

MOBBING PRÄVENTION!



Umgang mit Mobbing unter Kindern. Ein Elternanlass für alle
Eltern und Erziehungsberechtigte der Schule Attiswil



Montag, 12. Juni 2023 - Elvira Bühlmann

Berner Gesundheit
Santé bernoise



Es braucht Mut...

Es braucht keinen Mut, mit anderen eine schwächere Person systematisch zu mobben. Es braucht aber **Mut**, das einzusehen. Es braucht **Mut**, zu erkennen, dass Wegschauen auch Gewalt ist. Und es braucht noch mehr **Mut** sich zu **entscheiden, hinzuschauen und zu handeln**. Unsere Gesellschaft braucht **mutige** Kinder, die morgen **mutige** Erwachsene sein werden; dazu müssen die **Erwachsenen** von heute den **Mut** aufbringen, den Kindern diesen **Weg zu weisen und sie auf ihm begleiten**.

Alsaker, 2003



Programm des Abends

- Input: Was ist Mobbing / Cybermobbing (nicht)
- Filmsequenzen: «Cybermobbing erklärt», «ausgegrenzt»
- Austausch in Gruppen & in Plenum
- Input: Frühes Erkennen und Vorbeugen von Mobbing
- Input: Mobbingintervention in der Schule Attiswil
- Weitere Information und Unterstützung

Wissensvermittlung – Austausch – Fragen



Was die Schule Attiswil tut!



Was ist Mobbing (nicht)

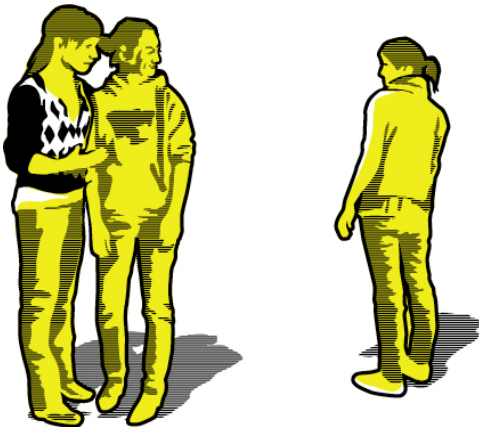
- Definition
- Typische Rollen
- Häufigkeit von Mobbing
- Folgen von Mobbing



Was ist Mobbing?

Definition:

Eine Person wird geplagt / ausgegrenzt, wenn sie systematisch und wiederholt über längere Zeit den negativen Handlungen einer oder mehrerer Personen ausgesetzt ist. (Olweus 1986)



