeitserwartung
und Coping im jungen Erwachsenenalter

Miriam Leonhard

Universität Wien, Österreich

Autorinnenhinweis

Miriam Leonhard, Universität Wien

Abschlussarbeit im Bachelorseminar Klinische Psychologie an der Fakultät für
Psychologie

Betreuung: Herr Prof. Dr. Anton-Rupert Laireiter

Kontakt: Miriam Leonhard, Alser Straße 30/4/65, 1090 Wien, Österreich, E-Mail:

a01642189@univie.ac.at

Zusammenfassung

Mobbing in der Schulzeit ist ein folgenschweres Problem, das für Betroffene ernste psychische, soziale und körperliche Konsequenzen nach sich zieht. Die schwerwiegenden Folgen von Mobbing können bis in das Erwachsenenleben bestehen bleiben und gravierende langfristige Auswirkungen auf die Gesundheit haben. In der vorliegenden Studie wird der Zusammenhang zwischen Mobbing Erfahrungen in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter sowie der Einfluss verschiedener adaptiver und maladaptiver Copingstrategien auf diesen Zusammenhang untersucht. Zudem wird analysiert, ob ehemalige Mobbingopfer auch im jungen Erwachsenenalter mit höherer Wahrscheinlichkeit mit Mobbinghandlungen konfrontiert werden. Erwartet wird eine reduzierte Selbstwirksamkeit unter ehemaligen Mobbingopfern, eine negative Korrelation zwischen der Mobbingintensität in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter, eine Moderation dieser Beziehung durch verschiedene Copingstrategien und eine unter ehemaligen Mobbingopfern erhöhte Wahrscheinlichkeit, auch aktuell Mobbinghandlungen ausgesetzt zu sein. Erhebungsinstrumente sind die California Bullying Victimization Scale-Retrospective, die Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung, das Stress- und Coping Inventar und die Gatehouse Bullying Scale. Die Stichprobe bestand aus 401 jungen Erwachsenen, von denen 185 Personen zur Gruppe ehemaliger Mobbingopfer und 216 Personen zur Gruppe nicht ehemaliger Mobbingopfer gehörten. Mit einem *t*-Test für unabhängige Stichproben wurde bei ehemaligen Mobbingopfern eine signifikant geringere Selbstwirksamkeitserwartung nachgewiesen. Zwischen Mobbingintensität und Selbstwirksamkeitserwartung zeigte sich eine signifikant negative Korrelation und es konnten Moderationen durch die Copingstrategien aktive Stressbewältigung, positives Denken, Halt im Glauben und soziale Unterstützung gezeigt werden. Eine Moderation durch die maladaptive Copingstrategie Alkohol- und Zigarettenkonsum fand nicht statt. Ehemalige Mobbingopfer gaben zudem signifikant häufiger als nicht ehemalige Mobbingopfer an, in der Gegenwart von anderen Personen ausgeschlossen zu werden sowie der Verbreitung von Gerüchten ausgesetzt zu sein. Die Ergebnisse verdeutlichen den Handlungsbedarf bei der Mobbingprävention und weisen auf die Wichtigkeit adaptiver Copingstrategien in der Auseinandersetzung mit der Mobbingthematik hin.

Schlüsselwörter: Mobbing, Langzeitfolgen, Selbstwirksamkeitserwartung, Stress, Coping

Abstract

School bullying is a severe problem that can have heavy psychological, social and physical consequences for affected individuals. The serious consequences of bullying can persist well into adulthood and have a significant, long-lasting impact on health and wellbeing. This study examines the relationship between bullying experiences in school and self-efficacy in young adulthood as well as the influence of different types of adaptive and maladaptive coping strategies. In addition, the study analyzes whether former victims of bullying are more likely to be bullied again in young adulthood. Reduced self-efficacy among former victims of bullying, a negative correlation between the intensity of bullying in school and self-efficacy in young adulthood, a moderation of this relationship by different coping strategies and an increased probability among former victims of bullying to be exposed to bullying in the present, were expected. Survey instruments were the California Bullying Victimization Scale-Retrospective, Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung, Stress- und Coping-Inventar and the Gatehouse Bullying Scale. The sample consisted of 401 young adults, 185 of whom belonged to the group of former victims of bullying and 216 to the group of non-victims of bullying. Using a *t*-test for independent samples, a significantly lower self-efficacy was found among formerly bullied people. Results also indicated a significant negative correlation between the intensity of bullying and self-efficacy. In addition, moderations through the coping strategies of active stress management, positive thinking, religion, and social support were observed. There was no moderation through the maladaptive coping strategy of alcohol and cigarette consumption. Former victims of bullying stated significantly more often than non-victims of bullying that they were recently excluded by other people or had rumors spread about them. The results illustrate the need for action in the prevention of bullying and underline the importance of adaptive coping strategies in dealing with the issue of bullying.

keywords: school bullying, long-term effects, self-efficacy, stress, coping

Mobbing in der Kindheit und Jugend stellt seit langer Zeit ein wachsendes Problem dar, das vermehrt die Aufmerksamkeit von medizinischem Fachpersonal und PsychologInnen auf sich zieht (Nansel et al., 2001). Die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Thema ist essentiell, da viele Kinder und Jugendliche unter Mobbing leiden. Laut der deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie e.V. (2015) werden etwa 30 Prozent der Kinder und Jugendlichen in Deutschland gemobbt, wobei Statistiken aus anderen Ländern auf höhere Zahlen hinweisen (Wang, Iannotti, & Nansel, 2009). Die Relevanz des Themas wird besonders im Hinblick auf das aus dem Mobbing resultierende Leid der Mobbingopfer deutlich. In vielen Studien konnte gezeigt werden, dass Mobbing in der Kindheit und Jugend mit zahlreichen mentalen und gesundheitlichen Problemen einhergeht (Arseneault, Bowes, & Shakoor, 2010). Die Folgen von Mobbing im Kindes- und Jugendalter beeinflussen nicht nur die Schulzeit der Betroffenen negativ, sondern können weit über die Kindheit und Jugend hinauswirken und auch das Erwachsenenleben langfristig beeinträchtigen (deLara, 2016). Diese Langzeitfolgen von Mobbing in der Kindheit und Jugend machen sich in verschiedenen Lebensbereichen bemerkbar und sind weniger intensiv beforscht als die Kurzzeitfolgen von Mobbing (Takizawa, Maughan, & Arseneault, 2014). Allerdings ist es notwendig, sich intensiv mit den Langzeitfolgen zu beschäftigen, da diese gravierend sein können und das Problem häufig verharmlost und als unvermeidbarer Teil des Erwachsenwerdens abgetan wird (Arseneault et al., 2010). Die zu den Langzeitfolgen von Mobbing in der Kindheit und Jugend vorhandene Literatur befasst sich vorrangig mit schwerwiegenden psychischen und körperlichen Konsequenzen wie Depressionen (Ttofi, Farrington, Lösel, & Loeber, 2009), suizidalen Handlungen (Meltzer, Vostanis, Ford, Bebbington, & Dennis, 2011) oder Schädigungen des Gehirns (Teicher, Samson, Sheu, Polcari, & Mcgreenery, 2010). Weniger Forschungsarbeiten finden sich zu Zusammenhängen zwischen Mobbing und gesundheitspsychologisch relevanten Faktoren wie beispielsweise der Selbstwirksamkeit oder Coping. Da solche Schutzfaktoren wichtige Ressourcen darstellen und das Wohlbefinden und die Lebensqualität von Personen signifikant erhöhen (Luszczynska, Gutiérrez-Doña, & Schwarzer, 2005) sowie in Stresssituationen negative Effekte abmildern können (Gelkopf, Berger, Bleich, & Silver, 2012), erscheint es sinnvoll, den Zusammenhang zwischen Mobbing in der Schulzeit und gesundheitspsychologisch relevanten Variablen näher zu betrachten.

Daher beschäftigt sich die vorliegende Studie mit über die Schulzeit hinausgehenden Folgen von Mobbing in der Schulzeit, die sich konkret auf die Selbstwirksamkeitserwartung und den Einsatz verschiedener Copingstrategien im jungen Erwachsenenalter beziehen.

Theoretischer und empirischer Hintergrund

Mobbing in der Kindheit und Jugend

Der Persönlichkeitspsychologe Dan Olweus (1993) beschäftigte sich schon früh mit dem Thema Mobbing und definierte es als das systematische Ausnutzen von Macht. Ihm zufolge werden beim Mobbing regelmäßig und absichtlich aggressive Verhaltensweisen gegen eine andere Person gerichtet, wobei der/die TäterIn dem Opfer überlegen ist und somit ein Ungleichgewicht von Macht besteht. Neben dieser Definition lassen sich in der Forschungsliteratur weitere Definitionen finden. Vergleicht man diese miteinander, erkennt man einige zentrale Bestimmungsgrößen, die für die Einstufung von Verhalten als Mobbing ausschlaggebend sind. Die Mobbinghandlungen sind auf eine bestimmte Person ausgerichtet und diese hat aufgrund einer psychischen, physischen oder sozialen Unterlegenheit keine Möglichkeit, die Situation aus eigener Kraft zu bewältigen. Der Mobbingprozess zeichnet sich also durch eine asymmetrische Rollenverteilung zwischen Opfer und TäterInnen aus. Außerdem wird in sämtlichen Definitionen betont, dass Mobbinghandlungen regelmäßig und über einen längeren Zeitraum auftreten müssen, um als solche bezeichnet werden zu können (Merk, 2014).

Die Forschung unterscheidet zwei Hauptkategorien von Mobbingarten (Popp et al., 2014). Beim direkten Mobbing werden körperlich aggressive Handlungen, wie beispielsweise Schläge, Tritte oder die Zerstörung von Eigentum, gegen das Opfer gerichtet (Olweus, 1993). Unter indirektem Mobbing werden verbal aggressive Handlungen wie Beleidigungen, das Verbreiten von Gerüchten oder manipulative Verhaltensweisen zusammengefasst, welche den sozialen Status und Beziehungen des Opfers angreifen (Dukes, Stein, & Zane, 2010). In jüngerer Vergangenheit kommt die Problematik des Cybermobbings erschwerend hinzu, welches Mobbing im Internet in sozialen Netzwerken beschreibt und den TäterInnen aufgrund der im Internet möglichen Anonymität einen erweiterten Rahmen für Mobbinghandlungen bietet (Cheng, 2012).

Wenn von Mobbing in der Kindheit und Jugend die Rede ist, ist meistens Mobbing in der Schule gemeint, da Kinder dort einen Großteil ihrer Zeit verbringen und somit Mobbing im Schulkontext am präsentesten ist. Daher bezieht sich der Großteil der Forschungsarbeiten auf den Schulbereich (deLara, 2016). Weil Mobbing eine Extremform sozialer Stressoren ist (Kirchler, 2011), kann der Schulalltag mit seinen unvermeidbaren zwischenmenschlichen Kontakten, Beziehungen und Konflikten eine Basis für Mobbing darstellen. Im schulischen Kontext sind auch strukturelle Rahmenbedingungen für Mobbing von Bedeutung, da die SchülerInnen kaum Ausweichmöglichkeiten haben und die Schule im Gegensatz zu anderen

Sozialisierungskontexten nicht einfach verlassen werden kann (Kasper, 1998).

Folgen von Mobbing in der Schulzeit. Während der Schulzeit Mobbing ausgesetzt zu sein, kann schwerwiegende psychische, soziale und körperliche Konsequenzen für das weitere Leben der Betroffenen haben. Mobbingopfer haben ein signifikant erhöhtes Risiko, im Erwachsenenalter an verschiedenen psychischen Störungen zu leiden (Copeland, Wolke, Angold, & Costello, 2013). Erwachsene, die in ihrer Schulzeit von ihren Peers schikaniert wurden, leiden sogar mit einer noch höheren Wahrscheinlichkeit unter Angst, Depression oder selbstverletzendem Verhalten als solche, die in ihrer Kindheit und Jugend von erwachsenen Personen physisch, emotional oder sexuell missbraucht wurden (Lereya, Copeland, Costello, & Wolke, 2015).

Auch reduzierte Sozialkontakte und Unstetigkeiten im Berufsleben sind mögliche Langzeitfolgen bei ehemaligen Mobbingopfern (Takizawa et al., 2014). So berichten in Finnland 29 Prozent der Langzeitarbeitslosen, dass sie in ihrer Adoleszenz mindestens einmal pro Woche gemobbt wurden (Varhama & Björkqvist, 2005) und Personen mit einer Mobbingvergangenheit werden häufiger entlassen als Personen ohne Mobbing Erfahrungen (Wolke, Copeland, Angold, & Costello, 2013). Bezüglich sozialer Beziehungen erleben Mobbingopfer im Erwachsenenalter mehr emotionale Einsamkeit und haben Schwierigkeiten, Freundschaften und romantische Beziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten (Schafer et al., 2004).

Des Weiteren haben viele ehemalige Mobbingopfer ein niedriges Selbstbewusstsein. Noch Jahre nach den Mobbing Erfahrungen in der Schule können sich Erwachsene lebhaft an die Inhalte des Mobbing wie beispielsweise ihr Gewicht oder ihre Kleidung erinnern und empfinden diesbezüglich intensive Schamgefühle (deLara, 2016). Neben dem Selbstbewusstsein ist ein weiteres kognitives Konstrukt im Kontext der Forschung zum Thema Mobbing relevant: die Selbstwirksamkeitserwartung. Diese wird oftmals als Mediator zwischen Mobbing Erfahrungen und deren Konsequenzen betrachtet (Trompeter, Bussey, & Fitzpatrick, 2018). Einige wenige Studien untersuchen zudem den direkten Zusammenhang zwischen Mobbing und Selbstwirksamkeit und weisen auf eine direkte Verbindung zwischen Mobbing und einer reduzierten Selbstwirksamkeitserwartung hin (Erath, Flanagan, Bierman, & Tu, 2010; Kokkinos & Kipritsi, 2012).

