

Lichtblick

Magazin für praktizierte
Individualpsychologie

Was Kinder brauchen

Inhalt

Heft 103

- Beherzt und bedeutsam sein
- Erziehung beginnt bei uns selbst
- Soziale Kompetenzen fördern
- Lernen durch logische Folgen
- Von Wunden und Wunder-Punkten
- Ohne Mitleid und schlechtes Gewissen
- Miteinander statt Mobbing



Mobbing - von der Gemeinschaft ausgeschlossen

Wie es ist, von der Gemeinschaft ausgeschlossen zu sein, beschreibt Christelle Schläpfer. Zudem zeigt sie Möglichkeiten zur Lösung und Prävention auf.



Christelle Schläpfer
ist Dozentin und Individualpsychologische Beraterin, Expertin in Sachen Mobbing und Cybermobbing, Inhaberin von edufamily® www.edufamily.ch
www.christelle-schlaepfer.com

„Ob ein Mensch in einer Gemeinschaft integriert ist oder nicht, bestimmt für jeden Einzelnen sein Glück oder Unglück.“

Rudolf Dreikurs

Mobbing ist eine subtile Form von Gewalt, doch an zahlreichen Schulen wird dies nicht immer erkannt - und wenn doch, bringt die Intervention oft mangelhafte Verbesserung, mitunter wird die Situation sogar schlimmer. Kein Wunder also, dass viele betroffene Schüler keine Hilfe holen und mit ihrem Problem alleine bleiben. Alfred Adler hat die Zugehörigkeit als menschliches Urbedürfnis erkannt. Neuerdings können Neurowissenschaftler nachweisen, dass das Motivationssystem des Menschen zusammenbricht, wenn dieses Bedürfnis nicht erfüllt wird. Ausgrenzte und isolierte Menschen fühlen sich minderwertig und unterlegen – ihr Selbstwertgefühl nimmt zusehends ab. Wie sehr isolierte Menschen an Seelenqualen leiden, kann man heute in Hirnscans bildlich nachweisen: Es werden dieselben Hirnregionen aktiviert wie bei physischem Schmerz. Bei Mobbing wird das Opfer über längere Zeit systematisch verbal, physisch oder psychisch fertiggemacht – sei es in Form von Kränkungen, Verletzungen, Demütigungen, Drohungen, Sachbeschädigungen oder sexueller Belästigungen.

Mobbing: Unmittelbar und online

Als ich noch als Lehrerin arbeitete, wurde einer meiner Schüler im Bus auf dem Nachhauseweg an seiner Haltestelle von einigen Klassenkameraden am Aussteigen gehindert – das passierte häufig. So musste er mit der ganzen Gruppe Schüler weiterfahren, so lange, bis der Letzte ausgestiegen war. Danach musste er wieder zurückfahren und konnte erst dann aussteigen. Schwierig für mich war, dass diese Handlungen außerhalb des Schulzimmers stattfanden und ich darauf angewiesen war, dass mir jemand davon erzählte. Mobbing ist nicht immer leicht zu erkennen – und es braucht Menschen, die die Zivilcourage haben, dem Opfer beizustehen, wenn dieses (aus Angst vor Rache) sich nicht traut, selbst Hilfe zu holen. Verschärft wurde das Thema Mobbing vor einigen Jahren, als die Cyber-Variante noch dazu kam. Im Unterschied zu „klassischem“ Mobbing können die Mobbler anonym und rund um die Uhr agieren. Und sie können dem Opfer ganz extrem schaden, weil die digitale Verbreitung von Verleumdungen, beschämendem Bild- und Filmmaterial oder Verunglimpfung viel schneller und weitläufiger ist als im „Offline-Format“. Zudem ist es höchst schwierig, solche Inhalte wieder aus dem Netz zu holen. Die Hemmschwelle bei Cybermobbing ist wesentlich niedriger. Hinter dem Bildschirm fühlen sich viele sicherer und trauen sich Dinge zu schreiben, die sie einem nie direkt ins Gesicht sagen würden. Die Grenzen zwischen derber und verletzender, beschämender Umgangssprache sind fließend. Meist sind sich die Jugendlichen im Online-Bereich der Folgen ihrer Taten nicht bewusst. In der Präventionsarbeit scheinen mir die Informationen über Mobbing nicht ausreichend. Es braucht ebenso die Sensibilisierung und die rechtlichen Grundlageninformationen. Wohl nur die wenigsten Kinder und Jugendlichen oder auch Eltern wissen, dass die Strafmündigkeit bei 14, in der Schweiz bei 10 Jahren liegt. Bei Cybermobbing hört der Spaß schnell auf – und der Jugendliche hat eine Anzeige am Hals.

