

GRÜNDE FÜR EMPATHIE- UND MOBBING-UNTERRICHT

WELCHE FOLGEN HAT MOBBING IN DER GRUNDSCHULE?

Mobbing fängt oft schon in der Grundschule an und ist für viele Kinder eine alltägliche Erfahrung. Laut dem Robert Koch-Institut gaben 2022 14 % aller befragten Kinder an, direkte Erfahrungen mit schulischem Mobbing gemacht zu haben, 7 % haben Cybermobbing als Gemobbte oder Mobbende erlebt und von den Kindern/Jugendlichen, die sich als gender-divers identifizieren, gaben sehr viele Mobbing Erfahrungen an.

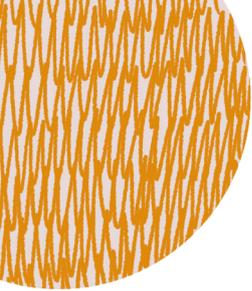
Daher ist es wichtig, das Thema „Mobbing“ im Unterricht zu besprechen – ob bei der Lehrperson der Verdacht von Mobbing unter ihren Kindern besteht, es bereits Mobbing gab oder ob das Thema vorbeugend besprochen wird.

Nicht nur die Opfer leiden unter Mobbing, sondern auch die Täter:innen und es ist wichtig zu wissen, dass beide – wenn auch auf unterschiedliche Art und Weise – Hilfe benötigen.

Gemobbte Kinder entwickeln oft eine ausgeprägte Schulangst, die viele negative Effekte mit sich bringt. Im Vordergrund steht die Angst, neue Angriffe zu provozieren. Um diese zu verhindern, ziehen sie sich zurück, die (besonders mündlichen) Leistungen lassen nach und sie versuchen, so wenig wie möglich aufzufallen. Manche Kinder schwänzen den Unterricht oder finden vor ihren Eltern Erklärungen, warum sie nicht am Schulunterricht teilnehmen können. So verpassen sie viel vom Unterricht und hängen dem Unterrichtsstoff schnell hinterher. Bindungen zu anderen Menschen leiden unter dem Verhalten oder gehen kaputt.

Gemobbte Kinder haben zudem oft psychosomatische Beschwerden wie Bauch- und Kopfschmerzen, Depressionen und haben mitunter Suizidgedanken. Mobbing Erfahrungen in der Kindheit hinterlassen so tiefe Narben, dass die meisten Menschen bis ins Erwachsenenalter darunter leiden und weitere Ängste entwickeln.

Eine wirksame Strategie gegen Mobbing ist, die Empathiefähigkeit der Kinder zu stärken. Denn je empathischer sie sind, umso geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass sie andere Menschen mobben.



KINDER GEGEN MOBBING WAPPEN

Die wirksamste Strategie gegen Mobbing im Kindergarten, in der Schule und im späteren Leben ist, das Selbstbewusstsein von Kindern zu stärken. Denn wer mit sich selbst zufrieden ist, hat weniger das Bedürfnis, andere Menschen zu drangsalieren. Das Motto „Leben und leben lassen“ wird gestärkt.

AM BESTEN KANN MAN DAS SELBSTBEWUSSTSEIN VON KINDERN STÄRKEN,
INDEM MAN Z. B. ...

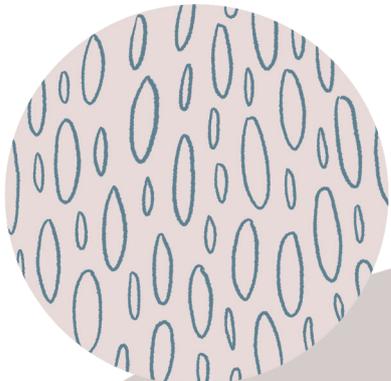
... ROLLENSPIELE EINSETZT:

Kinder haben oft viel Fantasie und können sich prima in Rollen hineinversetzen, in denen sie starke Persönlichkeiten spielen. Superheld:innen, König:innen, Prinz:essinnen, Sanitäter:innen, Ärzt:innen usw. Sie nehmen automatisch eine selbstbewusste Körperhaltung ein, verändern die Stimmlage und freuen sich, Anerkennung zu erhalten. Sie merken: Selbstbewusst aufzutreten, kann man lernen. Ein beispielhaftes Rollenspiel finden Sie in diesem Material.

