



MOBBING

& DU

schau hin und nicht zu

EIN PRÄVENTIONSPROGRAMM FÜR SCHULEN

Baden-
Württemberg
Stiftung



WAS IST MOBBING?

Ausgrenzen
Beschimpfen
Schlagen
Beklauen
Peinliche Fotos/Videos in Sozialen Medien veröffentlichen
Gerüchte verbreiten
Sachbeschädigung
Im Klassenchat beleidigen
Treten
Lächerlich machen
Bedrohen
Spitznamen geben
Einsperren
Beleidigen
Ignorieren

WAS IST MOBBING? – DEFINITION (OLWEUS, 1994)

1

Jemand wird von einer oder mehreren Personen **feindselig und aggressiv** behandelt.

2

Dieses Verhalten geschieht **wiederholt** und **über einen längeren Zeitraum**.

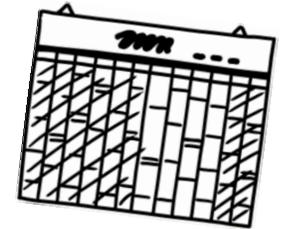
3

Es liegt ein **Ungleichgewicht der Kräfte** vor, wodurch Betroffene sich nicht bzw. nicht erfolgreich wehren können.

→ Mobbing ≠ sozialer Konflikt

→ Mobbing = Form der Misshandlung unter Gleichaltrigen

→ Handlungsverantwortung liegt bei den Erwachsenen!

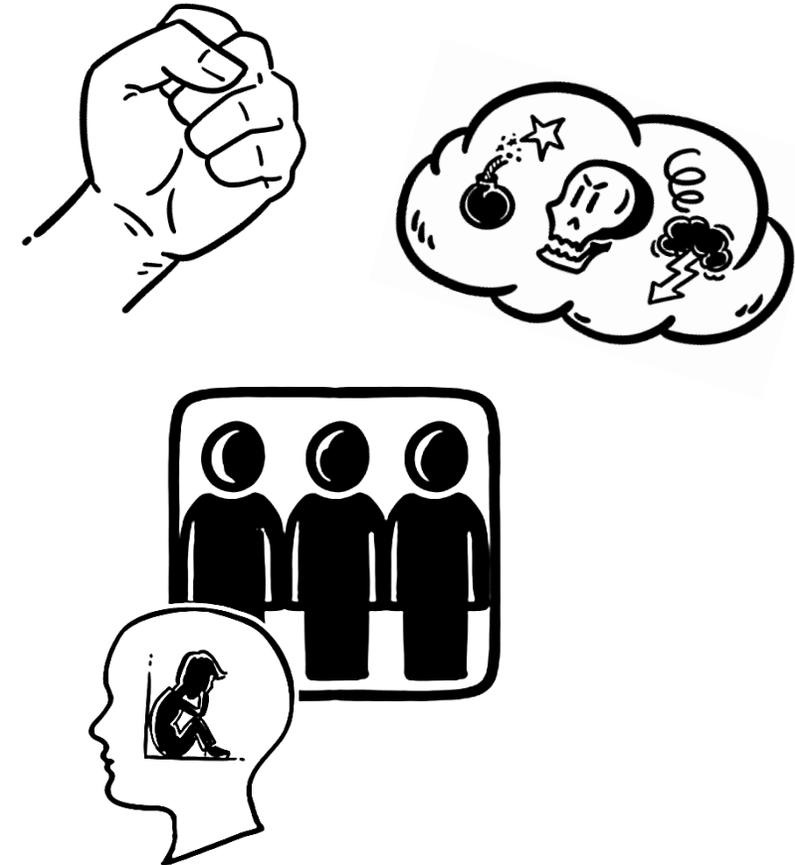


WARUM MOBBINGPRÄVENTION?

1. Mobbing ist ein verbreitetes Phänomen!

Studie „Children’s Worlds+“
(2019, Goethe Universität, Bertelsmann Stiftung)

- 19% der befragten 8-Jährigen fühlen sich in der Schule nicht bzw. wenig sicher
- 29% geben an, dass sie im letzten Monat Ausgrenzung, Hänseleien und körperliche Gewalt erfahren haben (vgl. weiterführende Schulen: 10-21%)

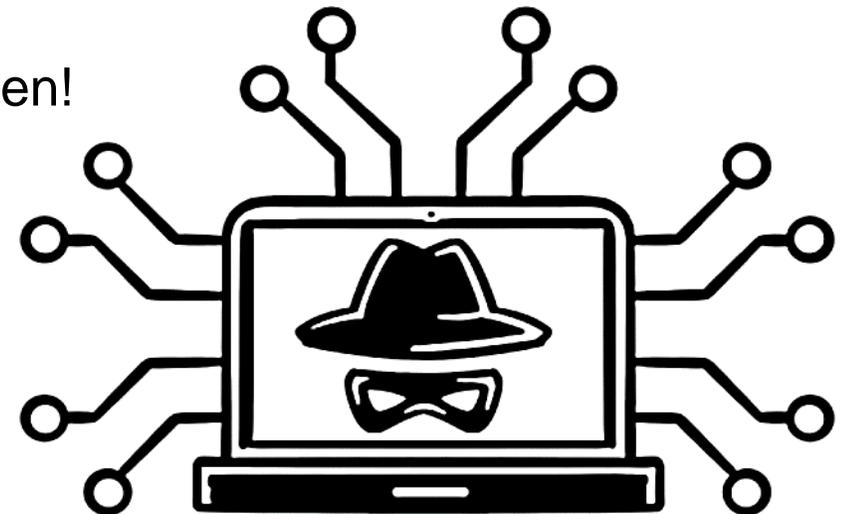


WARUM MOBBINGPRÄVENTION?