Selbstwirksamkeitserwartung

Das Konzept der Selbstwirksamkeit stellt einen zentralen Aspekt der sozial kognitiven Theorie von Bandura (1997) dar und wird von ihm als die Überzeugung, gewünschtes Verhalten auch angesichts von Barrieren ausführen zu können, definiert. In der Forschung

wird Selbstwirksamkeit oft als situations- bzw. handlungsspezifisches Konzept gesehen, wobei das Ausmaß an Spezifität stark variieren kann. Die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung stellt dazu einen extremen Pol dar und basiert auf der Vermutung, dass Personen in der Lage sind, sich ihre Erfolgs- und Misserfolgserfahrungen selbst zuzuschreiben und diese anschließend zu generalisieren (Jerusalem, 1990; Schwarzer, 1994). Laut Schwarzer (2004) ist die Selbstwirksamkeitserwartung ein generalisiertes und zeitlich stabiles Konstrukt. Dieses umfasst die generalisierte Erwartung, Ziele erreichen und Handlungen umsetzen zu können sowie die dafür notwendigen Fähigkeiten zu besitzen.

Wirkung von Selbstwirksamkeitserwartung. Selbstwirksamkeit stellt laut GesundheitspsychologInnen eine zentrale personale Bewältigungsressource dar und wird als ein essentieller Prädiktor für erfolgreiches Gesundheitsverhalten angesehen (Hinz, Schumacher, Albani, Schmid, & Brähler, 2006). Demzufolge kann die Selbstwirksamkeitserwartung eine konstruktive Lebensbewältigung vorhersagen (Schwarzer, 1994). Es konnte gezeigt werden, dass sich Menschen mit einer ausgeprägten Selbstwirksamkeitserwartung höhere Ziele setzen (Schunk, 1991), diese mit größerer Anstrengung verfolgen und sich bei Rückschlägen schneller erholen als Personen mit einer niedrigen Selbstwirksamkeitserwartung (Luszczynska et al., 2005). Somit ist die Selbstwirksamkeitserwartung im akademischen Kontext von Bedeutung, denn sie hat sich als ein zentraler Prädiktor des Lern- und Studienerfolgs erwiesen (Robbins et al., 2004). Darüber hinaus gibt es enge Zusammenhänge zwischen Selbstwirksamkeit und einer erfolgreichen Krankheitsbewältigung. So wurde gezeigt, dass sich PatientInnen mit einer höheren Selbstwirksamkeitserwartung nach Operationen schneller erholen (Schwarzer, Boehmer, Luszczynska, Mohamed, & Knoll, 2005). Zudem zeigen Studien positive Korrelationen von Selbstwirksamkeitserwartung mit Wohlbefinden (Batinic, Lazarevic, & Dragojevic-Dikic, 2017), Lebensqualität (Orest, 2000) und Optimismus (Posadzki, Stockl, Musonda, & Tsouroufli, 2010). Aus den zahlreichen positiven Konsequenzen einer stark ausgeprägten Selbstwirksamkeitserwartung wird deutlich, dass eine reduzierte Selbstwirksamkeitserwartung die Lebensqualität von Individuen einschränken kann. Menschen mit einer geringen Selbstwirksamkeitserwartung leiden beispielsweise mit erhöhter Wahrscheinlichkeit an Depressionen (Makaremi, 2000) und Ängstlichkeit (Qudsyi & Putri, 2016), haben höhere Neurotizismuswerte (Judge & Ilies, 2002) und neigen dazu, herausfordernde Situationen zu meiden (Luszczynska et al., 2005).

Entwicklung der Selbstwirksamkeitserwartung. Die Selbstwirksamkeitserwartung entwickelt sich in verschiedenen Lebensphasen in der Auseinandersetzung mit alltäglichen

Umweltanforderungen und bei der Bewältigung unterschiedlicher Herausforderungen (Bandura, 1997). Dabei wirken Selbstwirksamkeit und Handlungsergebnisse zirkulär und beeinflussen sich gegenseitig. Eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung führt demnach zu höheren Ansprüchen an die eigene Person, weshalb zukünftig Herausforderungen mit höherer Wahrscheinlichkeit angenommen werden. Eine erfolgreiche Bewältigung dieser Herausforderungen führt wiederum zu einer weiteren Steigerung der eigenen Selbstwirksamkeitserwartung (Locke & Latham, 1990).

Die Schulzeit spielt bei der Entwicklung der Selbstwirksamkeitserwartung eine bedeutende Rolle, da sich Kinder und Jugendliche in der Schule mit ihren AltersgenossInnen vergleichen und dabei ihre eigenen Fähigkeiten und Eigenschaften bewerten (Bandura, 1997). Finden Kinder und Jugendliche keinen Anschluss, fühlen sich machtlos und werden ausgegrenzt, wie es bei Mobbing in hohem Ausmaß der Fall ist, kann die Entwicklung der Selbstwirksamkeitserwartung dadurch gestört werden (Hall, 1989).

Laut Bandura (1997) sind bei der Entwicklung der Selbstwirksamkeitserwartung vier verschiedenen Quellen relevant:

Eigene Erfahrungen. Die wichtigste Quelle einer hohen Selbstwirksamkeit sind eigene Erfolgserlebnisse. Bei der erfolgreichen Bewältigung einer herausfordernden Situation wird der Glaube an die eigenen Kompetenzen gestärkt, während bei Misserfolgen Zweifel an den eigenen Fähigkeiten entstehen können und vergleichbare Situationen in Zukunft wahrscheinlicher vermieden werden. In diesem Kontext ist wichtig zu betonen, dass für die Zielerreichung ein gewisses Maß an Anstrengung notwendig ist, weil erst dadurch gelernt wird, dass man Situationen durch eigenes Handeln gezielt beeinflussen kann (Bandura, 1997). Mobbingopfer haben in der Schule oft das Gefühl, weniger Erfolge zu erleben als ihre nicht gemobbten MitschülerInnen, was insbesondere für soziale Bereiche des Schulalltags gilt (deLara, 2016).

Stellvertretende Erfahrungen. Diese Quelle der Selbstwirksamkeitserwartung bezieht sich auf das Lernen am Modell, denn es geht um das Beobachten anderer Personen, welche durch eigene Anstrengung eine herausfordernde Situation erfolgreich bewältigen. Schreibt man der Zielperson ähnliche Kompetenzen zu wie sich selbst, entsteht dadurch das Gefühl, Ähnliches erreichen zu können. Weichen die Eigenschaften der beobachteten Person allerdings stark von den eigenen ab, kann durch das Beobachten dieser Person die eigene Selbstwirksamkeitserwartung kaum gestärkt werden (Bandura, 1997). Einer der Gründe, weshalb viele SchülerInnen gemobbt werden, ist häufig eine Abweichung von der Klassennorm (Annerbäck, Sahlqvist, & Wingren, 2014; Swearer, Turner, Givens, & Pollack,

2008). Die wahrgenommene Diskrepanz zwischen Mobbingopfern und den TäterInnen ist demnach oft groß, weshalb sich Mobbingopfer schwerer mit den beobachteten Erfolgserlebnissen ihrer MitschülerInnen identifizieren können (deLara, 2016).

Verbale Überzeugungen. Eine weitere Quelle bei der Entwicklung der Selbstwirksamkeitserwartung stellen verbale Ermutigungen durch andere Personen dar. Menschen, die von ihrem Umfeld Zuspruch erhalten und denen zugetraut wird, eine Herausforderung zu meistern, strengen sich nicht nur mehr an, sondern gewinnen Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Dies hat einen positiven Einfluss auf die eigene Selbstwirksamkeitserwartung, vorausgesetzt, dass die von außen herangetragenen Überzeugungen realistisch sind (Bandura, 1997). Da sich Mobbing unter anderem zu einem großen Teil durch Beleidigungen auszeichnet, werden Mobbingopfer von ihren Peers oft verbal vielmehr entmutigt als ermutigt (Hawker & Boulton, 2000).

Physiologische Zustände. Die vierte von Bandura (1997) angeführte Quelle der Selbstwirksamkeitserwartung ist die Bewertung physiologischer Erregung. Da die Bewertung von Situationen auch von körperlichen Zuständen abhängt, wird die Selbstwirksamkeit von physiologischen Reaktionen wie beispielsweise Herzklopfen oder Zittern beeinflusst. Weil Mobbingopfer in vielen Situationen starke Scham- und Angstgefühle empfinden, erleben sie in der Schule seltener positive körperliche Reaktionen und öfter negative körperliche Reaktionen als ihre nicht gemobbten MitschülerInnen (Lee, 2018).

Coping

Wie lange und in welchem Ausmaß das Leben ehemaliger Mobbingopfer durch die Folgen der Mobbing Erfahrungen beeinflusst wird, kann stark variieren. Aufgrund unterschiedlicher Bewältigungsstrategien und unterschiedlichem Zugang zu materiellen und sozialen Ressourcen sind die Konsequenzen nicht bei allen Personen gleich, denn individuelle Faktoren wie Sozialkompetenzen oder soziale Unterstützung durch Freunde und Familie spielen diesbezüglich eine wichtige Rolle (Ttofi, Bowes, Farrington, & Lösel, 2014). Mobbing kann als Extremfall sozialen Stresses verstanden werden (Kirchler, 2011) und ob sich Stress negativ auswirkt, hängt auch von dem Umgang mit Stress ab. Die unterschiedlichen Verhaltensweisen im Umgang mit Stress werden als Coping bezeichnet (Lazarus & Folkman, 1984). Coping beschreibt „jede Form der Auseinandersetzung mit psychisch und physisch als belastend empfundenen Situationen oder erwarteten Ereignissen, welche die Ressourcen einer Person berühren oder übersteigen“ (Faltermaier & Lessing, 2017, S. 358). Lazarus und Folkman (1984) beschäftigten sich bereits im Rahmen ihres transaktionalen Stressmodells mit dem Thema Coping und beschrieben problembezogene

Copingstrategien, welche sich durch das Unternehmen konkreter Handlungen zur Abwendung der aktuellen Bedrohung auszeichnen und emotionale Copingstrategien, bei welchen eigene Emotionen und affektive Reaktionen auf den Stress reguliert werden.

Einige Studien deuten darauf hin, dass die Effektivität von Coping mit der Anzahl an bei der Stressbewältigung zur Verfügung stehenden Strategien steigt (Gerrig, 2016). So postulierte Carver (1997) in seinem Fragebogen „Brief Cope“ beispielsweise 14 verschiedene Arten, mit Stress umzugehen. Es muss allerdings darauf hingewiesen werden, dass Menschen in der Realität tendenziell weniger Copingstrategien einsetzen und die meisten Faktorenanalysen nur auf drei bis fünf solcher Strategien hindeuten (Krägeloh, 2011). Laut Satow (2012) zählen zu diesen Copingstrategien aktive Stressbewältigung, soziale Unterstützung, Halt im Glauben und positives Denken. Die positiven Folgen adaptiver Copingstrategien werden insbesondere am Beispiel der sozialen Unterstützung deutlich. So konnte gezeigt werden, dass soziale Unterstützung die psychische und physische Gesundheit verbessert, das Gesundheitsverhalten fördert, positive Emotionen erhöht und darüber hinaus negative Emotionen wie beispielsweise Frustrations- und Aggressionsgefühle reduziert (Sarason & Sarason, 2009). Zudem zeigte sich in einer Studie ein starker Zusammenhang zwischen dem Einsatz adaptiver Copingstrategien und einer hohen Selbstwirksamkeit sowie Kontrollüberzeugungen (Frost & Mierke, 2013).

Neben den genannten erfolgreichen Copingstrategien, welche Beeinträchtigungen der Lebensqualität durch Stress verhindern können, werden allerdings auch maladaptive Copingstrategien eingesetzt (Gardner, Archer, & Jackson, 2012). Letztere können eine vorübergehende Entlastung mit sich bringen, bewirken jedoch keine langfristige Lösung der Probleme (Nerdinger, Blickle, & Schaper, 2014). Im Gegenteil: Die Folgen von Stress können sogar noch verstärkt werden (Krohne, 1997). Ein Beispiel für eine schädliche Art der Stressbewältigung ist ein erhöhter Alkohol- und Zigarettenkonsum (Satow, 2012).

Fragestellungen und Hypothesen

Basierend auf den Ergebnissen der Literaturrecherche sowie den zugrundeliegenden Modellen und Theorien, werden in der vorliegenden Arbeit Zusammenhänge zwischen Mobbing Erfahrungen in der Schulzeit, Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter und der Anwendung verschiedener adaptiver sowie maladaptiver Copingstrategien analysiert. Zudem wird untersucht, ob ehemalige Mobbingopfer im jungen Erwachsenenalter häufiger Mobbinghandlungen erfahren als junge Erwachsene, die in ihrer Schulzeit nicht gemobbt wurden.

Aufgrund der psychischen und sozialen Langzeitfolgen von Mobbing in der Schulzeit

sowie der Bedeutung sozialer Erlebnisse für die Entwicklung der Selbstwirksamkeitserwartung wird angenommen, dass junge Erwachsene, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden, eine geringere Selbstwirksamkeitserwartung haben als solche, die nicht gemobbt wurden. Zudem wird erwartet, dass verschiedene Copingstrategien die Langzeitfolgen von Mobbing in der Schulzeit als Extremform sozialen Stresses beeinflussen. Da gezeigt wurde, dass ehemalige Mobbingopfer Probleme in sozialen Lebensbereichen haben, soll außerdem exploriert werden, inwieweit ehemalige Mobbingopfer angeben, auch als junge Erwachsene öfter mit Mobbinghandlungen konfrontiert zu werden.