Konstant am kürzeren Hebel

Ganz anders als bei „normalen“ Konflikten liegt bei Mobbing ein Machtungleichgewicht vor:

- eine Gruppe gegen immer denselben Schüler
- ein viel älterer, stärkerer gegen einen viel jüngeren, schwächeren Schüler
- ein Chef gegen einen Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin

Das Opfer ist – anders als in einem bilateralen Konflikt – konstant am kürzeren Hebel und fühlt sich außerordentlich entmutigt und allein. Neben diesem Macht-

ungleichgewicht ist die Frage des Gruppenphänomens von großer Bedeutung: Das Ganze spielt sich nicht nur zwischen Opfer und Täter ab und sollte daher auch nicht nur zwischen diesen beiden Personen gelöst werden. Wenn wir davon ausgehen, dass das Zugehörigkeitsgefühl zu den wichtigsten Grund-Bedürfnissen des Menschen gehört, verstehen wir, dass niemand diese Zugehörigkeit verlieren will: Man macht mit oder hütet sich davor, etwas zu sagen. Sehr oft geschieht dies aus Angst, nicht mehr dazuzugehören. Dieses Mitmachen oder Schweigen gibt dem Täter ein Signal der Billigung und bestärkt ihn in seinem Tun. Das heißt: Die Zuschauer und Mitläufer tragen eine Mitverantwortung an der Mobbing-Situation und müssen daher dringend in die Auflösung mit einbezogen werden. Grundsätzlich sollten Schüler dazu befähigt werden, Konflikte konstruktiv lösen zu können. Dafür gibt es wunderbare Modelle, die die Schüler auch selbst anwenden können. Das gilt ebenso bei Geschwisterstreit. Der Glaube, Schüler könnten auch Mobbing unter sich selber lösen, ist hingegen unrealistisch. Die Form der Intervention ist jedoch ganz entscheidend dafür, ob die Opfer Hilfe holen oder nicht.

Sozialkompetenz stärken statt Sanktionen

Sanktionen sind in unserer Gesellschaft immer noch stark verankert. Im Sinne von: Wenn jemand etwas Schlechtes tut, dann soll er dafür bezahlen. Auch vielen Eltern und Lehrpersonen ist es wichtig, dass der Täter oder die Täterin bestraft wird. Sanktionen können jedoch das „Fehlverhalten“ verstärken und der Lerneffekt ist gleich Null, was die Verbesserung der Sozialkompetenz betrifft. Wie oft habe ich schon erlebt, dass Schulen die Täter aus dem System herausnehmen und sie sanktionieren, indem er oder sie beispielsweise im Gebäude oder auf dem Gelände putzen muss oder nicht zum Schulausflug mitkommen darf. Dass Sanktionen die Schüler sogar zur Rache verleiten können, vergessen leider viele.