Studie „Cyberlife III“ (Bündnis gegen Cybermobbing e.V., TK)

- Cybermobbing an weiterführenden Schulen: 13-24%
- Cybermobbing an Grundschulen: 8%

→ Mobbingprävention muss schon in der Grundschule ansetzen!



WARUM MOBBINGPRÄVENTION?

2. Mobbing kann schwerwiegende Folgen haben!

„In der Schule war es wie immer. Tim und Tom ärgerten Paul in der ersten Pause. Sie ärgerten ihn in der zweiten Pause. Und sie ärgerten ihn zwischendrin, wenn Herr Ampermeier gerade nicht aufpasste. Tim war einen Kopf größer als Paul, Tom war doppelt so breit und doppelt so dick wie Paul. Paul hatte gegen die beiden keine Chance. Anfangs hatte er manchmal zurückgehauen, wenn sie im Pausenhof an ihm vorbeigingen und ihn so schnell hauten oder zwickten, dass es keiner der Lehrer sah. Aber wenn er sich wehrte, schien ihnen das Ärgern noch mehr Spaß zu machen als sonst. Weshalb er es irgendwann aufgegeben hatte. Er ließ ihr Gehänsel, ihre Gemeinheiten und ihre Beleidigungen einfach über sich ergehen. Es war wie mit schlechtem Wetter. Wenn man am Horizont die dunklen Wolken sieht, hofft man, dass der Regen vorbeizieht. Wenn es regnet, wird man eben nass, und dann wartet man, bis es wieder trocken ist. Der Unterschied zwischen Regen und Ärgern ist: Die Kleider werden wirklich wieder ganz trocken, aber die Seele nicht. Oft hörte Paul abends im Bett noch ihre Beleidigungen: *Paul hat keine Freunde. Paul stinkt nach Einsamkeit. Paul ist superblöd.* Es gibt Wörter, die sind so gemein, dass sie in einem stecken bleiben wie ein Holzsplitter unter der Haut.“

Rühle, A. (2018). *Zippel, das wirklich wahre Schlossgespenst*. dtv. S. 33f.

WARUM MOBBINGPRÄVENTION? (MOORE ET AL., 2017; OECD, 2017; TTOFI ET AL., 2011)

2. Mobbing kann schwerwiegende Folgen haben – für alle!

Betroffene:

Schulische Probleme und psychische Folgestörungen (Depression, Angststörungen, psychosomatische Probleme, ...)

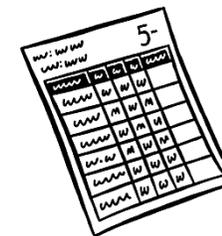


Täter*innen:

Negatives Verhalten ohne Konsequenzen
→ soziale Verhaltensnormen werden nicht gelernt
→ als Erwachsene häufig Probleme mit dem Gesetz oder Vorgesetzten, in sozialen Beziehungen

Gesamte Schule:

Schulen mit hoher Mobbingrate schneiden in den akademischen Leistungen schlechter ab als Schulen mit niedriger Mobbingrate (PISA 2015). Lehrkräfte sind durch das Problem Mobbing belastet und verlieren enorm viel Zeit.



