

Einleitung	6
I Grundlagen: Was Sie über Mobbing wissen müssen	8
1 Der Begriff „Mobbing“	8
• Was ist Mobbing?	8
• Besondere Kennzeichen von Mobbing	8
• Was ist Bullying?	8
• Wie häufig kommt Mobbing vor?	8
• Wer ist betroffen?	9
• Welche Formen hat Mobbing?	9
• Exkurs: „Cyber-Mobbing“ als neue Erscheinungsform	10
2 Ursachen und Hintergründe von Mobbing	11
• Was steckt hinter Mobbing?	11
• Wer mobbt?	11
• Rollen im Mobbing-Prozess	11
• Mobbing als Gruppenprozess	11
• Was löst Mobbing aus?	12
3 Der „Opfertyp“ und der „Tätertyp“ – Wie wird ein Schüler zum Opfer bzw. Täter?	12
• Wer wird gemobbt?	12
• Jeder kann Opfer werden	13
• Auch Erziehungsdefizite können Mobbing fördern	13
4 Der Teufelskreis im Mobbing-Prozess – Wie wird gemobbt?	13
5 Kennzeichen von Mobbing oder: Wie erkenne ich Mobbing-Vorfälle in meiner Klasse?	15
• Beobachtung	15
• Äußere Signale	15
• Auffälliges Verhalten des Schülers im Unterricht	16
• Leistungen des Schülers	16
• Fernbleiben vom Unterricht	16
• Soziale Kontakte in Pausenzeiten und im Sportunterricht	16
• Verhalten des Opfers in der Freizeit	17
• Körperliche und psychosomatische Beschwerden	17
II Handlungsfelder in der Praxis	18
1 Handlungsfeld: Schule	20
1.1 Schulische Präambel	20
KV 1 Schulpräambel	21
KV 2 Gemeinsame Erklärung gegen Mobbing	22
KV 3 Maßnahmenkatalog bei Regelverstößen	23
1.2 Soziale Kompetenzen schulübergreifend fördern: Beispiel „Prävention im Team (PIT)“	24
1.3 Ansprechpartner bei Mobbing	25
KV 4 Kontaktadressen bei Mobbing-Fällen	26
KV 5 Erfassungsbogen „Mobbing-Fall“ für Lehrkräfte	27

1.4	Erhöhung der Präsenz von Lehrkräften in außerunterrichtlichen Zeiten	28
	KV 6 Checkliste Pausenaufsicht	29
	KV 7 Erfassungsbogen für Mobbing-Orte an der Schule	30
1.5	Schülerfragebogen – Gewalt und Mobbing an unserer Schule	31
	KV 8 Schülerfragebogen	32
1.6	Zusammenarbeit mit den Eltern	36
	KV 9 Einladung der Schülereltern zum Informationsabend „Schüler-Mobbing im Schulalltag“	38
	KV 10 Informationsabend – Ablauf	39
	KV 11 Fragen der Eltern zu Mobbing ... und Antworten in aller Kürze	41
	KV 12 Anschreiben Elternfragebogen	43
	KV 13 Elternfragebogen	44
	KV 14 Elternanschreiben Opfereltern	46
	KV 15 Elternanschreiben Tätereltern	47
1.7	Pädagogischer Tag zum Thema Gewalt/Mobbing	48
	KV 16 Pädagogischer Tag – Ablauf	49
1.8	Fortbildung zu Cyber-Mobbing	50
1.9	Moderatorenmodell	51
2	Handlungsfeld: Klasse	54
2.1	Positives Klassenklima	54
	KV 17 Methode: Stimmungsbarometer	56
	KV 18 Methode: Soziogramm	57
2.2	Soziale Kompetenzen durch kooperative Lernformen fördern	58
	KV 19 Methoden des kooperativen Lernens	60
2.3	Regelmäßige Rundgespräche in der Klasse	64
2.4	Klassenregeln gegen Mobbing	65
	KV 20 Regeln für den guten Umgang miteinander in der Klasse	67
	KV 21 Vereinbarung gegen Gewalt	68
2.5	Rollenspiele	69
	KV 22 Vorübung zu den Rollenspielen „Ich will rein“	70
	KV 23 Rollenspiel „Ich traue mich!“	71
	KV 24 Rollenspiel „Dazwischentreten“	72
2.6	Verwendung geeigneter Kinder- und Jugendliteratur/ geeigneter Medien	73
2.7	Förderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung	76
	KV 25 Fragebogen zur Selbst- und Fremdwahrnehmung	78
2.8	Stärkung der Problemlösekompetenz	79
3	Handlungsfeld: Persönliche Ebene zwischen Lehrer und Schüler	81
3.1	Möglichkeiten des Lehrers: Prävention und situative Intervention	81
3.2	Das persönliche Gespräch mit dem Mobbing-Opfer	84
	KV 26 Selbstreflexionsbogen zum Erstgespräch mit dem Opfer	85
	KV 27 Leitfaden für ein Gespräch mit dem Mobbing-Opfer	86
3.3	Tagebuch für das Mobbing-Opfer	89
	KV 28 Tagebuch zu den Mobbing-Vorfällen	90

3.4	Das persönliche Gespräch mit dem Mobbing-Täter	91
	KV 29 Leitfaden zum persönlichen Gespräch mit dem Mobbing-Täter	93
	KV 30 Antwortoptionen auf Rechtfertigungsstrategie des Täters/derTäter	95
	KV 31 Verhaltensvertrag	96
	KV 32 Vorschläge zur Wiedergutmachung	97
4	Intervention im akuten Mobbing-Fall	98
4.1	Mobbing – Sofortmaßnahmen für Schüler	98
	KV 33 Schülerheft: „Hilfe, ich werde gemobbt!“	99
4.2	Die Farsta-Methode	101
	KV 34 Gesprächsleitfaden zur Farsta-Methode	103
	KV 35 Mögliche Fragen für das Gespräch mit dem Täter/den Tätern (Farsta-Methode)	104
4.3	Die Shared-Concern-Methode	105
4.4	Der No-Blame-Approach	106
	Übersicht über die Kopiervorlagen	107
	Internetadressen	108
	Literaturverzeichnis	109