

SPOTT UND PLAGEREI EINHALT GEBIETEN

Das Kind ist traurig oder hat öfter Bauchschmerzen? Dies könnten Anzeichen für Mobbing sein. Was Eltern tun können, damit die Quälereien aufhören und nicht zu seelischen Schäden führen.

— Text Markus Schmid

Selbst eine Miss Schweiz war in ihrer Kindheit nicht vor Mobbing geschützt. «Ich wurde von der Klasse ausgeschlossen, Schulmaterial wurde beschädigt. Mir wurde im Winter Eis angeschmissen. Die Mitschüler haben mich ausgelacht und gehänselt. Das alles war sehr verletzend», erzählt Jastina Doreen Riederer, die 2018 mit 19 Jahren zur schönsten Frau der Schweiz gewählt wurde, über ihre Erfahrungen mit Ausgrenzungen und körperlichen Angriffen in der Primarschule.

Tatsächlich ist Mobbing ein recht verbreitetes Phänomen. Nicht nur unter Jugendlichen, sondern, so Esther Luder von der Kriseninterventionsgruppe des Schulpsychologischen Dienstes Kanton Sankt Gallen, vermehrt auch in der Unterstufe und sogar im Kindergarten. 15 bis 20 schwere Fälle bearbeitete allein der Schulpsychologische Dienst in Sankt Gallen

jährlich. Man kann die Zahlen in gewissem Sinne auch positiv sehen: Während Klagen von Schülern über Mobbing früher oft ignoriert wurden und deshalb nicht an die Öffentlichkeit gelangten, werden sie heutzutage ernst genommen und verfolgt.

Verändertes Verhalten

Dass Erzieher und Lehrer Mobbing vorbeugen und rechtzeitig eingreifen, wenn ein Kind schikaniert wird, ist unerlässlich. Denn, so Haennes Kunz von der Fachstelle Gewaltprävention beim Amt für Gesundheitsvorsorge Sankt Gallen: «Ein gutes Verhältnis zwischen den Kindern ist eine wichtige Voraussetzung für erfolgreiches Lernen.» Aber auch die Eltern sollten möglichst frühzeitig merken, wenn der Sohn oder die Tochter zur Zielscheibe von Beleidigungen und Gewaltanwendungen wird, betont Kunz, da Mobbing bei den Betroffenen zu schweren seelischen und

körperlichen Schäden führen könne. Für Aussenstehende und auch für Familienangehörige ist es oft schwer zu erkennen, dass ein Kind von anderen drangsaliiert wird. Denn meistens getrauen sich die Opfer nicht, anderen davon zu erzählen. Sie haben Angst, weil sie bedroht werden, fürchten, dass alles noch schlimmer wird, und schämen sich, weil sie glauben, ihre Lage selbst verschuldet zu haben.

Wenn Eltern den Mobbingattacken gegen ihr Kind auf die Spur kommen wollen, müssen sie deshalb auf Veränderungen im Verhalten achten. Etwa wenn das Kind auffällig ruhig wird, traurig ist, morgens öfter Bauchschmerzen vor der Schule hat, schlecht schläft oder sich in seinem Zimmer vergräbt. Hinweise können auch sein, wenn ein Kind immer wieder mit verschmutzten Kleidern nach Hause kommt, verletzt ist oder wenn Schul Sachen fehlen, sagt Haennes Kunz.

Aber nicht immer sind dies zwangsläufig Indizien für Mobbing, warnen Kunz und Luder. «Wir reden von Mobbing, wenn sich solche Situation häufen und über längere Zeit andauern», sagt Haennes Kunz. Esther Luder macht in ihrer Arbeit die Erfahrung, dass sich vermeintliche Mobbing-situationen regelmässig als Konflikte entpuppen. Und das ist nicht dasselbe wie Mobbing. Denn dass es zwischen Klassenkameraden und Freundinnen zu Auseinandersetzungen bis hin zum deftigen Streit kommt, ist völlig normal. In der Regel müssen sich die Erwachsenen bei diesen Konflikten nicht einmischen. Im Gegenteil, um Selbstvertrauen zu gewinnen, müssen Kinder lernen, dass sie selbst in der Lage sind, alltägliche Konfliktsitua-

MOBBING IM INTERNET

Das Internet ist ein ideales Instrument für Mobbing. Die Anonymität des Netzes senkt die Hemmschwelle für persönliche Angriffe, die durch die schnelle und weite Verbreitung umso wirkungsvoller sind. Die Folgen sind für das Opfer verheerend, da es sich durch das Cybermobbing oder Cyberbullying vor der ganzen Welt an den Pranger gestellt fühlt und sich kaum davor schützen kann.

