



Schule Lindenbüel

Im Zentrum 25 8604 Volketswil

T 044 908 69 69 F 044 908 69 59

lindenbuel@schule-volketswil.ch www.lindenbuel.ch

Schule Volketswil



Mobbing (engl. *Bullying*)

Was ist Mobbing?

In der Fachwelt spricht man von Mobbing, wenn eine Person oder eine Gruppe wiederholt und über eine längere Zeitspanne die Würde eines anderen Menschen verletzt. Dies geschieht, indem der/die Betroffene schikaniert, übergangen, abgewertet, beleidigt oder schlicht ignoriert wird.

Klar zu unterscheiden sind die Begriffe Mobbing und Konflikt, denn Konflikte entstehen überall dort, wo Menschen miteinander zu tun haben. Konflikte sind deshalb unvermeidlich und alltäglich. Werden ernsthafte und andauernde Konflikte jedoch nicht frühzeitig erkannt oder gelöst, können sie sich zu Mobbing weiterentwickeln. Aber aufgepasst: Nicht hinter jeder Auseinandersetzung, nicht hinter jeder Kritik verbirgt sich tatsächlich ein gezieltes Mobbing (zitiert aus <http://mobbing-beratungsstelle.ch/mobbing>).

Machtverhältnis beim Mobbing

Bei Mobbing bestehen in der Regel ungleiche Machtverhältnisse. Die Beteiligten haben unterschiedliche Einflussmöglichkeiten auf die jeweilige Situation. „Jemand ist jemanden überlegen, Viele gegen Einen“.

Im Handlungsverlauf des Mobbing kristallisiert sich ein Opfer heraus. Aufgrund der ungleichen Machtverteilung hat es Schwierigkeiten, sich zu verteidigen und braucht deswegen besondere Aufmerksamkeit, Unterstützung und Schutz.

Wer sind die Betroffenen?

Das Mobbing kommt in allen Bereichen des privaten und gesellschaftlichen Lebens vor. In der Berufswelt wie im privaten Leben, in den Schulen, in Verbänden und Organisationen (vgl. Handbuch Gewaltprävention II, Günther Gugel; Institut für Friedenspädagogik Tübingen e.V. / WSD Pro Child e.V., 2010, Seite 576).

Welches sind typische Mobbinghandlungen?

Unter Mobbing in der Schule versteht man ein gegen Schüler gerichtetes Gemeinsein, Ärgern, Angreifen, Blossstellen, Schikanieren, Sekkieren (Necken, belästigen, Gerüchte verbreiten) und Drangsalieren (Tortur, Quälerei).

Mobbing unter Kindern und Jugendlichen hat viele Gesichter. Es kann grob und offensichtlich sein, aber ebenso gut auch subtil und versteckt. Es kann in der Schule, auf dem Spielplatz, im Internet oder per SMS stattfinden.

Folgen von Mobbing

- Anhaltender und zunehmender Stress
- Psychische Beeinträchtigungen: Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen, Gedankenautomatismen (Grübelzwang), Reizbarkeit, Merkfähigkeits- und Gedächtnisstörungen, Identitäts- und Selbstwertkrisen, Erschöpfungszustände und Versagensgefühle
- Psychosomatische Störungen und Erkrankungen: Atemnot, Herzschmerzen, Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Magenschmerzen, Muskelverspannungen, Herzinfarkt, Magen- und Darmerkrankungen
- Beeinträchtigung, Zerstörung sozialer Beziehungen: Partnerschaft, Familie, Freunde, Kollegen
- Psychische Erkrankungen: Depression, Paranoia, Selbsttötung
(Gesamter Text zitiert aus <http://mobbing-beratungsstelle.ch/mobbing>)