MOBBING&DU – GRUNDGEDANKE

Mobbing ist ein Notfall, der Handeln erfordert

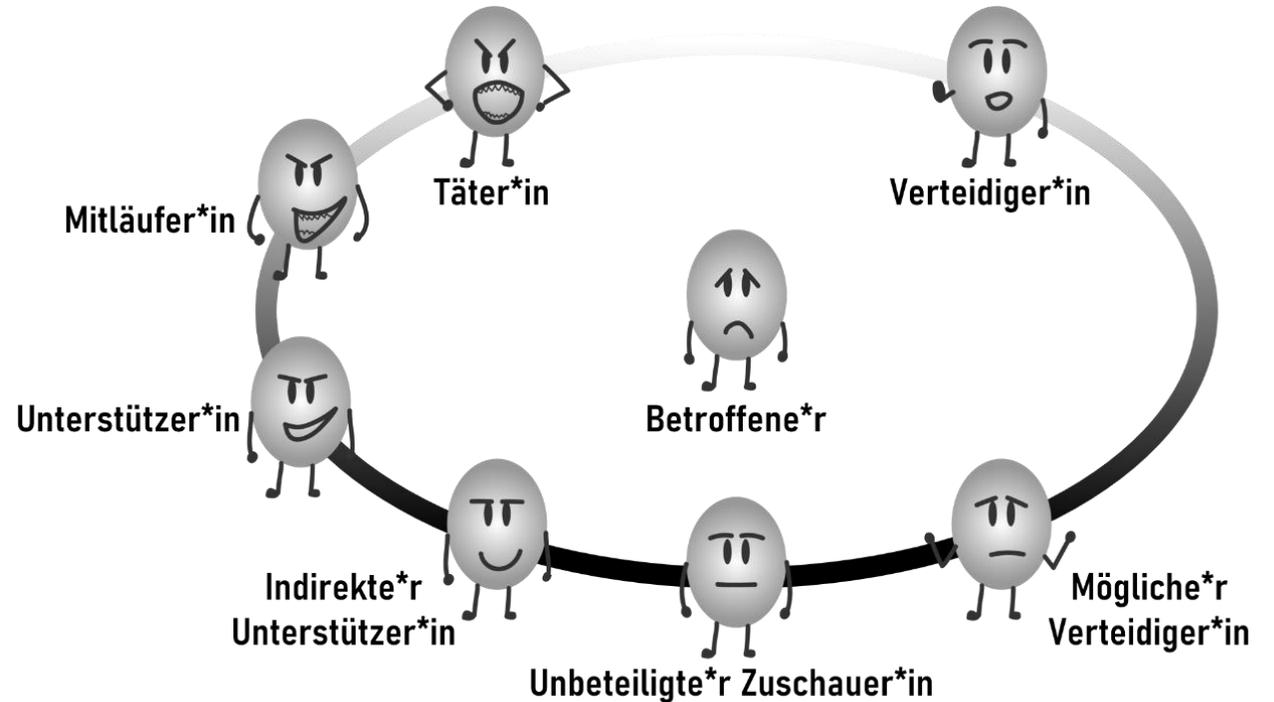
Jede*r Einzelne hat eine Rolle – auch *Du!*

Jede*r Einzelne kann etwas gegen Mobbing tun, indem man *hinschaut und nicht zu.*

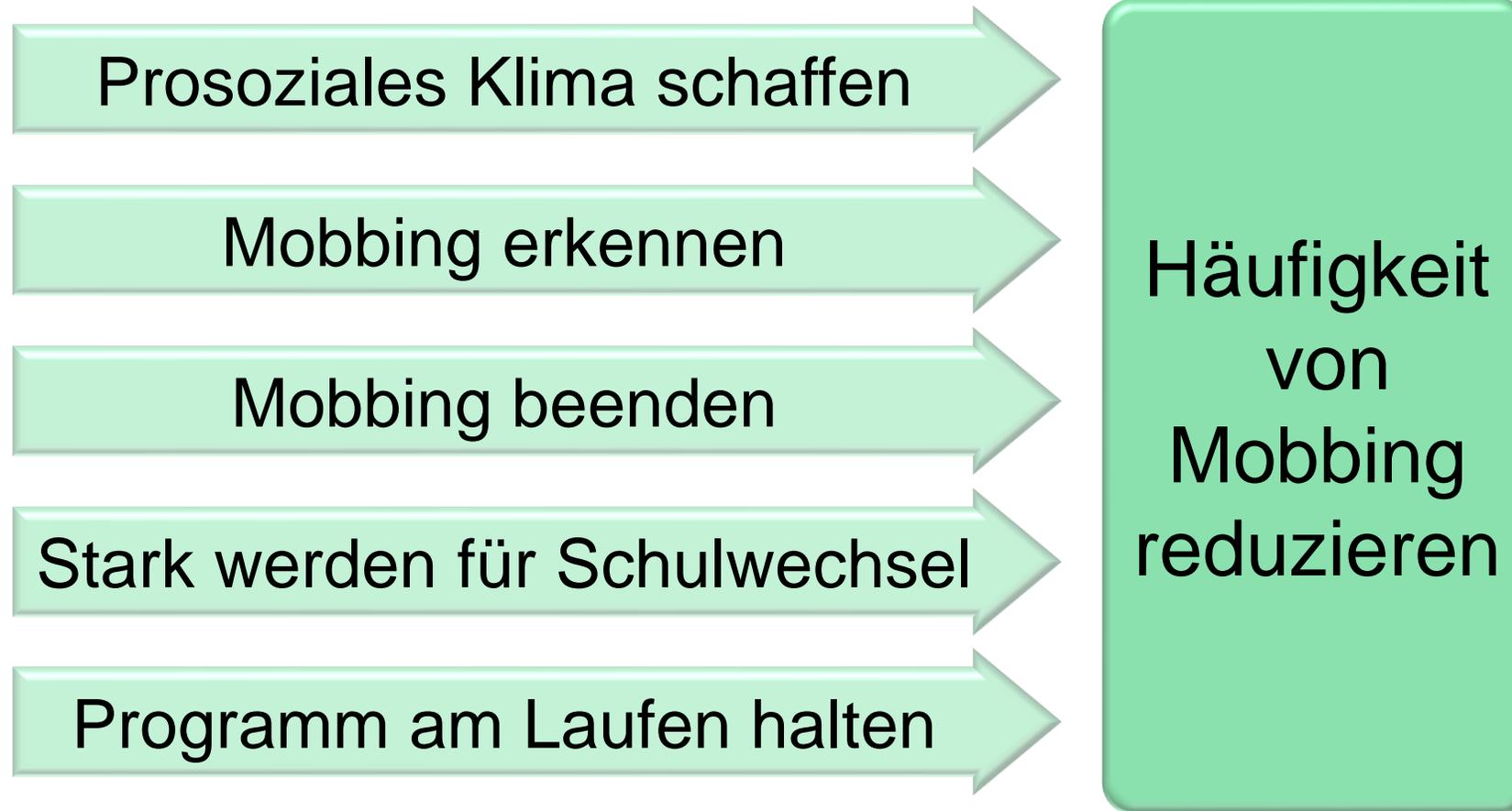
→ Handlungsmöglichkeiten für Schüler*innen und Lehrkräfte

