

HM

HILFE BEI MOBBING
FACHSTELLE FÜR SCHULEN UND ELTERN

MOBBING GEHT UNS ALLE AN!

RATGEBER FÜR ELTERN
UND SCHULEN





MOBBING

ES BETRIFFT UNS ALLE

„*Das grosse Schweigen rund um die Mobbing-Thematik ist eines der grössten Hindernisse.*“

UNSERE VISION

Jedes Kind soll die Möglichkeit haben, ohne Angst und psychischen Stress, was Mobbing / Cybermobbing zwangsläufig mit sich bringt, zur Schule zu gehen. Die Schulzeit ist ein sehr prägender Abschnitt in der Entwicklung eines Kindes oder Jugendlichen. Nicht selten tragen Menschen die durch Mobbing erlittenen Peinigungen und Demütigungen bis ins Erwachsenenalter weiter mit sich. Wir wollen dem vorbeugen, hinschauen und rasch handeln.

MOBBING IN SCHULEN

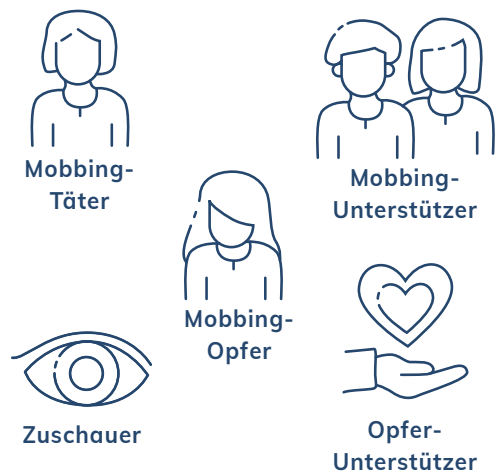
Ängste, Unsicherheit, Wegschauen und Tabus führen dazu, dass Mobbing-Betroffene kaum Unterstützung und Hilfe bekommen. Das grosse Schweigen rund um die Mobbing-Thematik ist eines der grössten Hindernisse, um Mobbing gezielt zu stoppen. Stark und mutig ist nicht, wer Mobbing-Handlungen ausführt, sich zum Mitmachen und Mitlachen hinreissen lässt oder wegschaut. Mutig ist, wer sich entscheidet hinzuschauen und gezielte Schritte einleitet, Mobbing zu unterbinden. Da Mobbing fast ausnahmslos in der Schulklasse beginnt, muss auch an den Schulen gehandelt werden.

CHARAKTERISTISCH FÜR MOBBING

- ▶ Mobbing bedeutet wiederholtes und systematisches Schikanieren, Hänkeln, Drohen, Beschimpfen, Herabsetzen, Blossstellen, Ausgrenzen, Demütigen mit dem Ziel der Täter, sich selbst als mächtig darzustellen und die betroffene Person niederzumachen.
- ▶ Mobbing richtet sich meist gegen eine einzelne Person.
- ▶ Mobbing beruht auf einer Eigendynamik, die überall und jederzeit entstehen kann.
- ▶ Mobbing ist eine besondere Form von Gewalt, welche in verschiedenen Varianten auftreten kann: Verbal / via Social Media, physisch und psychisch.
- ▶ Mobbing hat nichts mit begründeter Kritik zu tun. In einer Form eines Machtmissbrauchs verletzt es immer die Würde und Integrität einer Person.
- ▶ Häufig zielen die Beleidigungen auf persönliche Schwächen, die ethnische Herkunft oder das Privatleben ab.
- ▶ Mobbing findet nicht vor Erwachsenen oder Lehrpersonen statt.
- ▶ Konflikte werden dagegen offen vor Eltern und Lehrpersonen ausgeübt.
- ▶ Ein einmaliger Streit oder ein Konflikt zwischen zwei Gruppen ist kein Mobbing.
- ▶ Der Übergang ist oft schleichend und nicht immer klar erkennbar.
- ▶ Mobbing von einem Konflikt zu unterscheiden ist nicht immer einfach.

