

# Elternwissen

# MOBBING

**MOBBING  
AN SCHULEN  
GEWALT VORBEUGEN  
WIE ELTERN  
HELFFEN KÖNNEN**



Die Reihe Elternwissen wird herausgegeben von:

**Katholische Landesarbeitsgemeinschaft**

**Kinder- und Jugendschutz NRW e.V.**

Schillerstraße 44 a, 48155 Münster,

Telefon: 0251 54027, Telefax: 0251 518609

[www.thema-jugend.de](http://www.thema-jugend.de)

Mitherausgeber der Reihe Elternwissen sind:

**Landesarbeitsgemeinschaft der**

**Katholischen Arbeitnehmer-Bewegung (KAB)**

c/o Diözesanverband Münster

[www.kab-muenster.de](http://www.kab-muenster.de)

**Katholische Elternschaft Deutschlands**

**Landesverband in Nordrhein-Westfalen**

**(KED in NRW)**

[www.katholische-elternschaft.de/ked-in-nrw/ked-nrw/](http://www.katholische-elternschaft.de/ked-in-nrw/ked-nrw/)

**Familienbund der Katholiken**

**Landesverband NW e.V.**

[www.familienbund-nrw.de](http://www.familienbund-nrw.de)

Überreicht durch:



Druck: Joh. Burlage, Kiesekampweg 2, 48157 Münster

Text: Petra Linzbach, Kathrin Gomolzig

Titelfoto: ohmydearlife\_pixabay

Foto S. 8: MapnaTKayk\_pixabay.com, S.11: photocase.de

Redaktion: Gundis Jansen-Garz, Kath. Landesarbeitsgemeinschaft

Kinder- und Jugendschutz NRW e.V.

Münster, Juli 2021

## Mobbing unter Kindern und Jugendlichen

**Auslachen, Schimpfwörter benutzen, lästern, Gerüchte verbreiten, ausgrenzen, ignorieren, Sachen verstecken oder beschädigen und andere Schikanen gehören in mehr oder weniger starker Ausprägung zum Schulalltag und setzen sich auch über das Smartphone bzw. Internet (Messenger, Soziale Netzwerke und Videoportale) fort. Absichtliche Verletzungen und Abwertungen sind Formen der Gewalt. Sie werden allerdings erst dann zu Mobbing, wenn sie wiederholt und systematisch auftreten, die Betroffenen sich nicht wehren können und es der Machtausübung Einzelner dient. Häufig suchen gemobbte Kinder oder Jugendliche die Schuld bei sich selbst und vertrauen sich nicht den Erwachsenen an. Allein können sie die Situation jedoch nicht lösen. Umso wichtiger ist es, dass Schule und Elternhaus über das Thema Mobbing gut informiert sind und rechtzeitig etwas dagegen unternehmen, um so psychischen und körperlichen Beeinträchtigungen vorzubeugen. In dieser Broschüre werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Kinder frühzeitig in der Familie gegen Mobbing gestärkt werden können, wie Mobbing erkannt wird und welche Hilfen es gibt.**

### Was ist Mobbing?

*Mobbing (engl. to mob = anpöbeln, schikanieren, angreifen) geschieht, wenn Einzelne oder eine Gruppe andere über einen längeren Zeitraum hinweg wiederholt systematisch schikanieren, dadurch ihr Bedürfnis nach Macht und Anerkennung befriedigen und dies in der Gruppe toleriert wird. Der\*die Betroffene kann es nicht allein beenden.*

Nicht jedes Schimpfwort, jeder Streit oder jede körperliche Auseinandersetzung ist Mobbing. Aber Mobbing ist immer Gewalt! Beispiele hierfür sind:

- Aussagen oder Aussehen abwerten oder vor anderen lächerlich machen
- auslachen
- Gestik und Mimik nachahmen

- ausgrenzen
- beleidigen, diffamieren, beschämen
- bedrohen oder unter Druck setzen
- schlagen, treten, schubsen
- in einen Raum sperren
- Sachen wegnehmen oder zerstören
- benutzen von Smartphone und Internet zur Abwertung anderer

## Worin unterscheiden sich Konflikte und Mobbing?

Konflikte des Zusammenlebens sind normal und gehören auch zum Schulleben dazu. Bei einem Konflikt treffen unterschiedliche Bedürfnisse, Interessen, Werte oder Absichten von Personen oder Gruppen aufeinander. Konflikte sind meistens Einzelereignisse, die zeitlich begrenzt sind. Sie können oft von den Beteiligten selbst gelöst werden. Bei ungelösten Konflikten besteht die Gefahr, dass sie eskalieren oder an anderer Stelle wieder aufbrechen. Sie können den Nährboden für Mobbing bereiten.

Mobbing tritt wiederholt, systematisch, regelmäßig und gezielt auf und dient der Machtausübung und Prestigegewinnung der Mobbenden. Die Schädigung und Ausgrenzung einer bestimmten Person stehen im Vordergrund. Die gemobbte Person wird zunehmend macht- und hilflos. Mobbingerfahrungen haben oft schwerwiegende und langanhaltende Folgen für die körperliche und psychische Gesundheit der Betroffenen. In der Schulklasse hat Mobbing zudem negative Auswirkungen auf den sozialen Werte- und Normenrahmen der Klasse.

