

# Gesundheit macht Schule

Gesundheitsförderung für  
Volks- und Sek II-Schulen



# Vom Plagen und Geplagt werden – Mobbing in der Schule



**Elternabend Hasliberg vom 14.05.2019**

# Programm des Abends

- Begrüssung durch Schulleiterin
- Programm + Zielsetzungen des Abends bekannt geben
- Input: Vom Plagen und Geplagt werden in der Schule
- DVD: «ausgespielt» «ausgegrenzt»
- Diskussion in Gruppen
- Kurzes Feedback aus den Gruppen
- Input: Prävention von Plagen/Mobbing in der Schule
- Vorgehensweisen in der Schule
- Fragen an die Referierenden
- Abschluss des Abends durch die Schulleiterin



# Zielsetzungen

Die Eltern haben einen Überblick über das Phänomen Mobbing erhalten (Definition, Formen, Ursachen, Folgen).

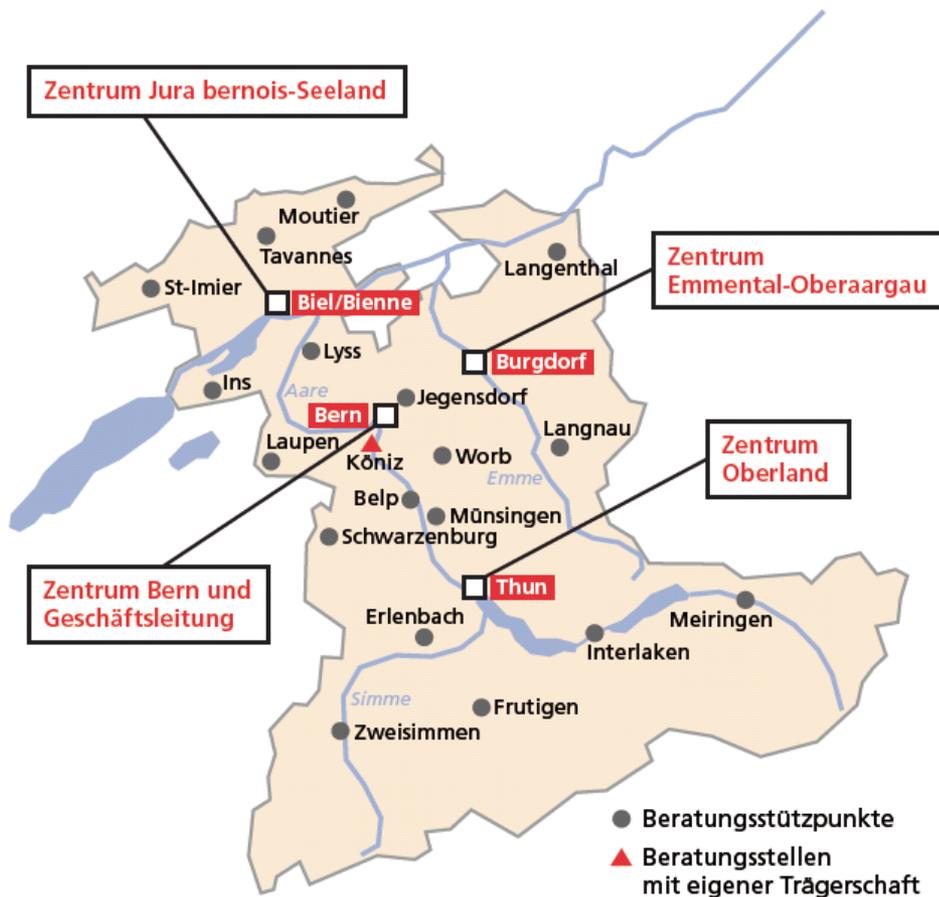
Die Eltern können Plagen/Mobbing von Konflikten unterscheiden.

Die Eltern haben persönliche Fragen und Anliegen eingebracht / diskutiert und deren Integration/Gewichtung hat am Elternabend stattgefunden.

