Hilfe, mein Kind wird gemobbt!

Ein Leitfaden für Eltern.

1. Was ist Mobbing?

– wenn eine Person über einen längeren Zeitraum systematisch negativen Handlungen ausgesetzt ist

- wenn jemand einem anderen absichtlich immer wieder Schmerzen, Verletzungen oder Gemeinheiten zufügt:
  - direkt: festhalten, schlagen, bespucken, erpressen, beleidigen, …
  - indirekt; Gerüchte, Verleumdungen, Mimik und Gestik, Ignorieren, …
  - Cybermobbing: über soziale Netzwerke

Vorsicht! Wenn Ihr Kind über einen begrenzten Zeitraum oder auch immer wieder Ärger oder Streit mit einem Mitschüler hat, dann muss das kein Mobbing sein.

2. Kennzeichen von Mobbing:

- **Kräfteungleichgewicht**: Der Betroffene steht immer allein und ist einem oder mehreren Tätern gegenübergestellt; der Täter nutzt seine Machtsituation aus
- **Häufigkeit**: Übergriffe mind. einmal pro Woche
- **Dauer**: über längeren Zeitraum
- **Konfliktlösung**: Betroffene Person ist aus eigener Kraft nicht in der Lage, das Mobbing zu beenden.

3. So erkenne ich, dass mein Kind evtl. gemobbt wird:

Ihr Sohn / Ihre Tochter

… kommt bedrückt nach Hause oder wirkt launisch und aggressiv, nervös, angespannt…

… kommt häufig mit kaputten Schulsachen nach Hause.

… erfindet Ausreden, z.B. für verlorengegangene Sachen.

… bleibt nach Unterrichtsende oder in der Pause länger im Klassenzimmer.

… wirkt unsicher.

… ist immer davon überzeugt, dass die anderen nur Böses im Sinn haben – verzerrte soziale Wahrnehmung.

… zeigt ungewöhnliche Verhaltensweisen (z.B. häufiger Rückzug ins Zimmer)

… hat immer häufiger auftretende körperl. Beschwerden (oft am Sonntag, vor Schulbeginn).

… zeigt psych. Symptome: Ängste, Depression.

… beginnt zu stottern.

… hat häufige Fehlzeiten in der Schule.

… hat plötzlich schlechte Noten.

4. Wie reagiere ich?

Wenn Mobbing in der Schule passiert, kann es auch nur dort gelöst werden!!

Sie können helfen, indem Sie

… Ihr Kind ernst nehmen!

… sich von Vorfällen berichten lassen

- **KEINE GEEIGNETEN REAKTIONEN** sind: „Wehr dich!", „Schlag´ zurück!", „Geh´ denen aus dem Weg!", „Das hört schon wieder auf!", „Die werden schon einen Grund haben!", „Ich rede mit deren Eltern!"

… gemeinsam überlegen, mit welchem Erwachsenen man darüber reden kann

(Klassenlehrer, Verbindungslehrer, Beratungslehrer, JaS, …)

… mit dem Kind reden.

… nichts ohne das Einverständnis des Kindes unternehmen.

… Ihrem Kind klarmachen, dass es keine Schuld an den Vorfällen hat.

… Geduld haben (Mobbing lässt sich nicht von heute auf morgen stoppen.)

… Sie zusammen mit Ihrem Kind die Schule informieren. Das Einbeziehen einer Lehrkraft oder der JaS ist kein Petzen, sondern unbedingt notwendig.

5. Wie kann ich in der Familie vorbeugen?

Stärken Sie das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl Ihres Kindes! (Lob!)
Leben Sie Fairness und Respekt vor!
Unterstützen Sie Freundschaften mit Gleichaltrigen!
Fördern Sie die Medienkompetenz und begleiten Sie die Medienerfahrungen Ihres Kindes aufmerksam!
Halten Sie Kontakt mit der Schule!

Schauen Sie hin und holen Sie Unterstützung!

Hilfe holen ist kein Petzen!!

6. Information und Beratung:

- Schulberatung: Andrea Baur
- Internet: www.mobbing-schluss-damit.de; www.nummergegenkummer.de

Quellen: Jannan, M. (2010), „Das Anti-Mobbing-Buch", Weinheim u. Basel, Beltz-Verlag;

Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen, „Mobbing beenden. Wie Eltern ihre Kinder unterstützen können", 2014