



Mobbing macht einsam

Was ist Mobbing?

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

- Ein Konflikt zwischen zwei oder mehr Schülern hat sich verfestigt.
- Einer der Beteiligten ist unterlegen.
- Der unterlegene Schüler 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.

Der Unterlegene wird zum Beispiel ausgegrenzt oder beschimpft, ihm werden Dinge weggenommen, er wird geschlagen oder gedemütigt.

Viele machen mit

Mobbing geschieht in der Gruppe. Viele sind beteiligt. Das unterlegene Kind, das zum Opfer wird. Der Täter, der oft eine Reihe von Mitläufern um sich scharht: Schüler, die beim Mobbing mitmachen. Andere, die lieber wegschauen als eingreifen – oft aus Angst davor, selbst angegriffen zu werden. Wenn dann das Opfer allein bleibt, gerät es in eine verzweifelte Lage. Seelische Störungen oder Erkrankungen können die Folge sein.

Machen Sie mit!

Gemeinsam aktiv gegen Mobbing

Wenn Schule, Eltern und Schüler gemeinsam an einem Strang ziehen, ist eine mobbingfreie Schule keine Utopie. Lassen Sie uns deshalb auch nach der Projektwoche gemeinsam aktiv werden. Zum Beispiel mit

- regelmäßigen Elterntreffen,
- gemeinsamen Festen,
- Konfliktlösungen auf kurzem Wege und
- Gesprächen darüber, wie wir in unserer Klasse miteinander umgehen.

Sie sind eingeladen

Zuerst aber lassen Sie sich auf dem Elterntreffen überraschen, was Ihre Kinder Ihnen zu bieten haben. Sie werden staunen, was sie alles gelernt haben.

**Aktion Mobbingfreie Schule –
Gemeinsam Klasse sein!**



Mobbingfreie Schule

Herausgeber: Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg. Konzept: Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI), Hamburg, Druck: Techniker Krankenkasse. Fotos: Wir danken dem Gymnasium Farmsen in Hamburg für die freundliche Unterstützung.



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

**Techniker
Krankenkasse**
Gesund in die Zukunft.

Informationen für
Eltern über eine
Projektwoche an
unserer Schule



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

**Techniker
Krankenkasse**
Gesund in die Zukunft.

Keine Chance für Mobbing

Mit Spaß soll es zur Schule gehen. Sich in der Klasse wohlfühlen, Freunde finden und Erfolg haben. Das wünschen sich fast alle Eltern für ihr Kind.

Dazu braucht das Kind eine Klassengemeinschaft, auf die es sich verlassen kann. Lehrer, Eltern und Mitschüler, die nicht wegsehen, wenn es einmal in Schwierigkeiten ist. Und Regeln, die helfen, dass niemand ausgegrenzt oder gemobbt wird.

Unterstützt vom Ministerium für Kultur, Jugend und Sport (Kontaktbüro Gewaltprävention) und der Techniker Krankenkasse engagieren wir uns deshalb in der Aktion „Mobbingfreie Schule – Gemeinsam Klasse sein!“

Die Anti-Mobbing-Woche

In einer Projektwoche wollen wir

- ein vertrauensvolles Miteinander in der Klasse schaffen,
- lernen, wie wir unsere Konflikte klären können und
- Wege finden, uns gemeinsam vor Mobbing zu schützen.

Gemeinsam Klasse sein!

Fünf Tage gegen Mobbing

Eine Woche lang wird Ihr Kind mit seiner Klasse erforschen, wie man positiv und konstruktiv miteinander umgehen kann.

Wir sehen Filme an, diskutieren, spielen Rollenspiele, erarbeiten hilfreiche Klassenregeln und vieles mehr. Zum Schluss wird Ihr Kind nicht nur viele neue Erfahrungen und viel Spaß mit seinen Mitschülerinnen und Mitschülern gehabt haben. Es wird auch viel darüber wissen, was es für ein friedliches Miteinander in der Klasse tun kann.

Auch die Eltern sind dabei

Auf einem Elterntreffen stellen Ihre Kinder Ihnen vor, was sie während der Anti-Mobbing-Woche herausgefunden haben. Sie selbst können mit anderen Eltern ins Gespräch kommen und mit der Schule aktiv gegen Mobbing werden: Damit Ihr Kind und seine Mitschüler und Mitschülerinnen auch in Zukunft ohne Angst lernen können.