Möglichkeiten, sich selbst gegen Mobbing zu schützen

- Ungereimtheiten gleich zu Beginn an der Wurzel angehen. Ungerechtigkeiten nicht akzeptieren. Sofort reagieren: klar und deutlich sagen, dass man das Verhalten des Gegenübers nicht toleriert.
- Auf Veränderungen des eigenen Verhaltens und jenes der KollegInnen achten. Un erfreuliche oder abweisende Verhaltensweisen des Umfeldes wahrnehmen, ernst nehmen und nicht verdrängen.
- Ungute Gefühle nicht in sich hineinfressen; sich nicht zurückziehen.
- Bei wohlgesinnten Mitmenschen, privat oder in Selbsthilfegruppen, moralischen und menschlichen Rückhalt und verstärkende Unterstützung holen. Falsche Scham überwinden/ablegen.
- Frauen und Männer im Arbeitsumfeld auf das Problem ansprechen und auf das beginnende Mobbing sachlich aufmerksam machen. Jedoch die Kollegen/Kolleginnen nicht als Verbündete in die Abwehr-Strategien miteinbeziehen.
- Tagebuch in Form eines Protokolls führen: jede Art von Übergriffen, auch harmlos scheinende, schriftlich festhalten (Datum, Zeit, beteiligte Personen).
- Zeugen suchen und deren Aussagen schriftlich bestätigen lassen.
- Vorgesetzte, wenn nötig übergeordnete Vorgesetzte um Hilfe bitten. Gruppengespräche, Supervision oder Mediation durch firmenexterne Fachperson verlangen.
- Keine ungerechtfertigten Qualifikationen und Zeugnisse akzeptieren.
- Keine Zugeständnisse in Besprechungsprotokollen machen: Unterschrift verweigern oder im Protokoll eigenhändig Berichtigungen anbringen.
- Wenn das Mobbing nicht aufhört, frühzeitig Beratung holen bei einer Fachstelle, wie z.B. Mobbing Beratungsstelle. Keine Strategie im Alleingang!
- Frühzeitig den Arzt aufsuchen bei Konzentrationsschwierigkeiten, Ess- und Schlafstörungen, Herzbeschwerden oder Angstzuständen etc.
- Wenn ein offenes Gespräch nicht möglich ist, den Mobbern schriftlich klar machen, dass deren Verhalten und Agieren nicht akzeptiert wird und dass sie das unerwünschte Tun unterlassen sollen (Kopie des Briefes aufbewahren).
- Rechtsberatung einholen: Mobbing Beratungsstelle, Arbeitsgericht, Verband, Gewerkschaft, Anwalt, Rechtsschutzversicherung.
(Gesamter Text zitiert aus <http://mobbing-beratungsstelle.ch/mobbing>).

Möglichkeiten gegen Mobbing in der Schule vorzugehen

- Wenn eine Lehrperson direkte Handlungen von Mobbing erkennt, dann ist das oberste Ziel, die gewalttätige Situation zu stoppen. Dabei muss klar kommuniziert werden, dass Mobbing nicht geduldet wird und das Mobbing alles andere als cool ist. Die Botschaft an alle Mobbenden und an alle anderen muss klar sein: „Wir akzeptieren keine Gewalt, kein Mobbing an unserer Schule und werden dafür sorgen, dass sie aufhört.“ Die Lehrperson kann die Schulsozialarbeit aktivieren.
- SchülerInnen sollten ermutigt werden, Mobbingfälle nicht hinzunehmen, sondern einzugreifen oder zumindest darüber zu berichten, damit andere Interventionen gemacht werden können.
- Mobbingfälle sollten reflektiert und geklärt werden. Dabei ist die Unterstützung und der Schutz des Betroffenen von Mobbing wichtig.
- Mobbingfälle aufzudecken, den Opfern beizustehen und den Tätern die Unterstützung zu entziehen, ist zivilcouragiertes Handeln im besten Sinne (Wichtig ohne Schuldzuweisungen zu machen).
- Wenn Schülerinnen und Schüler lernen, sich durch die Fähigkeit des Perspektivenwechsel in die Sicht - und Erlebniswelt des Opfers einzufühlen, kann die Empathie-Fähigkeit zu einem besseren Verständnis der Vorgänge führen.
- **Das wichtigste ist aufmerksam zu sein**, jeden wissen zulassen, was Mobbing ist, wie Mobbing entstehen kann, wie fühlt sich das Opfer beim Mobben, wohin kann Mobbing führen, was macht man und wie geht man gegen das Mobbing vor.