### Wie entsteht Mobbing?

Ursachen von Mobbing können sein, dass Kinder oder Jugendliche selbst Kränkungen, Gewalt oder Ausgrenzung in der Familie erlebt haben. Sie versuchen, erlebte Ohnmacht in Macht über andere zu verwandeln. Aber auch eine Erziehung, die wenig Wert auf Sozialverhalten legt, die Einstellung zu Gewalt innerhalb der Gleichaltrigengruppe oder übermäßiger Konsum gewalthaltiger Medien können dazu beitragen, die Hemmschwelle zum Mobben zu senken.

## Mobbing hat System

Ein\*e oder mehrere Täter\*innen suchen sich ein geeignetes „Opfer“, indem sie zunächst verschiedene Mitschüler\*innen attackieren, sie beleidigen, lächerlich machen, ausgrenzen oder einen „wunden Punkt“ suchen. Sie üben Macht aus und manipulieren andere zum Mitmachen. Das ausgesuchte „Opfer“ zeigt möglicherweise ein körperliches Merkmal oder Verhaltensweisen, was die Mobbenden als Anlass für ihre Schikanen nutzen.

MOBBING KANN  
IN JEDER KLASSE  
AUF TRETEN.

Die Person kann sich nicht effektiv wehren und erhält nur wenig Unterstützung von den Mitschüler\*innen. Dies führt dazu, dass die Attacken gegenüber der Person nicht mehr vereinzelt, sondern systematisch durchgeführt werden.

Wenn sich immer mehr Mitschüler\*innen am Geschehen beteiligen, ist irgendwann die „Opferrolle“ festgelegt. Schikanen gegen die\*den Betroffene\*n gelten dann in der Klassennorm als gerechtfertigt und werden von allen toleriert oder auch unterstützt. Mobbing kann in jeder Klasse auftreten, besonders dann, wenn

- eine Klasse neu zusammengesetzt wird,
- jemand neu in die Klasse kommt,
- jemand eine Außenseiter\*innenrolle einnimmt,
- in der Klasse keine Regeln des sozialen Miteinanders vorhanden sind oder nicht eingeübt werden,
- die Lehrkraft ihre Leitungsrolle nicht wahrnimmt.

### Wer kann betroffen sein?

Jede\*r Schüler\*in kann betroffen sein. Jede Schwäche aber auch jede Stärke kann zum Anlass für eine Schikane genutzt werden. Bestimmte Merkmale bieten mitunter einen entsprechenden „Anreiz“. Betroffene von Mobbing werden häufiger Jungen und Mädchen, die

- ein geringes Selbstwertgefühl haben,
- körperlich schwach sind,
- ängstlich, überangepasst und unsicher sind,
- empfindsam und zurückhaltend sind,
- schnell erregbar, aggressiv und wenig anpassungsbereit sind,
- von der Klassennorm abweichende Merkmale besitzen (z. B. Hautfarbe, Behinderung, Übergewicht, Kleidung),
- als „Außenseiter\*in“, „Streber\*in“ oder „Neue\*r“ in der Klasse eingeordnet werden,
- Konflikt vermeidendes Verhalten oder Überanpassung in der Familie erlernt haben.

Erfahrungsgemäß reichen aber auch Veränderungen dieser Merkmale nicht aus, um aus der Rolle der\*des Mobbingbetroffenen herauszukommen. Vielmehr wird dann ein anderes Merkmal bzw. Verhalten gesucht und die Schikanen fortgesetzt. Nur ein Eingreifen der Lehrkraft und eine bewusste Umkehr zu prosozialem Verhalten innerhalb der Klasse oder Gruppe kann diese Spirale stoppen.

### Wichtig: Einer Verfestigung der Rolle vorbeugen

DIE FOLGE  
IST OFT  
VEREINSAMUNG.

Wird eine Person Betroffene\*r von Mobbingattacken, zieht sie sich vorerst zurück, um Angriffen zu entgehen. Hören diese nicht auf, entsteht bei ihr ein Gefühl von Hilflosigkeit und Unfähigkeit. Weitere Attacken tragen dazu bei, dass sich die Person in die Rolle der\*des Betroffenen fügt

und sich möglicherweise selbst die Schuld gibt. Die Folge ist oft Vereinsamung. Beim Schulmobbing zieht sich der gemobbte Junge oder das gemobbte Mädchen aus der Klassengemeinschaft und aus dem Freundeskreis zurück. Das Selbstwertgefühl der betroffenen Person wird stark beeinträchtigt und sie verliert die Fähigkeit, Kontakt zu anderen Menschen aufzunehmen. Untersuchungen haben gezeigt, dass Betroffene die Problematik, falls diese nicht bearbeitet wird, in eine andere Klasse oder Schule bis hin zur Berufsausbildung und zum späteren Arbeitsplatz mitnehmen. Damit erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass diese Personen erneut Betroffene von Mobbingprozessen werden. Um diesen Langzeitfolgen vorzubeugen, ist es dringend angeraten, als Eltern konsequent dafür zu sorgen, dass das Mobbing gestoppt wird.

