

Bullying:
Erscheinungsformen Therapieansätze und
Prävention

Seminar auf dem Kongress
„Jugend am Rande der Gesellschaft“
12. Kongress für Jugendmedizin
10.-12. März 2006
Weimar

Referent:
Prof. Dr. Herbert Scheithauer
Freie Universität Berlin

Materialien zum Seminar „Bullying“

Warnsignale, die auf Bullying hindeuten (aus Scheithauer, Hayer & Petermann, 2003)*

Opfer – Checkliste	Täter – Checkliste
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kommt von der Schule mit dreckigen oder zerrissenen Kleidern nach Hause ▪ Verletzungen (z.B. Schnitte, Schrammen), Unfälle ▪ Nur wenige/keine Freunde ▪ Angst vor dem Schulbesuch, wechselt häufig den Schulweg ▪ Kopf- oder Bauchschmerzen ▪ Schläft nicht gut, Albträume ▪ Berichtet von Krankheiten, um die Schule zu vermeiden ▪ Fragt nach zusätzlichem Geld, beklagt Verlust von Dingen ▪ Verliert das Interesse an Schularbeiten ▪ Verschlechterungen in der Schulleistung ▪ Auffällige Verhaltensänderungen ▪ Traurig, niedergeschlagen oder launisch ▪ Weint häufig, wirkt niedergeschlagen ▪ Spricht über Selbstmord ▪ Isst weniger, nässt ein, kaut an den Nägeln ▪ Ängstlich, geringes Selbstwertgefühl, sozial zurückgezogen ▪ Ist ruhig, einfühlsam, sensibel, passiv ▪ Weigert sich, über diese Signale zu sprechen ▪ Reagiert nicht, wenn über bestimmte Situationen gesprochen wird 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Körperlich stark ▪ Eingebunden in Umfeld mit ähnlichen Peers, durchaus anerkannt oder sogar „gefürchtet“ ▪ Hänzelt, bedroht, tritt oder schlägt andere Kinder ▪ Temperamentvoll, impulsiv, findet es schwer, sich an Regeln zu halten ▪ Gegenüber Erwachsenen vorlaut und aggressiv ▪ Keine Sympathie/Empathie für die „Opfer“ ▪ Befürwortet Aggression zum Erreichen von Zielen ▪ Dissoziales Verhalten (z.B. Vandalismus, Diebstahl) ▪ Höheres Risiko für frühen Tabak-/Substanzkonsum, Konsum illegaler Substanzen ▪ Im sozialen Umfeld: Verhaltensmodelle (ähnliches Verhalten) ▪ Erlebt häufig im familiären Umfeld Gewalt (z.B. Bestrafungen, mediale Gewalt)

* es handelt sich nicht um Signale, die vollständig vorliegen müssen, noch müssen diese Signale überhaupt bei Tätern und Opfern vorliegen – in verschiedenen Studien traten die genannten Aspekte sehr häufig bei Tätern und Opfern auf und können auf einen ersten Verdacht hinweisen

Fragen des Arztes zum Bullying (Glew et al., 2000; Melzer-Lange & Pulley, 2002)

Leitfaden im Rahmen der Anamnese Kind/Jugendlicher

- Anfangs nur die Frage: „Wie sieht es denn in der Schule aus?“
- Bei Verdacht auf Bullying folgende Fragen:
 - Warum magst Du die Schule nicht?
 - Hast Du einen Spitznamen?
 - Was machst Du in der Pause? Bist Du/spielst Du dann für gewöhnlich alleine?
 - Wurdest Du schon mal in der Schule schikaniert?
 - Was ist der Anlass für das Schikanieren Deiner Mitschüler?
 - Wurdest Du schon einmal schikaniert wegen Deiner Krankheit/Behinderung/usw.?
 - Seit wann geht das denn schon so?
 - Was machst Du dann, wenn Dich andere schikanieren?
 - Hast Du schon mit einem Lehrer/Erwachsenen darüber gesprochen? Was ist dann passiert?
 - Kennst Du andere Mitschüler, denen ähnliches passiert ist?

Kinder mit äußeren oder anderen Auffälligkeiten müssen natürlich sehr sensibel befragt werden!

