

TIPPS FÜR ELTERN / ERZIEHUNGSBERECHTIGTE SCHUL-MOBGING

WORAN ERKENNEN SIE, DASS IHR KIND GEMOBBT WIRD?

1. **Jüngere Kinder** können diese Probleme nicht verbalisieren, achten Sie auf JEDE Verhaltensänderung: **zB** vermehrtes Zurückziehen, Appetitlosigkeit oder Frustessen, starke Unruhe, Irritierbarkeit und starke Ablenkbarkeit, häufig wechselnde Stimmungen, Nervosität (Fingernägel beißen, Haare kräuseln oder Ausreißen, Wippen etc.), vermehrt aggressives Verhalten (als Ausdruck des Druckes, unter dem Ihr Kind steht), oder Lethargie, Teilnahms-/Freudlosigkeit, Spielunlust, Traurigkeit, vermehrtes Schlafbedürfnis, oder weigert sich aufzustehen, psychosomatische Beschwerden wie zB oft Kopfweg, Bauchweg, insbes. sonntags vor Schule, Fieber oder "vorgetäuschte" Krankheiten (Kind braucht Schutzraum bzw. Rückzug vor Schule!), Überanhänglichkeit, Ängstlichkeit, Verminderung von Schulleistungen, Konzentrationsstörungen, plötzlich auftretende Schul- und/oder Prüfungsangst, Verschlussenheit.

2. **"Ältere" Kinder/Jugendliche** können Problemsituationen (tlw.) schon verbalisieren, wissen jedoch selbst (manchmal) nicht, dass es "schon Mobbing" ist, deshalb: Nehmen Sie auch bei älteren Jugendlichen diese Schilderungen ernst! Manchmal „vergisst“ man als Elternteil, weil die Kinder schon so "groß" sind, dass sie trotzdem NOCH KINDER sind und den elterlichen Schutz sehr wohl noch dringend brauchen (insbesondere, wenn andere aktuelle Pubertätsprobleme gerade den Haussegen etwas einschränken.. ;).

WAS KÖNNEN SIE BEI SCHULMOBBING TUN?

1. **Trauen Sie der Wahrnehmung Ihres Kindes!** Als Mobbingopfer hat man nirgends Gehör und wird oder wurde möglicherweise nicht wahr- oder ernstgenommen. Ihr Kind braucht Sie - stehen Sie fest hinter ihm! Wenn Ihr Kind nicht in die Schule gehen will, achten Sie dieses Alarmzeichen - zwingen Sie es nicht hin (denn Sie können nicht wissen, wohin es wirklich geht...)

2. **Nehmen Sie umgehend Kontakt mit Klassenlehrer, Lehrer und ggf. Horterzieher auf**, um den bestmöglichen Lösungsweg gemeinsam zu suchen!

3. **Suchen Sie Verbündete!** Gibt es noch ein Kind in der Klasse oder Schule, wo man weiß, dass es ihm ähnlich geht? Verbünden Sie sich mit diesen Eltern, ggf. auch Kontakt der betroffenen Kinder untereinander.

4. **Wenden Sie sich (anonym) an unsere SHG:** wir sind Stmk.- u. Ö-weit vernetzt und stellen auch Kontakte zu anderen Betroffenen Eltern her - wichtiger Erfahrungsaustausch & gegenseitiges Unterstützen.

5. **Ärztliche/therapeutische Abklärung*):** Wenden Sie sich an Kinderpsychiater bzw. an Kinder-/ Jugendanwalt. Scheuen Sie sich nicht, einen psychiatrischen Befund erstellen zu lassen bzw. Ihr Kind psychiatrisch/therapeutisch unterstützen zu lassen. Bei Fortschreiten der Situation (bzw. wenn die Mobbingssituation anhält bzw. schulisch keine ausreichenden Maßnahmen getroffen werden/wurden), kann ein Befund, der die Gesamt-(Gesundheits-)situation darstellt, auch genutzt werden, Lehrkörper und Direktion über die bereits erfolgten Schäden aufzuklären und zum Einschreiten zu instruieren bzw. dieses zu fordern, um (weitere) Gesundheitsschäden Ihres Kindes zu verhindern.



6. **Holen Sie sich selbst Hilfe!** Wenn man gegen Lehrer, Direktion, Horterzieher "alleine ankämpfen" muss, kann dies sehr kräfteraubend sein, insbesondere wenn man zB alleinerziehend ist (und sich auch seitens der Schule nur schwer Gehör verschaffen kann, da diese möglicherweise Mobbing damit "erklären", dass man als Mutter/Vater "halt überfordert" ist und alles „gar nicht stimmt“...)

7. **Nehmen Sie anwaltliche Beratung in Anspruch** (bietet auch KIJA). Mobbingsituationen sind Prozesse und lösen sich zumeist nicht rasch in Wohlgefallen auf (obwohl dies auch sein kann). Informieren Sie sich über gesetzliche Aufgaben der Lehrkörper, Schulleitung, Horterzieher, lassen Sie sich deren Pflichten und Ihre Rechte erklären. Wenn Sie diesbezüglich informiert sind, können Sie auch in der Schule gefestigter auftreten. Bei allen Gesprächen empfiehlt sich die Mitnahme einer Vertrauensperson (auch Zeugenfunktion).

8. **Notieren Sie den gesamten Verlauf.** Schreiben Sie alles auf, versuchen Sie, so viel wie möglich schriftlich zu erledigen (E-Mail an Schule und Lehrkörper), dokumentieren Sie alle Anrufe, auch Gespräche (im Nachhinein Gedächtnisprotokoll erstellen), setzen Sie sich immer wieder mit ihrem Kind zusammen, fragen Sie aktiv nach, bestärken Sie Ihr Kind, Erlebtes zu schildern (aber bohren Sie nicht dauernd nach ;-).

9. **Handeln Sie nie ohne Absprache mit ihrem Kind!** Dies könnte (auch bei bester Absicht) als Vertrauensbruch gewertet werden, und Ihr Kind könnte sich vor Ihnen ev. nachfolgend verschließen! Binden Sie Ihr Kind in alle Vorhaben ein, und nehmen Sie auch Ängste oder Einwände Ihres Kindes wahr! Eine kreative Lösungssuche ist vonnöten – und oft haben Kinder auch die besten Ideen!

10. **Melden bzw. Transparent-Machen von Mobbingsituationen macht Zuständigen**, Verantwortlichen bzw. dem Schulsystem **oft Angst** (Mobbing wird unserer Erfahrung nach schulischerseits immer wieder negiert). Präsentieren Sie deshalb auch Lösungen u. Hilfe diplomatisch (Hinweis auf unser Schul-Cybermobbing-Register, u.a. für Lehrkörper & Multiplikatoren). Vorträge/Seminare für Schulen zum Thema Mobbing und (Gewalt)-Prävention werden bereits angeboten (siehe Website SHG) und können die Lehrkörper im Umgang mit Schulmobbing gut unterstützen.

11. **Stehen Sie hinter Ihrem Kind.** Wir schreiben diesen Punkt bewusst zwei Mal, da er so wichtig ist. Kinder haben eine sehr gute Wahrnehmungsfähigkeit. Sehen Sie es als Vertrauensbeweis, dass es sich an Sie wendet und gehen Sie behutsam damit um. Nehmen Sie sehr ernst, was Ihr Kind Ihnen sagt. Sehr oft sind schon Monate des Leides vorausgegangen, bevor sich Ihr Kind damit "heraustraut". Es wäre fatal, wenn Sie Ihr Kind nicht ernst nehmen!

Ihr Kind verschließt sich immer mehr? Erzählt aber nichts (mehr)? Dies ist generell ein Alarmzeichen:

Bitte prüfen Sie:

- Glauben Sie Ihrem Kind?
- Haben Sie Ihr Kind in seinen Schilderungen wirklich ernst genommen?
- Versuchen Sie, Ihr Kind bzw. seine Aussagen zu beeinflussen?
- Haben Sie wirklich zugehört, oder schon die Antwort vorher im Kopf gehabt?
- Haben Sie Schilderungen/Erzählungen „abgetan“, beschönigt, (unbewusst) heruntergespielt?
- Haben SIE Ängste, das Mobbingproblem (wiederum) in der Schule anzusprechen?