VORSCHAU

... ERFOLGSERLEBNISSE ERMOGLICHT:

Kinder lieben es, Dinge zu tun, die sie gut können und sie entdecken und lernen auch gerne Neues. Hierfür benötigen sie jedoch auch gute Angebote und Anreize. Ermöglichen Sie es Kindern, viele Erfahrungen zu machen, kreativ zu sein, aktiv zu sein, umweltbewusst zu sein, etwas Tolles zu schaffen oder zu lernen. Dafür lohnt es sich, vorher die Kinder nach ihren Vorlieben und Hobbies zu fragen. Vielleicht gibt es etwas, wovon sie berichten mögen und das auch andere Kinder zu lernen begeistert? Dies könnte ein neuer Sport sein oder ein Umweltprojekt in der Natur. Vielleicht auch Musikinstrumente, neue Tänze (von TikTok etc.), Koch- oder Back-projekte usw. Wichtig ist, dass die Kinder sich einbringen und zeigen können, was sie spannend finden und „draufhaben“. Nicht unterschätzt werden sollte dabei, dass die Kinder ihr Können gegenseitig bewerten und natürlich Lob aussprechen; nur so können sie ihre Fähigkeiten als Stärken sehen.



... BÜCHER, GESCHICHTEN, FILME:

Nach dem Zitat von George R. R. Martin „A reader lives a thousand lives before he dies“ funktionieren besonders analoge Medien, aber natürlich auch digitale, gut, um Empathie für andere Personen/ Figuren zu entwickeln. Die gesehenen oder gelesenen Geschichten können dann in Schreibaufgaben verinnerlicht werden, bspw. durch innere Monologe, Tagebucheinträge oder Briefe. Vielleicht kennen Sie Filme, die sich besonders eignen und von denen Sie einen mit der Klasse gucken möchten? Oder Sie können den Kindern Bücher empfehlen, die sie privat lesen können?

... SOZIALEN UMGANG MITEINANDER:

Im Unterricht sollte am besten von Beginn an die Wertschätzung füreinander gelernt werden. Dies funktioniert, indem die Kinder sich genau kennenlernen und Neugierde für jene Mitschüler:innen geweckt wird, die anders sind als man selbst“: Welche Stärken hat jedes einzelne Kind? Wieso ist es interessanter, als man dachte? Was kann ich von ihm lernen? ...

Das funktioniert durch gut durchdachte Steckbriefe, Briefe füreinander schreiben, „warme Duschen“ verteilen usw. Ideen dafür finden Sie beispielsweise im Material „Klassenraum-Management“. Näher kennenlernen können die Kinder sich bspw. in Daniela Rembolds („Ideenreiseblog“) Lapbooks „Alles über mich“/„All about me“. Stärken der Mitmenschen herausfinden können sie in vielen Vorlagen vom Doodleteacher. Alle genannten Materialien sind erhältlich im Matobe Verlag.

VORSCHAU



GIBT ES IN MEINER KLASSE MOBBING?

WIE ERKENNE ICH, DASS EIN KIND IN MEINER KLASSE GEMOBBT WIRD?

Gewisse Anzeichen können - müssen aber nicht - darauf hindeuten, dass ein Grundschulkind gemobbt wird. Falls sich in Ihnen der Verdacht entwickelt, sollten Sie das Kind wegen Ihrer Fürsorgepflicht als Lehrer:in behutsam darauf ansprechen. Die Wahrscheinlichkeit, dass es dies abstreitet, ist groß, jedoch sollte vorsichtig immer mal wieder gefragt werden, um zu zeigen, dass man für das Kind da ist und dass man einen Plan hat, der das Mobbing nicht noch schlimmer werden lässt. Falls sich der Verdacht schlussendlich bestätigt, sollte sich schnellstmöglich mit Eltern und anderen Lehrkräften ausgetauscht werden, beispielsweise über einen Brief/eine Handreichung an die Eltern und ein Gespräch mit den Eltern des betroffenen Kindes. Eine solche finden Sie als Kopier-
vorlage zum Drucken und verschicken oder zum Verwenden per E-Mail im Material.

FORMULIERUNGSHILFEN ZUM ANSPRECHEN:

- „Mir ist aufgefallen, dass ...“,
- „Kann es sein, dass es dir im Moment nicht so gut geht ...“
- „Ich habe den Eindruck, dass du in letzter Zeit ...“

WAS IST MOBBING?