Die Eltern kennen vorbeugende Massnahmen, um gegen Mobbing vorzugehen und wissen, wie sie ihr Kind im konkreten Fall unterstützen können und von wem dieses zusätzliche Unterstützung erhält.



# Überall in Ihrer Nähe



- 4 Regionalzentren
- 18 Beratungsstützpunkte

## Bereiche

- Suchtberatung/Therapie
- Gesundheitsförderung / Prävention
- Sexualpädagogik

<http://www.bernergesundheit.ch/>

# Vom Plagen und Geplagt werden - Mobbing in der Schule

Kurzreferat Grundwissen Mobbing



# Plakat «Mobbing? Ohne uns!»

Physisches Plagen direkt



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

Verbales/Nonverbales Plagen direkt



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

Verbales/Nonverbales Plagen indirekt



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

Verbales Plagen direkt



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

gegenständliches Plagen indirekt / direkt



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

Verschiedenes

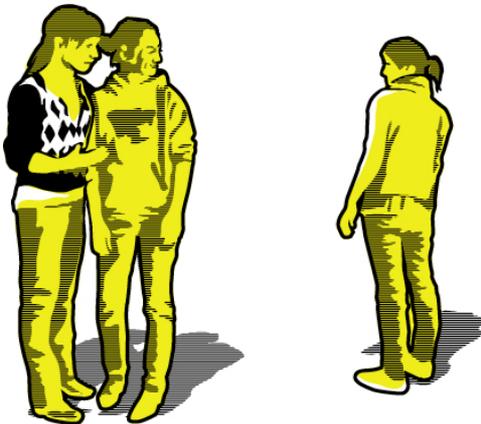


© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

# Was ist Mobbing?

## Definition:

Eine Person wird geplagt / ausgegrenzt, wenn sie systematisch und wiederholt über längere Zeit den negativen Handlungen einer oder mehrerer Personen ausgesetzt ist. (Olweus 1986)



# Notwendige Bedingungen

- Situation, der man nicht entfliehen kann
- Aggressionsbereite Kinder
- Kinder, die irgendwie mitmachen
- Kinder, die wegschauen - nichts machen
- Erwachsene, die ...
  - nichts sehen, hören,...
  - unsicher sind,....
  - alles glauben, was die Kinder erzählen
  - Angst haben, etc...
  - wegschauen,...



# Wieso wird gemobbt?

Kinder und Jugendliche die andere mobben, ...

- wollen ihren sozialen Status verbessern
- haben erfahren, dass sie mit ihrem rücksichtslosen Verhalten ihre eigenen Ziele erreichen
- fühlen sich anderen Jugendlichen gegenüber stark und überlegen
- sind es nicht gewohnt, dass ihnen Grenzen gesetzt werden
- fühlen sich überfordert und hilflos und sehen keinen anderen Ausweg
- erleben die Unterstützung durch die Mittäter, Mitlacher, die nichts tun



# Warum wird gemobbt?

- Es entsteht ein Gefühl der Macht und Überlegenheit
- Es bringt Aufmerksamkeit und hohen sozialen Status
- Es macht Spass und vertreibt die Langeweile



# Normaler Konflikt“ - Mobbing

## Konflikt

- + gleiche Machtverhältnisse
- + nur gelegentlich
- + versehentlich/unbewusst
- + Meinungsverschiedenheit
- + beidseitig ungute Gefühle
- + Gewissensbisse
- + Versuch einer Problemlösung

