

## **ANTI-MOBGING PROJEKT 2009 /2010**

### **Informationen für Eltern über Prävention von Mobbing und Gewalt in der Schule**

#### ***Projekt für Klassenstufen 5 bis 10 an der DSL***

Liebe Eltern!

Wie in den vergangenen Schuljahren, wenden wir uns an Sie, um Sie über das Projekt Anti-Mobbing von Klasse 5 bis 10 zu informieren und um Ihre Rolle als Eltern für das Gelingen dieses Präventionsprojektes hervorzuheben.

Durch dieses Projekt sollen soziale Kompetenzen der SchülerInnen gefördert werden, sodass Gewalt und Mobbing verhindert werden. Vielen SchülerInnen ist es nicht bewusst, welche Konsequenzen Mobbinghandlungen haben. Unsere Aufgabe ist es, sie diesbezüglich zu sensibilisieren, aufzuklären und klare Grenzen zu setzen. Dazu gehört: über das Thema offen zu sprechen, Klarheit über die Folgen solcher Situationen zu schaffen oder den SchülerInnen einen Perspektivenwechsel zu ermöglichen. Außer dieser Aufklärung und Vorbeugung ist es unerlässlich, klare Grenzen durch schulinterne und rechtliche Regelungen zu setzen.

Es ist die Überzeugung der Arbeitsgruppe «Bessere Schule–Besseres Leben», dass die gesamte Schulgemeinschaft den deutlichen Standpunkt vertreten sollte, dass Mobbing und Gewalt nicht toleriert werden, weil wir solche Verhaltensweisen nicht an unserer Schule wünschen. Wir wollen eine Schule, in der sich jeder respektiert und akzeptiert fühlt.

### **1. Allgemeine Informationen**

#### **Was ist Mobbing?**

Mobbing ist eigentlich kein neues Phänomen, es ist leider sogar in Schulen weit verbreitet, darf aber nicht mit isolierten Konflikten, Streitereien oder aggressiven Auseinandersetzungen verwechselt werden. **Mobbing, Bullying** sind die Fachbegriffe für die wiederholte offene oder subtile Gewalt gegen Personen mit dem Ziel der sozialen Ausgrenzung, also böswillige Handlungen um einen Mitschüler, eine Mitschülerin oder eine andere Person fertig zu machen. Ganz schnell passiert es dann, dass andere mitmachen oder passiv zuschauen.

Einige Menschen meinen, dass Mobbing einfach zur Entwicklung gehört, und ein Weg ist, damit Kinder und Jugendliche lernen, sich selber zu wehren. Dies ist jedoch falsch.

### ***Drei Eigenschaften von Mobbing:***

- Es ist absichtliches, schädigendes Verhalten
- Es ist wiederholt
- Es ist schwierig für die Betroffenen sich zu wehren

Bestimmte Persönlichkeitszüge der Opfer und Täter scheinen Mobbing zu fördern, doch grundsätzlich ist Mobbing kein individuelles Problem der Opfer oder Täter, sondern ein strukturelles Gruppenphänomen, das eskaliert ist, weil keine rechtzeitigen und hinreichenden Interventionen erfolgten.

### **Mobbing betrifft eine Bandbreite von Situationen wie:**

- Körperliche Gewalt (schubsen, schlagen, prügeln)
- Diebstahl oder Beschädigung von Gegenständen
- Erpressung von "Schutzgeldern"
- Ignorieren
- Schlecht Sprechen (hinter dem Rücken)
- Gerüchte und Lügen verbreiten
- Namen nennen, die man nicht mag oder Vorurteile beinhalten
- Beschimpfen / beleidigen
- Ruf schädigen
- Abwerten, bloßstellen, herabsetzen
- Belästigung durch SMS, E-Mail
- Anschwärzen bei Lehrern oder Eltern
- Körperliche Gewalt androhen
- Ausgrenzen
- Verschweigen von wichtigen Informationen