Ich selbst arbeite in „klassischen“ Mobbingfällen (bei Cybermobbing wird, unter anderem aus rechtlichen Gründen, anders vorgegangen) mit dem sogenannten „No Blame Approach“. Dabei werden Täter und Mitläufer (Akteure) in die Wiedergutmachung involviert. Wichtig ist: Zu keinem Zeitpunkt wird beschuldigt oder beschämt – es wird lösungsfokussiert gearbeitet. Eine Gruppe aus Akteuren sowie Schülern, die dem Opfer wohlgesonnen sind, trägt Verantwortung dafür, die Situation zu verbessern. Ziel ist, dass es dem Betroffenen wieder besser geht. Durch diese Vorgehensweise braucht der Täter nicht in Rechtfertigung oder Verharmlosung auszuweichen, weil er (oder sie) nicht beschämt oder beschuldigt wird. Die Gruppe lernt, lösungsorientiert, empathisch und verantwortlich zu handeln. Dies ist eine mögliche Strategie, welche nachhaltig positiv auf das Klassenklima wirkt. Die Lösung wird in der Gemeinschaft umgesetzt und kommt der Gemeinschaft zugute. Da keine Beschuldigung stattfindet, ist auch keine Rache nötig. Das ermutigt wiederum die Opfer, Hilfe zu holen.

13 triftige und traurige Gründe

Die digitalen Medien haben inzwischen wohl alle Familien erreicht. Dieses Thema ist eine neue Herausforderung im Erziehungsalltag, und zwar nicht nur wegen der Menge des Online-Konsums, sondern – und das wird manchmal unterschätzt – auch wegen der Inhalte.

„13 Reasons Why“ war 2017 die erfolgreichste Netflix-Serie und weltweit die Lieblingsserie von Jugendlichen. Darin geht es um eine 17-jährige Schülerin, die gemobbt wurde. Hannah Baker bringt sich daraufhin um und hinterlässt ihren Mitschülerinnen und Mitschülern ein Päckchen mit 13 Kassetten, die sie vor ihrem Selbstmord besprochen hatte. Auf diesen 13 Kassetten erklärt sie, was ihre Gründe waren und welche 13 Personen für ihren Selbstmord mitverantwortlich sind. Die Serie hat in Fachkreisen für Aufruhr gesorgt, weil Nachahmungstaten befürchtet werden. Der Suizid wird darin als einziger Ausweg aufgezeigt und sehr detailliert dargestellt. Ganz anders sehen das die Jugendlichen, die ich zu dieser Serie befragt habe: Sie fanden die Serie wichtig, denn darin, so argumentierten sie, wird gezeigt, wie wenige Worte oder Taten bereits verletzend wirken und welche Auswirkungen Mobbing haben kann.

Ich teile nicht die Forderung, die Serie zu verbieten, wie es nun in manchen Ländern der Fall ist. Denn was verboten ist, ist immer reizvoll und die Jugendlichen finden ihre Wege, diese Serie trotzdem zu sehen. „13 Reasons Why“ gibt zu denken und sollte mit den Jugendlichen diskutiert werden. Grundsätzlich sollten sie aber, aus diversen Gründen, die Serie nicht alleine schauen.

Tipps zur Mobbing-Prävention

Präventiv lässt sich mit den Kindern einiges gegen Mobbing tun. Ganz besonders liebe ich Metaphern in Form von Geschichten und Filmen, die man vorlesen oder anschauen und danach besprechen kann. Die Kinder kommen in Resonanz mit den Figuren aus den Geschichten und lassen sich berühren.

Eines meiner Lieblingsbücher für die Präventionsarbeit mit jüngeren Schülern ist „Irgendwie Anders“ von Kathryn Cave und Chris Riddell. Dieses wunderschön illustrierte Bilderbuch handelt von einem Geschöpf, das anders ist als die anderen, ob beim Essen oder Spielen. Es versucht dazuzugehören, doch die anderen wollen es nicht dabei haben. Das Buch berührt die Kinder sehr, denn sie fühlen mit „Irgendwie Anders“ mit. Geschichten wie diese ermöglichen es, „Fälle“ zu besprechen und vereinfachen den Bezug zur eigenen Situation.

Rein informative Prävention hingegen aktiviert die Empathie der Kinder nicht. Daher sind spielerische, lustvolle und berührende Momente ganz entscheidend, um Sozialkompetenz für die Mobbingprävention aktivieren zu können.

Verein für praktizierte Individualpsychologie



Verein für praktizierte
Individualpsychologie e. V.