Mobbing hat viele Gesichter

schubsen



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

Hänseln, provozieren



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

**Tuscheln, Gerüchte
verbreiten**



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

Beschimpfen, drohen



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

Dinge verstecken



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention

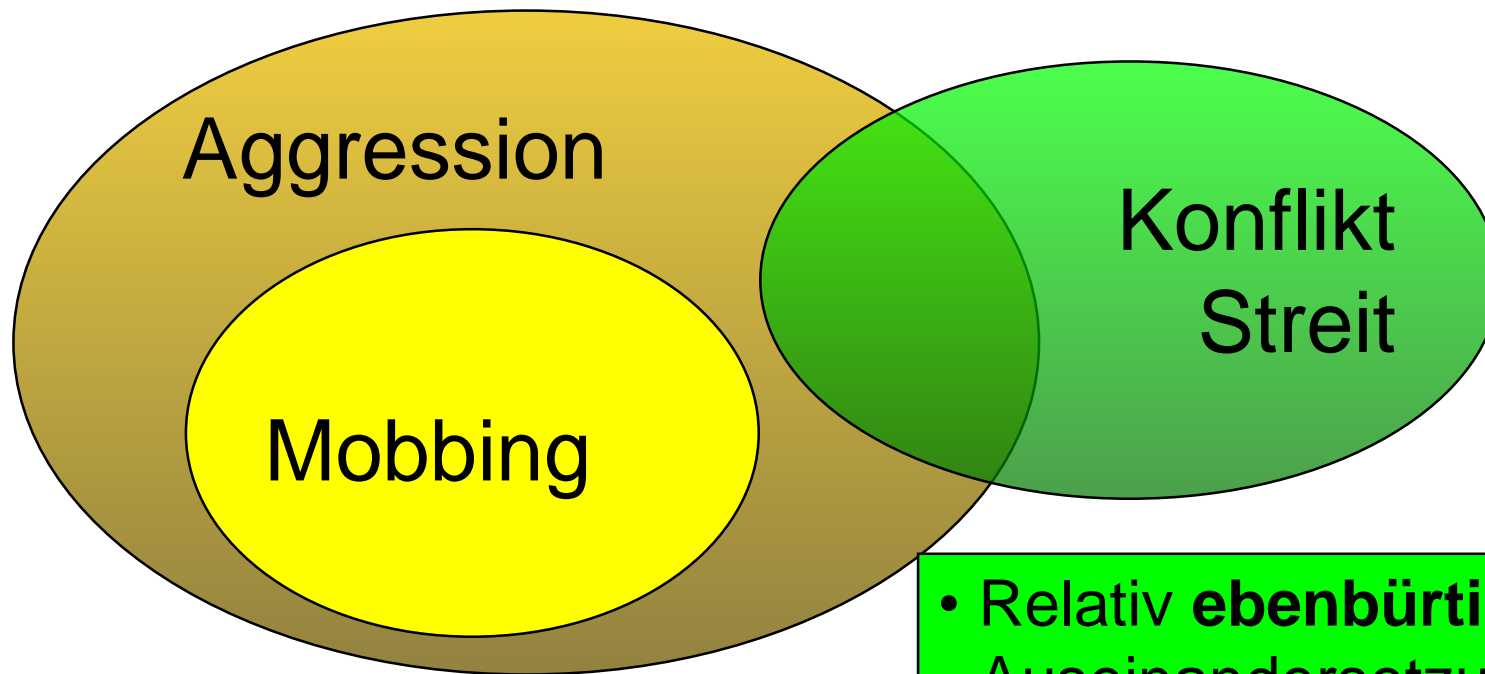
Nötigen, sich lustig machen



© Poster "Mobbing? Nein danke!" 2004, Schulverlag Bern, Marianne Kauer, Alsaker Gruppe für Prävention



Aggression - Mobbing - Konflikt?



Negative Handlungen,
die anderen **schaden**

- Relativ **ebenbürtige** Auseinandersetzungen
- Es geht um eine **Sache**, nicht um die Schädigung
- Konflikte **lösen** lernen gehört zur sozialen Entwicklung