## Plagen/Mobbing

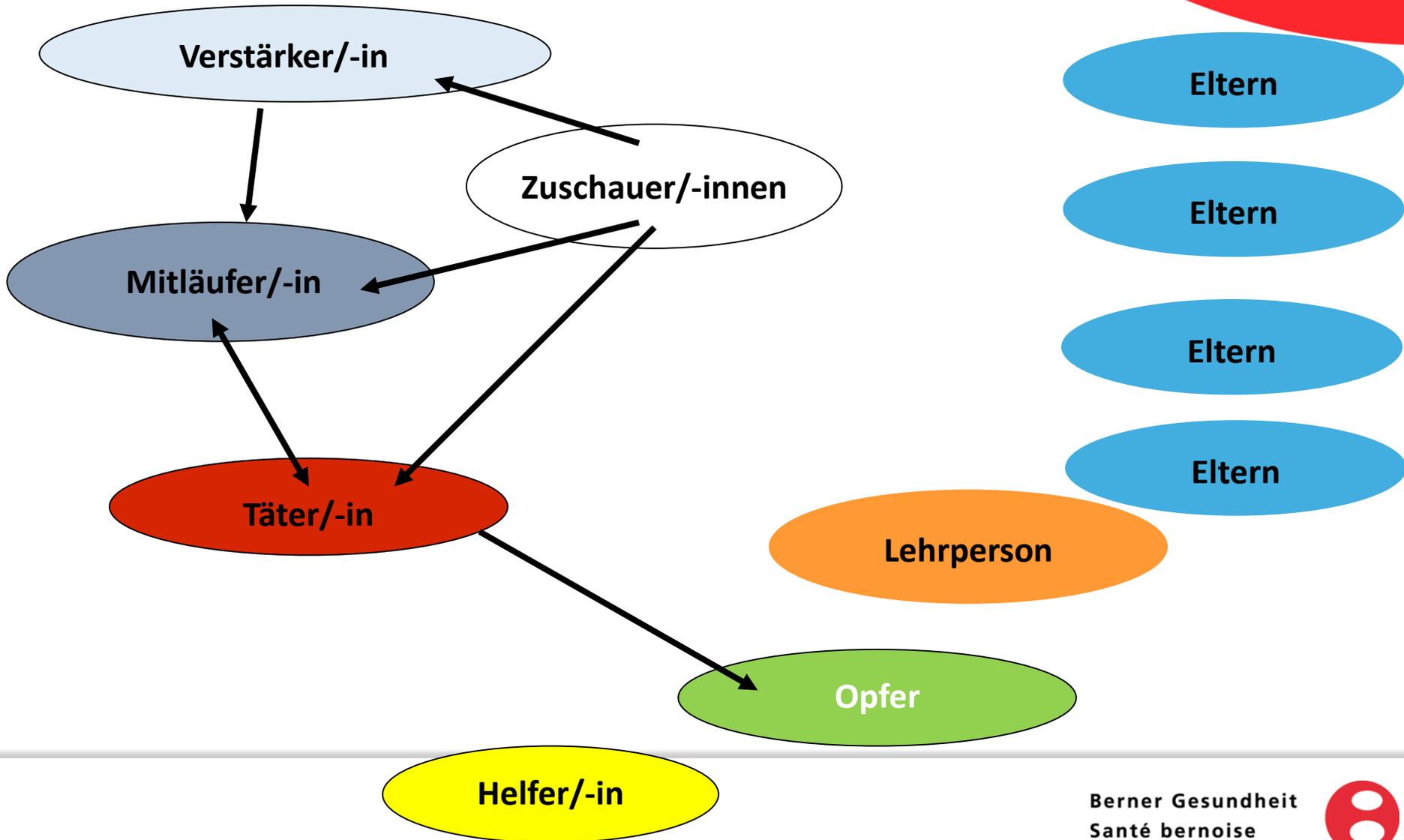
- ungleiche Machtverteilung
- wiederholte, gezielte Demütigung
- absichtlich/bewusst
- Beschuldigung/Drohung/Schädigung
- grosser Leidensdruck beim Opfer
- Kein schlechtes Gewissen
- Keinerlei Bemühungen zur Verbesserung



# Was unterscheidet einen Konflikt von Mobbing?

<b>KONFLIKT</b>		Im Mittelpunkt der Auseinandersetzung steht die <b>Sache</b>
<b>Ziel</b>		Die Durchsetzung von <b>Interessen</b>
<b>Mobbing</b>		Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit der <b>Person</b>
<b>Ziel</b>		Die Ausgrenzung/Vernichtung einer <b>Person</b>