DIE BETEILIGTEN

Jeder kann Opfer von Mobbing werden. Es hängt nicht unbedingt von bestimmten Eigenschaften, der Herkunft oder der Verhaltensweise ab. Oft gehen wir in der Gesellschaft davon aus, dass ein Mobbing-Opfer schwach, wenig selbstbewusst, ängstlich, unfähig sich zu wehren ist oder eine körperliche Einschränkung hat. Dieses Bild eines Mobbing-Opfers wird aber von der Wissenschaft nicht bestätigt. Es zeigt sich, dass es jedes Kind oder Jugendlichen treffen kann.





MOBBING VS. KONFLIKT

WAS DER UNTERSCHIED IST

„ Mobbing von einem Konflikt zu unterscheiden ist nicht immer einfach. Doch es gibt ein paar hilfreiche Anhaltspunkte. “

MOBBING

VERDECKTE AKTIONEN

Mobbing-Handlungen sind für Lehrkräfte und andere Erwachsene häufig nicht direkt zu erkennen, da die Akteure ihre Aktionen und Handlungen verdeckt durchführen. Für die Klassenkameraden allerdings ist das Geschehen meist gut sichtbar. Mobbing-Handlungen werden dann offen ausgeübt, wenn die Akteure sich relativ sicher sein können, dass seitens der Schule nicht interveniert wird.

PERMANENTER MACHTMISSBRAUCH

Die dauerhaften Schikanen sind konstituierend für ein Geschehen, das treffend mit Mobbing bezeichnet werden kann. Isolierte einzelne Übergriffe und Schikanen sind unangenehm, aber wegen der ausbleibenden Wiederholung nicht ausreichend, um ein Mobbing-System zu entwickeln.

LÖSUNGEN WERDEN NICHT GESUCHT

Mobbing hört normalerweise nicht von selbst auf. Es geht den Mobbing-Akteuren nicht um die Lösung eines Problems, auch dann nicht, wenn ein Konflikt am Anfang der weiteren Entwicklung stand. Eine Lösung würde den Gewinn gefährden, den sie aus den wiederkehrenden Aktionen ziehen: Anerkennung, Machterfahrung, Sicherheit, nicht selbst zum Opfer werden. Die Mobbing-Akteure setzen ihre Übeltaten fort, selbst wenn seitens der Betroffenen ein Rückzug und keine Gegenwehr erfolgt. Die Akteure brauchen den kontinuierlichen Beweis ihres überlegenen Status, den sie aus ihren Handlungen gewinnen.

KONFLIKT

OFFENE AKTIONEN

Schüler «verstecken» ihre Konflikte untereinander meist nicht. Sie tragen ihren alltäglichen Streit offen vor den Augen der Lehrkräfte und ihren Mitschülern aus. In Konflikten, die sich zuspitzen und weiter eskalieren, erfolgen sogar aggressive Angriffe schulöffentlich.

BEGRENZTER MACHTMISSBRAUCH

Auch in Konflikten kann Macht in negativer Weise genutzt werden, um die eigenen Interessen durchzusetzen. Ist dieses Ziel erreicht, sind auch die Angriffe beendet.

LÖSUNGEN WERDEN GESUCHT

Konflikte enden üblicherweise, nachdem sie ausgetragen wurden und eine Lösung gefunden ist. Diese muss nicht zwangsläufig konstruktiv sein, und es müssen auch nicht alle Beteiligten damit zufrieden sein. Auch Gewinner-/Verlierer-Ergebnisse sind möglich. Von Bedeutung ist, dass keine weiteren eskalierenden Handlungen der Beteiligten erfolgen und die gegebene Situation – zumindest vorübergehend – akzeptiert wird.



CYBERMOBBING

DIE GEFAHR IM NETZ

DEFINITION

Eine klare Definition zu finden ist nicht einfach, da sich diese seit Jahren immer wieder ändert und angepasst wird.