Man spricht von „Mobbing“, wenn eine Person über einen längeren Zeitraum hinweg immer wieder von einer oder mehreren Personen geärgert wird. Wenn es zwischen Personen nur kurzzeitige Streitereien oder Konflikte gibt, ist das kein Mobbing.

Es gibt direktes Mobbing, wobei Personen verbal (also durch Sprechen) oder körperlich angegriffen werden. Zudem gibt es das indirekte Mobbing. Hier wird eine Person ausgeschlossen oder nicht beachtet. Egal auf welche Weise eine Person gemobbt wird, sie leidet immer darunter und der Täter/ die Täterin früher oder später auch.

Bedenke:

„Menschen, die sich selbst lieben, verletzen andere Menschen nicht. Je mehr wir uns selbst hassen, desto mehr wollen wir, dass andere leiden.“

MOBBING-ARTEN:

VORSCHAU

VERBALES MOBBING

Eine Person wird ständig kritisiert, beleidigt oder ausgelacht.



KÖRPERLICHES MOBBING

Eine Person erlebt körperliche Gewalt wie Schubsen, Schlagen oder Treten.



SOZIALES MOBBING

Eine Person wird absichtlich ausgeschlossen oder schlecht behandelt.



CYBER-MOBBING

Eine Person bekommt im Internet gemeine Nachrichten (z. B. WhatsApp, Instagram etc.) oder wird anderweitig in den Sozialen Medien geärgert.



DIE PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG VON KINDERN FÖRDERN

STICHWORT: RESILIENZ

Es ist wichtig, Kinder bei der Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen, damit sie eine starke Persönlichkeit entwickeln und aufhören, zu mobben oder erst gar nicht zum Mobber werden. Genauer gesagt sollten sie ein „Immunsystem für die Seele“/Resilienz aufbauen, und da dies auch im Erwachsenenalter von Bedeutung ist, sollte schon in der Kindheit damit angefangen werden.

Resilienz bedeutet:

- Mit Rückschlägen zurechtzukommen,
- gut auf schwierige Herausforderungen zu reagieren,
- sich flexibel Veränderungen anpassen zu können,
- Stress schnell zu erkennen und ihn eindämpfen zu können,
- Krisen zu akzeptieren und sie als „Lehre“ zu sehen.

WIE KANN ICH KINDER DABEI ALS LEHRER:IN UND NICHT ALS ELTERNTEIL - UNTERSTÜTZEN?

... INDEM MAN IHNEN ZEIGT, DASS SIE GELIEBT WERDEN:

Und zwar nicht, weil sie bestimmte Forderungen erfüllt oder etwas Tolles geleistet haben, sondern generell: Man zeigt ihnen, dass man sie bedingungslos lieb hat. Und weil man als Lehrkraft nur schwer wirklich jedes Kind liebhaben kann, kann man ihnen stattdessen zeigen, dass sie einzigartig sind. Dies ist als Lehrkraft natürlich nicht einfach zu realisieren – dennoch könnte man z. B. kleine, individuelle Briefchen an alle Kinder in der Klasse verteilen und in 1-2 Sätzen schreiben, dass man sie schätzt und froh ist, dass sie (mit einer bestimmten einzigartigen Eigenschaft) Teil der eigenen Klasse sind. Wertschätzung kann auch durch Interesse an jedem einzelnen Kind gezeigt werden und dem Wunsch, es kennenlernen zu wollen. Vorlagen dazu finden Sie z. B. auch im „Klassenraum-Management“ beim Matobe Verlag.



KLASSENRAUM-MANAGEMENT

WAS IST DIVERSITÄT?

Diversität bedeutet Vielfalt! Menschen sind unterschiedlich.

Sie unterscheiden sich in:

- Alter,
- Geschlecht,
- Liebe zu einem Mann/einer Frau,
- Zugehörigkeit zu einer Kultur und Ethnie (Volkszugehörigkeit),
- Religion,
- körperlichen Fähigkeiten,
- Aussehen,
- Familienmodell (Mutter/Vater/Kind, Vater/Vater/Kind, Mutter/Kind usw.).



Man sollte ein Diversitäts-Bewusstsein haben: Man weiß und sieht, dass jeder Mensch individuelle Besonderheiten hat.

Aufgaben:

1. Welche positiven Erfahrungen hast du gemacht?

VORSCHAU

2. Welche Gemeinsamkeiten findest du zwischen dir und deinen Klassenkamerad:innen/
Nachbar:innen/Team- oder Mannschaftskamerad:innen?