Es werden folgende Hauptfragestellungen untersucht: Wirken sich Mobbing Erfahrungen in der Schulzeit negativ auf die Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter aus? Welche Rolle spielen dabei verschiedene adaptive und maladaptive Copingstrategien? Werden ehemalige Mobbingopfer mit höherer Wahrscheinlichkeit auch im jungen Erwachsenenalter mit Mobbinghandlungen konfrontiert?

Daraus ergeben sich folgende Hypothesen:

Hypothese 1

H1: Personen, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden, haben im jungen Erwachsenenalter eine signifikant geringere Selbstwirksamkeitserwartung als Personen, die in ihrer Schulzeit nicht gemobbt wurden.

Hypothese 2

H2: Der Ausprägungsgrad der Mobbing Erfahrungen in der Schulzeit korreliert signifikant negativ mit der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter.

Hypothese 3

H3: Die adaptiven Copingstrategien positives Denken, aktive Stressbewältigung, soziale Unterstützung und Halt im Glauben schwächen die negative Beziehung zwischen dem Ausprägungsgrad der Mobbinghandlungen in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter signifikant.

Hypothese 4

H4: Die maladaptive Copingstrategie Alkohol- und Zigarettenkonsum verstärkt die negative Beziehung zwischen dem Ausprägungsgrad der Mobbinghandlungen in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter signifikant.

Hypothese 5

H5: Personen, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden, geben mit größerer Wahrscheinlichkeit an, in letzter Zeit Mobbinghandlungen erfahren zu haben, als Personen, die in ihrer Schulzeit nicht gemobbt wurden.

Zusätzlich zur Hypothesenprüfung soll analysiert werden, wie viele junge Erwachsene in ihrer Schulzeit gemobbt wurden, welche Mobbinghandlungen am häufigsten vorkamen und in welchen Abschnitten der Schulzeit Mobbing am öftesten erlebt wurde.

Versuchsplanung und Methodik

Design

Für die Durchführung der Studie wurde ein querschnittliches Between-Subjects Design gewählt, da zwei Gruppen zu einem festgelegten Zeitpunkt hinsichtlich ihrer Selbstwirksamkeitserwartung miteinander verglichen werden sollten: Personen, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden und Personen, die in ihrer Schulzeit nicht gemobbt wurden. In diesem Zusammenhang wurde auch die Korrelation zwischen dem Ausprägungsgrad der Mobbing Erfahrungen in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter erhoben. Die Daten wurden mittels eines Online-Fragebogens auf der Plattform www.soscisurvey.de (Leiner, 2016) in Form eines Selbstbeurteilungsverfahrens gewonnen.

Stichprobenkriterien

Die Stichprobe sollte sich aus jungen Erwachsenen im Alter zwischen 18 und 35 Jahren zusammensetzen. Diese Altersspanne wurde festgelegt, da bezüglich der retrospektiven Erfassung negativer Kindheitserlebnisse Unklarheiten darüber bestehen, wie akkurat Erwachsene die Erlebnisse aus ihrer Kindheit abrufen und wiedergeben können (Hardt & Rutter, 2004). Es wurde also eine Altersgruppe gewählt, bei der die Distanz zur eigenen Schulzeit nicht zu groß ist, um Erinnerungsverzerrungen zu minimieren. Ein weiteres zentrales Einschlusskriterium war, dass die TeilnehmerInnen ihre Schullaufbahn bereits abgeschlossen haben mussten, da ausschließlich über die Schulzeit hinausgehende Folgen von Mobbing untersucht werden sollten. An der Studie konnten sowohl weibliche, männliche als auch sich keiner der beiden Geschlechterkategorien zugehörig fühlende Personen teilnehmen. Letztere hatten die Möglichkeit, die Kategorie *divers* auszuwählen. Die Rekrutierung der TeilnehmerInnen erfolgte mit Hilfe des Schneeballsystems und verschiedener Gruppen in sozialen Netzwerken. Den ProbandInnen wurden keine finanziellen oder materiellen Anreize für die Teilnahme an der Studie geboten. Vor der Erhebung wurde der anzustrebende Stichprobenumfang mit der Statistiksoftware G*Power (Faul, Erdfelder, Lang, & Buchner, 2007) berechnet. Für die Berechnung der Fallzahl wurde für den *t*-Test für unabhängige Stichproben ein Signifikanzniveau von $\alpha = .05$, eine Power von $1 - \beta = .80$ und eine kleine Effektstärke ($d = 0.3$) festgelegt. Es resultierte eine notwendige Stichprobenzahl von 278

Personen, welche sich auch als ausreichend für die Durchführung einer Moderationsanalyse und die Berechnung von Korrelationen erwies.

Instrumente und Verfahren

Mobbing in der Schulzeit. Um rückblickend Mobbing Erfahrungen aus der Schulzeit zu erheben, wurde die „California Bullying Victimization Scale-Retrospective“ (CBVS-R; Green et al., 2018) verwendet, welche eine retrospektive Version der „California Bullying Victimization Scale“ von Felix (2011) ist. Die CBVS-R ist eine verhaltensbasierte Skala, welche den Begriff *Mobbing* nicht nennt, sondern rückblickend nach spezifischen Verhaltensweisen fragt, die mit Mobbing assoziiert werden. Dieser verhaltensbasierte Ansatz wurde einem definitionsbasierten Ansatz vorgezogen, da gezeigt werden konnte, dass subjektive Definitionen der ProbandInnen vom Mobbingbegriff von jenen der ForscherInnen abweichen können (Furlong, Sharkey, Felix, Tanigawa, & Green, 2010). Die CBVS-R beschäftigt sich mit den drei Hauptkomponenten von Mobbing, also Verhaltensweisen, die absichtlich und regelmäßig gegen ein Opfer gerichtet werden und die einen Machtunterschied zugunsten des/der TäterIn beinhalten (Olweus, 1993). Zu Beginn des CBVS-R werden die Testpersonen gebeten, sich an ihre Schulzeit zurückzuerinnern und es werden acht spezifische Arten von Mobbinghandlungen abgefragt: Ärgern, Verbreiten von Gerüchten, soziale Ausgrenzung, physische Gewalt, Bedrohungen, sexuelle Witze oder Gesten, Diebstahl und Online Aggressionen. Die befragten Personen geben an, ob ihnen diese Handlungen während der Schulzeit auf gemeine und verletzende Art widerfahren sind. Die explizite Frage nach der Gemeinheit der Handlungen dient der Erfassung der wichtigen Absichtskomponente hinter den Mobbinghandlungen. Die Antwortoptionen sind *ja* und *nein*. Ein Beispielitem der Skala lautet: „*Wurden Sie in der Schule auf gemeine oder verletzende Weise geärgert oder beleidigt?*“. Als nächstes wird bei jeder bejahten Handlung auf einer fünfstufigen Likert-Skala angegeben, wie oft diese Handlungen in der Zeit, in der die Intensität der Handlungen am schlimmsten war, stattfanden, wobei die Werte 1 = *Ein paar Mal im Jahr*, 2 = *Etwa einmal im Monat*, 3 = *Zwei bis dreimal im Monat*, 4 = *Etwa einmal wöchentlich*, 5 = *Mehrmals wöchentlich* entsprechen. Zudem wird der Zeitpunkt der Mobbing Erfahrungen erfragt, wobei die TeilnehmerInnen mehrere Phasen ihrer Schulzeit auswählen können (*1. bis 4. Jahrgangsstufe*, *5. bis 8. Jahrgangsstufe* und *9. bis 12./13. Jahrgangsstufe*). Darüber hinaus geben Personen, die mindestens eine der acht Formen von Mobbinghandlungen erlebt haben an, ob ein Machtunterschied zwischen dem/der TäterIn und der eigenen Person wahrgenommen wurde. Die Machtunterschiede beziehen sich darauf, ob der/die TäterIn als beliebter, intelligenter, stärker, attraktiver, sportlicher, vermögender oder älter

wahrgenommen wurde. TeilnehmerInnen werden als Mobbingopfer eingestuft, wenn sie in ihrer Schulzeit wenigstens einer Mobbinghandlung mindestens zwei bis drei Mal im Monat ausgesetzt waren und zudem einen Machtunterschied zugunsten des/der TäterIn berichten. Außerdem wird basierend auf den Häufigkeitsangaben über die Mobbinghandlungen ein Mobbinggesamtscore zwischen 0 und 40 berechnet. Dieser Score gibt Auskunft über den Ausprägungsgrad der Mobbinghandlungen, welcher im Folgenden der Einfachheit halber *Mobbingintensität* genannt wird. In einer in der Türkei durchgeführten Studie lagen die internen Konsistenzen (Cronbachs Alpha) der California Bullying Victimization Scale zwischen $\alpha = .72$ und $\alpha = .83$ (Atik & Guneri, 2012). Für die vorliegende Studie wurde der Fragebogen von einer Übersetzerin aus dem Englischen ins Deutsche übersetzt. Anschließend wurden die Items von einer weiteren unabhängigen Person ins Englische rückübersetzt, um die Übersetzungsqualität durch einen Abgleich mit dem Original zu prüfen.

Selbstwirksamkeitserwartung. Zur Erfassung der allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung wurde die aus zehn Items bestehende „Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung“ von Schwarzer und Jerusalem (SWE; 1999) verwendet. Diese ist ein Selbstbeurteilungsverfahren zur Erfassung allgemeiner optimistischer Selbstüberzeugungen. Dabei wird die optimistische Kompetenzerwartung, also das Vertrauen darauf, eine schwierige Lage zu meistern und diesen Erfolg den eigenen Kompetenzen zuzuschreiben, erhoben. Ein beispielhaftes Item der Skala lautet „*Schwierigkeiten sehe ich gelassen entgegen, weil ich meinen Fähigkeiten immer vertrauen kann*“. Die Items werden vierstufig beantwortet, wobei die Antworten 1 = *stimmt nicht*, 2 = *stimmt kaum*, 3 = *stimmt eher* und 4 = *stimmt genau* entsprechen. Die Summe aller Antworten einer Person ergibt ihren individuellen Testwert, sodass ein Score zwischen 10 und 40 resultiert. In den meisten Stichproben lagen die Mittelwerte bei etwa 29 Punkten. In an einer deutschen Stichprobe durchgeführten Studie lagen die internen Konsistenzen (Cronbachs Alpha) der Skala zwischen $\alpha = .80$ und $\alpha = .90$ (Schwarzer & Jerusalem, 1999).

Coping. Die Erhebung der verschiedenen Copingstrategien erfolgte mit dem „Stress- und Coping-Inventar“ (SCI; Satow, 2012). Die Items erheben die vier adaptiven Copingstrategien aktive Stressbewältigung, positives Denken, soziale Unterstützung und Halt im Glauben sowie die maladaptive Copingstrategie Alkohol- und Zigarettenkonsum. Jeweils vier Items beziehen sich auf eine Copingstrategie, sodass das Copingverhalten insgesamt mittels 20 Items erfasst wird. Beispielitems sind die Aussagen „*Ich sage mir, dass Stress und Druck auch ihre guten Seiten haben*“ und „*Egal wie schlimm es ist, ich habe gute Freunde, auf die ich mich immer verlassen kann*“. Die Items werden in Form einer vierstufigen Likert-Skala

vorgegeben, wobei die Antworten 1 = *trifft nicht zu*, 2 = *trifft eher nicht zu*, 3 = *trifft eher zu* und 4 = *trifft genau zu* entsprechen. In der Literatur werden Reliabilitäten der Skalen zwischen $\alpha = .74$ und $\alpha = .88$ angeführt (Satow, 2012). Für die Skalen aktive Stressbewältigung, soziale Unterstützung und Halt im Glauben liegt Cronbachs Alpha laut dieser Studie im akzeptablen bis guten Bereich zwischen $\alpha = .73$ bis $\alpha = .83$. Etwas geringere interne Konsistenzen zeigen die Skalen zum positivem Denken mit $\alpha = .65$ und Alkohol-Zigarettenkonsum mit $\alpha = .68$.

Aktuelle Mobbing Erfahrungen. Ob TeilnehmerInnen aktuell mit Mobbinghandlungen konfrontiert werden, wurde mit einer deutschen Version der „Gatehouse Bullying Scale“ (GBS; Bond, Wolfe, Tollit, Butler, & Patton, 2007) erfasst. Diese wird üblicherweise im Schulbereich eingesetzt, aber zum Zwecke der vorliegenden Studie wurden die vier Kernfragen entnommen und für das junge Erwachsenenalter angepasst. Auch in diesem Mobbingfragebogen wird der Begriff Mobbing nicht verwendet, sondern nach einzelnen mit Mobbing in Verbindung stehenden Verhaltensweisen gefragt. Es werden zwei Fragen zu offenen Mobbinghandlungen („*Hat Sie in letzter Zeit jemand geärgert oder beleidigt?*“ und „*Wurden Sie in letzter Zeit von jemandem bedroht oder körperlich verletzt?*“) sowie zwei Fragen zu verdeckten Mobbinghandlungen („*Hat in letzter Zeit jemand Gerüchte über Sie verbreitet?*“ und „*Wurden Sie in letzter Zeit absichtlich aus/von etwas ausgeschlossen?*“) gestellt. Die Antworten erfolgen mittels eines dichotomen Antwortformats, wobei die Antwortalternativen *ja* und *nein* lauten. In einer australischen Studie konnte eine akzeptable bis gute Retest-Reliabilität von $r = .65$ gezeigt werden (Bond et al., 2007). Die Fragen wurden mithilfe der bereits angeführten Rückübersetzungsmethode von zwei voneinander unabhängigen ÜbersetzerInnen vom Englischen ins Deutsche übersetzt.