Von Cybermobbing, Internetmobbing oder Cyberbullying spricht man, wenn unter Einsatz moderner Kommunikationsmittel wie Smartphone, Chat, E-Mail, sozialen Netzwerken, Foren und Blogs absichtlich und über längere Zeit hinweg beleidigendes Material in Form von

Texten, Bildern und/oder Filmen verbreitet wird. Ziel des Cybermobbing-Akteurs ist es, jemanden zu verleumden, blosszustellen, auszustossen und/oder zu belästigen. Für die Opfer von Cybermobbing entstehen daraus Ängste und Depressionen bis hin zu Suizidgedanken oder -handlungen.

CHARAKTERISTISCH FÜR CYBERMOBBING IST, DASS...

... die Belästigungen rund um die Uhr ausgeübt werden können.

... das Publikum im Netz unkontrollierbar gross ist und sich die hochgeladenen Inhalte sehr schnell verbreiten können.

... die Täter anonym handeln können und somit die Hemmschwelle geringer ist.

... die Täter auf dem Netz aus dem direkten Umfeld stammen aber auch vollkommen unbekannt sein können.

... es möglich ist, dass Cybermobbing ungewollt passiert.

ANONYMITÄT UND DIE FOLGEN DARAUS

Es ist sehr einfach, anonym im Internet aktiv zu sein. Man kann sich hinter Pseudonymen verstecken und braucht seine reale Identität nicht Preis zu geben. Das führt zu einer gewissen Sicherheit, und dies wiederum zu einer geringeren Hemmschwelle. Es fördert unakzeptables Verhalten in der Kommunikation, woraus ein Machtungleichgewicht entsteht. Das Opfer fühlt sich ausgeliefert und hilflos.

RASANTE UND UNKONTROLLIERTE VERBREITUNG

Bei Cybermobbing nimmt das Publikum sehr schnell unkontrollierbare Ausmasse an. Die Demütigung verstärkt sich dadurch exponentiell, und das Opfer wird vor sehr vielen Zuschauern blossgestellt, während die Täterschaft anonym bleibt.

WAS MAL AUF DEM INTERNET LANDET...

Es ist äusserst schwierig, einmal hochgeladene Inhalte aus dem Internet wirklich zu entfernen. Selbst wenn ein Anbieter wie beispielsweise Facebook die Daten löschen würde, können Kommentare, Fotos und Videos innert weniger Minuten quasi weltweit verbreitet worden sein.

SCHUTZ VOR CYBERMOBBING

Der beste Schutz vor Cybermobbing ist ein positives Schul- und Familienklima.

Wo sich Kinder und Jugendliche wie auch Lehrerschaft wohlfühlen, ist das Risiko für Cybermobbing bedeutend kleiner. Cybermobbing lebt auch immer von den Zuschauern, die sich für die Attacken interessieren, ohne selbst direkt aktiv mitzumischen. Auch ein einfacher «like» ist eine Unterstützung des Cybermobbing.

Meist ist Cybermobbing mit dem «normalen Mobbing» in einem Gruppengefüge wie einer Schulklasse eng verknüpft. Wird die Mobbingssituation in der Klasse/Schule beendet, hört das Cybermobbing meist auch auf. Daher ist es sinnvoll, auch bei Cybermobbing mit dem No Blame Approach zu arbeiten. Allfällige rechtliche Konsequenzen wegen Cybermobbing werden separat geahndet.