Leitfaden im Rahmen der Anamnese Eltern

- Möchte Ihr Kind häufiger zu Hause bleiben, klagt über Bauchschmerzen oder Kopfschmerzen?
- Nimmt Ihr Kind an den Schulaktivitäten, wie z.B. Klassenfahrten, teil? Wenn nicht, warum nicht?
- Gibt es bestimmte Fächer oder schulische Aktivitäten (wie z.B. Sport, Werken), die Ihr Kind gerne meidet?
- Kommt Ihr Kind häufiger mit Schrammen nach Hause oder mit zerrissener Kleidung?
- Wissen Sie, dass Ihr Kind ein Problem mit Mitschülern/in der Schule hat?
- Haben die Lehrer Ihres Kindes jemals erwähnt, dass Ihr Kind oftmals alleine ist oder keine Freunde hat?
- Hat Ihr Kind jemals erwähnt, dass es von anderen Kindern schikaniert wird?
- Haben Sie den Verdacht, dass ihr Kind in der Schule von anderen schikaniert wird/andere schikaniert? Wenn ja, warum?

Ratschläge für die Eltern von betroffenen Kindern¹

Bullying findet mit geringerer Wahrscheinlichkeit statt, wenn...

- ein Kind auf Bedrohungen schnell und richtig, also nicht selbst-gefährdend reagieren kann,
- das Kind weiß, was es sagen soll im Fall eines Übergriffs; Eltern können dies mit ihren Kindern einüben,
- ein Kind nicht den Eindruck macht, ängstlich zu sein und es selbstsicher handelt,
- ein Kind seine Körpersprache beherrscht (z.B. anderen in die Augen sehen, Aufrechtstehen, klar und deutlich sprechen),
- Bullying generell nicht toleriert wird,
- Kinder zueinander stehen und aufeinander aufpassen,
- Kinder sich nicht selbst in Gefahr bringen, aber anderen beispielsweise helfen durch das Melden eines Vorfalles, den sie beobachten.

Was können Eltern tun?

- Machen sie sich klar, dass Bullying IMMER Gewalt ist und nicht zum „normalen“ Aufwachsen dazugehört!
- Sprechen sie mit ihrem Kind über Bullying: wie kann man es erkennen, wie sollte man reagieren?
- Stellen sie selbst ein „empathisches Modell“ dar; reagieren sie gemäß dem induktiven Erziehungsstil: hierbei versuchen Eltern das (negative) Verhalten ihres Kindes zu ändern, indem sie auf dessen Folgen für eine andere Person hinweisen, also Zusammenhänge herstellen und Einsichten vermitteln (z.B. „Was denkst Du, wie sich der Max fühlt, wenn er nie dabei sein kann?“).

Was können Eltern von „Tätern“ tun?

Es kann schmerzhaft sein, sich einzugestehen, dass das eigene Kind andere schikaniert. Dennoch ist es wichtig, dass Sie sich dieses Problem bewusst machen, es sich eingestehen, denn nur so können Sie ihrem Kind helfen, das Problem zu lösen. Sie können Ihrem Kind helfen, zu lernen, dass es nicht in Ordnung ist, andere zu schikanieren und wie es anderen damit geht, schikaniert zu werden. Sensibel auf die Gefühle anderer zu reagieren (= Empathie) ist eine Fertigkeit, die man erlernen kann – und Sie können ihr Kind darin unterstützen, sich diese Fertigkeit anzueignen!

- Nehmen Sie das Verhalten Ihres Kindes ernst und lassen Sie Ihr Kind wissen, dass Bullying nicht toleriert wird. Zeigen Sie Konsequenzen für das negative Verhalten Ihres Kindes auf und setzen Sie diese Konsequenzen auch konsequent um.
- Sprechen Sie mit den Lehrern Ihres Kindes, mit dem Direktor und/oder dem schulpyschologischen Dienst und bitten Sie um Hilfe.
- Vermitteln Sie Ihrem Kind, dass es wichtig ist, die Gefühle und Bedürfnisse anderer anzuerkennen. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Vorfälle und fragen Sie Ihr Kind, was es glaubt, wie sich das betreffende Kind wohl fühlt, wenn es schikaniert wird. Zeigen Sie Ihrem Kind stets die Konsequenzen und negativen Folgen für das Opfer-Kind auf.
- Machen Sie sich ein Bild von den Aktivitäten Ihres Kindes (Sie sollten z.B. die Freunde Ihres Kindes, seinen jeweiligen Aufenthaltsort und seine Freizeitaktivitäten kennen).