### **Neuer Schwerpunkt – Cybermobbing/Cyberbullying**

Die heutige Zeit ist durch große technologische Fortschritte gekennzeichnet, die unsere Realität stark verändern und denen man sich anpassen muss. Das Angebot an technischen Instrumenten wie die neuen Medien bringt neue Dimensionen in die bereits bekannten Verhaltensweisen. Der Umgang mit diesen neuen Medien bringt besondere Schwierigkeiten, denn Kinder, Jugendliche und auch viele Erwachsene sind für ihre korrekte Benutzung nicht vorbereitet. In dem Maße in dem die Medienbenützung ständig zunimmt, finden auch vermehrt im Cyberspace negative Verhaltensweisen statt wie Cybermobbing/Cyberbullying. Unsere Prävention muss sich aus diesem Grund auf neu auftretende Bereiche einstellen, wie Datenschutz, Verletzung der Privatsphäre, Online-Spiele, Anonymität oder Strafbarkeit.

Cybermobbing ist der Ausdruck für bestimmte Probleme, die der Technologiefortschritt mit sich bringt. Mit den neuen Kommunikationsformen wie SMS, MMS, Emails, Chatrooms kann die verbale und psychologische Gewaltanwendung eine unermessliche Tragweite annehmen. Diese Verhaltensweisen sind durch die virtuelle Dimension und die damit eingehende zunehmende Anonymität charakterisiert. Der Mensch mit seinen Gefühlen und Reaktionen oder die Auswirkungen des eigenen Verhalten werden nicht gesehen oder erlebt, sodass keine Rückmeldung erfolgt und die Fähigkeit der Empathie noch weniger beansprucht wird. Außerdem besteht der falsche Glaube nicht identifiziert zu werden.

Auch bezüglich dieser neuen Aspekte sieht die DSL es als ihre Aufgabe (neben dem Elternhaus) pädagogische Maßnahmen in einer vertrauensvollen Zusammenarbeit mit den Kindern und Jugendlichen einzusetzen, um einerseits aufzuklären und vorzubeugen und andererseits, um klare Grenzen zu setzen.

## **Auswirkungen von Mobbing und Cybermobbing**

Mobbing in der Schule führt dazu, dass Kinder sich alleine, traurig, ängstlich und unsicher fühlen und denken, dass mit ihnen etwas nicht stimmt. Sie suchen die Schuld bei sich selbst und geraten zunehmend in eine soziale Isolierung. Sie verlieren letztlich die Fähigkeit offen auf andere Menschen zuzugehen. Die Folgen von Mobbing wirken sich auf die gesamte Persönlichkeit aus:

- Schulangst/Schulvermeidung
- Leistungsabfall
- Konzentrationsprobleme
- Psychosomatische Erkrankungen (Appetitlosigkeit, Bauchschmerzen ...)
- Schlafstörungen
- Schwänzen
- Verlust des Selbstvertrauens
- Isolierung und Einsamkeit

Mobbing in der Schule kann negative Folgen für den weiteren Lebensweg der betroffenen Schüler haben und zwar nicht nur für die Opfer, sondern auch für die Täter. Es ist falsch Mobbing zu banalisieren und es als Teil der Entwicklung anzusehen.

## **Wie kann man Mobbing und Cybermobbing erkennen?**

Obwohl Mobbing Situationen schwer zu erkennen sind, sollten deutliche Warnsignale wie sie oben genannt wurden, ernst genommen werden. Eltern spüren schnell, dass es ihrem Kind nicht gut geht, doch viel schwieriger ist es herauszufinden weshalb. Lehrkräfte sind meistens überrascht, wenn man sie auf Mobbing Vorfälle in ihrer Klasse anspricht, denn die Handlungen geschehen oft zu subtil und meistens außerhalb des Unterrichts.

