

# Ein Training, das gegen Mobbing hilft

Was braucht es, um systematisches Schikanieren von Einzelnen zu verhindern?  
Zu Besuch beim Sozialtraining in einer Primarschulklasse, das zeigt:  
Kinder gehen erstaunlich gut mit Kritik um.

Text Kristina Reiss

Gearbeitet wird mit  
der ganzen Klasse,  
denn Mobbing  
ist nur als  
Gruppenphänomen  
zu verstehen.



## Respektloses Verhalten ist Nährboden für Mobbing.

# W

er von euch hat ein Haustier?» Etwa ein Drittel der 19 Viertklässler springt auf und signalisiert so: «Ich!». «Wer hat ein eigenes Zimmer?» (knapp die Hälfte), «und wer besitzt ein Handy?» (Nun stehen fast alle Kinder). Aufwärmspiele in einer Primarschule im Zürcher Unterland: 12 Buben, 7 Mädchen, 10 verschiedene Muttersprachen. «Merhaba» prangt auf den selbstgemalten Plakaten an den Wänden des Schulzimmers, «Grüezi», «Buongiorno», «Kalimera», «Ni hao», «Bonjour». Statt Unterricht steht heute Sozialtraining auf dem Plan. «Das ist keine Kinderparty, ihr müsst Mutproben bestehen», sagt Schulsozialarbeiterin Monika Hauser, die zusammen mit Kollegin Sascha Christina Lüthi die nächsten zwei Vormittage bestreitet. «Wisst ihr, warum wir hier sind?» «Damit es in der Klasse besser wird», sagt ein Mädchen. «Genau», bestätigt Hauser. «Damit alle gerne in Schule kommen und Freude am Lernen haben.»

Tatsächlich soll das zweitägige Training vor allem Mobbing verhindern – aber auch die Sozialkompetenz der Kinder stärken. Laut wissenschaftlichen Untersuchungen leiden in vielen Schulklassen ein bis zwei Kinder unter fortwährenden Attacken ihrer Mitschüler. Geschickt gemachtes Mobbing ist schwer zu entdecken, hinterlässt Lehrkräfte oft ratlos und Eltern erst recht. Damit es nicht so weit kommt, bieten Hauser und Lüthi mit ihrem Angebot «Starke Klassen» Mobbinginterventionen und Sozialtrainings an. Die Expertinnen arbeiten nach dem langjährig erprobten Konzept von Konfliktkultur, einem mehrstufigen Programm, das sich sowohl präventiv als auch in akuten

Fällen einsetzen lässt. Der Grundgedanke: Mobbing ist nur als Gruppenphänomen zu verstehen, deshalb muss mit der gesamten Klasse gearbeitet werden. Und: Damit Mobbing keine Chance hat, braucht es eine Schulkultur, die Wert auf soziales Miteinander legt sowie auf klare Regeln.

Bei den Viertklässlern im Zürcher Unterland sind Hauser und Lüthi heute präventiv. «In der Klasse fühlen sich zwar nicht alle gleich wohl», sagt die Lehrerin, die das Training als stille Beobachterin verfolgt, «aber Mobbing liegt meines Wissens nicht vor.» Ob sie Recht hat, wissen die Expertinnen nach dem ersten Vormittag. Zunächst überlegen sie mit den Kindern, was es braucht, damit es allen gut geht und erarbeiten Begriffe wie Ehrlichkeit, Respekt, Fairness und Selbstkontrolle. Die Kinder üben, wie sie sich in Streitfällen gewaltfrei selbst behaupten, lernen zu ihrer Meinung zu stehen und Gefühle zu benennen. Dazu teilt Lüthi mit «Ja» oder «Nein» beschriftete Karten aus. «Wer war schon mal allein zu Hause?», fragt sie. Das ist einfach, fast alle zeigen «Ja». «Wer hat schon mal über jemanden gelästert?» Ist schon schwieriger, etwa die Hälfte gibt «Ja» zu. Doch selbst bei Fragen wie «Wer hat schon mal geklaut?» antworten die Kinder überraschend offen. «Ich. Geld vom Freund meiner Mutter», bekennt ein Junge; «einen kleinen Kaugummi», sagt ein Mädchen.

### Am meisten fertiggemacht

Während Lüthi interviewt und die mutigen Kinder lobt, sorgt Hauser für Ruhe und greift konsequent durch: «Wie könnte sich Rahel\* fühlen, wenn du nicht zuhörst und mit anderen redest?» «Traurig vielleicht.» «Meinst du, sie wird ein anderes Mal wieder etwas erzählen wollen?» «Hm, vielleicht nicht.» «Was brauchen wir jetzt von dir?» «Respekt.» Später wird die Schulsozialarbeiterin sagen: «Es ist wichtig, respektloses Verhalten sofort zu unterbinden, denn das ist Nährboden für Mobbing.»