Durchführung der Studie

Vor der Anwendung des Fragebogens im Feld wurden vier Pretests durchgeführt, um den Fragebogen hinsichtlich möglicher inhaltlicher und formaler Fehler sowie Verständnisfragen zu überprüfen. Anschließend wurde der Online-Fragebogen vom 01.12.2019 bis zum 08.12.2019 veröffentlicht. Eine erste überblicksmäßige Betrachtung der Daten zeigte, dass nur ein geringer Anteil männlicher Personen den Fragebogen ausgefüllt hatte. Aus diesem Grund wurde der Erhebungszeitraum um drei Tage verlängert, um eine ausgewogenere Geschlechterverteilung zu erzielen. In dieser zweiten Erhebungsphase wurden ausschließlich männliche Probanden zur Teilnahme aufgerufen.

Auf der ersten Seite des Fragebogens wurden die ProbandInnen über die Freiwilligkeit und Anonymität der Teilnahme an der Studie informiert und auf die vertrauliche Nutzung der

Daten zum ausschließlich wissenschaftlichen Zweck hingewiesen. Außerdem wurden allgemeine Informationen, wie die durchschnittliche Bearbeitungsdauer des Fragebogens von etwa zehn Minuten und das Format des Fragebogens als Selbstbeurteilungsverfahren, beschrieben. Zudem wurde die Bitte geäußert, die Items möglichst genau zu lesen und ehrlich zu beantworten. Mit Klicken des Weiter-Buttons bestätigten die TeilnehmerInnen ihr Einverständnis zur Teilnahme an der Studie. Auf der folgenden Seite wurden die soziodemographischen Daten Alter, Geschlecht sowie der höchste Bildungsabschluss erhoben. Zudem wurden auf dieser Seite zwei Filterfragen vorgegeben, um die Erfüllung der Einschlusskriterien sicherzustellen. Für Personen, die nicht zwischen 18 und 35 Jahre alt waren und Personen, die ihre Schullaufbahn aktuell noch nicht abgeschlossen hatten, wurde die Bearbeitung des Fragebogens an dieser Stelle vom Programm beendet. Auf den folgenden Seiten wurden die Fragebogen Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung, die Copingskalen des SCI, der CBVS-R und abschließend die GBS vorgelegt. Da gezeigt werden konnte, dass die Fragenreihenfolge das Antwortverhalten von StudienteilnehmerInnen beeinflussen kann (Moore, 2002), wurden die Mobbing betreffenden Fragen zuletzt gestellt. Dadurch sollte verhindert werden, dass die bei der Erinnerung an Kindheitserlebnisse empfundenen Emotionen die Antworten auf die anderen Fragen positiv oder negativ beeinflussen und dadurch die Ergebnisse systematisch verzerren. Auf der letzten Seite des Fragebogens wurde der Dank für die Teilnahme an der Studie ausgesprochen und eine für Rückfragen zu kontaktierende E-Mail-Adresse angegeben.

Geplante statistische Auswertung

Die Auswertung der Daten erfolgt mithilfe des Statistikprogramms IBM SPSS Statistics Version 26. Zu Beginn sollen die TeilnehmerInnen anhand der Mobbingkriterien des CBVS-R in zwei Gruppen geteilt werden: junge Erwachsene, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden und junge Erwachsene, die in ihrer Schulzeit nicht gemobbt wurden, im Folgenden *ehemalige Mobbingopfer* und *nicht ehemalige Mobbingopfer* genannt. Der nächste Schritt der Datenanalyse besteht darin, die einzelnen Items zu Mittelwertindices der Skalen zusammenzufassen. Es sollen anschließend die deskriptiven Befunde aller Variablen berechnet werden. Vor der Hypothesentestung ist eine Überprüfung der Voraussetzungen der geplanten Testverfahren notwendig. Zur Hypothesentestung ist das in der Forschung gängige Signifikanzniveau von $p < .05$ (zweiseitig) festgelegt.

Die Prüfung der H1 soll mit einem t -Test für unabhängige Stichproben erfolgen, wobei Unterschiede in der Variable Selbstwirksamkeitserwartung in den beiden Gruppen untersucht werden. Um einen möglichen negativen Zusammenhang zwischen der Mobbingintensität in

der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter zu prüfen (H2), soll eine Pearson-Korrelation berechnet werden. Zudem soll getestet werden, ob es Einflüsse verschiedener Copingstrategien auf die Beziehung zwischen Mobbing Erfahrungen in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter gibt (H3 und H4). Für diese Hypothesenprüfung ist die Verwendung der Software PROCESS v.34 (Hayes, 2018) geplant. Ein negativ formuliertes Item der SCI-Subskala Alkohol- und Zigarettenkonsum muss umgepolt werden, sodass hohe Zustimmungswerte in dieser Subskala inhaltlich dieselbe Bedeutung haben. Ob Personen, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden, auch im jungen Erwachsenenalter wahrscheinlicher Mobbinghandlungen erleben als Personen, die in ihrer Schulzeit nicht gemobbt wurden (H5), soll mittels eines Chi-Quadrat-Tests sowie der Berechnung von Risikoschätzern geprüft werden.

Ergebnisse

Stichprobe

Während des genannten Erhebungszeitraums wurde der Link zum Fragebogen von 947 Personen aufgerufen, wovon 543 Personen an der Studie teilnahmen. Bereits bei der Erhebung der soziodemographischen Variablen auf der zweiten Seite gab es die höchste Drop-Out-Rate. Für 29 Personen, welche die Einschlusskriterien der Studie nicht erfüllten, wurde die Bearbeitung des Fragebogens auf dieser Seite vom Programm beendet. 85 Personen brachen die Bearbeitung des Fragebogens von sich aus ab. Auf den folgenden Seiten drei und vier gab es Abbruchzahlen von 30 und 21 Personen. Im weiteren Verlauf des Fragebogens gab es nur noch vereinzelte Drop-Outs. 401 Personen bearbeiten den Fragebogen bis zur letzten Seite und somit ergab sich eine Gesamtstichprobe von $N = 401$ TeilnehmerInnen, was einer Beendigungsquote von 73.84 % entspricht. Von diesen Personen waren 254 (63.34 %) weiblich, 146 männlich (36.41 %) und eine Person divers (0.25 %). Das durchschnittliche Alter der TeilnehmerInnen lag bei $M = 24.01$ ($SD = 3.56$) mit einer Altersspanne zwischen 18 und 35 Jahren. 243 Versuchspersonen (60 %) nannten als ihren höchsten Schulabschluss die allgemeine Hochschulreife, 93 Personen (23 %) einen Bachelorabschluss und 50 Personen (12.3 %) einen Master-, Magister- oder Diplomabschluss. Die restlichen TeilnehmerInnen gaben als ihren höchsten Bildungsabschluss einen Hauptschulabschluss, Realschulabschluss oder Doktorat an. Um die H1 zu testen, wurden die TeilnehmerInnen basierend auf den Kriterien des CBVS-R in zwei Gruppen eingeteilt. 185 Personen (46.13 %) gehörten zu der Gruppe der ehemaligen Mobbingopfer und 216 Personen (53.87 %) zu der Gruppe der nicht ehemaligen Mobbingopfer.

Deskriptive Statistiken

Tabelle 1 gibt einen Überblick über die deskriptiven Befunde der Skalen CBVS-R, SWE und SCI für die zwei Gruppen ehemalige Mobbingopfer und nicht ehemalige Mobbingopfer. Es werden Mittelwerte, Standardabweichungen und Konfidenzintervalle der Variablen Selbstwirksamkeit, Coping und Mobbingintensität dargestellt. Tabelle 2 zeigt dieselben deskriptiven Befunde sowie zusätzlich die internen Konsistenzen (Cronbachs Alpha) der Skalen für die gesamte Stichprobe. Bei allen angeführten Skalen sprechen hohe Zahlen für eine hohe Ausprägung der Variable. Da im Programm SosciSurvey (Leiner, 2016) eingestellt wurde, dass die TeilnehmerInnen für das Erreichen der Folgeseiten alle Items beantworten müssen, mussten keine TeilnehmerInnen aufgrund fehlender Werte ausgeschlossen werden. Bezüglich der Selbstwirksamkeitserwartung zeigt sich in der Gruppe der nicht ehemaligen Mobbingopfer ein durchschnittlicher Wert von $M = 29.48$ und in der Gruppe der ehemaligen Mobbingopfer ein durchschnittlicher Wert von $M = 27.85$. Der durchschnittliche Mobbinggesamtscore beträgt in der Gruppe der ehemaligen Mobbingopfer $M = 13.2$ und in der der nicht ehemaligen Mobbingopfer $M = 2.31$. Hinsichtlich der verschiedenen Copingstrategien gibt es in beiden Gruppen bei der Subskala soziale Unterstützung die höchste durchschnittliche Zustimmung und bei der Subskala Alkohol- und Zigarettenkonsum die niedrigste durchschnittliche Zustimmung.

Die in der Studie am häufigsten genannte Mobbinghandlung ist Ärgern. 255 TeilnehmerInnen (63.59 %) gaben an, in ihrer Schulzeit mindestens einmal auf gemeine und verletzende Art und Weise geärgert oder beleidigt worden zu sein, wobei bei ehemaligen Mobbingopfern die Chance, geärgert oder beleidigt zu werden 17.47-mal so hoch ist wie bei nicht ehemaligen Mobbingopfern. 214 ProbandInnen (53.37 %) gaben an, dass zu mindestens einem Zeitpunkt ihrer Schulzeit über sie gelästert oder Gerüchte verbreitet wurden. Diesbezüglich ist die Wahrscheinlichkeit als Mobbingopfer betroffen gewesen zu sein 6.9-mal höher als bei nicht Mobbingopfern. 193 Personen (48.13 %) bejahten die Frage nach dem Vorkommen sexueller Gesten und Witze, wobei das Risiko unter den Mobbingopfern 4.53-mal höher ist. Bei der Frage zur Mobbinghandlung soziale Ausgrenzung gaben 173 Personen (43.14 %) an, dass ihnen dies in der Schulzeit zu mindestens einem Zeitpunkt wiederfahren sei. Das Risiko ist dabei unter Mobbingopfern 8.53-mal höher. 62 Personen (15.46 %) berichteten, dass sie physischen Mobbinghandlungen ausgesetzt waren, wobei die Wahrscheinlichkeit dafür unter Mobbingopfern 4.14-mal höher ist. Online-Mobbinghandlungen wurden von 58 Personen (14.46 %) genannt. Hier ist das Risiko für Mobbingopfer 4.06-mal höher. 54 TeilnehmerInnen (13.47 %) bejahten die Frage zum

Auftreten von Diebstahl als Mobbinghandlung. Diesbezüglich ist das Risiko für Mobbingopfer 10.17-mal höher. Nur 40 Personen (9.98 %) gaben an, in der Schulzeit bedroht worden zu sein, wobei die Wahrscheinlichkeit in der Gruppe der Mobbingopfer 12.81-mal höher ist. Alle acht Arten von Mobbinghandlungen fanden laut Angaben der TeilnehmerInnen am häufigsten in der Mittelstufe (fünfte bis achte Schulstufe) statt.

Tabelle 1

Deskriptive Befunde der Skalen SWE, SCI und CBVS-R in den beiden Gruppen

Skala	Ehemalige Mobbingopfer			Nicht ehemalige Mobbingopfer		
	<i>n</i>	<i>M</i> (<i>SD</i>)	95 % KI für <i>M</i>	<i>n</i>	<i>M</i> (<i>SD</i>)	95 % KI für <i>M</i>
SWE	185	27.85 (5.37)	[27.11, 28.62]	216	29.48 (4.12)	[28.91, 30.01]
CBVS-R	185	13.20 (6.76)	[12.28, 14.20]	216	2.31 (3.65)	[1.82, 2.80]
SCI (Positives Denken)	185	10.36 (2.47)	[10.00, 10.72]	216	10.74 (2.48)	[10.43, 11.06]
SCI (Aktive Stressbewältigung)	185	10.62 (2.67)	[10.24, 11.03]	216	10.61 (2.51)	[10.29, 10.92]
SCI (Soziale Unterstützung)	185	13.21 (3.04)	[12.74, 13.66]	216	14.15 (2.23)	[13.83, 14.44.]
SCI (Alkohol- und Zigarettenkonsum)	185	6.93 (3.30)	[6.46, 7.41]	216	6.49 (2.78)	[6.12, 6.88]
SCI (Halt im Glauben)	185	7.21 (2.69)	[6.84, 7.60]	216	7.19 (2.46)	[6.87, 7.51]

Anmerkungen. *n* = Stichprobengröße, *M* = Mittelwert, *SD* = Standardabweichung, *KI* = Konfidenzintervall

Tabelle 2

Deskriptive Befunde der Skalen SWE, SCI und CBVS-R in der Gesamtstichprobe (N = 401)

Skala	M (SD)	95 % KI für M	α
SWE	28.73 (4.80)	[28.25, 29.18]	.88
CBVS-R	7.33 (7.60)	[7.015, 8.121]	.82
SCI (Positives Denken)	10.56 (2.48)	[10.31, 10.79]	.69
SCI (Aktive Stressbewältigung)	10.62 (2.58)	[10.34, 10.87]	.76
SCI (Soziale Unterstützung)	13.71 (2.68)	[13.45, 13.97]	.88
SCI (Alkohol- und Zigarettenkonsum)	6.69 (3,03)	[6.40, 6.99]	.79
SCI (Halt im Glauben)	7.20 (2.56)	[6.95, 7.43]	.75

Anmerkungen. α = Cronbachs Alpha

Tabelle 3 liefert einen Überblick darüber, wie viele der TeilnehmerInnen angaben, in letzter Zeit mit den vier verschiedenen Mobbinghandlungen der GBS konfrontiert worden zu sein. Die am häufigsten genannte Mobbinghandlung ist in beiden Gruppen Ärgern/Beleidigen. Dieses Item wurde von insgesamt 57 Personen (14.21 %) bejaht.

