



SOS
KINDERDORF

Wir sind Klasse

HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN GEGEN (CYBER-)MOBBING

**METHODEN ZUR PRÄVENTION
VON (CYBER-)MOBBING** 8

(CYBER-)MOBBING 18

**HANDLUNGSMETHODEN
GEGEN (CYBER-)MOBBING** 27

„Immer häufiger
werden Kinder und Jugendliche
nicht nur in der realen sondern
auch in der virtuellen Welt
drangsaliert“



Mobbing geht uns alle an

Im Kern unserer Bemühungen steht das einzelne Kind, der einzelne junge Mensch. Es ist unser Ziel, ein entwicklungsförderndes Umfeld zu schaffen. Dieses Bemühen ruht auf vier Säulen:

- 1 **Beziehung**
- 2 **Beteiligung**
- 3 **Herkunftsfamilie**
- 4 **Professionalität**

Dieses entwicklungsfördernde Umfeld unterliegt vielen Einflüssen, fördernden und hemmenden. Ein großes Problem stellen die steigenden Fälle von Mobbing und Cybermobbing dar. Daher ist es aus der Sicht von SOS-Kinderdorf unverzichtbar, betroffenen Kindern, Jugendlichen und vor allem ihren LehrerInnen das Rüstzeug anzubieten, das sie brauchen, um dieser Entwicklung nachdrücklich und wirksam entgegenzutreten zu können. Die Kränkungen, die mit Mobbing einhergehen, hinterlassen tiefe Verletzungen. Jeder ungelöste, nicht aufgearbeitete Fall von Mobbing bzw. Cybermobbing ist einer zu viel.

Laut einer Studie von 147 Rat auf Draht¹ ist in Österreich fast jeder zweite Schüler/jede zweite Schülerin von Mobbing (engl. Bullying) betroffen (46 Prozent). Zu einem ähnlich besorgniserregenden Ergebnis kommt die Studie der OECD², die ebenso 2015 erschienen

1 www.rataufdraht.at/getmedia/fbe-9a0c4-6c94-4339-a988-00cf38aa21b2/RaD_Cyber-Mobbing-Umfrage-Fokusgruppen-ERGEBNISSE_1.pdf

2 www.zeit.de/2016/10/mobbing-schule-oesterreich-alltag/komplettansicht

ist. Österreich ist das Land mit den meisten Mobbingopfern und einer Mobbingrate, die doppelt so hoch ist wie der Durchschnitt der 27 untersuchten Länder.

Immer häufiger werden Kinder und Jugendliche nicht nur in der realen (z.B. Schule) sondern auch in der virtuellen Welt drangsaliert. Da Internet und Smartphones in zunehmend frühen Altersgruppen für die Kommunikation eine entscheidende Rolle einnehmen, kommt es auch vermehrt zu Cyber-Mobbing Attacken.

„Cyberbullying [wird] als bewusste, aggressive Handlung bezeichnet, die von Einzelnen oder einer Gruppe von Personen ausgeübt wird, um einem Opfer, das sich nicht leicht verteidigen kann, wiederholt und über einen längeren Zeitraum hinweg mittels elektronischer Formen von Kontakt Schaden zuzufügen (Smith et al., 2008). Die drei konstituierenden Kriterien für Bullying, (1) das Vorliegen einer bewussten aggressiven Handlung, (2) das wiederholte Vorkommen und (3) das Machtungleichgewicht zwischen den Beteiligten, werden für Cyberbullying ergänzt durch (4) die Vermittlung der Handlung durch elektronische Hilfsmittel (z.B. Raskauskas & Stoltz, 2007).“³

Im Unterschied zu Mobbing, stellt Cyber-Mobbing oft eine größere Belastung für Kinder und Jugendliche dar, da sie diesem zeit- und ortsunabhängig

3 http://othes.univie.ac.at/13851/1/2010-07-01_9026211.pdf

ausgesetzt sind. Es gibt daher keinen sicheren Rückzugsbereich mehr für sie. Zudem lassen sich Gerüchte, Beschimpfungen oder peinliche Fotos sehr schnell über digitale Medien verbreiten und erreichen eine größere Anzahl von Personen. Ebenso senkt die scheinbare Anonymität im Netz die Hemmschwelle bei den TäterInnen. Bei Cyber-Mobbing kennen Opfer und TäterInnen einander meist auch aus dem Lebensumfeld und im Vorfeld des Cyber-Mobbings hat oft auch ein „Offline“-Mobbing stattgefunden.

„Grundsätzlich kann zwischen drei Formen von Mobbing unterschieden werden: Verbales Mobbing (Verspotten, Verbreiten von Gerüchten usw.) Physisches Mobbing (Schlagen, Stoßen usw.) Psychisches Mobbing (Ignorieren, Ausschluss aus einer Gruppe usw.). Cyber-Mobbing findet meist auf der verbalen und/oder psychischen Ebene statt. Aber auch physische Gewalt als Antwort auf psychische Attacken oder in Form von ‚Happy Slapping‘ (auch ‚Smack Cam‘ genannt) können Teil von Cyber-Mobbing sein. Von ‚Happy Slapping‘ spricht man, wenn Prügeleien mit der Handykamera gefilmt und anschließend als Video verbreitet werden.“⁴

Wenn in einer Klasse ein Cyber-Mobbingfall auftritt, empfiehlt Mustafa Jannan folgende Fragen zu reflektieren: „Was sind Ursachen für das Mobbing? Wie ist das Klima

4 www.saferinternet.at/uploads/tx_simaterials/Aktiv_gegen_Cyber_Mobbing.pdf, S.7 [09.06.2016]



an unserer Schule? Wird über Probleme in der Schule geredet? Gibt es einen Klassenrat, eine Kultur der Auseinandersetzung? Welche Umstände haben zum Mobbing beigetragen?“⁵ Motive und Methoden des Mobbing sind laut Jannan zu verschieden, als dass einheitlich dagegen vorgegangen werden könnte. Deshalb ist es erforderlich, dass LehrerInnen ein Gefühl für Cybermobbing entwickeln. Wichtig ist auch, dass Schulen eine Anti-Mobbing-Konvention haben und somit ihren SchülerInnen eine klare Signalwirkung geben. „Auch bei Cyber-Mobbing gilt: Prävention ist wichtiger als Intervention, wobei besonders der Aufklärung eine große Bedeutung zukommt. Im Folgenden einige Hinweise, wie man diese Grundsätze an Schulen umsetzen kann:

„Die Schule braucht eine **einheitliche Definition** von Cyber-Mobbing. [...] Junge Leute

und ihre Eltern sollten über die Verantwortung der Schüler im Internet und auch über die Sanktionen bei Missbrauch so früh wie möglich aufgeklärt werden. Eltern und Schüler sollten wissen, dass die Schule ihnen Unterstützung anbieten kann, auch wenn das Cyber-Mobbing außerhalb der Schule stattfindet.

Es ist sinnvoll, die **Anti-Mobbing-Konvention** fortlaufend, je nach aktuellen Gegebenheiten, zu aktualisieren. Diese Vereinbarung beinhaltet z.B. das Verbot der Nutzung von Handy und Handykamera in Unterricht und Pause und schließt auch das Mobbing über Internet aus. Der Verhaltenskodex wird von allen Beteiligten zu Schuljahresbeginn unterschrieben.

Es ist sinnvoll, dass auch bei Cyber-Mobbing die für ‚normales‘ Mobbing verantwortlichen Lehrkräfte intervenieren.

Auch Cyber-Mobbing kann als Problematik im **Unterricht** angesprochen werden. So wird die **Aufmerksamkeit explizit auf das Thema gelenkt**, und die Schüler

merken, dass es sich bei Cyber-Mobbing um ein eigenständiges Problem handelt. [...]

Eine Möglichkeit zur Aufklärung stellt ein **Informationsblatt** dar, in dem Schüler erfahren, was sie gegen Cyber-Mobbing unternehmen können.“⁶

Die nachfolgenden Impulse bieten Ihnen Anregungen Cyber-Mobbing mit Kindern und Jugendlichen im Unterricht zu behandeln. Im Vordergrund stehen dabei nicht nur in Schulen bereits erprobte Interventionen, sondern insbesondere präventive Maßnahmen.

Zusätzlich finden Sie im Anhang weitere Hinweise zu Hintergrundinformation und Unterrichtsmaterialien.

Birgit Henökl-Mbwisi & Hildegard Hefel

⁵ Jannan, Mustafa: Das Anti-Mobbing-Buch. Weinheim und Basel, Beltz Verl. 2010, S.80.

⁶ Jannan, Mustafa: Das Anti-Mobbing-Buch. Weinheim und Basel, Beltz Verl. 2010, S.81.



„Auch bei Cyber-Mobbing gilt:
Prävention ist wichtiger als
Intervention.“



Wir sind Klasse!

METHODEN ZUR PRÄVENTION VON (CYBER-)MOBBING

ZIEL Die SchülerInnen setzen sich in regelmäßigen Klassenstunden mit ihrem eigenen Verhalten sowie mit unterschiedlichen Themen, Anliegen und Konflikten innerhalb der Klassengemeinschaft auseinander. Ziel ist die Erarbeitung eines positiven Klassenklimas. Die Übung „Beschimpfungen“ kann auch im Anti-Mobbing-Training eingesetzt werden.