- Haben SIE das Gefühl, mit allem überfordert zu sein, und setzen Sie (unbewusst) Signale, „nichts mehr hören zu wollen?“

- Stecken Sie selbst gerade in anderen schweren Problemen, sodass Sie dafür jetzt einfach „keinen Nerv“ haben?
- Haben Sie Angst, zu Lehrern oder zur Direktion zu gehen, weil bisherige Maßnahmen nicht gefruchtet haben oder Sie mit dem gleichen Problem konfrontiert werden wie Ihr Kind: Schulischerseits nicht (ausreichend) gehört und wahrgenommen zu werden?

Rufen Sie uns an! 0699.190 36 155 oder shg-mobbing-graz@gmx.at

Anonymität bleibt gewahrt! Wir unterliegen der Schweigepflicht und nehmen diese auch ernst!

Suchen Sie Unterstützung bei Kinderschutzzentren, KIJA oder ähnlichen Einrichtungen!

Zu Punkt 5. Ärztliche/therapeutische Abklärung:

Generell muss erfahrungsgemäß gesagt werden, dass Mobbing bzw. systematisierte psychische Gewaltausübung in (Schul-, Firmensystemen) auch von Ärzten oder Therapeuten nicht selbstverständlicher Weise als KrankheitsURSACHE bzw. stark krankmachendes Potenzial verstanden wird.

Daher ist zu empfehlen, sich bei der Wahl des Kinder-/Jugendpsychiaters bzw. Therapeuten bzw. der zuständigen Stelle **vor Terminvereinbarung** zu erkundigen, ob dieser bereits Erfahrung mit Schulmobbing hat, ob diesbezügliche Hinweise auf der Website vorhanden sind, ob Sie mit diesem Problem telefonisch beim Nachfragen gut wahrgenommen werden, oder ob eher ablehnende Haltung dazu besteht. Bei Ärzten/Therapeuten, die betreffend Schulmobbing wenig bis kaum Erfahrung haben, besteht die Gefahr, dass ärztlicher-/therapeutischerseits die Mobbingsituation eher abgetan oder nicht wahrgenommen wird, was a) für das Kind neuerlich sehr belastend sein kann (statt ersehnte Hilfe erfolgt neuerliche „Opferbeschuldigung“), und b) für Sie absolut verunsichernd sein kann; im schlechtesten Fall würden Sie ev. aufgrund der „mobbingnegierenden“ ärztlichen Haltung beginnen, den Aussagen Ihres Kindes keinen Glauben mehr zu schenken. Und das wäre der absolute WORST CASE.

Jedem betroffenen Elternteil, aber auch jedem Lehrer, Direktor, Kindergarten- und Horterzieher, Landesschulstellen kann das Buch: **BULLYING – Mobbing bei Kindern und Jugendlichen** von Dr. Peter Teuschel, FA für Psychiatrie und Psychotherapie/ Dr. Klaus Werner Heuschen, FA für Kinder- und Jugendpsychiatrie, **sehr empfohlen** werden.

Es ist das einzige Buch aus fachärztlicher Sicht zum Thema Mobbing bei Kindern/Jugendlichen im deutschsprachigen Raum!

Dr. Peter Teuschels Buch sowie mehr über sein Werk: auf unserer Website <http://www.selbsthilfegruppe-mobbing-graz.at/dr-teuschel/>
BLOG „Schräglage“ von Dr. Peter Teuschel (auch gute Infos zu Schul- und Cybermobbing):

<http://www.blog.drteuschel.de/wordpress/mobbing-in-der-schule-the-scars-remain/>

Amazon:

<http://www.amazon.de/Bullying-Mobbing-bei-Kindern->



Jugendlichen/dp/3794528433/ref=sr_1_1?s=books&ie=UTF8&qid=1378933095&sr=1-1