### Warum mobben Kinder und Jugendliche?

Es gibt unterschiedliche Gründe, wie zum Beispiel:

- Langeweile und einen starken Drang nach Abwechslung,
- Spaß auf Kosten anderer haben wollen,
- Wut und Ärger an anderen abzureagieren,
- positive Gefühle durch Machtausübung und Kontrolle über andere zu erlangen,
- eigene Schwächen, Angst- und Ohnmachtsgefühle durch Abwertung anderer zu kompensieren,
- Neid auf andere (Freundschaften, Leistung),
- mangelnde Konfliktlösefähigkeit,

- Anerkennung in der Klasse zu bekommen,
- Rache dafür, selbst einmal betroffen von Mobbing gewesen zu sein,
- Nachahmung von Medieninhalten (Gewalt, Macht, Erniedrigung),
- ein familiäres Umfeld, das dem Kind, dem\*der Jugendlichen wenig Interesse und Empathie entgegenbringt,
- eine machtbetonte Erziehung oder
- aggressives und rücksichtsloses Verhalten wird in der Familie toleriert bzw. als „normal“ erlebt.

### Einer Verfestigung der Mobberrolle vorbeugen!

Kinder und Jugendliche, die die Erfahrung gemacht haben, in einer Gruppe Anerkennung und soziales Ansehen durch Mobbing zu erlangen, werden dieses Verhalten beibehalten, solange es Erfolg hat. Mobbendes Verhalten in der Entwicklungsphase Pubertät kann für die Täter\*innen auch zu einer Falle werden. Sie kommen oft nicht mehr von selbst aus dieser Rolle heraus. Viele sind dann erleichtert, wenn Erwachsene den Mobbingkreislauf durchbrechen. Neben klaren Begrenzungen ist die Anerkennung von prosozialem Verhalten für diese Kinder und Jugendlichen wichtig.

### Werterahmen der Schule

Das soziale Klima in der Schule und im Unterricht hat einen entscheidenden Einfluss auf das Auftreten von Mobbing. Daher ist es wichtig, an der Schule einen gemeinsamen Werterahmen zu schaffen. Eine Orientierung dafür bieten die Menschenrechte bzw. das Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland. Das Recht auf Menschenwürde beinhaltet den Schutz vor Gewalt und Demütigungen, also auch vor Mobbing. Die Schule sollte Regeln für das Sozialverhalten und Vereinbarungen über Konsequenzen bei Regelverstößen formulieren und im Rahmen einer Schulkonvention bzw. dem Leitbild festhalten und verabschieden. An der Entwicklung und Einführung des Werterahmens sollten Eltern, Schulleitung, Lehrkräfte und Schulsozialarbeit sowie Schüler\*innen gemeinsam arbeiten. Werte wie Respekt, Rücksicht und persönliche Verantwortungsübernahme spielen dabei eine wichtige Rolle, ebenso wie Einfühlungsvermögen und Selbstkontrolle. Dies sind Fähigkeiten, die sowohl im Elternhaus als auch in der Schule erlernt und trainiert werden können.

## Prävention und Intervention verankern

Eltern können anregen, dass soziales Lernen, Mobbingprävention und Mobbingintervention ins Schulprogramm aufgenommen und für jede Klassenstufe Präventionsmaßnahmen durchgeführt und durch Elternabende ergänzt werden. Es ermutigt die Schule, in diese Maßnahmen zu investieren, wenn Eltern deutlich machen, dass dies ein Qualitätsmerkmal der Schule ist oder werden kann. Es gibt wirksame Interventionsmethoden bei Mobbing, insbesondere wenn es frühzeitig erkannt wird.

## Klassengemeinschaft stärken

Mobbing tritt besonders dann auf, wenn die Klassengemeinschaft nicht gut ist und klare Regeln für das Sozialverhalten fehlen. Daher ist es wichtig, dass mit der gesamten Klasse am Thema Mobbing und der Stärkung der Klassengemeinschaft gearbeitet wird. Eltern können Klassenlehrkräfte motivieren, mit Klassen Programme zum sozialen Lernen, Sozialtrainings oder Klassentagungen zum sozialen Lernen durchzuführen.

# Mobbing vorbeugen

## Was können Eltern vorbeugend gegen Mobbing tun?

Ein Erziehungsstil, der von Vertrauen, Wertschätzung und Einfühlungsvermögen, aber auch von angemessener Grenzsetzung geprägt ist, trägt zur Entwicklung eines gesunden Selbstbewusstseins



bei. Dies hilft dem Kind, mit alltäglichen Problemen, wie z. B. mit Konflikten in der Schule, fair und selbstbewusst umzugehen.

