



Mit Kindern über
MOBBING
sprechen





MOBBING

Sie haben festgestellt, dass sich das Verhalten Ihres 10-jährigen Sohnes John in den letzten Wochen stark verändert hat. Er will nicht mehr zur Schule gehen und klagt regelmäßig über Bauchschmerzen und Übelkeit am Morgen. In diesem Jahr wurde er zu keiner Geburtstagsfeier eingeladen, obwohl er letztes Jahr viele Einladungen erhalten hat. Sie vermuten, dass John von seinen Mitschülern gemobbt werden könnte.

Wie reagieren Sie? Wählen Sie eine der möglichen Reaktionen und lesen Sie auf der angegebenen Seite weiter.

Wie geht es John in der Schule?
Wie verhält er sich?

Mit wem
verkehrt er?



Lesen Sie weiter auf [Seite 3!](#)

Warum schikaniert ihr alle meinen Sohn?
John hat euch nichts zuleide getan.



Wenn dies so weitergeht,
werde ich der Schulleitung
berichten, was ihr tut.

Lesen Sie weiter auf [Seite 4!](#)

Du wirkst irgendwie
traurig, John.
Hast du Probleme
mit den Schülerinnen
und Schülern deiner
Klasse?



Lesen Sie weiter auf [Seite 5!](#)

Ist etwas nicht in
Ordnung, stimmt
etwas nicht?
Bitte sag mir,
was los ist.



Lesen Sie weiter auf [Seite 6!](#)

Wenn sich Ihr Verdacht erhärtet, dass Ihr Kind gemobbt wird, sollten Sie sofort handeln!

Das können Sie tun:



- Fälle von Mobbing in der Schule sollten dort gelöst werden, wo sie auftreten. Sprechen Sie mit der Lehrperson Ihres Kindes, mit der Sozialarbeiterin oder einem Schulberater über Ihre Bedenken. Fragen Sie die Lehrkraft oder die Schulleitung, wie sie in diesem Fall von Mobbing vorgehen wollen. Sie können auch den Schulpsychologischen Dienst einbeziehen.
- Machen Sie Ihrem Kind klar: "Wir werden uns so lange um eine Lösung dieses Problems bemühen, bis es dir wieder besser geht".
- Sorgen Sie dafür, dass die angenehmen und positiven Aspekte des täglichen Lebens Ihres Kindes nicht beeinträchtigt werden. Es ist wichtig, dass es spürt: "Ich werde von Menschen unterstützt, die mich lieben und schätzen und gerne mit mir zusammen sind. Für diese Menschen bin ich wichtig, und das stärkt mich. Trotz allem gibt es noch viele Dinge in meinem Leben, an welchen ich Freude habe."



Wenn Sie den Verdacht haben, dass Ihr Sohn gemobbt wird, ist es sehr hilfreich, das Problem mit seiner Lehrperson zu besprechen. Versuchen Sie nicht, Ihr Kind unter Druck zu setzen, damit es dieser von seinen Problemen erzählt.

Es könnte sich schämen für das, was es erlebt hat, oder es könnte Angst haben, als Verräter bezeichnet zu werden. All diese Dinge würden die emotionale Belastung Ihres Kindes noch verschlimmern. Mobbing findet oft im Verborgenen statt, und selbst die Lehrpersonen haben vielleicht nur einen vagen Verdacht. Wenn Sie jedoch Ihre Bedenken mit diesen besprechen, wird sich ein klareres Bild der Situation ergeben. Wenn die Lehrkraft bestätigt, dass John oft allein ist, sich von der Gruppe absondert oder es vorzieht in der Pause im Klassenzimmer zu bleiben, dann lohnt es sich, genauere Fragen zu stellen:

- Stöhnt die Klasse, sobald John etwas im Unterricht sagt?
- Rollen die anderen Schüler mit den Augen?
- Werden seine Äußerungen in der Klasse häufig mit abfälligen Kommentaren oder gar Spott von anderen bedacht?

Achten Sie darauf, dass Sie keine Anschuldigungen gegen die Lehrkraft äußern. Mobbing ist etwas, das oft außerhalb ihres Einflussbereichs stattfindet.

Wenn die Lehrkraft ein solches Verhalten der Mitschüler gegenüber Ihrem Kind beobachtet hat, sollte der nächste Schritt ein Gespräch mit Ihrem Kind sein. Ratschläge, wie Sie ein solches Gespräch organisieren können, finden Sie auf [Seite 5](#).

Warum schikaniert
ihr alle meinen Sohn? John hat euch
nichts zuleide getan.

Wenn dies so weitergeht,
werde ich der Schulleitung
berichten, was ihr tut.



Es ist keine gute Idee zu versuchen, Johns Situation direkt anzugehen. Wenn sich eine ganze Gruppe gegen einen Schüler verbündet, werden Disziplinarmaßnahmen oder Sanktionen gegen einen einzelnen Mitschüler das Problem nicht lösen. Eine überstürzte und extreme Reaktion Ihrerseits könnte die Situation sogar noch verschlimmern.

