

## Hilfe bei Mobbing

### Psychologische Beratungslehrer/innen, Präventionsbeauftragte

Präventionsbeauftragte und Schulpsychologische Beratungslehrkräfte haben eine Zusatzausbildung und können Sie und Ihr Kind bei Mobbingproblemen unterstützen. Fragen Sie die Klassen- oder Schulleitung, wer für die Schule Ihres Kindes zuständig ist.

### Schulpsychologische Beratungsstellen

Landesweit gibt es 24 Schulpsychologische Beratungsstellen, die kompetente Beratung anbieten. Ihre Schule kann Ihnen den richtigen Ansprechpartner nennen oder Sie finden Ihre zuständige Beratungsstelle unter: [www.schule-bw.de/lehrkraefte/beratung/beratungslehrer/beratungsstellen](http://www.schule-bw.de/lehrkraefte/beratung/beratungslehrer/beratungsstellen).

### Kontaktbüro Prävention

Das Kontaktbüro Prävention des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport kann Lehrer/innen aber auch Eltern von Betroffenen sowohl Informationen als auch Beratung anbieten. Die Bürozeiten und Ansprechpartner finden Sie unter: [www.kontaktbuero-praevention-bw.de](http://www.kontaktbuero-praevention-bw.de).

## TK: Gesunde Schule

Nicht nur Mobbing, auch Bewegungsmangel, ungesunde Ernährung und Stress können auf lange Sicht krank machen. Die TK fördert deshalb Projekte, die im schulischen Umfeld für mehr Gesundheit sorgen. [www.tk.de/gesundeschule](http://www.tk.de/gesundeschule)

© 2008 Konzept „Mobbingfreie Schule“; Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) der Behörde für Schule und Berufsbildung, Hamburg; Techniker Krankenkasse (TK), Hamburg.

Herausgeber: Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg; Techniker Krankenkasse (TK), Landesvertretung Baden-Württemberg.



Baden-Württemberg

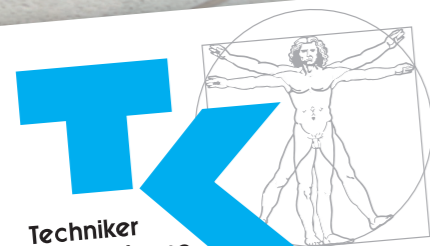
MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Aktion Mobbingfreie Schule –  
Gemeinsam Klasse sein!



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT



Techniker  
Krankenkasse  
Gesund in die Zukunft.

Mobbing in der Schule  
Was Eltern darüber wissen sollten



Techniker  
Krankenkasse  
Gesund in die Zukunft.



### GUT ZU WISSEN!

**Mobbing** | Das Wort Mobbing stammt aus dem Englischen. Wörtlich übersetzt heißt es: Jemanden anpöbeln, sich auf jemanden stürzen. Heute wird es gebraucht für das gezielte Quälen und Schikanieren anderer Menschen in Institutionen wie Schule oder Arbeitsplatz.



### GUT ZU WISSEN!

**Hänselei oder Mobbing?** | Nicht jede Hänselei ist Mobbing. Wird einmal eine Federtasche versteckt oder jemandem eine Mütze vom Kopf gerissen, ist das oft Teil der unvermeidlichen Machtkämpfe in der Klasse. Die Schüler messen ihre Kräfte, um die Positionen in der Klasse untereinander aufzuteilen.

Hänseleien und Konflikte können aber die Ausgangsbasis für Mobbing sein. Deshalb ist es wichtig, hier frühzeitig Grenzen zu setzen und Regeln zu vereinbaren, die Mobbing verhindern. Eltern sollten aufmerksam, aber nicht ängstlich reagieren, wenn ihr Kind von solchen Ereignissen berichtet.

## Gewalt in der Schule

Stellen Sie sich vor, Ihr Kind verändert sich plötzlich. Es wird still und verschlossen, unruhig und nervös oder bricht oft unvermittelt in Tränen aus oder wird wütend, ohne dass Sie den Anlass dazu erkennen können.

So wie Lena (Name geändert) aus einer sechsten Klasse. Sie war immer eine gute Schülerin. Plötzlich bringt sie schlechte Noten nach Hause. Kommt sie von der Schule heim, verkriecht sie sich in ihrem Zimmer. Reden will sie nicht. Sie schläft schlecht. Morgens klagt sie häufig über Bauch- und Kopfschmerzen und will nicht zur Schule gehen.

Bis vor Kurzem traf Lena sich regelmäßig mit Freundinnen zum Spielen. Seit einigen Wochen aber hat sie kaum noch Verabredungen. Manchmal sagt sie sogar: „Am liebsten möchte ich tot sein.“

Was ist passiert? Mit vorsichtigem Fragen und viel Geduld bringen die Eltern Lena dazu, von ihren Sorgen zu erzählen. Und was sie hören, alarmiert sie zutiefst.