ZIELGRUPPE ab 9 Jahren

DAUER jeweils 1 UE

MATERIALIEN Kärtchen (rot, grün, gelb), Klebstreifen, Flipchartpapier

DURCHFÜHRUNG Im Idealfall werden die Klassenstunden in Anlehnung an das Modell des Klassenrats⁷ durchgeführt. Die Einführung eines Klassenrats wird von ExpertInnen wie Mustafa Jannan als gute Präventionsmaßnahme gegen jegliche Form von Mobbing angeführt. Im Klassenrat, ein Lernort für Demokratie, erarbeiten SchülerInnen gemeinsam mit den Lehrpersonen partizipativ ein gutes Klassenklima. Der Klassenrat findet regelmäßig einmal in der Woche in einem Sitzkreis statt. Es geht dabei immer um Lösungs- und Prozessorientierung, niemals um schnelle Ergebnisse.⁸

Im Folgenden werden drei Übungen dargestellt. Bei allen Klassenstunden gelten folgende Regeln:

- ▲ Es dürfen keine Namen im negativen Kontext genannt werden, z.B. Lea stört immer. Dies kann mit einer Ich-Botschaft folgendermaßen geäußert werden: Ich mag es nicht, wenn es im Unterricht so laut ist, dass ich nichts verstehen kann.
- ▲ Es dürfen keine verletzenden Botschaften formuliert werden.

⁷ Eine dafür sehr geeignete Methode ist der Klassenrat, der auch als sehr gute Präventionsmaßnahme gegen jegliche Form von Mobbing gilt. Erklärungen dazu finden sich unter: www.klassenrat.org, www.dguv-lug.de/primarstufe_soziale_kompetenz_klassenrat.php

⁸ Siehe dazu: Blum, Hans Joachim und Eva: Der Klassenrat. Ziele. Vorteile. Organisation. Mühlheim/Ruhr, Verl. an der Ruhr, 2012, S.45ff.

- ▲ Alle gehen achtsam und wertschätzend miteinander um.
- ▲ Wenn jemand etwas sagen will, meldet er sich.
- ▲ Es wird darauf geachtet, dass alle ausreden dürfen.
- ▲ Unnötige Kommentare zu Meinungen und Meldungen von MitschülerInnen werden nicht zugelassen.
- ▲ Jede Meinung zählt. Es wird darauf geachtet, dass viele oder möglichst alle zu Wort kommen können.
- ▲ Inhalte, die bei Klassenstunden besprochen werden, werden nicht in anderen Klassen verbreitet.

Die Klassenstunden werden mit einer gemeinschaftsfördernden Übung begonnen, z.B. die SchülerInnen stehen im Kreis und betrachten ihre Fußspitzen, sie dürfen sich nicht gegenseitig anschauen. Gemeinsam wird versucht bis 21 durch zu zählen. Dabei darf nicht der Reihe nach durchgezählt werden und auch keine Zahl gleichzeitig von mehreren Personen genannt werden. Wenn dies passiert, wird von neuem begonnen. Eine weitere Einstiegsvariante ist die Methode „Obstsalat“⁹ oder „Stop and Go“ (mit Musik oder mit Stop and Go durch Lehrperson mit Hinweisen: hüpfen, Rückwärts gehen etc.). Ebenso kann auch eine „positive Runde“ durchgeführt werden,

⁹ Erklärung der Methode Obstsalat: www.sn.schule.de/sud/methodenkompendium/module/ansatz1/3_2_18.htm

alle SchülerInnen sagen einen Satz zu: Was habe ich heute schon Positives erlebt? oder zu: Welches positive Ereignis ist mir noch vom Wochenende in Erinnerung? oder Was habe ich heute Positives zu jemandem in der Klasse gesagt?

Danach werden die unterschiedlichen Themen der Klassenstunde behandelt. Im Folgenden werden drei thematische Vorschläge geboten.



Vorschlag 1

Wünsche und Anliegen in der Klasse

Im Raum werden rote, gelbe und grüne Kärtchen aufgelegt. Alle überlegen sich ein Thema, das sie gerne besprechen möchten. Je nach Dringlichkeit werden die Themen auf rote (ganz dringend) oder gelbe (nicht so dringend) geschrieben. Auf die grünen Kärtchen werden positive Dinge vermerkt, die in der Klasse gut funktionieren. Zwei Personen dürfen die Kärtchen vorlesen. Die Lehrperson achtet darauf, dass die Regeln eingehalten werden. Ganz wichtig: Kärtchen, die nicht den Regeln (siehe oben) entsprechen, werden aussortiert und mit „das entspricht nicht den Regeln“ zur Seite gelegt und anschließend entsorgt.

In der Klasse wird gemeinsam besprochen, mit welchem Thema begonnen werden soll. Dabei kann ein Klassenkonsens hergestellt werden oder die Mehrheit entscheidet oder das Thema mit den meisten roten Kärtchen wird gewählt.

In einer nachfolgenden Klassenstunde wird dann dieses Thema in Gruppenarbeit oder mit Arbeitsblättern besprochen. Wichtig ist, dass Lösungen gefunden werden, mit denen ein Großteil der Klasse zufrieden ist.

In den Folgestunden sollten möglichst alle Themen in einer mit der Klasse gemeinsam beschlossenen Abfolge behandelt werden.

Als Schlussübung ist das „Anzetteln“ bzw. „Rücken stärken“ sehr geeignet. Dabei wird allen SchülerInnen ein Blatt Papier mit Klebstreifen auf den Rücken geklebt. Die SchülerInnen schreiben nun positive Eigenschaften oder Wünsche auf das Blatt von möglichst allen KlassenkollegInnen. Wenn alle fertig sind und bei jeder/m Schüler/in mindestens vier Beiträge stehen, lösen sich die SchülerInnen gegenseitig das Blatt vom Rücken und „schenken“ es der betreffenden Person.



Vorschlag 2

Wohlfühlen in der Klasse

Alle SchülerInnen beschreiben schriftlich sehr genau folgende Fragen: Wie schaut ein perfekter Schultag in deiner Klasse aus? Wer macht was, wer macht was nicht, was passiert alles? Wie schaut ein total schlimmer Schultag in deiner Klasse aus? Wer macht was, wer macht was nicht, was passiert alles?

Anschließend werden durch Durchzählen acht Zufallsgruppen gebildet, jede Gruppe erhält ein Flipchartpapier, auf dem in der Mitte einer der acht unten stehenden Sätze steht. Die SchülerInnen diskutieren den Satz und schreiben ihre gemeinsamen Ergebnisse auf das Plakat. Beim Gruppengespräch ist es notwendig, dass die SchülerInnen beim Besprechen von Beispielen keine Namen von KlassenkollegInnen nennen, sondern Verhaltensweisen aufzeigen.

Die Gruppen präsentieren ihre Plakate, diese werden in der Klasse aufgehängt.

Acht Sätze

- 1 Damit sich jede/r in der Klasse wohlfühlen kann, ist mein Beitrag ...
- 2 An unserer Klassengemeinschaft finde ich super, dass ...
- 3 An unserer Klassengemeinschaft stört mich ...

- 4 Ich fühle mich in unserer Klassengemeinschaft wohl, wenn ...
- 5 Das stört mich an unserer Klassengemeinschaft am meisten, weil ...
- 6 Damit ich mich in unserer Klassengemeinschaft wohl fühle, muss ...
- 7 Das gefällt mir an unserer Klassengemeinschaft und kann so bleiben bzw. sollte verstärkt werden ...
- 8 Das kann ICH zu einer guten Klassengemeinschaft beitragen ...



Vorschlag 3
Beschimpfungen

Nach der Einstiegsübung werden in der Klasse gemeinsam übliche Beschimpfungen aus dem Alltag der SchülerInnen gesammelt und auf je ein Kärtchen in ihrem scharfen Wortlaut notiert.

Wenn genügend Beschimpfungen (je nach Anzahl der Gruppen) gefunden wurden, wird ein Wettbewerb durchgeführt. Jede Gruppe erhält eine Beschimpfung und soll dazu schlagfertige Antworten finden, die folgende zwei Kriterien aufweisen müssen: Sie müssen witzig sein und sie müssen eine die Situation entschärfende Wirkung haben.

Jede Gruppe wählt nun die drei besten Antworten und stellt sie in Form eines Rollenspiels oder einer kurzen Szene der Klasse vor. Der Beifall soll die Bewertung sein.

Als Abschluss kann eine Schutz-Übung¹⁰ durchgeführt werden. Dabei bestimmt die Lehrperson einen Schüler/eine Schülerin und bittet diesen/diese, sie so heftig wie möglich zu beleidigen oder zu beschimpfen. Die Lehrperson steht als Übungsperson zur Verfügung. Zwei SchülerInnen stehen während der Beschimpfung hinter der Lehrperson. Diese melden sich freiwillig oder werden von der Lehrperson ausgesucht. Sie übernehmen eine „beschützende“ Rolle. Die Lehrperson, die beschimpft wird, reagiert nicht auf die Beschimpfungen, sondern hört sich alles wortlos an. Die BeschützerInnen haben nun einige Augenblicke Zeit, um sich eine passende Reaktion zu überlegen oder um sich bei der Gruppe Rat zu holen, was sie tun bzw. wie sie energisch antworten können. Die BeschützerInnen werden auch gebeten, einige ernsthafte Antworten vorzubereiten wie „Das stört mich, dass du meinen Freund/meine Freundin beleidigst. Ich bitte dich, damit aufzuhören!“ oder „Stopp, ich mag das nicht, wenn du meinen Freund/meine Freundin so beschimpfst!“

Die SchülerInnen sollen diese Vorgehensweise als

10 Aus: Omer, Haim; Schlippe, Arist von: Stärke statt Macht. Neue Autorität in Familie, Schule und Gemeinde. Kornwestheim, V & R, 2010, S.296ff.

