



Über emotionale Herausforderungen in der Pubertät

Die SchülerInnen

- setzen sich mit emotionalen Aspekten der Pubertät auseinander.
- werden sich des Spannungsfeldes Selbstbild – Fremdbild bewusst.
- beschäftigen sich mit Selbstwahrnehmung und -bestimmung bzw. äußeren Einflussfaktoren.
- erkennen, dass Verhalten und Sprache durch das soziale Umfeld geprägt werden, in dem man sich jeweils befindet.
- werden sich dessen bewusst, was Mobbing bedeutet und dass es sich dabei um Gewaltanwendung handelt, gegen die man aktiv werden muss.

Folgende Themenbereiche umfasst dieses Kapitel:

- Selbst- und Fremdbestimmung (Einstieg)
- Selbst- und Fremdwahrnehmung (Einstieg)
- Das Ich als Teil eines sozialen Gefüges
 - Prägung des Verhaltens durch das jeweilige soziale Gefüge, in dem man sich bewegt
 - Eltern-Kind-Beziehung
 - Die Clique
- Mobbing

Die einzelnen Themenbereiche können ebenso wie die einzelnen Unterrichtsmaterialien und Methodenvorschläge innerhalb eines Themenbereichs je nach Wissens- bzw. Entwicklungsstand der SchülerInnen zu einem individuellen Paket kombiniert werden.




Ich bin ich!

© Stockbroker_xtra
via shotshop.com



Einstieg in die Unterrichtseinheit

Aufbau	Materialien
<p>Je nach Gruppe kann aus folgenden Einstiegsvarianten gewählt bzw. können mehrere dieser Varianten kombiniert werden:</p> <p>Variante 1 – Auseinandersetzung mit Einflussfaktoren auf die eigenen Meinung</p> <p>Die SchülerInnen setzen sich mit der Frage auseinander, inwieweit ihre Wünsche, Ziele, Einstellungen und Anforderungen an sich selbst von anderen mitbestimmt werden.</p> <p>Auseinandersetzung anhand des Arbeitsblattes</p> <p>Nach Bearbeitung des Arbeitsblattes können folgende Fragen gemeinsam diskutiert werden:</p> <ul style="list-style-type: none">• Welche Einflussfaktoren werden von den meisten Menschen als positiv/negativ empfunden?• Welche Faktoren sollten nach Ansicht der SchülerInnen an Bedeutung gewinnen/verlieren?• Inwieweit denken die SchülerInnen, dass ihr Leben vom Einfluss anderer mitbestimmt wird? <p>Brainstorming</p> <p>In einem Brainstorming sammeln die SchülerInnen Faktoren, die ihre Meinung, ihre Wünsche, ihre Ziele beeinflussen. Anschließend können diese Faktoren von den SchülerInnen hinsichtlich zweier Kriterien analysiert bzw. persönlich bewertet und gereiht werden:</p> <ul style="list-style-type: none">• Wichtigkeit des Faktors für die eigene Meinungsbildung• Wie wird der Faktor eher erlebt – als positiv oder negativ? Warum ist dies der Fall?	<p> Persönliche Meinungsbildner Arbeitsblatt 1, Seite 4</p>



Ich bin ich!

© Stockbroker_xtra
via shotshop.com



Aufbau

Variante 2 - Selbstwahrnehmung - Fremdwahrnehmung

Die SchülerInnen versuchen, Unterschiede in ihrer Selbst- und in ihrer Fremdwahrnehmung festzuhalten.

Allgemeine Auswertung

Die Ergebnisse werden allgemein, ohne Bezugnahme auf persönliche Besonderheiten diskutiert:

- Gibt es viele Abweichungen zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung?
- Gibt es Unterschiede in den beiden Bereichen „Aussehen“ und „Charakter“?
- Wie kommen die SchülerInnen darauf, dass ihre Wahrnehmung durch andere anders ausfallen könnte als ihre Selbsteinschätzung?
- Gibt es Unterschiede zwischen den Mädchen und Jungen?

Ratespiel

Die Zettel werden eingesammelt. Anschließend zieht die Lehrkraft einen Zettel und liest die Inhalte vor. Die SchülerInnen versuchen zu erraten, um wen es sich handeln könnte.

Ergänzend kann diskutiert werden, ob die Fremdwahrnehmung nach Ansicht der SchülerInnen bei anderen Gruppen, wie zum Beispiel LehrerInnen, Eltern etc. anders ausfallen würde.

Materialien



Wer bin ich?
Arbeitsblatt 2,
Seite 5



Persönliche Meinungsbildner

Musik, Kleidung, Aussehen, politische Einstellung, persönliche Zukunftswünsche - in all diesen Fragen werden wir von Menschen in unserem Umfeld, aber auch von anderem, wie zum Beispiel der Berichterstattung in Zeitungen, beeinflusst.

Schreibe die fünf Faktoren auf, die dich am stärksten beeinflussen: deine persönlichen Top 5. Die Nummer 1 ist der Faktor mit dem größten Einfluss, die Nummer 5 der mit dem geringsten.

Top 1:

Top 2:

Top 3:




Top 4:

Top 5:



Einfluss kann sich negativ oder positiv auswirken. Manchmal erleben wir ihn als Druck, manchmal als Unterstützung. Manchmal kommt er in Form von Regeln, manchmal in Form von Ratschlägen und Tipps.

Du hast zuvor deine Top 5-Einflussfaktoren genannt. Wie erlebst du diese hauptsächlich?

				
Top 1				
Top 2				
Top 3				
Top 4				
Top 5				



Ich bin ich!

© Stockbroker_xtra
via shotshop.com



Wer bin ich?

Wenn wir in den Spiegel schauen, sehen wir mehr als nur unser Spiegelbild. Wir sehen immer auch das, wovon wir denken, dass andere es in uns sehen könnten. Manchmal kann es allerdings vorkommen, dass wir uns damit gründlich irren.

Versuche, dich selbst zu beschreiben. Pro Punkt darfst du maximal fünf Eigenschaftswörter verwenden.

