

# „Mobbing erkennen und Kinder unterstützen“

## Ein Leitfaden für Eltern

### 1. „Normaler“ Konflikt oder Mobbing?

„Normaler“ Konflikt	Mobbing
Beide Kinder haben ähnlich viel „Macht“.	Ein Kind hat deutlich mehr Macht (ist älter, stärker, beliebter usw.).
Der Konflikt war nicht geplant.	Eine Seite hat sich vorher überlegt, wie sie vorgehen will.
Die Beteiligten sind zufällig dabei.	Kinder werden gezielt ausgewählt.
Es geschieht unregelmäßig.	Es geschieht wiederholt und regelmäßig.
Die Folgen sind nicht schlimm.	Es kann zu ernsten Verletzungen kommen.
Bei Verletzungen sind alle Beteiligten emotional betroffen.	Verletzungen werden von den Verursachern meist nicht bedauert.
Es geht um aktuelle Gefühle.	Es geht darum, sich selbst auf Kosten der anderen Person aufzuwerten.

Abbildung 1: Unterschiede zwischen einem Konflikt und Mobbing (Quelle: Dr. Jo-Jacqueline Eckardt „Mobbing bei Schulkindern: Hilfe und Vorbeugung“)

Um Beschreibungen von Schülerinnen und Schülern eindeutiger einordnen zu können, ist es oft hilfreich, dass sie für eine begrenzte Zeitspanne ein Situationen- bzw. Mobbing-Tagebuch führen.

### 2. Was ist Mobbing?

Ein Kind wird gemobbt, wenn die folgenden Bedingungen gegeben sind:

- Das Kind wird von einem anderen Kind oder mehreren Kindern systematisch und über einen längeren Zeitraum angegriffen oder schikaniert.
- Diese Angriffe erstrecken sich über einen längeren Zeitraum.
- Die Angreifer demonstrieren reale oder angemaßte Macht dem Opfer gegenüber.
- Das angegriffene Kind fühlt sich angegriffen, schikaniert oder gedemütigt und leidet darunter.

Mobbing betrifft stets die gesamte Gruppe bzw. Klasse und ist demnach ein Gruppenphänomen, bei dem jedes Klassenmitglied eine Rolle einnimmt:



Abbildung 2: Rollen im Mobbing-Prozess (Blum und Beck, 2019)

Unter Cybermobbing versteht man das absichtliche Beleidigen, Bedrohen, Bloßstellen oder Belästigen anderer mithilfe von Internet- und Mobiltelefondiensten über einen längeren Zeitraum hinweg ([www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)).

Cybermobbing wird oft als besonders schwerwiegend empfunden.

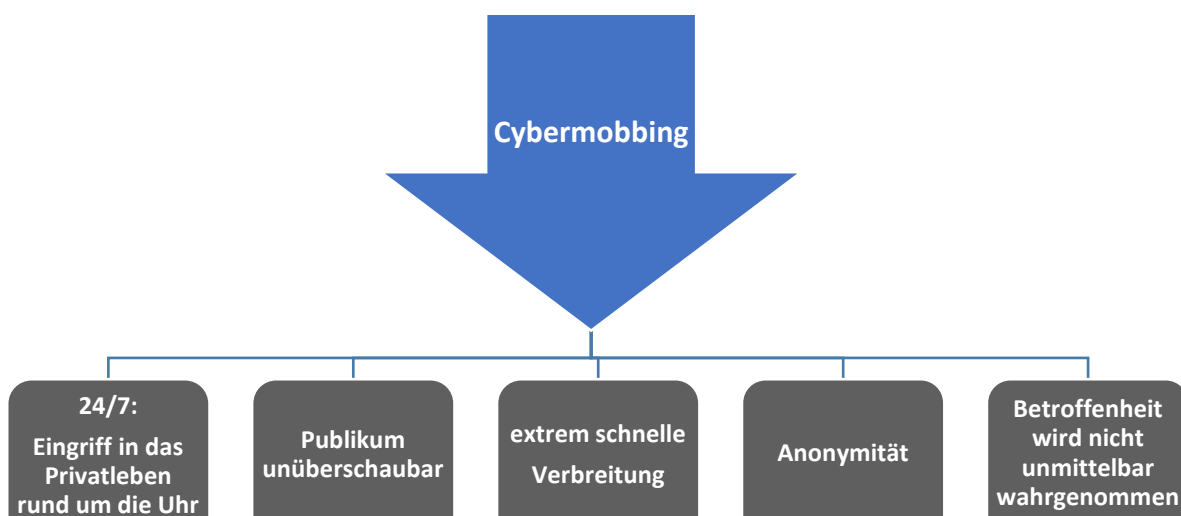


Abbildung 3: Besonderheiten bei Cybermobbing

### 3. Wie erkenne ich, dass mein Kind eventuell gemobbt wird?

Das Kind ...

