

## War das jetzt Mobbing?

Annemarie Heymann (Dipl.-Psych.)  
Ann-Katrin Schulz (Psychologin, M.Sc.)  
Ullrich Regen (Fachberater SystEx)

## Was trifft auf Mobbing zu?

A

Mobbing ist ein **Konflikt** unter Schüler\*innen.

B

Ein **Merkmal von Mobbing** ist, dass die damit einhergehenden Verhaltensweisen wiederholt über einen längeren Zeitraum auftreten.

C

Mobbing ist nur dann gegeben, wenn es zu **körperlicher Gewalt** zwischen den Schüler\*innen kommt.



D

**Cybermobbing** ist in der Regel nicht nachweisbar.

## Was verstehen wir unter Mobbing?

„Ein Schüler oder eine Schülerin [...] wird gemobbt, wenn er oder sie **wiederholt** und **über eine längere Zeit** den **negativen Handlungen** eines oder mehrerer Schüler oder Schülerinnen ausgesetzt ist [...].“

Definition nach Dan Olweus, 2002

Mobbing entsteht **regelmäßig** in hierarchisch organisierten Zwangsgemeinschaften und beschreibt jegliches aggressives Verhalten, das die folgenden Kernelemente beinhaltet:

## Was verstehen wir unter Mobbing?

- In der Regel mehrere gegen eine\*n ⇔ **Kräfteungleichgewicht**
- Übergriffe passieren immer wieder ⇔ **Häufigkeit** (mehrmals im Monat)
- Übergriffe passieren seit längerer Zeit ⇔ **Dauer** (über Wochen und Monate)
- Opfer kann aus eigener Kraft das Mobbing nicht beenden, es braucht Hilfe von außen

## Welche Arten von Mobbing gibt es?

### **Physisches Mobbing**

- Ziel ist die körperliche Verletzung einer Person (z.B. schlagen, treten, schubsen, eine Falle stellen)

### **Relationales Mobbing**

- Ziel ist den sozialen Status einer Person innerhalb einer Gruppe zu untergraben, sein Image zu schädigen, seine Freundschaften zu zerstören  
→ Dauerhafte Isolierung innerhalb dieser Gruppe

### **Verbales Mobbing**

- verbale Attacken (z.B. Beschimpfungen, Drohungen, gemeine Kommentare, sich über jemanden lustig machen)

## Welche Arten von Mobbing gibt es?

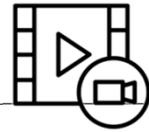
### **Cybermobbing**

Nutzt E-Mail, Chatrooms und Smartphones bei der gezielten Schädigung der Opfer (z.B. Ausschluss aus Gruppen, Verbreitung falscher Informationen oder unvorteilhafter Bilder)

### **Besonderheiten:**

- Hohe Anonymität (kein direkter Face-to-Face Kontakt)
- 24 h aktiv (endet nicht außerhalb des Schulgebäudes bzw. mit Schulschluss)
- Sehr schnelle Verbreitung (durch Weiterleitung)

## Cybermobbing



- Größere Öffentlichkeit (theoretisch weltweit)
- Für den\*die Betroffene\*n noch schwerer ersichtlich, wer alles beteiligt ist und wer davon weiß
- Hemmungslosere Kommentare (niedrigere Hemmschwelle für die Täter\*innen)
- Weniger Kontrolle durch Erwachsene (geschieht im verdeckten Raum, technisches Knowhow usw.)
- Nicht löschar
- Positiver Aspekt: Dokumentation möglich

## Cybermobbing

### Social-Apps Nutzung

Zielgruppe: Bevölkerung 6 bis 13 Jahre	Gesamt	Geschlecht		Alter	
		Jungen	Mädchen	6 - 9 Jahre	10 - 13 Jahre
Fallzahlen-Basis	2.029	1.043	987	1.028	1.001
in Tsd.	6.061	3.114	2.946	3.072	2.989
in %	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
<b>Social-Apps</b>					
<b>Das Kind nutzt...</b>					
Youtube	59,3	59,8	58,7	44,5	74,5
WhatsApp	55,1	55,7	54,4	29,8	81,0
TikTok	41,9	42,7	41,0	22,9	61,5
Instagram	16,4	16,2	16,7	3,4	29,8

## Kinder fit fürs Internet machen - Ein Beispiel



<https://www.internet-abc.de/lm/chatten-und-texten-im-internet/anonym-bleiben-alles-hat-zwei-gesichter/1>

## Mobbing - Welche Aussage trifft nicht zu?

A

Mobbing betrifft nur Täter\*in und Opfer.

B

Betroffene vertrauen sich nur relativ selten ihren Eltern an.

C

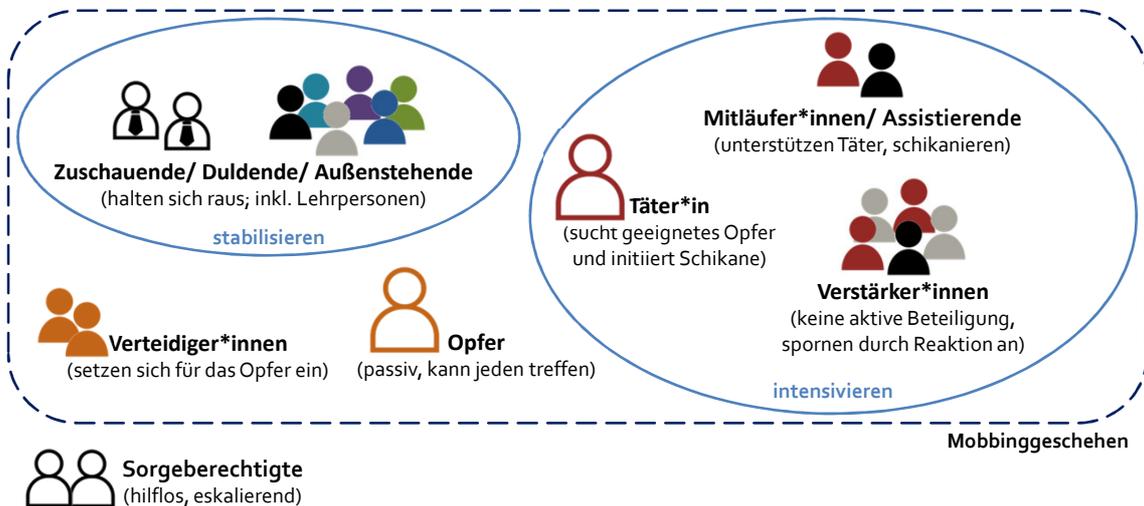
Ihr Kind verabredet sich weniger mit anderen Mitschüler\*innen.

D

Auch wer nichts tut, trägt zur Aufrechterhaltung von Mobbing in der Klasse bei.



## Welche Rollen gibt es beim Mobbing?



11

## Mobbingverlauf (ohne Intervention)

### Vom „Vorbereiten der Bühne“ zur Veränderung der Machthierarchien

1. Zufällige Attacken gegen verschiedene Kinder
2. Wenn ein Kind interessant reagiert, mögliches „Opfer“ gefunden
3. Attacken werden verstärkt, um Normen in der Klasse zu testen
4. Verbündete werden gesucht, Druck auf Klasse verstärkt
5. Zunehmende Isolation und Verunsicherung des „Opfers“
6. „Seltsame Verhaltensweisen“, aufgebrachte Eltern, Schulvermeidung
7. Psychosomatische Symptome, Aggressives Verhalten, Schulwechsel
8. Neue Machthierarchie und Umgangsstil ist etabliert

12

## Warum wird Mobbing oft so spät erkannt?

- Mobbing findet weitestgehend unter aktivem Ausschluss der erwachsenen Öffentlichkeit statt (durch Täter\*in und Betroffene).
- Einzelattacken wirken oft wie Bagatellen.
- Unsichtbar bleiben die gezielten, strategischen Attacken der Täter\*innen.
- Sichtbar wird ggf. die allmähliche Verhaltensänderung des Betroffenen oder dessen emotionale Gegenreaktionen.