Zielgruppe:

- Schüler*innen Stufe 3+4
- Alle Lehrkräfte



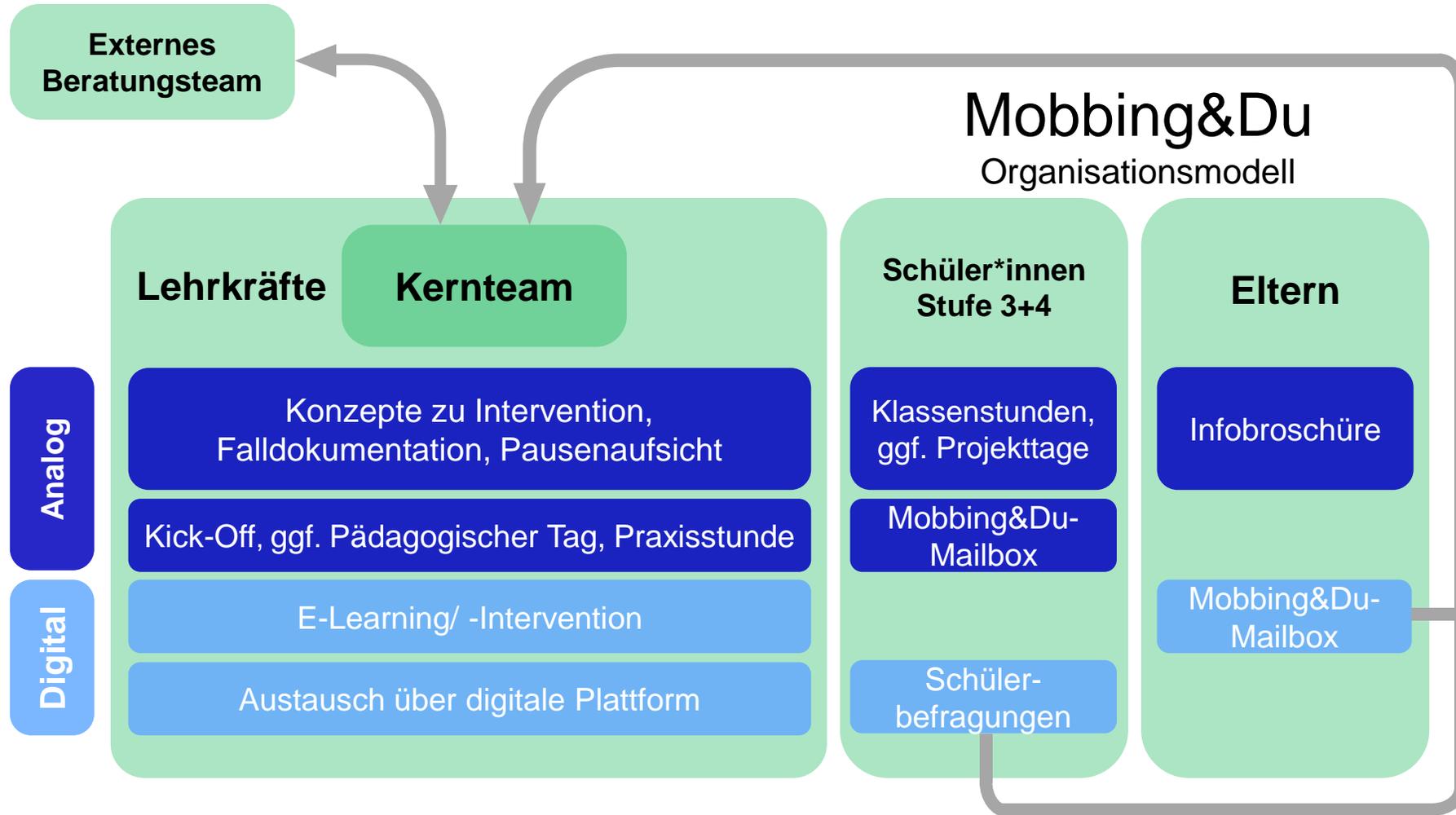
ZIELE DES PROGRAMMS



PRÄVENTIONSMODELL



AUF EINEN BLICK



DIE DREI PHASEN DES PROGRAMMS

1. Vorbereitung (2 Monate):
Kernteam, Schulleitung

2. Einführung (1 Jahr):
Kernteam, alle Lehrkräfte (Basis-Kurs)
Klassenlehrkräfte, SuS Stufe 3+4
(Klassenstunden)

3. Weiterführung (ab 2. Jahr):
Kernteam, Klassenlehrkräfte, SuS
Neue Lehrkräfte erhalten den Basis-Kurs, erfahrene
Lehrkräfte wiederholen Elemente bei Bedarf und
vertiefen Inhalte im Austausch

INHALTE KLASSENSTUNDEN

Stufe 3

1. Halbjahr

Prosoziales Klima

1. Wie geht es uns in unserer Klasse?
2. Wie wollen wir miteinander umgehen?
3. Wie sind wir respektvoll?
4. Warum brauchen wir Vielfalt?
5. Wie können wir Gefühle erkennen und kontrollieren?
