

PRAXISHILFEN SCHULE

Norbert Grewe (Hrsg.)

PRAXISHANDBUCH  
Beratung  
in der Schule

Grundlagen, Aufgaben  
und Fallbeispiele



LUCHTERHAND



Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet  
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 3-472-05838-2

[www.luchterhand-fachverlag.de](http://www.luchterhand-fachverlag.de)

Alle Rechte vorbehalten.

© 2005 Wolters Kluwer Deutschland GmbH, München, Neuwied  
Luchterhand und Carl Link – Marken von Wolters Kluwer Deutschland.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede  
Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen  
schriftlichen Einwilligung des Verlages. Hinweis zu § 52 a UrhG: Weder das  
Werk noch seine Teile dürfen ohne eine solche Einwilligung eingescannt und  
in ein Netzwerk eingestellt werden. Dies gilt auch für Intranets von Schulen und  
sonstigen Bildungseinrichtungen.

SATZ: RPS Satzstudio GmbH, Düsseldorf

UMSCHLAG: Erich Kirchner, Heidelberg

DRUCK: Betz-Druck, Darmstadt

Printed in Germany, Oktober 2005

♻ Gedruckt auf säurefreiem, alterungsbeständigem und chlorfreiem Papier

## Inhalt

<b>1.</b>	<b>Grundlagen und Methoden der Beratung</b> .....	3
1.1	<i>Norbert Grewe:</i> Der Einsatz von Beratungslehrkräften und Entwicklungstendenzen in der schulischen Beratung .....	5
1.2	<i>Norbert Grewe:</i> Gesprächsführung und Leitlinien der Beratung .....	13
1.3	<i>Lutz Thomas:</i> Beobachtung als Diagnosehilfe im Unterricht .....	35
1.4	<i>Ralf Connemann:</i> Systemische Ansätze zur Beratung in der Schule .....	42
1.5	<i>Meltem Avci-Werning:</i> Das ABC der interkulturellen Arbeit und seine Bedeutung für die Beratung in der Schule .....	53
1.6	<i>Bernd Deseniß u. Barbara Schule-Nikoleyczik:</i> Notfallpsychologie, eine Aufgabe für die Schulpsychologie .....	68
<b>2.</b>	<b>Beratungsanlass: Soziales Verhalten</b> .....	79
2.1	<i>Ralf Connemann:</i> Funktionierende Klassengemeinschaften .....	81
2.2	<i>Lutz Thomas:</i> Gestaltung der Anfangsphase in neuen Klassen .....	90
2.3	<i>Alexander Redlich:</i> Schulklassenbezogene Beratung .....	102
2.4	<i>Astrid Fuchs:</i> Verringerung von Unterrichtsstörungen in einer 1. Grundschulklasse .....	113
2.5	<i>Ralf Connemann:</i> Aggressives Verhalten .....	122
2.6	<i>Ingrid Neumann:</i> Konflikte selber lösen – ein Training der sozialen Kompetenzen .....	131
2.7	<i>Lutz Thomas:</i> Was ist zu tun, wenn Schüler zum Außenseiter und zum »Opfer« von Mobbing werden? .....	140
2.8	<i>Ralf Connemann:</i> Die Angst vor der Angst .....	157

Lutz Thomas

## 2.7 Was ist zu tun, wenn Schüler zum Außenseiter und zum »Opfer« von Mobbing werden?

### 1. Was kennzeichnet die Außenseiter-Rolle und das Mobbing?

Die Erfahrung, in der eigenen Klasse ausgegrenzt oder gemobbt zu werden, gehört für Schülerinnen und Schüler zum schlimmsten, was ihnen in der Schulzeit passieren kann. Selbst wenn sie längst im Berufsleben stehen, kann es ihnen wie einer Bekannten passieren, dass sie anlässlich eines Ehemaligen-Treffens und der Wiederbegegnung mit Klassenkameraden, die sie vor Jahren massiv gemobbt hatten, die gleichen heftigen Gefühle von Abneigung, unterdrücktem Hass und Hilflosigkeit erleben wie seinerzeit in der Schule.

Während die Außenseiter-Rolle in Schulklassen ein bekanntes Problem darstellt, wird der Begriff des »Mobbing« erst seit der intensiven Diskussion über Gewaltphänomene in den Schulen häufiger verwendet (vgl. Schwind u.a. 1990, Heitmeyer 1992, Bründel u.a. 1994, Olweus 1994). Deshalb seien einige Unterscheidungsmerkmale genannt:

*Außenseiter* zu sein, stellt einen recht dauerhaften *Zustand* innerhalb einer Gruppe dar, der meist nicht angenehm empfunden, jedoch von einigen Personen bewusst in Kauf genommen oder sogar angestrebt wird, um die eigene Individualität gegenüber dem Anpassungsdruck in der Gruppe zu bewahren. Außenseiter werden in Gruppen entweder toleriert und überwiegend in Ruhe gelassen, oder aber häufig ausgegrenzt und sogar gehänselt, kritisiert oder beleidigt. Hier kann die Außenseiter-Rolle in ein Mobbing übergehen.

*Mobbing* bezeichnet ein wiederholtes Ausschließen, Bedrohen oder Schikanieren als überwiegend subtile, manchmal auch »handfest« ausgeübte Form von Gewalt. Bei Mobbing geht es um einen zeitlich meist länger erstreckten *Vorgang* mit der typischen Personenkonstellation von Gewalthandlungen: dem »Opfer«, einem oder mehreren »Tätern« sowie den »Mitläufern« und Unbeteiligten. Anders als Aggression richtet sich Mobbing stets und wiederholt gegen ein bestimmtes Opfer.

Insgesamt lassen sich für Mobbing folgende wesentliche Merkmale benennen (vgl. Jeffereys 1993, Kasper 2001, Jugert u.a. 2000):

- Schikanieren eines Schülers (Opfer) durch einen oder mehrere Schüler (Täter), meist aus der gleichen Klasse
- über einen längeren Zeitraum wiederholt bis regelmäßig ausgeführt – z. B. ein halbes Jahr lang – ohne dass Lehrer, Schulleitungen oder Eltern etwas davon erfahren
- mit dem Ziel der Schädigung von Ansehen oder Beliebtheit des Opfers
- bei deutlichem Ungleichgewicht in der Stärke bzw. Macht zwischen Täter(n) und Opfer

- in Form von aggressivem Verhalten (Verstecken, Wegnehmen, Beschädigen von persönlichem Eigentum; Beschimpfen, Bedrohen; Herumschubsen, Treten, Anspucken usf.)
- oder durch verdeckte, indirekte Handlungen (verletzende Äußerungen und Beleidigungen, demütigende Spitznamen, Nicht-Beachten, Ausschließen, Lügen oder Gerüchte verbreiten, Eltern beleidigen, Erpressen mit Geldforderungen, Telefonterror, Verbreitung von negativen Aussagen über das Internet usf.), bei denen die Täter nicht in Erscheinung treten müssen
- mit zunehmender Beteiligung weiterer Schüler (»Mitläufer«), bis hin zur ganzen Klasse – gelegentlich einschließlich einzelner Lehrkräfte
- an wenig kontrollierten Orten (»Nischen«) der Schule und darüber hinaus,
- und einer gewissen Wahrscheinlichkeit, in der Schullaufbahn des Opfers – z. B. an der weiterführenden Schule – erneut aufzutreten.