Oft sprechen gemobbte Kinder und Jugendliche weder mit Lehrer/innen noch mit Eltern über das Problem. Sie haben Angst als Petze dazustehen, und noch mehr leiden zu müssen.

Je länger Mobbing andauert, umso schwieriger ist es, eine Lösung zu finden und umso größer ist die körperliche oder seelische Beeinträchtigung der betroffenen Kinder oder Erwachsenen.

## **Warum mobben Kinder/Jugendliche?**

Es gibt viele Gründe für Mobbing. Kinder können es als ein Weg betrachten, um populär zu sein, um anzugeben, um sich stark zu fühlen, weil andere Angst vor ihnen haben. Andere sind vielleicht neidisch oder eifersüchtig hinsichtlich der Person, die sie mobben. Andere wiederum werden selbst gemobbt. Sehr oft sind sie sich nicht bewusst, was sie

eigentlich tun und wie sich die Opfer fühlen, haben Mangel an Einsicht in ihr eigenes Verhalten und auf seine Auswirkungen auf andere.

## **Warum werden einige Kinder/Jugendliche gemobbt?**

Einige werden aus keinem bestimmten Grund gemobbt, aber normalerweise sind sie in irgendeiner Weise anders – vielleicht ihre Hautfarbe, die Art wie sie gehen, ihre Größe oder sogar ihr Name. Manchmal werden sie gemobbt, weil sie so ausschauen, als ob sie sich nicht wehren könnten, und weil sie unfähig sind zu kämpfen oder einfach nicht kämpfen möchten.

## **2. Das Anti-Mobbing Projekt an der DSL**

### **Ziel des Projekts**

Die Arbeitsgruppe «Bessere Schule–Besseres Leben» hat sich seit dem Schuljahr 1999/2000 das Ziel gesetzt, sich für eine Schule mit mehr Toleranz, Respekt und einem angenehmen Zusammenleben einzusetzen. Dazu wurden seitdem (seit 9 Jahren!) mit der klaren Unterstützung der Schulleitung jedes Jahr verschiedene Projekte auf die Beine gestellt, welche die Ziele verfolgen, das Wohlbefinden zu fördern, persönliche und soziale Kompetenzen zu entwickeln und im Bereich der Gesundheit sowohl vorzubeugen, als auch zu fördern. Diese frühzeitigen und kontinuierlichen Aktionen tragen dazu bei, dass positive Veränderungen stattfinden und dass übliche Schulprobleme gering gehalten werden.

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass Mobbing ein internationales Problem ist, wobei das Vorkommen von Land zu Land, von Schule zu Schule ähnlich ist. Es ist wichtig, dass jede Schule das Ausmaß von Mobbing erkennt und Maßnahmen ergreift, denn es gibt deutliche, unzweifelhafte Beweise, dass Schulaktionen das Auftreten von Mobbing drastisch reduzieren (20-80%). Untersuchungen bestätigen, dass Gewaltprävention eine Daueraufgabe ist und dass ein Nachlassen der Bemühungen, zu einem Anstieg der Probleme führt. Die Sensibilisierung für dieses Thema ist ohne Zweifel eine wichtige Grundlage, doch erst die wiederholte Auseinandersetzung seiner verschiedenen Aspekte, kann den immer wieder auftretenden Phänomenen Grenzen setzen.

Aufgrund der Anerkennung der Bedeutung der Einführung und Kontinuität von präventiven Maßnahmen gegen Gewalt und Mobbing, wird das Anti-Mobbing-Projekt an der DSL seit dem Schuljahr 2003/2004 durchgeführt. Alle Schüler der Klassen 5 bis 10 nehmen ordnungsgemäß teil, aber auch SV und oft auch Klassen 11 machen mit. In den letzten Schuljahren wurden in diesen Klassenstufen anonyme Umfragen, klasseninterne Auseinandersetzungen und von den KlassensprecherInnen dynamisierte Aktionen stets mit der wertvollen Unterstützung der KlassenleiterInnen durchgeführt.