6. Wie werden wir ein starkes Team?

2. Halbjahr

Mobbing erkennen

1. Was ist Mobbing?
2. Was ist Cybermobbing?
3. Was sind Ursachen für Mobbing?
4. Was sind die Rollen im Mobbingkreis?
5. Wie fühlen sich Betroffene?
6. Was sind Folgen von Mobbing für alle?

Stufe 4

Mobbing beenden

1. Such Dir Hilfe als Betroffener!
2. Was ist Selbstbehauptung?
3. Werde zum Verteidiger!
4. Nutzt die Macht der Gruppe!
5. Finde einen Weg aus dem Täter-Sein!
6. Schluss mit Cybermobbing!

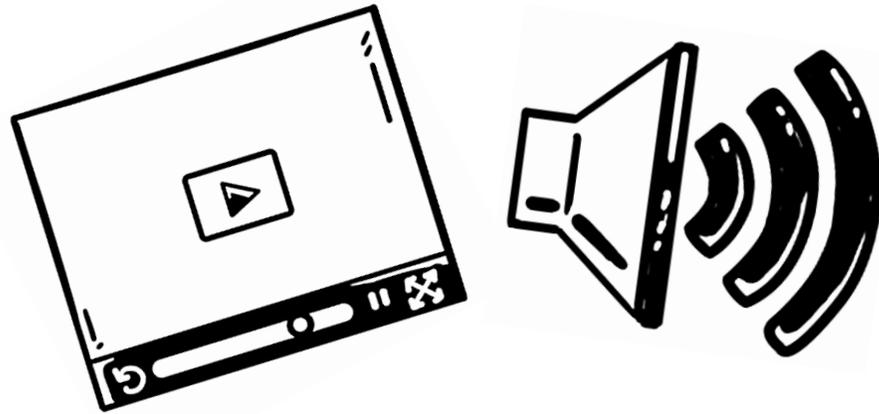
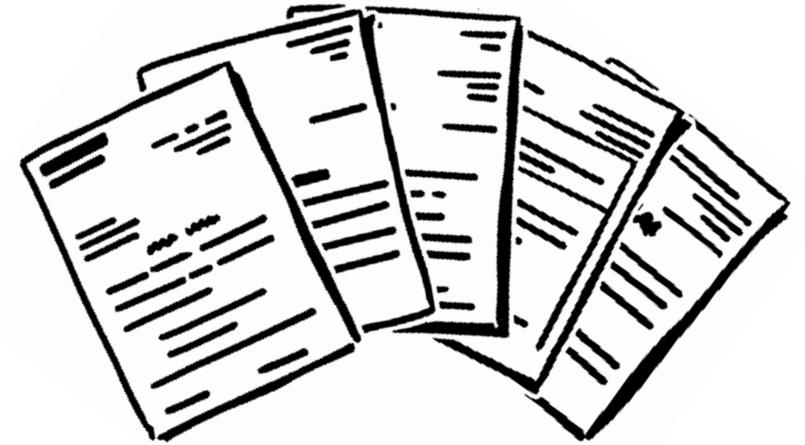
Stark werden für den Schulwechsel

1. Was verändert sich an der neuen Schule?
2. Was macht für uns wahre Freunde aus?
3. Wie finden wir Freunde an der neuen Schule?
4. Was hilft uns, mutig zu sein?
5. Was ist Selbstfürsorge?
6. Was nehmen wir mit von Mobbing&Du?