- klagt, dass niemand es mag, dass es gehänselt oder ausgelacht wird.
- verliert angeblich immer wieder persönliche Dinge (Kleidungsstücke, Schulsachen usw.) oder es kommt mit kaputten Sachen nach Hause.
- bleibt nach Unterrichtsende oder in der Pause länger im Klassenzimmer.
- braucht mehr Geld, als das Taschengeld hergibt.
- zeigt ungewöhnliche Verhaltensweisen (häufiger Rückzug ins Zimmer, hoher Medienkonsum usw.)
- geht nicht mehr gern zur Schule (möchte begleitet werden) und bleibt nach der Schule am liebsten zu Hause.
- macht einen ungesunden Eindruck (schläft schlecht, klagt über Kopf- oder Bauchschmerzen, Muskelverspannungen, Infektionsanfälligkeit, usw.)
- hat keine Freunde in der Schule, wird nicht eingeladen und lädt niemanden zu sich ein.
- zeigt abfallende Leistungen.
- erscheint mutlos, schüchtern, ängstlich, unsicher, depressiv.

### 4. Wie kann ich als Eltern sinnvoll reagieren?

- Nehmen Sie sich ausreichend Zeit und schaffen Sie eine angenehme Atmosphäre.
- Hören Sie einfach zu, ohne gleich Ratschläge („Mach doch einfach ...“) oder vorschnellen Trost („Das wird schon wieder!“) zu geben. Setzen Sie das Ziel, herauszufinden, wie es dem Kind ergangen ist und welche Gefühle es im Moment hat.
- Vermeiden Sie einen vorwurfsvollen Ton, wenn Sie herausfinden wollen, warum Ihr Kind nicht früher etwas gesagt oder warum es sich nicht gewehrt hat. Bedenken Sie, dass Ihr Kind überfordert war, vielleicht Angst hatte und sich nicht zu helfen wusste.
- Drücken Sie Ihre Überzeugung aus, dass kein Kind es verdient, gemobbt zu werden. Egal, welche vermeintlichen „Makel“ Ihr Kind in den Augen anderer Kinder hat, ob es anders ist oder aussieht, das Mobbing ist nicht gerechtfertigt und muss aufhören.
- Drücken Sie Verständnis für die Gefühle Ihres Kindes aus, auch wenn das Kind gefühlsmäßig anders reagiert, als Sie dies tun. Hinterfragen Sie die Gefühle nicht („Wieso hast du vor so einem dummen Jungen Angst?“)

- Drücken Sie Ihre Bereitschaft aus, hinter Ihrem Kind zu stehen, es in der schwierigen Zeit zu begleiten und dafür zu sorgen, dass das Mobbing aufhört.
- Überlegen Sie gemeinsam, mit welchem Lehrer man darüber reden möchte (Klassenleiter, Verbindungslehrer, Beratungslehrer, Schulpsychologe)
- Nichts ohne das Einverständnis des Kindes unternehmen.

Nicht hilfreich sind Reaktionen wie:



### **WICHTIG:**

Informieren Sie zusammen mit Ihrem Kind die Schule!

Ein von Mobbing betroffenes Kind ist alleine nicht in der Lage, das Mobbing zu stoppen!

Das Einbeziehen einer Lehrkraft (Hilfe holen) durch MitschülerInnen ist kein Petzen, sondern ein Zeichen der Verantwortungsübernahme für ein faires Miteinander und unbedingt notwendig, um die Situation aufzulösen!

Das Kind soll selbst aktiv werden, aber es braucht unbedingt den Beistand von Erwachsenen.

Wesentlich ist es, das Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen des Kindes im Alltag zu stärken.