Konflikte müssen geklärt werden

Wie wir Mobbing vorbeugen

Gewalt in der Schule oder auf dem Schulweg war schon früher nicht selten. Kinder, die davon betroffen sind, geraten oft in großes seelisches Leid. Vor allem, wenn sie niemanden haben, dem sie sich anvertrauen können.

Hilfe in der Not

An unserer Schule soll es anders sein. Die Schüler sollen sich darauf verlassen können, dass sie Hilfe finden, wenn sie in Not sind. Eltern sollen wissen, wo sie Unterstützung für ihr Kind bekommen. Und alle gemeinsam, Lehrkräfte, Eltern und Schüler, sollen lernen, Konflikte konstruktiv zu lösen.

Wenn Konflikte nicht geklärt werden

Denn Mobbing entsteht aus Konflikten, die nicht geklärt werden. Und zwar dann, wenn stärkere Schüler Spaß daran gewinnen, ein im Streit unterlegenes Kind längere Zeit weiter zu demütigen. Und wenn andere dabei mitmachen oder dieses Verhalten dulden.

Klassengespräch in großer Runde



**Aktion Mobbingfreie Schule –
Gemeinsam Klasse sein!**

Mobbing in der Schule

Was Eltern darüber wissen sollten



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT



Techniker Krankenkasse
Gesund in die Zukunft.

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.

Mobbing ist mittlerweile Alltag an den Schulen geworden. Seelische und körperliche Gewalt unter Schülerinnen und Schülern erzeugt dabei großes Leid auf Seiten der Opfer – oft unbemerkt von den Erwachsenen.

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.

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.



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.
- Der unterlegene Schüler 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.

Formen des Mobbing

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. Mitschüler nehmen ihm die Federtasche, den Ranzen oder das Handy weg, verbreiten Gerüchte oder machen sexuelle Anspielungen.

Viele mobben mit

Bei Mobbing sind viele beteiligt. Manche als Täter, manche als 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 Voyeuren werden aktive Mitläufer.

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 vielmehr ein gezieltes, gemeinschaftliches Quälen von einzelnen unterlegenen Mitschülerinnen oder Mitschülern.

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

Woran erkenne ich Mobbing?

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, sollten 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 externe Experten eingeleitet werden. Sie können sich aber auch an die für die Schule zuständigen Berater wenden, zum Beispiel speziell ausgebildete Beratungslehrkräfte, Sozialpädagogen und Schulpsychologen.

Gemeinsam gegen Mobbing

Lehrkräfte, Schüler und ihre Eltern können 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 zueinander, zu den Lehrkräften und zu Schülern pflegen. Hilfreich ist es auch, wenn sie die in der Klasse erarbeiteten Regeln mit vertreten und bei Bedarf ihren Kindern noch einmal erklären.

Regelmäßige Treffen von Eltern, Schülern und Lehrkräften helfen, Vertrauen zu schaffen. Sie bieten die Gelegenheit, einander kennen zu lernen, 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.



Hilfe bei Mobbing

Psychologische Beratungslehrer/innen, Gewaltpräventionsberater/innen

Gewaltpräventionsberater/innen und Schulpsychologische Berater/innen 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.

Kontaktbüro Gewaltprävention

Das Kontaktbüro Gewaltprävention 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.gewaltpraevention-bw.de.

TK: Für eine gesunde Schule

Nicht nur Mobbing, auch Bewegungsmangel, ungesunde Ernährung und Stress können Schülern, Lehrern und Eltern den Spaß an der Schule verderben und auf lange Sicht krank machen. Die TK fördert deshalb Schulprojekte, die im schulischen Umfeld für mehr Gesundheit sorgen. Mehr dazu finden Sie unter www.tk-online.de/gesundeschule.

Herausgeber: Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg.
© 2009 Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) der Behörde für Schule und Berufsbildung, Hamburg, Techniker Krankenkasse (TK). Text: Christina Großmann (LI), Druck: Techniker Krankenkasse. Fotos: Wir danken dem Gymnasium Farmsen in Hamburg für die freundliche Unterstützung.
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung.



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT



Techniker Krankenkasse
Gesund in die Zukunft.