” Cybermobbing lebt auch immer von den Zuschauern, die sich für die Attacken interessieren, ohne selbst direkt aktiv mitzumischen. “



RECHTS- LAGE

OFFIZIALDELIKTE

- ▶ Art.156 StGB, Erpressung
- ▶ Art.181 StGB, Nötigung

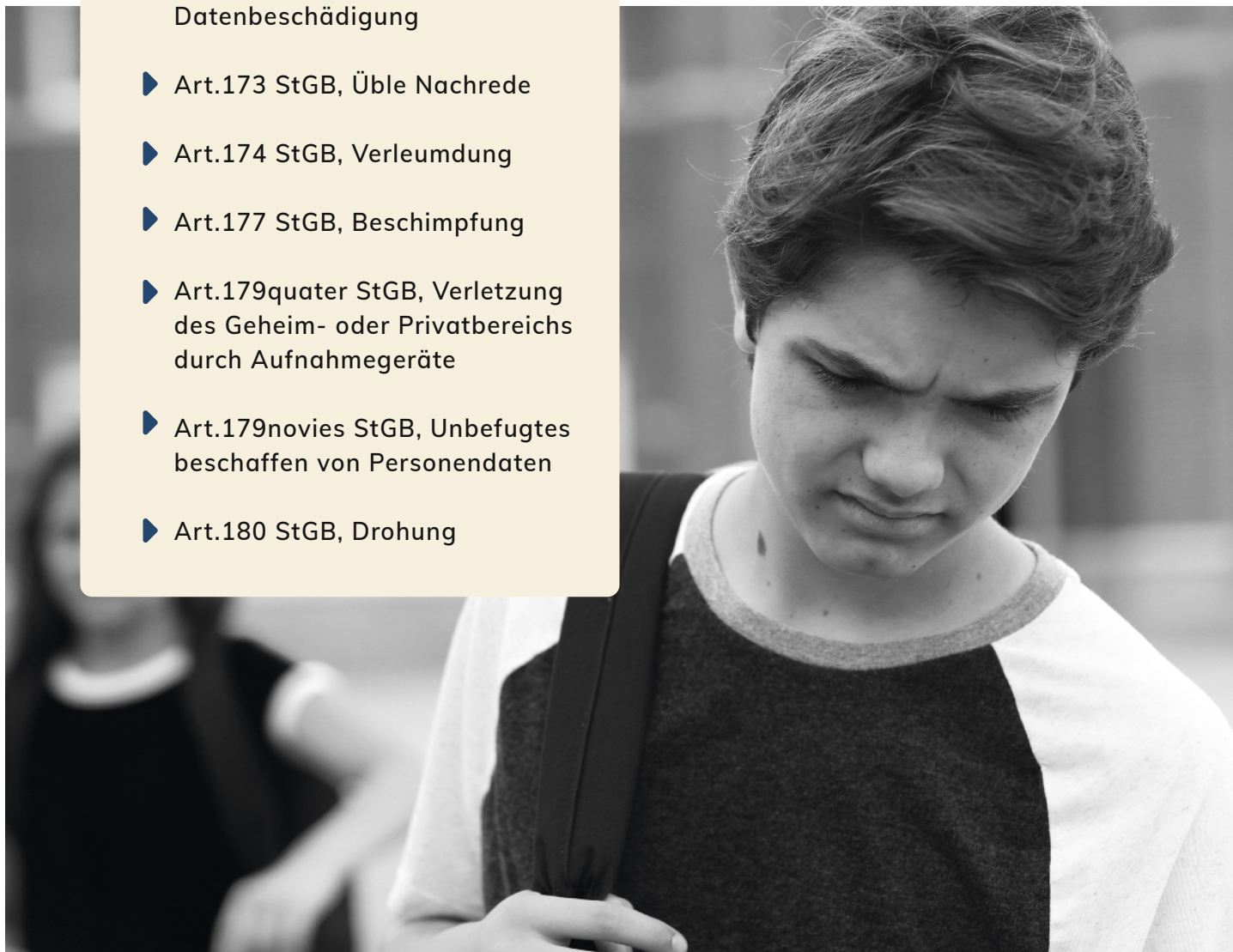
ANTRAGSDELIKTE

- ▶ Art.143bis StGB, Unbefugtes Eindringen in ein Datenverarbeitungssystem
- ▶ Art.144bis Ziff.1 StGB, Datenbeschädigung
- ▶ Art.173 StGB, Üble Nachrede
- ▶ Art.174 StGB, Verleumdung
- ▶ Art.177 StGB, Beschimpfung
- ▶ Art.179quater StGB, Verletzung des Geheim- oder Privatbereichs durch Aufnahmegeräte
- ▶ Art.179novies StGB, Unbefugtes beschaffen von Personendaten
- ▶ Art.180 StGB, Drohung