Eltern entdecken, dass ihr Kind von Mobbing betroffen ist

Stellen Eltern fest, dass ihr Kind gemobbt wird, versuchen sie selbstverständlich, es zu schützen. Eine übermässige beschützende Haltung der Eltern könnte das Kind noch mehr von seinen Altersgenossen isolieren. Eine verstärkte Anbindung in die Erwachsenenwelt könnte ein Kind zusätzlich im Aufbau zu Kontakten zu Gleichaltrigen hemmen. Vor diesem Hintergrund ist es wichtig, dass die Eltern konsequent die Neigungen ihres Kindes unterstützen, Kontakte und Aktivitäten ausserhalb der Familie aufnehmen.

Das heisst, wenn ihr Kind in der Schule von Mobbing betroffen ist, sobald als möglich, mit Einbezug des Kindes die Lehrperson oder die Schulsozialarbeit ansprechen. Das Ziel dabei soll sein, eine Zusammenarbeit zur Lösung des Problems zu erreichen.

Bei der Offenlegung und der Bearbeitung der Mobbingsituation kann Furcht beim Kind entstehen, dass es weitere Repressalien erfahren könnte. In diesem Fall müssen die Erwachsenen die Verantwortung für die Lösung des Problems übernehmen und dem Kind Unterstützung, Sicherheit und Schutz vermitteln und garantieren.

Der Schutz des gemobbten Kindes erfordert eine enge Zusammenarbeit mit allen Beteiligten (Z.B. Eltern, Schule, Klasse, Täter, Mitläufer, Unbeteiligte und der/die Betroffene).

Die beste Form von Schutz für das Opfer ist die Offenlegung des Mobbingfalles. Alle wichtigen Personen wissen davon und erfahren, dass jegliche Form von Plagen oder Mobben nicht geduldet wird. Im Nachhinein stellt sich oftmals heraus, dass die gemobbte Person sehr erleichtert war, dass die Sache ans Licht gekommen war.

Was können Eltern sonst noch tun?

- Das Selbstvertrauen des betroffenen Kindes stärken
- Aufzeigen, dass die Eltern voll hinter dem Kind stehen
- Potentielle Begabungen und positive Eigenschaften stärken/fördern

Dies kann dem Schüler, dem Kind helfen, sich unter Gleichaltrigen durchzusetzen. Gezielter Aufbau des Selbstvertrauens führt dazu, dass das Kind andere „Signale“ an seine Umgebung ausstrahlt; dies könnte wiederum sein Verhältnis zu Gleichaltrigen verbessern.

Literaturhinweise zum Thema Mobbing

- Autorin: Françoise D. Alsaker; Titel: Mutig gegen Mobbing in Kindergarten und Schule; 1. Auflage, 2012; by Verlag, Hans Huber, Högrefe AG, Bern. (E-Book-ISBN: 978-3-456-94913-0)
- Autorin: Heike Blum; Titel: No blame approach, Mobbing – Intervention in der Schule, Praxishandbuch; 2. Ausgabe, 2010; Verlag, Detlef Beck; (ISBN: 3000277552, 9783000277559)
- Autor: Werner Ebner; Titel: Mobbe und herrsche: Was Eltern wissen sollten und tun können; © Werner Ebner 2012; Herstellung und Verlag, Books on Demand GmbH, Nordstedt. (ISBN: 9783848203277)
- Autor: Günther Gugel; Titel: Handbuch Gewaltprävention II; WSD Pro Child e.V., 2010; Institut für Friedenspädagogik, Tübingen e.V. /..