So sehe ich mich selbst ...

Mein Aussehen:

.....
.....
.....
.....
.....

Meinen Charakter:

.....
.....
.....
.....
.....

So sehen mich meine KlassenkollegInnen ...

Mein Aussehen:

.....
.....
.....
.....
.....



Meinen Charakter:

.....
.....
.....
.....
.....

© Robert Kneschke - Fotolia.com



Das Ich als Teil verschiedener sozialer Gefüge

Aufbau	Materialien
<p>Auswirkung des jeweiligen sozialen Umfeldes aufs eigene Verhalten</p> <p>Die SchülerInnen setzen sich mit der Frage auseinander, inwieweit sie ihre Sprache bzw. ihr Verhalten an ihre GesprächspartnerInnen/das soziale Gefüge, in dem sie sich jeweils bewegen, anpassen.</p> <p>Die SchülerInnen werden in mehrere Gruppen geteilt. Jede Gruppe überlegt sich</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine Situation, in der man sich abhängig vom sozialen Umfeld, in dem man sich befindet, unterschiedlich verhält. • ein Gespräch, das abhängig vom Gesprächspartner in der Wahl der Sprache variiert. <p>Anschließend präsentiert jede Gruppe ihre Beispiele – die anderen Gruppen müssen die richtigen Lösungen erraten.</p> <p>Eltern-Kind-Beziehung</p> <p>1. Hinterfragen des Konfliktpotenzials</p> <p>Anhand typischer Vorwürfe Jugendlicher an ihre Eltern setzen sich die SchülerInnen mit der Frage auseinander, ob es für das Verhalten der Eltern, das zu diesen Vorwürfen führt, plausible Gründe gibt. Gemeinsam kann nach weiteren Streitpunkten mit Eltern und deren möglichen Ursachen gesucht werden.</p> <p>2. Hinterfragen von Rollenbildern/Erwartungshaltungen</p> <p>In einem anschließenden Brainstorming werden Verben und Adjektive gesucht,</p> <ul style="list-style-type: none"> • die zum Elternbild der SchülerInnen gehören, z.B. „sich sorgen“, „bestimmend“, ... • die zum Kind-sein-Bild der SchülerInnen gehören, z.B. „sich verlassen“, „rebellieren“, ... <p>Das Ergebnis wird nach folgenden Gesichtspunkten analysiert:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zu welcher Gruppe sind den SchülerInnen mehr Begriffe eingefallen – zu jener der Kinder oder der Eltern? • Gibt es Übereinstimmungen bei den beiden Gruppen? Wenn ja – aus welchen Bereichen stammen diese? 	<p> Dem Anlass gemäß Arbeitsblatt 3, Seite 9</p> <p> Eltern – Freund oder Feind? Arbeitsblatt 4, Seite 10</p>



Aufbau

Die Clique

1. Hinterfragen der Rolle von Cliquen und deren Auswirkung auf den Einzelnen

Die SchülerInnen werden in Gruppen à maximal fünf SchülerInnen geteilt. In den einzelnen Gruppen wird ein Plakat erstellt, das Begriffe umfasst, die die SchülerInnen mit dem Begriff „Clique“ verbinden. Es bleibt den einzelnen Gruppen überlassen, ob sie nur positive, negative oder alle gesammelten Begriffe auf dem Plakat vermerken.

Die Gruppenergebnisse werden einander anschließend gegenübergestellt. Gibt es Übereinstimmungen? Gibt es deutliche Unterschiede?

2. Hinterfragen von Rollenbildern/Erwartungshaltungen

Drei verschiedene Rollenspiele können innerhalb einzelner Gruppen oder durch eine Gruppe vor dem Rest der Klasse in ihren verschiedenen Variationen durchgespielt werden.

Nach Durchführung der Rollenspiele werden folgende Fragen gemeinsam besprochen:


- Wie haben die AkteurInnen die unterschiedlichen Situationen erlebt?
- Wie haben die BeobachterInnen die unterschiedlichen Situationen erlebt?

3. Auseinandersetzung mit dem Freundschaftsbild

Die SchülerInnen formulieren ein Inserat zur Suche einer FreundIn. Anhand der Ergebnisse werden folgende Fragen thematisiert:

- War es einfach, die gewünschten Merkmale zu formulieren?
- Gibt es Merkmale, die von vielen SchülerInnen genannt worden sind?
- Gibt es Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen?
- Sind die SchülerInnen tatsächlich nur mit Personen befreundet, die ihrem FreundInnensteckbrief entsprechen oder gibt es Abweichungen? Falls ja – erschweren diese Abweichungen die Freundschaft?

Materialien

 **Die Clique – dein Freund und Helfer?**
Arbeitsblatt 5,
Seite 11

 **Du bist nicht allein...**
Arbeitsblatt 6,
Seite 12

 **FreundIn gesucht!**
Arbeitsblatt 7,
Seite 13



Ich bin ich!

© Stockbroker_xtra
via shotshop.com



Zusatzinformation

Bis zur Pubertät werden die Werte der Eltern meist unreflektiert als die eigenen Werte übernommen. Während der Pubertät ändert sich das allerdings. Die Jugendlichen beginnen, tradierte Werte, Normen und Strukturen zu hinterfragen. Sie nehmen Abstand von ihrer kindlichen Identität und wollen als eigenständige Person und Persönlichkeit wahrgenommen werden.

Um sich von der früheren Identität als Kind verabschieden zu können, kommt es zu einer Abgrenzung von den Eltern und deren Werten. Diese, die bis dato als Hauptbezugs- und Hauptansprechspartner fungiert haben, werden nun auf dem Weg zur neuen Identität als Erwachsene zum Haupttreibepunkt der Jugendlichen.

Die Pubertät ist auch die Zeit der Veränderungen im sozialen Bereich der Jugendlichen. Immer mehr lösen sie sich von ihrer Familie. Neuer wichtigster Bezugspunkt werden die FreundInnen. Sie prägen das Leben der Jugendlichen, deren Werte und Wünsche, maßgeblich.