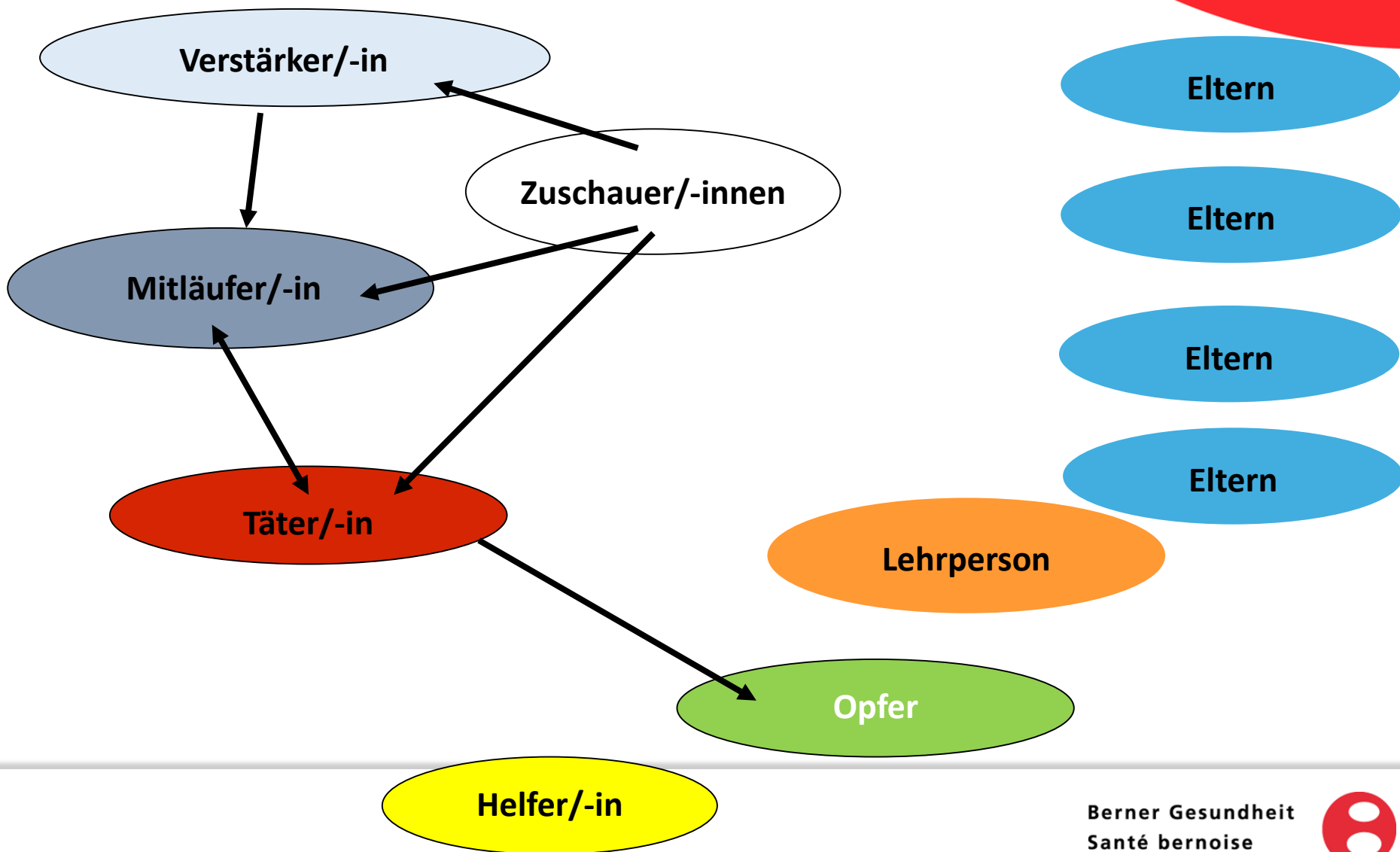


Wieso Kinder mobben.. Sie

- wollen ihren sozialen Status verbessern
- haben erfahren, dass sie mit ihrem rücksichtslosen Verhalten ihre eigenen Ziele erreichen
- fühlen sich anderen Jugendlichen gegenüber stark und überlegen
- sind es nicht gewohnt, dass ihnen Grenzen gesetzt werden
- fühlen sich überfordert und hilflos und sehen keinen anderen Ausweg
- erleben die Unterstützung durch die Mittäter, Mitlacher, die nichts tun
- Und Lehrpersonen, die wegschauen, welche die Situation falsch einschätzen oder überfordert sind



Mobbing/Plagen - Rollen



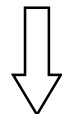
Formen von Mobbing

Direkte Formen

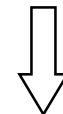
- Konfrontation
- Täterschaft offensichtlich

Indirekte Formen

- Keine klare Konfrontation
- Täterschaft unklar



Typische Erscheinungsformen



- Körperliche Handlungen
- Verbale Handlungen
- Drohungen & Erpressungen
- Zerstörung von Eigentum
- Beleidigende Gesten

- Unterschwellige Handlungen
- Nonverbale Handlungen
- Soziale Aggression
- Gerüchte
- Ausgrenzen - Ignorieren

Sowie alle Handlungen, die umgedeutet werden können

Die elektronischen Medien – Cybermobbing



Häufigkeit Mobbing

Zwischen sieben und elf Prozent der Befragten Jugendlichen in der Schweiz gaben im Rahmen der Pisa-Studie **2018** an, sie seien ausgestossen, ausgelacht oder geschlagen worden. Das sind deutlich mehr als noch bei der Pisa-Studie von **2015**. Damals fühlten sich nur gerade rund **drei Prozent** der Befragten gemobbt.