BeschützerInnen selbst bis zur nächsten Stunde im Alltag einüben. In der nächsten Stunde werden die Erfahrungen in der Klasse ausgetauscht.

Beispiele und Antworten von Beschimpfungen, die während eines Trainings von SchülerInnen entwickelt wurden:

Beschimpfung (B) „Fick dich!“
Antworten (A)
„Man sagt, Sport sei gesund.“
„Hast du diesbezüglich einen Tipp für mich?“
„Bin noch nicht im Alter, wo man damit anfängt.“

B „Hurensohn“
A „Soll ich dir einen Termin machen?“
„Besser Arbeit als arbeitslos
Leise! Sonst hört dich das Finanzamt!“
„Keine Hure – eine Businessfrau.“
„Das Wesentliche ist doch, dass sie ihre Arbeit mag!“

B „Ich habe deine Mutter gefickt.“
A „Und schau dir das Ergebnis an (auf sich selbst zeigend!)“
„Was? Fährst du auf Ältere ab?“

B „Schwuli!“
A „Hauptsache stolz!“
„Mit den hübschen Jungs in dieser Schule kann man ja nicht anders!“
„Ich soll bei 'Brokeback Mountain 2' mitspielen“

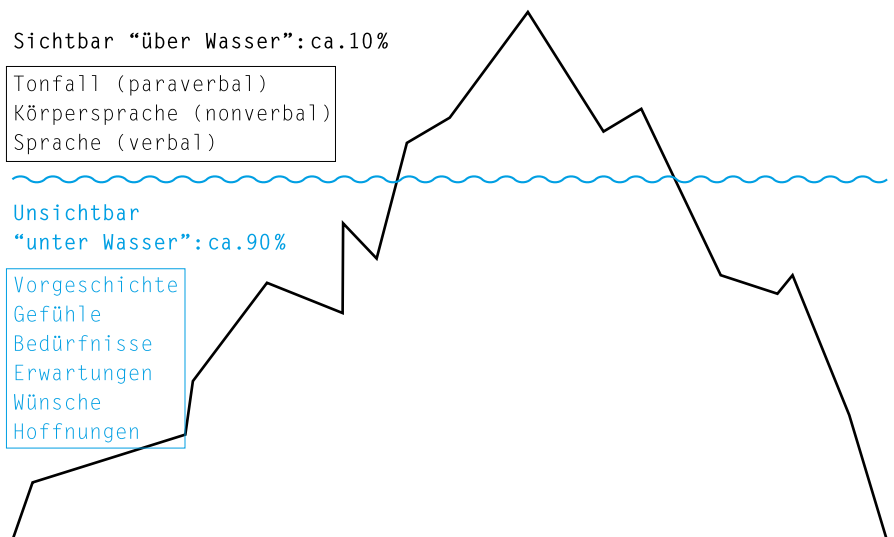
Sichtbare & Unsichtbare Kommunikation

ZIEL Die Schüler/-innen lernen das Eisbergmodell (Kommunikation) kennen.

ZIELGRUPPE ab 12 Jahren

DAUER 1 UE

MATERIALIEN Flipchart, Zeichenvorlage „Eisbergmodell“, Kärtchen



Zeichenvorlage „Eisbergmodell“

DURCHFÜHRUNG In einer ersten Unterrichtsstunde wird das Eisbergmodell vorgestellt und damit gearbeitet.

Ein Eisberg wird auf ein Flipchart gezeichnet (siehe Zeichenvorlage), aber zunächst ohne Kästen und gemeinsam werden folgende Fragen besprochen:

- ▲ Wie ist ein Eisberg beschaffen?
- ▲ Was ist das Gefährliche bei einem Eisberg?
- ▲ Was könnte ein Eisberg mit Kommunikation zu tun haben?

Dann wird die Zeichnung um die Kästen ergänzt. In der Kommunikation sichtbar sind z.B. Sprache, Körpersprache etc. Entscheidend beeinflusst wird die Kommunikation jedoch durch unsichtbare Faktoren wie z.B. Folgendes: Wie fühlt sich die sprechende Person gerade? Welche Ängste, Gefühle, Befürchtungen etc. hat sie? Was denkt sie wirklich, von wem oder von welchen Umständen ist die Person gerade

beeinflusst oder betroffen, wie geht es der Person heute – eher gut oder schlecht, was hat sie gerade erlebt, bevor ich ihr begegnet bin, welche Bilder hat sie im Kopf, welche Werte und Weltanschauungen hat sie, was und wer hat sie geprägt etc.?

Als Übung werden folgende Sätze bzw. Situationen aus sozialen Netzwerken als Beispiele aufgeschrieben:

1. **Aussage:** „Hör auf, Dich bei uns (bei unserer Clique) einzuschleimen.“
2. **Aussage:** „Lass mich in Ruhe.“
3. **Situation:** Ein Schüler/eine Schülerin wird auf WhatsApp von MitschülerInnen blockiert.
4. **Aussage:** „Es passt nicht mehr so gut zwischen uns.“ Oder „Unsere Freundschaft ist nicht mehr wie früher.“
5. **Situation:** Du schreibst einer Person eine lange Nachricht. Diese antwortet nur kurz angebunden mit „aha“ oder „ok“.

6. Situation: Ein Freund hat deine dringende Nachricht bei WhatsApp gelesen (blaue Häkchen) und hat dir aber nicht geantwortet.

7. Situation: Du postest ein Foto auf Instagram und ein Mitschüler/ eine Mitschülerin schreibt einen komischen Kommentar unter das Bild.

Die Schüler/-innen teilen sich in sieben Kleingruppen zu je vier bis sechs Personen auf. Jede Gruppe bekommt eine Aussage oder Situation von oben und analysiert, welche Motive, Bedürfnisse, Wünsche, Hintergründe (also das, was beim Eisbergmodell im unsichtbaren Teil steht) die Person haben könnte, die diesen Satz ausgesprochen hat oder in der Situation nicht/komisch reagiert. Die gefundenen Motive werden jeweils auf ein Kärtchen geschrieben.

Anschließend präsentiert jede Gruppe ihre Ergebnisse. Die Kärtchen werden in den unteren, unsichtbaren Teil des Eisbergs geheftet und eine Diskussion mit Hilfe folgender Fragen schließt an:

- ▲ In welcher Weise ist das Eisbergmodell wichtig für die Kommunikation?
- ▲ Wie können wir mit Hilfe des Eisbergmodells besser miteinander kommunizieren?
- ▲ Warum ist es bei einem Gespräch wichtig, die Hintergründe und Bedürfnisse der anderen Person zu kennen?



Kommunikation — wir verstehen uns!

ZIEL Die SchülerInnen lernen wichtige Grundlagen für die Gestaltung einer positiven Kommunikation kennen, die Formulierung von Ich-Botschaften, nichtverletzende Ärgermitteilungen und aktives Zuhören. Gemeinsam werden Regeln der Kommunikation in der Klasse erstellt.

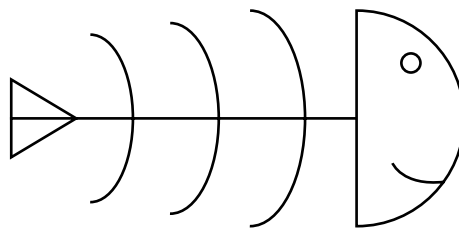
ZIELGRUPPE ab 9 Jahren, aktives Zuhören ab 12 Jahren

DAUER ohne Aufnahme 3 UE

MATERIALIEN

Kopiervorlage „Fisch“,
Kopiervorlage „Wut“,
Arbeitsblatt
„Kommunikationsregeln“
(ab 12 Jahren)

DURCHFÜHRUNG Die drei unten stehenden Übungen (Ich-Botschaften, die Ärgermitteilung und Aktives Zuhören) werden mit den SchülerInnen zur Verbesserung der Kommunikation in der Klasse durchgeführt. Als Abschluss werden mit dem Arbeitsblatt „Kommunikationsregeln“ gemeinsam Kommunikationsregeln für die Klasse erstellt. Für die jüngeren SchülerInnen zeichnet die Lehrperson einen Fisch mit Gräten an die Tafel. Entlang jeder Gräte markieren die SchülerInnen eine Kommunikationsregel.



Ich-Botschaften (50 Min.)

Den SchülerInnen wird der Grund für Ich-Botschaften erläutert. Der Sinn bei der Verwendung der Ich-Botschaften ist es, in einem ersten Schritt zu reflektieren, was mich am anderen stört. Es wird somit die Selbsterkenntnis gefördert, zugleich aber auch die Möglichkeit geschaffen, dass die andere Person nicht nur Kritik wahrnimmt. Ich-Botschaften haben somit auch eine deeskalierende Wirkung.

