

## 1. Was ist der Unterschied zwischen einem Konflikt und Mobbing?

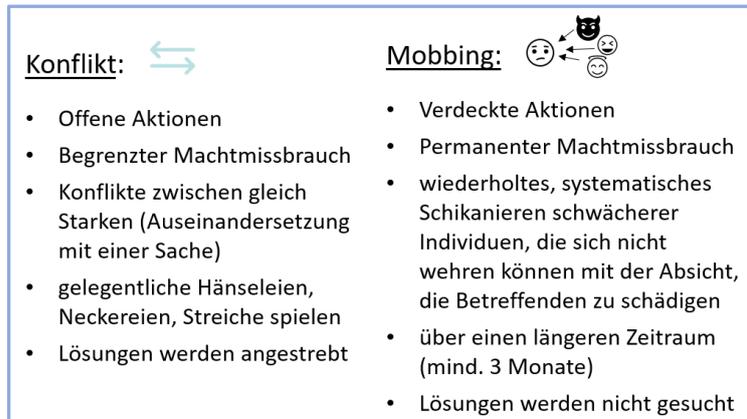


Abbildung 1: Unterschiede zwischen einem Konflikt und Mobbing (Idee nach: Aktion Jugendschutz, 2017 und Olweus, 1999)

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

## 2. Was ist Mobbing?

Von Mobbing spricht man, wenn...

- eine Schülerin oder ein Schüler **wiederholt und über einen längeren Zeitraum** negativen Handlungen eines oder mehrerer SchülerInnen ausgesetzt ist.
- der bzw. die Betroffene wird gezielt über mehrere Wochen **bewusst geschädigt**.
- ein **Kräfteungleichgewicht** vorliegt. Aus eigener Kraft kann sich der bzw. die Betroffene aus der Situation nicht befreien.

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

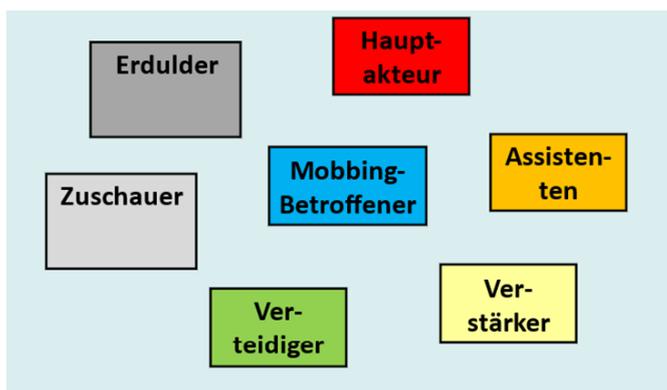


Abbildung 2: Die Rollen im Mobbing-Prozess

Neben dem Akteur (Mobber) und dem Betroffenen gibt es Kinder, welche das Mobbing verstärken, Mitläufer sind, das Mobbing wider Willen erdulden, zuschauen oder das gemobbte Kind verteidigen. Eine Auflösung der Mobbingsituation entlastet normalerweise alle Kinder der Klasse.

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, da: Besonderheiten bei Cybermobbing:

24/7:  
Eingriff in das Privat-  
leben rund um die Uhr

Publikum unüber-  
schaubar & extrem  
schnelle Verbreitung

Anonymität

Betroffenheit wird  
nicht unmittelbar  
wahrgenommen

### 3. Hinweise: So erkenne ich, dass mein Kind eventuell gemobbt wird...

Es gibt keine eindeutigen Hinweise. Anzeichen können sein: Ihr Sohn/Ihre Tochter ...

- kommt bedrückt nach Hause oder wirkt launisch und aggressiv, nervös oder angespannt.
- kommt häufig mit kaputten Schulsachen nach Hause oder erfindet Ausreden, z. B. für verlorengegangene Sachen.
- bleibt nach Unterrichtsende oder in der Pause länger im Klassenzimmer.
- wirkt unsicher und/oder das Selbstwertgefühl nimmt immer mehr ab (z. B. Hausaufgaben sind plötzlich unlösbar).
- ist immer davon überzeugt, dass die anderen nur Böses im Schilde führen (verzerrte soziale Wahrnehmung).
- zeigt ungewöhnliche Verhaltensweisen (z. B. häufiger Rückzug ins Zimmer, hoher Medienkonsum, o. Ä.).
- hat immer häufiger auftretende körperliche Beschwerden, z. B. Kopfschmerzen, Entzündungen im Magen-Darmbereich, Muskelverspannungen, Infektionsanfälligkeit, ... (oft am Sonntag, vor Schulbeginn, ... → will nicht mehr in die Schule)
- hat häufige Fehlzeiten in der Schule → Leistungsabfall
- zeigt psychische Symptome wie z. B. Angst, Depression, ...

