

Artikel zum Thema Mobbing



von

Christoph Eichhorn

(Schulpsychologe in der Schweiz
mit Schwerpunkt Classroom-Management und Lernen)

Abkürzungen im Text

E	Eltern
L	Lehrperson
SuS	Schülerinnen und Schüler

Mobbing – nicht ohne Eltern

Mobbing beunruhigt E extrem. Durch Berichte in der Laienpresse alarmiert, befürchten viele gleich das Schlimmste für ihr Kind. Das hat schwerwiegende Konsequenzen, wie z.B. dass sie durch ungeschicktes Verhalten ungewollt die Schwierigkeiten ihres Kindes verschärfen. Zusätzlich stellt die Zusammenarbeit mit diesen E an die L höchste Ansprüche und ist oft extrem belastend. Der Beitrag gibt Anregungen für Lehrpersonen.

Fallbsp: „Bist du wieder gehänselt worden?“, fragte die Mutter ihre Tochter besorgt, als diese von der Schule nach Hause kam. Ihre Stimme klang beunruhigt, ihr Gesicht drückte Kummer aus. Eigentlich hatte Carla den kleineren Vorfall in der Schule schon wieder vergessen. Aber jetzt, wo ihre Mutter nachfragte, fiel es ihr doch wieder ein. Roberta hatte die Augen verdreht, als sie sie um ihren Radiergummi bat. Jetzt sagte sie mit einem leichten Schluchzen, „Roberta hat wieder die Augen verdreht“. Am Gesicht ihrer Mutter konnte Carla erkennen, dass das etwas ganz Schlimmes sein musste. Angst und Sorge breiteten sich in ihr aus.

Eltern verstärken oft ungewollt die Schwierigkeit ihres Kindes

Die Reaktion der Eltern auf vermeintliches oder tatsächliches Mobbing ihres Kindes beeinflusst entscheidend dessen Bewältigungsmöglichkeiten. Vor allem überbesorgte und hilflose Eltern verschärfen – natürlich ungewollt – die schwierige Situation ihres Kindes. Zum einen lenken sie seine Aufmerksamkeit immer wieder auf das Problem hin. Zum anderen erschweren sie seine Lage ungewollt dann, wenn sie ihm keine Bewältigungsperspektive anbieten.

Mit besorgten Fragen können Eltern ungewollt nicht nur das Problem verschärfen, sondern auch die Bemühungen der L in der Schule untergraben.



Alarmierte Eltern – schwierige Zusammenarbeit

Über die Verbreitung von Mobbing gibt es unterschiedliche Zahlen. Manche sprechen davon, dass über 50 Prozent aller SuS von Mobbing ein oder mehrere Male betroffen sind (Jäger, et. al. 2007). Das bedeutet, dass jede Lehrperson immer damit rechnen muss, dass ein oder mehrere Eltern ihrer SuS zur Ansicht kommen, ihr Kind sei Opfer von Mobbing. Ob diese Einschätzung berechtigt ist oder nicht, spielt im Erleben der betroffenen E keine Rolle. Fast immer sind sie extrem beunruhigt. Sie wünschen sich, dass die L das Mobbing sofort unterbindet, und zwar für immer. Das ist verständlich aber auch sehr unrealistisch. Denn niemand kann Mobbing mit Sicherheit langanhaltend verhindern. Damit werden die hohen Erwartungen der E früher oder später enttäuscht, was oft Auslöser massiver Eltern-Lehrpersonen Konflikte ist.

Die Eltern spielen eine entscheidende Rolle bei der Bewältigung von Mobbing

Eltern als wichtigste Bezugsperson ihres Kindes haben aber auch den größten Einfluss auf ihr Kind. Dabei ist entscheidend, dass die E ihr Kind ernst nehmen und mit ihm an einer Bewältigungsperspektive arbeiten. Wie die L die E bei dieser Aufgabe unterstützen kann, zeigen die nächsten Abschnitte.

Zeitnahe Support hilft Eltern und Kind

Auf Grund der hohen Besorgnis der E ist zeitnahe Handeln angesagt. Andernfalls steigt die Sorge und Unruhe der Eltern ins Unermessliche – und überträgt sich weiter aufs Kind. Sie brauchen also dringend eine Person mit Hintergrundwissen, also z.B. die L, mit der sie sich zeitnah austauschen können. Zwei Aspekte stehen dabei im Vordergrund:

- den E zuhören
- und ihnen eine Bewältigungsperspektive aufzeigen.

Den Eltern eine Bewältigungsperspektive aufzeigen

Die Bewältigungsperspektive umfasst drei Bereiche:

1. Die Mobbing-situation selbst: Dabei geht es um Strategien, die dem Schüler oder der Schülerin während der Mobbing-situation helfen, sich gegen diese abzusichern, wie z.B.
 - versuchen wegzuhören,
 - sich bewusst auf die Mitschüler konzentrieren, zu denen ein guter, oder zumindest kein belasteter Kontakt besteht,
 - die Situation mit Humor nehmen.
2. Erholung während der Freizeitphase: Natürlich ist es hilfreich, wenn es dem Kind, alleine oder mit Hilfe seiner E gelingt, die sich aus der Mobbing-Situation ergebende Belastung während der Freizeitphase abzufedern. Die wichtigste Frage ist: „Was kann Ihr Kind tun, um während seiner Freizeit abzuschalten und sich wieder gut zu fühlen“.
3. Die Veränderung der Aufmerksamkeitsfokussierung: Eine Schülerin, die in der Schule gemobbt wird, kann mit der Zeit alles, was mit der Schule zu tun hat, negativ erleben. Das ist dann auch ein Ergebnis ihrer negativ ausgerichteten Aufmerksamkeitsfokussierung, die die Eltern sehr häufig verschärfen, wie wir im einleitenden Fallbeispiel gesehen haben. Es geht deshalb hier darum, die Schülerin allmählich dahin zu führen, dass die Schule auch schöne Erlebnisse bietet – neben dem Mobbing. Also um die Frage, „lass uns mal überlegen, was heute in der Schule schön war?“ Angelehnt an



Luise Reddemann kann man sagen: „Die Schule ist nicht nur schön – aber auch schön“.

Fallbeispiel: Eine verzweifelte Mutter ruft an

Eine Mutter ruft besorgt die Lehrperson an und schluchzt, „Carla wird gemobbt“. Wie kann die Lehrperson die Mutter unterstützen?

- **Zuhören:** Zunächst bietet es sich an, einfach nur zuzuhören. Aus der Therapie- und Beratungsforschung ist bekannt, dass Beratung dann hilfreich ist, wenn der oder die zu Beratende das Gefühl haben, die Dinge ansprechen zu können, die ihnen auf dem Herzen liegen.
- **Versuchen ruhig zu bleiben:** Das ist leichter gesagt als getan, wenn ein besorgter und hilfloser Elternteil anruft. Denn Emotionen stecken an. Viele Lehrpersonen haben gute Erfahrungen damit gemacht, dass sie versucht haben, ihre eigenen Emotionen zu akzeptieren und sich auf das Gespräch zu konzentrieren. Eine andere Möglichkeit ist, sich zu vergegenwärtigen, dass es gar nicht möglich, sofort eine Lösung zu finden.
- **Versuchen herauszufinden, was genau geschehen ist:** Ungewollt vereinfachen oder übertreiben Eltern, wenn sie über die Vorfälle sprechen. Sie sagen, „mein Kind wird gemobbt“ ohne näher zu erklären, was tatsächlich geschehen ist. Wir müssen aber wissen, was geschehen ist, also wer hat was, wann, wie, wo, mit welchen anderen Beteiligten, mit welchen Auswirkungen gemacht. Auch wenn ein Elternteil dann sagt, „Carla ist geschlagen worden,“ ist das keine ausreichende Information. Sondern dann sind noch Fragen wichtig wie „wer, wo, was ist dabei genau passiert, gab es einen oder mehrere Schläge“ usw.

In der Praxis zeigt sich dann allerdings sehr oft, dass die von den Eltern berichteten Vorfälle, mit Mobbing nichts zu tun haben. Sondern es sich eher um normale Streitereien, wie sie zwischen Kindern üblich sind, handelt. Für die Eltern spielt dies aber erst einmal keine Rolle. Sie sind in der Regel davon überzeugt, dass es sich um Mobbing handelt. Es ist dann natürlich auch nicht sinnvoll, die Eltern, vor allem zu Beginn der Zusammenarbeit, davon überzeugen zu wollen, dass es sich „nur um harmlose Streitereien“ handelt.

Zusätzlich ist es sehr hilfreich, wenn die Lehrperson klar formuliert:

- „Gut, dass Sie anrufen – vielen Dank“.
- „Mir ist wichtig, dass sich alle meine SuS in der Klasse wohl fühlen. Deshalb werde ich alles dafür tun, damit das weniger vorkommt“.
- „Ich möchte mit Ihnen in Kontakt bleiben - bitte informieren Sie mich über jeden weiteren Vorfall – ich werde Sie ebenfalls informieren, wenn wieder etwas vorkommt“.

Dem Schüler/der Schülerin feste Termine anbieten:

Sehr hilfreich ist, wenn sich die Lehrperson zu festen Termine ein bis zweimal pro Woche mit dem Schüler/der Schülerin trifft – und sei es nur für einige Minuten. Und dies gleich mit dem anrufenden Elternteil abspricht. Er sieht dann, dass die L sofort handelt, was beruhigend wirkt.



Es wird wieder geschehen

Wenn möglich, also wenn sich der Elternteil wieder ein bisschen beruhigt hat, kann es schon in diesem ersten Telefonkontakt sinnvoll sein, darauf hinzuweisen, dass es weitere Vorfälle geben wird. Warum?

Eltern gehen sonst von der unrealistischen Vorstellung aus, dass wie durch ein Wunder die Probleme gelöst würden. Man kann sagen, „klar wollen wir nicht, dass es wieder zu einem Vorfall kommt. Aber wir wissen beide, dass wir das nicht völlig ausschließen können. Angenommen es gibt wieder einen ähnlichen Vorfall – haben Sie schon eine Idee, wie Sie Ihrem Kind helfen können?“ Diese letzte Aussage suggeriert, dass das Problem veränderbar ist.

Anregungen für Eltern

Eine Lehrperson tut gut daran, Eltern die folgenden Schritte im Detail zu vermitteln – und am besten zusätzlich schriftlich abzugeben. Denn in Mobbing-situationen sind die Eltern meist derart emotional überlastet, dass sie nur sehr begrenzt Hinweise und Anregungen im Gedächtnis behalten, geschweige denn zielführend umsetzen können.

Wichtige Schritte, die Eltern tun können, um ihr Kind zu unterstützen:

Gut zuhören: Zunächst ist wichtig, dem Kind zuzuhören und fragen, was geschehen ist.

Was man nicht tun sollte:

- Dem Kind Vorwürfe machen, oder ihm sofort Ratschläge geben, wie „du musst dich halt wehren“ oder „du musst nicht darauf achten, was die anderen sagen“. Das ist gut gemeint aber oft ist das Kind nicht in der Lage, diese Hinweise umzusetzen.
- Versuchen, die Tragweite des Problems klein zu reden, also z.B. sagen, „das ist doch nicht so schlimm“, selbst, wenn das wirklich nach außen hin so auszusehen scheint.

Gut, das du es mir gesagt hast – das war richtig: Viele Kinder schämen sich dafür, gemobbt zu werden. Viele fühlen sich minderwertig oder schuldig. Wenn ihm seine Eltern bestätigen, dass es richtig war, sich mit seinem Problem an seine Eltern zu wenden, geben sie ihm damit Sicherheit.

Das Problem klären: Angenommen ein Kind sagt, „er hat Schimpfworte gesagt“. Dann ist gut herauszufinden welche das sind. Oft schämen sich Kinder, diese Worte zu nennen. Der Nachteil ist, dass sie dadurch ihre für das Kind vorhandene emotionale Dramatik beibehalten. Eine Lehrperson könnte in einem solchen Fall einer besorgten Mutter raten: „Vor kurzem hat mir eine Mutter in einer ähnlichen Situation berichtet, dass sie ihr Kind gebeten habe, alle Schimpfworte auf ein großes Blatt zu schreiben. Damit hat sie sehr gute Erfahrungen gemacht“.

Vereinbarung treffen: Die Eltern vereinbaren mit ihrem Kind: „Sag mir bitte gleich, wenn wieder etwas ist.“ Das Kind soll bei weiteren Vorfällen auch sofort seine Eltern informieren.

Problembewältigung: Eltern sagen zum Kind: "Lass uns mal überlegen, was du kannst tun, wenn xy wieder auftritt".



Allerdings müssen die Eltern auch darüber informiert werden, dass bei solchen Fragen ihrem Kind jetzt erst mal nichts einfällt. Das ist normal, weil es sich unter großem Druck fühlt. Deshalb brauchen sie Geduld. Sie können in den nächsten Tagen immer wieder einmal unaufgeregt auf diese Frage zurückkommen.

Eine Variante ist, den Eltern anzubieten, selbst das Gespräch zu führen.

Was war heute angenehm/hat dir gefallen: Eltern sprechen mit ihrem Kind auch darüber: „Was war heute dort, wo das Mobbing normalerweise auftritt, also z.B. in der Schule, schön oder angenehm“? Und auch hier müssen E Geduld haben, weil das Kind in der Regel erst mal keine Antworten geben kann.

Was kannst du tun, damit es dir in deiner Freizeit, nach einem Vorfall, wieder ein bisschen besser geht: Hier geht es darum, dass das Kind lernt, sein Wohlbefinden zu beeinflussen, in dem es z.B. seine Lieblingsmusik hört, sich mit seiner Freundin trifft usw. Auch hier ist wichtig, die Eltern darüber zu informieren, dass ihr Kind nicht sofort eine Lösung findet.

Angenommen es geht einem Kind beim Abendessen schon wieder besser, dann könnten seine E sagen, „ich habe das Gefühl, dass es dir schon wieder besser geht“. Und wenn das Kind das bestätigt, könnten sie sagen, „das freut mich – weißt du, wie du es geschafft hast, dass es dir schon wieder ein bisschen besser geht?“

Eine Variante dazu ist, dass Vater, Mutter und Kind hin und wieder zusammen darüber sprechen, was jedem von ihnen dabei hilft, sich nach einer belastenden Situation wieder besser zu fühlen. Dabei wird meist deutlich, dass es individuell sehr unterschiedliche Strategien gibt.

Mobbing kann Betroffene stärken: Immer wieder lesen und hören wir davon, dass von Mobbing Betroffene daraus später in ihrem Leben eine Strategie der Stärke entwickelt haben.

Es bietet sich an, mit den Eltern diesen Punkt anzusprechen, also z.B. „aktuell ist die Situation sehr belastend – langfristig gesehen kann sich daraus beim Kind aber auch eine innere Stärke entwickeln, also z.B. ‚ich lass mich davon nicht unterkriegen‘“. Diese Information eröffnet fast allen Eltern eine ganz neue Sichtweise auf das Problem.

Klar ist zusätzlich wichtig, dass Lehrpersonen und Schule die in der Literatur beschriebenen Anti-Mobbing Strategien konsequent umsetzen.



Literatur

- Eichhorn, C. (2014): Die Klassenregeln. Guter Unterricht mit Classroom-Management. Klett-Cotta, Stuttgart
- Eichhorn, C. (2017): Classroom-Management: Wie Lehrer, Eltern und Schüler guten Unterricht gestalten. Klett-Cotta, 9. Aufl.
- Jäger, R., Fischer, U., Riebel, J.: Mobbing bei Schülerinnen und Schülern der Bundesrepublik Deutschland. Eine empirische Untersuchung auf der Grundlage einer online-Befragung. Landau 2007, S. 3.
- Reddemann, L: Eine Reise von 1 000 Meilen beginnt mit dem ersten Schritt. 2007
- Sullivan, K. (2000): The Anti-Bullying Handbook.

Zum Autor:

Christoph Eichhorn arbeitet seit über 20 Jahren als Schulpsychologe mit Schwerpunkt Classroom-Management. Unter anderem hat er für Bulgarien und die Slowakei ein Classroom-Management-Training entwickelt.

Sein Buch „*Classroom-Management: Wie Lehrer, Eltern und Schüler guten Unterricht gestalten*“, Klett-Cotta, erreicht gerade die 9. Auflage.

www.classroom-management.ch