© Stockbroker_xtra
via shotshop.com



Dem Anlass gemäß

Kennst du das, dass du dich bei deinen Freunden ganz anders verhältst als zum Beispiel zu Hause in der Familie, und dass du dann auch eine ganz andere Sprache benutzt?

Wer wird hier zum Kinogehen aufgefordert? Triff deine Entscheidung und begründe anschließend, warum du dich so entschieden hast.



© Alexstar - Fotolia.com

„Hej Leute, was haltet ihr davon, wenn wir ins Kino gehen?“

- Freunde
 Vater/Mutter
 Großeltern
 Jugendclub/Sportclub

.....

.....

„Ich möchte mir den neuen Film im Kino anschauen. Hast du Lust mitzukommen?“

- Freunde
 Vater/Mutter
 Großeltern
 Jugendclub/Sportclub

.....

.....

„Es gibt einen neuen Film im Kino. Vielleicht könnten wir uns den anschauen?“

- Freunde
 Vater/Mutter
 Großeltern
 Jugendclub/Sportclub

.....

.....

„Da läuft ein toller neuer Film im Kino. Wollen wir uns den gemeinsam anschauen?“

- Freunde
 Vater/Mutter
 Großeltern
 Jugendclub/Sportclub

.....

.....



Eltern - Freund oder Feind?

Eltern können ganz schön nerven. Auch wenn immer alle sagen, dass sie es gut mit einem meinen. Wobei - vielleicht liegt ja doch in so manchem, das bei dir negativ ankommt, auch Positives.

Findest du den positiven Kern?



<p>Du machst mir nur Vorschriften.</p>	<p><i>Du sorgst dich um mich und hast Angst, dass mir etwas zustossen könnte.</i></p>
<p>Du tust so, als würdest du mich besser kennen als ich mich selbst.</p>	
<p>Du verbietest mir Dinge, die du selber tust.</p>	
<p>Du verbietest mir Dinge, die du selber getan hast, als du so alt wie ich gewesen bist.</p>	
<p>Du nervst mich mit deiner Ausfragerei - mein Leben geht dich nichts an!</p>	
<p>Für dich zählt nur, dass ich gute Noten schreibe und irgendwann einmal einen gut bezahlten Job habe! Aber es gibt im Leben viel Wichtigeres!</p>	



Die Clique - dein Freund und Helfer?

abhängig sein	ähnliche Interessen haben	ähnliche Probleme haben
Ansprüchen entsprechen müssen	das Richtige sagen müssen	einfach nur Spaß haben können
Gemeinsamkeiten haben	immer auf der Hut sein müssen	immer cool sein müssen
immer einer Meinung sein müssen	jemandem vertrauen können	keine eigene Meinung haben dürfen
machen müssen, was andere bestimmen	misstrauisch sein müssen	mit jemandem reden können
mithalten müssen	nicht allein sein	sich gegen andere abgrenzen
sich mit jemandem identifizieren können	sich nach anderen richten müssen	sich verlassen können
unter Druck gesetzt werden	unterstützt werden	ausgestoßen werden können



Du bist nicht allein ...

Teil einer Clique zu sein, kann viele positive, aber auch negative Seiten haben.

Versucht, die nachfolgenden Situationen in der Gruppe nachzustellen.

© Lasse Kristensen - Fotolia.com



Es ist Samstagabend – Chilltime! Alle sind sich einig, dass es unbedingt in die Discothek gehen muss. Nur Tom ist damit alles andere als glücklich. Er fühlt sich heute nicht so toll, hat Kopfweg, und würde eigentlich am liebsten einen ruhigen Abend zu Hause verbringen.

Das sagt er den anderen auch.

Variante 1: Die anderen versuchen, auf Tom einzugehen.

Variante 2: Die anderen versuchen, Tom davon zu überzeugen, dass die Discothek genau das Richtige für ihn ist.

Variante 3: Die anderen setzen Tom unter Druck und erklären ihm, dass er nicht herumzicken soll.

© Data Becker

Sarah hat einen neuen Freund, in den sie richtig verliebt ist. Die Leute aus ihrer Clique mögen ihn allerdings nicht, sie halten ihn für langweilig und uncool. Immer wenn es lustig wird und alle ihren Spaß haben, möchte er mit Sarah nach Hause gehen. Außerdem ist er jedes Mal eifersüchtig und genervt, wenn Sarah zu lange mit jemandem aus der Clique spricht und er alleine abseits steht.

Als es wieder einmal darum geht, etwas gemeinsam zu unternehmen, und Sarah zum Telefon greift, um ihren Freund zu fragen, ob er auch mitkommt, kommt es zu Diskussionen.

Variante 1: Die anderen ätzen über Sarahs Freund, während sie versucht, ihn zu verteidigen.

Variante 2: Die anderen versuchen, Sarah zu erklären, was sie an ihrem Freund stört.



© Data Becker



Lisi hat ein neues Handy bekommen. Allerdings nicht das mit dem Touchscreen und dem flashigen Design, das sie sich gewünscht hat, sondern ein ganz normales. Als die anderen sie fragen, was sie bekommen hat, zeigt sie ihnen das neue Handy.

Variante 1: Die anderen machen sich über Lisi bzw. über ihr neues Handy lustig.

Variante 2: Die anderen trösten Lisi.



FreundIn gesucht!

Was macht einen guten Freund eigentlich aus?

Versuch, einen Steckbrief zu formulieren!

Alter:

Aussehen:

.....

.....

So solltest du sein:

.....

.....

So solltest du nicht sein:

.....

Das solltest du mögen:

.....

.....

Das solltest du nicht mögen:

.....





Ich bin ich!

© Stockbroker_xtra
via shotshop.com



Mobbing

Aufbau

Die nachfolgenden Bausteine und Materialien können zu einer individuellen Unterrichtseinheit rund um „Mobbing“ zusammengestellt werden.