# Mobbing/Plagen - Rollen



# Folgen von Plagen/Mobbing

## Für die Opfer

- Angst vor der Schule
- Körperliche Beschwerden
  - Bauchschmerzen
  - Schlafprobleme
  - Müdigkeit etc.
- Tiefer Selbstwert
- Depression
- Extremfall: Suizid

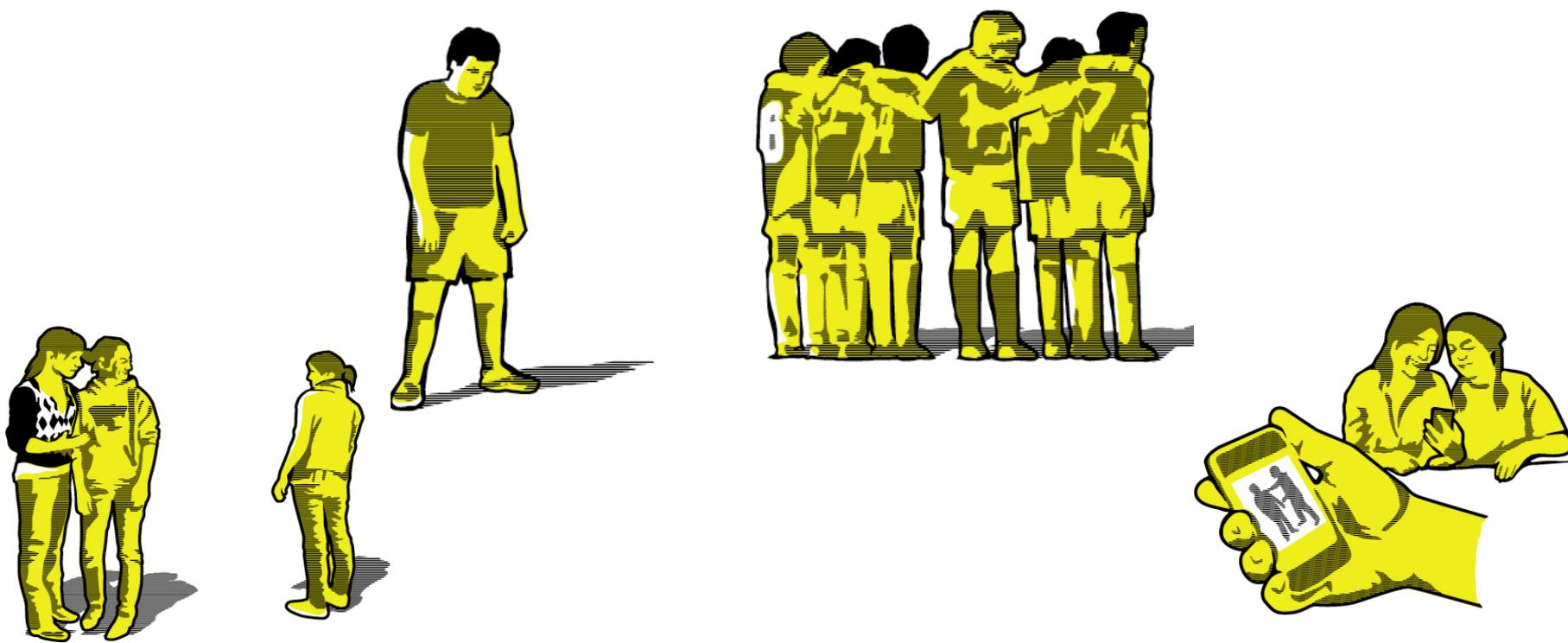
## Für die Täter/-innen

- Mobber erfahren, dass sie mit Aggression zum Ziel kommen
- Gute Position/Einbettung in Freundesgruppe
  - Die Freunde sind oft auch aggressiv
- Vorhandene Defizite
  - Wenig Mitgefühl mit Opfer (trotz vorhandenem Wissen)
  - Moralisches Distanzieren (Opfer beschuldigen)
- Später
  - häufiger Gesetzesbrüche
  - Delinquenz



# Zusammenfassung

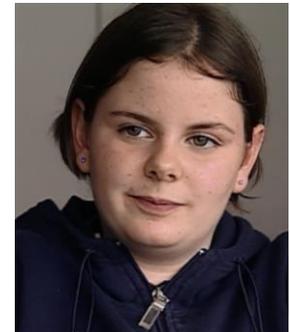
## Infoblatt für Eltern



# Filmausschnitte „ausgespielt“ „ausgegrenzt“

## Gruppenauftrag

1. Was hat mich besonders berührt / betroffen gemacht?
2. Wie wurde geplagt/gemobbt?
3. Was erfahre ich bezüglich Mobbing von meinem Kind?
  - A) Im Quartier / auf dem Schulweg?
  - B) an unserer Schule?



**Orientierungswissen**

**Prävention**



# Ziel: Das Wohl aller in der Klasse

## Regeln

1. Wir reden miteinander nicht übereinander
2. Wir verzichten auf kränkende Spitznamen und Schimpfworte
3. Wir lachen andere nicht aus, wenn sie einen Fehler machen oder etwas noch nicht können.
4. Wir sehen hin und helfen, wenn jemandem Unrecht geschieht.
5. Wir bilden keine Gruppe gegen Einzelne.



# Was können Kinder tun?

## Opfer

Gewaltmeldung als erwünschtes Verhalten  
Angemessene Formen der Abwehr erlernen

## Klassenkollegen/-innen

Mache nicht mit  
Lache niemanden aus  
Schenke den Täter/-innen keine Beachtung



# Was können Lehrer/-innen tun?

- Lernen hinzuschauen
- Den Kindern zuzuhören
- Pos. Aufmerksamkeit für angemessenes Verhalten schenken
- Opfer unterstützen / Schutz gewähren
- Wahrnehmung der Kinder stärken
- Nicht direkt involvierte Kinder aktiv einbeziehen



# Was tun, wenn ihr Kind gemobbt wird?

- Mobbing vorbeugen
- Nein sagen lernen
- Kontakte pflegen
- Warnsignale beachten

Wenn Mobbing bereits ein Problem ist

- Zivilcourage
- Zuhören, Ruhe bewahren
- Unterstützung
- Mit der Lehrperson sprechen



# Was tun, wenn ihr Kind mobbt?

- Sprechen Sie mit dem Kind
- Vermeiden von Schuldzuweisungen
- Regeln/Grenzen setzen
- Konsequenzen benennen
- Kontakt zur Lehrperson halten
- Externe Beratung



---

Erziehungsberatung

[www.erz.be.ch](http://www.erz.be.ch) / Erziehungsberatung

---

Prävention Polizei

Hr. Thomas Schneider Tel. 033 227 63 23

---

Kinder- und Jugendpsychiatrische  
Polikliniken Bern

[www.gef.be.ch](http://www.gef.be.ch) / upd  
Tel. 031 633 41 41 (werktags)

---

Berner Gesundheit

[www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch) Tel. 0800 070 070

---

Contact Netz

[www.contactnetz.ch](http://www.contactnetz.ch) Tel. 031 378 22 22

---

Psychiatrischer Notfalldienst  
Kanton Bern

Tel. 031 632 88 11  
(rund um die Uhr)

---

*Websites für Jugendliche*

---

Pro Juventute Beratung 147

[www.147.ch](http://www.147.ch) / Tel. 147

---

Tschau

[www.tschau.ch](http://www.tschau.ch)

---

Feel-ok

[www.feel-ok.ch](http://www.feel-ok.ch)

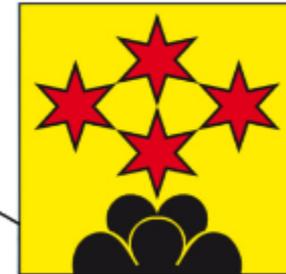
---



# Vorgehensweise in der Schule

---

H A S L I B E R G



# Fragen an die Referierenden



**Parole:  
Niemals aufgeben!**

**Besten Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**