Nach 6 Jahren weiß eigentlich jeder Schüler, jede Schülerin, jeder Lehrer, jede Lehrerin, jeder Elternteil (Erster Elternabend/Homepage/Jahrbuch) der DSL was Mobbing ist, welche Konsequenzen es hat, dass die Schule es nicht akzeptiert und beim Vorkommen frühzeitig und konsistent handelt. Für das Gelingen eines solchen Schulprojektes ist die Zusammenarbeit zwischen LehrerInnen, SchülerInnen und Eltern von entscheidender Bedeutung.

Die Leitziele der bisher durchgeführten Mobbingprävention lauten:

- „Wir gehen besser miteinander um“
- „Wir dulden keine Ausgrenzung von SchülerInnen“
- „Wir mobben nicht andere SchülerInnen“
- „Wir schauen nicht passiv zu und versuchen zu helfen“
- „Wir gebrauchen die neuen Medien verantwortungsbewusst“

## **Schuljahr 2009/10**

Mit dem Ziel Mobbing an der DSL vorzubeugen und zu reduzieren, finden im Laufe dieses Schuljahres verschiedene Maßnahmen, Aktionen oder Projekte statt, von denen einige kurz vorgestellt werden:

### **Umgang mit Mobbingfällen im Laufe des Schuljahres**

Es ist wie in den vergangenen Jahren, wichtig anzustreben, dass sowohl SchülerInnen, LehrerInnen als auch Eltern in einem Klima der Offenheit über dieses Thema sprechen, solche Situationen im Laufe des Schuljahres identifizieren und frühzeitig unterbrechen, Hilfe bei vertrauenswürdigen Erwachsenen suchen und Hilfe durch konsequente Intervention bekommen. Dabei ist es wichtig, dass alle Beteiligten beim Lösungsprozess miteinbezogen und unterstützt werden. Dafür stehen KlassenleiterInnen, Schulpsychologin oder Beratungslehrerin zur Verfügung.

### **Klassensprecherseminar**

An zwei Wochenenden im Schuljahr werden KlassensprecherInnen der Klassen 6 bis 10 und die Mitglieder der Schülersvertretung (SV) fortgebildet, um ihre persönlichen und sozialen Kompetenzen für die Ausübung ihrer Funktionen zu entwickeln. Diese Ausbildung besteht in der Vermittlung von Kenntnissen und Techniken in den Bereichen Kommunikationsdynamik und Konfliktmanagement, bei denen Themen wie Arbeiten im Team, Kommunikation und Gesprächsstile, Konflikt und Konfliktbewältigung sowie Interkulturalität eine große Rolle spielen. Auch das Selbstbild, Selbstverständnis, ihre Rechten und Pflichten stehen im Mittelpunkt der Ausbildung. KlassensprecherInnen und SV nehmen an diesen Seminaren auch aktiv an der Vor- und Nachbereitung der Thematischen Woche teil.

### **AG- Ausbildung zum Streitschlichter**

Zum ersten Mal wird in diesem Schuljahr eine von der Schule angebotene Arbeitsgemeinschaft stattfinden, welche die teilnehmenden SchülerInnen zu Peer-MediatorenInnen ausbilden wird. Dabei werden diese SchülerInnen lernen, bei Konflikten unter SchülerInnen kompetent zu vermitteln und damit zu einem positiven Schulklima beizutragen. Das ist ein weiterer Schritt nach vorne im Sinne der Prävention, die wir unseren Schülern anbieten.

### **Förderung der Interkulturalität**

Das Projekt „Interkulturelles Training für Klasse 7“ fand im letzten Schuljahr erstmalig statt und soll in diesem Schuljahr wieder in doppelstündigen Workshops durchgeführt werden. Die SchülerInnen, die in einen neuen Klassenverband mit der Integration der S-

Schüler kommen, in dem neue soziale und kulturelle Prozesse stattfinden, werden in dynamischer Weise in ihrer interkulturellen Kompetenz gefördert. Das Thema „Vorurteile und ihre Überwindung wird durch Vortrag, Spiel und Diskussion vermittelt, sodass SchülerInnen verstehen, wie man mit kulturellen Unterschieden umgeht.