Unter Aufsicht der Lehrperson wird ein Vormittag lang die Kommunikation (nur Ton) unter den SchülerInnen aufgenommen (während der Pause). In einer

nachfolgenden Stunde werden die Sätze und Wörter angehört. Die SchülerInnen notieren alle Du-Botschaften, z.B. du nervst, du störst, du tust mir weh etc. Es werden Kleingruppen gebildet, je nach Anzahl der Aussagen erhält jede Gruppe alle oder diese werden aufgeteilt. Die Aufgabe der Gruppe ist es, die Du-Botschaften in Ich-Botschaften umzuformulieren, z.B. du nervst → ich brauche jetzt meine Ruhe, du störst → ich will im Moment alleine sein, du tust mir weh → ich mag das nicht.

Sobald alle die passende Ich-Botschaft gefunden haben, wird diese eingeübt, entweder einzeln oder in der Gruppe, sodass alle diese neue Form der Kommunikation ausprobieren. Meist ist es so, dass es am Anfang eher komisch klingt, je öfter dies aber angewandt wird, desto selbstverständlicher und respektvoller funktioniert es. Diese ist auch eine sehr gute Übung für Lehrpersonen, denn manchmal senden auch diese Du-Botschaften anstatt Ich-Botschaften.

Als Zusatzaufgabe: In der kommenden Woche oder im kommenden Monat wird die gemeinsame Kommunikation beobachtet, alle Du-Botschaften werden entlarvt und zu Ich-Botschaften umformuliert.

Ärgermitteilungen (20 Min.)¹¹

Alle SchülerInnen erhalten die Kopiervorlage „Wut“ und suchen sich eine Person, mit der sie gegenseitig das Interview durchführen. Anschließend werden die Fragen miteinander besprochen und Notizen gemacht.

Im Plenum stellen die SchülerInnen die Antworten ihrer interviewten Person vor, wenn diese vorab der Präsentation ihres Interviews zugestimmt hat.

Gemeinsam werden die Interviews ausgewertet und ein Gespräch darüber geführt. Meistens kommt dabei heraus, dass SchülerInnen Ärger und Wut zeigen wollen. Gemeinsam wird anhand folgender drei Fragen ein konstruktiver Umgang mit Wut besprochen:

- a Warum sollten wir zeigen, dass wir wütend sind? Wichtige Gründe dafür sind, damit die anderen informiert sind, es einem besser geht (im Körper entstehen Spannungen, die sich entladen müssen) und ein ehrlicher Umgang miteinander gelebt wird.
- b Wie entlädt sich diese Wut häufig? Oft werden Wutgefühle nicht kontrolliert und verletzend abgebaut (jemanden anbrüllen, die Tür zuschlagen, schimpfen etc.). Wie empfindet ihr diese Reaktionen? Wie wirken sie

- auf ein Gegenüber?
- c Welche akzeptablen Formen fallen euch ein? Gemeinsam wird nach unterschiedlichen Möglichkeiten gesucht, Wut konstruktiv abzubauen (z.B. Laufen gehen, Luft holen, Ärgerball, Instrument spielen, Holz hacken, im Garten arbeiten, aufschreiben etc.). Nach einer Phase der Beruhigung, kann der anderen Person der Ärger in der passenden sprachlichen Formulierung kommuniziert und der Konflikt besser geklärt werden.

Aktives Zuhören (30 Min.)

In der Kommunikation kommt es des Öfteren zu Missverständnissen. Durch Aktives Zuhören können diese weitgehend ausgeschaltet oder zumindest reduziert werden. Beim Aktiven Zuhören geht es im Wesentlichen darum, genauer zu verstehen und hinzuhören, was die andere Person meint, und ihr zu vermitteln, dass sie verstanden worden ist. Zum Aktiven Zuhören gehört das „Spiegeln“ des Gesagten mit eigenen Worten (Paraphrasieren). Die Empfängerin/der Empfänger der Nachricht sagt, was sie/er verstanden hat. Sie/er legt der Senderin/dem Sender quasi ihr/sein Verständnis der Nachricht zur Prüfung vor. Das Spiegeln geschieht hauptsächlich auf der Sachebene und die Empfängerin/der Empfänger wiederholt genau das, was sie/er verstanden hat und nicht nur „Ja, ja, ich weiß eh“ oder „Ich verstehe...“. Wichtig ist auch,

dass man einander ausreden lässt und nicht unterbricht. Unklares wird durch Nachfragen mit offenen und nicht Warum-Fragen geklärt.

Den SchülerInnen wird Aktives Zuhören erklärt und anhand eines Beispiels veranschaulicht (siehe unten). Anschließend sollen die SchülerInnen in Kleingruppen Beispielszenen entwickeln und diese als Dialog in der Klasse vorspielen. Falls ein Beispiel nicht richtig ist, wird es gemeinsam umformuliert.

Beispiel

SenderIn (S) Hast du für die Matheschularbeit gelernt?

EmpfängerIn (E) Nein ich fang erst morgen an und du?

S Ich lerne schon die ganze Woche dafür.

E Das hört sich echt verzweifelt an.

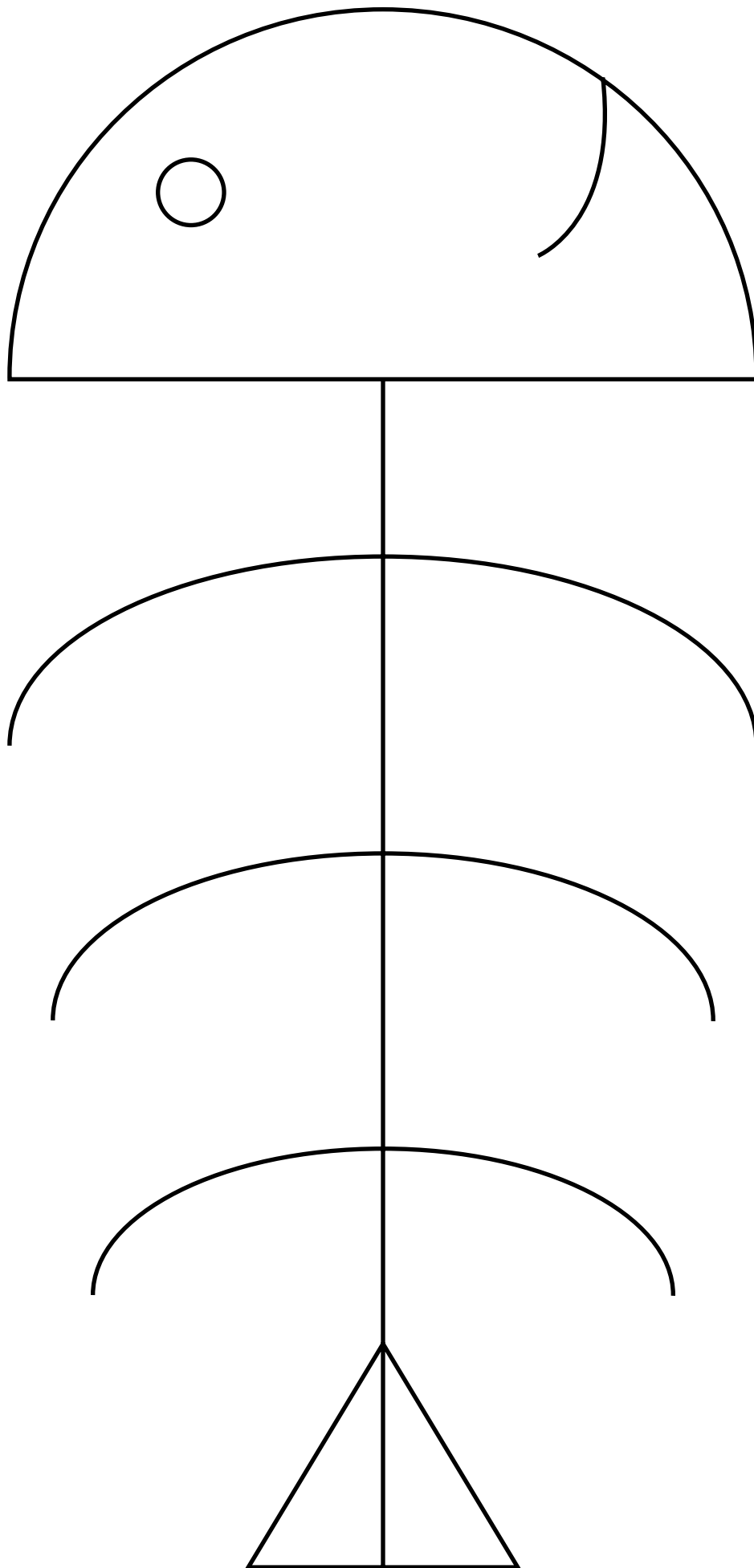
S Na ja, ich kenne mich beim Prozentrechnen überhaupt nicht aus und du weißt ja, ich habe eine Frühwarnung.

E Machst du dir Sorgen, dass du es nicht schaffen könntest, weil du das Prozentrechnen einfach nicht verstehst?

S Ja genau, ich hab voll keinen Plan... und wenn ich einen Fünfer schreib, du weißt schon, meine Mutter flippt dann aus.

E Ach ja, du hast echt Schiss davor.

¹¹ Faller, Kurt; Kerntke, Wilfried; Wackmann, Maria: Konflikte selber lösen. Trainingshandbuch für Mediation und Konfliktmanagement in Schule und Jugendarbeit. Mülheim/Ruhr, Verl. an der Ruhr 2009.