ÜBUNG 4

Lasse dich selbst nicht außer Acht

Empathisch zu sein kann sehr hilfreich sein. Allerdings kann das „Mitfühlen“ mit anderen auch einen selbst anstrengen. Daher solltest du immer Abstand von den Gefühlen anderer Menschen haben: Du darfst sie sehen, verstehen und mit der Person mitfühlen, aber du solltest dich nicht von den Gefühlen kontrollieren lassen. Es sind nicht deine Gefühle. Du bist du und die andere Person ist eine andere Person.

Gönne dir also immer wieder Momente der Ruhe und besinne dich ganz auf dich. Beobachte immer, ob du dich gerade mit deinen eigenen Gefühlen „herumschlägst“, oder ob es eigentlich Gefühle von jemand anderem sind, die du spiegelst.

ÜBUNG 5

Überdenke das Verhalten und die Reaktionen deiner Mitmenschen

Wenn du das nächste Mal nicht mit dem Verhalten einer anderen Person einverstanden bist, dann verurteile sie nicht gleich. Wenn du sie nicht verstehen kannst, dann hinterfrage die Gründe hinter deren Reaktionen.

Stelle der anderen Person Fragen und höre genau zu:

- Warum siehst du das so?
- Wieso fühlst du dich nun so?
- Aus welchem Grund denkst du so über diese Sache?

Überlege, ob du nun das Verhalten der anderen Person verstehen kannst.

ÜBUNG 6

Zeige Interesse an deinen Mitmenschen

Um Empathie lernen zu können, solltest du Kontakt zu Menschen suchen, die anders sind als du. Lerne deren Interessen, Meinungen und Gefühle kennen und frage nach Hobbys, Träumen, Ängsten und Sorgen. Diese Übung bringt aber nur etwas, wenn du wirklich Interesse an anderen Menschen hast. Dann kannst du in deren Welt hineintauchen und entwickelst Empathie für sie. Natürlich solltest du dabei tolerant gegenüber der anderen Person sein.



Bild: „Die Geburtstags-Einladung“





FRAGEBOGEN:

Wen mobbst du?

.....

Wie mobbst du diese Person?

.....

.....

.....

Warum mobbst du diese Person?

.....

.....

.....

Wie reagiert diese Person, wenn du sie mobbst?

.....

.....

Was bringt es dir, wenn du die Person mobbst?

.....

Wie fühlst du dich, wenn du die Reaktion der Person gesehen hast?

.....

Warum glaubst du, hast du das Recht, diese Person zu mobben?

.....

.....

Empfindest du Freude oder Spaß daran, andere zu quälen und leiden zu sehen?

.....

.....

DIE MOBBINGFRESSER- KARTEI



© Matobe Verlag - Marlen Brummel

WAS WIR MOBBINGFRESSER FRESSEN ...

... MOBBING NATÜRLICH !!!

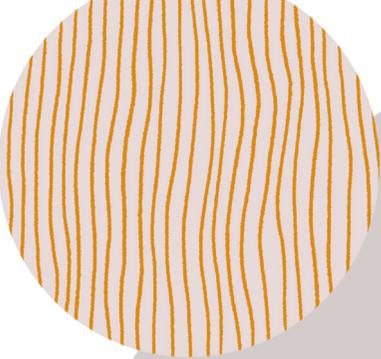


Ich bin ein vollgefressener Mobbingfresser und daher GLÜCKLICH und ZUFRIEDEN. Indem wir Mobbingfresser Mobbing fressen, geht es Kindern wieder gut.

Schau mal in diese Kartei, wir haben einige richtig gute Tipps, wie du gegen Mobbing vorgehen kannst. Denn wenn du anfängst und das Mobbing unschädlich machst, dann können wir dem Mobbing den Rest geben und es auffressen. Gemeinsam sind wir stark! Einverstanden?

Lass den Kopf nicht hängen, Kleines. Es geht ganz vielen Kindern wie dir. Wir kriegen das ganz bestimmt wieder hin!

© Matobe Verlag - Marlen Brummel



WUSSTEST DU, DASS ...

... Mobbing-Opfer körperlich unter Mobbing leiden? Viele bekommen starke Kopfschmerzen oder Bauchschmerzen, Schwindel, Übelkeit usw. ...