Tabelle 3

Häufigkeiten der aktuell erlebten Mobbinghandlungen

GBS-Item		Gruppe		Gesamt
		Ehemalige Mobbingopfer	Nicht ehemalige Mobbingopfer	
Ärgern/Beleidigen	Ja	27	30	57
	Nein	158	186	344
	Gesamt	185	216	401
Gerüchte	Ja	23	10	33
	Nein	162	206	368
	Gesamt	185	216	401
Ausgrenzung	Ja	23	10	33
	Nein	162	206	368
	Gesamt	185	216	401
Drohen/Verletzen	Ja	4	5	9
	Nein	181	211	392
	Gesamt	185	216	401

Voraussetzungsprüfungen

Für die Variablen Selbstwirksamkeitserwartung, Coping und Mobbingintensität wurden die Anforderungen eines metrischen Skalenniveaus aufgrund der Likert-Skalierung der Items angenommen. Im Folgenden werden zusätzliche verfahrensspezifische Voraussetzungen, deren Erfüllung oder Nichterfüllung sowie mögliche Alternativen angeführt.

Voraussetzungen des *t*-Tests für unabhängige Stichproben. Zwei extreme Ausreißer wurden mithilfe von Boxplots identifiziert und aus der Analyse ausgeschlossen ($N = 399$). Diese Ausreißer wurden bei der Berechnung der Korrelation sowie den Moderationsanalysen ebenfalls nicht berücksichtigt. Die Normalverteilung der Variablen wurde basierend auf dem zentralen Grenzwerttheorem angenommen, welches besagt, dass sich die Stichprobenmittelwerte mit wachsendem Stichprobenumfang einer Normalverteilung annähern (Lumley, Diehr, Emerson, & Chen, 2002). In der statistischen Forschung konnte gezeigt werden, dass der *t*-Test generell robust gegenüber Verletzungen der Annahme der Normalverteilung ist (Wilcox, 2012). Die Voraussetzung der Unabhängigkeit der Messungen wird durch die Aufteilung der TeilnehmerInnen in zwei voneinander unabhängige Gruppen erfüllt. Zur Prüfung der Homoskedastizität wurde ein Levene-Test gerechnet, welcher sich als signifikant erwies. Somit unterscheiden sich die Varianzen in den zwei Gruppen hinsichtlich der Selbstwirksamkeit und die Voraussetzung ist nicht erfüllt. Bei der Hypothesentestung der H1 muss daher der Signifikanzwert in der SPSS Zelle „Varianzen sind nicht gleich“ berücksichtigt werden.

Voraussetzungen der Pearson-Korrelation. Zusätzlich zu den im Rahmen des *t*-Tests bereits geprüften Annahmen ist bei der Berechnung der Pearson-Korrelation die Linearität der Daten eine wichtige Voraussetzung. Diese wurde durch eine visuelle Inspektion von Streudiagrammen und Matrixdiagrammen mit LOESS-Glättung überprüft, wonach das Verhältnis der Variablen etwa linear war.

Voraussetzungen der Moderationsanalysen. Um die Voraussetzungen der Moderationsanalysen zu prüfen, wurden die Voraussetzungen der multiplen linearen Regression betrachtet. Die Normalverteilung der Residuen wurde mit dem Kolmogorov-Smirnov-Test geprüft, welcher sich als signifikant erwies. Die Verletzung dieser Voraussetzung kann allerdings mit der Robustheit der multiplen linearen Regression und einer großen Stichprobe kompensiert werden. Die Unabhängigkeit der Residuen konnte durch die Durbin-Watson-Statistik bestätigt werden und Multikollinearität wurde durch die Berechnung von Pearson-Korrelationen ausgeschlossen. Ausreißer wurden mithilfe von Boxplots identifiziert, wobei für Halt im Glauben fünf Ausreißer entfernt werden mussten ($n = 394$).

Voraussetzungen des Chi-Quadrat-Tests. Die Variablen der GBS sind kategorial und somit nominalskaliert. Auch hier ist die Voraussetzung der Unabhängigkeit der Messungen durch die Einteilung in zwei unabhängige Gruppen erfüllt. Eine weitere Voraussetzung ist, dass jede Zelle eine Häufigkeit von mindestens fünf aufweisen muss. Diese Voraussetzung wird von SPSS automatisch geprüft und ausgegeben. Bei der Mobbinghandlung Drohen/Verletzen wurde eine Zelhäufigkeit unter 5 festgestellt, weshalb die Zeile „Exakter Test nach Fisher“ in der SPSS-Ausgabe interpretiert werden muss.

Hypothesentestungen

Es folgen die Ergebnisse der Hypothesenprüfungen mit dem geplanten statistischen Vorgehen.

Gruppenunterschiede. Für die Feststellung von Gruppenunterschieden zwischen den Gruppen ehemalige Mobbingopfer und nicht ehemalige Mobbingopfer hinsichtlich ihrer allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (H1) wurde ein *t*-Test für zwei unabhängige Stichproben gerechnet. Die Effektstärke wird anhand der Einteilung nach Cohen (1988) als klein ($d > 0.2$), mittel ($d > 0.5$) und groß ($d > 0.8$) eingeordnet.

Nach der Entfernung von zwei extremen Ausreißern ($N = 399$) ergab sich in der Gruppe der ehemaligen Mobbingopfer ein geringerer SWE-Gesamtscore von $M = 27.95$ ($SD = 5.22$, $n = 184$) als in der Gruppe der nicht ehemaligen Mobbingopfer mit einem SWE-Gesamtscore von $M = 29.55$ ($SD = 3.99$, $n = 215$). Die Gesamtscores der Selbstwirksamkeitserwartung unterscheiden sich gemäß dem *t*-Test für unabhängige Stichproben in den beiden Gruppen signifikant, $t(339) = -3.39$, $p = .001$, $d = 0.33$, 95 % KI für d [0.14, 0.53].

Korrelation. Für die Prüfung eines möglichen negativen Zusammenhangs zwischen der Mobbingintensität in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter (H2) wurde der Pearson-Korrelationskoeffizient r berechnet. Die Einordnung der statistischen Stärke des Zusammenhangs erfolgt anhand der Einteilung von Cohen (1988) in schwache ($r > .10$), moderate ($r > .30$) und starke ($r > .50$) Korrelation. Die Ergebnisse zeigen eine signifikant negative Korrelation zwischen der Mobbingintensität in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter, $r = -.204$, $p < .001$, 95 % KI für r [-.31, -.09].

Moderationsanalysen. Es folgen Befunde zum Einfluss verschiedener Copingstrategien auf die negative Beziehung zwischen der Mobbingintensität in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter (H3 & H4). Es werden mögliche puffernde Moderationseinflüsse der adaptiven Copingstrategien aktive Stressbewältigung, positives Denken, soziale Unterstützung und Halt im Glauben sowie ein möglicher

verstärkender Einfluss der maladaptiven Copingstrategie Alkohol- und Zigarettenkonsum analysiert.

In Tabelle 4 wird die Varianzaufklärung des Modells durch die Variablen Mobbingintensität, Coping und Selbstwirksamkeitserwartung sowie des Interaktionsterms von Mobbingintensität und Coping dargestellt. Mobbingintensität ist dabei der Prädiktor und Selbstwirksamkeitserwartung das Kriterium. In allen Moderationsmodellen sagen die Variablen Mobbingintensität, Copingstrategie und die Interaktion beider Faktoren statistisch signifikant die Selbstwirksamkeitserwartung voraus. Der Anteil an aufgeklärter Varianz beträgt dabei zwischen 5 % und 36 %. Dies entspricht gemäß Cohen (1988) bei den Copingstrategien Alkohol- und Zigarettenkonsum sowie Halt im Glauben einer niedrigen, bei aktiver Stressbewältigung und sozialer Unterstützung einer moderaten und bei positivem Denken einer hohen Varianzaufklärung.

Tabelle 4

Varianzaufklärung von Selbstwirksamkeitserwartung in den Moderationsmodellen durch Mobbingintensität und Coping

Copingstrategie	R^2	F	$df 1, df 2$	p
Aktive Stressbewältigung	.13	19.60	3, 395	< .001
Positives Denken	.36	75.48	3, 395	< .001
Alkohol- und Zigarettenkonsum	.05	6.78	3, 395	< .001
Halt im Glauben	.08	11.60	3, 390	< .001
Soziale Unterstützung	.17	26.07	3, 395	< .001

Anmerkungen. R^2 = erklärte Varianz, F = F-Statistik, $df 1, df 2$ = Freiheitsgrade der Statistik, p = exakter p-Wert

Als einzelne Variable im Moderationsmodell erwies sich die Mobbingintensität in der Schulzeit in jedem Modell außer bei der Copingstrategie Alkohol- und Zigarettenkonsum als signifikant negativer Prädiktor für die Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter (Tabelle 5).

Tabelle 5

Mobbingintensität (CBVS-R) als einzelner negativer Prädiktor für Selbstwirksamkeitserwartung in den einzelnen Moderationsmodellen

Prädiktor	<i>b</i>	<i>SE(b)</i>	<i>p</i>	95 % KI für <i>b</i>
Mobbingintensität (Aktive Stressbewältigung)	-0.342	0.11	< .001	[-0.56, -0.12]
Mobbingintensität (Positives Denken)	-0.444	0.10	< .001	[-0.63, -0.54]
Mobbingintensität (Alkohol- und Zigarettenkonsum)	-0.034	0.08	.652	[-0.18, 0.11]
Mobbingintensität (Halt im Glauben)	-0.334	0.09	< .001	[-0.51, -0.16]
Mobbingintensität (Soziale Unterstützung)	-0.516	0.12	< .001	[-0.76, -0.28]

Anmerkungen. *b* = Regressionskoeffizient, *SE(b)* = Standardfehler von *b*

Hinsichtlich der einzelnen Copingstrategien erwiesen sich aktive Stressbewältigung und positives Denken als signifikant positive Prädiktoren auf die Selbstwirksamkeitserwartung (Tabelle 6).

Tabelle 6

Copingstrategien als einzelne Prädiktoren für SWE in den einzelnen Moderationsmodellen

Prädiktor	<i>b</i>	<i>SE(b)</i>	<i>p</i>	95 % KI für <i>b</i>
Aktive Stressbewältigung	0.342	0.12	.004	[0.11, 0.57]
Positives Denken	0.765	0.10	< .001	[0.56, 0.97]
Alkohol- und Zigarettenkonsum	0.009	0.11	.936	[-0.21, 0.23]
Halt im Glauben	0.077	0.13	.562	[-0.19, 0.34]
Soziale Unterstützung	0.221	0.12	.070	[-0.02, 0.46]

Die Interaktionsterme von Mobbingintensität und Copingstrategien sind für aktive Stressbewältigung, positives Denken, Halt im Glauben und soziale Unterstützung signifikant (Tabelle 7) und weisen auf eine Moderation der Beziehung von Mobbingintensität in der Schulzeit und Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter durch die vier adaptiven Copingstrategien hin. Dies zeigt, dass die adaptiven Copingstrategien die negative Beziehung zwischen Mobbingintensität und Selbstwirksamkeitserwartung schwächen. Der Interaktionsterm von Mobbingintensität bei der maladaptiven Copingstrategie Alkohol- und

Zigarettenkonsum ist nicht signifikant und es zeigt sich somit keine Moderation im Sinne einer Verstärkung der negativen Beziehung von Mobbingintensität in der Schulzeit und Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter durch diese dysfunktionale Copingstrategie.

Tabelle 7

Interaktionen von Mobbingintensität (CBVS-R) und den Copingstrategien (SCI)

Interaktion	<i>b</i>	<i>SE(b)</i>	<i>p</i>	95 % KI für <i>b</i>
Mobbingintensität x	0.021	0.01	.041	[0.00, 0.04]
Aktive Stressbewältigung				
Mobbingintensität x	0.036	0.01	< .001	[0.02, 0.05]
Positives Denken				
Mobbingintensität x	-0.012	0.01	.208	[-0.03, 0.01]
Alkohol- und Zigarettenkonsum				
Mobbingintensität x	0.027	0.01	.018	[0.00, 0.05]
Halt im Glauben				
Mobbingintensität x	0.036	0.01	< .001	[0.02, 0.05]
Soziale Unterstützung				

Chi-Quadrat-Tests. Um einen möglichen Zusammenhang zwischen der Zugehörigkeit zu den Gruppen ehemalige Mobbingopfer und nicht ehemalige Mobbingopfer und der Anzahl berichteter Mobbinghandlungen aus der letzten Zeit zu analysieren (H5), wurde ein Chi-Quadrat-Test zwischen der Gruppenzugehörigkeit und dem aktuellen Vorkommen der vier verschiedenen Mobbinghandlungen der GBS gerechnet. Als Maß für die Stärke des Zusammenhangs wird der Phi-Koeffizient angegeben, wobei die Einteilung nach Cohen (1988) in klein $\varphi = 0.1$, mittel $\varphi = 0.3$ und groß $\varphi = 0.5$ erfolgt.

Ärgern/Beleidigen. Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der Gruppenzugehörigkeit und wahrgenommenen Ärgern/Beleidigen-Erfahrungen in der letzten Zeit, $\chi^2(1) = .041$, $p = .840$, $\varphi = 0.10$, 95 % KI für φ [-0.09, 0.11].

Verbreitung von Gerüchten. Es zeigt sich ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Gruppenzugehörigkeit und wahrgenommener Verbreitung von Gerüchten in der letzten Zeit, $\chi^2(1) = 4.432$, $p = .035$, $\varphi = 0.11$, 95 % KI für φ [0.01, 0.21]. Das Risiko, dass in letzter Zeit Gerüchte über die eigene Person verbreitet wurden, ist unter ehemaligen Mobbingopfern 2.18-mal höher als unter nicht ehemaligen Mobbingopfern.