Denn Lena berichtet: Wenn sie in die Klasse kommt, wenden sich ihre Mitschülerinnen demonstrativ ab. Niemand will neben ihr sitzen. Wenn sie sich im Unterricht beteiligt, fangen einige an zu kichern. In den Pausen ziehen Mitschüler ihr den Anorak über den Kopf oder nehmen ihr das Pausenbrot weg. Sie rufen ihr Schimpfworte nach.

„Keiner will mehr etwas mit mir zu tun haben“, klagt Lena. Am Anfang hat sie noch versucht, ihre ehemaligen Freundinnen um Hilfe zu bitten. Aber dann hat sie gemerkt: Sie ist ganz allein.

### Kein Einzelfall

Lena wird von ihren Mitschülern gemobbt. Sie ist kein Einzelfall: Nach Erfahrungen von Experten ist jeder sechste Schüler beziehungsweise jede sechste Schülerin von Mobbing betroffen. Seelische und körperliche Gewalt unter Schülerinnen und Schülern erzeugt dabei großes Leid auf Seiten der Opfer – oft unbemerkt von den Erwachsenen.

### Formen des Mobbings

Mobbing kann viele Formen haben. Das unterlegene Kind wird zum Beispiel beschimpft, lächerlich gemacht und herabgesetzt. Es wird ignoriert oder erhält wichtige Informationen nicht. Es wird geschlagen, bestohlen oder erpresst (Straftaten!). Mitschüler nehmen ihm die Federtasche, den Ranzen oder das Handy weg, verbreiten Gerüchte oder machen sexuelle Anspielungen.

## Cybermobbing

Mobbing spielt sich sehr häufig auch per Handy oder im Internet ab. Kinder und Jugendliche veröffentlichen peinliche Fotos, posten Beleidigungen oder surfen unter falscher Identität. Für diese neue Form der Schikane hat sich in den letzten Jahren der Begriff „Cybermobbing“ etabliert. Eine Forsa-Umfrage im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK) belegte erstmals, wie verbreitet Cybermobbing unter Schülern zwischen 14 und 20 Jahren in Deutschland ist. Das Ergebnis: Mehr als jeder dritte Jugendliche war bereits einmal Opfer einer Cybermobbing-Attacke. „Cybermobbing“ wird als eigenes Modul nach der Anti-Mobbing-Woche in der Klasse thematisiert.

### Was ist Mobbing?

Von Mobbing unter Schülern und Schülerinnen spricht man, wenn folgende Merkmale vorliegen:

- › Ein Konflikt zwischen zwei oder mehr Schülern hat sich verfestigt.
- › Einer der Beteiligten ist unterlegen.
- › Das Mobbing-Opfer wird mehrmals in der Woche und über einen längeren Zeitraum verbal oder körperlich von einzelnen Gruppenmitgliedern angegriffen.
- › Er erhält keine Hilfe und kann die Situation nicht allein auflösen.

### Viele mobben mit

Bei Mobbing sind in der Regel viele Personen beteiligt. Manche als aktive Täter, manche als passive Täter (Mitläufer). Manche schauen einfach nur zu. Andere schauen weg. Dazu gehören manchmal auch Lehrkräfte und Eltern. Doch auch wer wegschaut, ist beteiligt. Denn er verweigert bewusst seine Hilfe.

**Der Mobber** | Der typische Mobber, ob Junge oder Mädchen, ist seinem Opfer überlegen. Er hat gelernte aggressive Reaktionsmuster, ein gesundes Bewusstsein eigener Kraft, Stärke und Durchsetzungsfähigkeit. Er kann aufgrund dieser Überlegenheit anderen Schülern schaden oder sie auch beschützen. Die Mitschüler räumen ihm deshalb oft eine Führungsposition innerhalb der Gruppe ein.

**Die Mitläufer** | Wird ein Opfer gemobbt, beobachten die Mitschüler Folgendes: Der Mobber attackiert das Opfer. Es weicht vor den Angriffen des Mobbers zurück. Der Mobber kann sich durchsetzen. Er ist also – in seinem Sinne – erfolgreich. Sein Verhalten wird von einigen Mitschülern nachgeahmt: Aus eher passiven Zuschauern werden aktive Täter.

**Die Dulder** | Eine weitere Gruppe ist ebenfalls bedeutsam: Die Dulder. Sie beobachten das Mobbing, ohne einzugreifen. Meist haben diese Schüler Angst, selbst ein Mobbingopfer zu werden, und verhalten sich deshalb passiv.

### Das Opfer: Selbst schuld?

Jeder kann Mobbingopfer werden. Besonders gefährdet sind jedoch Schüler, die ein geringes Selbstwertgefühl haben, unsicher sind und sich deshalb ungeschickt gegenüber anderen verhalten.