Brainstorming zum Thema „Persönliche Stärke“

Jede SchülerIn notiert auf einem Zettel, auf dem nur ihr Geschlecht vermerkt wird, drei Begriffe, die sie mit persönlicher Stärke verbindet. Diese Begriffe werden anschließend gemeinsam geordnet, nach Oberbegriffen sortiert und nach folgenden Gesichtspunkten analysiert:

- Welche Begriffe wurden am häufigsten, welche am seltensten genannt?
- Gibt es Unterschiede bei den Jungen und Mädchen?

Anschließend wird der Vorgang des Brainstormings sowie der nachfolgenden Auswertung wiederholt – diesmal allerdings zum Thema „Schwäche“.

Brainstorming zum Thema „Mobbing“

Jede SchülerIn notiert auf einem Zettel fünf Begriffe, die sie mit Mobbing verbindet. Das Ergebnis wird anschließend gemeinsam analysiert. In einem zweiten Schritt vermerken die SchülerInnen anonym auf einem Zettel,

- ob sie 1. bereits Zeuge von Mobbing geworden sind.
- ob sie 2. bereits Opfer von Mobbing geworden sind.
- ob sie 3. schon einmal selbst Mobbing betrieben haben.

Das Ergebnis wird gemeinsam ausgewertet und diskutiert.

Analyse eines Zeitungsartikels zum Thema

Ausgehend von der Analyse eines Artikels vom 24.7.2007 erschienen auf spiegel.de beschäftigen sich die SchülerInnen mit Mobbing.

Quelle: www.spiegel.de/schulspiegel/leben/0,1518,490143,00.html

Materialien

i Mobbing
Infoblatt 8,
Seite 18

📄 Hassobjekt
Mitschüler
Arbeitsblatt 9,
Seite 19-21



Aufbau

Abschluss

1. Giterrätsel & Gestaltung eines Anti-Mobbing-Plakats

In dem Giterrätsel sind 10 Begriffe rund ums Mobbing versteckt. Jede SchülerIn soll die Begriffe suchen und mit jedem der Begriffe einen Satz bilden, der gegen Mobbing mobil macht. Im Anschluss werden die Sätze der SchülerInnen verglichen. Die besten Sätze werden ausgewählt und mit ihnen ein Anti-Mobbing-Plakat gestaltet.

2. Es geht uns gut!

Jede SchülerIn notiert anonym auf einem Zettel drei Sätze, was jede/r dazu beitragen kann, damit sich alle in der Klasse wohlfühlen und niemand sich ausgegrenzt fühlt. Die Ergebnisse werden gemeinsam verglichen, sortiert und nach Wichtigkeit gereiht. Anschließend werden daraus Regeln für die Klasse erstellt.

3. Quizkarten

Die SchülerInnen werden in fünf Gruppen aufgeteilt. Jeder Gruppe wird einer der nachfolgenden Themenbereiche zugewiesen:

- Definition von Mobbing
- Ursachen für Mobbing
- Erscheinungsformen von Mobbing
- Folgen von Mobbing
- Möglichkeiten gegen Mobbing aktiv zu werden

Aufgabe der SchülerInnen ist es, zumindest fünf Quizfragen zu ihrem Themenbereich zu entwickeln, die jeweils drei mögliche Antworten vorgeben.

Haben alle Teams ihre Quizfragen erstellt, werden diese auf Quizkarten übertragen. Die Lehrkraft zieht der Reihe nach eine Karte und stellt entweder der gesamten Klasse oder jeweils nur einer Gruppe die Frage von der Quizkarte. Wird die Frage richtig beantwortet, so erhält die antwortende Gruppe bzw. jene Gruppe, aus der die richtig antwortende SchülerIn stammt, die Fragekarte. Jene Gruppe, die die meisten Fragekarten sammelt, hat gewonnen.

Materialien

 **Gib Mobbing keine Chance**
Arbeitsblatt 10,
Seite 22

 **Ich bin ich!**
Arbeitsblatt 11,
Seite 23



Zusatzinformation

Arbeitsblatt 9: Hassobjekt Mitschüler
 Patricks Homepage ist derzeit nicht aktiv. Alex' Homepage findet man auf
www.schueler-gegen-mobbing.de/

Arbeitsblatt 10: Gib Mobbing keine Chance!
 Lösung:

E	M	A	R	O	C	G	B	G	E	I	H	F	J	H	F	Y	I	V	S	A	O	I	S	G	D	L	F	I	
T	Z	W	N	T	K	N	U	E	R	D	L	Z	V	I	H	N	U	M	Z	T	E	H	L	N	W	J	T	R	
F	U	B	V	G	S	T	L	B	A	G	M	B	N	K	A	D	S	I	T	R	W	L	O	F	C	H	K	W	
I	I	G	H	N	D	S	Q	O	M	S	P	I	W	I	R	K	T	J	A	Y	D	N	E	B	O	Q	I	U	H
A	K	D	X	F	J	T	E	H	P	D	A	P	L	I	W	R	E	M	R	H	L	R	D	H	I	L	W	P	
I	J	E	H	M	R	E	L	M	U	N	K	G	O	M	C	T	L	U	G	W	V	U	G	K	K	F	O	A	
K	H	P	I	O	L	T	W	B	Z	H	L	F	G	G	E	E	Z	G	T	D	M	I	E	S	E	L	V	U	
Q	G	U	O	P	F	E	R	D	T	D	I	C	Z	R	F	P	H	O	L	U	S	C	L	Z	P	O	P	S	
E	C	H	J	F	K	Y	J	W	E	I	F	G	K	I	E	O	F	A	K	S	A	I	X	G	S	I	G		
L	C	A	C	K	S	I	S	E	P	S	P	R	S	A	C	S	B	N	M	V	E	X	N	N	O	I	Z	R	
J	P	T	L	I	K	M	V	U	L	L	H	S	D	V	P	J	S	J	D	P	D	R	J	Z	K	G	M	E	
Z	N	F	Z	D	G	E	W	A	L	T	N	A	E	O	D	N	M	I	U	C	G	M	H	D	W	K	F	N	
V	A	R	E	W	R	D	G	W	N	V	Q	G	R	K	R	W	F	P	O	I	X	E	B	L	I	E	B	Z	
K	M	V	O	S	H	N	G	G	F	J	I	R	T	E	M	F	V	S	A	N	O	T	N	A	C	I	K	U	
I	E	M	A	T	E	Z	C	B	C	M	U	I	U	T	K	L	X	G	O	H	N	M	A	C	H	T	Q	N	
V	F	G	F	A	S	E	G	S	M	R	Z	N	R	C	N	L	F	O	R	E	B	F	G	S	K	O	T	G	
D	E	J	B	L	A	I	N	E	U	O	T	J	D	O	K	S	E	B	E	W	A	L	S	O	H	Z	D	W	
N	U	H	G	E	D	A	P	Y	D	I	W	E	G	S	C	H	A	U	E	N	Z	O	U	D	E	K	Y	S	
J	E	D	R	N	M	I	P	F	V	G	E	T	Z	L	U	K	U	I	B	R	I	F	M	W	U	Y	R	B	