INHALTE KLASSENSTUNDEN

Materialien für Klassenlehrkräfte:

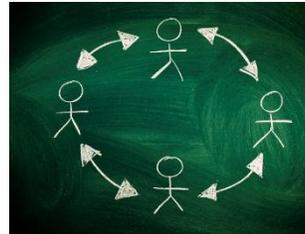
- Verlaufsplanung und Unterrichtskonzept für jede Stunde
- Tafelbilder, Arbeitsblätter, sonstige Materialien
- Übungen
- Erklärclips, Hörspiel
- „Klassen-Check“



INHALTE BASIS-KURS

Basis-Kurs für Lehrkräfte:

- 1 Was ist Mobbing?
- 2 Was sind Ursachen für Mobbing?
- 3 Was sind Folgen von Mobbing?
- 4 Mobbing – jede*r hat eine Rolle!
- 5 Was kann ich gegen Mobbing tun?
- 6 Wie kann ich Mobbing verhindern?



Elemente einer Lektion



Ein kurzer Rückblick - Rückblick



In dieser Lektion lernen Sie,... - Übersicht Lernziele



Schau hin! - Animierte Clips mit Basis-Inhalten der jeweiligen Lektion



Hör hin! – Hörspiel „Zeit für Superhelden“



Kurze Reflektion... - Reflektion



Wissensanwendung



Jetzt „Du“! - Alltagstransfer



Jetzt „Du“! - Kernbotschaften



Was haben Sie gelernt? - Zusammenfassung

BEISPIEL: LEKTION 1

Was ist Mobbing?



**MOBBING
& DU**
schau hin und nicht zu

**Lektion 1:
Was ist Mobbing?**

WEITER >

IN DIESER LEKTION LERNEN SIE...

Was ist Mobbing?

In dieser Lektion lernen Sie, ...

- ... wie Mobbing definiert ist.
- ... welche verschiedenen Arten von Mobbing es gibt.
- ... wie sich Mobbing von Streit und Spaß unterscheidet.



Denn:

Nur wenn Sie wissen,
was Mobbing ist,
können Sie es erkennen
und gezielt etwas
dagegen tun!



← ZURÜCK

WEITER →

SCHAU HIN!

Was ist Mobbing?

Schau hin!



Es ist nicht immer leicht zu erkennen,
wo genau Mobbing anfängt.

Wenn Sie auf „Weiter“ klicken,
erfahren Sie in einem kurzen Video
mehr darüber, wann man von
Mobbing spricht.

🔊

◀ ZURÜCK WEITER ▶

Was ist Mobbing?

Wie unterscheiden sich Mobbing, Streit und Spaß?



Stellen Sie sich vor, Sie bekommen folgende Situation mit:
Seit einiger Zeit geben sich Ihre SuS möglichst peinliche Spitznamen. Zunächst amüsiert dies alle, doch irgendwann richten sich die Spitznamen hauptsächlich nur noch gegen eine Schülerin und werden immer extremer. In Ihrer Unterrichtsstunde wird das Mädchen nun mehrfach mit verschiedenen abwertenden Spitznamen angesprochen. Auch als sie sagt, dass sie das nicht möchte, hören die Anderen nicht auf. Als die Klasse eine Gruppenarbeit machen soll, will niemand mit der Schülerin ein Team bilden.

Was denken Sie: Handelt es sich um Mobbing, Streit oder Spaß?

Mobbing

Streit

Spaß



◀ ZURÜCK

WEITER ▶

KURZE REFLEKTION...

Was ist Mobbing?

Kurze Reflektion...

Kennen Sie ähnliche Vorfälle...

... aus Ihrer aktuellen oder einer früheren Schule?

... aus Ihrer eigenen Schulzeit?

Wann beginnt in Ihren Augen Mobbing?



◀ ZURÜCK WEITER ▶

JETZT „DU“!

Was ist Mobbing?

Jetzt „Du“!

Wenn Sie an Ihrer Schule Auseinandersetzungen beobachten, fragen Sie sich **WAS TUN**, um die Situation zu beurteilen!

- Wiederholung?
- Ausdruck/Atmosphäre?
- Stärke, die eingesetzt wird?
- Teil der gleichen Freundesgruppe?
- UN**gleichgewicht der Kräfte?
- ?



◀ ZURÜCK WEITER ▶

WAS HABEN SIE GELERNT?

Was ist Mobbing?

Was haben Sie gelernt?

Mobbing ist ein aggressives Verhalten, das wiederholt und über einen längeren Zeitraum auftritt. Betroffene können sich nicht oder nicht erfolgreich wehren. Die Anderen machen trotzdem weiter. Mobbing ist eine Form der Misshandlung.



Illustration © Mympressen

◀ ZURÜCK WEITER ▶

Gut gemacht!

Bis zum nächsten Mal und
denken Sie daran:



Schau hin und nicht zu!

Lektion beenden



← ZURÜCK

INTERVENTIONSKONZEPT

Was können Lehrkräfte gegen Mobbing tun?

Mobbing muss kurz- (1.) und langfristig (2.) beendet werden durch:

1.

Soforthilfe-Plan:

Unmittelbares Eingreifen in eine beobachtete Situation

2.

