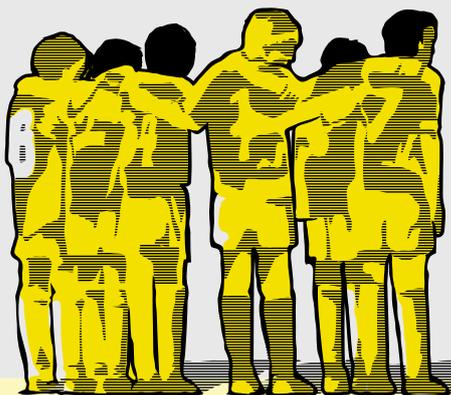


# gemeinsam gegen Mobbing in der Schule ausgespielt

## WAS IST MOBING?

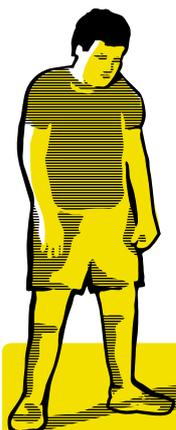
Eine Person wird gemobbt, wenn sie systematisch und wiederholt über längere Zeit den negativen Handlungen einer oder mehrerer Personen ausgesetzt ist.



## MERKMALE VON MOBINGEPISODEN

- > Die angegriffene Person (selten mehrere) ist unterlegen.
- > Die Angriffe sind systematisch auf bestimmte Personen gerichtet und wiederholen sich.
- > Angriffe geschehen oft über längere Zeit (ein halbes Jahr oder länger).
- > Die gemobbte Person hat kaum die Möglichkeit, aus eigener Kraft der Situation zu entfliehen.
- > «Ziel» der Angriffe ist oft der Ausschluss aus der (Arbeits-, Klassen-) Gemeinschaft.

Viele der einzelnen Episoden sind sehr subtil und für sich nicht immer klar als Angriffe zu erkennen. Mobbing ist ein Muster, welches sich aufgrund vieler dieser negativen Handlungen mit der Zeit herausbildet.



## FORMEN VON MOBING

Mobbing kann überall passieren: auf dem Schulweg, in der Pause, im Klassenzimmer, an der Bushaltestelle, in der Umkleidekabine, auf elektronischem Weg. Wir unterscheiden direkte und indirekte Erscheinungsformen von Mobbing:

### DIREKTE FORMEN

- > Körperlich: z.B. jemandem wehtun, gegen den Willen festhalten
- > Verbal: z.B. auslachen
- > Gegen Eigentum: z.B. Fahrrad beschädigen
- > Drohungen: z.B. auf dem Schulweg auflauern und Geld erpressen

### INDIREKTE, SUBTILE FORMEN

- > Gestik/Mimik/Körpersprache: z.B. Augen verdrehen
- > Tonfall: z.B. übertrieben höflich grüssen
- > Gerüchte verbreiten: z.B. Unwahrheiten in Umlauf setzen
- > Ausspannen: z.B. beste Freundin
- > Ausgrenzen: z.B. bei Gruppenarbeiten und im Sport
- > Ignorieren, nicht beachten
- > E-Mobbing: z.B. entwürdigende E-Mails, SMS

## NOTWENDIGE VORAUSSETZUNGEN

- > Mindestens ein aggressionsbereites Kind in der Gruppe (Mobbingtäter/-in).
- > Kinder, die mitmachen, jedoch nicht selber die Initiative ergreifen (Mitläufer, Verstärker).
- > Kinder, die zwar nicht direkt am Mobbing beteiligt sind, die in der Regel jedoch auch nichts unternehmen, um dem Opfer zu helfen (Passive).
- > Erwachsene, die nichts sehen, hören, unsicher sind, wegschauen, Angst haben.

Mobbing ist ein Gruppenphänomen, es ist mehr als die Auseinandersetzung zwischen Täter/-in und Opfer.

## HINWEISE UND FOLGEN

### MÖGLICHE WARNSIGNALE VON MOBINGOPFERN

- > Angst vor Schulweg
- > sinkende Leistungen
- > Verletzungen, blaue Flecken
- > Verlorene/beschädigte Sachen
- > Kopf-/Bauchschmerzen
- > Appetitlosigkeit, Schlafstörungen, Müdigkeit
- > Ängstlichkeit, Selbstabwertung
- > Immer weniger Freunde/-innen
- > Schulangst

### MÖGLICHE FOLGEN FÜR DAS OPFER

tiefer Selbstwert, innerer Rückzug, Grundhaltung des Misstrauens gegenüber andern Menschen, depressive Verstimmung, im Extremfall: Suizid.

### FÜR DIE TÄTER/-IN

weiter aggressives und normbrechendes Verhalten, Einschränkung des Verhaltensrepertoires, Zusammenschluss mit anderen aggressiven Gleichaltrigen, später Delinquenz.

## WAS KÖNNEN ALLE ELTERN PRÄVENTIV TUN?

- > Hören Sie aufmerksam zu, wenn Ihr Kind von der Schule erzählt, und nehmen Sie es ernst.
- > Stärken Sie das Selbstbewusstsein des Kindes, loben und fördern Sie seine Erfolge, auch im ausser-schulischen Bereich.
- > Geben Sie Hilfestellung beim Herstellen und Pflegen von ausser-schulischen Kontakten.
- > Pflegen Sie einen offenen und vertrauensvollen Gesprächsaustausch, leben Sie einen konstruktiven Umgang mit Konflikten vor.
- > Pflegen Sie den Kontakt zu andern Eltern.
- > Halten Sie Kontakt zu den Lehrpersonen, nutzen Sie Elternabende und Sprechstunden. Fragen Sie nicht nur nach Noten, sondern auch danach, ob Ihr Kind gut in die Klasse integriert ist.