Allgemeines zum Thema „Mobbing“

Mit dem Begriff Mobbing bezeichnet man systematische Aktionen zur sozialen Ausgrenzung und Erniedrigung einzelner Personen oder ganzer Gruppen.

Dabei muss man zwischen alltäglichen Streitereien und systematischem Angriff unterscheiden. Umso wichtiger ist es, jeden Mobbinghinweis ernstzunehmen, ihm nachzugehen und sowohl mit dem potenziellen Opfer als auch dem potenziellen Täter zu sprechen.

Mobbing kommt in allen Altersstufen und in allen sozialen Schichten vor.

Man unterscheidet folgende Formen:

- Verbales Mobbing: Beleidigungen, Beschimpfungen
- Mobbing durch körperliche Gewalt
- Stummes Mobbing: Ignorieren des anderen, stumme Verachtung des anderen, gezielte Nicht-Wahrnehmung des anderen, Ausgrenzung des anderen
- Cybermobbing: Mobbing per Handy oder Internet

Mobbing kann neben der systematischen Zerstörung des Selbstbewusstseins der Opfer auch zu körperlichen Folgen, wie Appetitlosigkeit, Schlafstörungen, Bauchschmerzen, Magenproblemen u.v.m. führen.

Je früher man Mobbing erkennt, desto früher kann man auch aktiv werden und sowohl die Opfer als auch die Täter entsprechend unterstützen.

Opfer von Mobbing in der Schule

- ziehen sich sukzessive zurück und verstummen.
- bewegen sich abseits der Gruppe.
- erleben einen Leistungsrückgang in der Schule.
- wollen nicht mehr zur Schule – die Fehltage häufen sich.
- leiden häufig an körperlichen Symptomen, wie Magenschmerzen oder Übelkeit.

Bei Mobbing in der Schule sollte man versuchen, sowohl ZuschauerInnen als auch TäterInnen einen Perspektivenwechsel zu ermöglichen. Wie fühlt es sich an, wenn man ausgegrenzt wird? Wie fühlt man sich als Opfer?

Die nachfolgende Übung kann dabei unterstützen:

Fünf SchülerInnen werden aus der Klasse geschickt, um eine fünfminütige Vorstellung der eigenen Person vorzubereiten: Wer bin ich? Wie lebe ich? Was mag ich gern? Was mag ich nicht? Etc. Diese SchülerInnen sollten nicht zu den Mobbing-Opfern gehören.

Während die SchülerInnen ihren Kurzvortrag vorbereiten, werden die restlichen SchülerInnen gebrieft, die Vorträge auf verschiedene Arten zu stören. Die einen, indem sie die Vortragenden ignorieren und offensichtlich anderen Tätigkeiten nachgehen, z.B. lesen, Hausaufgaben etc. Die anderen, indem sie die Vortragenden bewusst stören, z.B. indem sie Papierflieger durch die Klasse schießen, laut reden, indem sie einfach aufstehen und den Raum verlassen, indem sie dumme Bemerkungen zu den Vortragenden machen. Nun werden die SchülerInnen der Reihe nach ins Klassenzimmer geholt und deren Vortrag gestartet. Nach den Vorträgen werden die fünf SchülerInnen aufgeklärt. Gemeinsam kann diskutiert werden, wie die einzelnen SchülerInnen auf die Störaktionen reagiert haben, wie sie sich selbst dabei gefühlt haben, etc.

Linktipp: www.lehrer-online.de/dossier-gewalt.php: Eine umfangreiche Materialiensammlung rund um das Thema „Mobbing“ mit zahlreichen Informationen und Materialien zu „Mobbing in der Schule“



Mobbing

Das Wort „mob“ stammt aus dem Englischen und wird mit „Pöbel“ übersetzt. Mit dem Begriff „Mobbing“ bezeichnet man, wenn jemand systematisch angepöbelt, angegriffen, erniedrigt und ausgegrenzt wird.

Indem die Täter andere mobben, stellen sie ihre Macht unter Beweis. Sie demonstrieren, dass sie stärker sind.

Damit ist Mobbing ein eindeutiges Zeichen von Schwäche. Allerdings nicht der Opfer, sondern der Täter. Denn wer selbstbewusst und mit sich zufrieden ist, hat es nicht nötig, andere klein zu machen.

Wegschauen - nein danke!

