

## PROJEKTPARTNER-ORGANISATIONEN

**Animus Association Foundation, Bulgarien** [www.animusassociation.org](http://www.animusassociation.org)  
**Barnardo's, England** [www.barnardos.org.uk](http://www.barnardos.org.uk)  
**Göteborg Stad, Schweden** <http://goteborg.se/wps/portal/enheter/grundskola/nygardsskolan>  
**International Child Development Initiatives (ICDI), Niederlande** [www.icdi.nl](http://www.icdi.nl)  
**Linka Detskej Istoty (LDI), Slowakei** [www.ldi.sk](http://www.ldi.sk)  
**Salvati Copii, Save the Children, Rumänien** [www.salvaticopiii.ro](http://www.salvaticopiii.ro)  
**SPI Forschung gGmbH (SPI), Deutschland** [www.spi-research.eu](http://www.spi-research.eu)



Diese Veröffentlichung wurde erstellt im Rahmen von dem Projekt  
„PARTIZIPATIVER KIND- UND JUGENDZENTRIERTER ANSATZ ZUR  
FRÜHERKENNUNG UND PRÄVENTION VON  
MOBBING IN DER SCHULE IN 7 EU-LÄNDERN“  
JUST/2013/DAP/AG/5372

mit Hilfe einer finanziellen Unterstützung des Programms DAPHNE III  
der Europäischen Union. Der Inhalt dieser Publikation liegt in der Verantwortung  
der koordinierenden Organisation „Animus Association“ und den Projektpartnern  
und gibt in keiner Weise die Einschätzung der Europäischen Union wieder.

design: Svoboda Tzekova / [www.format.bg](http://www.format.bg)

## ALLGEMEINE HINWEISE

**Fragen Sie nach den Anti-Mobbing-Regeln und dem Meldesystem Ihrer Schule** und reden Sie mit Ihrem Kind darüber, damit es sich darauf beziehen kann. Es kann hilfreich sein, einen Aktionsplan mit Ihrem Kind zu erstellen und darin Ihre nächsten Schritte gegen das Mobbing und zur Verbesserung der Situation festzuhalten.

**Erzählen Sie Ihrem Kind davon, wie Sie selbst als Kind waren** und wie Sie früher schwierige Situationen bewältigt haben.

**Zeigen Sie Ihrem Kind**, wie Auseinandersetzungen ohne Beschimpfungen und Gewalttätigkeit gelöst werden können. Bringen Sie Ihrem Kind bei, wie man sich selbst schützt: wie man sicher auftritt, aufmerksam gegenüber den Geschehnissen in der Umgebung bleibt und sich gegenüber anderen verbal behauptet. Bringen Sie ihm bei, bei Freunden nach Unterstützung zu suchen.

**Hören Sie zu!** Ermutigen Sie Ihr Kind über die Schule, Freizeitaktivitäten, den Weg bzw. Fahrt von und zur Schule zu sprechen. Achten Sie auf die Gespräche Ihres Kindes mit anderen Kindern. Dies könnte Ihr erster Anhaltspunkt sein, um herauszufinden, ob Ihr Kind von Mobbing betroffen ist oder selbst andere mobbt. Stehen Sie Ihrem Kind nahe und seien Sie sensibel.

**Fragen Sie Ihr Kind, was es für die beste Lösung in einem Fall von Mobbing hält.** Kinder können befürchten, dass sich ihre Situation durch das Aufdecken von Mobbing noch verschlimmern könnte. Es ist wichtig für Ihr Kind, dass Sie zuhören, es bestärken und erklären, dass Sie gemeinsam die Situation lösen werden.

**Helfen Sie den Kindern die sozialen Fähigkeiten zu erlernen, die sie benötigen, um Freunde zu finden.** Ein selbstbewusstes, einfallsreiches Kind, das Freunde hat, läuft seltener Gefahr gemobbt zu werden oder andere zu schikanieren.



**Halten Sie die Kommunikation!** Stellen Sie sicher, dass alle Beteiligten wissen, welche Maßnahmen Sie ergreifen wollen und wann. Überprüfen Sie regelmäßig, dass das Mobbing aufgehört hat, da sich Mobbing häufig wiederholt.