## HINWEISE FÜR ELTERN VON MOBBINGOPFERN

- > Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Plagen/Mobbing und ermuntern Sie es, darüber zu berichten. Akzeptieren Sie die Gefühle (wie Ärger, Wut, Scham) des Kindes.
- > Wenn Ihr Kind nicht darüber spricht, scheuen Sie sich nicht, Klassenkameraden/-innen oder befreundete Eltern zu befragen: Ihr Kind braucht Ihren Schutz.
- > Suchen Sie das Gespräch mit der Lehrperson. Bereiten Sie das Gespräch mit der Lehrperson sorgfältig vor. Überlegen Sie vorher, was Sie von ihr und der Schule erwarten.
- > Schildern Sie den Vorfall sachlich. Unterlassen Sie in jedem Fall Schuldzuweisungen. Die Lehrer/-innen können in der Regel nichts dafür.
- > Entwickeln Sie gemeinsam mit der Lehrperson konkrete Strategien.
- > Überprüfen Sie, ob die vereinbarten Strategien den erwünschten Erfolg bringen.
- > Wenn alles nichts hilft, wenden Sie sich an die Schulleitung. Die Schule hat die Pflicht, sich darum zu kümmern, dass es Ihrem Kind gut geht.
- > Ziehen Sie nach Bedarf eine externe Fachstelle bei.

## WAS NICHT HILFREICH IST

- > Die Schuld bei Ihrem Kind suchen.
- > Mit den Eltern der Täter/-innen reden, wenn Sie sie nicht gut kennen. Die meisten Eltern schützen ihr Kind und billigen so sein aggressives Verhalten. Selbst wenn sie es bestrafen, wirkt sich das in aller Regel negativ auf das Opfer aus. Mit den Tätern/-innen reden, wenn Sie sie nicht gut kennen. Weiter zeigt es den «Mobbenden», dass sich Ihr Kind nicht wehren kann. Sie schwächen damit die Position Ihres Kindes.
- > Ihr Kind zum ersten Lehrergespräch mitnehmen. Abhängig von der Einstellung der Lehrperson, könnte es für das Kind belastend sein und könnte seine Schuldgefühle verstärken.

## HINWEISE FÜR ELTERN VON MOBBINGTÄTER/-INNEN

Die Versuchung, unbesehen das eigene Kind zu verteidigen und in Schutz zu nehmen, ist gross, aber nicht hilfreich. Als Grundsatz gilt immer: Trennung von Person und Verhalten! Das Kind als Person respektieren, aber das Fehlverhalten klar und deutlich benennen und nicht dulden.

- > Sprechen Sie mit dem Kind über den Vorfall, versuchen Sie Beweggründe herausfinden
- > Vermeiden Sie Schuldzuweisung
- > Setzen Sie Grenzen, Mobbingaktionen dürfen nicht toleriert werden
- > Benennen Sie Konsequenzen, wenn das negative Verhalten bleibt
- > Bieten Sie Hilfestellung zur Verhaltensänderung an
- > Machen Sie deutlich, dass Kontakt zur Lehrperson besteht und Austausch über das Verhalten stattfindet
- > Nehmen Sie keinen Kontakt zum Opfer bzw. den Eltern zwecks Verteidigung oder Rechtfertigung auf
- > Ziehen Sie nach Bedarf externe Beratung bei: Erziehungsberatung, Schulpsychologe/-in, Kinder- Jugendtherapeut/-in, denn Ihr Kind braucht eventuell Hilfe, um das unerwünschte Verhalten zu ändern

## WEITERLESEN

- > J. Eckardt, Mobbing bei Kindern, Urania Verlag, 2006
- > D. Krowatschek, Mobbing erfolgreich beenden, AOL Verlag, 2006

## EINLOGGEN

- > [www.mobbing-info.ch](http://www.mobbing-info.ch)
- > [www.seitenstark.de/mobbing-schluss-damit](http://www.seitenstark.de/mobbing-schluss-damit)
- > [www.schueler-mobbing.de](http://www.schueler-mobbing.de)

## HILFE HOLEN

- > Berner Gesundheit, 0800 070 070, [www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)
- > Pädagogische Hochschule, 031 309 27 11, [www.weiterbildung.phbern.ch](http://www.weiterbildung.phbern.ch)
- > Erziehungsberatung des Kantons Bern, 031 633 41 41, [www.erz.be.ch/erziehungsberatung](http://www.erz.be.ch/erziehungsberatung)
- > Universität Bern, Alsaker Gruppe für Prävention, [www.praevention-alsaker.unibe.ch](http://www.praevention-alsaker.unibe.ch)

## Quellen:

- > F. Alsaker, «Qualgeister und ihre Opfer», Huber Verlag, 2003
- > D. Olweus, «Gewalt in Schulen», Huber Verlag, 1995
- > «sonst bist du dran», Aktion Kinder- & Jugendschutz e.V., [www.schueler-mobbing.de](http://www.schueler-mobbing.de)