Jedes Kind füllt ausserdem einen Fragebogen aus: 1) Was nervt mich am Verhalten

von Mitschülerinnen und Mitschülern? 2) In meiner Klasse stört mich, dass ... 3) Welches Kind in unserer Klasse wird am meisten fertiggemacht, ausgeschlossen und beleidigt?

Die Antworten der ersten beiden Fragen lesen die Schüler laut vor: «Jemand wirft immer meinen Thek auf den Boden», heisst es da, «ich werde ausgelacht», «die Kämpfe sind blöd», «es ist zu laut». Aus den aufgelisteten Verletzungen leiten die Trainerinnen gemeinsam mit den Kindern drei Regeln ab – die sogenannten Menschenrechte. Diese lauten: «Wir verletzen in Zukunft niemanden mehr am Herzen, am Körper und auch nicht das Eigentum von anderen.» Danach sammeln die Trainerinnen die Bögen ein – und schauen, welcher Name bei Frage drei am häufigsten notiert wurde. Nennt mehr als ein Drittel dasselbe Kind, ist klar: Dieses wird gemobbt.

Bei der Klasse im Zürcher Unterland zeigt sich nichts Auffälliges – «doch manchmal steht dort 20-mal derselbe Name», erzählt Lüthi. In solchen Fällen führen die Expertinnen eine Mobbingintervention durch – mit Einverständnis des betroffenen Kindes und dessen Eltern. «Wir wissen, dass Paul am meisten abbekommt und ihr wisst es auch», sagen sie dann etwa. «Lasst uns sammeln, was er jeden Tag hinnehmen muss.» Es gibt keine Strafen, aber alle müssen ehrlich sein. Während das Opfer still dabei sitzt werden die Verletzungen notiert – ohne Namen, aber sehr detailliert. Statt «er wird beleidigt», lassen die Trainerinnen die Kinder präzisieren: «zu Paul wurde gesagt «verreck doch».» «Es ist unglaublich, was da alles zusammen kommt», erzählt Lüthi. Für die ebenfalls anwesende Lehrperson ist die Erkenntnis «Das alles passiert in meiner Klasse!» oft schwer auszuhalten.

Als Nächstes fragen die Trainerinnen: «Wie könnte sich Paul fühlen, wenn er morgens aufwacht?» «Er hat bestimmt Angst», realisiert dann die Klasse. «Ich würde gar nicht mehr in die Schule wollen.» Manchmal sind die Kinder so erschüttert über die

Die Klasse muss realisieren, was sie dem Opfer angetan hat. Nur dann lässt sich etwas ändern.



## Wie sich wohl Erwachsene verhielten bei so viel ehrlichem Feedback?

se Erkenntnis, dass die halbe Klasse in Tränen ausbricht – was durchaus gewollt ist. «Es geht darum, eine emotionale Stimmung zu erzeugen, Betroffenheit zu erreichen», sagt Lüthi, «nur dann ändert sich was.» Hat die Klasse realisiert, was sie dem Opfer antut, ist die Ansage der Trainerinnen klar: «Das alles hört jetzt auf! Ab sofort gibt es Strafen.» In den darauffolgenden Wochen arbeiten die Expertinnen weiter mit den Kindern. Fruchtet die Androhung von Konsequenzen nicht, muss der Täter dem Opfer einen Brief schreiben, benennen, was er ihm angetan hat, sich entschuldigen und dies der Klasse vorlesen. «Öffentliche Beleidigungen sind öffentlich wieder gut zu machen», sagt Lüthi. «Spätestens dann hört der Täter meistens auf.»

Doch zurück zur vierten Klasse im Zürcher Unterland: Hier liegt zwar kein Mob-

bing vor, aber Briefe verfassen die Schüler trotzdem. Und zwar an diejenigen, der sich bisher am besten an die Menschenrechte hält – was viel Mut und Ehrlichkeit erfordert. Wer hat am wenigsten Streit, prügelt und beleidigt nicht? Zehn Minuten herrscht angestrenzte Stille, die Kinder kauen auf ihren Stiften und schreiben um die Wette. Dann heisst es aufstehen und seinen Brief laut vorlesen. 11 von 19 erhält Enea. Der stille Junge ist sichtlich überrascht, ein scheues Lächeln zieht über sein Gesicht, als wieder und wieder ein Kind aufsteht, ihm seinen Brief vorliest.