Zwar variieren die Befunde für die Häufigkeit von Mobbing in den nationalen und internationalen Untersuchungen je nach Alter, Schulform, Erhebungsmethode und zugrundegelegter Definition, jedoch scheint ein Anteil von 10 – 15 % an Schülern, die ein- bis mehrmals pro Woche gemobbt werden (harte Definition), durchaus realistisch zu sein. Dabei findet das Mobbing weit überwiegend durch Schüler der eigenen Klasse statt und weniger durch Schüler anderer Klassen. Unterscheidet man nach der Art, wie gemobbt wird, so zeigt sich, dass Jungen zu offener körperlicher Aggressivität neigen, während Mädchen eher indirekt-verbales Mobbing praktizieren (vgl. Schäfer 1996, Jugert u.a. 2000, Herzstiel u. Böhme 2002).

### 2. Welche Schüler sind betroffen, welche üben es aus oder machen mit?

Betrachtet man typische Merkmale von Schülern, die zu Opfern von Mobbing werden, so fallen Parallelen dazu auf, was aus der Außenseiter-Forschung bekannt ist.

#### Welche Schüler sind mobbing-gefährdet?

- schwächere Schüler, die keine gute Körperbeherrschung zeigen oder die körperlich nicht der Norm entsprechen (klein, dick, sehr groß, Spätentwickler)
- Schüler mit Handicaps oder Behinderungen
- unsichere Schüler, die leise sprechen, sich ungeschickt verhalten und sich nicht behaupten können (geringes Selbstvertrauen)
- ruhige, passive, ängstliche Schüler
- intelligente, kreative und sensible Schüler, die weit entwickelt sind und besondere Interessen haben
- störende, unruhige und sehr ich-bezogene Schüler

Olweus unterscheidet beim Mobbing zwischen einem *passiven* oder ergebenden Opfertyp und dem *provokierenden* Opfer (vgl. Olweus 1994). Das passive Opfer gibt den anderen zu verstehen, dass es sich unsicher und wertlos fühlt und dass es sich

nicht wehren kann, wenn es angegriffen oder beleidigt wird. Provozierende Opfer zeichnen sich hingegen durch eine Mischung aus ängstlichem und aggressivem Verhalten aus, haben nicht selten Hyperaktivitäts- und Konzentrationsprobleme und lösen in ihrer Umgebung Ärger und Spannungen aus.

Jedoch ist die Zahl der Gefährdungsmerkmale keineswegs abgeschlossen. Man kann auch durch weitere Faktoren zum Außenseiter werden: Hautfarbe, Haarfarbe, Kleidung, Sprache, Religion, Brille – im Grunde alle Merkmale, Verhaltensweisen oder Haltungen, die in der Gruppe als *anders*, *fremd* oder *abweichend* empfunden werden. Manchmal scheint es eher der Zustand einer Gruppe zu sein, der die Ablehnung Einzelner und ihre Behandlung als »Sündenböcke« für alles mögliche herbeiführt, wobei die Anlässe nebensächlich sind. Insofern kann man Ausgrenzen oder Mobbing auch als Verweigerung des Grundbedürfnisses von Einzelnen nach Zugehörigkeit – zur Gruppe, zur Gemeinschaft – verstehen.

Wie jede Gruppe trachtet die Schulklasse danach, ein »Wir-Gefühl« und eine eigene Identität zu entwickeln. Der gute Zusammenhalt (Kohäsion) lässt sich erkennen:

- an der Zufriedenheit jedes Einzelnen mit seiner Zugehörigkeit zur Klasse und an seiner Bereitschaft, an gemeinsamen Aktivitäten teilzunehmen, sich für gemeinsame Ziele einzusetzen und dabei anzustrengen;
- an einer hohen Übereinstimmung innerhalb der Klasse bezüglich ihrer internen Regeln und Normen, verbunden mit einer Abgrenzung nach außen (z.B. gegenüber anderen Klassen oder gegenüber den Lehrkräften).

Außenseiter stellen eine Herausforderung für die Gruppe dar, indem sie anders sind, indem sie manchmal tun, was die anderen nicht mögen oder was diese sich nicht trauen, und indem sie zeigen, dass keine völlige Übereinstimmung vorliegt. Wie man mit ihnen umzugehen bereit ist, hängt stark von der »Reife« der Gruppe ab.

Der Klassenzusammenhalt kann nämlich auch gestützt werden, indem man sich gemeinsam gegen einzelne Schüler verbündet, indem man ihnen negative Eigenschaften zuschreibt und wie Vorurteile immer wieder anlastet. Diese Schüler geraten dadurch in eine niedrige Position bezüglich ihrer Beliebtheit und sozialen Attraktivität, ihre Sympathien und Kontakte in der Klasse werden geringer.

Eine wichtige Rolle dafür, ob es zu aggressiven Handlungen kommt, spielen die Täter und die Mitläufer (bei einem Einzeltäter spricht man anstatt von mobbing eher von bullying). Von den Tätern weiß man, dass sie neben körperlicher Überlegenheit auch das Bedürfnis haben, ihre Macht durch »Grenzenlosigkeit« auszuüben (impulsiv, hitzköpfig, mit niedriger Frustrationsschwelle) und sich gegenüber Erwachsenen entweder herausreden oder aggressiv rechtfertigen. Ihr schulisches Leistungsvermögen ist meist nicht sehr gut, ihnen liegt viel an der Anerkennung durch ihre Freunde, während in ihrer Familie wegen eigener Probleme oder Belastungen der Eltern wenig über die Situation in der Schule gesprochen wird. Ihre soziale Wahrnehmung und Kompetenz ist nicht gut entwickelt, sie neigen stark zur Sieger-Verlierer-Mentalität.

Bei den Mitläufern sind sowohl Faszination von Stärke, Macht und Durchsetzung wie »soziale Ansteckung« im Spiel: wer sich von anderen abhängig fühlt, kann einen höheren Status durch das Mitmachen erlangen. Auch veränderte Wahrnehmungen dürften das Mobbing gerechtfertigt erscheinen lassen: wer immer wieder zum Opfer wird, verdient es auch.

Die Unbeteiligten lehnen das Mobbing wahrscheinlich ab, greifen jedoch nicht ein, um sich nicht selbst zu gefährden. Auch erleben sie das Problem der »Diffusion von Verantwortung«: wenn niemand anderes aus dem Kreis der Unbeteiligten eingreift, warum soll gerade ich es tun? Weil sie sich auch nicht trauen, die Lehrkräfte einzuschalten, kommt es dazu, dass das Mobbing längere Zeit nicht aufgedeckt und unterbunden werden kann.