Was ist Cybermobbing?



Cybermobbing

Wenn (*Bemerkung Beges: eine oder*) mehrere Täter und/oder Täterinnen eine Person via Internet oder Handy über einen längeren Zeitraum hinweg absichtlich beleidigen, bedrohen, blossstellen oder belästigen, dann spricht man von Cybermobbing.

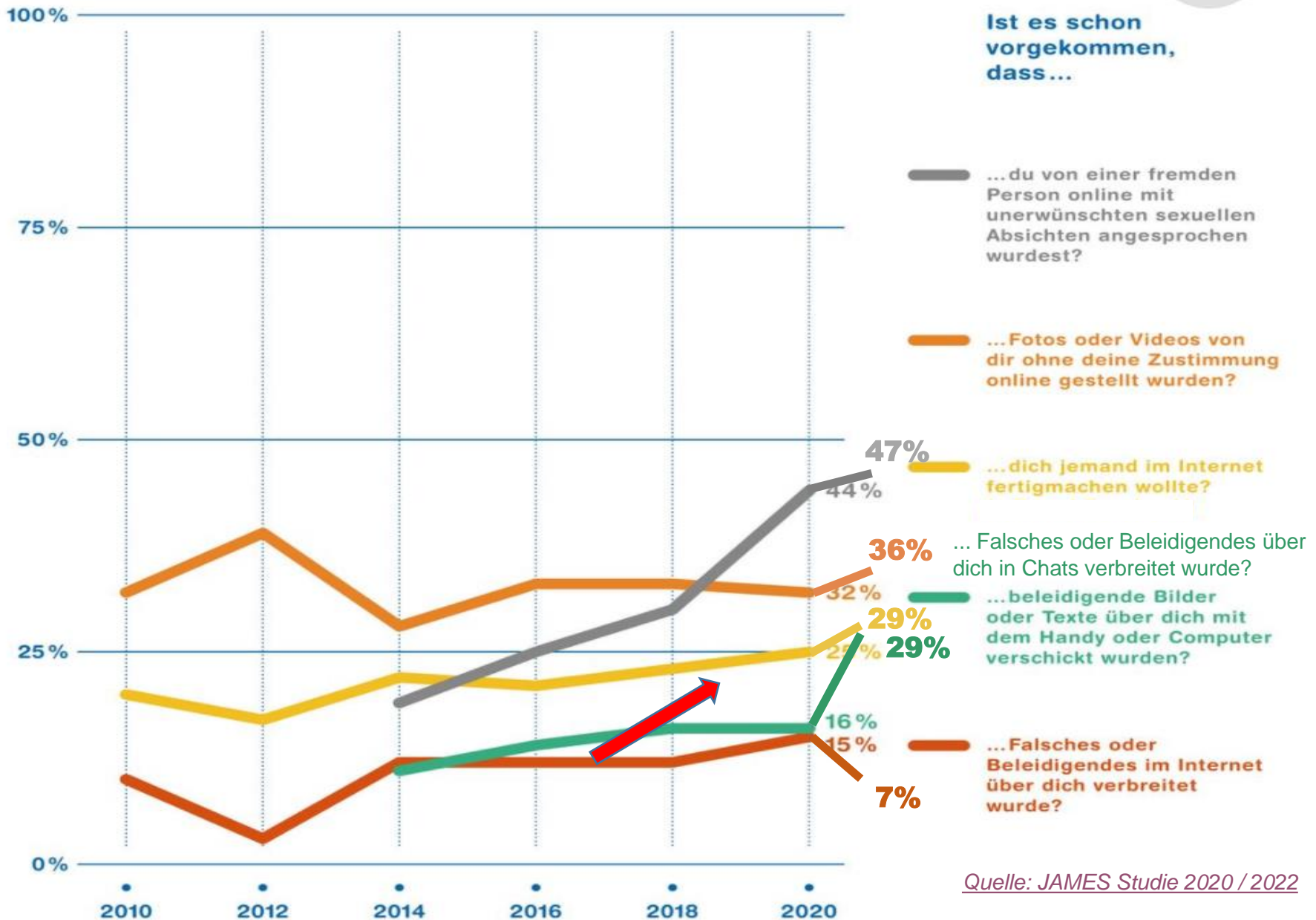
Im Einzelnen geht es dabei um:

- die Verbreitung von falschen Informationen und Gerüchten
- die Verbreitung und das Hochladen von peinlichen, verfälschten, freizügigen oder pornografischen Fotos und Videos
- das Erstellen von (beleidigenden) Fake-Profilen
- das Beschimpfen, Belästigen, Bedrohen und Erpressen via E-Mail, SMS etc.
- die Gründung von «Hassgruppen», in denen wie in einem Gästebuch negative Äusserungen über Einzelpersonen gemacht werden können.

[Quelle: Schweizerische Kriminalprävention](#)



Cybermobbing und sexuelle Belästigung im Internet im Zeitvergleich



Beispiel einer Mobbingdynamik

Severina wird geplagt. Doch wie kann es
soweit kommen?

Eine Klasse arbeitet ihr Mobbing auf und
jede(r) schlüpft noch einmal in seine
Rolle.

Ein Video von Rudolf Welten, 2004



Austausch in Gruppen

1. Was hat mich besonders berührt / betroffen gemacht?
2. Euer Kind kommt nach Hause (als Täter, Opfer, Mitläufer):
 - Was ist die Rolle als Eltern?
 - Was ist die Rolle der Schule?
3. Welche Rolle spielen Digitale Medien, zB. der Klassenchat?



Folgen..

für die Opfer / Zuschauenden

- Angst vor der Schule
- Körperliche Beschwerden
 - Bauchschmerzen
 - Schlafprobleme
 - Müdigkeit etc.
- Tiefer Selbstwert
- Tiefe Schulleistungen
- Depression
- Extremfall: Suizid

für die Mobbenden

- Einschränkung Handlungsrepertoires
- Gute Position/Einbettung bei Peers
 - > Die Freunde sind oft auch aggressiv
- Vorhandene Defizite
 - > Wenig Mitgefühl mit Opfer (trotz vorhandenem Wissen)
 - > Moralisches Distanzieren (Opfer beschuldigen)
- Langzeitfolgen:
 - häufiger Gesetzesbrüche
 - Delinquenz
 - Psychische Erkrankungen



Frühes Erkennen und Vorbeugen von Mobbing

- Mögliche Warnsignale
- Was kann die Schule tun
- Was können Kinder tun
- Was können Eltern tun



Mögliche Warnsignale

Plötzliche
Veränderungen!

Ungutes
Gefühl?

Rückzug

Sinkende Schulleistungen

Verletzungen

Kopf-/Bauchschmerzen

Appetitlosigkeit, Schlafstörungen

Bedrücktheit, Selbstabwertung

Plötzlich zerbrochene Freundschaften

Verlorene, beschädigte Gegenstände

Schulangst / Schulabsentismus



Schulsozialarbeit Attiswil



Die Schulsozialarbeit ist ein neutrales Beratungsangebot an Schulen mit dem Ziel, das Wohlbefinden aller Beteiligten zu verbessern. Sie hilft mit, psychosoziale Probleme frühzeitig zu erkennen, sie anzusprechen und sucht, gemeinsam mit den Beteiligten nach alltagstauglichen Lösungen.

In Attiswil ist die Schulsozialarbeit ein Angebot für Schüler und Schülerinnen, Lehrpersonen, Schulleitung und Elternschaft.

Das Beratungsangebot der Schulsozialarbeit ist vertraulich und freiwillig.

Die Kontaktdaten der Fachpersonen finden Sie auf der Homepage der Schule.