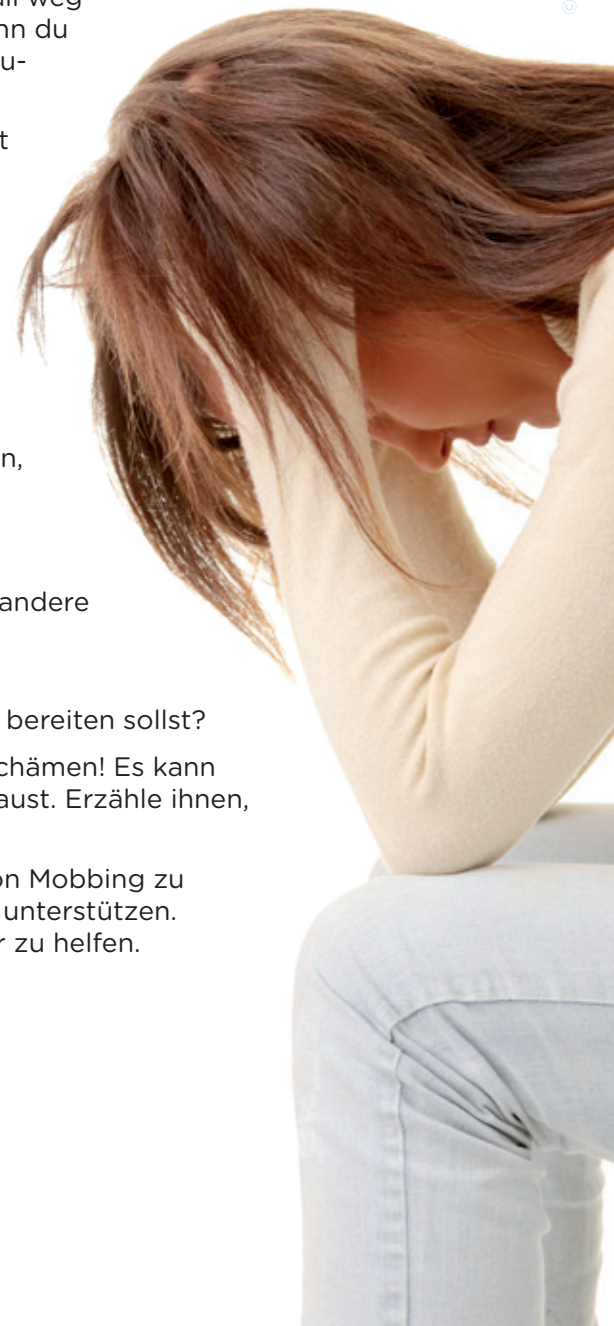
Wenn du Mobbing beobachtest, solltest du auf keinen Fall wegschauen! Wer wegschaut, unterstützt die Täter. Auch wenn du unmittelbar in der Situation keine Möglichkeit siehst einzugreifen, kannst du anschließend aktiv werden:

- Suche Kontakt zum Opfer und gib ihm das Gefühl, nicht allein zu sein.
- Falls du den Täter gut kennst und die Möglichkeit siehst, diesen zu beeinflussen, dann solltest du mit ihm sprechen. Sag ihm, was dir an seinem Verhalten nicht gefällt.
- Tu dies allerdings möglichst, wenn ihr alleine seid – vor anderen fällt es dem Täter schwerer, einen Fehler einzugestehen bzw. deine Kritik anzunehmen. Sprichst du ihn vor anderen darauf an, kann es passieren, dass er sich so in die Enge getrieben fühlt, dass er sein Mobbingverhalten erst recht verstärkt.
- Erzähle Vertrauenspersonen von deiner Beobachtung: deinen Lehrkräften oder auch deinen Eltern. Sie haben andere Möglichkeiten einzugreifen als du.

Erste Hilfe für die Opfer

Du wirst gemobbt und weißt nicht, wie du dem ein Ende bereiten sollst?

- Opfer von Mobbing zu werden, ist kein Grund sich zu schämen! Es kann jedem passieren! Sprich mit Menschen, denen du vertraust. Erzähle ihnen, was dir passiert.
- Deine MitschülerInnen haben oft Angst, selbst Opfer von Mobbing zu werden. In vielen Fällen fürchten sie sich davor, dich zu unterstützen. Eltern und LehrerInnen haben andere Möglichkeiten, dir zu helfen. Geh zu ihnen und sprich mit ihnen.





Mobbing unter Jugendlichen

Hassobjekt Mitschüler

Von Barbara Hans

„Es tut mir leid, ich kann nicht mehr.“ Das war die letzte Botschaft, die Patrick von seinem Chatfreund bekam. Beide wurden von ihren Klassenkameraden gequält, gedemütigt - ebenso wie Alex. Heute helfen Patrick und Alex jugendlichen Mobbing-Opfern.

„Wenn man gemobbt wird, kommt einem ein Tag wie ein Jahr vor“, sagt Patrick und schaltet seinen Blick auf unendlich. Die Zeit verschwimmt in seiner Erinnerung. Damals hat er viel geschattet, jeden Tag mehrere Stunden. So lange, dass sein Vater schon wütend war, weil der damals 14-Jährige den Computer dauerhaft blockierte. Auch Martin, sein Chat-Partner, hatte Probleme in der Schule, wie Patrick wurde er von seinen Mitschülern gedemütigt und beleidigt. Jeden Tag.

Die beiden Jungen verstanden sich blendend. Bis Patrick eine Nachricht bekam, als er selbst offline war: „Danke für deine Hilfe. Es tut mir leid, aber ich kann nicht mehr. Tschüss.“ Patrick wusste: Es war ein Abschiedsbrief. Was er tun sollte, wusste er nicht. Er kannte weder den Nachnamen noch die Adresse des Jungen. Von Martin hörte er nie wieder.

Das sei der „Wendepunkt“ gewesen, sagt Patrick. Er gründete den Verein „Rolltreppe aufwärts“, bastelte eine Homepage, auf der sich jugendliche Mobbing-Opfer über ihre Erfah-

rungen austauschen können und Hilfe und Tipps bekommen. Im Großraum Frankfurt treffen sich Patrick und die anderen vom Verein auch persönlich mit Mobbing-Opfern.