Bei allen Beteiligten am Mobbing verhindern demnach deutliche Schwächen in der sozialen Kompetenz (fehlendes Verantwortungsbewusstsein, geringes Einfühlungsvermögen, selbstbezogenes Verhalten) eine konstruktive Konfliktlösung. Die Nachteile liegen auf der Hand: das Mobbing belastet das Klassenklima und verhindert entspannte soziale Kontakte, die Rollen von Täter(n) und Opfer und Mitläufern können sich in einem Ausmaß verfestigen, dass nur noch eine ungünstige Prognose für die Persönlichkeitsentwicklung und den Schulerfolg zu stellen ist; Täter laufen darüber hinaus Gefahr, delinquent zu werden (vgl. Olweus 1994, Jeffereys 1993, Jugert u.a. 2000).

### 3. Wie sich ein Kreisprozess der Ablehnung einspielt

Für die Mitschüler ist der Kontakt zu Außenseitern oder potenziellen Opfern nicht attraktiv – er belastet sogar, da man sich durch den Umgang mit ihnen in eine schwierige Situation in der Klassenhierarchie bringen kann. Abgelehnte Schüler wiederum machen durch den geringen Kontakt nur selten die Erfahrung positiver Interaktion und entwickeln ihre sozialen Fähigkeiten nicht weiter. Es entsteht ein Kreisprozess: die Erfahrung von Nicht-Beachtung und Ablehnung führt zu Verunsicherung, zu Vermeidungsverhalten und Rückzug und nicht selten zu latenter Aggressivität. Damit rechtfertigt sich gewissermaßen die ablehnende Haltung der Mitschüler – ein »Teufelskreis« hat sich gebildet.

Für beide Seiten wird es schwierig, sich aus den »eingespielten« Beziehungen zu befreien. Dafür sorgt zum einen die selektive Wahrnehmung: Außenseiter und Mitschüler nehmen voneinander nur das wahr, was die bisherigen Erfahrungen bestätigt. Auch wird die Verantwortung einseitig attribuiert: die Mitschüler geben dem abgelehnten Schüler die Verantwortung für seine Randposition – er müsse sich nur anders verhalten und schon hätte er Freunde und Kontakt in der Klasse. Was das potenzielle Opfer auch tut oder lässt – die Mitschüler interpretieren es so, dass es mit ihrer negativen Einschätzung übereinstimmt. So kommt es zu »selbst-erfüllenden Prophezeiungen«: man weiß schon vorher voneinander, was der jeweils andere tun oder lassen wird. So erwartet der abgelehnte Schüler im Lauf der Zeit nichts anderes mehr als Ablehnung und Unterdrückung und verhält sich selbst abweisend oder unterschwellig aggressiv.

Für das potenzielle Opfer engt sich der Handlungsspielraum stark ein. Wenn es sich ernsthaft um Änderung bemüht, wird es immer noch genug »Fehler« machen, um ihm fehlende Bereitschaft nachweisen zu können. Noch gefährlicher wären Signale, dass ihm als Einzelgänger nicht viel am Kontakt liegt oder dass es aufgrund anderer Interessen und Denkweisen die Normen der Klasse eher als Einschränkung empfindet – man wird ihm das erst recht negativ auslegen.

Es erfordert sehr viel Ich-Stärke, um nicht in Gefühle der Minderwertigkeit, des Selbstzweifels und der Niedergeschlagenheit zu verfallen. Als Schutz vor weiteren sozialen Misserfolgen und psychischen Belastungen meiden ausgegrenzte Schüler oft den Kontakt zu den Mitschülern und suchen ihn eher zu Erwachsenen, kleineren Kindern oder Personen außerhalb der Schule, was ihrer Position in der Klasse wiederum abträglich ist. Auch die Flucht in Tagträumereien und in weitere Selbstisolation stellt keine Hilfe dar, sondern verstärkt die Gefahr des Mobbing.

#### 4. Auf welche Signale Lehrer und Eltern sorgsam achten sollten

Die folgenden Merkmale für Mobbing müssen nicht in jedem Fall eintreten; wenn mehrere vorliegen, sollte dem Verdacht durch gezielte Beobachtung, Gespräche mit dem Klassenlehrer oder Fachkollegen, Einzelgespräche mit Mitschülern usf. nachgegangen werden.

##### Mobbing-Signale für Lehrer und Eltern

Der Schüler, die Schülerin (zeigt) ...

- wenig Freunde in der Klasse, Kontaktsuche und Zutraulichkeit bei Lehrern und Erwachsenen (Sekretärin, Hausmeister),
- Neigung zum »Petzen« bei Lehrern,
- wird durch Witze, negative Spitznamen oder abwertende Beinamen (»Spasti«) provoziert,
- mag sich nicht vor der Klasse äußern, schwache Beteiligung,
- zerrissene oder stark verschmutzte Kleidung sowie Schulbücher,
- weist Verletzungen (Kratzer, Prellungen) auf,
- häufige Kopf- oder Bauchschmerzen, Übelkeit, Appetitlosigkeit, Schlafstörungen,
- erzählt nichts von der Schule, wirkt öfter verstimmt,
- verlangt zu Hause Geld oder stiehlt es,
- nachlassende Schulleistungen,
- will nicht mehr gern zur Schule (unregelmäßiger Schulbesuch).

#### 5. Was Außenseitern und Mobbing-Opfern nicht weiterhilft

Die folgenden Ratschläge oder gut gemeinten Empfehlungen sollen etwas plakativ deutlich machen, was den betroffenen Schülern wahrscheinlich nicht hilft, sondern sie eher noch weiter verunsichert:

##### Wenig hilfreiche Ratschläge für »Opfer«

- *»Das gibt sich schon wieder, warte nur ab!«*  
Damit bleibt der Schüler als Opfer allein, das Mobbingverhalten kann sich weiter einspielen und verfestigen.
- *»Zeige nicht, dass du dich ärgerst.«*  
Es besteht die große Gefahr, dass die Täter ihre Handlungen noch steigern, weil sie testen möchten, wann das Opfer seine Beherrschung verliert.
- *»Du musst dich wehren, lass dir nicht alles gefallen, schlage zurück!«*  
Wenn das Opfer das könnte, hätte es so etwas schon versucht; zudem riskiert es die Eskalation und Verschlimmerung der Konflikte.
- *»Am besten gehst du ihnen aus dem Weg!«*  
Das ist in einer Klasse, die den ganzen Vormittag zusammen ist, längerfristig nicht so einfach.
- *»Geht zu den Lehrern, die helfen dir!«*  
Leider machen Opfer immer wieder die Erfahrung, dass nicht jeder Lehrer hilft, sei es wegen der üblichen Hektik in der Schule, sei es, weil er ungewollt zu den Tätern hält. Besser wäre die Angabe einer bestimmten Lehrkraft oder der Hinweis auf Beratungslehrer, Sozialpädagoge, Mediations-Betreuer – möglichst mit Anbahnung des Kontakts.