Wut

Was ärgert dich? Was macht dich wütend?

Nenne drei Sachen:

1

2

3

Was machst du, wenn du dich ärgerst? Wie reagierst du, wenn du wütend bist?

Nenne mindestens drei Reaktionen:

Ist es deiner Meinung nach richtig Ärger und Wut zu zeigen?

Wenn JA, warum?

Wenn NEIN, warum nicht?

Kommunikationsregeln

Die wichtigste Regel der Kommunikation ist für mich:

.....
.....

Begründung: weil ...

.....
.....

Weitere Regeln der Kommunikation sind für mich wichtig:

.....
.....

Begründung: weil ...

.....
.....

Durch welche Arten der Kommunikation würde sich unser Klassenklima stark verbessern?

Vorschläge:

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

Wie könnten wir diese konkret umsetzen?

Vorschläge:

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

(Cyber-)Mobbing — ja oder nein?

(CYBER-)MOBBING

ZIEL Die SchülerInnen setzen sich durch Positionierungsübungen im Raum mit (Cyber-) Mobbing auseinander. Dabei reflektieren sie, ob es sich um einen Mobbingfall handelt und um welche Form, Mobbing oder Cyber-Mobbing.

ZIELGRUPPE ab 12 Jahren

DAUER 1 UE

MATERIALIEN Aussagen

DURCHFÜHRUNG Im Raum wird mit Klebeband eine Linie am Boden markiert. Das eine Ende entspricht 100% (Mobbing), das andere Ende 0% (kein Mobbing). Dazwischen liegen sämtliche andere Prozentzahlen, z.B. 53%, 75%, 48%, 15% usw. Alle werden eingeladen, sich bei jeder Aussage, die vorgelesen wird, zu positionieren und die eigene Meinung/Position zu begründen. Dabei legen sie auch dar, ob es sich um Mobbing oder Cyber-Mobbing handelt. Wenn 4–5 SchülerInnen ihre Meinungen dargelegt haben, liest die Lehrperson die nächste Aussage vor. Wichtig ist, dass alle mindestens einmal zu Wort kommen.



Aussagen

- ▲ Du stellst dich beim Schulbuffet an. Gerade als du sagen willst, was du möchtest, drängelt sich ein anderer frecher Schüler geschickt vor und wird tatsächlich vor dir bedient.
- ▲ Du bist krank und bittest in der WhatsApp-Gruppe der Klasse um Informationen, was zu machen ist. Niemand antwortet dir.
- ▲ Du stellst fest, dass in „ask“ von dir immer wieder ein Fakeprofil erstellt wird, bei dem ganz viele Unwahrheiten über dich verbreitet werden. Das geht jetzt schon über ein Monat und es ärgert dich sehr.
- ▲ Zwei Leute in der Klasse streiten lautstark um den Sitzplatz im Computerraum. Du findest das lächerlich und willst deine Ruhe haben.
- ▲ Özgür sieht schlecht und trägt deshalb eine dicke Brille. Chris lacht ihn deshalb immer aus.
- ▲ Beim Turnen gelingt dir eine Übung nicht wirklich, zufällig hat das jemand aus deiner Klasse mit dem Handy mitgefilmt und stellt es in ein Soziales Netzwerk, um sich über dich lustig zu machen. Dieses Video macht die Runde

und wenn du in die Klasse kommst, lachen alle über dich oder drehen sich weg und beginnen zu kichern. Das geht nun schon sechs Wochen lang und es verletzt dich.

- ▲ Es läutet um 13:45 – Unterrichtsende. Die Klasse schaut leider schrecklich unordentlich aus, weil viele ihren Mist auf den Boden fallen lassen. Die Lehrperson bittet auch dich, Zeitungen und Papier vom Boden aufzuheben und in den Papiermüll zu bringen.

Abschließend werden folgende Fragen nochmals im Plenum reflektiert (Infos siehe Einleitung und Fußnote):

- ▲ Wann handelt es sich um Mobbing und wann um Cyber-Mobbing? Was sind die Kriterien?¹²
- ▲ Was sind Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Mobbing und Cyber-Mobbing?
- ▲ Ist Cyber-Mobbing strafbar? Welche Strafen gibt es dafür?¹³

¹² Unter dem folgenden Link findet sich ein Flyer zu Cyber-Mobbing für Jugendliche, der übersichtlich und klar Definitionen, Handlungsvorschläge und rechtliche Informationen bietet: www.saferinternet.at/uploads/tx_simaterials/Flyer_Cybermobbing.pdf

¹³ Seit 1.1.2016 ist Cyber-Mobbing als eigener Straftatbestand im Strafgesetzbuch festgelegt (§ 107c StGB „Fortgesetzte Belästigung im Wege einer Telekommunikation oder eines Computersystems“). Weitere gesetzliche Bestimmungen finden sich unter: www.saferinternet.at/cyber-mobbing und für SchülerInnen unter: www.saferinternet.at/fileadmin/files/Materialien_Relaunch/Cyber-Mobbing_Infoblatt_Kein_Kavaliersdelikt.pdf

Die WhatsApp-Gruppe

ZIEL Die SchülerInnen setzen sich durch ein vorgegebenes Beispiel oder eigene Beispiele mit Cyber-Mobbing auseinander. Sie versetzen sich in die Lage von Opfer, TäterInnen, MitläuferInnen und ZuschauerInnen und erarbeiten gemeinsam Lösungsstrategien.

ZIELGRUPPE 9-14 Jahre

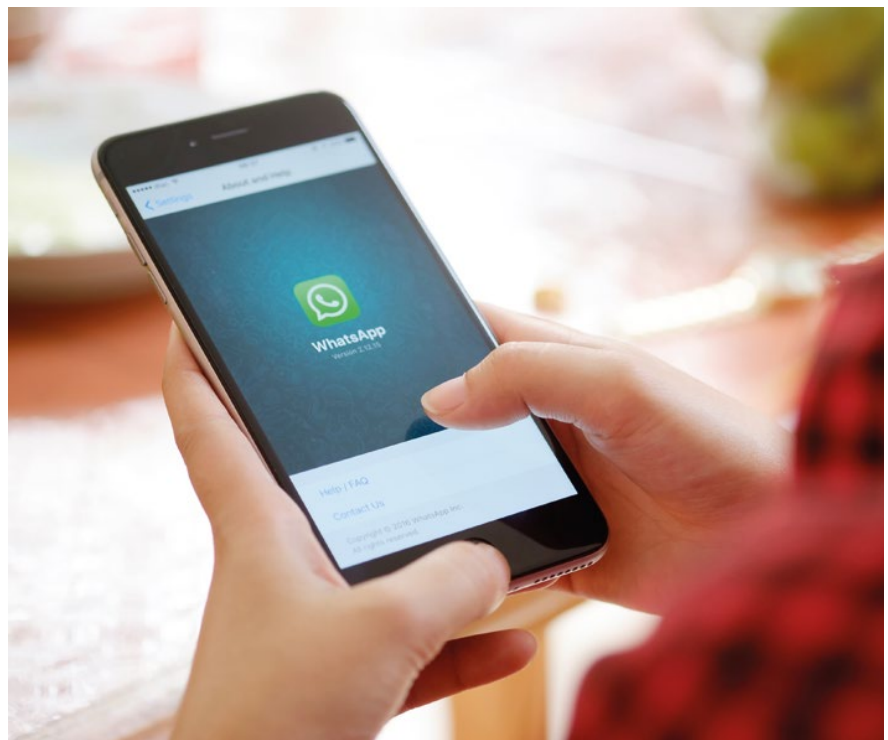
DAUER 1 UE

MATERIALIEN Arbeitsblatt „Die WhatsApp-Klassengruppe der 4A“

DURCHFÜHRUNG Es werden Kleingruppen mit mind. sechs Personen gebildet, im Idealfall drei Jungen und drei Mädchen. Die Gruppen erhalten das Arbeitsblatt „Die WhatsApp-Klassengruppe der 4A“ und erarbeiten zunächst in Einzelarbeit die Fragen. Danach tauschen sie ihre Ergebnisse aus und entwickeln gemeinsam Lösungsstrategien, die sie anschließend der Klasse vorspielen.

Dabei können sie auch eine zusätzliche Person einführen, z. B. ein/e Schüler/in, eine Lehrperson, ein Schülercoach etc.

Als Abschluss werden die unterschiedlichen Lösungsstrategien gemeinsam kurz besprochen.



Die WhatsApp-Klassengruppe der 4A

Auftrag

- 1 Lest die Geschichte und beantwortet die Fragen zuerst alleine.
- 2 Besprecht in der Gruppe eure Ergebnisse und findet gemeinsam eine Lösung für diesen Cyber-Mobbingfall.
- 3 Entwickelt daraus ein kurzes Theaterstück, das ihr der Klasse anschließend vorspielt. Ihr könnt dabei auch eine Person dazu nehmen, z.B. ein/e Schüler/in, eine Lehrperson, ein Schülercoach etc. Verwendet im Rollenspiel niemals eure eigenen Namen, sondern gebt euch einen Rollenspielnamen, den ihr auf ein Papier schreibt und aufklebt, damit alle sehen können, wie ihr heißt.