## Folgen für Mobbingopfer (Olweus & Wolke, 2001)

### Akute Auswirkungen

- Selbstwert, Vertrauen, Gesundheit, Leistungsvermögen, Motivation
- Gestörtes Essverhalten, Ängste, Depressionen, Suizidgedanken
- Psychosomatische Reaktionen
- Auswirkungen auf Schullaufbahn

### Mögliche langfristige Folgen

- Gefahr, erneut am Arbeitsplatz Opfer zu werden
- Suchtgefahren und Arbeitslosigkeit
- Hohe Quote im stationären therapeutischen Settings
- Risiko Adipositas
- Körperliche Auswirkungen, Stressreaktionen, Entzündungsprozesse etc.

## Anzeichen für Mobbing, die Eltern bemerken können

- Ihr Kind äußert Ängste und Bedenken vor dem Schulbesuch.
- Ihr Kind will öfter aufgrund körperlicher Beschwerden (z.B. Bauch- oder Kopfschmerzen) nicht in die Schule.
- Sozialer Rückzug: Ihr Kind verabredet sich kaum noch und wird nicht mehr von Mitschüler\*innen eingeladen.
- Ihr Kind erzählt nicht mehr von Erfahrungen aus der Schule.
- Häufig kaputte oder verlorene Gegenstände, wobei die Gründe unklar bleiben.
- Körperliche Blessuren, Kratzer, Wunden oder blaue Flecken.

**Vorsicht: Es könnte auch alles ganz anders erklärt werden!**

## Wie können Sie Ihr Kind sinnvoll unterstützen?

**A**

Ratschläge geben  
(z.B. „Du musst dich halt einfach wehren.“)

**B**

Spielen Sie die Ernsthaftigkeit der Situation herunter.

**C**

Nehmen Sie Kontakt mit den Eltern der\*des potentiellen Täter\*in auf.



**D**

Arbeiten Sie eng mit der Schule zusammen.

## Was Eltern nicht tun sollten

- Vorschnell potenzielle Täter\*innen verurteilen.
- Potenzielle Akteure selbst konfrontieren.
- Kontakt zu den Eltern potentieller Akteure aufnehmen.
- In akuter Situation den Fall auf dem Elternabend in der Schule ohne vorherige Rücksprache ansprechen.
- Situation verharmlosen.
- Banale Ratschläge geben  
*(„Du musst Dich halt wehren.“, „Versuch’ es doch einfach zu ignorieren.“, „Ist doch alles halb so wild.“)*
- Kind beschuldigen und Vorwürfe machen  
*(„Du hättest uns doch was sagen müssen...“)*

## Tipps für Eltern (möglicher) Opfer Teil I

- Genaues Hinsehen, gutes Zuhören und ernstnehmen, was Ihr Kind berichtet.
- Kinder ansprechen, wenn Sie negative Veränderungen beobachten.  
*(„Uns fällt auf, dass du momentan ungerne zur Schule gehst.“ oder „Wir haben bemerkt, dass du oft traurig bist, wenn du von der Schule kommst.“)*
- Unterscheiden Sie zwischen guten und schlechten Geheimnissen: Hilfe holen ist kein „Petzen“!
- Grenzen respektieren.