#### 6. Was bei der Intervention und Planung von Maßnahmen wichtig ist

Grundsätzlich können Klassenlehrer und Fachlehrer einiges tun, um Außenseitern und Mobbing-Opfern zu helfen und ihre Position in der Klasse schrittweise zu verändern. Dazu müssen sie bereit sein, genau hinzusehen, aktiv zu werden, gegen Ablehnung und Mobbing Partei zu ergreifen und sich von Beratungslehrkräften, Schulpsychologen oder anderen Experten beraten zu lassen.

Da die Ablehnungsproblematik mit der informellen Struktur einer Schulklasse zusammenhängt und – als »Teufelskreis« – eine starke Eigendynamik entwickelt, so wird selten eine schnelle und einfache Lösung zu finden sein. Wenn sich ein Verdacht erhärtet hat und die Ausgrenzung oder das Mobbing durch entschiedenes Eingreifen unterbunden worden sind, empfiehlt sich für Lehrkräfte, das eigene Bild von der Klasse und der Person des Opfers radikal zu überprüfen und Hypothesen über die Motive und Bedürfnisse der Täter und Mitläufer aufzustellen.

Meist müssen Interventionen geplant werden, die von verschiedenen Ansatzpunkten gleichzeitig wirksam werden und sich gegenseitig bestärken. Bei der Beratung des Mobbing-Opfers sind dessen Ängste und Bedürfnisse ernst zu nehmen, bei Maßnahmen auf der Klassen-Ebene sind die informelle Struktur der Klasse und die Erwartungen und Normen der Mitschüler zu berücksichtigen. Es kann auch sinnvoll sein, neben spezifischen Interventionen den Gruppenentwicklungsprozess in der Klasse insgesamt anzuregen und zu fördern. In jedem Fall sollten Lehrkräfte auf voreilige, moralisierende oder verurteilende Bewertungen verzichten und mit genügend Geduld und Gelassenheit an die Veränderung der Situation herangehen.

Das Mobbing-Opfer muss besonders geschützt werden – seine Situation innerhalb der Klasse ist schwierig und belastend genug. Erst wenn es sich vom Klassenlehrer im Gesprächskontakt angenommen und verstanden fühlt, können die kritischen Verhaltensabläufe des Mobbings vorsichtig angesprochen und beleuchtet werden. Das Hauptproblem ist zumeist eine große Angst vor dem Eingreifen der Lehrer auf Klassen-Ebene, da das Opfer befürchtet, dann erst recht dem Mobbing ausgesetzt zu sein. Dahinter steht die Erwartung, dass ihm die Unterstützung von Lehrern, Eltern oder anderen Erwachsenen nicht dauerhaft hilft und dass der »Graben« zu den anderen Schülern noch tiefer wird. Auch wird das Opfer besorgt sein, dass dabei Dinge zur Sprache kommen, die ihm peinlich sind und für die es keine Lösung weiß.

Bei den Mitschülern kann der Klassenlehrer versuchen, unter Beachtung der Klassenstruktur einzelne zu gewinnen und zu ermutigen, den Kontakt zum Mobbing-Opfer wieder aufzunehmen und es sogar zu schützen. Denn es gibt immer einige in der Klasse, die mit dem nicht einverstanden sind, was in der Klasse vor sich geht, aber noch keinen Weg gefunden haben, um etwas dagegen zu unternehmen.

Oft ist jedoch ein erheblicher »Widerstand« in der Klasse zu überwinden, wenn die Ablehnung von der Mehrheit »gewollt« ist und ihren Gruppenzusammenhalt stärkt. Für den Klassenlehrer stellt es einen erheblichen »Kraftakt« dar, sich gegen diese Schüler zu stellen und für einen Einzelnen Partei zu ergreifen. Nicht selten muss er nämlich eigene unerschwellige »Bestrafungswünsche« bekämpfen, dass es dem – vielleicht nicht gerade sympathischen – Opfer eigentlich recht geschieht, wenn es durch die Klasse seine Grenzen erfährt. Auf die Möglichkeit, dass Lehrer sich selbst am »Mobbing« beteiligen – durch kleine Schikanen, Demütigungen, verbale Entgleisungen und Verletzungen – sei auch hingewiesen (vgl. Kasper 1997, Hoos 1999, Gollnick 2000, Kindler 2002).

Wenn die Lehrer nichts gegen Ablehnung und Mobbing unternehmen oder es bei moralischen Appellen bewenden lassen, weil sie die Handlungen der Mitschüler für nicht gravierend genug halten oder sich nicht kompetent genug fühlen, in der richtigen Weise einzugreifen, werden die Mitschüler – vor allem die »Mobbing-Täter« – in ihrem Verhalten noch bestärkt. Aus ihrer Sicht würden die Lehrer nämlich entschieden reagieren, wenn es wirklich schlimm wäre.

Deshalb ist vielfach ein »neues Bewusstsein« erforderlich; die Lehrkräfte einer Schule sollten sich einig sein: »Wir schauen nicht weg, Gewalt wird nicht akzeptiert, sondern aktiv beendet.« Wenn eine Lehrkraft »Signale« für Mobbing wahrnimmt, bespricht sie es sofort mit den anderen Fachlehrern und dem Klassenlehrer. Wenn sich der Verdacht erhärtet, müssen gezielte Beobachtungen, klärende Gespräche und Planungen für erste Interventionen stattfinden, z.B. in Abstimmung mit dem Beratungslehrer oder dem Schulpsychologen.

## 7. Welche einzelnen Handlungsschritte sind möglich?

Im Folgenden sind eine Reihe von Handlungsmöglichkeiten aufgelistet, die Lehrer bei Ausgrenzungs- und Mobbing-Problemen ergreifen können, wobei in den meisten Fällen verschiedene Alternativen in Betracht kommen (s.a. Dambach 2001). Günstig erweist sich meist ein vorsichtiges Probehandeln und die Beobachtung der Auswirkungen erster Maßnahmen; so kann man schrittweise zu einer Veränderungsstrategie gelangen, wobei »Rückschläge« nicht auszuschließen sind.