## So können Eltern ihr Kind stärken:

- *Aufmerksam zuhören und Fragen stellen, um herauszufinden, ob alles in Ordnung ist.*
- *Dem Kind, dem\*der Jugendlichen zeigen, wie wichtig es den Eltern ist.*
- *Sich Zeit nehmen und Hilfe anbieten – besonders bei Kummer.*
- *In der Familie einen lebendigen und vertrauensvollen Gesprächsaustausch pflegen.*
- *Den Sorgen und Problemen des Kindes eine gleichberechtigte Bedeutung zumessen.*
- *Das Kind, den\*die Jugendliche loben (und dies nicht nur bei guten Schulnoten).*
- *Vorbild im Umgangston und in der Konfliktklärung sein.*
- *Das Kind ermutigen, Mobbingvorfälle in der Klasse nicht zu ignorieren, sondern die Betroffenen zu unterstützen und die Lehrkräfte bzw. Schulsozialarbeit zu informieren. Das ist kein Petzen!*
- *Das Kind in den Umgang mit Internet und Smartphone einweisen und auf Gefahren hinweisen.*
- *Das Angebot machen, bei Fragen stets zur Verfügung zu stehen.*

# Mobbing erkennen und beenden

## Woran erkenne ich, ob mein Kind gemobbt wird?

Menschen, die gemobbt werden, empfinden oft Scham für das, was ihnen angetan wird. Viele Mobbingbetroffene denken, sie haben selbst Schuld oder müssen sich selbst wehren können. Betroffene Schüler\*innen befürchten oft, dass die Mobbingattacken noch schlimmer werden, wenn sie Erwachsenen gemeldet werden. Darum verschweigen viele Kinder und Jugendliche die Vorfälle sehr lange auch gegenüber den Eltern. Es gibt Anzeichen, die Hinweise auf Mobbing geben können. Versuchen Sie einfühlsam herauszufinden, ob es wirklich Mobbing ist oder eventuell auch andere Gründe dahinterstehen.



Beispiele:

- Das Kind, der\*die Jugendliche möchte unbedingt zur Schule gebracht werden, zeigt plötzlich Unwillen, in die Schule zu gehen, täuscht Krankheit vor oder geht heimlich nicht zur Schule.
- Das Kind, der\*die Jugendliche hat Konzentrations- und Lernstörungen, die Schulleistung sinkt ab.
- Das Kind, der\*die Jugendliche wirkt gereizt, nervös und überempfindlich.
- Es treten gehäuft Kopf- oder Bauchschmerzen, Appetitlosigkeit, Angstzustände und Schlafstörungen auf.
- Das Kind, der\*die Jugendliche zeigt Anzeichen starker Zurückgezogenheit und Verschlossenheit. Der Kontakt zu Mitschüler\*innen nimmt ab.
- Das Kind, der\*die Jugendliche hat körperliche Verletzungen oder die Kleidung ist beschädigt. Vielleicht verlangt es mehr Taschengeld.



*Achtung:*

*Es kann ein Straftatbestand wie Erpressung und Körperverletzung vorliegen, der zur Anzeige gebracht werden muss.*

## Was ist zu tun, wenn mein Kind gemobbt wird?

Es stellt eine besondere emotionale Herausforderung dar, wenn das eigene Kind von Mobbing in der Schule betroffen ist. Der erste Impuls ist, es sofort aus dieser schlimmen Situation befreien zu wollen. Die Erfahrung zeigt, dass ein gut überlegtes und abgestimmtes Vorgehen gegen Mobbing am erfolgversprechendsten ist.

Genaueres Hinhören und Nachfragen sind ebenso wichtig wie gut überlegte Maßnahmen, die am besten in Absprache mit dem eigenen Kind, mit den Lehrkräften und der Schulsozialarbeit der Schule erfolgen.

### Handlungsschritte in der Zusammenarbeit mit der Schule:

- Wenn Eltern der Meinung sind, dass ihr Kind von Mobbing betroffen ist, dann benachrichtigen sie sofort die Schule und bitten um einen Termin mit der Klassenlehrkraft, damit sich diese des Problems des Kindes kurzfristig annimmt.
- Schulsozialarbeiter\*innen, Beratungslehrkräfte oder der Schulpsychologische Dienst sollten mit einbezogen werden. Diese Fachkräfte können in Absprache mit der Klassenlehrkraft Einzelgespräche mit dem Kind und den anderen Beteiligten führen.
- Falls die Schule nichts tut, um die Mobbingsschikanen zu stoppen, können Eltern sich an die Schulaufsicht wenden (Schulrat oder Schulrätin des Kreises bzw. bei weiterführenden Schulen mit Oberstufe an das Bildungsministerium des Landes) oder auch an die Jugendschutzbeauftragten der Kreise und Städte.
- Ein Tagebuch kann hilfreich sein. Das ist zwar leidvoll, doch es wird helfen, wichtige Fragen zu klären: WAS GENAU ist WIE, WO und WANN geschehen und WER war daran beteiligt? Welche Personen gibt es, die das bezeugen könnten?