Das Angebot für Kinder

- Kannst du mit niemandem über deine Sorgen sprechen?
- Hast du das Gefühl, keiner hört dir zu?
- Fühlst du dich allein oder ausgeschlossen?
- Hast du Probleme zu Hause oder in der Schule?
- Hast du mit jemandem Streit?
- Hast du Angst vor etwas oder jemandem?

Das Angebot für Eltern

- Fühlt sich Ihr Kind nicht wohl in der Schule?
- Machen Sie sich Sorgen um Ihr Kind?
- Wissen Sie nicht, wie Sie Ihr Kind unterstützen können?
- Brauchen Sie Beratung oder Unterstützung in Bezug auf Ihr Kind?
- Brauchen Sie Unterstützung in einer Konflikt- oder Krisensituation?

Was können Kinder tun in einer Mobbing-situation?

Opfer

Gewaltmeldung als erwünschtes Verhalten
Angemessene Formen der Abwehr erlernen

Klassenkollegen/-innen

Mache nicht mit
Lache niemanden aus
Schenke den Täter/-innen keine Beachtung



Was können Eltern tun in einer Mobbing-situation?

Wenn Mobbing bereits ein Problem ist

- Zuhören, es ernst nehmen
- Keine Schuld zuweisen, Ruhe bewahren
- Dem Kind zeigen dass an ihm nichts falsch ist
- Hilfe holen ist nicht petzen
- Zusichern, dass Sie nichts unternehmen was die Situation verschärft
- Fakten notieren, mit Datum
- Schule, Lehrperson und in Absprache evt. Schulleitung kontaktieren



Was können Sie tun, wenn ihr Kind andere plagt?

- Sprechen Sie mit dem Kind
- Vermeiden von Schuldzuweisungen
- Regeln/Grenzen setzen
- Konsequenzen benennen
- Kontakt zur Lehrperson halten
- Externe Beratung



Was können Eltern präventiv tun?

- Zvieri-Kultur – im Austausch sein
- Grenzgefühl und Nein sagen fördern
- Kinder befähigen schwierigen Situationen zu begegnen
- Austausch zu anderen Eltern und zur Lehrperson pflegen
- Auf Veränderungen achten:
im Verhalten, körperl. Symptome, bei bestehenden Freundschaften,
Hobbies, Schulleistungen

Gute Ratschläge rund um einen schützenden und konstruktiven Umgang hinsichtlich Cybermobbing oder Klassenchats, etc. finden Sie hier:

<https://www.147.ch>



Was können Eltern bezüglich Cybermobbing tun?

Praktisch!

- Was veröffentliche ich/mein Kind im Internet/in einem Chat
- Überprüfe regelmässig, was man unter eigenem Namen im Internet finden kannst
- Beachte die Privatsphäre-Einstellungen bei sozialen Netzwerken
- Handy und Computer mit einem Passwort schützen
- Nicht auf negative Nachrichten reagieren

Haltung und Handeln:

- Interesse an der Lebenswelt Ihres Kindes zeigen
- Mit Ihrem Kind über das Thema oder ein Vorfall reden
- Beweise und Belege sichern
- Mit der Lehrperson sprechen
- Wenn päd. Massnahmen nicht wirken und Mobbing kein Ende nimmt – Beratung bei der Polizei holen – Möglichkeit eine Anzeige zu erstatten



Rechtslage Cybermobbing

In der Schweiz existiert kein eigenständiger Gesetzesartikel zu Cybermobbing.

Mögliche und typische Straftatbestände, die bei Cybermobbing erfüllt werden, sind:

Art. 143bis StGB **Unbefugtes Eindringen in ein Datenverarbeitungssystem**

Art. 144bis Ziff. 1 StGB **Datenbeschädigung**

Art. 156 StGB **Erpressung**

Art. 173 StGB **Üble Nachrede**

Art. 174 StGB **Verleumdung**

Art. 177 StGB **Beschimpfung**

Art. 179quater StGB **Verletzung des Geheim- oder Privatbereichs durch Aufnahmegeräte**