### Erster Schritt: Stop von Mobbing und Ausgrenzung

- Unterbinden der verbalen Ablehnung und Beenden von Ausgrenzungs- oder Unterdrückungs-Handlungen; ggfs. Verteidigen des Schülers vor der Klasse;
- Ankündigen klaren Reagierens und aktiven Eingreifens bei Mobbing jeglicher Art;
- ernste Konsequenzen für »Mobbing-Täter und -Mitläufer« ins Auge fassen;
- Gespräche mit den Eltern dieser Schüler einplanen und bekannt geben,
- Einführen oder Ergänzen der Klassenregeln um den Gewaltaspekt (z.B. »Wir verletzen niemanden mit Worten oder Taten«) und deutliches Hinweisen auf die Konsequenzen für Regelverstöße
- Mobbing-Tätern und -Mitläufern Verhaltensalternativen vorschlagen ohne Ausgrenzung oder Unterdrückung

### Gespräch mit dem abgelehnten bzw. gemobbten Schüler

- behutsamer Aufbau einer Vertrauensbeziehung, damit sich der Schüler im Gespräch öffnen kann und Verständnis erfährt – dabei sollte nicht gleich über die Ablehnung gesprochen werden, sondern über Bereiche, in denen er sich kompetent und stark fühlt;
- ermutigen, über seine Erfahrungen mit den Mitschülern und die Gefühle ihnen gegenüber, über Streitigkeiten und konkrete Zusammenstöße sowie über mögliche Zukunftsängste zu berichten;
- Empathie und aktives Zuhören bezüglich des Ausmaßes bzw. der Schwere von Mobbing-Vorfällen und der Konflikte im Hintergrund;
- Zusicherung eines vertraulichen Umgangs mit den Informationen;
- Mitteilung eigener Beobachtungen und Vermutungen zur Stellung des Schülers in der Klasse;
- den Schüler über mögliche Ziele und Schritte informieren und mit ihm Absprachen darüber treffen – ihn dabei ermutigen, aus der passiven Rolle herauszukommen und eigene Vorschläge zu entwickeln;
- das Einverständnis des Schülers einholen, dass die Probleme mit der Klasse oder mit bestimmten Schülergruppen besprochen werden
- »kritische Angewohnheiten« besprechen, die Anlass zu weiterem Mobbing geben könnten (Angaben, Petzen, »ekliges« Verhalten, Körpergeruch, Regelverletzungen, versteckte Aggressivität);
- Betonen des Mitmachens bei inner- und außerschulischen Gruppenangeboten (Musik-/Kunst-Angebote, Sport, Vereine, Jugendgruppen);

- sozial-kompetentes Verhalten in kritischen Situationen verdeutlichen und im Rollenspiel trainieren (selbstbewusste Körpersprache, aufrechte Haltung, anders als erwartet auf Provokationen reagieren, Gefühle verbergen, eindeutiges Nein-Sagen mit Blickkontakt, eigene Wünsche äußern);
- Empfehlung zum Training des Körperbewusstseins (z.B. Steigern körperlicher Fitness, Selbstverteidigungsgriffe und -methoden, Entspannungsmethoden);
- Vorschlag, ein »Mobbing-Tagebuch« anzulegen mit Beschreibung der Vorfälle und begleitenden Gefühle; dabei Versuch, vermeintliche Misserfolge anders zu interpretieren (»umdeuten« lernen);
- Überprüfen der eigenen Erwartungshaltung an den Schüler, Berücksichtigen seiner Leistungs- und Belastungsgrenzen.

#### **Aufwertung des Schülers im normalen Unterricht (ohne dass Mitschüler davon erfahren)**

- Schaffen einer akzeptierenden Umwelt, in der niemand sich schämen, genieren oder entschuldigen muss;
- Förderung und Betonung eines intensiven Kennenlernens der Schüler untereinander zum Abbau von gegenseitigen Vorurteilen, z.B. durch Spiele und Übungen wie »Talk-Show« bzw. »öffentliches Interview« (Schülerbefragung zur persönlichen Situation, Freizeitaktivitäten, Zukunftsplänen usw.);
- Einsatz von Methoden und Sozialformen des Unterrichts, bei denen *alle* Schüler in Partner- und Gruppenarbeit eingebunden werden;
- gezielte Eingliederung in Gruppenaktivitäten und Bekräftigung für soziales Handeln (Initiative ergreifen, mündliche Beiträge zum Unterricht leisten, selbstständige Kontaktaufnahme zu Lehrern u.Ä.), nachdem vorher Absprachen getroffen wurden – Vorsicht: nicht zu großen »Stress« erzeugen!
- Unterstützung des Kontakts zu ruhigen und freundlichen Mitschülern durch gezielte Aufträge (Partnerarbeit, Hausaufgaben-Kooperation, Beobachtungsaufträge, Materialienbeschaffung, Einüben kleiner Spielszenen usw.);
- Herausfinden von positiven Eigenschaften und Fähigkeiten (Einfühlungsvermögen, Humor) sowie »Spezialkenntnissen« (z.B. Computer, Photographie usw.) des abgelehnten Schülers; Herstellen von Situationen, in denen diese Fähigkeiten gebraucht werden, wie z.B. in Übungsstunden;
- Aktionen der Klasse (Gruppen-Wettkampf, Projekte, Fahrten, Feiern) mit Arbeitsaufträgen, die den Stärken des Außenseiters entgegenkommen;
- Übertragung wichtiger Aufgaben oder »Ämter«, die den Schüler aufwerten und die er bewältigen kann – Vorsicht: Misserfolge vermeiden!

#### **Thematisierung des Problems in der Klasse**

*Vorsicht:* Das direkte Besprechen der Ablehnung und des Mobbings darf nur bei bestimmten Voraussetzungen erfolgen:

1. Der betroffene Schüler muss einverstanden und vorbereitet sein.
2. Die Ausgrenzungen dürfen nicht zu massiv sein, sondern eher aus Gewohnheit erfolgen oder zur Unterhaltung dienen.
3. In der Klasse anerkannte Mitschüler sehen ein, wie schlimm die Ablehnung bzw. das Mobbing sind, und wollen etwas verändern.

- Allgemeines Ansprechen der Problematik über Themen wie: welche Formen von Gewalt bzw. Mobbing gibt es, welche Wirkungen verursachen sie, wie funktioniert der Teufelskreis der Ablehnung, was brauchen Gruppen an Zusammenhalt usw.;
- Einstieg durch selbst erstellte Texte, Arbeitsblätter (s. Anhang 1, 2; Literatur oder Filme zum Thema, z.B. Johanna Nilsson: »... und raus bist du!« (München 1998), Peter Pohl: »Nennen wir ihn Anna« (Ravensburg 1998), das Buch und der Film von Annika Thor: »Ich hätte Nein sagen können« (Weinheim 1998 bzw. SWR/Kinderkanal 1999), auch der Film »Club der toten Dichter« und das Buch von Jonas Gardell »Die lustige Stunde« sind geeignet.
- Übungen zum Perspektivenwechsel; Rollenspiele mit dem Ziel, sich in die Rolle des Außenseiters bzw. Mobbing-Opfers hineinzuversetzen;
- Anleitung zum Verhalten von Opfern und Zeugen in Bedrohungssituationen (Anhang 3);
- Einsatz eines Fragebogens zur Klasse (Anhang 4) bzw. eines ausdrücklichen Mobbing-Fragebogens (Anhang 5);
- Hinführung zu Konflikt- und Schlichtungs-Gesprächen in verschiedenen Übungsformen und Gruppen;
- Ansprechen des aktuellen Mobbings aus Sicht des Lehrers und Führen von Klassengesprächen nach klaren methodischen Vorgaben – erst allgemein, dann unter Beteiligung des Außenseiter-Schülers bzw. Mobbing-Opfers.

#### **Kooperation mit den Eltern des Außenseiters bzw. Mobbing-Opfers**

- Gemeinsame Problemsicht schaffen: Beobachtungen darlegen, Sichtweise der Eltern erfragen, (verdeckte) Schuldzuschreibungen vermeiden;
- Wecken der Bereitschaft zum Überprüfen der Erwartungshaltung an ihr Kind und zum Überdenken ihres Erziehungsverhaltens;
- zum Verzicht auf eine »übermäßig beschützende« Haltung auffordern;
- Hinweis auf Verhalten des Kindes, das die Mitschüler reizt oder provoziert;
- Ansprechen der Notwendigkeit, die sozialen Kontakte des Kindes zu fördern und es bei der Begegnung mit anderen Kindern und beim Beachten der Erwartungen und Regeln in einer Gruppe beraten;
- Unterstützung von Kontakten und Gruppenaktivitäten außerhalb der Schule; evtl. ergänzt durch psychotherapeutische Behandlung.

#### **8. Wie ist die Zukunftsperspektive?**

Ausgegrenzte und gemobbte Schüler machen schmerzhaft Erfahrungen, die ihr weiteres Leben und die Entwicklung zu einer selbstbewussten und emotional stabili-

len Persönlichkeit beeinträchtigen können. Sie laufen Gefahr, sich erneut in einer Opferrolle wiederzufinden.

Mit zunehmendem Alter kann sich ihre Situation allerdings auch entschärfen. Nach der Pubertät lässt der Konformitätsdruck bezüglich Gruppennormen bei den Gleichaltrigen nach. Individuelle Zielvorstellungen, besondere Vorlieben und Interessen sowie ein ausgefallener persönlicher Geschmack werden in einer Gruppe nun leichter akzeptiert und nicht mehr zum Anlass für Ausgrenzungen genommen. Die Jugendlichen fangen an, die persönlichen Besonderheiten von Menschen wahrzunehmen und damit vielleicht auch die bisher nicht erkannten Qualitäten und Stärken von Außenseitern.

Mobbing ist sicher kein Phänomen, das allein unter Kindern und Jugendlichen auftritt, auch in der Arbeitswelt wird es zunehmend registriert. Wenn Schüler während ihrer Schulzeit in der Auseinandersetzung mit Mobbing nicht nur negative, sondern auch konstruktive Erfahrungen machen konnten, werden sie in ihrem späteren Leben wahrscheinlich eher in der Lage sein, sich wirkungsvoll dagegen zu behaupten.

## Literatur

- Bründel, H. u. Hurrelmann, K. (1994). Gewalt macht Schule. München: Knauer
- Dambach, K. E. (1998). Mobbing in der Schulklasse. München: Reinhardt
- Gollnick, R. (2000). Mobbing in der Schule – ein tabuisiertes Problem des Systems. Schulmanagement, Heft 5/2000, S. 34 – 42
- Heitmeyer, W. (1992). Desintegration und Gewalt. Deutsche Jugend. Zeitschrift für die Jugendarbeit, Heft 3/1992, S. 109 – 122
- Herzstell, J. u. Böhme, A. (2002). Schüler schikanieren Schüler. Mobbing als schulpsychologisches Handlungsfeld. Schulverwaltung spezial, Heft 1/2002, S. 14 – 16
- Hoos, K. (1999). Mobbing in der Schule – was Lehrer Schülern antun können. Schulmanagement, Heft 4/1999, S. 32 – 42
- Jefferys, K. (1993). Mobbing/Bullying in der Schule. Empirische Untersuchungen aus Skandinavien. Schulverwaltung NI, Heft 12/1993, S. 246 – 248
- Jugert, G., Scheithauer, H., Notz, P. u. Petermann, F. (2000). Geschlechtsunterschiede im Bullying: Indirekt-relational- und offen-aggressives Verhalten unter Jugendlichen. Kindheit und Entwicklung, Heft 4/2000, S. 231 – 240
- Kasper, H. (1991). Schülermobbing – tun wir was dagegen. Lichtenau: AOL
- Kasper, H. (1997). Mobbing in der Schule – persönliche Probleme oder Störung im System. System Schule, Heft 4/1997, S. 102 – 107
- Kindler, W. (2002). In den Nischen des Systems. Mobbing in der Schule, Friedrich Verlag Jahreshaft, 2002, S. 66 – 69
- Knaack, R. u. Hanewinkel, R. (1999). Das Anti-Mobbing-Programm nach Olweus. Ein umfassender Interventionsansatz. Pädagogik, Heft 1/1999, S. 13 – 16
- Olweus, D. (1978). Aggression in the schools. Bullies and whipping boys. Washington
- Olweus, D. (1994). Gewalt in der Schule. Was wir wissen und was wir tun können. Ministerium für Bildung und Wissenschaft des Landes Schleswig-Holstein. Kiel
- Schäfer, M. (1996). Aggression unter Schülern. Eine Bestandsaufnahme über das Schikanieren in der Schule am Beispiel des 6. und 8. Klassenstufe. Report Psychologie, Heft 9/1996, S. 700 – 711
- Schwind, H.-D.; Baumann, J. u.a. (1990). Ursachen, Prävention und Kontrolle von Gewalt. Band I – IV. Berlin

## Anhang 1: Selbst erstellte Texte

### Auf dem Rummelplatz (aus Dambach 1998, S. 83)

- A.**  
Am Abend hatte sich fast die ganze Klasse wie schon in den letzten beiden Jahren auf dem Rummelplatz versammelt. Zum ersten Mal kam auch Thorsten, ohne dass von ihm besondere Notiz genommen worden wäre.
- B.**  
Tom, wie immer der Mittelpunkt der Gruppe, hatte zwei Mädchen mitgebracht. Er forderte die anderen zum Wettkampf an der Überschlagschaukel heraus.  
Tom: »Auf! Wer zuerst rumkommt!« Ralf entgegnete verächtlich: »So'n Kinderkram!«  
Darauf rief Tom: »Du bist ja nur feige!« und kletterte schon in eine Schaukel. Zwei weitere Jungen taten es ihm nach. Wie zu erwarten gewesen war, triumphierte Tom.
- C.**  
Wenig später am Schießstand maßen sich Ralf und drei weitere Jungen. Thorsten besaß ein Luftgewehr und war zu Hause immer besser gewesen als die Kinder der Nachbarschaft. Er hätte gern mitgeschossen, bekam aber kein freies Gewehr mehr. Deshalb forderte er danach Ralf heraus: »Komm, nur wir beide! Wer zuerst die 10 trifft!« Ralf: »Nö, keine Lust mehr.« Thorsten versuchte es noch einmal: »Der Verlierer gibt allen einen aus!« Ralf, deutlich genervt und laut, dass es alle hörten: »Du gehst mir auf den Wecker!« Die Gruppe schlenderte weiter, Thorsten trottete hinterher.

