

Der Kampf gegen Mobbing

Gehänselt, gedemütigt, ausgelacht – Mobbing ist für Betroffene sehr schlimm. Kommt es im Schulzimmer zu Mobbing, leidet aber nicht nur die oder der Betroffene, sondern die ganze Klasse. Um Mobbing entgegenzutreten, müssen die Anzeichen früh erkannt werden. Doch wie handeln, bevor es zum Härtefall kommt?

Eigentlich ist in der Klasse 1A alles normal. Nur manchmal fällt dem Klassenlehrer auf, dass einige Mädchen gemeinsam tuscheln, ein Schüler etwas abseits sitzt und hin und wieder die Schulaufgaben nicht dabei hat. Vor gut einer Woche kam er mit einem blauen Auge in die Klasse. Wie soll der Lehrer reagieren?

Konflikt versus Mobbing

Rund zehn Prozent aller Jugendlichen werden im Verlauf ihrer Schulzeit Opfer von Mobbing. Dabei beginnt Mobbing nicht erst in der Oberstufe, bereits im Kindergarten kann es dazu kommen. Zum Mobbing

«Ein Klima von gegenseitigem Vertrauen und von Offenheit soll gefördert und die Selbstkompetenz gestärkt werden.»

gehören unter anderem Handlungen wie Auslachen, Schikanieren oder Erpressen. Diese Handlungen richten sich systematisch gegen vereinzelte Kinder und wiederholen sich. «Im Gegensatz zum Konflikt wird Mobbing versteckt ausgetragen», betont Bettina Déneraud, die 2019 die Fachstelle «Hilfe bei Mobbing» gegründet hat. «Auch sehen die einzelnen Handlungen nicht dramatisch aus», ergänzt Otto Bandli, Mobbing-Experte der Pädagogischen Hochschule Zürich. Aus diesem Grund ist es nicht einfach, Mobbing im Schulzimmer sofort zu erkennen.

Mobbing ist nicht gleich Mobbing

So unterschiedlich wie die Handlungen, so vielfältig sind auch die Formen. Man unterscheidet zwischen physischem und verbalem Mobbing, aber auch zwischen indirektem und direktem. Unter das indirekte Mobbing fallen subtilere Varianten wie das Ignorieren oder das Ausspannen von Freunden. Häufig wird das indirekte Mobbing von Mädchen ausgeführt, während die Jungen eher das direkte Mobbing wählen. Neben der Realität im Klassenzimmer hat sich Mobbing auch in die virtuelle Welt verlagert, man spricht dabei von Cybermobbing. Ab der Oberstufe kommt Mobbing fast nicht mehr ohne Cybermobbing vor. Bandli betont aber: «Ausgangspunkt von

Mobbing ist immer die Gruppendynamik. Cybermobbing ist also die Fortsetzung des herkömmlichen Mobbing in und mit elektronischen Medien.»

Die ganze Klasse leidet

Auf Betroffene hat Mobbing – ob in der virtuellen oder der realen Welt – immer seelische, körperliche und soziale Auswirkungen. Auch kann Mobbing Langzeitfolgen haben. So hat die Universität North Carolina 1420 junge Erwachsene mit Mobbing Erfahrungen zu ihrer psychischen Gesundheit befragt und dabei festgestellt, dass ein erhöhtes Risiko für spätere Angststörungen besteht. Doch unter Mobbing leiden nicht nur die Direktbetroffenen. «Herrscht Mobbing in einer Klasse vor, geht es allen nicht gut», verdeutlicht Déneraud.

Jeder und jede kann betroffen sein

Heterogene und doch geschlossene Gruppen, in denen Betroffene der Situation nicht ausweichen können, begünstigen Mobbing. Genau solche Voraussetzungen bietet eine Schulkasse. Auch Machtsituationen und individuelle Verhaltensweisen spielen eine Rolle. Bandli, der Schulen

bei einem Mobbingfall begleitet, betont aber: «Jede und jeder kann ein Mobbingopfer werden.» Bettina Déneraud fügt an: «Betroffene passen sich auch in die Rolle des Opfers ein. Deshalb ist es wichtig, früh einzugreifen, denn alleine kommen Opfer nicht mehr aus der Situation heraus.»

Mobbingbrille für Lehrpersonen

Ein Vorgehen, um Mobbing frühzeitig zu erkennen, ist das Anwenden der «Mobbingbrille». Dabei müssen Lehrpersonen in den Bereichen Handlungen, Signale und Informationsquellen Beobachtungen anstellen. Bestehen Handlungen, die auf Mobbing deuten? Wird im eingangs erwähnten Mobbingfall der betroffene Schüler bei Klassenarbeiten häufig ausgeschlossen oder im Sport zuletzt gewählt? Als Weiteres sollen Signale analysiert werden. «Gerade in den Pausen können zum Beispiel Gruppenkonstellationen gut beobachtet werden», hält Déneraud fest, die Weiterbildungen zur Mobbingbrille anbietet. Und zuletzt sollte man andere Personen, die mit der Klasse zu tun haben, sogenannte Informationsquellen, um ihre Einschätzung bitten. Dies zeigt: Um Mobbing frühzeitig zu erkennen, ist



Mobbing lässt Betroffene im Schatten stehen. Fotos: Fiona Feuz

es wichtig, dass Lehrpersonen bereit sind, hinzuschauen.

