

**AUS-
GESPIELT!**

**GEMEINSAM
GEGEN
MOBBING
IN DER SCHULE**

FAMILIE



SPRECHEN WIR ÜBER MOBBING, DAMIT ES AUFHÖRT

Was ist Mobbing?

Wiederholte negative Handlungen über eine längere Zeit.

Unmöglichkeit für das betroffene Kind, sich zu wehren.

Ungleiche Kräfte und ein starker Gruppeneffekt.

Was ist Cybermobbing?

Cybermobbing ist eine Form von Mobbing über digitale Medien. Cybermobbing kennt weder räumliche noch zeitliche Grenzen: 24 Stunden am Tag, ob in der Schule, zu Hause oder in der Freizeit.

Wie ein Virus verbreitet Cybermobbing ungehemmt Gerüchte, Spott, Beleidigungen usw. Doch es hinterlässt Spuren, die zurückverfolgt werden können.



Kanton Bern
Canton de Berne

Berner Gesundheit
Santé bernoise



VIELE ELTERN

ERKENNEN

EINE MOBBINGSITUATION NICHT

INFOLGE SCHULDGEFÜHLEN ODER

SCHAM RUFEN OPFER

SELTEN UM HILFE

DEMÜTIGUNGEN,

BELEIDIGUNGEN, AUSGRENZUNG,

ERPRESSUNG,

VANDALISMUS, SCHLÄGE

UND DROHUNGEN

SIND NICHT TOLERIERBAR

Wie können Sie als Eltern reagieren?

Ob Ihr Kind nun Opfer ist, ob es selber mobbt oder Zeuge von Mobbing wird, Ihre Rolle ist wesentlich; sprechen Sie beim ersten Anzeichen mit Ihrem Kind über Mobbing und ermutigen Sie es, Ihnen die Fakten mitzuteilen.

Erinnern Sie Ihr Kind an die Verhaltensregeln in der Schule und in der Gesellschaft. Manchmal lösen sich Problemsituationen nicht von selbst und es wird notwendig, die Schule zu kontaktieren. Beziehen Sie Ihr Kind in den Prozess ein; berücksichtigen Sie seine Ängste und seine Meinung. Kontaktieren Sie selber nicht direkt Opfer, mobbende Kinder, Zeugen oder Eltern, weder um zu verteidigen, noch um anzuklagen. Ihr Kind braucht vielleicht Hilfe. Wenden Sie sich bei Bedarf an eine Fachorganisation.

Das Kind als Zeuge

Es ist ebenfalls gefährdet und leidet auch unter den Folgen des Mobblings. Sehr oft erlebt es mindestens einen der folgenden Punkte:

Verunsicherung

Vertrauensverlust gegenüber Erwachsenen

Angst, von der Gruppe ausgeschlossen und selber Opfer zu werden, oder als PetzerIn wahrgenommen zu werden

Mitmachen beim Mobbing unter Gruppendruck

Infragestellen der in der Schule vermittelten Werte, wenn keine Reaktion der Erwachsenen wahrgenommen wird

Schuldgefühle, weil es nicht interveniert hat, weil es Mobbinghandlungen verstärkt oder gar daran teilgenommen hat

Das Kind als Opfer

Das Opfer neigt dazu, sich zurückzuziehen. Folgende Anzeichen sollten die Aufmerksamkeit wecken:

Abrupte Verhaltensänderungen

Sinkende Schulleistungen, Angst vor dem Schulbesuch, Schulabbruch

Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten
Rückzug, Isolation, Ausschluss aus der Gruppe

Angst, Verzweiflung, Stress

Verlust des Selbstvertrauens, Gefühl, von allen verlassen zu werden

Depressive Symptome mit Suizidrisiko

Das mobbende Kind

Hier einige Tipps und Ideen, was Sie tun können, falls Ihr Kind manchmal zum Mobbing beiträgt:

Sprechen Sie mit dem Kind darüber und helfen Sie ihm Lösungen zu finden.

Möglicherweise möchte es Ihnen anvertrauen, wie es sich dabei fühlt, ganz allgemein oder in Bezug auf seine Kollegin/seinen Kollegen.

Vielleicht wurde Ihr Kind verspottet oder ausgeschlossen und hat darunter gelitten.

Oder es möchte eine andere Art finden, dem gemobbten Kind zu begegnen.

Wenn nichts unternommen wird, um sein Verhalten zu ändern, sind verschiedene Konsequenzen zu befürchten: zum Beispiel Weiterführung des aggressiven, unpassenden oder riskanten Verhaltens, Schulversagen usw.

**UNTERSTÜTZUNGS-
ANGEBOTE**

Für Jugendliche:
Pro Juventute: Tel. 147
www.147.ch

Kinder und Jugendpsychiatrie
032 328 66 99

Für Erwachsene:
Berner Gesundheit: 0800 070 070
www.bernergesundheits.ch

Erziehungsberatung:
031 633 41 41

Kantonspolizei Bern:
031 638 91 00
praevention@police.be.ch