*Achtung:*

*Eltern sollten sich keinesfalls mit den Eltern der\*des Mobbenden in Verbindung setzen, weil dadurch erfahrungsgemäß eine Konfliktverschärfung eintritt.*

# Mobbing erkennen und beenden

## Wichtig für ein Eltern-Kind-Gespräch:

Ein schikaniertes Kind braucht Vertrauen in die Erwachsenen und möchte,

- dass man ihm\*ih<sup>r</sup> zuhört und glaubt,
- offen über die Vorfälle reden können,
- die Situation besser beherrschen können,
- mehr Selbstsicherheit bekommen,
- Selbstvertrauen und Selbstachtung wiedererlangen.

## Hilfreiche Elternreaktionen:

- Dem Kind helfen, sich über seine Gefühle und Gedanken zu dem Mobbingvorfall bewusst zu werden: Wie geht es dir? Was fühlst du? Was denkst du?
- Akzeptieren der Gefühle des Kindes wie Ärger, Wut und Scham.
- Genau hinhören: Was ist passiert? Wer ist beteiligt? Wer hilft dir? Was könnte noch passieren?

## Wenn das Kind über Smartphone oder Internet gemobbt wird:

- Wenn der\*die Mobber\*in aus der Klasse oder der Schule kommt (das ist meistens der Fall), sollte sofort die Klassenlehrkraft oder ggf. auch die Schulleitung informiert werden.
- Sperren der Adresse der Mobbenden.
- Vermeiden von Beschuldigungen oder ein Herunterspielen der Situation, wie etwa: „Da musst du dich mal wehren und dir nicht immer alles gefallen lassen! Die werden dich nicht ohne Grund geärgert haben! Das gibt sich von selbst, warte nur ab!“

Bilder, Filme oder Nachrichten, die über Smartphone-Apps verschickt wurden, liegen nicht nur auf dem Server des Anbieters – sie befinden sich zusätzlich auf allen Geräten, die diese Nachricht erhalten haben.

„Einfach Abschalten“ ist für Cybermobbingopfer im Jugendalter kein guter Rat. Ein unfreiwilliger Verzicht auf Smartphone und soziale Netzwerke befördert eher die Ausgrenzungserfahrung des Opfers und trägt selten dazu bei, dass die Mobbingattacken insgesamt aufhören.

## Kurzfristige Tipps für das Kind:

Da es meistens etwas dauert, bis die zuständigen Fachkräfte informiert sind und Abhilfe erfolgt, ist es wichtig, dass Eltern ihrem Kind in dieser Zeit besonders den Rücken stärken. Dazu gehören bestimmte Verhaltensweisen, die dem Kind helfen können, sich gegen erneute Mobbingschikanen zu wehren.



*Achtung:*

*Die folgenden kurzfristigen Tipps stellen keine Lösung des Problems dar und ersetzen nicht die schulischen Maßnahmen gegen Mobbing.*

- *Deutlich und bestimmt dem\*der Mobber\*in ins Auge sehen und sagen: „Ich will das nicht, hör' sofort auf!“ und dann nach Möglichkeit ohne erkennbare Hektik weggehen.*
- *Dem\*der Mobber\*in und dessen bzw. deren Cliques möglichst aus dem Weg gehen.*
- *Passiert Mobbing auf dem Schulweg oder im Schulbus ggf. einen anderen Weg nehmen oder sich Nachbarkindern anschließen.*
- *Bei verletzenden Ausdrücken so tun, als habe es die Ausdrücke nicht gehört oder nicht verstanden.*
- *Wenn der\*die Mobber\*in angreift, eine\*n ältere\*n Schüler\*in oder Lehrkraft zur Hilfe holen: Das ist kein Petzen, sondern ein Menschenrecht!*
- *Das Selbstwertgefühl stabilisieren durch das Einüben von Sätzen wie zum Beispiel: „Ich bin okay! Das ist deren Problem, nicht meins!“.*
- *Keine wertvollen Sachen mit in die Schule nehmen.*
- *Entspannungstechniken erlernen, die den Stress mindern und für eine selbstsichere Körpersprache hilfreich sind.*

## Ist ein Klassen- oder Schulwechsel eine Lösung?

Wenn sich die Mobbingstrukturen in einer Klasse verfestigt haben, liegt oft die Überlegung nahe, die\*den Betroffene\*n in die Parallelklasse oder sogar in eine andere Schule zu versetzen. Meist geht dabei die Initiative von den Eltern der\*des Betroffenen aus, weil sie hoffen, dass dadurch die psychische Belastung geringer wird. Dabei gilt es zu bedenken, dass auch ein Klassen- oder Schulwechsel für das Kind eine Verunsicherung mit sich bringt, weil es sich neu in einer anderen Klasse oder Schule zurechtfinden muss. Über soziale Netzwerke kann zudem das Mobbing in die neue Klasse weiter-

getragen werden. Für den\*die Täter\*in entsteht der Eindruck, dass er oder sie es geschafft hat, die\*den Betroffene\*n erfolgreich aus der Klasse zu mobben.