### Briefe für den Unruhestifter

Dann gilt es einen weiteren Brief an dasjenige Kind zu schreiben, das beim Einhalten der Menschenrechte noch am meisten Unterstützung braucht. Allein Sami erhält

zehn. Zwar sind diese sehr respektvoll formuliert, oft eingebettet in «du bist ein lustiger Banknachbar» oder «du kannst super Fussball spielen». Doch anschliessend geht es hauptsächlich um kämpfen, streiten, schlimme Wörter benutzen. «Sami, kannst du es noch aushalten?», fragt Hauser, als der Junge zum wiederholten Male einen Brief vorgelesen bekommt. Er nickt tapfer. «Das ist nicht leicht», sagt die Trainerin. «Respekt, dass du das so gut annimmst.» Auf dem Flipchart sammelt sie, was die Kinder sich von Sami wünschen: Nicht mehr schlagen, beleidigen, auslachen. «Bist du bereit zu versuchen, diese Dinge zu ändern?» «Ja», sagt Sami und unterschreibt die Zielvereinbarung.

Erstaunlich ernsthaft sind die 9- und 10-Jährigen bei der Sache. Wie sich wohl Erwachsene verhielten, bekämen sie im

Job so viele Rückmeldungen von Kollegen zu ihrem Verhalten? «Kinder sind einfach wahnsinnig ehrlich», so Lüthi. «Sie sagen ohne Berechnung, was sie denken und spielen trotzdem in der Pause miteinander.» Dies zeigt sich auch in der Schlussrunde: Sämtliche Übungen und Spiele, bei denen die Kinder direktes Feedback erhielten, bewerten sie mit Abstand am besten. Selbst wenn sie viel Kritik einstecken mussten. Sami jedenfalls, der am meisten kritische Briefe erhielt, fand dies am allerbesten. Warum? «Weil ich Ziele bekommen habe», so der Junge schlicht. «Wow, grossartig, dass du das so siehst!», staunt Hauser. «Sami merkt selbst, dass er dauernd aneckt – was für ihn auch nicht schön ist», sagt sie später. Heute bekam er dies zum ersten Mal direkt gespiegelt. Und wirkte geradezu erleichtert.

## Was ist Mobbing?

Mobbing ist das systematische und wiederholte Schikanieren von Einzelnen. Es tritt vor allem in Zwangsgemeinschaften auf, aus denen Kinder und Jugendliche nicht einfach fliehen können, z. B. in Schulen und Horten. Es kann jeden treffen und ist nur als Gruppenphänomen zu verstehen. → Quelle: [konflikt-kultur.de](http://konflikt-kultur.de)

## Unterschiedliche Phasen des Mobbings

♦ **Testphase** Der Täter testet aus, wer als Opfer taugt. In dieser Phase ist gutes Hinschauen wichtig. Herrscht etwa Lachkultur in der Klasse, d. h. alles wird aus-/ bzw. verlacht, ist dies ein idealer Nährboden für Mobbing.

♦ **Konsolidierungsphase** Es gibt nun ein klares Opfer, das Mobbing verfestigt sich, findet allerdings meist noch verdeckt statt. Intervenieren ist noch möglich.

♦ **Manifestationsphase** Ein Staat im Staat mit eigenen Regeln ist in der Klasse entstanden. Mobbing findet nun offen und selbstverständlich statt. Meist hilft nur noch, das Opfer aus der Klasse zu nehmen, Intervention ist kaum mehr möglich.

## Tipps für Eltern

Was tun, wenn mein Kind von Mobbing betroffen ist?

- ♦ Möglichst früh mit zuständiger Lehrperson und Schulsozialarbeiterin reden.
- ♦ Hartnäckig sein und nachfragen: «Was für Instrumente haben Sie, um Mobbing zu bearbeiten?» Evtl. darauf pochen, externe Hilfe zu holen.
- ♦ Das komplette System/Klassenverband muss angeschaut werden.
- ♦ Auf keinen Fall diskutieren, bzw. Eltern des Täters kontaktieren oder den Täter konfrontieren.
- ♦ Coaching und Beratung für Eltern und Lehrpersonen: Starke Klassen, Hauser & Lüthi → [starke-klassen.ch](http://starke-klassen.ch).

SPINAS CIVIL VOICES

Schön                      Stöhn

ocean care

Was uns im Moment schützt, richtet im Meer enormen Schaden an. Bitte entsorgen Sie Ihre Schutzmasken sachgerecht. [ocean-care.org](http://ocean-care.org)

A2-Urmilch,  
sagt unser  
Bauchgefühl.

a2urmilch.ch – jetzt informieren  
und probieren!

Jetzt in  
Aktion

**MIGROS**  
Genossenschaft Migros Aare

Die Milch für mehr.  
A2 URMILCH

Aus der Region.  
Für die Region.  
MIGROS