WAS ELTERN TUN KÖNNEN

Hinnehmen soll man Mobbing auf keinen Fall. Nach Hilfe zu fragen, hat nichts mit Schwäche zu tun, sondern erfordert viel Mut und ist Voraussetzung, um Mobbing zu beenden. Wenn Eltern, Lehrer, Bekannte oder auch Mitschüler eine Ahnung oder sogar die Gewissheit haben, dass ein Mobbing-Fall vorliegt, ist es elementar, mit den richtigen Personen oder Stellen Kontakt aufzunehmen.

Eltern wenden sich am besten an die Lehrperson, die Schulleitung, die Schulsozialarbeit, den schulpsychologischen Dienst, eine psychiatrische Beratungsstelle oder unsere Fachstelle.



UNTERSTÜTZEN SIE IHR KIND – ES BRAUCHT SIE

- ▶ **Nehmen Sie ernst, was Ihr Kind berichtet, hören Sie aufmerksam zu und verharmlosen Sie nicht.**
- ▶ **Erklären Sie Ihrem Kind, dass Hilfe holen kein Petzen ist!**
- ▶ **Raten Sie Ihrem Kind, sich nicht mit Süßigkeiten, Geld oder Gefälligkeiten freizukaufen oder zu gefallen.**
- ▶ **Bestätigen Sie Ihrem Kind, dass nichts falsch an ihm ist.**
- ▶ **Geben Sie Ihrem Kind nicht das Gefühl, durch sein Verhalten allenfalls selbst Schuld zu sein.**
- ▶ **Beteiligen Sie Ihr Kind an Ihren Überlegungen, wie das weitere Vorgehen aussehen könnte. Versichern Sie ihm, dass Sie nichts unternehmen werden, was sich negativ auswirken könnte.**

Nehmen Sie die Gefühle Ihres Kindes immer ernst und sprechen Sie mit ihm darüber. Ihr Kind lernt dadurch, dass seine Gefühle wichtig sind und es ein Recht darauf hat, respektiert zu werden.

WAS TUN BEI CYBERMOBBING

Beachten Sie Verhaltensveränderungen Ihres Kindes und sprechen Sie es auf mögliche Ursachen von Cybermobbing an. In erster Linie sollte der Betroffene nicht online auf die Anschuldigungen oder Belästigungen reagieren. Für eine erfolgreiche Strafverfolgung der Polizei ist es von grösster Wichtigkeit, dass alles Material gespeichert und gesammelt wird (z.B. Screenshots), welches auf die Täterschaft hinweisen kann. Chatverläufe, SMS, Mails, MMS usw. dürfen auf keinen Fall gelöscht werden. Die Täterschaft sollte man sperren und dem sozialen Netzwerk oder Chatforum melden.

Eltern können die Lehrpersonen, Schulleitung, Schulsozialdienste, den schulpsychologischen Dienst oder unsere Fachstelle um Rat fragen. Eine der Hauptfragen ist, ob eine Anzeige bei der Polizei notwendig ist und Sinn macht.