## Anhang 2: Arbeitsblätter



### Arbeitsaufträge:

1. Beschreibe die abgebildete Situation in Stichworten!
2. Wer ist auf diesem Bild »Außenseiter« und warum?
3. Hast Du selbst schon einmal eine solche Situation erlebt?



**Anhang 3: Wie verhalte ich mich bei Bedrohung?**

(nach: Graswurzel-Werkstatt, Lüchow-Dannenberg)

- 1. Vorbereiten!**  
Bereite dich auf mögliche Bedrohungssituationen seelisch vor: Spiele Situationen für dich allein und im Gespräch mit anderen durch.
- 2. Ruhig bleiben**  
Panik und Hektik vermeiden und möglichst keine hastigen Bewegungen machen, die reflexartige Reaktionen herausfordern könnten.
- 3. Aktiv werden!**  
Wichtig ist, sich von der Angst nicht lähmen zu lassen. Eine Kleinigkeit zu tun ist besser, als über große Heldentaten nachzudenken. Wenn du Zeuge oder Zeugin von Gewalt bist: Zeige, dass du bereit bist, gemäß deinen Möglichkeiten einzugreifen. Ein einziger Schritt, ein kurzes Ansprechen, jede Aktion verändert die Situation und kann andere dazu anregen, ihrerseits einzugreifen.
- 4. Gehe aus der dir zugewiesenen Opferrolle!**  
Wenn du angegriffen wirst: Flehe nicht und verhalte dich nicht unterwürfig. Sei dir über deine Prioritäten im Klaren und zeige deutlich, was du willst. Ergreife die Initiative, um die Situation in deinem Sinne zu verändern.
- 5. Halte den Kontakt zum Gegner/Angreifer!**  
Nehme Blickkontakt auf und versuche, Kommunikation herzustellen bzw. aufrechtzuerhalten.
- 6. Reden und zuhören!**  
Sag, was dir geschieht, sprich ruhig, laut und deutlich. Höre zu, was dein Gegner bzw. der Angreifer sagt.
- 7. Nicht drohen oder beleidigen!**  
Mache keine geringschätzigen Äußerungen über den Angreifer. Versuche nicht, ihn einzuschüchtern, ihm zu drohen oder Angst zu machen.
- 8. Hole dir Hilfe!**  
Sprich nicht eine anonyme Masse an, sondern einzelne Personen darin. Viele sind bereit zu helfen, wenn jemand den ersten Schritt macht oder sie persönlich angesprochen werden.
- 9. Tue das Unerwartete!**  
Falle aus der Rolle, sei kreativ und nutze den Überraschungseffekt zu deinem Vorteil aus.
- 10. Vermeide möglichst den Körperkontakt!**  
Körperkontakt ist in der Regel eine Grenzüberschreitung, die zu weiterer Aggression führt.

**Anhang 4: Fragebogen zur Klasse****Fühlst du dich in der Klasse wohl?**

- gut
- geht so
- schlecht

**Wie schätzt Du Dein Ansehen in der Klasse ein?**

- die meisten mögen mich
- einige mögen mich
- ich bin nicht sehr beliebt
- die meisten sind gemein zu mir

**Welche Aussagen treffen zu?****Unser Klassenklima ist**

- gut
- zufriedenstellend
- schlecht

**Der Zusammenhalt in der Klasse ist**

- gut
- gering
- nicht vorhanden

**Einer hat/einige haben wirklich gute Ideen****Einer ist/manche sind sehr nett****Einer gibt/einige geben den Ton an****Einer ist/einige sind für die Klasse unausstehlich****Einer wird/manche werden geradezu ignoriert****Manche werden/einer wird regelrecht von der Mehrheit gequält****Es gibt einen/mehrere, die sich an die Lehrer anbiedern**

... (andere Fragen, wenn man meint, dass Entsprechendes auftritt)

## Anhang 5: Mobbing-Fragebogen

Wir sagen, dass ein Schüler gemobbt wird, wenn **ein** anderer oder **eine Gruppe von Schülern** zu ihm hässliche oder unangenehme Dinge sagen. Mobben ist auch, wenn jemand geschlagen, getreten, bedroht, in einen Raum gesperrt wird oder etwas Ähnliches passiert. So etwas kann häufig vorkommen und es ist schwer, sich zu wehren. Mobben ist auch gemeint, wenn ein Schüler immer wieder in gemeiner Weise gehänselt wird.

### Gemobbt-Werden in der Schule

1. Wie oft bist du seit den letzten Ferien in der Schule gemobbt worden? (*nicht, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal in der Woche, mehrmals in der Woche*)
2. Auf welche Weise bist du in der Schule gemobbt worden? (*nicht gemobbt, gehänselt, geschlagen oder getreten, gehänselt/geschlagen/getreten, auf andere Weise gemobbt, z.B. bedroht oder in einen Raum gesperrt, beschreiben, wie: ...*)
3. In welcher Klasse ist der Schüler/die Schülerin oder sind die Schüler/Schülerinnen, die dich mobben? (*nicht gemobbt, in meiner Klasse, in anderer Klasse selber Jahrgang, höherer/niedrigerer Jahrgang, verschiedene Klassen*)
4. Bist du von einem oder mehreren Schülern/Schülerinnen gemobbt worden? (*nicht gemobbt, von einem Jungen, von mehreren Jungen, von einem Mädchen, von mehreren Mädchen, von Jungen und Mädchen*)
5. Wie oft bist du in der letzten Woche in der Schule gemobbt worden? (*nicht gemobbt, einmal, zweimal, 3- oder 4-mal, 5-mal oder öfter*)
6. Wie oft unterbinden die Lehrer es, wenn in der Schule gemobbt wird? (*weiß nicht, nie, selten, gelegentlich, oft, sehr oft, immer*)
7. Wie oft unterbinden andere Schüler es, wenn ein Schüler in der Schule gemobbt wird? (*weiß nicht, nie, selten, gelegentlich, oft, sehr oft, immer*)
8. Hat einer deiner Lehrer oder dein Beratungslehrer mit dir darüber gesprochen, dass du in der Schule gemobbt wirst? (*nicht gemobbt, nein, ein- oder zweimal, mehrmals*)
9. Haben deine Mutter oder dein Vater mit dir darüber gesprochen, dass du in der Schule gemobbt wirst? (*nicht gemobbt, nein, ein- oder zweimal, mehrmals*)
10. Was meinst du: Wie viele Schüler in deiner Klasse sind seit den letzten Ferien gemobbt worden? (*keiner, einer, zwei, drei, vier, fünf, sechs oder mehr*)
11. Wie oft bist du seit den letzten Ferien auf dem Schulweg gemobbt worden? (*nicht, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal/Woche, mehrmals/Woche*)
12. Wie oft unterbindet es jemand, wenn ein Schüler auf dem Schulweg gemobbt wird? (*weiß nicht, nie, selten, gelegentlich, oft, sehr oft, immer*)
13. Wie oft sagen andere Schüler hässliche und unangenehme Dinge zu dir? (*nie, selten, gelegentlich, oft, sehr oft*)
14. Was empfindest du, wenn du siehst, dass ein Schüler/eine Schülerin in der Schule gemobbt wird? (*nichts besonderes, unangenehm, sehr unangenehm*)