Geschichte

Lea ist in einer WhatsApp-Klassengruppe der 4A, damit sie ihre MitschülerInnen fragen kann, wenn sie mal nicht weiß, was die Hausübung oder der Lernstoff ist. Eines Tages merkt sie, dass sie von der Gruppe entfernt worden ist. Sie ist traurig und fragt am nächsten Tag ihre MitschülerInnen, warum sie nicht mehr dabei sein kann. Thomas und Karin sagen nichts, sie tuscheln nur, wenn sie rein kommt. Manchmal lachen auch andere SchülerInnen, wenn sie die Klasse betritt. Die anderen schauen einfach nur zu oder weg und tun so, als ob sie nichts merken. Nach einigen Wochen zeigt ihr Ali ein Bild von ihr, auf dem sie eine komische Grimasse schneidet. Neben dem Bild steht ein gemeiner Spruch. Er fragt sie: „Kennst du schon das neueste Bild von dir, das gerade die Runde macht?“

Fragen

Bei Mobbing und Cyber-Mobbing sind immer unterschiedliche Personen beteiligt. Es gibt Opfer, TäterInnen, MitläuferInnen und ZuschauerInnen. Wer hat bei diesem Beispiel welche Rolle?

.....

Versetzt dich in Lea, wie fühlt sie sich? Wie geht es ihr? Was kann sie machen?

.....

Welche Rolle spielen Thomas und Karin? Wie fühlen sie sich? Was müsste passieren, damit sie ihr Verhalten verändern?

.....

Was machen die anderen MitschülerInnen? Wie fühlen sie sich? Was können sie machen?

.....

Warum zeigt Ali Lea das Bild? Wie fühlt er sich?

.....

Was müssen Lehrpersonen machen, wenn sie überhaupt bemerken, dass etwas in der Klasse nicht stimmt?

.....

Cyber-Mobbing — eure Meinung ist gefragt!

ZIEL Die SchülerInnen setzen sich mit Cyber-Mobbing auseinander. Sie versetzen sich emotional in die unterschiedlichen Rollen (MobberInnen, Gemobbte, MitläuferInnen, ZuschauerInnen) und reflektieren unterschiedliche Handlungsvarianten. Sie überlegen sich, welche Angebote Schulen zu Prävention und Intervention bei (Cyber-)Mobbing setzen sollten.

ZIELGRUPPE ab 12 Jahren

DAUER 3 UE

MATERIALIEN

Flyer Cyber-Mobbing für alle SchülerInnen der Klasse¹⁴,
Internet und Beamer,
Arbeitsblatt
„Unsere Empfehlung“

DURCHFÜHRUNG Der Film „Let’s fight together“ wird im Internet angeschaut (www.klicksafe.de/ueber-klicksafe/downloads/weitere-spots) und der Inhalt kurz gemeinsam besprochen. Anschließend werden Kleingruppen gebildet und der Flyer Cyber-Mobbing an alle SchülerInnen verteilt. Nach der Lektüre des Flyers besprechen die SchülerInnen in den Arbeitsgruppen die Fragen. Gemeinsam entwickeln sie eine Empfehlung für jede Person im Film. Im Plenum werden die Empfehlungen präsentiert.

In einer weiteren Stunde werden drei Kleingruppen gebildet, die je eine der drei unten stehenden Fragen erhalten. In einem Brainstorming sammeln die SchülerInnen auf einem Plakat in ihren Gruppen Ideen zu ihrer Frage. Die Ergebnisse können sie unterschiedlich präsentieren: Darstellung in sehr kurzen Szenen, eine Powerpointpräsentation, ein Zeitungsinterview, ein Dialog zwischen JournalistIn und ExpertIn im Radio/TV, etc.

Gruppe 1 Was hätte es in der Schule gebraucht, dass Joe sich traut, Hilfe zu holen?

Gruppe 2 Wie hätte die Schule reagieren sollen, wenn Joe sich Hilfe geholt hätte?

Gruppe 3 Was könnte helfen, Cybermobbing und Mobbing im Vorfeld zu verhindern?

Abschließend werden ihnen die Ideen von SchülerInnen zu diesen drei Fragen präsentiert, die 147 Rat auf Draht hat im Mai/Juni 2015 via Online Fragebogen und Fokusgruppen dazu erhoben hat.

Schicken Sie die besten Ideen Ihrer Klasse an SOS-Kinderdorf. Wir freuen uns diese Ideen an 147 Rat auf Draht weiterzugeben und damit anderen Jugendlichen zu helfen.

¹⁴ Flyer downloadbar unter:
www.saferinternet.at/uploads/tx_simaterials/Flyer_Cybermobbing.pdf



Tipps zu Hilfsmöglichkeiten bei Mobbing

laut der Studie von 147 Rat auf Draht

- ▲ **Schulexterne Ansprechpersonen** (SchulpsychologInnen, SozialarbeiterInnen, ...)
- ▲ **VertrauenslehrerInnen**, allerdings mehrere, da sich viele nicht hingehen trauen, wenn man von der Person auch benotet wird. Wichtig ist auch Personen mit unterschiedlichem Geschlecht als AnsprechpartnerInnen zu haben. Sie sollten möglichst unauffällig aufgesucht werden können.
- ▲ Einen **Kummerkasten**, in dem anonym von Mobbing berichtet werden kann, vor allem auch für SchülerInnen, die Mobbing bei anderen beobachten und sich aus Angst, selbst Opfer zu werden, nicht trauen, es zu melden. Wichtig, der Kummerkasten braucht einen Ort, an dem man etwas ungesehen einwerfen kann. Am häufigsten als Wunschort wurde das WC genannt.
- ▲ **Vorbildwirkung:** Ob man sich traut Hilfe zu holen oder nicht hängt vor allem auch davon ab, wie sonst mit Konflikten in der Schule umgegangen wird und ob Mobbing Konsequenzen hat. SchülerInnen vermissen hier oftmals den Schutz der Opfer und deutliche Konsequenzen. Sie erleben, dass es vor allem um die Suche einer/eines Schuldigen geht, aber nicht darum, wie es gelingen kann, das Mobbing zu beenden und das Opfer zu schützen. **Als Konsequenzen** wünschen sich die SchülerInnen z.B. Gespräche mit dem Direktor für Mobbende, verpflichtende Wiedergutmachungen oder auch eine offizielle Abmahnung. **Als Schutzmaßnahmen** beispielsweise einen Art Ruheraum an der Schule, in dem nicht gesprochen werden darf, in dem immer eine Lehrperson anwesend ist und in dem man sich in der Pause zurückziehen kann. Auch eine aktive Gangaufsicht, die bewusst auf die Betroffenen achtet.
- ▲ **Objektive Erhebung** der Situation. SchülerInnen erleben, dass Mobbing nicht ernst genommen wird bzw. manchen SchülerInnen eher ein „Tätertum“ zugetraut wird als anderen. Wünschenswert ist ein objektives Festhalten, was alles passiert ist, um danach zu überlegen, wie die Situation aufgelöst werden kann.
- ▲ **Frühwarnsystem:** Die SchülerInnen haben dabei eine Art Ampelsystem beschrieben, ja nachdem wie häufig Vergehen passieren, gibt es zunächst eine Verwarnung und dann direkt Konsequenzen.
- ▲ **Möglichkeit sich** zunächst einfach einmal **anzuvertrauen**, ohne dass sofort mit der Klasse gesprochen wird oder das gesamte Kollegium informiert wird.

Alle Ergebnisse im Detail:
[http://www.rataufdraht.at/news/ergebnisse-des-147-stimmungsbildes-\(cyber\)mobbing](http://www.rataufdraht.at/news/ergebnisse-des-147-stimmungsbildes-(cyber)mobbing)

Unsere Empfehlung

❶ Lest euch den Flyer durch und besprecht anschließend gemeinsam die Fragen. Notiert eure Ergebnisse.

❷ Überlegt euch für jede Person in diesem Film eine Empfehlung: Wie soll sie handeln?

❸ Schreibt dazu einen Satz und präsentiert diesen nach der Gruppenarbeit im Plenum.

❹ Die Personen sind: Joe, die MobberInnen, die MitläuferInnen und Zuschauenden, die Mutter, die Lehrerin, die Direktorin

Fragen

Bei Mobbing/Cyber-Mobbing gibt es klassische Rollen: MobberInnen, Gemobbte, MitläuferInnen, ZuschauerInnen. Wer nimmt in diesem Kurzfilm welche Rolle ein?

.....
.....

Wie wird Joe gemobbt? Kennt ihr noch andere Varianten von Cyber-Mobbing? Was wird im Flyer noch genannt?

.....
.....

Warum wird Joe gemobbt? Welche Motive könnten MobberInnen haben? Was für Informationen findet ihr dazu im Flyer?

.....
.....

Wie geht es Joe? Welche Gefühle hat er? Wie hat er es geschafft, sich zu wehren? Wie könnte er sich noch wehren? Was für Tipps bietet der Flyer?

.....
.....

Welche Rolle spielen die MitschülerInnen? Warum machen sie mit oder unternehmen nichts dagegen? Was könnten sie tun? Was schlägt die Organisation Safer Internet im Flyer noch vor?

.....
.....

Was machen die Lehrerinnen? Haben sie Joe unterstützt? Was hätten sie machen können?

.....
.....

