

# (CYBER-)MOBBING



## WURUM GEHT ES?

(Cyber-)Mobbing ist nicht gleichzusetzen mit Streit oder Konflikt. Spricht man von (Cyber-) Mobbing, meint man üblicherweise eine schädigende und systematische Ausgrenzung Einzelner aus einer Gemeinschaft über einen längeren Zeitraum hinweg.

Diese kann sich über direkte oder indirekt wirkende Gewalt, durch verbale, bloßstellend darstellende und/oder körperlich schädigende Verhaltensweisen äußern, die teilweise durch den Einsatz digitaler Medien, teilweise zudem auch anonym stattfindet.



## WAS NEHME ICH WAHR? WAS MACHT MIR SORGEN?

### BEOBACHTUNGEN IM SCHULISCHEN BZW. LEISTUNGSBEREICH DER SCHÜLERIN ODER DES SCHÜLERS

- Lassen sich Konzentrationsprobleme, Probleme in der Leistungsmotivation, unstete Arbeitsleitungen oder Leistungsabfall feststellen?
- Kommt es vermehrt zu Unterrichtsversäumnissen oder Schulvermeidung?

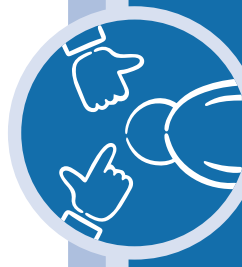


### BEOBACHTUNGEN IM PERSÖNLICHEN BZW. EMOTIONALEN BEREICH DER SCHÜLERIN ODER DES SCHÜLERS

- Neigt die Schülerin oder der Schüler dazu, sich abzuschotten oder sich zurückzuziehen?
- Können eine geringe Belastbarkeit oder aggressive Reaktionen festgestellt werden?
- Lassen sich Ängste, Stimmungsschwankungen, erhöhte Empfindsamkeit, Traurigkeit, Depressivität, psychosomatische Beschwerden (z. B. Kopf- oder Bauchschmerzen, Übelkeit etc.), Essstörungen, Schlafprobleme, selbstverletzendes Verhalten, suizidale Tendenzen, Selbstwertprobleme beobachten?

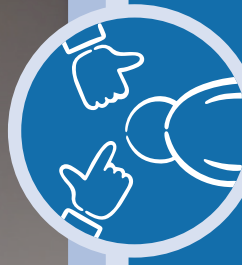
### BEOBACHTUNGEN IM KONTAKT- UND SOZIALVERHALTEN DER SCHÜLERIN ODER DES SCHÜLERS

- Lässt sich ein Bruch mit dem bisherigen Freundeskreis beobachten?
- Fällt auf, dass die Schülerin oder der Schüler sich nicht mehr an Gemeinschaftsaktivitäten beteiligen möchte und sich zurückzieht?



## WAS NEHME ICH WAHR? WAS BERUHIGT MICH?

- Welche persönlichen und familiären Stärken, Kompetenzen und Ressourcen nehme ich wahr?
- Inwieweit können die familiäre Situation, das häusliche Umfeld, weitere wichtige Bezugspersonen (z.B. Großeltern) und/oder die Nachbarschaft zur Linderung oder Behebung der Auffälligkeiten beitragen?
- In welcher Form kann der Freundeskreis unterstützend mit einbezogen werden?
- Liegt eine grundsätzliche Bereitschaft zur Kooperation und Mitwirkung seitens der betroffenen Personen vor?
- Welche externen Einrichtungen/Anlaufstellen (z. B. einschlägige Beratungsstellen etc.) können unterstützen?
- Welche persönlichen Interessen und/oder Formen der Freizeitgestaltung (z. B. Jugendzentrum, Mitgliedschaft in einem Verein) können sich gewinnbringend auf die Situation auswirken?



## WAS KANN ICH TUN?

### FÜR DIE SCHÜLERIN ODER DEN SCHÜLER UND/ODER DIE FAMILIE

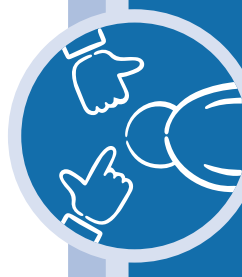
- Keine Einzelgespräche mit Tätern oder Opfern führen (stattdessen bevorzugt das Gespräch im Klassenverband suchen)
- Nicht sofort die Eltern hinzuziehen
- Allgemeine Elterninformationsabende anbieten

### FÜR DIE KLASSE UND/ODER DIE SCHULGEMEINSCHAFT

- Zielvereinbarung und/oder individuellen Förderplan erarbeiten
- Demokratische Arbeitsweisen etablieren, z. B. Klassenrat, und deren Nutzen für die Klasse sichtbar machen
- Thematik (Cyber-)Mobbing mit in den Unterricht einbinden
- Projekte mit spezialisierten Beratungsstellen planen
- Kummerkasten einrichten
- Maßnahmen zur Stärkung des Klassenklimas durchführen
- No blame approach anwenden (hierzu externe Beratung hinzuziehen)

### FÜR MICH ALS LEHRKRAFT

- Aktionismus vermeiden
- Schulleitung in Kenntnis setzen
- Gezielt Schulsozialarbeit, Beratungslehrkräfte, Sonderpädagogische Fachkräfte zur Unterstützung mit einbinden



## WER HILFT WEITER?

### SCHULINTERN

- Beratungslehrkräfte
- Schulsozialarbeit
- Schulleitung
- Elternpfl egschaft

### EXTERN

- Schulpsychologische Beratungsstelle
- Institut für Jugendhilfe
- Schulaufsicht
- Jugendamt
- Polizei, Kriminalprävention/Opferschutz
- Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte
- Psychotherapeutinnen und -therapeuten

### KONTAKTE, DOWNLOADS UND WEITERE ANGEBOTE

Konkrete Kontakte und Ansprechpartner finden Sie über den Kurzlink:  
<https://kurzlinks.de/shf-mk-2cm>



Klicksafe – EU-Initiative für mehr Sicherheit im Netz  
[www.klicksafe.de/](http://www.klicksafe.de/)



Landespräventionsstelle gegen Gewalt und Cybergewalt an Schulen in Nordrhein-Westfalen  
[www.duesseldorf.de/lps.html](http://www.duesseldorf.de/lps.html)