Bevor Eltern einen Klassen- oder Schulwechsel des Kindes erwägen, sollten alle anderen Interventionsmöglichkeiten der Schule ausgeschöpft sein. Falls keine andere Lösung gesehen wird, sollte die neue Lehrkraft über die Situation des Kindes informiert werden.

### Das Kind stärken

- Eltern sollten ihr Kind darin unterstützen, neue Freundschaften zu schließen. Ein Kind, das Freunde und Freundinnen hat, wird seltener attackiert.
- Erfolgserlebnisse und Anerkennung im außerschulischen Bereich können dem Kind Bestätigung geben, z. B. im Sport, bei Angeboten der Kinder- und Jugendarbeit, bei gemeinsamen Unternehmungen mit Familie und Freund\*innen.
- Professionelle Beratung und Hilfe sollten in Anspruch genommen werden, wenn das Kind sehr unter der Situation leidet und starke psychosomatische Beschwerden hat. Das können Erziehungsberatungsstellen, Kinder- und Jugendpsychotherapeuten und -therapeutinnen oder der Schulpsychologische Dienst sein.
- Selbsthilfegruppen – oder sogenannte Stand-up-Trainings – können bei den zuständigen regionalen Kinder- und Jugendenschutzbeauftragten oder anderen Angeboten der Jugendhilfe angefragt werden.
- Im Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen lassen sich oftmals Rat und Hilfe holen.

### Anregungen zum Überdenken des eigenen Erziehungsverhaltens

Möglicherweise haben Eltern ein selbstsicheres Verhalten bei ihrem Kind zu wenig bestärkt. Oder sie haben dem Kind die Bewältigung unangenehmer Dinge häufig abgenommen. Wenn Eltern an ihrem Erziehungsverhalten etwas ändern möchten, können sie professionelle Beratung und ggf. therapeutische Unterstützung zum Beispiel bei Erziehungsberatungsstellen oder Kinderschutzzentren in Anspruch nehmen.

## Was ist zu tun, wenn mein Kind andere mobbt?

### Grenzen setzen: Mut zur Bewältigung statt ignorieren!

Die Versuchung, das eigene Kind zu verteidigen und in Schutz zu nehmen, ist groß und aus Elternsicht verständlich. Das Fehlverhalten zu bagatellisieren, ist jedoch ebenso wenig hilfreich wie Bestrafungen.

### Im Gespräch mit dem\*der Klassenlehrer\*in kann geklärt werden:

- Was ist genau, wie, wo und wann geschehen und wer war daran beteiligt?
- Was genau hat das Kind getan?
- Was könnten die Motive gewesen sein?
- Eltern sollten deutlich zeigen, dass sie das Problem ernst nehmen und mit ihrem Kind sprechen werden.
- Über das weitere Verhalten des Kindes sollten Eltern laufend informiert werden.

### Hinweise für das Eltern-Kind-Gespräch:

Bei einem konkreten Mobbingvorfall ist das Fehlverhalten klar und deutlich zu benennen, aber das Kind als Person zu respektieren!

- Zunächst sollten Eltern mit ihrem Kind über den Vorfall sprechen.
- Berichten, wie die Eltern den Vorfall gehört haben.
- Nachfragen und versuchen, Beweggründe für das Mobbingverhalten herauszufinden. Dabei sollten keine Schuldzuweisungen erfolgen. Vielleicht war das Kind selbst schon Opfer von Mobbing oder steht es unter Gruppendruck?
- Ein Perspektivwechsel kann helfen, sich in die Gefühle der anderen hineinzuversetzen und zu merken, wie sich die Betroffenen fühlen.
- Deutlich Grenzen aufzeigen und klar machen, dass die Mobbingaktion nicht toleriert wird! Dabei auch Konsequenzen benennen.
- Hilfestellung zur Verhaltensänderung und gemeinsam überlegen, wie der Fall gelöst werden kann, ist eine hilfreiche Ausgangsposition.
- Wer allein nicht auf das Kind positiv einwirken kann, sollte sich Beratung und Hilfe holen.

## Anregungen zum Überdenken des eigenen Erziehungsverhaltens

Mit allem, was sie tun, sind Eltern Vorbild für ihr Kind. Haben sie vielleicht zu viel Wert auf die Durchsetzung eigener Interessen (auch auf Kosten anderer) gelegt? Neigen sie möglicherweise selbst zu Abwertung oder Aggressivität in Konfliktsituationen, was das Kind sich abgeschaut haben könnte? Eltern sollten darauf achten, dass in der Familie negative Ausdrücke, Sticheleien oder Schikanen unterbleiben.