„Vielleicht wollten die Lehrer blind sein“

„Wenn man jeden Tag schikaniert wird, bildet man sich irgendwann ein, dass man selber schuld ist“, sagt der 16-Jährige. Er macht zwischen den Sätzen lange Pausen, als wolle er sichergehen, dass jedes Wort sitzt: Die Mitschüler haben seine Stifte zerbrochen, bald wurde es zum Ritual, ihn in der Nähe des Schulhofs zu verprügeln: „Nach der siebten oder achten Stunde, da ist das Schulgelände wie tot.“ Keiner hat bemerkt, wenn er geschlagen, getreten, erniedrigt wurde. Irgendwann kam der Zusammenbruch, da war er fast 15.

„Ich war zu nett“, sagt Patrick, wenn man ihn fragt, warum es alle auf ihn abgesehen hatten. Er habe immer allen vertraut, nie etwas Böses gedacht. Patrick schaut auf den Main und versucht, begreifbar zu machen, was man sich als Erwachsener kaum vorstellen kann: „Für die anderen war das der Spaß nach der Schule. Das war deren Belustigung. Die haben sich das angeschaut wie andere Leute einen Boxkampf im Fernsehen.“

Patrick hat nie in den Kampf eingewilligt, er war nie der Herausforderer, aber immer der Verlierer. Manchmal mussten seine Verletzungen sogar vom Arzt behandelt

werden. Die Lehrer waren „blind“, sagt er. Und schiebt hinterher: „Vielleicht wollten sie auch blind sein.“ Inzwischen ist Patrick umgezogen, geht auf eine andere Schule - es geht ihm besser.

Die Hölle, das sind die anderen

Mehr als 500 Kilometer entfernt litt Alex am täglichen Terror, der Gang zur Schule wurde zum Horror. Es waren Leute aus seiner Klasse, Freunde und Geschwister von Leuten aus seiner Klasse und Freunde von Freunden und Geschwistern von Leuten aus seiner Klasse.

Wenn Alex erzählt, wie er über den Schulhof ging und all die abschätzigen Blicke sah und die boshafte Kommentare hörte, wird deutlich, wie er die Situation erlebt hat: Die, die ihn mit „Alex H. - Missgeburt“ vor dem Physikraum begrüßten, kannten ihn meist gar nicht persönlich.

Aber sie kannten ihn gut genug, um ihm das Leben zur Hölle zu machen. „Ich bin Alex H. und ich bin sooo hässlich“, riefen sie. Ob „Hurensohn“, „Penner“ oder „Spasti“: Diese Schimpfwörter habe er von „denen“ gelernt, sagt Alex.

Als Unschuldengel sieht er sich nicht. Er habe auch zurückgeschlagen, sich mit den anderen geprügelt. „Eigentlich bin ich nicht so der Schlägertyp“, sagt der schmale Junge mit Zahnsperre und Brille und schaut zu Boden. „Aber irgendwann war ich so wütend.“



Alex' Eltern sagten immer wieder: „Sei einfach nett, dann sind sie auch nett zu dir.“ Versucht hat es der heute 15-Jährige. Immer wieder. Vier lange Schuljahre. Wenn neue Schüler in die Klasse kamen, gab Alex alles, um sie als Freunde zu gewinnen. Da hatten die anderen die Fronten schon geklärt: „Mit dem solltest du dich nicht anfreunden“, haben sie gesagt. Und damit geprahlt, dass sie Alex zusammengeschlagen, ihn mit Bällen beworfen und sein Gesicht in den Dreck gedrückt haben.

Auf Drängen von Alex' Mutter, der Elternratsvorsitzenden, kam die Beratungslehrerin regelmäßig in die Klasse. Im Stuhlkreis ging es nur um eins: „Es gab ein Problem. Und das Problem war ich“, sagt Alex. Das Ergebnis war für ihn nicht gerade erbaulich: „Sie haben zu mir gesagt, ich soll endlich normal sein.“ Dabei, meint er, sei doch jeder anders. „Wenn normal bedeutet, so zu sein, wie die waren, dann wollte ich nicht normal sein.“

Immer wieder hat Alex bei Lehrern Hilfe gesucht. Ohne Erfolg. „Du darfst dich nicht so anstellen. Du gefällst dir doch in der Opferrolle“ - mehr brachte der Erdkundelehrer nicht zustande. Zuvor hatte er Alex wegen seiner guten Ideen und Noten noch als „Lokomotive“ des Unterrichts bezeichnet; ohne ihn würden „die Stunden nur halb so viel Spaß machen“.

„Die Lehrer und Direktoren sagen alle, dass ‚man‘ was tun muss. Aber

im konkreten Fall wollen sie nicht“, sagt Alex jetzt sehr bestimmt. Sie seien darum bemüht, den guten Ruf der Schule nicht zu gefährden, statt den Jugendlichen zu helfen. Auch die Eltern hätten wenig Verständnis für die Probleme in der Klasse gezeigt: Die Kinder seien halt in der Pubertät, da seien solche Auseinandersetzungen „ganz normal“.

Was in der Klasse passierte, nennt Alex eine „Hetzkampagne“. Nach dem Motto „Lass uns mal den Alex aus der Klasse dissen.“ Wenn er nicht mehr da gewesen wäre, hätte das auch niemanden gestört. Er überlegt einen Moment. „Das war Hass.“ Alle wurden ihre Aggressionen los, sie entluden sie an Alex.

„Na, hässliches Stück Scheiße?“
Und Alex? Der schluckte seine Wut und Verzweiflung. Er fraß sie in sich hinein - und bekam Bauchweh. Die Schmerzen kamen immer häufiger. Er litt unter Übelkeit, Fieber, Schüttelfrost, starken Kopfschmerzen. Einmal musste er stationär behandelt werden, weil er tagelang nichts gegessen hatte. Seine Eltern brachten ihn zum Durchchecken ins Krankenhaus: EEG, Magenspiegelung, Kernspin - ohne Ergebnis. Alex' Körper war gesund.

Ein Kinder- und Jugendpsychiater sprach es als erster aus: Mobbing könne Ursache all der Beschwerden sein, psychosomatische Schmerzen also. Er riet zu einem Schulwechsel und schrieb Alex für die sechs Wochen bis zu den Sommerferien

krank.

