



# UMGANG MIT MOBBING

**INFO.** Sie halten eine Information zum Thema **Mobbing in den Händen.** Wenn Ihr Kind von Mobbing betroffen ist, sind Sie als Eltern wichtige Gesprächspartner für Ihr Kind und die Lehrkräfte. Dazu gehört unter anderem, wichtige Informationen darüber zu haben, was Mobbing ist, wie es von Erwachsenen erkannt und wie beendet werden kann. Das Informationsblatt möchte Ihnen hierzu einen Überblick geben. Zögern Sie nicht, sich bei Fragen oder Sorgen an die Klassenlehrkraft oder eine andere Vertrauensperson an der Schule Ihres Kindes zu wenden.

## WAS „MOBBING“ BEDEUTET

Mobbing unter Kindern und Jugendlichen in der Schule ist eine spezielle Form von Gewalt. Von Mobbing ist dann die Rede, wenn ein oder mehrere überlegene Akteure eine andere Person systematisch ausgrenzen, schikanieren, beschämen, beleidigen oder angreifen und sich der Kreis der aktiv oder passiv Mitwirkenden nach und nach vergrößert. Die Mobbing-Akteure befriedigen damit ihr Bedürfnis nach Macht und Anerkennung in der Gruppe, die dies wiederum toleriert. Mobbing-Betroffene können sich aus eigener Kraft nicht gegen die Übergriffe wehren und das Mobbing beenden, denn das entstandene Machtungleichgewicht ist zu groß. Deshalb ist Hilfe von Erwachsenen erforderlich.

Abzugrenzen ist „Mobbing“ von Konflikten. Konflikte sind Teil des menschlichen Zusammenlebens und gehören auch zum Schulalltag dazu. Im Konflikt stehen sich verschiedene Interessen, Vorstellungen oder Werte gegenüber. Konflikte sind zeitlich begrenzt und können untereinander geklärt werden. Werden Konflikte jedoch nicht gelöst, kann sich daraus ein Mobbingprozess entwickeln.

Mobbinghandlungen sind gekennzeichnet durch:

- ▶ **Wiederholung** (Angriffe, Anfeindungen sind systematisch; gehen über einen längeren Zeitraum);
- ▶ **Verletzungsabsicht** (das Ziel der Handlungen ist Schädigung/Erniedrigung einer Person);
- ▶ **Machtungleichgewicht** (die von Mobbing betroffene Person kann die Situation nicht ohne Hilfe beenden, Klassenkameraden schauen passiv zu/weg oder sind aktive Mitläufer).

Mobbinghandlungen sind vielfältig, z. B.

- ▶ schlagen, treten, schubsen, beleidigen;
- ▶ in einen Raum einsperren;
- ▶ persönliche Sachen zerstören oder verstecken;
- ▶ auslachen, nachäffen, lächerlich machen;
- ▶ bedrohen und zu Handlungen zwingen;
- ▶ ausgrenzen (auch im digitalen Raum);
- ▶ bloßstellen in den sozialen Medien.

## WIE ELTERN MOBBING ERKENNEN KÖNNEN

Ein generelles Warnsignal für ein aufmerksames Hinhören und -schauen sind unerwartete Verhaltensänderungen. Wenn Sie an Ihrem Kind eine solche bemerken, gilt zunächst, Informationen und Eindrücke zu sammeln. Sorgen Sie für eine geschützte Atmosphäre und beschreiben Sie Ihrem Kind, was Sie wahrnehmen. Hören Sie Ihrem Kind ruhig und aufmerksam zu. Nicht immer verbirgt sich hinter einer Verhaltensänderung Mobbing. Doch jedes Mobbing äußert sich in Verhaltensänderungen. Anzeichen können u. a. sein:

- ▶ Unwillen in die Schule zu gehen, Vorschieben von Unwohlsein und Krankheit;
- ▶ sich verschlechternde schulische Leistungen, Konzentrationsschwierigkeiten;
- ▶ Überempfindlichkeit, Reizbarkeit, Nervosität;
- ▶ Bauch- und Kopfschmerzen, veränderter Appetit und Schlafschwierigkeiten;
- ▶ Rückzug, abnehmender Kontakt zu Freunden und Klassenkameraden;
- ▶ sichtbare Verletzungen, z. T. auch selbstverletzendes Verhalten; zerstörtes Eigentum.

Die Gründe dafür, dass Kinder Mobbing zuhause verschweigen, sind vielfältig. Hier einige Beispiele:

- ▶ Angst davor, die Situation weiter zu verschlimmern, wenn Erwachsene eingreifen;
- ▶ Gewöhnung an die Situation;
- ▶ Überzeugung, dass sich die Situation nicht ändern lässt bzw. dass Erwachsene nicht helfen können;
- ▶ Angst vor Schuldzuweisungen;
- ▶ eigene Abwertung: „...habe ich so verdient.“;
- ▶ Angst vor nicht realisierbaren Ratschlägen;
- ▶ niemandem zusätzliche Sorgen machen wollen.