Überwachen und regeln Sie deshalb die Mediennutzung Ihrer Kinder von Anfang an klar. Dabei ist es legitim, den Browserverlauf und die Chataktivitäten gemeinsam mit dem Kind anzuschauen. Reden Sie mit den Kindern und Jugendlichen immer wieder über die neuen Medien und ihre Wirkung. Täter wie auch Mitläufer sind sich oft nicht bewusst, was ihre Beschimpfungen

beim Gegenüber auslösen, weil sie es nicht sehen. Machen Sie den Kindern auch klar, dass sich schon Zehnjährige strafbar machen, wenn sie andere bedrohen, beschimpfen oder beleidigen. Wer digital gemobbt wird, sollte deshalb die Mitteilungen als Beweismaterial speichern oder ausdrucken. Infos gibt es bei der Schweizerischen Kriminalprävention unter www.skppsc.ch



Beim Mobbing werden Lügen und Beleidigungen über das Opfer verbreitet.

tionen durchzustehen und zu bewältigen. Sie müssen sich darin üben, sich abzugrenzen und die eigene Meinung zu vertreten. Das können sie aber nur, wenn die Erwachsenen ihnen dazu die Möglichkeit geben, das heisst, den Kindern die Lösung des Konfliktes nicht zu früh abnehmen.

Bei Mobbing ist die Situation eine völlig andere. «Mobbing sind keine Rivalitäts- oder Dominanzkämpfe», sagt Esther Luder, «sondern klar und eindeutig eine Form von Gewalt.» Das Opfer sei immer unterlegen und habe kaum eine Chance,

sich gegen die Ausgrenzung zu wehren. Es steht allein gegen eine Gruppe, und die Täter haben keinen Leidensdruck und damit auch keinen Grund, ihre Attacken zu beenden, so die Leiterin der Kriseninterventionsgruppe im Kanton Sankt Gallen. Noch belastender ist Cybermobbing, die Verlagerung der Demütigungen, Beleidigungen und Bedrohungen ins Internet. Die entwertenden Bilder und Behauptungen verbreiten sich dort schneller und erreichen mehr Adressaten als im realen Leben (siehe Box Seite 48).

Haben Eltern den Verdacht, dass ihr Kind gemobbt wird, sollten sie schnell reagieren. Das Ausquetschen des Kindes in Form eines Verhörs bringt nichts, weil es die Schuld für seine Lage bei sich selbst sucht. «Wichtig ist, dass die Eltern einfühlsam vorgehen», sagt Haennes Kunz. Sie müssen behutsam nachfragen, Vertrauen herstellen und ihre Unterstützung zusichern. Hat dieses Vorgehen keinen Erfolg, sollten die Eltern mit den Lehrpersonen, Erziehern, Verantwortlichen in einem Verein über ihre Beobachtungen reden. →

«Es gibt aggressiv motivierte Kinder und Jugendliche, die darauf aus sind, andere fertigzumachen.»

Eveline Gutzwiller-Helfenfinger, Psychologin

Bestätigt sich der Verdacht, sollten die Eltern auf keinen Fall alleine etwas gegen das Mobbing unternehmen, warnen die Experten. «Da Mobbing in den allermeisten Fällen in der Schule stattfindet», so Esther Luder, «sollten sich die Eltern an die Lehrpersonen, die Schulsozialarbeit oder die Schulleitung wenden.» Niemals sollten sie die Täter oder gar deren Familie zur Rede stellen, da die Gefahr bestehe, dass sich die Situation des Opfers sich noch verschlimmert.

Psychologinnen und Pädagogen haben in den vergangenen Jahren eine Reihe von Programmen entwickelt, mit denen Schulen und Kindergärten Mobbing vorbeugen oder unterbinden können. Sie nennen sich Be-Prox, No-Blame oder Faustlos. Eltern sollten sich nach diesen Massnahmen erkundigen. Ziel dieser Programme ist es nicht, Täter und Mitläufer zu bestrafen, sondern ihnen ihr Fehlverhalten bewusst zu machen und ihre soziale Kompetenzen zu stärken. Auch das Opfer wird nicht unbedingt an eine neue Schule versetzt. Es soll lieber wieder im Kontakt mit den anderen Kindern Vertrauen fassen, neue Kol-

legen finden und sein Selbstvertrauen stärken. «Wenn es dem Kind allerdings sehr schlecht geht, etwa bei Selbstmordgedanken oder gesundheitlichen Problemen, braucht es eine Krisenintervention unter Einbezug von Fachstellen wie dem Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst», empfiehlt die Psychologin Eveline Gutzwiller-Helfenfinger von der Universität Duisburg-Essen. Denn ein durch lang andauerndes Mobbing verletztes Kind brauche viel Zeit, um seine Angst vor anderen zu überwinden und sein Selbstwertgefühl wieder aufzubauen.

Klar ist, dass ein Mobbingopfer jede Unterstützung und Ermutigung braucht. Vorwürfe oder Schuldzuweisungen wie etwa «Die werden schon auch einen Grund gehabt haben» oder «Du hättest dich wehren sollen» sind fehl am Platz. Manche Kinder und Jugendliche sind ängstlicher und hilfloser im Umgang mit anderen. Dies macht sie leichter zu Mobbingopfern, aber es ist nicht der Grund, warum sie von anderen gequält werden. «Es gibt aggressiv motivierte Kinder und Jugendliche, die darauf aus sind, andere

fertigzumachen», stellt Eveline Gutzwiller-Helfenfinger klar, zu deren Forschungsschwerpunkt schulisches Mobbing gehört, «und es gibt Risikofaktoren im Umfeld, wie eine ungünstige Gruppendynamik, das schlechte Vorbild, das Erwachsene durch Wegschauen oder Verharmlosen geben, oder das Schulklima.»

Nein sagen

Durch die Erziehung können Eltern vorbeugen, dass ihre Kinder zu Mobbingopfern werden. «Je besser der Kontakt und das Verhältnis untereinander in der Familie sind, desto eher vertrauen sich die Kinder ihren Eltern bei Problemen an», erklärt Haennes Kunz. Interesse, Anerkennung und Lob statt Gleichgültigkeit oder Vernachlässigung machen Kinder stark und selbstbewusst. Sie trauen sich so eher, Nein zu sagen und sich gegen Ungerechtigkeiten zu wehren. Erwachsene haben zudem die Aufgabe, Kinder immer wieder auf elementare soziale Regeln aufmerksam zu machen. Wenn sie lernen, auf ihre Mitmenschen Rücksicht zu nehmen, offen für andere zu sein sowie Schwächere zu unterstützen, dann schützt sie dies davor, zu Tätern oder auch nur Mitläufern bei Mobbing zu werden.

Jastina Doreen hat aus ihren traumatischen Erfahrungen eines gelernt: «Man darf auf keinen Fall allein dastehen mit dem Problem. Es ist sehr wichtig, dass man jemand hat, dem man vertrauen kann.» ■

ANZEIGE

MAAG MUSIC & ARTS PRÄSENTIERT

STARS OF ILLUSION
PETER MARVEY & FRIENDS

Verlängert wegen grosser Nachfrage!

MIT PETER MARVEY · JOSEPHINE LEE · SIXTO & LUCIA
 GALINA & SONNY · SYLVESTER THE JESTER

4.-29. DEZEMBER 2018 · MAAG HALLE ZÜRICH · TICKETS: WWW.MARVEY-FRIENDS.CH

HAUPTSPONSOR CASINO ZÜRICH CARSPONSOR Ford Go Further MEDIENPARTNER SonntagZeitung @agesAnzeiger VERANSTALTER MAAG