Als Ergänzung ist in diesem Schuljahr zum ersten Mal ein Deutsch-Portugiesischer Abend für interessierte Eltern, LehrerInnen und SchülerInnen der 7. Jahrgangstufe geplant, in dem eine Sensibilisierung auf die deutsch-portugiesisch Kulturunterschiede stattfinden wird und Erklärungen für typische Missverständnisse zwischen Deutschen und Portugiesen im Lebensalltag gegeben werden.

### **Thematische Woche 2009/10**

In jeder Klasse von den Jahrgangsstufen 5 bis 10 werden sich in der Thematischen Woche (14.-18.12.2009) KlassenleiterInnen und SchülerInnen an Hand von verschiedenen zur Verfügung stehenden Materialien mit Themen auseinandersetzen, die mit den Bereichen Mobbing und Gewalt zusammenhängen. Spezifische Aspekte, welche die SchülerInnen interessieren, sollen tiefer behandelt werden.

Diese spezifischen Themenbehandlungen werden vom Klassenleiter/von der Klassenleiterin geleitet, doch ergänzende Aktionen von FachlehrerInnen sind sehr willkommen. SchülerInnen insbesondere die KlassensprecherInnen werden stark miteinbezogen und in ihrer Rolle als wichtige Elemente für die Diskussion bestärkt, da ihre Mitarbeit an diesem Projekt entscheidend für ein gutes Gelingen ist. Ihre Funktion als Vorbild, Meinungsbilder und aktive Teilnehmer an wichtigen Schulprojekten ist hervorzuheben.

In diesem Schuljahr wird die Arbeitsgruppe für jede Klassenstufe Vorbereitungssitzungen mit den KlassenleiterInnen organisieren, um die Materialien kennenzulernen und Themenschwerpunkte zu definieren. Mit den KlassensprecherInnen wird die Vorbereitung im 1. Klassensprecherseminar und die Nachbesprechung im 2. Klassensprecherseminar stattfinden. Eine Auswertung der Thematischen Woche soll durch die Analyse der von den KlassenleiterInnen und KlassensprecherInnen ausgefüllten Feedbackbögen erfolgen.

In jeder Klasse entscheiden KlassenleiterInnen und KlassensprecherInnen zusammen unter Einbeziehung der Meinungen der MitschülerInnen die Inhalte und die Form der Themenbearbeitung.

### ***Beispiele von Möglichkeiten für die inhaltliche Themenbearbeitung***

#### **Gewalt**

- Was ist Gewalt?
- Gewalt hat viele Gesichter
- Körperliche Gewalt
- Psychische Gewalt
- Opferlose Gewalt

## **Mobbing / Cybermobbing**

- Was ist Mobbing/Cybermobbing?
- Was sind die Auswirkungen?
- Was kann ich tun?
- Vorgehensweisen bei Mobbing
- Klassenvertrag

## **Umgang mit neuen Medien**

- Sensibilisierung für den korrekten und verantwortungsvollen Umgang mit den neuen Medien: "Nicht alles was geht ist auch erlaubt"(ethische Grenzen).
- Auseinandersetzung mit Aspekt der Privatsphäre: Herstellung und Austausch von Bildern mit Handys (Gewalt, Pornographie), Veröffentlichung von Bildern im Internet.
- Wie sicher sind meine persönlichen Daten im Internet: Messenger, Hi5, MySpace, Facebook? Wie kann ich mich sichern?
- Risiken von Online Computerspielen
- Information über die Konsequenzen: rechtliche und schulinterne Regelungen
- Strafbare Verhaltensweisen: Fallbeispiele