Das können Kinder sein, die wegen ihrer Schüchternheit eher passiv sind und wenig auf andere zugehen. Es können aber auch Schüler sein, die auf den ersten Blick stark wirken, weil sie andere ständig provozieren.

Egal wie ungeschickt oder provozierend sich ein Schüler verhalten hat: Niemand hat das Recht, ihn zu mobben. **Stattdessen müssen Konflikte im Gespräch geklärt werden.** Mobbing dagegen ist keine Lösung. Es ist auch nicht einfach eine Reaktion von Schülern auf Verhaltensweisen, die ihnen nicht gefallen. Mobbing ist ein gezieltes, gemeinschaftliches Quälen von einzelnen Mitschülerinnen oder Mitschülern.

**Mobbingopfer brauchen deshalb den Schutz von anderen: von Lehrerinnen und Lehrern, Eltern und ihren Mitschülerinnen und Mitschülern.**

### Warnsignale für Eltern und Lehrer

Werden Sie aufmerksam, wenn Sie Folgendes bei Ihrem Kind beobachten:

- › zerrissene Kleidung
- › beschädigte Bücher
- › Prellungen, Schnitte oder Kratzer ohne nachvollziehbare Erklärung
- › wenig Kontakt und keine Freundschaft mit Mitschülern
- › Ihr Kind geht nur widerwillig zur Schule
- › es wählt einen Umweg zur Schule
- › es hat Schlafstörungen, Kopf- oder Bauchschmerzen oder andere psychosomatische Symptome
- › plötzliche Wutausbrüche, Gereiztheit, Stimmungsschwankungen
- › Leistungsabfall in der Schule
- › Ihr Kind macht keine Hausaufgaben mehr
- › es ist aggressiv gegenüber Geschwistern



### Wann Sie aktiv werden sollten

Wenn Sie den Verdacht haben, dass in der Klasse Ihres Kindes gemobbt wird, müssen Sie handeln.

Ist Ihr Kind selbst betroffen, sprechen Sie es auf die Veränderungen an, die Sie an ihm wahrnehmen. Lassen Sie es erzählen, was es erlebt. Geben Sie ihm das Gefühl, dass Sie es wirksam schützen werden.

Nehmen Sie Kontakt zur Klassenleitung Ihres Kindes auf. Wenden Sie sich gegebenenfalls an die Schulleitung. Erarbeiten Sie gemeinsam mit Ihrem Kind und der Schule ein Vorgehen, um das Mobbing zu beenden.

Will Ihr Kind aus Angst vor Vergeltung nichts erzählen, regen Sie einen Elternabend an, auf dem Sie sich über die Situation in der Klasse austauschen. Die Klassenleitung kann eine anonyme schriftliche Befragung der Klasse vorschlagen. Danach kann eine Mobbing-Intervention durch interne (Mobbing-Interventions-Team) oder externe Experten eingeleitet werden. Sie können sich aber auch an die für die Schule zuständigen Berater wenden, zum Beispiel speziell ausgebildete Beratungslehrkräfte, Sozialpädagogen, Schulpsychologen, Schoolworker und Vertrauenslehrer.

### Gemeinsam gegen Mobbing

Lehrkräfte, Schüler und ihre Eltern sollten schon im Vorfeld gegen Mobbing aktiv werden. Das kann gelingen, wenn alle an einem Strang ziehen.

Lehrerinnen und Lehrer können dafür sorgen, dass in der Klasse ein vertrauensvolles Miteinander aufgebaut wird. Sie können gemeinsam mit den Schülern Regeln zum friedlichen Umgang miteinander erarbeiten und Gelegenheit zur Aussprache bei Problemen schaffen.

Schülerinnen und Schüler können lernen, Konflikte konstruktiv zu lösen, statt daraus Mobbing entstehen zu lassen.

Eltern beugen Mobbing vor, indem sie miteinander im Gespräch über den Schulalltag bleiben. Dazu sollten sie regelmäßig Kontakt zu einander, zu den Lehrkräften und zu Schülern pflegen und umgekehrt. Hilfreich ist es auch, wenn sie die in der Klasse erarbeiteten Regeln mit vertreten und bei Bedarf ihren Kindern noch einmal erklären.

### GUT ZU WISSEN!



**Angebote nutzen** | Regelmäßige Treffen von Eltern, Schülern und Lehrkräften helfen, Vertrauen zu schaffen. Sie bieten die Gelegenheit, einander kennenzulernen, Spaß miteinander zu haben und potenzielle Probleme schon im Ansatz auszuräumen. Nutzen Sie solche Angebote der Schule oder gestalten Sie sie selbst aktiv mit. Dann hat Mobbing keine Chance.