Doch auch danach hörte es zunächst nicht auf. „Na, hässliches Stück Scheiße? Hat man dich aus deiner ach so asozialen Klasse gemobbt? Och nein. Armer alter Wichser. Hast aber auch gar nichts gemacht, du blöder Penner“, schrieb ihm ein früherer Klassenkamerad per Internet.

Die Wende kam für Alex am 5. Mai 2006, zwei Tage vor seiner Konfirmation. Sie kam per Post, als Päckchen und in Form eines Computers. Am letzten Tag an der alten Schule beschloss er, den Rechner zu nutzen, um anderen Jugendlichen zu helfen. Keiner sollte mehr das Gefühl haben, der Einzige zu sein, den alle anderen nicht mochten. Darum fing Alex an, zu recherchieren. Er las alles zum Thema Mobbing, was ihm in die Hände fiel. Ende vergangenen Jahres ging „Schüler-gegen-Mobbing.de“ online. Auf der Seite können Betroffene chatten, sich austauschen - und Alex' Geschichte lesen.

In seiner neuen Schule geht es Alex gut. Er hat Freunde gefunden, auch die Bauchschmerzen sind weg.

Patrick und Alex haben sich getroffen, sich über ihre gleichnamigen Projekte und Erfahrungen ausgetauscht. Sie haben ein Ziel: Die „Schüler gegen Mobbing“-Seiten sollen anderen helfen, nicht den Mut zu verlieren.

www.spiegel.de/schulspiegel/leben/0,1518,490143,00.html



© Stockbroker_xtra
via shotshop.com



Hassobjekt Mitschüler

Patrick und Alex haben einiges in Sachen Mobbing erlebt.
Versuch, die nachfolgenden Fragen zu beantworten.

In welcher Form wurden Patrick und Alex gemobbt?

.....
.....
.....

Welche Gründe sehen sie selbst dafür?

.....
.....
.....

Wie haben Patrick und Alex versucht, mit dem Mobbing fertig zu werden?

.....
.....
.....

Welche Auswirkungen hatte das Mobbing auf sie?

.....
.....
.....

Was hättest du an ihrer Stelle getan? Wie hättest du versucht, das Mobbing abzustellen?

.....
.....
.....



© Stockbroker_xtra
via shotshop.com



Gib Mobbing keine Chance

In diesem Rätsel verstecken sich zehn Begriffe rund um Mobbing.

Suche diese Begriffe und bilde anschließend mit jedem Begriff einen Satz, der gegen Mobbing mobil macht! Du darfst die Hauptwörter dabei auch in Zeit- oder Eigenschaftswörter umwandeln, zum Beispiel:

Mobbing macht hilflos.

E M A R O C G B G E I H F J H F Y I V S A O I S G D L F I
 T Z W N T K N U E R D L Z V I H N U M Z T E H L N W J T R
 F U B V G S T L B A G M B N K A D S I T R W L O F C H K W
 I G H N D S Q O M S P I W I R K T J A Y D N E B O Q I U H
 A K D X F J T E H P D A P L I W R E M R H L R D H I L W P
 I J E H M R E L M U N K G O M C T L U G W V U G K K F O A
 K H P I O L T W B Z H L F G G E E Z G T D M I E S E L V U
 Q G U O P F E R D T D I C Z R F P H O L U S C L Z P O P S
 E C H J F K Y J W E I F G K I E O F F A K S A I X G S I G
 L C A C K S I S E P S P R S A C S B N M V E X N N O I Z R
 J P T L I K M V U L L H S D V P J S J D P D R J Z K G M E
 Z N F Z D G E W A L T N A E O D N M I U C G M H D W K F N
 V A R E W R D G W N V Q G R K R W F P O I X E B L I E B Z
 K M V O S H N G G F J I R T E M F V O A N O T N A C I K U
 I E M A T E Z C B C M U I U T K L X G O H N M A C H T Q N
 V F G F A S E G S M R Z N R C N L F O R E B F G S K O T G
 D E J B L A I N E U O T J D O K S E B E W A L S O H Z D W
 N U H G E D A P Y D I W E G S C H A U E N Z O U D E K Y S
 J E D R N M I P F V G E T Z L U K U I B R I F M W U Y R B



Ich bin ich! - Quizkarten

Frage 1

Was bedeutet das englische Wort *mob*?

- a) Möbel
- b) Pöbel**
- c) Säbel

Frage 2

Welche Eigenschaft trifft nicht auf Mobbing zu?

- a) einmalig**
- b) systematisch
- c) erniedrigend

Frage 3

Mobbing ist ein Zeichen für

- a) besondere Intelligenz des Täters.
- b) besondere Stärke des Täters.
- c) besondere Schwäche des Täters.**

Frage 4

Wer bei Mobbing zuschaut

- a) hilft dem Täter.**
- b) hilft dem Opfer.
- c) hilft keinem.

Frage 5

Opfer von Mobbing sind

- a) besonders schwach.
- b) besonders ängstlich.
- c) Menschen wie du und ich.**

Frage 6

Wenn jemand einmal gehänselt wird,

- a) ist das noch kein Mobbing.**
- b) ist das schon Mobbing.
- c) ist das Gewaltanwendung.

Frage 7

Wenn man gemobbt wird,

- a) sollte man es für sich behalten.
- b) sollte man es in sein Tagebuch schreiben.
- c) Sollte man mit jemandem, dem man vertraut, darüber sprechen.**

Frage 8

Mobbing gibt es

- a) nur bei Kindern und Jugendlichen.
- b) nur bei Erwachsenen.
- c) bei allen Altersgruppen.**

Frage 9

Nicht Mobbing ist, wenn du

- a) dich immer wieder über jemanden lustig machst.
- b) über jemanden Lügen erzählst.
- c) jemanden nicht magst.**

Frage 10

Cybermobbing funktioniert

- a) mit dem Handy.
- b) übers Internet.
- c) mit Handy und Internet.**