Nachsorge-Plan:

Konsequente Nachverfolgung und Nachbereitung des Vorfalls

INTERVENTIONSKONZEPT

Soforthilfe-Plan für alle Lehrkräfte



Elemente:

- Do's and Don'ts zu jedem Schritt
- Mögliche Herausforderungen
- Materialien: Lehrvideo, Memo-Blöcke

INTERVENTIONSKONZEPT

Memo an: _____



Betroffene*r: _____

Täter*in/nen: _____

Datum, Zeit, Ort: _____

Beschreibung des Mobbing-Vorfalls:

Von: _____

INTERVENTIONSKONZEPT

Nachsorge-Plan für Klassenlehrkräfte

Konsequente Nachverfolgung und Nachbereitung des Vorfalls:

- Einzelgespräche mit den Beteiligten und ggf. deren Eltern
- Elemente:
 - Bedürfnisse der einzelnen Beteiligten
 - Ablaufschemata mit Gesprächsleitfäden
 - Do's and Don'ts
 - Lehrvideos
 - Falldokumentation



INTERVENTIONSKONZEPT

Praxisstunde

Rahmen

- 1 Mal/Schuljahr
- Ca. 90 Minuten

Ziel und Zweck

- Kompetentes Einschreiten bei Mobbing üben
- Austausch anregen



SCHÜLERBEFRAGUNG

Jährliche Schülerumfrage gibt Auskunft über...

- ... Ausgangslage
 - ... Wirkung des Programms
 - ... schulspezifische Besonderheiten
 - ... Lebensqualität der Schüler*innen
- Schnelle und zielgerichtete Anpassung von Maßnahmen möglich

Monatliche Kurzumfrage (Klassen-Check) gibt der Klassenlehrkraft Auskunft über...

- ... Stimmungsbild in der Klasse
- ... Veränderungen des Klassenklimas



KERNTEAM

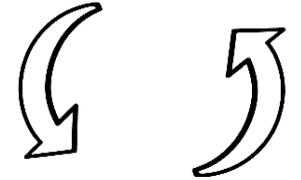
4 - 6 engagierte Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter*innen
als Richtungsgeber

Erhält **3 Schulungen** vor Ort in Heidelberg

Regelmäßiger Kontakt mit dem Forscherteam der Kinder-
und Jugendpsychiatrie Heidelberg

Zentrale Aufgaben:

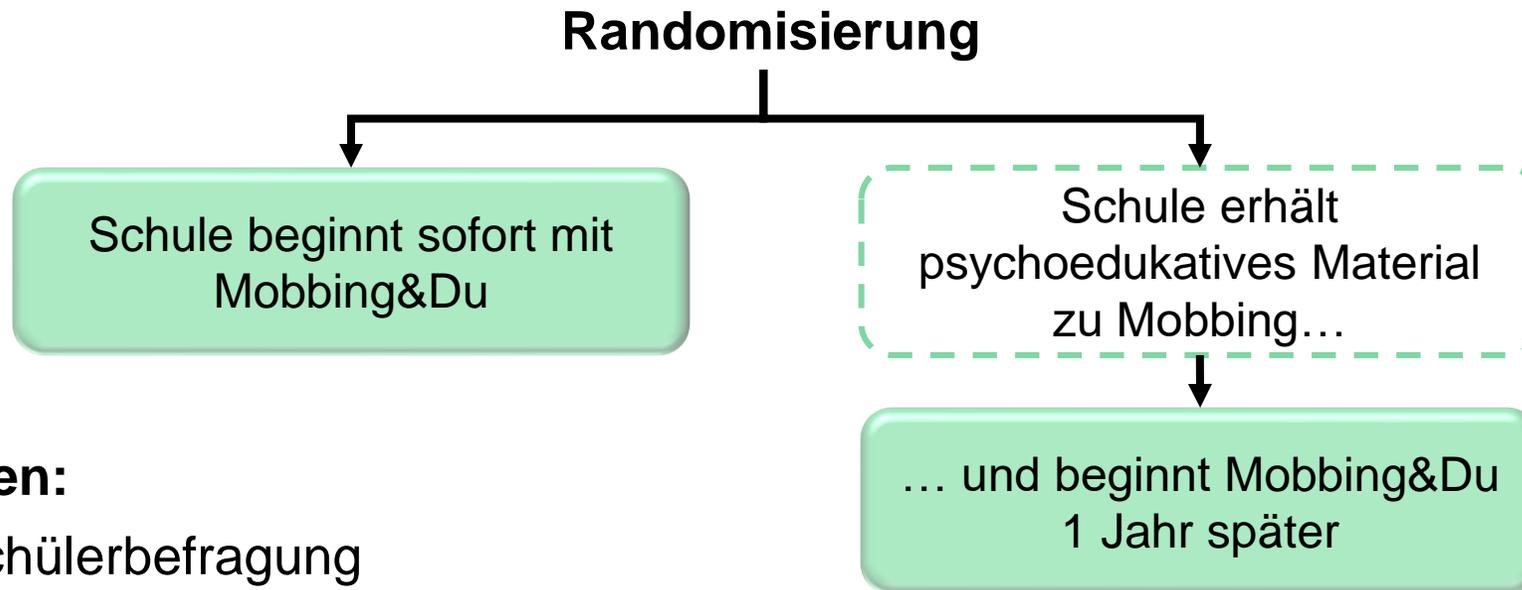
- Koordination der Programmumsetzung
- Anpassung von Mobbing&Du an schulspezifische Bedürfnisse
- Aufrechterhaltung des Programms
- Administration (z. B. Verwaltung der Schülerbefragung)