Art. 179novies StGB **Unbefugtes Beschaffen von Personendaten**

Art. 180 StGB **Drohung**

Art. 181 StGB **Nötigung**



Informationen und Unterstützung I

www.tschau.ch

Onlineberatung und Jugendinformation



<https://hilfe-bei-mobbing.ch/>

Fachstelle für Lehrpersonen und Eltern



www.147.ch

[Was tun, wenn Ihr Kind gemobbt wird \(projuventute.ch\)](http://www.projuventute.ch)

Telefon, SMS-Beratung, Chat, E-Mail
Für Kinder, Jugendliche, Eltern



www.feel-ok.ch

Eine Gesundheitsplattform für Lehrpersonen, Eltern
und Jugendliche



Zusammenfassung

Infoblatt für Eltern (neu)



**AUS-
GESPIELT!**

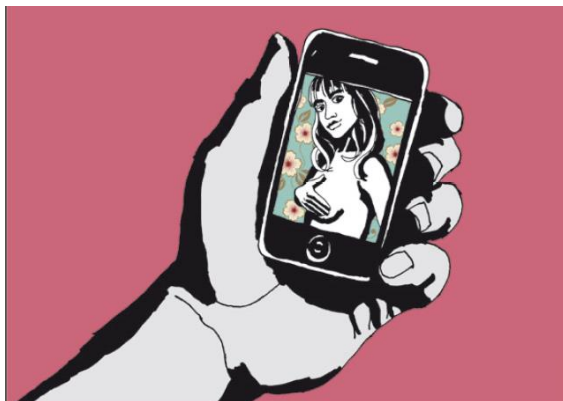
**GEMEINSAM
GEGEN
MOBBING
IN DER SCHULE**

FAMILIE

**SPRECHEN WIR
ÜBER MOBBING,
DAMIT ES
AUFHÖRT**

Was ist Mobbing?

Broschüren SKP

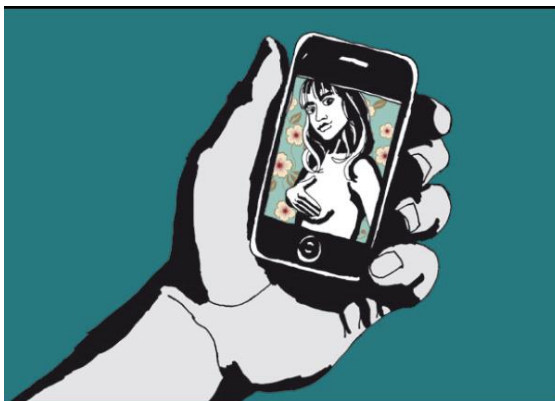


My little Safebook

Belästigungen im Internet: Was du dazu wissen solltest

Für Jugendliche

Ihre Polizei und die Schweizerische Kriminalprävention (SKP) – eine interkantonale Fachstelle der Konferenz der kantonalen Justiz- und Polizeidirektorinnen und -direktoren (KKJPD)



My little Safebook

Belästigungen im Internet: Was Sie und Ihr Kind dazu wissen sollten

Für Eltern und Erziehungsberechtigte

Ihre Polizei und die Schweizerische Kriminalprävention (SKP) – eine interkantonale Fachstelle der Konferenz der kantonalen Justiz- und Polizeidirektorinnen und -direktoren (KKJPD)