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

**Wenn Mobbing im Kontext der Schule passiert, kann und sollte es auch nur dort gelöst werden.**

Sie können dadurch helfen, indem Sie ...

- mit Ihrem Kind reden und Ihr Kind ernst nehmen
- sich von Vorfällen berichten lassen
  - o Mobbingvorfälle mit Datum und Personen dokumentieren: Wann hat wer was gemacht? Wer hat dabei zugehört?
  - o Zusätzlich bei Cybermobbing: Screenshot am PC oder Smartphone
- Sie gemeinsam überlegen, mit welchem Lehrer man darüber reden möchte (Klassleiter, Verbindungslehrer, Beratungslehrer, Schulpsychologe, ...)
- nichts ohne das Einverständnis des Kindes unternehmen.
- Ihrem Kind klar machen, dass es keine Schuld an den Vorfällen trägt.
- Geduld haben (Mobbing lässt sich nicht von heute auf morgen stoppen.).



**Nicht hilfreich** sind Reaktionen wie „Wehr dich!“, „Schlag zurück!“, „Geh denen aus dem Weg!“, „Das hört schon wieder auf!“, „Die werden dich nicht ohne Grund geärgert haben.“, „Ich rede mit deren Eltern.“, „Ich komme in die Schule und regle das mit den Tätern.“

#### **WICHTIG: Informieren Sie zusammen mit Ihrem Kind die Schule!**

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

**Hilfe holen ist kein Petzen, sondern unbedingt notwendig, um die Situation aufzulösen!**

Das Einbeziehen einer Lehrkraft (Hilfe holen) durch MitschülerInnen ist kein Petzen, sondern ein Zeichen der Verantwortungsübernahme für ein faires Miteinander!

### 5. Wie kann ich in der Familie vorbeugen?

- Stärken Sie das **Selbstbewusstsein** und Selbstwertgefühl Ihres Kindes. Gezieltes Lob ist hilfreich.
- Leben Sie **Fairness und Respekt** im Umgang mit anderen Menschen vor.
- Unterstützen Sie **Freundschaften** mit Gleichaltrigen.
- Fördern Sie die **Medienkompetenz** und begleiten Sie die Medienerfahrungen Ihres Kindes aufmerksam.
- Halten Sie **Kontakt mit der Schule** und den Lehrkräften und berichten Sie über Auffälligkeiten!

## 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. Ansprechpartnerin an der Schule und hilfreiche Internetseiten

- **Klassenleiter** oder alle **Lehrkräfte des Vertrauens**
- **Schulpsychologin der Realschule Landshut: Fr. Glück** (schulpsychologie@rs-landshut.de, Tel. 0871 92334-20, <https://www.rslandshut.de/schulpsychologin>)
- **Schulsozialpädagogin der Realschule Landshut: Fr. Budde** (sozialpaedagogin@rs-landshut.de, Tel. 0871 92334-18, <https://www.rslandshut.de/schulsozialarbeit>)
- Hilfreiche Internetadressen:
  - o [www.klicksafe.de/cybermobbing](http://www.klicksafe.de/cybermobbing)
  - o [https://materialien.aj-bayern.de/media/products/Mobbing\\_gemeinsam\\_beenden.pdf](https://materialien.aj-bayern.de/media/products/Mobbing_gemeinsam_beenden.pdf)
  - o [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  
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

erstellt von: Katrin Glück, Staatliche Schulpsychologin

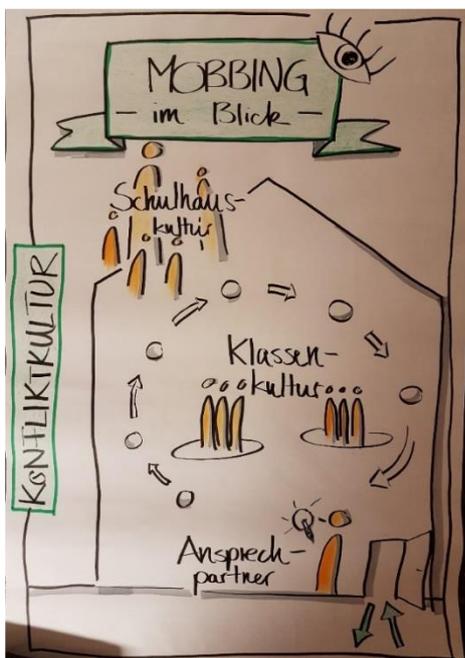


Abbildung 3: © Mobbing im Blick - Übersicht -  
erstellt von Katrin Glück