Da Mobbing in der Regel ein Gruppenphänomen ist, muss das Problem an der Quelle angegangen werden. Es kann eine bestimmte Klasse betreffen, was Auswirkungen auf die gesamte Schule hat.

Versuchen Sie zunächst, sich einen genaueren Überblick über die Situation zu verschaffen. Finden Sie heraus, ob Ihr Sohn tatsächlich gemobbt wird, indem Sie die Angelegenheit mit seiner Lehrperson besprechen. Tipps dazu finden Sie auf [Seite 3](#). Anschließend ist ein einfühlsames Gespräch mit Ihrem Kind ratsam. Mehr dazu finden Sie auf [Seite 5](#).



Es ist wichtig, dass Sie Ihre Sorgen und Beobachtungen sensibel mitteilen, wenn Sie mit Ihrem Sohn sprechen. Wählen Sie einen geeigneten Rahmen für Ihr offenes Gespräch, da es Kindern oft viel leichter fällt, zwanglos und beiläufig über ein Thema zu sprechen. Ein gemeinsamer Spaziergang, das Lösen eines Rätselspiels oder eine Autofahrt können gute Gelegenheiten für einen solchen Austausch sein.

Sie sollten auch genügend Zeit einplanen, denn unter Zeitdruck wird es Ihrem Sohn schwerer fallen, über diese sensiblen Themen zu sprechen. Eine gute Möglichkeit, das Gespräch zu beginnen, besteht darin, Ihre Beobachtungen über die aktuelle Situation Ihres Kindes mitzuteilen (siehe Beispiel). Auch das Erzählen eines Erlebnisses, bei dem Sie Schwierigkeiten mit anderen Kindern oder in der Schule hatten, könnte ein guter Gesprächseinstieg sein.

Wenn John sich öffnet und mit Ihnen reden will, sollten Sie darauf achten, dass Sie ihm keine Vorwürfe machen. Aussagen wie "Warum hast du mir das nicht früher gesagt? Warum hast du es dem Lehrer nicht gesagt?" können wie ein Verhör wirken und leicht Schuldgefühle, Scham und Wut hervorrufen.

Sie können Ihren Sohn unterstützen, indem Sie ihn bestärken und seine Gefühle ernst nehmen: "Ich kann sehen, dass dich das sehr traurig gemacht hat, ich kann verstehen, dass du nicht mehr zur Schule gehen willst."

Sie werden ein klareres Bild der Situation erhalten, wenn Sie die Angelegenheit mit den Lehrpersonen Ihres Kindes besprechen. Ratschläge, wie Sie dies angehen können, finden Sie auf [Seite 3](#).



Die Idee, das Problem mit John zu besprechen, ist bei weitem die beste. Allerdings müssen Sie darauf achten, Ihren Sohn nicht in eine Verteidigungsposition zu drängen und ihm das Gefühl zu ersparen, sich rechtfertigen zu müssen. Selbst gut gemeinte Ratschläge, wie zum Beispiel: "Nimm es dir nicht so zu Herzen", werden John nicht viel helfen, wenn er tatsächlich gemobbt wird.

Versuchen Sie, Ihr Kind mit [offener Kommunikation](#), [gewaltfreier Kommunikation](#) oder [Ich-Botschaften](#) zu erreichen.

Sie möchten mehr über "offene Kommunikation" erfahren? Lesen Sie das Dokument ["Mit Kindern über Hausaufgaben sprechen"](#), Kapitel ["Offene Kommunikation"](#) auf Seite 4.

Sie möchten mehr über die "Gewaltfreie Kommunikation" erfahren? Lesen Sie das Dokument ["Mit Kindern über aggressives Verhalten sprechen"](#), Kapitel ["Was kann ich tun? - Tipps für den Umgang mit aggressivem Verhalten"](#) auf Seite 3.

Sie möchten mehr über "Ich-Botschaften" erfahren? Lesen Sie das Dokument ["Mit Kindern über Drogen sprechen"](#), Kapitel ["Ich-Botschaften"](#) auf Seite 7.

Auf [Seite 5](#) finden Sie spezielle Ratschläge, wie Sie mit Ihrem Kind über Mobbing sprechen können.

„Mit Kindern über Mobbing sprechen“ basiert auf den folgenden Quellen:

Heueck-Mauss, Doris. 2016. So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen. Hannover: Humboldt.

Gordon, Thomas. 2012. Familienkonferenz. Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind. 3. Aufl. München: Heyne.

Grolimund, Fabian. 2016. «... und alle schauen weg.» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, September, 11-27.

Grolimund, Fabian und Stefanie Rietzler. 2016. «Mein Kind wird gemobbt. Und jetzt?» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, September, 32-33.

Watzlawick, Paul, Janet H. Beavin und Don D. Jackson. 2017. Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien. 13. Aufl. Bern: Hogrefe.

Zimet, Nadine. 2015. «Einen Konflikt ohne Strafe austragen- ein Beispiel.» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, Dezember. abgerufen am 22.03.2019.

[Einen Konflikt ohne Strafe austragen](#)