Cybermobbing: Alles, was Recht ist

Informationen zum Thema Cybermobbing und dessen rechtlichen Rahmenbedingungen

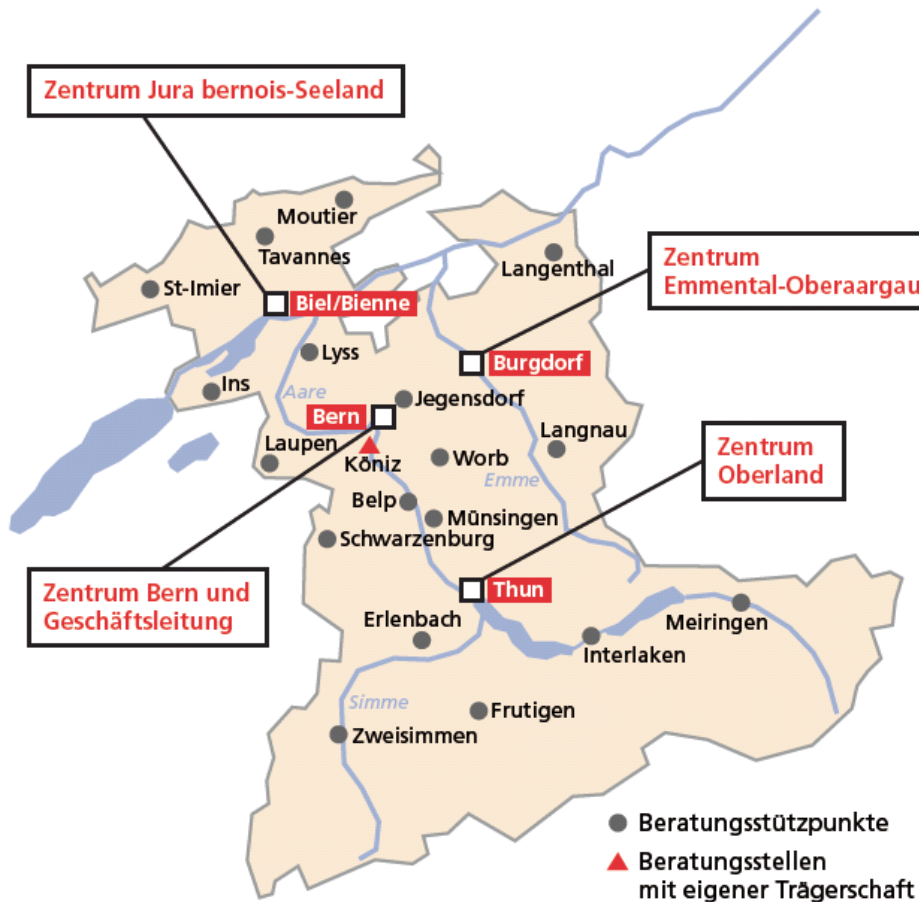
Ihre Polizei und die Schweizerische Kriminalprävention (SKP) – eine interkantonale Fachstelle der Konferenz der kantonalen Justiz- und Polizeidirektorinnen und -direktoren (KKJPD)

www.skppsc.ch

Berner Gesundheit
Santé bernoise



Überall in Ihrer Nähe



- 4 Regionalzentren
- 18 Beratungsstützpunkte

Bereiche

- Suchtberatung/Therapie
- Gesundheitsförderung / Prävention
- Sexualpädagogik

<http://www.bernergesundheit.ch/>

Anhang für die Schule - Präventionsunterricht

- Mobbing vorbeugen – Biber-Blog: Video für US und MS
- Tomatenrot – Bilderbuch für die US
- Folie mit Link zu den Lektionseinheiten der Bege



Sensibilisierung & Präventionsarbeit US

Video 'Mobbing vorbeugen'



Biber-blog.com

Fabian Grolimund & Stephanie Rietzler

Video und Lektionsvorschlag mit Rollenkarten:



[Link zum Video und zum Lektionsmaterial: ‚Mobbing vorbeugen‘](#)

Sensibilisierung und Präventionsarbeit US

Bilderbuch 'Tomatenrot'



- Sensibilisierung Mobbing
- Förderung von Zivilcourage

Information und Unterstützung der Stiftung Berner Gesundheit

- Lektionseinheiten Berner Gesundheit:
<https://service.bernergesundheit.ch/lektionen/>
- Mediothek Berner Gesundheit: [Mediothek Burgdorf](#)
- Allgemeine Angebote für Schulen der Berner Gesundheit:
<https://www.bernergesundheit.ch/waswirtun/gesundheitsfoerderungpraevention/schulen/>



Kontakt

Berner Gesundheit

Prävention

Eigerstrasse 80

3007 Bern

www.bernergesundheit.ch

Elvira Bühlmann

Fachmitarbeiterin Prävention

031 370 70 43

elvira.buehlmann@beges.ch