Zahlen und Fakten zu (Cyber-)Mobbing

ZIEL Die SchülerInnen gewinnen einen Einblick, wie viele Kinder und Jugendliche in Österreich mit dem Thema (Cyber-)Mobbing konfrontiert sind.

ZIELGRUPPE ab 10 Jahren

Dauer 1 UE

MATERIALIEN Kopiervorlage „Quiz“, Quizfragen und Lösungen

147 Rat auf Draht hat im Mai/Juni 2015 via Online Fragebogen und Fokusgruppen SchülerInnen zu ihren Erlebnissen rund um (Cyber-)Mobbing und ihre Lösungsvorschläge befragt. Die Ergebnisse dieser Studie¹⁵ wurden für das Quiz verwendet.

DURCHFÜHRUNG Die vier Ecken der Klasse werden mit den Buchstaben A, B, C, D gekennzeichnet. Die Lehrperson liest eine Quizfrage vor und die SchülerInnen haben kurz Zeit zu überlegen (max. 30 Sek.), welche Antwort die richtige ist. Sie begeben sich in der Folge in die zutreffende Ecke. Wenn alle ihre Position eingenommen haben, werden einige SchülerInnen aus jeder Ecke gebeten, ihre Entscheidung zu begründen. Die Lehrperson gibt die richtige Antwort bekannt und erklärt den Zusammenhang. Danach kehren die SchülerInnen an ihren Platz zurück und die Lehrperson liest die nächste Frage vor.

Mit jüngeren SchülerInnen werden die Prozentzahlen soweit möglich umgewandelt, z.B. ein Drittel.

Abschließend wird das Quiz anhand folgender Fragen gemeinsam ausgewertet und reflektiert:

- ▲ Welche Antworten waren uns bekannt?
- ▲ Welche Antworten waren überraschend? Warum?

Lösungen

1) **Antwort C:** 46 % der SchülerInnen waren schon einmal von Mobbing betroffen, bei den Jüngeren sogar eher mehr (48,3 % der 9-14 Jährigen, 44,4 % der 15-20 Jährigen).

2) **Antwort B:** Mehr als die Hälfte (51%) ignoriert das Mobbing und macht nichts. Vor allem in der Gruppe der Mädchen ist das Weggehen und Ignorieren als Hauptreaktion auszumachen. Bei den Burschen redet ein Viertel zurück, bei den Mädchen sind es hingegen 10,8%.

3) **Antwort C:** Mehr als zwei Drittel kennen jemanden, der/die von Mobbing betroffen ist.

4) **Antwort A:** Ungefähr ein Drittel aller SchülerInnen waren schon einmal von Cyber-Mobbing betroffen. Dabei sind eher die älteren, weiblichen Jugendlichen mehr betroffen.

5) **Antwort D:** Die überwiegende Mehrheit sperrt und blockiert diejenigen, die sie cybermobben. Nur wenige, im Vergleich zu Mobbing im realen Raum, ignorieren das Cyber-Mobbing (12,7%). 9,1 % beleidigen zurück.

6) **Antwort B:** 44,1% setzen sich für die anderen ein, 25% trauen sich nichts zu sagen/schreiben, aus Angst, selbst gemobbt zu werden. 18,9% holen Hilfe. Nur 8,7 % tun so, als ob sie nichts mitbekommen würden. Rund 3% geben an, mitzumachen.

7) **Antwort C:** Von denjenigen, die schon einmal von (Cyber-)Mobbing betroffen waren, haben sich rund die Hälfte Hilfe geholt (48,1%). Wobei sich mehr Mädchen (52,5) als Burschen (35,7%) Hilfe holen und eher ältere Jugendliche ab 15.

15 www.rataufdraht.at/getmedia/fbe9a0c4-6c94-4339-a988-00cf38aa21b2/RaD_Cyber-Mobbing-Umfrage-Fokusgruppen-ERGEBNISSE_1.pdf

Quiz

1) Wie viele SchülerInnen in Österreich sagen, dass sie bereits einmal gemobbt wurden?

- A: 8% B: 23%
 C: 46 % D: 68 %

2) Was machen SchülerInnen am meisten, wenn sie gemobbt werden?

- A: zurückreden B: nichts
 C: weggehen D: zurückschlagen

3) Wie viele SchülerInnen kennen jemanden, der von Mobbing betroffen ist?

- A: Mehr als ein Drittel aller SchülerInnen
 B: Mehr als die Hälfte aller SchülerInnen
 C: Mehr als zwei Drittel aller SchülerInnen
 D: Alle SchülerInnen

4) Wie viele SchülerInnen waren bereits einmal von Cyber-Mobbing betroffen?

- A: Ungefähr ein Drittel aller SchülerInnen
 B: Mehr als die Hälfte aller SchülerInnen
 C: Mehr als zwei Drittel aller SchülerInnen
 D: Alle SchülerInnen

5) Was machen SchülerInnen am häufigsten, wenn sie Opfer von Cyber-Mobbing sind?

- A: zurück beleidigen
 B: mit den Eltern reden
 C: nichts
 D: die Person blockieren / sperren

6) Was machen die meisten SchülerInnen, wenn sie sehen, dass jemand fertig gemacht, ausgeschlossen oder beschimpft wird (egal, ob im Internet oder im persönlichen Kontakt)?

- A: trauen sich aus Angst nichts zu sagen/schreiben
 B: setzen sich für die Person ein
 C: tun so als ob nichts wäre
 D: holen Hilfe

7) Wie viele SchülerInnen haben sich Hilfe geholt, als sie selbst Opfer von Mobbing oder Cyber-Mobbing waren?

- A: ein Drittel
 B: fast alle
 C: ungefähr die Hälfte
 D: zwei Drittel

„Wichtig ist auch, dass
Schulen eine Anti-Mobbing-
Konvention haben...“



Schulregeln gegen (Cyber-)Mobbing

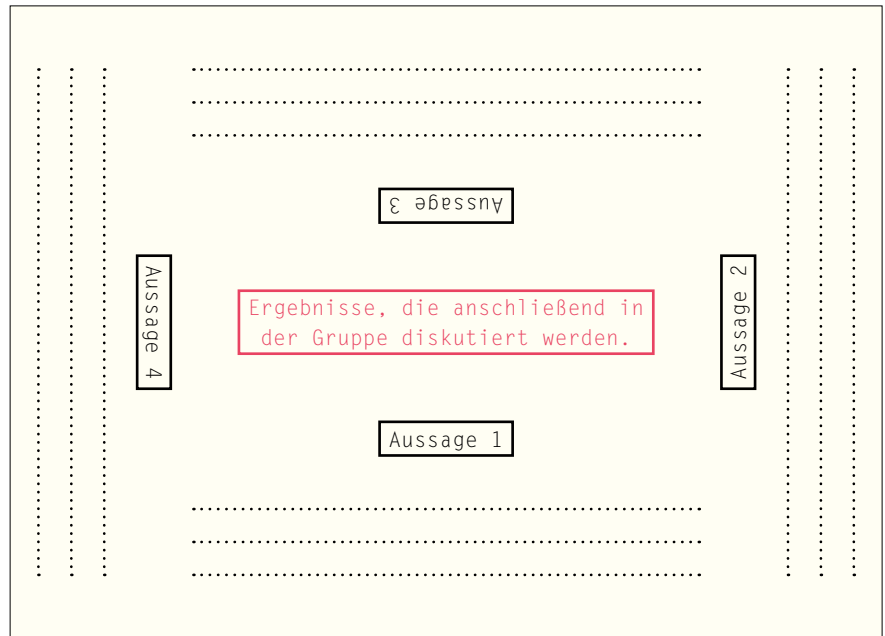
HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN GEGEN (CYBER-)MOBBING

ZIEL Die SchülerInnen erarbeiten in einem Schreibgespräch zu Cyber-Mobbing bestimmte Regeln, die in die Schulregeln aufgenommen werden sollen. Diese Übung soll flächendeckend in vielen/allen Klassen einer Schule und auf Ebene der Lehrpersonen durchgeführt werden. Anschließend werden diese Regeln im Schulgemeinschaftsausschuss (SGA) diskutiert und beschlossen. Die Umsetzung der Regeln in den Schulalltag muss immer wieder von vielen Personen (Lehrpersonen, SchülerInnen, Eltern) in Erinnerung gerufen werden.

ZIELGRUPPE ab 10 Jahren

DAUER 1 UE

MATERIALIEN Flipchartpapier für die Plakate, Kopiervorlage „Fragen“



Placemat

DURCHFÜHRUNG Da bei dieser Übung Vertrauen eine wichtige Rolle spielt, dürfen die SchülerInnen selbst Vierergruppen bilden und sich an einem Tisch zusammensetzen. Auf jedem Tisch liegt ein Plakat, das in vier Felder geteilt ist und ein Feld in der Mitte hat (Placemat). Die Fragen werden ausgedruckt und auf jedes Plakat wird in je ein Feld eine Frage geklebt. Wichtig ist es, den SchülerInnen zu sagen, dass es dabei nicht um bestimmte Personen geht, die etwas tun. Es geht darum, ein spezifisches Verhalten aufzuzeigen!