Soziale Ausgrenzung. Es gibt einen signifikanten Zusammenhang zwischen der

Gruppenzugehörigkeit und wahrgenommener sozialer Ausgrenzung in der letzten Zeit, $\chi^2(1) = 8.034, p = .005, \phi = 0.14, 95\% \text{ KI für } \phi [0.05, 0.23]$. Das Risiko, in letzter Zeit aus etwas ausgeschlossen worden zu sein, ist unter ehemaligen Mobbingopfern 2.93-mal höher als unter nicht ehemaligen Mobbingopfern.

Drohen/ Verletzen. Es zeigt sich kein signifikanter Zusammenhang zwischen der Gruppenzugehörigkeit und wahrgenommenem Drohen/Verletzen in der letzten Zeit, $\chi^2(1) = .011, p = 1.00, \phi = -0.01, 95\% \text{ KI für } \phi [-0.10, 0.09]$.

Weiterführende Analysen

Da im Rahmen der Moderationsanalysen für das Moderationsmodell der Copingstrategie soziale Unterstützung ein moderater und das Moderationsmodell der Copingstrategie positives Denken ein großer Effekt gezeigt werden konnte, sollten diese beiden Copingstrategien in einer weiterführenden Analyse in den zwei Gruppen ehemalige Mobbingopfer und nicht ehemalige Mobbingopfer näher betrachtet werden. In einer Post-hoc-Analyse wurde mittels *t*-Tests für unabhängige Stichproben untersucht, ob sich die Gruppen hinsichtlich der Anwendung der beiden Copingstrategien signifikant unterscheiden.

Hinsichtlich der Anwendung der Copingstrategie positives Denken zeigt sich zwischen den Gruppen ehemalige Mobbingopfer ($M = 10.33, SD = 2.44, n = 184$) und der Gruppe nicht ehemalige Mobbingopfer ($M = 10.73, SD = 2.48, n = 215$) kein signifikanter Unterschied, $t(397) = -1.65, p = .099, d = 0.16, 95\% \text{ KI für } d [-0.03, 0.35]$. Bezüglich der Copingstrategie soziale Unterstützung zeigt sich hingegen ein signifikanter Unterschied zwischen den Gruppen ehemalige Mobbingopfer ($M = 13.19, SD = 3.05, n = 184$) und nicht ehemalige Mobbingopfer ($M = 14.14, SD = 2.23, n = 215$), $t(397) = -3.58, p < .001, d = 0.34, 95\% \text{ KI für } d [0.16, 0.55]$.

Diskussion

Zusammenfassung

Ziel dieser Studie war die Gewinnung vertiefter Erkenntnisse über die Langzeitfolgen von Mobbing in der Kindheit und Jugend. Dabei standen gesundheitspsychologisch relevante Variablen im jungen Erwachsenenalter im Fokus des Forschungsinteresses. Es sollten Unterschiede der Selbstwirksamkeitserwartung zwischen jungen Erwachsenen, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden und solchen, die in ihrer Schulzeit nicht gemobbt wurden, untersucht werden. Zudem wurde der Zusammenhang zwischen der Intensität der Mobbinghandlungen in der Schulzeit und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter sowie der moderierende Einfluss von vier adaptiven Copingstrategien und

einer maladaptiven Copingstrategie betrachtet. Es wurden eine niedrigere Selbstwirksamkeitserwartung in der Gruppe der ehemaligen Mobbingopfer (H1) verglichen mit nicht ehemaligen Mobbingopfern und eine negative Korrelation zwischen der Mobbingintensität in der Schule und der Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter (H2) erwartet. Weitere Annahmen waren, dass der negative Zusammenhang zwischen Mobbing und Selbstwirksamkeit durch die adaptiven Copingstrategien aktive Stressbewältigung, positives Denken, Halt im Glauben und soziale Unterstützung geschwächt (H3) und durch die maladaptive Copingstrategie Alkohol- und Zigarettenkonsum verstärkt wird (H4). Außerdem wurde erwartet, dass junge Erwachsene, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden, mit höherer Wahrscheinlichkeit auch in der Gegenwart mit Mobbinghandlungen konfrontiert werden (H5).

Der Anteil ehemaliger Mobbingopfer wurde anhand festgelegter Kriterien erhoben, wobei 185 TeilnehmerInnen (46 %) laut eigenen Angaben in ihrer Schulzeit gemobbt wurden. Für die Prüfung der Hypothese 1 wurde ein *t*-Test für unabhängige Stichproben durchgeführt, wobei sich in der Gruppe der ehemaligen Mobbingopfer eine signifikant niedrigere Selbstwirksamkeitserwartung als in der Gruppe der nicht ehemaligen Mobbingopfer zeigte. Durch die Berechnung des Pearson-Korrelationskoeffizienten konnte eine signifikant negative Korrelation zwischen der Mobbingintensität in der Schule und der Selbstwirksamkeit im jungen Erwachsenenalter gezeigt und somit die zweite Hypothese angenommen werden. Die Moderationsmodelle der adaptiven Copingstrategien aktive Stressbewältigung, positives Denken, Halt im Glauben und soziale Unterstützung erwiesen sich als signifikant, was zur Annahme der dritten Hypothese führte. Die vierte Hypothese muss aufgrund eines fehlenden signifikanten Moderationseffektes der Copingstrategie Alkohol- und Zigarettenkonsum abgelehnt werden. Die fünfte Hypothese konnte nur teilweise bestätigt werden. Es zeigte sich kein Unterschied zwischen den Gruppen ehemalige Mobbingopfer und nicht ehemalige Mobbingopfer hinsichtlich der Häufigkeit des aktuellen Auftretens der Mobbinghandlungen Ärgern und Drohen/Verletzen. Bezüglich der Mobbinghandlungen soziale Ausgrenzung und Verbreitung von Gerüchten gab es allerdings einen Unterschied insofern als dass ehemalige Mobbingopfer von diesen Mobbinghandlungen aktuell signifikant öfter betroffen sind als nicht ehemalige Mobbingopfer. In einer weiterführenden Analyse konnte gezeigt werden, dass ehemalige Mobbingopfer über signifikant weniger soziale Unterstützung verfügen. Bezüglich der Copingstrategie positives Denken zeigte sich kein signifikanter Unterschied zwischen den Gruppen.

Interpretation

Der Anteil junger Erwachsener, die in ihrer Schulzeit gemobbt wurden, beträgt in dieser Studie 46 %, was die von der deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie e.V. (2015) genannte Häufigkeit von 30 % übersteigt. Die Tatsache, dass fast die Hälfte der ProbandInnen in zumindest einer Phase ihrer Schulzeit unter Mobbing litt, verdeutlicht, dass Mobbing ein weitverbreitetes Problem darstellt, das nicht verharmlost werden sollte. Die in der Schulzeit am häufigsten erlebten Mobbinghandlungen sind in der untersuchten Stichprobe Ärgern, Verbreitung von Gerüchten, Sexuelle Gesten und Witze sowie soziale Ausgrenzung, was weitgehend mit Ergebnissen bisheriger Forschungsarbeiten übereinstimmt (Buxton, Potter, & Bostic, 2013). Cybermobbing wurde in der untersuchten Stichprobe nur von wenigen TeilnehmerInnen genannt, was von Befunden anderer Forschungsarbeiten abweicht (Snell, 2010). Dies könnte darin begründet sein, dass die Schulzeit der StudienteilnehmerInnen teilweise bis zu 17 Jahre zurückliegt und zu dem damaligen Zeitpunkt die Nutzung von Social Media und somit auch Cybermobbing weniger verbreitet waren. Da das Internet heutzutage einen großen Bestandteil des Alltags von Kindern und Jugendlichen ausmacht, ist es wahrscheinlich, dass Cybermobbing aktuell ein präsenteres Problem ist. Dass alle Mobbinghandlungen am häufigsten in der Mittelstufe vorkamen, stimmt mit Ergebnissen der Literatur überein (Buxton et al., 20013) und lässt vermuten, dass die betreffende Altersgruppe besonders anfällig für das Mobbingphänomen ist. Demzufolge sollte dem Problem in der Mittelstufe besonders viel Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Die Ergebnisse zeigen unter ehemaligen Mobbingopfern eine signifikant geringere Selbstwirksamkeitserwartung als unter jungen Erwachsenen, die nicht gemobbt wurden. Dies steht im Einklang mit Forschungsarbeiten zu ähnlichen Faktoren, wie beispielsweise einer Studie von deLara (2016), in welcher ehemalige Mobbingopfer von einem reduzierten Selbstbewusstsein aufgrund der Mobbingenerlebnisse in der Schule berichteten. Zudem entspricht die ermittelte geringere Selbstwirksamkeitserwartung ehemaliger Mobbingopfer den Inhalten des Konzepts der Selbstwirksamkeitserwartung von Bandura (1997), welches unter anderem besagt, dass Erfahrungen in der Kindheit und Jugend für die Entwicklung der Selbstwirksamkeitserwartung wichtig sind. Die Ergebnisse suggerieren, dass die Selbstwirksamkeitserwartung von SchülerInnen durch abwertende Handlungen und systematisches Ausgrenzen von MitschülerInnen langfristig beeinträchtigen werden kann. Allerdings muss darauf hingewiesen werden, dass die ermittelte Effektstärke klein ist ($d = 0.33$) und der Unterschied zwischen den beiden Gruppen daher nicht überinterpretiert werden

sollte. Die durchschnittliche Selbstwirksamkeitserwartung ist mit $M = 27.95$ bei ehemaligen Mobbingopfern zwar geringer als bei den nicht ehemaligen Mobbingopfern ($M = 29.48$), weicht jedoch nur leicht von dem von Schwarzer und Jerusalem (1999) in den meisten Stichproben erhobenen Mittelwert von circa 29 Punkten ab.

Die negative Korrelation zwischen der Mobbingintensität und der Selbstwirksamkeitserwartung deutet darauf hin, dass es einen Zusammenhang zwischen der wahrgenommenen Intensität des Mobblings in der Schulzeit und dem Schweregrad der Langzeitfolgen gibt. In ähnlicher Weise konnte in einer Studie von Schafer et al. (2004) gezeigt werden, dass ehemalige Mobbingopfer ein geringeres Selbstwertgefühl haben und dass dies besonders von der Dauer und der Häufigkeit des Mobblings abhängt. Allerdings ist auch hinsichtlich der Interpretation dieser Erkenntnisse Vorsicht geboten, da es sich bei der ermittelten Korrelation von $r = -.204$ um einen kleinen Effekt handelt.

Im Rahmen der Moderationsmodelle konnten signifikante Einflüsse der Copingstrategien aktive Stressbewältigung, positives Denken, Halt im Glauben und soziale Unterstützung gezeigt werden. Diese adaptiven Copingstrategien scheinen den negativen Einfluss von Mobbing in der Schulzeit auf die Selbstwirksamkeitserwartung im jungen Erwachsenenalter abzuschwächen. Diese Erkenntnis unterstreicht die Tatsache, dass Mobbing eine Extremform sozialen Stresses darstellt und dass die Art der Handlungen, die Mobbingopfer und ehemalige Mobbingopfer zur Stressbewältigung unternehmen, einen wichtigen Einfluss auf die langfristigen Auswirkungen von Mobbing haben kann. Ähnliche Ergebnisse konnten auch in früheren Studien gefunden werden (Ttofi et al., 2014). Besonders die Copingstrategien positives Denken und soziale Unterstützung erwiesen sich als hochsignifikante Moderatoren des negativen Zusammenhangs zwischen Mobbingintensität und Selbstwirksamkeit, was annehmen lässt, dass diese Copingstrategien eine besonders schützende Funktion bei der Bewältigung von Mobbing einnehmen könnten. Aufgrund dieser Erkenntnis wurde in einer Post-hoc-Analyse untersucht, ob sich ehemalige Mobbingopfer und nicht ehemalige Mobbingopfer hinsichtlich der Strategien positives Denken und sozialer Unterstützung unterscheiden. Es zeigte sich lediglich für soziale Unterstützung ein signifikant geringerer Gesamtscore bei ehemaligen Mobbingopfern, was ein Hinweis darauf sein könnte, dass ehemalige Mobbingopfer über weniger soziale Unterstützung verfügen. Dies stimmt mit einigen Forschungsergebnissen überein, die beispielsweise zeigen, dass ehemalige Mobbingopfer im Erwachsenenalter mehr emotionale Einsamkeit erleben und Schwierigkeiten haben, Freundschaften und soziale Beziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten (Schafer et al., 2004). Bezüglich der maladaptiven Copingstrategie Alkohol-

und Zigarettenkonsum wurde kein signifikanter Effekt gefunden. Die Ergebnisse weisen somit nicht auf eine Verstärkung des negativen Zusammenhangs zwischen Mobbingintensität und Selbstwirksamkeitserwartung aufgrund eines erhöhten Alkohol- und Zigarettenkonsums hin. Man könnte aufgrund der Ergebnisse annehmen, dass Alkohol- und Zigarettenkonsum unter ehemaligen Mobbingopfern keine gängige Copingstrategie ist. Diesbezüglich finden sich in der Literatur widersprüchliche Angaben, denn einige Arbeiten weisen auf einen negativen (Kuntsche & Gmel, 2004) und andere auf einen positiven Zusammenhang (Vieno et al., 2011) zwischen Mobbing und Alkoholkonsum hin. In dieser Studie waren die Zustimmungswerte der Subskala Alkohol- und Zigarettenkonsum in der Stichprobe generell niedrig, was möglicherweise daran liegen könnte, dass AnwenderInnen dieser Copingstrategie nicht repräsentativ vertreten waren. Hinzu kommt, dass erhöhter Alkoholkonsum in Stresssituationen eine sozial verpönte Bewältigungsstrategie ist und daher betreffende Fragen vermutlich nicht immer ehrlich beantwortet werden.