Vorstand

1. Vorsitzender, Werner Strubel

Alleestr. 16 / D-67105 Schifferstadt / Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: w.strubel@vpip.de

2. Vorsitzende, Johanna Fischer

Pfarrstr. 41 / D-73773 Aichwald / Tel.: +49(0)711-882 67 51 / e-mail: j.fischer@vpip.de

Vorstandsmitglied, Renate Görg-Wollenweber

In den Schmiedgärten 7 / D-67245 Lamsheim / Tel.: +49(0)151-5879 20 05 (mobil) / e-mail: r.goerg-wollenweber@vpip.de

Kassiererin, Ingrid Czerwinski

Enzstr.12 b / D-76344 Eggenstein-Leopoldshafen / Tel.: +49(0)7247-28 12 / e-mail: i.czerwinski@vpip.de

Schriftführerin, Ulrike Strubel

Alleestr. 16 / D-67105 Schifferstadt / Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: sekretariat@vpip.de und u.strubel@vpip.de

Themenschwerpunkt der nächsten Ausgabe:

In der Mitte des Lebens

Redaktionsschluss: 15. Mai 2018

AnsprechpartnerInnen

Silvia Bürhaus-Knapp

Tel.: +49(0)7151-90 62 50 / e-mail: familienrat@vpip.de
Information und Anmeldung zur Familienrat-Trainer-Ausbildung

Ingrid Czerwinski

Tel.: +49(0)7247-28 12 / e-mail: regionen@vpip.de
Kontaktperson für die VpIP-RegionalleiterInnen

Johanna Fischer

Tel.: +49(0)711-882 67 51 / e-mail: fortbildung@vpip.de
Information und Anmeldung zu VpIP-Fortbildungen

Michaela Brand

Tel.: +49(0)9367-499 01 40 / e-mail: m.brand@vpip.de
Kontaktperson für neue Medien

Ulrike Strubel

Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: u.strubel@vpip.de
Kontaktperson für die VpIP-Webseiten

Renate Görg-Wollenweber

Tel.: +49(0)151-5879 20 05 (mobil) / e-mail: ip-forum@vpip.de
Information und Anmeldung zum IP-Forum

Lichtblick

Magazin für praktizierte
Individualpsychologie

Impressum

Das Magazin für praktizierte Individualpsychologie Lichtblick ist das offizielle Organ des Vereins für praktizierte Individualpsychologie e.V. (VpIP), mit dem Schwerpunkt auf der Beschreibung und Darstellung praxisorientierter Individualpsychologie. Herausgeber ist der Vorstand des Vereins für praktizierte Individualpsychologie e.V. (VpIP).

Redaktionsleitung: Nicole Weisheit-Zenz / e-mail: nwz.texte@gmx.de; **Schlussredaktion und Satz:** Roland Reischl / www.rr-koeln.de

Zuschriften bitte nur an die E-Mail-Adresse: magazin@vpip.de

Mediadaten mit allen Informationen zu Anzeigen finden Sie unter: www.vpip.de/downloads

Das Copyright aller namentlich gekennzeichneten Artikel liegt bei den Autoren. Das Copyright aller übrigen Beiträge liegt beim Verein für praktizierte Individualpsychologie e.V. Nachdrucke sind in jedem Fall genehmigungspflichtig. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die persönliche Meinung der Autoren wieder. Eingegangene Beiträge aller Art haben kein Recht auf Veröffentlichung. Die Redaktion behält sich Kürzung und Bearbeitung der eingesandten Manuskripte sowie Kürzung der Leserbriefe vor. Für die Rücksendung unverlangt eingesandter Manuskripte kann nicht garantiert werden. Zur Veröffentlichung gelangen nur Artikel, die per e-mail oder auf CD an die Redaktion gesandt werden.

Das Magazin Lichtblick erscheint vier Mal im Jahr und kann zum Preis von jährlich 25,00 Euro abonniert werden. Bestellungen bitte an das Sekretariat. Mitglieder des Vereins für praktizierte Individualpsychologie erhalten die Zeitschrift kostenlos. Das Magazin Lichtblick wird gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier.