

Mobbing in der Schule

Zusammenfassungen von Interventionsprogrammen

**Projekt: In Konfliktsituationen fair handeln – Mobbing vermeiden –
Miteinander umgehen**

Be-Prox, Berner Präventionsprogramm gegen Gewalt

FAUSTLOS

Die Antibullying-Strategie

No Blame Approach

Circle of Friends

Method of Shared Concern

Peacemaker

Nützliche Adressen

Interventionsprogramme

Auf den folgenden Seiten werden acht Interventionsprogramme kurz vorgestellt. Die Zusammenfassungen enthalten Hinweise auf den Schwerpunkt der Interventionsprogramme, Altersgruppe, den Inhalt, zeitlichen Aufwand, sowie entsprechende Literaturhinweise. Bestimmt gibt es noch mehr Programme, aus zeitlichen Gründen verzichte ich jedoch auf eine vollständige Auflistung.

Allen hier vorgestellten Interventionsprogrammen gemeinsam ist, dass das Thema nicht mit einer einzigen Massnahme sondern über längere Zeit im **engen und direkten Kontakt** mit den Kindern / Jugendlichen bearbeitet werden muss. In der Regel führt die Klassenlehrperson die Interventionen durch. Durchgängig wird von Schuldzuweisungen abgeraten, die beteiligten Kinder, Jugendlichen sowie Lehrpersonen sollen jedoch **Verantwortung** für ihre Handlungen aber auch für ein gutes Klassen-/Schulklima übernehmen.

Mehrmals wird das Einführen und Durchsetzen von Regeln, Massnahmen bei Regelverstössen, Stärkung der sozialen Kompetenzen, Körpererfahrungen sowie der Einbezug der Eltern erwähnt.

Projekt: In Konfliktsituationen fair handeln - Mobbing vermeiden - Midänand umgah

Durchgeführt von Claudia Hagmann, Heilpädagogin; Theresia Buchmann, Psychomotorik-Therapeutin
Paul Baumann, Kushido Schule

Ein detaillierter Projektbeschrieb ist bei Theresia Buchmann, spd@ow erhältlich

a) Grobidee

Wir möchten einen andern Zugang zum Thema finden. Gewaltprävention soll als wichtiges Thema ins Zentrum kommen und über den Körper soll ein anderer Zugang geschaffen werden.

- Gefühle formulieren
- Wortschatz anschauen, wie kann ich Wut, Ärger, Enttäuschung formulieren
- Wie kann ich mich wehren
- Wie kann ich „fair streiten“
- Konflikte verbalisieren ist hilfreich, handeln wirkt nachhaltig
- Empathie fördern
- Selbstbewusstsein stärken
- Eigenes Verhalten überdenken
- den Fokus auf das Gemeinsame legen

b) Ziele

- Respekt für den andern erlebbar machen
- standhalten können und Widerstand aushalten lernen
- den Selbstwert des Einzelnen innerhalb der Gruppe stärken
- Klassenzusammenhalt stärken
- seine Meinung, seinen eigenen Standpunkt vertreten können
- nach Möglichkeit die Eltern miteinbeziehen und informieren

c) Programm

Als erster Schritt wurde der Gewalt abgesagt

Gewaltdeeskalation (Peace Makers)

Psychomotorischer Ansatz im Schulalltag

Konkrete Übungsbeispiele

Elternkontakte

Kushido: über die Bewegung Erfahrungen sammeln

- Erfolgserlebnisse motivieren
- Problemsituationen verbalisieren ist hilfreich, nachhaltig wirkt konkretes Handeln

Konkrete und geeignete Kushido Übungen für den Turnunterricht an Schulen

Den Film über Mobbing ansehen

Be-Prox, Berner Präventionsprogramm gegen Gewalt (nach Alsaker)
(zusammengefasst von Michèle Lütolf)

a) Allgemeines

Mit Hilfe des Be-Prox sollen die Lehrpersonen im Umgang mit Opfern und Tätern von Mobbing sowie den daraus entstehenden Problemen geschult werden. Lehrpersonen sollen also mit dem notwendigen Wissen ausgestattet werden, damit sie effektiv und direkt in die Dynamik der Klasse eingreifen können, um nachhaltige Mobbingprävention zu betreiben. Das Programm soll helfen, die Motivation zur Mobbingprävention zu fördern und aufrechtzuerhalten. Dem wird das Programm gerecht, indem es individuelle Bedürfnisse, Ressourcen und Limits der Lehrpersonen mitberücksichtigt. Das Programm kann ausserdem in eigenem Tempo durchgeführt werden.

b) Programm

Dank einem speziell angefertigten Medienpaket (Inhalt: Quälgeister und ihre Opfer, Arbeitsbuch, DVD mit diversen gespielten Mobbing Situationen) können mehrere Lehrpersonen zusammen dieses Programm selbständig durchführen. Es gestaltet sich in 8 Sitzungen, deren Schwerpunkte im Folgenden kurz dargestellt werden:

1. **Sensibilisierung der Lehrpersonen für verschiedene Formen aggressiven Verhaltens:** Kennenlernphase; Beobachtungen im Klassenzimmer zum Ausmass und Art des Mobbing
2. **Mobbing thematisieren und Regeln besprechen:** Vermittlung der Wichtigkeit von „Regeln und Grenzen setzen“, um das zwischenmenschliche Verhalten der Kinder zu regulieren; Lehrpersonen gestalten zusammen mit Kindern die Regeln und setzen diese im Unterricht ein
3. **Regel einführen und Durchsetzen:** Sich Auseinandersetzen mit der Durchsetzung von Regeln; mögliche Massnahmen bei Regelverstoss; mögliche Verstärkermechanismen der Kinder
4. **Mitverantwortung der nicht aktiv beteiligten Kinder:** Diskussion bezüglich Häufigkeit und Umgang mit Betroffenen; Ideensammeln für den Einbezug nicht aktiv beteiligten Kinder sowie Umsetzung
5. **Körpererfahrung und konkrete Zielsetzung:** Planung der nächsten drei Wochen; Empathieförderung durch Körperwahrnehmungsübungen in der Klasse; Plagefälle reflektieren
6. **Konsolidierung durch eigene Zielsetzung:** Fokus auf Umsetzung der gewählten Zielsetzungen
7. **Regeldurchsetzung und Verstärkung:** Evaluation der Umsetzung; Regelauffrischung; erneutes Besprechen von Konsequenzen bei Regelverstoss
8. **Rückblick und Ausblick**

c) Literaturhinweis

Alsaker, F.D. (2004). **Quälgeister und ihre Opfer: Mobbing unter Kindern - und wie man damit umgeht.** Bern: Hans Huber.

FAUSTLOS (nach Cierpka)
(zusammengefasst von Michèle Lütolf)

a) Allgemeines

FAUSTLOS ist ein Curriculum, das impulsives und aggressives Verhalten von Kindern vermindern sowie ihre soziale Kompetenz erhöhen soll. **Der Autor von FAUSTLOS geht davon aus, dass aggressives und gewaltbereites Verhalten hauptsächlich aus einem Mangel an sozial-emotionalen Kompetenzen resultiert.** Massnahmen zur Steigerung dieser Kompetenzen haben dementsprechend einen zentralen Stellenwert in diesem Programm. Durch FAUSTLOS lernen Kinder prosoziale Verhaltensweisen auf die gleiche Weise, wie sie lernen, sich unsozial zu verhalten, nämlich über **Vorbilder, Erfahrung und Verstärkung**. Das Programm liegt in einer Kindergartenversion (Cierpka, 2002) sowie einer Grundschulversion (Cierpka, 2001) vor. Beide basieren auf dem amerikanischen Programm SECOND STEP (Beland, 1988). Das Curriculum enthält vorbereitete Lektionen für Lehrpersonen und kann leicht in die Struktur von Kindergarten oder Grundschule integriert werden. Es vermittelt alters- und entwicklungsadäquate prosoziale Kenntnisse und Fähigkeiten in den Bereichen **Empathie, Impulskontrolle und Umgang mit Ärger und Wut**.

b) Programm

Die oben erwähnten Bereiche sind in Lektionen aufgeteilt, die aufeinander aufbauend unterrichtet werden (Grundschule: 51 Lektionen; Kindergarten: 28 Lektionen). Für die Vermittlung der Lerninhalte steht ausreichend Material zur Verfügung (Fotofolien, Anweisungsheft für diverse Übungen und Rollenspiele, Handbuch für Lehrpersonen).

1. **Förderung von Empathie:** FAUSTLOS versteht Empathie als ein „Set von Fähigkeiten und Fertigkeiten“, das die Fähigkeit mit einschliesst, die Gefühle anderer wahrzunehmen, zu verstehen und zu beantworten. Empathie kann zu einem grossen Teil vermittelt und gelernt werden.
2. **Förderung der Impulskontrolle:** FAUSTLOS bezieht sich hierbei im Wesentlichen auf zwei Strategien: *Interpersonelles kognitives Problemlösen* und das *Training sozialer Verhaltensfertigkeiten*. Problemlösen erfolgt durch die Vermittlung systematischer Gedankenschritte, die dann in sozialen Situationen eingesetzt werden. Das Training sozialer Verhaltensfertigkeiten vermittelt Verhaltensweisen wie „sich entschuldigen“ oder „mitmachen“, die in verschiedenen sozialen Situationen angewendet werden können.
3. **Umgang mit Ärger und Wut:** FAUSTLOS hat zum Ziel, die Wahrnehmung der Auslöser von Ärger mit dem Gebrauch positiver Selbst-Verstärkungen und Beruhigungstechniken zu verbinden. So können Wutanfälle verhindert werden, und die Kinder haben die Möglichkeit, über den Vorfall nachzudenken, der den Ärger ausgelöst hat.

c) Literaturhinweise

Beland, K. (1988). **Second Step. A violence-prevention curriculum. Grades 1-3.** Seattle: Committee for Children.

Cierpka, M. (2001). **FAUSTLOS. Ein Curriculum zur Prävention von aggressivem und gewaltbereitem Verhalten bei Kindern der Klassen 1 bis 3.** Göttingen: Hogrefe.

Cierpka, M. (2002). **Kinder mit aggressivem Verhalten.** Göttingen: Hogrefe.

Die Antibullying-Strategie (in Anlehnung an Olweus)
(zusammengefasst von Michèle Lütolf)

a) Allgemeines

Diese Strategie lehnt sich an die Arbeit von Dan Olweus, dem Pionier in der Mobbingprävention an Schulen. Bei dieser Strategie handelt es sich um eine Art „**Öffentlichmachen**“ von Mobbingvorfällen. **Primäres Ziel dabei ist, dem Täter den Schutz- und Versteckraum des Schweigens und Wegschauens wegzunehmen.** Gleichzeitig hat das Opfer die Gewissheit, dass nachfolgende Einschüchterungsversuche durch den Täter sofort öffentlich gemacht werden. **Das Opfer kann somit darauf vertrauen, dass sein „Hilferuf“ nicht nur gehört wird, sondern auch konsequentes Handeln der Schule zur Folge hat.** Dieser Rahmen soll dem Mobbingopfer Mut machen, sich zu melden. Dem Täter (sowie auch seinen Eltern) soll auf der anderen Seite klar werden, dass sein Verhalten inakzeptabel ist und dass weitere Vorfälle Konsequenzen haben.

b) Konkrete Schritte der Strategie

Kommt es zu einem Mobbingfall, werden folgende Schritte eingeleitet (entweder durch die Schulleitung oder die Lehrperson):

1. Das Opfer soll das Ereignis aus seiner Sicht schriftlich darstellen
2. Auch der Täter soll den Vorfall schriftlich berichten
3. Mindestens eine Lehrperson soll ihre Gespräche mit Opfer und Täter protokollieren
4. Die Eltern der beteiligten Kinder sollten Kopien der oben genannten Berichte erhalten. Die Berichte sollten des Weiteren für eine bestimmte Zeit in den Akten der Schüler aufbewahrt werden.
5. Die Eltern der Kinder sollen aufgefordert werden, zum Vorfall und zur Art des Umgangs der Schule mit dem Geschehen schriftlich Stellung zu nehmen

Im Rahmen dieser Strategie werden zudem noch einzelne Empfehlungen und Ratschläge für die Schulleitung/Schulbehörden, die Lehrpersonen, die Eltern, die nicht betroffenen sowie die betroffenen Kinder abgegeben.

c) Literaturhinweis

Olweus, D. (1996). **Gewalt in der Schule. Was Lehrer und Eltern wissen sollten - und tun können.** Bern: Hans Huber.

No Blame Approach (nach Maines & Robinson)
(zusammengefasst von Michèle Lütolf)

a) Allgemeines

Diese Strategie beruht auf einem **ressourcen- und lösungsorientierten** Ansatz. Neben der Förderung von Ressourcen wie Empathie, sozialen Kompetenzen und altruistischem Denken auf Seiten der Täter, Mitläufer und anderen nicht direkt beteiligten Kindern, wird auf Seiten des Opfers v.a. dessen Selbstwertgefühl gestärkt. Ein weiteres Ziel ist ausserdem die Verbesserung des Klassenklimas. Die Gespräche werden von der Lehrperson durchgeführt bzw. moderiert.

b) Strategie

Der No Blame Ansatz baut auf folgenden Schritten auf:

1. Schritt: Die Lehrperson führt ein Gespräch mit dem Opfer durch

2. Schritt: Die Lehrperson organisiert ein Treffen mit einer Unterstützerguppe (ohne Opfer): Zu dieser Gruppe gehören Täter, Mitläufer sowie Kinder, die nichts mit den Mobbinghandlungen zu tun hatten, aber eine konstruktive, aufbauende Rolle bei der Lösung spielen könnten. Optimal ist eine Gruppe von 6- 8 Kindern.

Folgende Vorgehensweise hat sich bewährt:

Problem erklären: Lehrperson erzählt, wie sich das schikanierte Kind fühlt. .

Keine Schuldzuweisung: Verdeutlichung, dass die Gruppe die Verantwortung für ihr Handeln trägt und etwas verändern will.

Nach Ideen fragen: Ziel dieser Ideen soll sein, dass sich das Opfer besser fühlt

Verantwortung übergeben: Verantwortung für die Problemlösung an die Gruppe übergeben, ein nächstes Treffen vereinbaren, um den Verlauf zu verfolgen.

3. Schritt: Treffen mit der Unterstützungsgruppe um positive Veränderungen auszutauschen und um gegebenenfalls weitere Ideen zur Verbesserung des Klassenklimas zu sammeln.

Einzelgespräche mit dem Opfer.

c) Literaturhinweise

Maines, B., & Robinson, G. (1992). Michael's Story: **The no blame approach**. Bristol: Lame Duck Publishing.

Sharp, S. & Smith, P.K. (1994). **Tackling Bullying in your School: A practical Handbook for Teachers**. London/NY: Routledge

Circle of Friends (nach O'Brien & Forest)
(zusammengefasst von Michèle Lütolf)

a) Allgemeines

Diese Methode beinhaltet eine Klassenintervention zur **Integration von ausgeschlossenen SchülerInnen**. Ursprünglich wurde die Methodik zur Integration von behinderten Kindern und Jugendlichen entwickelt. Der „circle of friends“ richtet sich primär an die Kameraden des ausgeschlossenen Kindes. Zusammen mit der Lehrperson und zeitweise auch mit dem betroffenen Kind werden regelmässig Sitzungen durchgeführt. Zunächst sollen Möglichkeiten und Ziele zur Verbesserung der Situation sowie Rahmenbedingungen festgelegt werden. Danach werden z.B. Reflexionen durchgeführt, Richtungsänderungen festgelegt bzw. Strategien weiterentwickelt. Der „circle of friends“ ist ein dynamischer Prozess, welcher sich an den individuellen Fähigkeiten, Stärken und Grenzen der beteiligten Personen orientiert und gegenseitiges Verständnis und ein respektvolles Miteinander fördern soll.

b) Programm

Der Programmverlauf besteht aus einer **Vorbereitungsphase** sowie einer **Interventionsphase mit vier regelmässigen Treffen**. Die ersten drei Treffen werden ohne das betroffene Kind durchgeführt. Jedoch findet nach jedem Zusammenkommen eine Rücksprache mit diesem Kind statt. Das vierte Treffen findet mit dem betroffenen Kind statt.

Vorbereitungsphase:

1. Interview mit betroffenem Kind und Erklären der Intervention
2. Informieren der Lehrpersonen und Eltern
3. Klassenbesuch: Erklären der Intervention, Fragen beantworten, Rekrutierung (geheim) von Freiwilligen
4. Gruppenzusammensetzung
5. Gruppe wird der Klasse vorgestellt

Interventionsphase:

1. Treffen (2 Lektionen): Besprechen der Problematik, wobei folgende Regeln gelten: keine Unterbrechungen, zuhören, respektieren was gesagt wird. Auf freiwilliger Basis werden Hilfsmassnahmen zusammengestellt.

1 Woche dazwischen

2. Treffen (1 Lektion): Feedback, Anpassen der Hilfsmassnahmen, anspornen und motivieren

2 Wochen dazwischen

3. Treffen (1 Lektion): Erfahrungsaustausch, Fokus auf Verhalten des betroffenen Kindes, verstehen!

2 Wochen dazwischen

4. Treffen (1 Lektion): Austausch zwischen betroffenem Kind und der Gruppe, Feier, Auszeichnung ev. in der Klasse, Blick in die Zukunft

c) Literaturhinweis

O'Brien, J. & Forest, M. (1989). **Action for Inclusion. How to Improve Schools by Welcoming Children with Special Needs Into Regular Classrooms**. Toronto

Method of Shared Concern (nach Pikas)
(zusammengefasst von Michèle Lütolf)

a) Allgemeines

Es handelt sich hierbei um eine lösungsorientierte Strategie, die die direkte Arbeit mit Tätern (und Opfern) von Mobbing impliziert und üblicherweise durch die Lehrperson durchgeführt wird. Sie ist insbesondere für **Schüler ab dem 9. Schuljahr** gedacht. Die Methode ist auf **Problemlösung** ausgerichtet und hat eine Verhaltensänderung auf Seiten der Täter zum Ziel. Das übergeordnete Ziel ist die Etablierung von Grundregeln, die eine friedliche Koexistenz aller Schüler gewährleisten soll. Die Lehrperson führt mit Hilfe von spezifischen und klar strukturierten Skripts mit Tätern und Opfern von Mobbing Interviews durch, einzeln und gemeinsam. Besonders wichtig dabei ist die Art und Weise, wie der Lehrer mit den Tätern kommuniziert. Er soll sie weder tadeln noch Schuldzuweisungen verteilen und soll stets ruhig und geduldig bleiben. Das Gespräch darf auf keinen Fall anklägerisch sein.

b) Programm

Diese Methodik baut auf folgenden drei Schritten auf:

1. **Durchführen von persönlichen Interviews** (jeweils ca. 7-10 Minuten) mit allen von einem Mobbingvorfall betroffenen Schülern (Täter und Opfer). Startet jeweils mit der Prämisse, dass der gemobbte Schüler sehr unglücklich ist. Täter soll dies einsehen und Vorschläge anbringen, wie diesem Umstand entgegengewirkt werden kann. Erwähnt der Täter einen solchen Vorschlag, beendet der Lehrer das Gespräch mit der Aufforderung, dass er diesen nun während der nächsten Woche umsetzen soll (das Erstgespräch mit dem Opfer ist weniger strukturiert und mehr auf einer beratenden Basis).
2. **Ungefähr eine Woche später finden mit allen Betroffenen Folge-Interviews statt** (ca. 3 Minuten). In deren Rahmen wird über Erfolg bzw. Misserfolg des erarbeiteten Vorschlags diskutiert. Bei Misserfolg wird nach weiteren Lösungsvorschlägen gesucht. Bei Erfolg wird dem Schüler gratuliert und er wird darauf hingewiesen, dass nächster Termin in Form einer Gruppensitzung stattfinden wird.
3. **In der Gruppensitzung** spricht der Lehrer zuerst mit den Tätern und fordert sie auf, über positive Statements bzgl. des Opfers nachzudenken und diese dann auch anzubringen, sobald das Opfer der Sitzung ebenfalls beiwohnt. Wenn alle anwesend sind, werden sie von der Lehrperson auf den Erfolg ihrer Anstrengungen aufmerksam gemacht und werden dazu aufgefordert, Wege vorzuschlagen, mit welchen diese positive Änderung beibehalten werden kann.

c) Literaturhinweis

Sharp, S. & Smith, P.K. (1994). **Tackling Bullying in your School: A practical Handbook for Teachers**. London NY: Routledge

Peacemaker (nach Ron Halbright)

Das Programm «Peacemaker» hat zum Ziel, die anhaltende Gewalt an Schulen abzubauen und ihr vorzubeugen. Während einer Projektwoche zum Thema Gewalt und Frieden lernen von der Klasse gewählte SchülerInnen, in hitzigen Situationen auf dem Pausenplatz mit kühlem Kopf schlichtend einzuschreiten und die Lage zu entspannen.

Siehe unter www.ncbi.ch/prog_peacemakers.html

Nützliche Adressen

Schulpsychologischer Dienst
Brünigstrasse 178
6060 Sarnen
041 666 62 55
spd@ow.ch

Jugend- und Elternberatung
Dorfplatz 4
6060 Sarnen
041 666 6256
jugendberatung@ow.ch

Gesundheitsförderung und Prävention OW/NW
Dorfplatz 4
6060 Sarnen
041 666 64 61
gesundheitsfoerderung@ow.ch

Dienststelle Volksschulbildung (DVS)
Abteilung Schulberatung
Kellerstrasse 10
6002 Luzern
041 228 55 50
<http://www.volksschulbildung.lu.ch/index/abteilungen/schulberatung.htm>

Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst
Kantonsspital 13
6000 Luzern 16
041 205 34 40

www.praevention-alsaker.unibe.ch

www.mobbing-info.ch

www.kidsmobbing.de

www.kjpd.unizh.ch (Vortrag, was kann man gegen Mobbing tun)