## **Umgang mit Gefühlen und Empathie**

- Gefühle ausdrücken, erkennen, maskieren
- Körpersignale
- Über Gefühle reflektieren (eigene und der anderen)
- Klassengespräche/Klassenrat
- Fürsorge empfinden

## **Soziales Verhalten in der Klasse**

- Akzeptierung von Unterschieden
- Kooperatives Lernen/Teamarbeit
- Perspektivenwechsel und Empathie entwickeln
- Klassenregeln/Gruppenregeln
- Freundschaftskompetenzen
- Konfliktlösung

## **Umgang mit Konflikten**

- Klärung der Konfliktursache
- Positionen/Interessen/Bedürfnisse
- Kommunikation/ Was ist gutes Zuhören?
- Assertivität und Empathie
- Nachfragen/Feedback geben
- Suche nach Lösungsalternativen

## **Gerechtigkeit und Handlungsmöglichkeiten**

- Handlungsmöglichkeiten in Konflikt-/Gewaltsituationen
- Moralische Sensibilität, moralische Dilemmata
- Zivilcourage und Hilfeleistungen
- Werte/Rechte verstehen
- Entscheidungen treffen
- Toleranz und Demokratie

## ***Beispiele von Möglichkeiten für die Form der Themenbearbeitung***

- Unterrichtseinheiten
- Projektarbeit
- Klassengespräch/-diskussion
- Fallbeispiele
- Internet-Arbeit
- Rollenspiel / Theater
- Interview
- CD-Rom / DVD
- Anonyme Umfrage
- Zeitungsartikel

## **3. Was können Eltern machen?**

### **Prävention von Mobbing**

Eltern spielen sehr früh eine wichtige Rolle in der Vorbeugung von Mobbing, da die Erfahrungen der Kinder vor dem Eintritt in den Kindergarten/Schule ihre Strategien in den sozialen Beziehungen oder im Schulkontext stark beeinflussen.

Während der Schullaufbahn ihrer Kinder ist es wichtig, dass Eltern sich für die Schule interessieren und dass sie mit ihnen über die Schule und ihre sozialen Aktivitäten kommunizieren. Ferner, dass sie ihnen Zeit und Aufmerksamkeit widmen und sich für das interessieren was die Kinder tun, welche Freunde sie haben, was sie mögen oder nicht mögen. Ein regelmäßiges Zusammensein in der Familie wie z.B. bei den Mahlzeiten oder einem gemeinsamen Programm fördert diese Kommunikation.

Außerdem ist die Begleitung der Fernseh-, DVD-, Spielkonsole- oder Computergewohnheiten wünschenswert, sowie der Versuch das Ausmaß an gesehener Gewalt, der Kinder ausgesetzt sind, niedrig zu halten. Bei der Erziehung ihrer Kinder

können Eltern deutlich machen, dass die Aggressivität ein Verhalten ist, das sozial nicht akzeptiert ist. Die Eltern selbst sind in ihren Verhaltensweisen, sei es in der eigenen Selbstregulation, sei es in ihren Freundschaftskompetenzen oder in anderen sozialen Situationen ein Vorbild für ihre Kinder.

Zu Hause können die Eltern ihre Kinder ermutigen, über ihre Gefühle zu sprechen, sie so oft wie möglich zu loben und ihnen die Möglichkeit geben zu glänzen, wenn sie zu Hause helfen, Verantwortungen übernehmen oder ihre Talente aufführen. Auf der anderen Seite, soll die Disziplin nach Kriterien der Gerechtigkeit und Konsistenz, die an das Alter der Kinder angepasst sind geschehen. Der respektvolle Umgang miteinander und die Aufstellung von vernünftigen Regeln und Grenzen ist wichtig.