## Tipps für Eltern (möglicher) Opfer Teil II

- Gefühle des Kindes ernstnehmen und Verständnis zeigen.  
(„Das hat Dich bestimmt traurig gemacht“ oder „Wenn mir das passiert wäre, wäre ich auch wütend.“)
- Dem Kind deutlich machen, dass es nicht die Schuld an seiner misslichen Lage trägt.  
(„Kein Kind darf so behandelt werden.“)
- Gemeinsam überlegen, was Ihr Kind selbst zur Verbesserung der Situation beitragen und wer bei diesem Prozess unterstützen kann.
- Machen Sie transparent, wenn Sie über den Kopf Ihres Kindes hinweg entscheiden (müssen).

## Tipps für Eltern, deren Kinder Täter\*in geworden sind

- Versuchen Sie herauszufinden, welches Bedürfnis hinter dem aggressiven / ausgrenzenden Verhalten Ihres Kindes steht.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Auswirkungen von Gewalt und deren Konsequenzen für das Opfer und Täter\*in.
- Denken Sie an Ihre Vorbildfunktion: Tolerieren Sie keine Gewalt, Beleidigungen, Beschimpfungen, menschenverachtenden Äußerungen.
- Fördern Sie Empathie.
- Reflektieren Sie Ihren Erziehungsalltag.
- Trennen Sie das Verhalten von der Person: Wenden Sie sich nicht von Ihrem Kind ab.

## Was Sie sonst noch tun können!

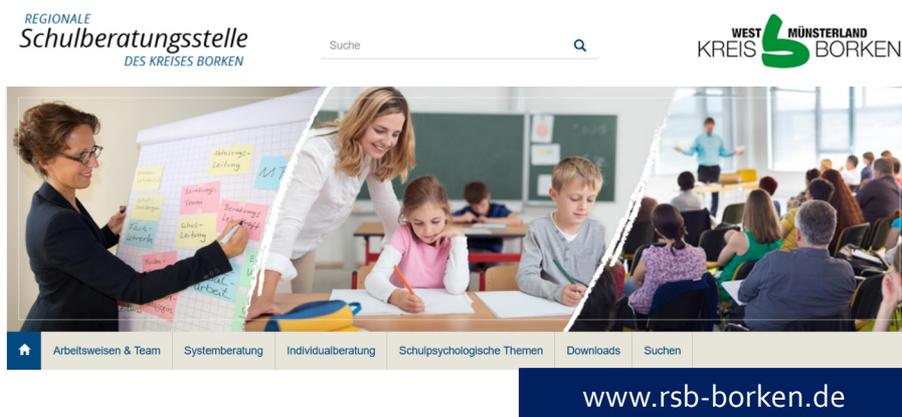
- Sorgen Sie für einen positiven Ausgleich.
- Führen Sie ein Tagebuch schöner (Familien-)Erlebnisse.
- Begleitung und Beaufsichtigung Ihrer Kinder bei der Nutzung sozialer Medien.
- Selbstverteidigungskurse nur bei entsprechender Rahmung.

## Wichtig: Arbeiten Sie mit der Schule zusammen



- Die Schule braucht Ihre **Rückmeldung**, wenn Sie den Verdacht auf Mobbing haben.
- **Intervenieren Sie nicht ohne Abstimmung** mit der Schule, sondern arbeiten Sie mit der Schule zusammen.
- Geben Sie der Schule **Zeit**, um Maßnahmen umzusetzen.

## Regionale Schulberatungsstelle des Kreises Borken



23

## Literaturangaben

### Quellenverzeichnis

Olweus, D. (1991). Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. In D. J. Pepler & K. H. Rubin (Eds.), *The development and treatment of childhood aggression* (pp. 411-448). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Scheithauer, H., Hayer, T., & Petermann, F. (2003). *Bullying unter Schülern – Erscheinungsformen, Risikobedingungen und Interventionskonzepte*. Göttingen: Hogrefe.

### Weiterführende Literatur

Jannan, M. (2009). *Das Anti-Mobbing-Elternheft*. Weinheim: Beltz

Schäfer, M. & Herpell, G. (2010). *Du Opfer! Wenn Kinder Kinder fertigmachen*. Reinbek: Rowohlt.

24