## WIE ELTERN UNTERSTÜTZEN KÖNNEN

Im Umgang mit Ihrem Kind können Sie in vielen Punkten Unterstützung signalisieren und leisten:

- ▶ Nehmen Sie Ihr Kind ernst und bestärken Sie es darin, dass Hilfe holen richtig und mutig ist.
- ▶ Lassen Sie sich bei Cybermobbing die Nachrichten bzw. Chatverläufe zeigen; sichern Sie diese.
- ▶ Beziehen Sie Ihr Kind in die Entscheidung über die nächsten Schritte ein. Dadurch geben Sie ihm das Gefühl, Kontrolle über die Situation zu behalten. Mobbing selbst ist vom Gefühl des Kontrollverlusts und Ausgeliefertseins geprägt.
- ▶ Vermitteln Sie Zuversicht und bestärken Sie Ihr Kind („Du bist ein wertvoller, liebenswerter Mensch und ok, so wie du bist.“).
- ▶ Schaffen Sie Ausgleich durch unbeschwerte Familienaktivitäten.
- ▶ Nehmen Sie ggf. Beratung in Anspruch (eine Auswahl finden Sie am Ende des Briefes).

**Hinweis:** Zeigen Sie gezielt Interesse an der Mediennutzung Ihres Kindes und machen Sie sich einen Eindruck davon. So erhalten Sie die Möglichkeit, ungünstige Einflussfaktoren zu entdecken, in die Schule keinen Einblick hat. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über seine Mediennutzung und sensibilisieren Sie für die Möglichkeiten und Gefahren im Netz.

Wird Ihr Kind gemobbt oder haben Sie den Verdacht, dass Mobbing vorliegt, sollte zudem stets die Klassenleitung oder eine andere vertraute Lehrkraft bzw. die Schulleitung Ihre erste Ansprechperson sein:

- ▶ Nehmen Sie direkten Kontakt mit der Schule auf, wenn Sie einen Mobbingverdacht haben oder Ihr Kind davon berichtet. So hat die Schule die Möglichkeit, geeignete Maßnahmen zu ergreifen.
- ▶ Berichten Sie der Klassenleitung oder anderen schulischen Vertrauenspersonen von den Schilderungen Ihres Kindes und lassen Sie sich erklären, welche Schritte die Schule unternimmt. Geben Sie der Schule Zeit und halten Sie Kontakt.

**QUELLE:** in Anlehnung an Aktion Kinder- und Jugendschutz Schleswig-Holstein (2019): „Sonst bist du dran. Mobbing an der Schule – Information für Eltern“.

WEITERE  
INFOS:



## WAS ELTERN NICHT TUN SOLLTEN

Sicher haben Sie als Eltern das Bedürfnis, Ihr Kind so schnell wie möglich aus der Situation zu befreien. Dennoch: Vermeiden Sie,

- ▶ Kontakt zu den Eltern der Mobbenden,
- ▶ akutes Mobbing beim Elternabend (oder im Elternchat) anzusprechen,
- ▶ die Mobbenden direkt zu konfrontieren,
- ▶ Ihrem Kind Ratschläge zu geben,
- ▶ den Willen Ihres Kindes zu ignorieren,
- ▶ ohne Einbeziehung Ihres Kindes zu handeln,
- ▶ ohne Abstimmung mit der Schule zu handeln.

## WENN DAS EIGENE KIND MOBBT

Es ist sicher schwer, damit umzugehen, wenn das eigene Kind mobbt bzw. des Mobblings beschuldigt wird. Dabei ist Herunterspielen ebenso wenig hilfreich wie Bestrafungen. Regen Sie Ihr Kind an, sich in die Lage der Betroffenen zu versetzen.

Besprechen Sie zunächst mit der Klassenleitung, was genau vorgefallen ist, und stimmen Sie das weitere Vorgehen ab. Die Schule kann Ihnen wertvolle Hinweise für das Gespräch mit Ihrem Kind geben. Bleiben Sie mit der Schule in Kontakt.

## CYBERMOBBING

Cybermobbing ist eine Form von Mobbing, bei der digitale Medien – z. B. soziale Netzwerke, Messenger-Dienste oder Online-Foren – genutzt werden, um eine Person zu beleidigen, bloßzustellen oder zu bedrohen. Im Unterschied zu analogem Mobbing endet es nicht nach Schulschluss, kann anonym erfolgen und Inhalte können sich sowohl schnell als auch weit verbreiten. Wichtige Schritte für Eltern eines betroffenen Kindes:

- ▶ Beweise sichern (Screenshots, Chatverläufe);
- ▶ nicht antworten, mobbende Personen blockieren und an Plattformbetreiber melden;
- ▶ Polizei einschalten bei strafrechtlich relevanten Inhalten oder wenn die Löschung nicht gelingt;
- ▶ regelmäßig Interesse an den Online-Aktivitäten zeigen, Chatverläufe gemeinsam anschauen – ohne Zwang, nachvollziehbar begründet;
- ▶ Schule informieren (Klassenleitung oder andere Vertrauensperson), um das Mobbing gemeinsam zu stoppen;
- ▶ technisch auf dem Laufenden bleiben: Trends, Apps und Plattformen des Kindes kennen;
- ▶ begleiten statt kontrollieren: echtes Interesse und Gesprächsbereitschaft fördern Vertrauen.