## 5. Wie kann als Familie vorbeugen?

- Kinder über ihre Rechte aufklären, zum Beispiel:  
„Du darfst entscheiden, ob dich jemand anfassen darf oder nicht.“  
„Es ist nicht richtig, wenn dir jemand wehtut oder Angst macht.“
- Kindern Erfolgserlebnisse ermöglichen. Gehören Sie zu den Eltern, die glauben, dass man Kindern ihre Fehler vorhalten muss, damit sie es das nächste Mal richtig machen? Pädagogisch viel sinnvoller ist es, Kinder dabei zu unterstützen, Fehler selbst zu finden und zu verbessern.
- Kinder an vergangene Erfolge und schöne Erlebnisse erinnern. Ihnen beibringen, wie sie solche Erinnerungen hervorrufen können, wenn sie sich schlecht fühlen.
- Kindern Verantwortung geben und Ihnen etwas zutrauen.
- Kindern Aufmerksamkeit, Zeit und Liebe schenken.
- Das Kind zu einem Selbstverteidigungskurs anmelden (natürlich nur, wenn es will).
- Stärken Sie das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl Ihres Kindes.
- Leben Sie Fairness und Respekt im Umgang mit anderen Menschen vor.
- Unterstützen Sie Freundschaften mit Gleichaltrigen.

## 6. Was tue ich, wenn mein Kind über Mobbing-Vorfälle in der Schule berichtet, die es nicht selbst betreffen?

- Besprechen Sie mit Ihrem Kind, dass nicht nur die Hauptakteure eine Rolle für die Vorfälle spielen, sondern auch alle Zuschauer!
- Überlegen Sie gemeinsam, wie man sich in solchen Situationen verhalten kann, um Betroffenen zu zeigen, dass man auf ihrer Seite ist.
- Erklären Sie Ihrem Kind, dass es kein Petzen, sondern sinnvolle Hilfe ist, wenn die Mitschüler bei Schikanen die Lehrkräfte informieren!
- Überlegen Sie gemeinsam, welchem Lehrer man von den Vorfällen erzählen könnte.

**Schauen und hören Sie hin und unternehmen Sie etwas!**

## 7. Welche Ansprechpartner finde ich an der Schule meines Kindes?

- Klassenleitung
- Lehrkräfte des Vertrauens
- Streitschlichter
- Schulpsychologin der JSM-Realschule Riedenburg: Fr. Kibler  
[s.kibler@j-sm-realschule.de](mailto:s.kibler@j-sm-realschule.de), Tel. 09442-920118
- Beratungslehrerin der JSM-Realschule Riedenburg: Fr. Melcher  
[c.melcher@j-sm-realschule.de](mailto:c.melcher@j-sm-realschule.de), Tel. 09442-920118
- Hilfreiche Internetadressen:
  - [www.klicksafe.de/cybermobbing](http://www.klicksafe.de/cybermobbing)
  - [https://materialien.aj-bayern.de/media/products/Mobbing\\_gemeinsam\\_beenden.pdf](https://materialien.aj-bayern.de/media/products/Mobbing_gemeinsam_beenden.pdf)
  - [www.mobbing-schluss-damit.de](http://www.mobbing-schluss-damit.de)

### Quellen:

Aktion Jugendschutz (Hrsg.). 2017. *Mobbing gemeinsam beenden. Für Eltern*. Aktion Jugendschutz Bayern, München

Blum, H. & Beck, D. (2019). *No Blame Approach. Mobbing-Intervention in der Schule. Praxishandbuch*. Köln: fairaend

Eckardt, J. (2012). *Mobbing bei Schulkindern: Hilfe und Vorbeugung. Ein Expertenratgeber*. Freiburg im Breisgau: urania

ISB-Broschüre. (2020). *Mit Mut gegen Mobbing. Ein Leitfaden für die Schulgemeinschaft*

Jannan, M. (2010). *Das Anti-Mobbing-Buch*. Weinheim und Basel: Beltz

Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen. (2021). *(Cyber-)Mobbing beenden. Wie Eltern ihre Kinder unterstützen können*

Olweus, D. (1999). *Gewalt in der Schule. Was Lehrer und Eltern wissen sollten – und tun können*. Bern: Huber