WAS ELTERN NICHT TUN SOLLTEN

Verständlicherweise wollen Eltern möglichst schnell helfen und dem Mobbing Einhalt gebieten. Sie handeln dann oft recht impulsiv und kontaktieren beispielsweise als erstes die Eltern der Mobbing-Akteure. Auch wenn dies gut gemeint ist, haben solche Handlungen grosses Potential, die Lage zu verschlimmern. Dies hat oft zur Folge, dass die Eltern untereinander in einen Konflikt geraten. Konstruktive Lösungswege werden dadurch zusätzlich erschwert. Auch sollten Sie keinesfalls die Mobbing-Akteure selbst konfrontieren, denn dies führt in der Regel zu einer Verschlimmerung der Mobbingsituation. Ihr Kind kommt dann umso mehr unter Druck und wird von den Akteuren für Ihre Intervention zusätzlich gestraft.

Machen Sie keinesfalls Aussagen Ihrem Kind gegenüber wie «vielleicht müsstest Du Dich halt auch ein bisschen anders verhalten» oder ähnliches. Dies führt beim Kind zu eigenen Schuldzuweisungen im Sinne von «womöglich trage ich ja wirklich selbst schuld, dass die andern mich so behandeln...».

Entscheiden Sie zudem nichts über den Kopf Ihres Kindes hinweg, sonst fühlt sich Ihr Kind «hintergangen» und erzählt plötzlich gar nichts mehr und verschliesst sich Ihnen gegenüber. Erklären Sie Ihrem Kind deutlich, dass es keine Schuld trifft und dies jedem passieren kann. Aber auch, dass es die Mobbingsituation nicht einfach zu erdulden hat, sondern ein Recht auf Unterstützung und Hilfe hat.

Das mediale Verhalten unserer Zeit birgt sowohl Chancen wie auch sehr viele Gefahren. Es ist Segen und Fluch zugleich und ausserordentlich wichtig, dass wir Erwachsenen uns dem Thema annehmen, uns informieren und unsere Kinder und Jugendlichen schützen und aufklären, wie verantwortungsbewusst mit digitalen Medien umzugehen ist.

Kinder und Jugendliche sollten informiert sein wie sie sich richtig verhalten, wenn sie selbst Opfer von Cybermobbing werden oder mitkriegen, dass jemand anderes auf diese Weise gemobbt wird.

Sie sollten auch wissen, mit welchen rechtlichen Konsequenzen / strafrechtlichen Folgen sie als Täter bei einer Cybermobbing-Attacke zu rechnen haben.



DER «NO BLAME APPROACH» GEMEINSAM GEGEN MOBBING

Da Mobbing vor allem in der Schule seinen Ursprung hat, kann Mobbing auch am besten in der Schule gestoppt werden. Wir haben uns darauf spezialisiert, pädagogische Fachpersonen (von der Grundschule bis zur Berufsschule) in der Anwendung des «No Blame Approach» zu schulen. «To blame» ist ein englisches Verb und heisst «beschuldigen». Wie der Name aussagt, ist der «No Blame Approach» eine Prozessintervention ohne Schuldzuweisung. Es ist ein Instrument, um Mobbing schnell und dauerhaft zu stoppen.

” *Hauptmerkmal des No Blame Approach ist, dass von Sanktionen und Schuldzuweisungen abgesehen wird.* “

Hauptmerkmal des No Blame Approach ist, dass von Sanktionen und Schuldzuweisungen abgesehen wird, sondern auf die Ressourcen der beteiligten Schüler gesetzt wird. Diese werden in einen Gruppenprozess einbezogen der darauf abzielt, die Mobbing-Situation in kurzer Zeit – in der Regel innert 14 Tagen – zu beenden. Die Erfolgsquote bei Anwendung des «No Blame Approach» liegt bei über 85%. Die Durchführung des «No Blame Approach» erfolgt in drei aufeinanderfolgenden Schritten:

1.
SCHRITT

GESPRÄCH MIT DEM MOBBING-BETROFFENEN

Mit diesem Gespräch gewinnen wir das Vertrauen des vom Mobbing betroffenen Schülers. Wir erklären, was wir vorhaben und vermitteln Sicherheit und Zuversicht, dass die Mobbing-Situation gestoppt werden kann.

HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN VON ELTERN ZUM «NO BLAME APPROACH»

Ist mein Kind am Mobbing beteiligt, wenn es in die Unterstützungsgruppe eingeladen wird?

Vielleicht vermuten oder befürchten Sie, dass Ihr Kind in einem Gruppgefüge eine Rolle spielt, die Sie nicht unbedingt gutheissen würden. Ihr Kind kann aber für die Unterstützungsgruppe auch ausgewählt worden sein, weil die Lehrperson es wegen seiner hohen Sozialkompetenz, die zur Unterbindung des Mobbings beitragen kann, schätzt. Vertrauen Sie Ihrem Kind, dass es seine vorhandenen Ressourcen im Rahmen der Unterstützungsgruppe einsetzt, um zu einer Verbesserung der Situation in der Klasse beizutragen.

Warum werden nicht einfach die Mobbing-Akteure bestraft?

Wenn Mobbing mit Bestrafungen aus der Welt geschafft werden könnte, so gäbe es schon lange kein Mobbing mehr. Strafen bewirken oft das Gegenteil – der/die von Mobbing Betroffene bekommt die Auswirkungen einer Strafe gegen die Mobbenden doppelt zu spüren. Beim «No Blame Approach» wird bewusst auf Sanktionen verzichtet, um auch die mobbenden Kinder ins Boot zu holen. Diese Vorgehensweise hat sich bewährt und zeigt die beeindruckenden Fähigkeiten der Kinder, dass sie vielfach zum Helfen bereit sind, wenn sie unmissverständlich darum gebeten werden.

Kommt mein Kind nicht in eine schwierige Lage, wenn es in der Unterstützungsgruppe mitwirkt?

Die Praxis zeigt, dass dem nicht so ist. Die Teilnahme an der Unterstützungsgruppe ist freiwillig, und Ihr Kind entscheidet selbst, in welcher Form es zur Auflösung der Mobbing-Situation beitragen will. Im Zweifelsfall wird Ihr Kind jedoch nicht ohne die elterliche Zustimmung an der Unterstützungsgruppe teilnehmen.

Kann der «No Blame Approach» auch bei Cybermobbing angewendet werden?

Cybermobbing ist in der Regel eng verknüpft mit «herkömmlichem» Mobbing. Wird das tägliche Mobbing in der Schule / auf dem Schulweg beendet, so hört erfahrungsgemäss auch das Mobbing im Netz auf.

Je nach Ausgangslage, wie schwerwiegend die Auswirkungen des Cybermobbings sind, ist es ratsam, fachliche Unterstützung beizuziehen.

2. SCHRITT

GESPRÄCH MIT DER UNTERSTÜTZUNGSGRUPPE (OHNE MOBBING-BETROFFENEN)

Die Bildung der Unterstützungsgruppe bildet das Kernstück des No Blame Approach. Sie besteht aus den Haupt-Akteuren, den Mitläufern sowie «neutralen» Schülern. Ziel dieser Helferguppe ist es, eine konstruktive, lösungsorientierte Rolle einzunehmen, um das Mobbing zu unterbinden.

3. SCHRITT

NACHGESPRÄCHE

Nach 8 – 14 Tagen nach dem 2. Schritt werden die Nachgespräche geführt um zu sehen, wie sich die Situation entwickelt hat. Diese erfolgen mit jedem einzeln, um die Schüler direkt in die Verantwortung zu nehmen. Dieser Schritt sorgt für Verbindlichkeit und stärkt die Nachhaltigkeit.



HILFE BEI MOBBING

www.hilfe-bei-mobbing.ch

HILFE BEI MOBBING

Bettina Dénervaud

Zentrumsplatz 3

3322 Urtenen-Schönbühl

Tel. +41 76 317 01 55

bettina@hilfe-bei-mobbing.ch

HILFE BEI MOBBING

Pascal Kamber

Buzibachstrasse 12

6023 Rothenburg

Tel. +41 79 382 51 20

pascal@hilfe-bei-mobbing.ch