Die SchülerInnen schreiben still ihre Kommentare zu den vier Fragen auf das Plakat. Alle drei Minuten wird das Plakat weitergedreht, sodass die nächste Frage von allen beantwortet wird. Dabei können sie jede der vier Fragen selbst beantworten oder auch die

Kommentare der anderen ergänzen. Anschließend wird gemeinsam diskutiert, welches die wichtigsten Erkenntnisse/Ergebnisse sind. Gemeinsam werden zwei Vorschläge zu Prävention und zwei Vorschläge zu Intervention, die ihnen am wirksamsten erscheinen, in das Feld in der Mitte notiert.

Die Plakate werden im Raum aufgehängt und jede Gruppe präsentiert diese vier Vorschläge. Diese werden als Gesamtergebnis gesammelt.

Fragen

Woran merke ich, dass es sich um Mobbing oder Cyber-Mobbing handelt?

.....

.....

.....

.....

Was kann ich persönlich dagegen tun?

.....

.....

.....

.....

Was kann ich tun, wenn ich selbst Betroffene von Mobbing oder Cyber-Mobbing bin?

.....

.....

.....

.....

Meine Idee für eine Anti-Mobbing/Anti-Cyber-Mobbing Regel ist ...

.....

.....

.....

.....

Cyber-Mobbing verhindern oder stoppen — eure Meinung ist gefragt!

ZIEL Die SchülerInnen fassen kurz Merkmale von Cyber-Mobbing zusammen. Gemeinsam reflektieren sie aus der Position unterschiedlicher Personen, welche Maßnahmen gesetzt werden müssten, um Cyber-Mobbing zu verhindern oder zu beenden.

ZIELGRUPPE ab 14 Jahren

DAUER 1 UE

MATERIALIEN Arbeitsblatt „Maßnahmen zu Prävention und Intervention“, grüne und gelbe Kärtchen, Plakate zu jeder Person

DURCHFÜHRUNG Die Lehrperson bereitet im Vorfeld je ein Plakat zu einer der Personen (Betroffene/r, MitschülerIn, Klassenvorständin/vorstand, Lehrperson, Schulleiter/in, Elternteil) vor. Dabei wird jedes Plakat deutlich sichtbar in zwei Hälften geteilt, eine für Prävention, eine für Intervention.

Mit den SchülerInnen können anhand folgender Fragen die wichtigsten Aspekte von Cyber-Mobbing kurz wiederholt werden¹⁶. Dies ist jedoch nicht zwingend notwendig.

- ▲ Was sind wichtige Kennzeichen von Cyber-Mobbing? Wie könnte eine Definition lauten?
- ▲ Was könnten Ursachen von Cyber-Mobbing sein?
- ▲ Warum können oder wollen manche MitschülerInnen nicht handeln oder eingreifen?

Anschließend werden Kleingruppen gebildet und alle SchülerInnen erhalten das Arbeitsblatt „Maßnahmen zu Prävention und Intervention“. Gemeinsam entwickeln sie aus der jeweiligen Perspektive der Person Maßnahmen zur Prävention und Intervention bei Cyber-Mobbing. Ihre Ideen

für Prävention schreiben sie auf ein grünes Kärtchen, die für Intervention auf ein gelbes Kärtchen.

Inzwischen hängt die Lehrperson im Raum die vorbereiteten Plakate auf. Die SchülerInnen kleben ihre Kärtchen auf die zutreffenden Plakate.

Die Ergebnisse können gemeinsam im Plenum besprochen werden. Anschließend erhalten alle SchülerInnen 12 grüne Punkte, mit denen sie die besten Ideen prämiieren. Sie vergeben bei jedem Plakat je einen Punkt für eine Präventionsidee und einen für eine Interventionsidee.

Schicken Sie die besten Ideen Ihrer Klasse an SOS-Kinderdorf. Wir freuen uns diese Ideen an 147 Rat auf Draht weiterzugeben und damit anderen Jugendlichen zu helfen.

¹⁶ Informationen dazu finden sich in der Einleitung.

Maßnahmen zu Prävention und Intervention

Versetzt euch in die Lage der verschiedenen Personen.
Besprecht gemeinsam, welche Maßnahmen von den jeweiligen Personen gesetzt werden müssten, um Cyber-Mobbing zu verhindern oder zu beenden.

Personen	Langfristige Prävention, damit Cyber-Mobbing keine Chance hat	Sofortmaßnahme, direkte Intervention, wenn Cyber-Mobbing passiert ist
Was tu ich als BetroffeneR?		
Was tu ich als MitschülerIn?		
Was tu ich als Lehrperson?		
Was tu ich als Klassenvorständin/vorstand?		
Was tu ich als SchulleiterIn?		
Was tu ich als Elternteil?		

Anhang



Rat auf Draht ist der österreichische Notruf für Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen. Nicht nur Kinder und Jugendliche finden Rat und Unterstützung, sondern auch Eltern, Verwandte, LehrerInnen und alle die mit jungen Menschen arbeiten. So melden sich viele Lehrende, wenn sich ihnen SchülerInnen anvertrauen, um nachzufragen, wie sie in der Situation am hilfreichsten sein können. Neben dem 24 h Notruf 147, kann man auch Chat oder Online Beratung wählen. Viele Informationen finden sich auch direkt auf der Webseite www.rataufdraht.at und in den sozialen Medienkanälen wie **Facebook** (147 Rat auf Draht), **Instagram** (@147rataufdraht) und **WhatsApp** Broadcast (0676/88144251).

Saferinternet.at unterstützt vor allem Kinder, Jugendliche, Eltern und Lehrende beim sicheren, kompetenten und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien. Auf der Website finden sich neben Informationen auch didaktische Anregungen.

www.saferinternet.at/cyber-mobbing/

Übersichtliche und aktuelle Informationen zu Prävention, Handeln bei Cyber-Mobbing, rechtliche Situation und Beratungsstellen

www.saferinternet.at/uploads/tx_simaterials/Flyer_Volksschule_01.pdf
Flyer zu „Sicher im Internet“ für die Volksschule

Ausgewählte Unterrichtsmaterialien mit Information zu Cyber-Mobbing
www.saferinternet.at/fileadmin/files/Materialien_Relaunch/Aktiv_gegen_Cyber_Mobbing.pdf
www.klicksafe.de/service/fuer-lehrende/zusatzmodule-zum-lehrerhandbuch/#c1524
www.politik-lernen.at/site/gratishop/shop.item/106241.html

Medien aus der C3-Bibliothek für Entwicklungspolitik

Hintergrundinformation

M-2/0230

Jannan, Mustafa: Das Anti-Mobbing-Buch: Gewalt an der Schule - vorbeugen, erkennen, handeln.

3. Aufl. - Weinheim: Beltz, 2010. - 201 S.
Alter: ab 18 Jahren. Soziales Lernen; Schule; Konflikt; Konfliktmanagement; Gewalt

Der Autor stellt verschiedene Ansätze zur Bekämpfung von Mobbing und Gewalt im schulischen Umfeld dar. Die einzelnen Maßnahmen können miteinander kombiniert und so an die konkrete Situation vor Ort angepasst werden. Zahlreiche Übungen und Kopiervorlagen erleichtern die Umsetzung im Schulalltag.

Didaktik

M-2/2234

Kretschmer, Christine:
Cybermobbing: Ignorieren oder anzeigen?

Bonn: bpb (Bundeszentrale für politische Bildung), 2013. Alter: ab 14 Jahren. Soziales Lernen; Internet; Konflikt; Konfliktprävention

In sozialen Netzwerken verleitet der Wunsch „dazuzugehören“ dazu, viel Persönliches von sich preiszugeben. Geraten diese Informationen in die falschen Hände, kommt es schnell zu Cybermobbing. „Entscheidung im Unterricht“ zeigt in fünf Filmen und Begleitmaterialien auf, welche Rollen es beim Cybermobbing gibt und sensibilisiert die Jugendlichen dafür, ihre persönlichen Daten zu schützen.


DVD44; DVD44-2

schulwelten: Lernen, Liebe und Konflikte. 6 Internationale Kurzfilme mit Begleitmaterial für Unterricht und Bildung.

Wien: BAOBAB - Globales Lernen, 2014. - 97 Min.

5 Spielfilme, 1 Dokumentarfilm, Sprache: Deutsch, Portugiesisch, Spanisch, Hebräisch, Englisch; Untertitel: Deutsch
Alter: ab 10 Jahren: Schule; Soziales Lernen; Nationalsozialismus; Liebe; Israel; Brasilien; HIV/AIDS; Diskriminierung; Identität; Selbstbild; Fremdbild; Multikulturelle Gesellschaft; Rechte des Kindes; Mädchenerziehung; Kinderarbeit; Lebensbedingungen; Gewalt

Sechs international ausgezeichnete Kurzfilme bieten Einblicke in den Mikrokosmos Schule und beleuchten unterschiedliche Facetten des sozialen Lebens. Es begegnen einander Menschen mit unterschiedlichen Biografien und sozialen Hintergründen. Zu den einzelnen Filmen gibt es ausführliches didaktisches Begleitmaterial.



Weitere didaktische
Materialien
zu relevanten Themen
finden Sie auf:
[sos-kinderdorf.at
/schule](https://www.sos-kinderdorf.at/schule)

Diese didaktischen Materialien entstanden in freundlicher Unterstützung von BAOBAB – Globales Lernen.

SOS-Kinderdorf · 6020 Innsbruck · Stafflerstraße 10a · www.sos-kinderdorf.at

 willkommen@sos-kinderdorf.at  [/soskinderdorf](https://www.facebook.com/soskinderdorf)  0512 580101