ZEITLICHER AUFWAND

	Vorbereitung (2 Monate)	Einführung (1 Jahr)	Weiterführung (ab 2. Jahr)
Kernteam	2 Treffen/Monat E-Learning	1 Treffen/Monat E-Learning	4 Treffen/Schuljahr E-Learning
Bei Bedarf: Austausch mit externem Beratungsteam			
Schulleitung	E-Learning	(Siehe Schulpersonal)	(Siehe Schulpersonal)
Gesamtes Schulpersonal	-	1 Kick-Off 6 Lektionen E-Learning Praxisstunde Ggf. 1 Pädagogischer Tag	Bei Bedarf: Wiederholung Austausch Praxisstunde
Klassenlehrkräfte	-	E-Learning 12 Klassenstunden	E-Learning 12 Klassenstunden
SuS (Stufe 3+4)	-	1 Schülerbefragung 12 Klassenstunden Ggf. Projekttag	1 Schülerbefragung 12 Klassenstunden Ggf. Projekttag

WISSENSCHAFTLICHE BEGLEITUNG



Erhobene Daten:

- Jährliche Schülerbefragung
- Klassen-Check
- Interview Kernteam
- Nutzung Moodle

Genehmigung der Studie durch das Kultusministerium B-W und die Ethik- und Datenschutzkommission der Uniklinik Heidelberg

WARUM MOBBING&DU?

1 Hohe Machbarkeit

- Klare Struktur für gute Integration in den Schulalltag
- Vorgefertigtes Material für Klassenstunden
- Begleitung durch Arbeitsgruppe Mobbingprävention



2 Aufbau von Handlungssicherheit

- Wissens- und Kompetenzerwerb mittels E-Learning und Lehrvideos
- Übung und Austausch mittels Praxisstunde und ggf. Pädagogischem Tag



3 Individuelle Anpassung

- Schülerbefragungen für schulspezifische Rückmeldung
- Schulinternes Kernteam



WARUM MOBBING&DU?

- Schule muss ein sicherer Ort sein, an dem sich alle wohlfühlen!



Vorteile von Mobbing&Du

- „Blended Intervention“: E-Learning + Präsenzveranstaltungen
- Regelmäßiges Feedback, schnelle Zwischenerfolge
- Nachhaltigkeit statt Projektdenken
- Ansatz in der Grundschule schafft Fundament für positives Miteinander
- Baden-Württemberg Stiftung trägt die Anschaffung des Programms, geringe laufende Kosten

ARBEITSGRUPPE MOBBINGPRÄVENTION IM AUFTRAG DER BADEN-WÜRTTEMBERG STIFTUNG

Prof. Dr. med. Michael Kaess (Projektleiter)

Dr. Vanessa Jantzer (Dipl. Psych., Projektkoordinatorin)

Franziska Neumayer (M. Sc. Psych.)

Mareike Ochner (M. Sc. Psych., Realschullehrerin)

Fanny Ossa (M. Sc. Psych., in Elternzeit)

Kontakt

E-Mail: info@mobbing-und-du.de

Telefon: 06221 56-32210

Kinder- und Jugendpsychiatrie

Blumenstraße 8, 69115 Heidelberg

Website: <https://info.mobbing-und-du.de/>



<https://info.mobbing-und-du.de/>



MOBBING

& DU

schau hin und nicht zu



REFERENZEN

- Andresen, S., Möller, R., & Bertelsmann Stiftung (2019). *Children's Worlds+: Eine Studie zu Bedarfen von Kindern und Jugendlichen in Deutschland*. <https://doi.org/10.11586/2019030>
- Beitzinger, F., Leest, U. & Schneider, C. (2020). *Cyberlife III. Spannungsfeld zwischen Faszination und Gefahr. Cybermobbing bei Schülerinnen und Schülern*.
- Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2009). School-based programs to reduce bullying and victimization. *Campbell systematic reviews*, 5(1), i-148.
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., & Scott, J. G. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World Journal of Psychiatry*, 7(1), 60-76.
- OECD (2017). *PISA 2015 Results (Volume III): Students' Well-Being*. PISA, OECD Publishing.
- Olweus D (1994). Bullying at school: Basic facts and effects of a school based intervention program. *Child Psychology & Psychiatry & Allied Disciplines*, 35(7), 1171-1190.
- Ttofi, M. M., Farrington, D. P., Lösel, F., & Loeber, R. (2011). The predictive efficiency of school bullying versus later offending: A systematic/meta-analytic review of longitudinal studies. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 21(2), 80-89.

Abbildungen © mysimpleshow

Fotos © iStock