¹ Nach BCHealthGuide (Online <http://www.bchealthguide.org>) (Zugriff: 03.03.2006)

- Versuchen Sie Ihrem Kind Freizeitaktivitäten schmackhaft zu machen, von denen Sie wissen, dass es dort auf positive Rollenmodelle, an denen es sich orientieren kann, treffen wird.
- Versuchen Sie selbst ebenfalls ein gutes Vorbild zu sein! Reagieren Sie nicht auf Enttäuschungen oder auf Verfehlungen Ihres Kindes mit körperlichen, harten Strafen oder verbaler/psychischer Gewalt! Dies würde nur das negative Verhalten Ihres Kindes fördern! Erweisen Sie sich selbst als eine empathische Person, die auf die Bedürfnisse anderer achtet!

Was können Eltern von „Opfern“ tun?

Sprechen Sie über die Situation! Auch, wenn es anfangs nicht so aussieht, öffnen sich Opfer von Bullying nach einiger Zeit, wenn man ihnen Raum dazu bietet und das Gespräch in der richtigen Situation eröffnet. Eine gute Möglichkeit, ein solches Gespräch zu beginnen, wäre beispielsweise im Auto oder in einer anderen Situation, in der Sie nicht unmittelbaren Augenkontakt zu Ihrem Kind haben und es sich zu sehr bedrängt fühlen könnte. Hören Sie ruhig und besonnen zu und geben Sie Ihrem Kind – ohne Vorwürfe und vorschnelle Erwidern – Raum, sich zu öffnen! Versprechen Sie aber nicht, dass Sie nicht mit anderen Personen sprechen werden, machen Sie Ihrem Kind vielmehr deutlich, dass es notwendig ist, dass Sie einbezogen werden, um ihrem Kind zu helfen und um das Problem nicht noch schlimmer werden zu lassen!

- Machen Sie sich die Übergriffe bewusst, ignorieren Sie die Übergriffe nicht. Machen Sie ihrem Kind deutlich, dass sie zu ihm stehen und sie gemeinsam das Problem durchstehen werden!
- Machen Sie Ihrem Kind klar, dass es keine Schuld hat an der Situation!
- Üben sie mit ihrem Kind im Rollenspiel, wie es auf solche Situationen reagieren kann. Helfen sie Ihrem Kind, sich verschiedene Lösungsmöglichkeiten für solche Situationen zu überlegen. Versuchen sie auch mit Humor auf die Angelegenheit zu reagieren, z.B. „lustige“ Lösungen zu spielen. Versuchen sie ihrem Kind Möglichkeiten aufzuzeigen, die Situation zu kontrollieren.
- Versuchen sie Ihrem Kind zu verdeutlichen, dass es auch mit anderen Gleichaltrigen zusammen sein und Freunde finden kann, die es wertschätzen. Gestalten Sie für und mit Ihrem Kind Umgebungen, in denen es Bestätigung erfährt.
- Wenn Bullying immer in denselben Situationen auftritt (z.B. bestimmte Freizeitaktivitäten), kann es auch eine Lösung sein, diese Aktivitäten vollständig zu vermeiden. Sprechen Sie mit ihrem Kind über die Aktivitäten und darüber, ob es wirklich weiter diesen Aktivitäten nachgehen möchte.
- Versuchen sie Ihrem Kind zu verdeutlichen, dass es keinen Sinn macht, wieder in Gruppen dabei sein zu wollen, aus denen es zuvor „herausgeekelt“ wurde. Oftmals liegt hierin eine Absicht, die zu weiteren Viktimisierungen führen kann.
- Lassen sie Ihrem Kind wissen, dass sie immer für es da sein werden. Sie müssen nicht immer die richtigen Antworten kennen, sie können aber immer ein guter Zuhörer sein!
- Sprechen sie nicht alleine mit den Tätern, sondern immer im Beisein dessen Eltern, um zu vermeiden, dass der Täter die eigenen Eltern „gegen Sie“ manipuliert. Bedenken sie aber, dass Eltern oft (negative) Rollenvorbilder darstellen, nichts vom negativen Verhalten ihres Kindes wissen oder dieses nicht wahrhaben wollen, so dass sie nicht zuviel an Verständnis erwarten sollten von den Eltern des Täters!