**Suchen Sie den Rat eines Experten oder einer Expertin.**

Suchen Sie hilfreiche Kontaktadressen, an die Sie sich bei Mobbing oder Gewalt wenden können. Hier einige Kontakte für den Anfang:

Nummer gegen Kummer: **0800 111 0333**  
oder vom Handy: **116 111**  
Telefon für Eltern: **0800 111 0550**  
Hotline Kinderschutz (Berlin): **030 61 00 66**

## ANMERKUNG

**Schulen haben die Verantwortung, ihren Kindern Wissen zu vermitteln und dafür zu sorgen, dass sie sich sicher fühlen, ernst genommen und als Mensch respektiert werden. Es liegt in Ihrer Verantwortung, ein gesundes und glückliches Kind aufzuziehen und ebenso einen guten Menschen!**



Illustrationen: Mädchen und Jungs aus Bulgarien, Deutschland, England, Niederlande, Rumänien, Schweden, Slowakei

## MEIN KIND UND MOBBING KÖNNTE DA WAS SEIN?

Kinder erzählen uns Erwachsenen selten etwas über Mobbing in der Schule: Sie leben ihr eigenes Leben und sie wollen damit alleine zurechtkommen. Deswegen ist es so wichtig, Kindern zu vermitteln, wie man auf Mobbing reagiert und damit umgeht.





## MOBBING

wird oft verharmlost. Solche Vorkommnisse werden häufig als ein normaler Prozess des Erwachsenwerdens abgetan. Deshalb bleibt Mobbing in der Regel über lange Zeiträume unsichtbar und erscheint eher als nicht so bedeutend, zumindest im Vergleich zu körperlicher Gewalt und Misshandlung. Kinder, die Opfer von Mobbing in der Schule wurden, entwickeln später in ihrem Leben häufiger Symptome einer Depression oder Angststörungen und werden auch häufiger erneut Opfer. Es ist also wichtig, möglichst früh gegenüber dieser Form von aggressiven, gewalttätigen Verhaltensweisen aufmerksam zu sein.

## WIE KANN ICH ERKENNEN, OB MEIN KIND GEMOBBT WIRD?

*Einige der folgenden Verhaltensweisen können Anzeichen für Mobbing sein:*

- Angst haben, zur Schule zu gehen
- Übelkeit am Morgen
- Nach Hause kommen mit Verletzungen unklarer Ursache, wie Schnittwunden oder Prellungen
- Einen anderen Schulweg wählen
- Früher oder später als gewöhnlich zur Schule gehen
- Probleme mit Hausaufgaben entwickeln, Nachlassen der schulischen Leistung
- Schulschwänzen
- Empfindlicher reagieren, zeigen einer niedrigeren Frustrationstoleranz
- Alpträume und Schlafstörungen
- Mit beschädigten Sachen nach Hause kommen
- Veränderungen in der Stimmung oder im Verhalten, z.B. ruhig, mürrisch, zurückgezogen oder streitlustig sein, Veränderungen bei den Gewohnheiten oder bei der Nutzung des Internets und sozialer Netzwerke
- „Verlieren“ von Habseligkeiten
- Bitten um zusätzliches Geld, Pausenbrote, Schulmaterialien o.ä.
- Unruhig werden bei der Frage, was in der Schule los ist

## WIE KANN ICH MEIN KIND ANSPRECHEN, WENN ICH VERMUTE, DASS ES GEMOBBT WIRD?

### Nehmen Sie die Beschwerden Ihres Kindes ernst.

Kinder haben oft Angst oder schämen sich jemandem zu sagen, dass sie gemobbt werden - also glauben Sie den Beschwerden Ihres Kindes.

### Nehmen Sie nicht an, dass Kinder damit alleine zurechtkommen könnten.

Sie brauchen Unterstützung von jemand Nahestehendem, der ihnen hilft und sie unterstützt.

### Schaffen Sie für Ihr Kind Gelegenheiten, über Mobbing zu sprechen.

Das funktioniert oft gut in ungezwungenen Momenten im Laufe des Tages. Beim gemeinsamen Fernsehen, Lesen, Spielen oder in den Park gehen.

### Achten Sie auf Symptome, ob Ihr Kind ein Mobbingopfer sein könnte.

**Benachrichtigen Sie die Schule** sofort, wenn Sie denken, dass Ihr Kind gemobbt wird. Wenn Schulfachkräfte frühzeitig informiert werden, können sie das Verhalten Ihres Kindes aufmerksamer beobachten und gegebenenfalls weitere Schritte unternehmen, um die Sicherheit Ihres Kindes zu gewährleisten.

## WAS KANN ICH TUN, WENN ICH VERMUTE, DASS MEIN KIND ANDERE MOBBT?

**Denken Sie nicht:** „Mein Kind könnte niemals andere mobben!“ Nehmen Sie das Problem ernst.

**Sprechen Sie mit Ihrem Kind.** Denken Sie daran, dass ein Kind das mobbt, oft versucht negative und aggressive Gefühle und Verhaltensweisen zu verbergen und die Schuld anderen zu geben.

### Denken Sie nicht, Ihr Kind wäre „schlecht“.

Durch ihr Verhalten zeigen Kinder, dass etwas los ist und es ein Problem gibt.

Bringen Sie Ihrem Kind bei, **was gut und schlecht ist und was anderen schadet.**

**Vergewissern Sie sich, dass Sie Ihr eigenes Verhalten als Eltern reflektieren.** Stellen Sie sicher, dass Ihr Kind kein gewalttätiges Verhalten zwischen den Familienmitgliedern mitbekommt.

**Machen Sie Ihrem Kind klar, dass Sie diese Art von Verhalten nicht tolerieren.** Besprechen Sie mit Ihrem Kind die negativen Auswirkungen von Mobbing auf die Opfer.

**Sprechen Sie mit dem\*r Klassenlehrer\*in und/oder der Schulleitung.** Regelmäßiger Austausch mit den Lehrkräften ist wichtig, um herauszufinden, wie sich Ihr Kind in der Schule verhält.

**Beaufsichtigen Sie stärker, was Ihr Kind macht und wo es sich aufhält.** Finden Sie heraus, wer seine Freunde sind und vergewissern Sie sich, dass Sie immer wissen wo es sich gerade befindet. Halten Sie Ihr Kind von Freundschaften mit aggressiven Gleichaltrigen ab. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Motive für sein aggressives Verhalten.

**Führen Sie klare Regeln für das Familienleben ein und halten Sie sie konsequent ein.** Wenn Kinder selbst Regeln einbringen, ist es einfacher sie durchzusetzen. Wenn sich Kinder an die Regeln halten, zeigen Sie umgehend Ihre Anerkennung.

**Bestrafen Sie Ihr Kind nicht mit Demütigungen,** nur um ihm zu zeigen, wie sich Mobbing anfühlt. Überlegen Sie sich **stattdessen eine effektive und gewaltlose Reaktion.** Sie sollte für die Handlung des Kindes angemessen sein und das Alter und die jeweilige Entwicklungsstufe berücksichtigen. Körperliche Züchtigung vermittelt die Botschaft „Macht ist gleich Recht“.

**Unterstützen Sie Ihr Kind** darin, zu lernen, wie es seine aggressiven Gefühle, Impulse und Verhaltensweisen ausleben und äußern kann, ohne jemandem weh zu tun.

**Verbringen Sie mehr Zeit mit Ihrem Kind.** Suchen Sie nach möglichen gemeinsamen Aktivitäten, wie Sport oder Hobbys.

**Loben Sie Ihr Kind, wenn es zu anderen nett ist.** Belohnen Sie nicht gutes Verhalten und bestrafen Sie nicht schlechtes Verhalten mit Sanktionen. Sonst bringen Sie Ihrem Kind bei, sich nur für Gegenleistungen oder zur Vermeidung von Sanktionen gut zu verhalten.