## Was ist zu tun, wenn mein Kind in der Zuschauer\*innenrolle ist?

Im Mobbinggeschehen in der Klasse sind die Zuschauer\*innen die größte Gruppe. Innerhalb dieser Gruppe nehmen die Schüler\*innen unterschiedliche Rollen ein: Es gibt welche, die sich aus allem heraushalten. Dann gibt es diejenigen, die sich auf die Seite der Mobbenden stellen und die Schikanen mittragen oder durch Lachen und Beifall bestärken. Andere verteidigen anfangs noch die\*den Betroffenen\*en und lehnen das Verhalten der Mobbenden

offen ab. Eine Klasse kann das Mobben in der Anfangsphase selbst beenden, wenn viele der passiv Zuschauenden auf die Seite der Verteidiger und Verteidigerinnen der\*des Betroffenen wechseln. Wenn diese Gruppe bereit ist, Lehrkräfte über die Schikanen zu informieren, schwinden

die Möglichkeiten der Mobbenden, die Aktionen weiterzuführen. Deshalb ist es wichtig, dass Eltern ihre Kinder ermutigen, mit anderen zusammen aktiv einzuschreiten, wenn jemand aus der Klasse drangsaliert wird. Wichtig dabei ist klarzumachen, dass Hilfe holen kein Petzen ist!



HILFE HOLEN  
IST KEIN  
PETZEN!

## Rat und Hilfe

Eltern haben das Recht, sich Beratung bei Erziehungsfragen und Hilfe bei Problemen ihres Kindes zu holen. Erziehungsberatungsstellen und Kinderschutzzentren sind dafür erste Anlaufstellen. Man kann auch im Internet viele gute Informationen und Tipps zum Thema Mobbing finden. Kinder und Jugendliche dürfen sich auch ohne Eltern in Erziehungsberatungsstellen und bei Kinderschutzzentren beraten lassen. Für Heranwachsende ist es jedoch oft naheliegender, sich zunächst im Internet oder über Chats zu informieren. Oft ist es für Mobbingbetroffene schon entlastend zu merken, dass sie nicht allein dieses Problem haben.

### Hilfreiche Internetseiten

#### [www.seitenstark.de](http://www.seitenstark.de)

Zusammenschluss von miteinander vernetzten Internetseiten für Kinder. Hinweise auf Websites zum Thema Mobbing.

#### [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

In der Sensibilisierungskampagne zur Förderung der Medienkompetenz im Umgang mit dem Internet finden sich ausführliche Informationen für Eltern zum Thema.

#### [www.mobbing-schluss-damit.de](http://www.mobbing-schluss-damit.de)

Informationen für Kinder und Jugendliche. Eine Initiative der Europäischen Union zur Förderung der Kompetenz im Umgang mit den digitalen Medien. Das Internetportal bietet ausführliche Informationen und Materialien für Fachkräfte, Eltern, Jugendliche und Kinder.

#### [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de)

Von Jugendlichen für Jugendliche bietet diese Plattform anonyme Beratung und praktische Onlinetipps. Die ehrenamtlich engagierten Juuport-Scouts helfen z. B. bei Cybermobbing, Mobbing, Fragen zu sozialen Netzwerken oder Kostenfallen.

#### [www.jugendschutz.net](http://www.jugendschutz.net)

Die Seite bietet Informationen zu Entwicklungen und Maßnahmen bei Jugendschutzverstößen in den digitalen Medien. Wenn man im Internet auf Texte oder Bilder stößt, die man für illegal, jugendgefährdend oder entwicklungsbeeinträchtigend hält, kann man diese zudem hier melden.

#### [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

Telefonisch unter 116111, aber auch per E-Mail bietet Nummer gegen Kummer e.V. anonyme und kostenfreie Beratung für Kinder und Jugendliche. Unter 0800 1110550 werden Eltern beraten. Ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen beraten zu den Themen der Anrufenden bzw. Schreibenden.

### **www.schueler-mobbing.de**

Schüler-Mobbing ist ein unabhängiges, werbefreies Portal. Die Betreiber\*innen setzen sich dafür ein, dass Mobbing und Gewalt an Schulen keinen Platz mehr finden. Lehrer\*innen, Schüler\*innen und Eltern finden hier Informationen und Hilfestellungen zu dem, was es bei Mobbing und Gewalt an Schulen zu wissen gibt.

### **www.schueler-gegen-mobbing.de**

Schüler gegen Mobbing ist eine gemeinnützige Organisation, die 2006 von einem ehemaligen Mobbingopfer als Schüler\*inneninitiative gegründet wurde. Im Januar 2007 starteten die Betreiber\*innen den Internetauftritt und merkten schnell, wie viele Schüler\*innen unter Mobbing leiden. Daher setzen sie sich für mehr Hilfe für Mobbingbetroffene, mehr Beratung für Eltern und mehr Prävention an Schulen ein sowie für staatliche Unterstützung bei der Aufklärung von Mobbing.