Es konnte gezeigt werden, dass über ehemalige Mobbingopfer in jüngerer Vergangenheit häufiger Gerüchte verbreitet wurden und dass sie in letzter Zeit öfter von anderen Personen ausgegrenzt wurden als junge Erwachsene, die nicht gemobbt wurden. Dies stimmt mit anderen Forschungsarbeiten überein (Schafer, 2004) und könnte darin begründet liegen, dass ehemalige Mobbingopfer aufgrund ihrer negativen sozialen Erfahrungen in der Kindheit tendenziell misstrauischer sind und manchmal unsicher sind, wie sie sich in sozialen Situationen angemessen verhalten sollen (deLara, 2016). Bezüglich des aktuellen Auftretens der Mobbinghandlungen Ärgern sowie Drohen/Verletzen konnte kein signifikanter Unterschied zwischen den Gruppen ehemalige Mobbingopfer und nicht ehemalige Mobbingopfer gefunden werden. Ein möglicher Erklärungsansatz dafür ist, dass durch die hauptsächliche Rekrutierung der TeilnehmerInnen über Universitätsgruppen in sozialen Netzwerken, ein Großteil der Stichprobe wahrscheinlich aus Studierenden besteht. Mobbing an Universitäten kommt zwar durchaus vor (Chapell et al., 2004), ist allerdings aufgrund offenerer Strukturen weniger verbreitet als in der Schule, weshalb die Ergebnisse in anderen Kontexten, wie beispielsweise am Arbeitsplatz, möglicherweise anders ausgefallen wären (Glendinning, 2001).

Limitationen

Eine Einschränkung der Studie ist, dass es bei der retrospektiven Erhebung von Erlebnissen in der Kindheit und Jugend zu Erinnerungsverzerrungen kommen kann. Um Erinnerungsverzerrungen möglichst gering zu halten, wurden ausschließlich junge Erwachsene zwischen 18 und 35 Jahren befragt, weshalb keine Aussagen darüber gemacht

werden können, wie lange die Folgen von Mobbing in der Schulzeit anhalten können. Für zukünftige Forschungsarbeiten wäre die Untersuchung der Selbstwirksamkeitserwartung ehemaliger Mobbingopfer im mittleren und hohen Erwachsenenalter interessant.

In der Studie wurden Selbstbeurteilungsverfahren verwendet, wodurch die Ergebnisse subjektiv sind und verzerrt sein können. In diesem Zusammenhang ist auch das Phänomen der sozialen Erwünschtheit von Bedeutung. Da Mobbing ein mit Scham behaftetes Thema ist, kann es für ehemalige Mobbingopfer trotz Anonymität schwierig sein, über erlebte Mobbinghandlungen zu berichten. Die Tatsache, dass es sich bei der Erinnerung an soziale Erlebnisse aus der Schulzeit um ein emotionales Thema handeln kann, erklärt möglicherweise auch, weshalb einige TeilnehmerInnen die Bearbeitung des Fragebogens vorzeitig abgebrochen haben. Eventuell ist der in der Einleitung genannte Hinweis, dass es in der Studie um soziale Erlebnisse der Schule gehen wird, Grund dafür, dass sich einige Personen nach Lesen der Einleitung gegen die Teilnahme an der Studie entschieden haben.

Da die TeilnehmerInnen vor allem über Universitätsgruppen in sozialen Netzwerken gewonnen wurden, liegt es nahe, dass die Stichprobe vorrangig aus Studierenden besteht. Es ist daher fraglich, ob die Gruppe der ehemaligen Mobbingopfer repräsentativ für die gesamte Population ehemaliger Mobbingopfer ist. Es besteht die Möglichkeit, dass sich ehemalige Mobbingopfer, die studieren von ehemaligen Mobbingopfern, die nicht studieren unterscheiden. In den USA konnte gezeigt werden, dass einige SchülerInnen die Schule aufgrund von Mobbing abbrechen (Centers for Disease Control and Prevention, 2009) und es gibt eine signifikant negative Korrelation zwischen Mobbing und schulischem Erfolg (Nakamoto & Schwartz, 2010). Generell ist das Risiko eines geringeren sozialen Status unter ehemaligen Mobbingopfern erhöht (Takizawa et al., 2014), weshalb viele schwer von Langzeitfolgen von Mobbing betroffene junge Erwachsene möglicherweise nicht im Studium anzutreffen sind. Bezüglich der Stichprobe ist darüber hinaus anzumerken, dass der Stichprobenumfang sehr groß war, weshalb kleinere Effekte schneller signifikant werden. Dies muss bei der Interpretation der Ergebnisse berücksichtigt werden.

Hinsichtlich der verwendeten Verfahren muss angemerkt werden, dass die CBVS-R eines der wenigen verhaltensbasierten Verfahren ist, das rückblickend Mobbingereferenzen aus der Kindheit erfasst. Laut den Kriterien des CBVS-R werden Personen relativ schnell als Mobbingopfer definiert und es ist möglich, dass die Gruppe der ehemaligen Mobbingopfer bei der Verwendung anderer Verfahren etwas kleiner ausgefallen wäre. Die Gatehouse Bullying Scale wurde als dichotomes Verfahren verwendet, um aktuelle Häufigkeiten von Mobbinghandlungen zu erfassen. Dichotome Antwortformate sind generell in ihrer

Aussagekraft eingeschränkt und liefern nicht genug Informationen für ein umfassendes Bild. Es wäre interessant, in zukünftigen Forschungsarbeiten den Zusammenhang zwischen Mobbing in der Schulzeit und Mobbing im Erwachsenenalter mit anderen Verfahren genauer zu analysieren. Kritisch ist auch anzumerken, dass für die Gatehouse Bullying Scale von Bond et al. (2007) in der Literatur keine inneren Konsistenzen gefunden werden konnten.

Bezüglich der Auswertung der Daten muss erwähnt werden, dass ein metrisches Skalenniveau aufgrund der Likert-Skalierung der Items angenommen wurde. In der Praxis wird die Likert-Skala zwar oftmals wie eine intervallskalierte Variable behandelt, allerdings handelt es sich strenggenommen um eine Ordinalskala, weshalb dieses Vorgehen von einigen ForscherInnen kritisiert wird (Mircioiu & Atkinson, 2017).

In der Studie wurden ausschließlich Unterschiede zwischen den beiden Gruppen ehemalige Mobbingopfer und nicht ehemalige Mobbingopfer untersucht. Allerdings gibt es beim Mobbingphänomen in der Realität noch weitere relevante Gruppen wie beispielsweise TäterInnen oder Personen, die sowohl gemobbt wurden als auch gemobbt haben (Wolke et al., 2013). Gerade bei letzterer Gruppe konnten in der Vergangenheit besonders schwerwiegende Folgen gefunden werden (Copeland et al., 2013) und es wäre daher interessant, diese Gruppe in weiterführende Studien miteinzubeziehen.

Im Rahmen dieser Studie wurden lediglich fünf Copingstrategien bezüglich des Zusammenhangs zwischen Mobbingintensität und Selbstwirksamkeitserwartung untersucht. Kritisch zu erwähnen ist dabei auch, dass nur eine einzige maladaptive Copingstrategie betrachtet wurde. Es stellt sich die Frage, ob es weitere wichtige Copingstrategien gibt, die die negativen Konsequenzen von Mobbing in der Schule abschwächen und eine schützende Funktion einnehmen können. Auch weitere maladaptive Copingstrategien, welche die Folgen von Mobbing als sozialen Stress verschlimmern könnten, sind möglich und sollten beforscht werden.

Des Weiteren ist anzumerken, dass in dieser Studie ein querschnittliches Design verwendet und keine Längsschnittstudie durchgeführt wurde. Bei der Erfassung der Langzeitfolgen von Mobbing in der Kindheit und Jugend spielen viele konfundierende Variablen, wie beispielsweise Familienprobleme oder psychische Störungen eine Rolle. Mobbing ist schwer von anderen Phänomenen abzugrenzen und kann kaum isoliert betrachtet werden. Kausale Aussagen über Zusammenhänge zwischen Mobbing in der Kindheit und Jugend und Problemen im Erwachsenenalter sind daher schwer möglich. Es wäre im Hinblick auf weitere Forschung daher wünschenswert, eine Längsschnittstudie durchzuführen, in der die TeilnehmerInnen von der Schulzeit bis in das Erwachsenenalter begleitet werden.

Praktischen Implikationen

Die Tatsache, dass 46 % der TeilnehmerInnen während ihrer Schulzeit gemobbt wurden, zeigt großen Handlungsbedarf. Die Ergebnisse der Studie betonen die Notwendigkeit von Aufklärung, Prävention und Interventionsprogrammen in Schulen und anderen Bildungseinrichtungen. Nicht nur SchülerInnen, sondern auch Eltern und Lehrpersonal sollten vermehrt über das Ausmaß der Problematik aufgeklärt werden, damit das Phänomen keinesfalls ignoriert oder verharmlost wird. Aufgrund der langanhaltenden negativen Konsequenzen von Mobbing wäre es sinnvoll, flächendeckend Anti-Mobbing-Programme in Schulen einzusetzen. Ein Beispiel für ein erfolgversprechendes Präventionsprogramm ist das Olweus Mobbing-Präventionsprogramm (Olweus & Limber, 2010), durch dessen Implementierung in den entsprechenden Schulen Mobbing reduziert und das soziale Klima verbessert werden konnte.

Die Erkenntnisse der Studie zeigen auch auf Forschungsebene weiteren Handlungsbedarf, insofern als die Langzeitfolgen von Mobbing weiterhin intensiv beforscht werden müssen und dabei gesundheitspsychologisch relevanten Variablen mehr Beachtung geschenkt werden sollte. Da Mobbing Erfahrungen subjektiv unterschiedlich wahrgenommen werden können, erscheint es sinnvoll, quantitative Forschungsarbeiten vermehrt um qualitative Ansätze zu ergänzen, damit das Phänomen ganzheitlich abgebildet und in all seinen Facetten erfasst werden kann.

Da in der Studie gezeigt werden konnte, dass der Einsatz der adaptiven Copingstrategien aktives Stressmanagement, positives Denken, Halt im Glauben und soziale Unterstützung bei der Bewältigung der negativen Folgen von Mobbing in der Schule helfen kann, ist es notwendig, diese Strategien bei SchülerInnen explizit zu fördern und sie aktiv dabei zu unterstützen. Vor allem soziale Unterstützung scheint eine wichtige Ressource zu sein, an der es gerade Mobbingopfern mangelt. Es ist daher essentiell, Mobbingopfern Mitteilungsmöglichkeiten zu schaffen und sie mit ihren Problemen nicht alleine zu lassen.

Aus den Studienergebnissen wird deutlich, dass Auswirkungen von Mobbing in der Kindheit und Jugend nicht mit der Schullaufbahn beendet sind, sondern dass Betroffene weiterhin unter den Folgen leiden können. Daraus ergibt sich die Notwendigkeit, auch jungen Erwachsenen bezüglich ihrer Mobbing Erfahrungen mehr Gehör zu verschaffen und ihnen Möglichkeiten und den Raum zu bieten – beispielsweise in Form von Selbsthilfegruppen für ehemalige Mobbingopfer – ihre Erfahrungen auch rückblickend zu verarbeiten.

Literaturverzeichnis

- Annerbäck, E., Sahlqvist, L., & Wingren, G. (2014). A cross-sectional study of victimisation of bullying among schoolchildren in Sweden: Background factors and self-reported health complaints. *Scandinavian Journal of Public Health, 42*(3), 270–277. doi:10.1177/1403494813514142
- Arseneault, L., Bowes, L., & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: Much ado about nothing? *Psychological Medicine, 40*(5), 717–729. doi:10.1017/S0033291709991383
- Atik, G., & Guneri, O. Y. (2012). California bullying victimization scale: Validity and reliability evidence for the Turkish middle school children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 46*, 1237–1241. doi:10.1016/j.sbspro.2012.05.281
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Batinic, B., Lazarevic, J., & Dragojevic-Dikic, S. (2017). Correlation between self-efficacy and well-being, and distress, in women with unexplained infertility. *European Psychiatry, 41*, 899. doi:10.1016/j.eurpsy.2017.01.1836
- Bond, L., Wolfe, S., Tollit, M., Butler, H., & Patton, G. (2007). A comparison of the gatehouse bullying scale and the peer relations questionnaire for students in secondary school. *Journal of School Health, 77*(2), 75–79. doi:10.1111/j.1746-1561.2007.00170.x
- Buxton, D., Potter, M., & Bostic, J. (2013). Coping strategies for child bully-victims. *Pediatric Annals, 42*(4), 57–61. doi:10.3928/00904481-20130326-08
- Carver, C. (1997). You want to measure coping but your protocol' too long: Consider the brief cope. *International Journal of Behavioral Medicine, 4*(1), 92–100. doi:10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Centers for Disease Control and Prevention (2009). *Helping your child feel connected to school*. Zugriff am 18.01.2020. Verfügbar unter http://www.cdc.gov/healthyyouth/protective/pdf/connectedness_parents.pdf
- Chapell, M., Casey D., De la Cruz, C., Ferrell, J., Forman, J., Lipkin, R., ... (2004). Bullying in college by students and teachers. *Adolescence, 39*(153), 53–64.
- Cheng, K. (2012). Cyberbullying. *Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence, 60*, 64–126. doi:10.1016/j.neurenf.2012.05.505

- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale: Erlbaum.
- Copeland, W. E., Wolke, D., Angold, A., & Costello, E. J. (2013). Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA Psychiatry*, *70*(4), 419–426. doi:10.1001/jamapsychiatry.2013.504
- DeLara, E. W. (2016). *Bullying scars: The impact on adult life and relationships*. New York: Oxford University Press.
- Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie e.V. (2015). *Aktuelle Ergebnisse kinder- und jugendpsychiatrischer Forschung*. Zugriff am 05.01.2019. Verfügbar unter <http://www.dgkjp.de/pressebereich/193-pressemitteilungen/pressemitteilungen-2015/259-presseinformation-15-01-2016-2>
- Dukes, R. L., Stein, J. A., & Zane, J. I. (2010). Gender differences in the relative impact of physical and relational bullying on adolescent injury and weapon carrying. *Journal of School Psychology*, *48*(6), 511–532. doi:10.1016/j.jsp.2010.08.001
- Erath, S. A., Flanagan, K. S., Bierman, K. L., & Tu, K. M. (2010). Friendships moderate psychosocial maladjustment in socially anxious early adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *31*(1), 15–26. doi:10.1016/j.appdev.2009.05.005
- Faltermaier, T., & Lessing, N. (2017). Coping. In M. A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch – Lexikon der Psychologie* (18. Aufl., S. 358–359). Bern: Hogrefe.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, *39*(2), 175–191. doi:10.3758/BF03193146
- Felix, E. D., Sharkey, J. D., Green, J. G., Furlong, M. J., & Tanigawa, D. (2011). Getting precise and pragmatic about the assessment of bullying: The development of the California bullying victimization scale. *Aggressive Behavior*, *37*(3), 234–247. doi:10.1002/ab.20389
- Frost, B., & Mierke, K. (2013). Stresserleben und Stressbewältigung bei Studierenden. Funktionale und dysfunktionale Strategien und weitere Einflussvariablen. *Journal of Business and Media Psychology*, *4*(1), 13–24.
- Furlong, M. J., Sharkey, J. D., Felix, E. D., Tanigawa, D., & Green, J. G. (2010). Bullying assesment: A call for increased precision of self-reporting procedures. In S. R. Jimerson,

- S. M. Swearer, & D. L. Espelage (Eds.), *Handbook of Bullying in Schools: An International Perspective* (pp. 329–345). New York: Routledge.
- Gardner, K. J., Archer, J., & Jackson, S. (2012). Does maladaptive coping mediate the relationship between borderline personality traits and reactive and proactive aggression? *Aggressive Behavior, 38*(5), 403–413. doi:10.1002/ab.21437
- Gelkopf, M., Berger, R., Bleich, A., & Silver, R. (2012). Protective factors and predictors of vulnerability to chronic stress: A comparative study of 4 communities after 7 years of continuous rocket fire. *Social Science & Medicine, 74*(5), 757–766. doi:10.1016/j.socscimed.2011.10.022
- Gerrig, R. J. (2016). Stress. In R. J. Gerrig, T. Dörfler, & J. Roos (Hrsg.), *Psychologie* (20. Aufl., S. 472–489). Hallbergmoos: Pearson.
- Glendinning, P. (2001). Workplace bullying: Curing the cancer of the American workplace. *Public Personnel Management, 30*(3), 269–286. doi:10.1177/009102600103000301
- Green, J. G., Oblath, R., Felix, E. D., Furlong, M. J., Holt, M. K., & Sharkey, J. D. (2018). Initial evidence for the validity of the California bullying victimization scale (CBVS-R) as a retrospective measure for adults. *Psychological Assessment, 30*(11), 1444–1453. doi:10.1037/pas0000592
- Hall, E. (1989). *Beyond culture*. New York: Doubleday.
- Hardt, J., & Rutter, M. (2004). Validity of adult retrospective reports of adverse childhood experiences: Review of the evidence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, 45*(2), 260–273. doi:10.1111/j.1469-7610.2004.00218.x
- Hawker, D. S., & Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, 41*(4), 441–455. doi:10.1017/S0021963099005545
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). New York: Guilford Publications.
- Hinz, A., Schumacher, J., Albani, C., Schmid, G., & Brähler, E. (2006). Bevölkerungsrepräsentative Normierung der Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung. *Diagnostica, 52*(1), 26–32. doi:10.1026/0012-

1924.52.1.26

- Jerusalem, M. (1990). *Persönliche Ressourcen, Vulnerabilität und Streßerleben*. Göttingen: Hogrefe.
- Judge, T. A., & Ilies, R. (2002). Relationship of personality to performance motivation: A meta-analytic review. *Journal of Applied Psychology*, *87*(4), 797–807. doi:10.1037/0021-9010.87.4.797
- Kasper, H. (1998). *Mobbing in der Schule. Probleme annehmen – Konflikte lösen*. Lichtenau: AOL Verlag.
- Kirchler, E. (2011). *Arbeits- und Organisationspsychologie* (3. Aufl.). Wien: UTB.
- Kokkinos, C. M., & Kipritsi, E. (2012). The relationship between bullying, victimization, trait emotional intelligence, self-efficacy and empathy among preadolescents. *Social Psychology of Education*, *15*(1), 41–58. doi:10.1007/s11218-011-9168-9
- Krätzeloh, C. U. (2011). A systematic review of studies using the Brief COPE: Religious coping in factor analyses. *Religions*, *2*(3), 216–246. doi:10.3390/rel2030216
- Krohne, H. W. (1997). Stress und Stressbewältigung. In R. Schwarzer (Hrsg.), *Gesundheitspsychologie. Ein Lehrbuch* (2. Aufl. S. 123–145). Göttingen: Hogrefe.
- Kuntsche, E., & Gmel, G. (2004). Emotional wellbeing and violence among social and solitary risky single occasion drinkers in adolescence. *Addiction*, *99*(3), 331–339. doi:10.1111/j.1360-0443.2004.00653.x
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984) *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lee, J. H. (2018). Victimization by bullying and physical symptoms among south korean schoolchildren. *Journal of School Nursing*, *34*(2), 149–155. doi:10.1177/1059840517696962
- Leiner, D. J. (2016). *SoSci Survey* (Version 3.2.03) [Computer software]. Verfügbar unter <https://www.soscisurvey.de>
- Lereya, S. T., Copeland, W. E., Costello, E. J., & Wolke, D. (2015). Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: Two cohorts in two countries. *The Lancet Psychiatry*, *2*(6), 524–531. doi:10.1016/S2215-0366(15)00165-0

- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting & task performance*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Lumley, T., Diehr, P., Emerson, S., & Chen, L. (2002). The importance of the normality assumption in large public health data sets. *Annual Review of Public Health, 23*(1), 151–169. doi:10.1146/annurev.publhealth.23.100901.140546
- Luszczynska, A., Gutiérrez-Doña, B., & Schwarzer, R. (2005). General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International Journal of Psychology, 40*(2), 80–89. doi:10.1080/00207590444000041
- Makaremi, A. (2000). Self-efficacy and depression among Iranian college students. *Psychological Reports, 86*(2), 386–388. doi:10.2466/pr0.2000.86.2.386
- Meltzer, H., Vostanis, P., Ford, T., Bebbington, P., & Dennis, M. S. (2011). Victims of bullying in childhood and suicide attempts in adulthood. *European Psychiatry, 26*(8), 498–503. doi:10.1016/j.eurpsy.2010.11.006
- Merk, K. (2014). *Mobbing: Praxisleitfaden für Betriebe und Organisationen*. Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Mircioiu, C., & Atkinson, J. (2017). A comparison of parametric and non-parametric methods applied to a likert scale. *Pharmacy, 5*(2), doi:10.3390/pharmacy5020026
- Moore, D. (2002). Measuring new types of question-order effects: Additive and subtractive. *Public Opinion Quarterly, 66*(1), 80–91. doi:10.1086/338631
- Nakamoto, J., & Schwartz, D. (2010). Is peer victimization associated with academic achievement? A meta-analytic review. *Social Development, 19*(2), 221–242. doi:10.1111/j.1467-9507.2009.00539.x
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among US youth. *Jama, 285*(16), 2094. doi:10.1001/jama.285.16.2094
- Nerdinger, F., Blickle, G., & Schaper, N. (2014). *Arbeits- und Organisationspsychologie* (3. Aufl.). Berlin: Springer.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school. What we know and what we can do*. Malden: Blackwell.
- Olweus, D., & Limber, S. P. (2010). *Bullying in school: Evaluation and dissemination of the*

- olweus bullying prevention program. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80, 124–134. doi:10.1111/j.1939-0025.2010.01015.x
- Orest, M. (2000). Self-care self-efficacy, quality of life, and depression after stroke. *Neurology Report*, 24(4), 164. doi:10.1097/01253086-200024040-00015
- Popp, A. M., Peguero, A. A., Tech, V., Day, K. R., Kahle, L. L., & Tech, V. (2014). Gender, bullying victimization, and education. *Violence and Victims*, 29(5), 843–856. doi:10.1891/0886-6708.VV-D-13-00047
- Posadzki, P., Stockl, A., Musonda, P., & Tsouroufli, M. (2010). A mixed-method approach to sense of coherence, health behaviors, self-efficacy and optimism: Towards the operationalization of positive health attitudes. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51(3), 246–252. doi:10.1111/j.1467-9450.2009.00764.x
- Qudsyi, H., & Putri, M. I. (2016). Self-efficacy and anxiety of national examination among high school students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 217, 268–275. doi:10.1016/j.sbspro.2016.02.082
- Robbins, S. B., Le, H., Davis, D., Lauver, K., Langley, R., & Carlstrom, A. (2004). Do psychosocial and study skill factors predict college outcomes? A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 130(2), 261–288. doi:10.1037/0033-2909.130.2.261
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (2009). Social support: Mapping the construct. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(1), 113–120. doi:10.1177/0265407509105526
- Satow, L. (2012). *Stress- und Coping-Inventar. Test- und Skalendokumentation*. Zugriff am 01.11.2019. Verfügbar unter <http://www.drSATOW.de/tests/stress-und-coping-inventar/>
- Schafer, M., Korn, S., Smith, P. K., Hunter, S. C., Mora-Merchan, J., Singer, M. M., & van der Molen, K. (2004). Lonely in the crowd: Recollections of bullying. *British Journal of Developmental Psychology*, 22(3), 379–394. doi:10.1348/0261510041552756
- Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational Psychologist*, 26, 207–231. doi:10.1080/00461520.1991.9653133
- Schwarzer, R. (1994). Optimistische Kompetenzerwartung: Zur Erfassung einer personalen Bewältigungsressource. *Diagnostica*, 40 (2), 105–123.
- Schwarzer, R. (2004). *Psychologie des Gesundheitsverhaltens: Einführung in die Gesundheitspsychologie* (3. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

- Schwarzer, R., Boehmer, S., Luszczynska, A., Mohamed, N. E., & Knoll, N. (2005). Dispositional self-efficacy as a personal resource factor in coping after surgery. *Personality and Individual Differences, 39*(4), 807–818. doi:10.1016/j.paid.2004.12.016
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1999). *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der Wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*. Berlin: Freie Universität Berlin.
- Snell, P. A. (2010). Cyberbullying victimization and behaviors among girls: Applying research findings in the field. *Journal of Social Sciences, 6*(4), 510–514. doi:10.3844/jssp.2010.510.514
- Swearer, S., Turner, R., Givens, J., & Pollack, W. (2008). "You're so gay"! do different forms of bullying matter for adolescent males? *School Psychology Review, 37*(2), 160–173.
- Takizawa, R., Maughan, B., & Arseneault, L. (2014). Adult health outcomes of childhood bullying victimization: Evidence from a five-decade longitudinal British birth cohort. *American Journal of Psychiatry, 171*(7), 777–784. doi:10.1176/appi.ajp.2014.13101401
- Teicher, M. H., Samson, J. A., Sheu, Y., Polcari, A., & Mcgreenery, C. E. (2010). Hurtful words: Association of exposure to peer verbal corpus callosum abnormalities. *American Journal of Psychiatry, 167*, 1464–1471. doi:10.1176/appi.ajp.2010.10010030
- Trompeter, N., Bussey, K., & Fitzpatrick, S. (2018). Cyber victimization and internalizing difficulties: The mediating roles of coping self-efficacy and emotion dysregulation. *Journal of Abnormal Child Psychology, 46*(5), 1129–1139. doi:10.1007/s10802-017-0378-2
- Ttofi, M. M., Bowes, L., Farrington, D. P., & Lösel, F. (2014). Protective factors interrupting the continuity from school bullying to later internalizing and externalizing problems: A systematic review of prospective longitudinal studies. *Journal of School Violence, 13*(1), 5–38. doi:10.1080/15388220.2013.857345
- Ttofi, M. M., Farrington, D. P., Lösel, F., & Loeber, R. (2009). The predictive efficiency of school bullying versus later offending: A systematic/meta-analytic review of longitudinal studies. *Criminal Behaviour and Mental Health, 19*(1), 9–27. doi:10.1002/cbm.808
- Varhama, L. M., & Björkqvist, K. (2005). Relation between school bullying during adolescence and subsequent long-term unemployment in adulthood in a Finnish sample.

Psychological Reports, 96(2), 269–272. doi:10.2466/pr0.96.2.269-272

Vieno, A., Gini, G., & Santinello, M. (2011). Different forms of bullying and their association to smoking and drinking behavior in Italian adolescents. *Journal of School Health*, 81(7), 393–399. doi:10.1111/j.1746-1561.2011.00607.x

Wang, J., Iannotti, R. J., & Nansel, T. R. (2009). School bullying among adolescents in the united states: Physical, verbal, relational, and cyber. *Journal of Adolescent Health*, 45(4), 368–375. doi:10.1016/j.jadohealth.2009.03.021

Wilcox, R. (2012). *Introduction to Robust Estimation and Hypothesis Testing* (3rd ed.). San Diego: Academic Press.

Wolke, D., Copeland, W. E., Angold, A., & Costello, E. J. (2013). Impact of bullying in childhood on adult health, wealth, crime, and social outcomes. *Psychological Science*, 24(10), 1958–1970. doi:10.1177/0956797613481608