## **Was kann ich machen, wenn mein Kind gemobbt wird?**

- Wenn Sie den Verdacht haben, dass ihr Kind gemobbt wird, fragen Sie es oder stellen Sie ihm indirekt Fragen.
- Wenn ihr Kind erzählt, dass es gemobbt wird, glauben Sie ihm, hören Sie ihm aufmerksam und verständnisvoll zu, fragen Sie über Einzelheiten und geben Sie Unterstützung.
- Was Sie nicht tun sollen, ist: die Eltern des Täters zu konfrontieren oder ihrem Kind raten zurückzuschlagen.
- Es ist wichtig klar zu stellen, dass es nicht die Schuld ihres Kindes ist. Fragen Sie es, wie es mit der Situation umgeht, was noch gemacht werden kann und was beide unternehmen können. Versichern Sie es, dass Sie keine Aktion unternehmen, ohne ihn zu fragen.
- Vergessen sie nicht, dass es sehr schwierig für das Opfer ist, solche Situationen alleine zu beenden. In den meisten Fällen müssen andere das für ihn machen.
- Wichtig ist Hilfe zu suchen. Stärken Sie ihr Kind diese Situationen einem vertrauenswürdigen Erwachsenen zu erzählen. Erklären Sie ihm, dass das nicht Petzen ist, denn es hat das Recht sich sicher zu fühlen.
- Loben Sie ihr Kind, weil es Ihnen diese schwierige Situation erzählt hat und für einen Aktionsplan motiviert ist. Es wird sich stolz über dieses Verhalten fühlen.
- Als erster Schritt können Sie mit ihrem Kind einen Plan entwickeln, um mit dieser Mobbingsituation umzugehen. Dieses Vorgehen stärkt ihn, doch seien Sie vorsichtig und führen Sie ihn nicht dazu, eine Entscheidung zu treffen, für die es nicht vorbereitet ist. Möglichkeiten sind ein Versuch den Aggressor zu ignorieren, ihm dann sagen, dass er aufhören soll und immer weggehen, sobald er wieder anfängt.
- Der zweite Schritt ist die baldige Kontaktaufnahme mit der Schule, sodass Maßnahmen eingesetzt werden, um diese Mobbingsituation zu beenden. Geben Sie dem/der Klassenleiter/in in einem privaten Gespräch Einzelheiten, bitten Sie ihm/ihr, dass er/sie mit den Beteiligten spricht, damit diese negativen

Verhaltensweisen sofort unterbrochen werden. Die Zusammenarbeit mit der Schule ist sehr wichtig.

- Helfen Sie ihrem Kind Verhaltensweisen einzusetzen, die ihn vor Mobbing schützen, sodass es konkret weiß, wie es sich verhalten soll, wenn es provoziert wird.
- Es kann hilfreich sein, die Nähe eines robusten Kindes zu suchen, als Schutz und als Modell. Das Lernen von Kompetenzen zur Selbstverteidigung, Zeit mit Freunden zu verbringen und Möglichkeiten zur Bildung neuer Freundschaften schaffen, sind weitere sinnvolle Maßnahmen. Selbstverteidigungskurse fördern nicht die Aggressivität, sondern im Gegenteil helfen, Konflikte durch Selbstdisziplin, Selbstkontrolle und durch ein größeres Selbstvertrauen zu verhindern.
- Sie können auf verschiedene Weise das Selbstvertrauen ihres Kindes stärken. Wenn ihr Kind in irgendeiner Weise anders ist als die anderen, helfen Sie ihm stolz darauf zu sein. Ein Kind mit Selbstvertrauen hat eine geringe Wahrscheinlichkeit gemobbt zu werden, und kann auch besser mit so einer Situation umgehen.
- Ermutigen Sie Ihr Kind seine Gefühle auszudrücken und seine Meinung zu sagen, auch wenn sie sich nicht mit Ihren Ansichten deckt.
- Wenn Ihr Kind wenige Freunde hat, fördern Sie die Teilnahme an sozialen Gruppen mit Kindern, die ähnliche Interessen haben. Das entwickelt Selbstvertrauen und soziale Kompetenzen, die ihn vor Mobbing schützen.
- Überlegen Sie ob Ihr Kind etwas macht, was die anderen motiviert, ihn zu provozieren.