**Darüber hinaus bieten die Jugendschutzbeauftragten der Kreise und Städte Beratung und Unterstützung vor Ort an.**

## **Materialempfehlungen**

### **... und raus bist du!**

Eine Arbeitshilfe gegen Mobbing in der Grundschule, hrsg. vom IQSH Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein, 2015; Bezug: *brigitte.dreessen@iqsh.landsh.de*

### **... Sonst bist du dran!**

Mobbing unter Schüler\*innen. Anleitungen und Materialien zum Umgang mit Mobbing in der Schule, hrsg. von Aktion Kinder- und Jugendschutz S-H e. V. Kinder- und Jugendschutz, Kreis Stormarn, IQSH, Schleswig-Holstein, o. J.;

Download unter: *www.akjs-sh.de/shop*

## **Literatur**

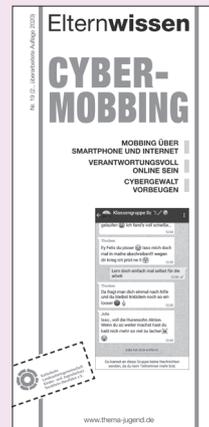
Alsaker, F. (2016): Mutig gegen Mobbing in Kindergarten und Schule. 2. Aufl. Bern.

Dambach, K. (2012): Wenn Schüler im Internet mobben. Präventions- und Interventionsstrategien gegen Cyberbullying. München.

Jannan, M. (2015): Das Anti-Mobbing-Buch. Gewalt an der Schule – vorbeugen, erkennen, handeln. Mit Elternheft. 4. Aufl. Weinheim/Basel.

Katzer, C. (2014): Cybermobbing – Wenn das Internet zur W@ffe wird. Berlin/Heidelberg.

Kreslehner, G. (2020): „Nils geht“. Ein Jugendroman über Täter\*innen, Betroffene und die schweigende Mehrheit. Er eignet sich für Lehrende, aber auch für Mitarbeiter\*innen in Jugendeinrichtungen und -grup-



In der Reihe **Elternwissen** ist zu diesem Thema erschienen:

### **Cybermobbing**

Cybermobbing als absichtliche und wiederholte Beleidigung, Herabwürdigung, Ausgrenzung oder Diffamierung mit Hilfe moderner Kommunikationsmittel kann von medienkompetenten Attackierenden weitgehend anonym durchgeführt werden. Die Reichweite der Angriffe ist viel größer als bei Mobbing im realen Raum: Durch immer neue

Technologien entwickeln sich die Möglichkeiten für Cybermobbing schnell weiter, die Gruppe von Zuschauern ist unüberschaubar groß. Eine Bloßstellung in der medialen Öffentlichkeit ist für Betroffene quälend und verletzend.

### **Katholische Landesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz NRW e.V.**

[www.thema-jugend.de/publikationen/elternwissen](http://www.thema-jugend.de/publikationen/elternwissen)

pen. Wer trägt welche Verantwortung? Wo hört Selbstschutz auf, wo fängt Zivilcourage an? Innsbruck.

Schallenberg, F. (2015): „und raus bist du!“ – Mobbing unter Schülerinnen und Schülern: Was Betroffene, Eltern, Mitschüler und Schule tun können! Riga.

Schubarth, W. u. a. (2017): Gewalt und Mobbing an Schulen: Wie sich Gewalt und Mobbing entwickelt haben, wie Lehrer intervenieren und welche Kompetenzen sie brauchen. Bad Heilbrunn.

Wachs, S./Hess, M./Scheithauer, H. (2016): Mobbing an Schulen: Erkennen – Handeln – Vorbeugen (Brennpunkt Schule). Stuttgart.

### **Autorinnen:**

*Petra Linzbach, Kreis Stormarn, Fachdienst Familie und Schule, Kinder- und Jugendschutz*  
*Kathrin Gomolzig, Aktion Kinder- und Jugendschutz Schleswig-Holstein e.V.*

- Nr. 1 KONSUM**
- Nr. 2 HANDY** – vergriffen
- Nr. 3 SUCHTSTOFFE**
- Nr. 4 INTERNET** – vergriffen
- Nr. 5 SEXUALITÄT**
- Nr. 6 DIALOG**
- Nr. 7 JOBS**
- Nr. 8 SANKTIONEN**
- Nr. 9 MOBBING**
- Nr. 10 ADIPOSITAS**
- Nr. 11 ESSSTÖRUNGEN**
- Nr. 12 WEB 2.0**
- Nr. 13 STRESS**
- Nr. 14 KOMASAUFEN**
- Nr. 15 SEXUELLE GEWALT**
- Nr. 16 RECHTSEXTREMISMUS**
- Nr. 17 ÜBERGRIFFE UNTER JUGENDLICHEN**
- Nr. 18 TRAUER**
- Nr. 19 CYBERMOBBING**
- Nr. 20 PORNOGRAFIE**
- Nr. 21 STARKE KINDER**
- Nr. 22 SELBSTVERLETZENDES VERHALTEN**
- Nr. 23 SMARTPHONE**
- Nr. 24 VORURTEILE UND DISKRIMINIERUNG**
- Nr. 25 ERSTE LIEBE**

Staffelpreise, Informationen zur Reihe und alle Ausgaben als PDF unter [www.thema-jugend.de/publikationen/elternwissen](http://www.thema-jugend.de/publikationen/elternwissen)

Katholische Landesarbeitsgemeinschaft  
Kinder- und Jugendschutz NRW e.V.  
Schillerstraße 44 a  
48155 Münster  
Telefon: 0251 54027  
E-Mail: [info@thema-jugend.de](mailto:info@thema-jugend.de)