Was „betroffene“ Kinder tun können

- Gesellschaft „freundlicher“ Peers aufsuchen und von jenen fernbleiben, die sie nicht mögen.
- Sich in Gruppen aufhalten und in Gruppen, die von Erwachsenen überschaut werden (z.B. Pausen in der Nähe der Lehrer, zur Schule gehen mit älteren Geschwistern oder mit Freunden, im Schulbus in der Nähe des Busfahrers sitzen).
- Bei An-/Übergriffen selbstbewusst reagieren und nicht überreagieren.
- Nicht mit Tätern Auseinandersetzung beginnen, kämpfen oder verbal „gegenhalten“ – dies reizt die Täter nur noch mehr.
- Weggehen vom schikanierenden Täter/n, aber nicht weglaufen; dem Täter direkt in die Augen schauen und laut und deutlich, bestimmt aber ruhig sagen „Lass mich in Ruhe!“ oder „Ich habe keine Angst vor Dir!“; anschließend sollten betroffene Kinder mit Erwachsenen über den Vorfall sprechen. Hier können dem Kind schon im Vorfeld mögliche Ansprechpartner benannt werden. Der Erwachsene sollte wissen, dass das Kind zu ihm kommt im Notfall. Kinder sollten zudem Erwachsene um Hilfe bitten, wenn sie sehen, dass andere Kinder schikaniert werden.
- Kinder geben an, sie haben Angst, andere zu „verpetzen“, aber nur das „Darüber-Sprechen“ kann Opferkreisläufe durchbrechen! Einem Kind sollte die Möglichkeit gegeben werden, anonym zu bleiben, wenn es von einem Vorfall berichtet!

Weiterführende Informationen und Hilfen:

Scheithauer, H. (2003). Aggressives Verhalten von Jungen und Mädchen. Göttingen: Hogrefe.

Scheithauer, H., Hayer, T. & Petermann, F. (2003). Bullying unter Schülern - Erscheinungsformen, Risikobedingungen und Interventionskonzepte. Göttingen: Hogrefe.

Zahlreiche Links zu Informationen und Hilfs-/Interventionsangeboten unter www.fairplayer.de.

Literatur:

Andrew, M. (2002). Youth violence prevention: A personal and professional priority. *WMJ*, 1001, 8-12.

Glew, G., Rivara, F. & Feudtner, C. (2000). Bullying: Children hurting children. *Pediatr Rev*, 21, 183-189.

Lyznicki, J.M., McCaffree, M.A. & Robinowitz, C.B. (2004). Childhood bullying: Implications for physicians. *American Family Physician*, 70, 1723-1729.

Masten, A.S. & Coatsworth, J.D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments. Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53, 205-220.

Melzer-Lange, M.D., Cohen, R.W., Grossberg, P.M., Matthews, C.K.B., Heuermann, W., Kocs, K.J., Hale, L.J. & Gilmore, C. (2005). Bullying prevention: Wisconsin takes a stand. *WMJ*, 104, 57-61.

Melzer-Lange, M.D. & Pulley, S.C. (2002). Bullying: The physician's role. *WMJ*, 101, 26-29.

Nansel, T.R., Overpeck, M.D., Haynie, D.L., Ruan, W.J. & Scheidt, P.C. (2003). Relationships between bullying and violence among US youth. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 157, 348-353.

Nolting, H.-P. & Knopf, H. (1998). Gewaltverminderung in der Schule: Viele Vorschläge – wenig Studien. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 45, 249-260.

Scheithauer, H. (2003). Aggressives Verhalten von Jungen und Mädchen. Göttingen: Hogrefe.

Scheithauer, H., Hayer, T. & Petermann, F. (2003). Bullying unter Schülern - Erscheinungsformen, Risikobedingungen und Interventionskonzepte. Göttingen: Hogrefe.

Scheithauer, H., Hayer, T., Petermann, F. & Jugert, G. (2006). Physical, verbal and relational forms of bullying among students from Germany: Gender-, age-differences and correlates. *Aggressive Behavior*, 32, 1-15.

Steiner, H. (1997). Practice parameters for the assessment and treatment of children and adolescents with conduct disorder. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 36 (10 Supplement), 122S-139S.