## **Was kann ich machen, wenn mein Kind die anderen mobbt?**

- Wenn Sie herausfinden, dass Ihr Kind andere mobbt, bewahren Sie die Ruhe. Nehmen Sie den Vorfall ernst, aber kontrollieren Sie Ihre Emotionen.
- Sprechen Sie mit ihm in ruhiger Form, um die Einzelheiten des Vorfalls zu verstehen, beschuldigen Sie ihn nicht, doch verneinen Sie die Verantwortung Ihres Kindes nicht und erklären Sie deutlich, dass Sie Mobbing nicht akzeptieren.
- Vergewissern Sie es, dass Sie ihn lieben, aber das Mobbingverhalten nicht mögen.
- Versuchen Sie zu verstehen, warum es sich so verhalten hat. Erklären Sie ihm, dass dieses Verhalten falsch ist und versuchen Sie, dass ihr Kind versteht, wie es ist, das Opfer zu sein und wie sich diese Kinder fühlen. Das kann ihm helfen nicht mehr zu mobben.
- Helfen Sie ihrem Kind positive Formen zu lernen, um mit Wut, Frustration oder Enttäuschung umzugehen.
- Loben Sie es, wenn es mit anderen Kindern kooperativ spielt, Regeln zu Hause oder in der Schule befolgt oder versucht sein Verhalten zu ändern.

- Eltern können auch dadurch helfen, dass sie deutlich klarstellen, dass sie Mobbing nicht akzeptieren. In einigen Situationen können sie auch zeigen, wie sie ihr eigenes Verhalten kontrollieren.
- Sagen Sie Ihrem Kind nicht mitzumachen, wenn jemand gemobbt wird, und dass es immer versuchen sollte, einem Kind das gemobbt wird zu helfen z. B. indem es diesen Vorfall berichtet. Nichts zu machen, um eine Mobbingssituation zu beenden bedeutet, dass man damit einverstanden ist.
- Machen Sie ein Brainstorming, um Lösungen zur Wiedergutmachung/Kompensierung zu finden. Nur über den Vorfall zu sprechen ist nicht ausreichend, es ist wichtig etwas Gutes zu machen wie z.B. einen Brief schreiben, persönlich anrufen, sich treffen oder vor anderen zu verteidigen.
- Wenn nötig, suchen Sie beratende Hilfe.

#### **4. Wir erhoffen uns durch diese Maßnahmen, dass**

- Klarheit herrscht, dass die Schule dieses Thema ernst nimmt.
- Offen über Mobbing/Cybermobbing oder Gewalt gesprochen wird.
- Solche Situationen frühzeitig erkannt und beendet werden.
- SchülerInnen sich daran gewöhnen, sich an erwachsenen Personen, denen sie vertrauen zu wenden.
- Bei Mobbing/Cybermobbing oder Gewalt konsistent gehandelt wird.
- Opfer geschützt und unterstützt werden.
- Täter aktiv in die Lösungsfindung einbezogen und beraten werden (Verständnis gewinnen, bereuen Gewalt angewendet zu haben, versuchen ihre Schuld zu reparieren, Alternativen entwickeln damit es nicht mehr passiert...).
- SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern zusammenarbeiten, um eine sichere Lernumgebung zu schaffen, in der gegenseitiger Respekt und Toleranz vor dem Anderssein eine Grundlage sind.

Auch das Interesse und die Mitarbeit der Eltern sind entscheidend für die Reduzierung von Mobbing/Cybermobbing und Gewalt an der DSL und damit für die Verbesserung des Schulklimas im Sinne von einer offenen, sicheren, toleranten und respektvollen Atmosphäre, die wir alle für unsere Schule wünschen. Wir schätzen und bedanken uns für Ihre Zusammenarbeit.