Schülerinnen und Schüler stärken

Daneben ist auch die Stärkung der Schülerinnen und Schüler relevant. Diesen Ansatz wählt unter anderem das Angebot «ausgespielt» der Stiftung Berner Gesundheit. «Das Angebot vermittelt Methoden, um Klassen und Schulen zu stärken, damit solch ungute Dynamiken gar nicht entstehen», erklärt Elvira Bühlmann, die für ausgespielt verantwortlich ist. Dabei sollen schon im Vorfeld klare Handlungsabläufe definiert werden. Das Angebot, das sich

«Ausgangspunkt von Mobbing ist immer die Gruppendynamik. Cybermobbing ist also die Fortsetzung des herkömmlichen Mobbings in und mit elektronischen Medien.»

an Lehrpersonen aller Schulstufen richtet, umfasst unter anderem Fallbeispiele, Reflexionsübungen und Methoden zur Prävention und Intervention. «Ein Klima von gegenseitigem Vertrauen und von Offenheit soll gefördert und die Selbstkompetenz gestärkt werden», verdeutlicht sie. Dazu gehört auch, Schülerinnen und Schüler direkt zu befähigen, beispielsweise durch die Förderung von Schutzfaktoren wie Empathie oder Zivilcourage oder mit der Installation eines Klassenrats, bei dem Themen frühzeitig auf den Tisch kommen.

Mit Mobbing umgehen

Vermuten Lehrpersonen einen Mobbingfall in ihrer Klasse, können sie sich an verschiedene Fachstellen wenden. Die Pädagogische Hochschule Zürich, die Fachstelle Hilfe bei Mobbing sowie die Berner Gesundheit bieten Beratungstelefone für Lehrpersonen an. Diese werden rege genutzt. Auch gibt es verschiedene Weiterbildungen wie beispielsweise zum «No Blame Approach». Diese Weiterbildung bieten die Fachstelle Hilfe bei Mobbing sowie die Berner Gesundheit an für Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende und

Schulleitungen aller Zyklen. Dabei handelt es sich um ein Instrument, bei dem auf die Ressourcen der Schülerinnen und Schüler gesetzt und von Schuldzuweisungen und Sanktionen abgesehen wird.

Die Gruppendynamik verändern

Für die Umsetzung des No Blame Approach wird als Erstes ein Gespräch mit dem Betroffenen geführt. Die Lehrperson holt dabei die Erlaubnis der Schülerin oder des Schülers ab, agieren zu dürfen. Im zweiten Schritt bildet man eine Unterstützungsgruppe, bestehend aus sechs bis acht Schülerinnen und Schülern, zu denen sowohl der Hauptakteur, die Mitläuferinnen, aber auch Zuschauer und potenzielle Unterstützerinnen des Betroffenen gehören. «Bei der Gesprächsführung muss die Lehrperson klar überbringen, dass sie Mobbing nicht duldet», hält Déneraud fest. Mit der Anwendung des No Blame Approach wird der Klasse jedoch die Gelegenheit gegeben, das Mobbing zu überwinden. «Sehr vereinfacht geht es darum, die Gruppendynamik so zu verändern, dass es zu einer Entmachtung des Hauptakteurs führt. Man dreht an einem Rädchen im Mobbing-System, und dadurch verändert sich das ganze Gefüge.»

Schule ohne Mobbing

Trotz der vielen Angebote und Unterstützungsmöglichkeiten ist die Zahl der Mobbingfälle in den letzten Jahren gestiegen. Das zeigen Zahlen der PISA-Studie 2018 im Vergleich mit denjenigen von 2015. «Es wird immer eine Herausforderung sein, Mobbing aus den Schulzimmern zu verbannen. Die Zeiten sind nicht einfacher geworden», hält Elvira Bühlmann fest. Dennoch ist sie zuversichtlich: «Die Schulen heute leisten tolle Arbeit! Sie sind sensibilisierter, arbeiten oftmals bewusst am Schulklima und reagieren früher.» So auch im Fall des Schülers, bei dem die Klasse 1A das Mobbing mit verschiedenen Methoden überwinden konnte. ■

Fiona Feuz

Weiter im Netz

www.hilfe-bei-mobbing.ch

www.bernergesundheit.ch › Themen ›

Gewalt und Mobbing

«Mobbing in der Schule auflösen – Der No Blame Approach» – Erklärvideo der Akademie für Lerncoaching auf YouTube



Lehrpersonen müssen sich klar gegen Mobbing stellen, um zu verhindern, dass eine Schülerin oder ein Schüler zu Fall gebracht wird.



Cartoon: Marina Lutz