15. Was machst du, wenn du siehst, dass ein gleichaltriger Schüler bzw. Schülerin in der Schule gemobbt wird? (*nichts, nichts/finde dass ich helfen sollte, versuche zu helfen*)
16. Hast du einem deiner Lehrer (Klassen-, Beratungslehrer) erzählt, dass du gemobbt worden bist? (*nicht gemobbt, nein, ja*)
17. Hast du deiner Mutter oder deinem Vater erzählt, dass du gemobbt worden bist? (*nicht gemobbt, nein, ja*)
18. Bist du irgendwo anders seit den letzten Ferien gemobbt worden? (*nein, ja auf der Straße, ja im Jugendclub, ja woanders: wo ...?*)

### Über das Mobben von anderen Schülern/Schülerinnen

1. Wie oft hast du mitgemacht beim Mobben von Mitschülern/Mitschülerinnen? (*nicht gemobbt, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal/Woche, mehrmals/Woche*)
2. Wie oft hast du in der letzten Woche in der Schule beim Mobben anderer Schüler mitgemacht? (*nicht, einmal, zweimal, 3- oder 4-mal, 5-mal oder öfter*)
3. Hat dein Lehrer bzw. die Beratungslehrerin mit dir darüber gesprochen, dass du andere Schüler mobbst? (*nicht gemobbt, nein, ja ein- oder zweimal, ja mehrmals*)
4. Haben deine Mutter oder dein Vater mit dir darüber gesprochen, dass du andere Schüler mobbst? (*nicht gemobbt, nein, ein- oder zweimal, mehrmals*)
5. Was meinst du: Wie viele Schüler aus deiner Klasse haben seit den letzten Ferien beim Mobben anderer Schüler mitgemacht? (*keiner, einer, zwei, drei, vier, fünf, sechs oder mehr*)
6. Wie oft hast du seit den letzten Ferien beim Mobben anderer Schüler auf dem Schulweg mitgemacht? (*nicht gemobbt, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal/Woche, mehrmals/Woche*)
7. Macht es dir Spaß, andere Schüler/Schülerinnen zu mobben? (*nie, selten, gelegentlich, oft, sehr oft, immer*)
8. Glaubst du, dass du mitmachen könntest, wenn ein Schüler gemobbt wird, den du nicht magst? (*ja, ganz sicher; ja, ziemlich sicher, wahrscheinlich, vielleicht, eher nicht, keinesfalls*)
9. Was hältst du von Schülern, die andere mobben? (*verstehen, nur schwer verstehen, überhaupt nicht verstehen*)

### Über das Mobben von Lehrern

1. Was meinst du: Wie viele Schüler deiner Klasse versuchen, den Klassenlehrer/in zu mobben? (*keiner, einer, 2 oder 3, 4 oder 5, mehr als 5*)
2. Wie oft hast du seit den letzten Ferien beim Mobben deines Klassenlehrers/in mitgemacht? (*nicht, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal/Woche, mehrmals/Woche*)
3. Wie oft hast du seit den letzten Ferien beim Mobben eines deiner anderen Lehrer mitgemacht? (*nicht, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal/Woche, mehrmals/Woche*)

### Über das Mobben im vergangenen Schulhalbjahr

1. Wenn du an das vergangene Schulhalbjahr denkst, wie oft bist du in der Schule gemobbt worden? (*nicht, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal/Woche, mehrmals/Woche*)
2. Wie oft hast du in der Schule beim Mobben anderer Schüler mitgemacht? (*nicht, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal/Woche, mehrmals/Woche*)
3. Wie oft hast beim Mobben deiner Lehrer mitgemacht? (*nicht, ein- oder zweimal, gelegentlich, einmal/Woche, mehrmals/Woche*)

## 2.8 Die Angst vor der Angst – Emotionale Probleme als Beratungsanliegen

### Einleitung

Sandra besucht seit einigen Monaten die Klasse 5 einer Orientierungsstufe. Den Lehrkräften der Klasse ist sie schon gleich zu Beginn aufgefallen. In Klassenarbeiten ist sie immer nervös, kaum ansprechbar und offensichtlich nur mit sich und ihren Gedanken beschäftigt. Ihre Ergebnisse in den Leistungsüberprüfungen bleiben deutlich unter ihren Möglichkeiten.

Der Stein kommt ins Rollen, als die Mutter sich telefonisch an den Beratungslehrer wendet und von schulischen Ängsten ihres Kindes vor Klassenarbeiten berichtet. Zwei, drei Tage vorher klagt Sandra insbesondere in Mathematik über Übelkeit und Bauchschmerzen. Sie schlafe schlecht, gehe morgens **zitternd** zur Schule und wolle an manchen Tagen gar nicht zur Schule gehen. Ähnliche Probleme scheint es schon in der Grundschule gegeben zu haben, erst in der Orientierungsstufe sind sie aber unerträglich geworden.

So wie Sandra leiden viele Kinder in der Schule unter mehr oder weniger starken Ängsten. Nach Steinhausen, 1988, ist davon auszugehen, dass ca. zehn Prozent aller Kinder ein manifestes Angstsyndrom aufweisen. Für den Altersbereich der Sekundarstufe I sind schulbezogene Ängste der weitaus größte Faktor. So können wir davon ausgehen, dass in jeder Schulklasse mindestens zwei Schüler mit hochgradigen Schulängsten sitzen.

### 1. Was ist Angst und wie macht sie sich in der Schule bemerkbar?

Die Literatur zum Thema Angst und Schule hat sich in den letzten 20 Jahren so ausgeweitet, dass es kaum möglich ist, einen Überblick über die Forschungstätigkeit in diesem Bereich zu behalten. Das Gewicht, das das Angstproblem bekommen hat, ist nicht zuletzt zurückzuführen auf eine Neubewertung der Problematik im Kontext der Bildungsreform. Wurde Angst vorher als naturwüchsig mit Schule verbunden verstanden (»da muss man eben durch«), rückte nun ihre mögliche negative Auswirkung auf Schulleistung einerseits, die Ausschöpfung der Begabungsreserven andererseits ins allgemeine Bewusstsein. Angst wurde so zu einem bevorzugten Thema der pädagogischen Psychologie.

In einer der neueren vorliegenden Monographien zur »Angstpsychologie« bestimmte Sörensen, 1992, Angst als »Reaktion auf eine Gefahrensituation, die sich kognitiv als Einschätzung der Situation und emotional als Erregung manifestiert; sie ist begleitet von körperlichen Veränderungen« (S. 10). Solche körperlichen Veränderungen können sein: erhöhter Blutdruck, erhöhte Herzfrequenz, Zittern, vermehrte Schweißsekretion u.a. Angst ist zunächst einmal eine ganz normale und sinnvolle