

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	13
<b>1. Mobbing als besondere Form der Gewalt</b> .....	15
1.1 Was Mobbing ist und was es nicht ist .....	17
1.2 Erscheinungsformen .....	22
1.3 Merkmale der Mobbingepisoden .....	24
1.3.1 Erniedrigung .....	24
1.3.2 Schweigen .....	26
1.3.3 Hilflosigkeit der Opfer .....	27
1.3.4 Isolation der Opfer .....	27
1.3.5 Die Passivität der anderen Kinder .....	28
1.3.6 Die Passivität der Erwachsenen .....	28
1.3.7 Mobbing macht Spaß .....	30
1.4 Mobbing – ein soziales Phänomen .....	30
1.4.1 Die Situation .....	30
1.4.2 Die Rollen .....	31
1.4.3 Was bringt das Mobbing der Täterschaft? .....	32
1.4.4 Soziale Ansteckungsgefahr .....	34
1.4.5 Unangebrachte Toleranz der Erwachsenen .....	35
1.5 Mobbing – ein Muster .....	36
<b>2. Die Erfassung von Mobbing</b> .....	39
2.1 Eigenberichte mit Hilfe von Fragebögen .....	39
2.2 Beobachtungen .....	42
2.3 Nennungen durch Gleichaltrige .....	43
2.3.1 Durchführung der Kinderinterviews in der Berner Studie .....	45
2.3.2 Kategorisierung der Kinder aufgrund der Nennungen .....	46
2.3.3 Weitere Information zu Mobbingepisoden .....	49
2.4 Mobbing aus der Sicht der Kindergärtnerinnen/Lehrpersonen .....	50
2.4.1 Interview .....	50
2.4.2 Fragebogen mit Angaben zu jedem Kind .....	50
2.5 Befragung der Eltern .....	53
2.6 Kategorisierung der Kinder aufgrund unterschiedlicher Informationsquellen .....	53

2.7	Kinder und Kindergärten der Berner Kindergartenstudie .....	57
2.7.1	<i>Beschreibung der Stichprobe</i> .....	57
2.7.2	<i>Strukturelle Bedingungen im Kindergarten</i> .....	57
<b>3.</b>	<b>Verbreitung und Formen von Mobbing</b> .....	<b>59</b>
3.1	Die Verbreitung von Mobbing in der Schule .....	60
3.2	Verbreitung von Mobbing im Kindergarten .....	61
3.2.1	<i>Wie viele Kinder sind beteiligt?</i> .....	61
3.2.2	<i>Wie oft kommt Mobbing vor?</i> .....	65
3.2.3	<i>Unterschiede zwischen den Kindergärten</i> .....	66
3.3	Bevorzugte Orte und Situationen .....	67
3.4	Geschlechtsunterschiede in der Verteilung der Mobbingrollen .....	69
3.5	Altersunterschiede in der Rollenverteilung .....	70
3.6	Formen des Mobbings .....	71
3.6.1	<i>Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen</i> .....	74
3.6.2	<i>Altersunterschiede</i> .....	75
3.7	Was Eltern über die Mobbingvorfälle im Kindergarten wissen .....	76
3.8	Ausblick .....	77
<b>4.</b>	<b>Reaktionen der Kinder und Erwachsenen</b> .....	<b>81</b>
4.1	Was fühlt ein Kind, wenn es geplatzt wird? .....	82
4.2	Unmittelbare Reaktionen der betroffenen Kinder .....	83
4.2.1	<i>Aussagen der Kinder</i> .....	83
4.2.2	<i>Aussagen der Kindergärtnerinnen zu den Reaktionen der Kinder</i> .....	85
4.2.3	<i>Melden von Plagevorfällen: «Petzen» versus «Hilfe holen»?</i> .....	87
4.2.4	<i>Wer soll das Mobbing stoppen?</i> .....	88
4.2.5	<i>Können Opfer das Mobbing effizient stoppen?</i> .....	89
4.3	Wie reagieren die nicht direkt betroffenen Kinder auf Plagevorfälle? .....	92
4.3.1	<i>Aussagen der Kinder</i> .....	92
4.3.2	<i>Aussagen der Kindergärtnerinnen</i> .....	94
4.4	Wie nehmen die Kinder die Reaktionen der Kindergärtnerin wahr? .....	95
4.5	Was sagen Kindergärtnerinnen selber zu ihrem Umgang mit Mobbing? .....	96
4.5.1	<i>Umgang mit konkreten Vorfällen</i> .....	96
4.5.2	<i>Unsicherheit der Kindergärtnerinnen</i> .....	99

4.5.3	<i>Wie greifen die Kindergärtnerinnen ein?</i> .....	101
4.5.4	<i>Wie gehen die Kindergärtnerinnen mit den Opfern um?</i> .....	104
4.5.5	<i>Wie gehen die Kindergärtnerinnen mit den Tätern um?</i> .....	105
4.6	Ausblick .....	106

**5. Familiärer Hintergrund und körperliche und gesundheitliche Faktoren** ..... 107

5.1	Der familiäre und sozioökonomische Hintergrund .....	108
5.1.1	<i>Aggressive Kinder: Täterinnen, Täter und Täter-Opfer</i> .....	108
5.1.2	<i>Passive Opfer</i> .....	112
5.1.3	<i>Was können die Familien der Täter und der Opfer tun?</i> .....	113
5.2	Körperliche und gesundheitliche Faktoren .....	114
5.2.1	<i>Körperliche Stärke</i> .....	114
5.2.2	<i>Behinderungen, Störungen und Auffälligkeiten</i> .....	116
5.3	Ausblick .....	119

**6. Das Verhalten und die soziale Einbettung in der Klasse** ..... 121

6.1	Das Verhalten in der Gruppe .....	122
6.1.1	<i>Soziale Kompetenz und prosoziales Verhalten</i> .....	122
6.1.2	<i>Aggressives und prahlendes Verhalten</i> .....	127
6.1.3	<i>Durchsetzungsvermögen</i> .....	129
6.1.4	<i>Rückzug</i> .....	131
6.2	Beziehungen zu den Gleichaltrigen .....	133
6.2.1	<i>Spielkameraden und Freundschaften</i> .....	133
6.2.2	<i>Beliebtheit in der Klasse</i> .....	135
6.3	Schulrelevantes Verhalten .....	138
6.4	Zusammenfassung und Ausblick .....	141

**7. Selbstwert und Körperbild** ..... 145

7.1	Die Bedeutsamkeit der sozialen Beziehungen für den Selbstwert ....	146
7.2	Der verheerende Einfluss von Mobbing auf den Selbstwert .....	148
7.2.1	<i>Selbstwert von passiven und aggressiven Opfern und von Tätern</i> .....	149
7.2.2	<i>Mobbing und Selbstwert über die Zeit</i> .....	151
7.2.3	<i>Der Selbstwert der Mitschülerinnen und Mitschüler</i> .....	152

7.2.4	<i>Mobbing und Einschätzung der schulischen Kompetenzen</i> . . . . .	153
7.3	Körperbild . . . . .	155
7.3.1	<i>Körperbild und Mobbing im Schulalter</i> . . . . .	156
7.3.2	<i>Körperbild und Mobbing im Kindergartenalter</i> . . . . .	157
7.4	Ausblick . . . . .	160
<b>8. Befindlichkeit der involvierten Kinder</b> . . . . .		163
8.1	Internalisierende Probleme . . . . .	163
8.1.1	<i>Ängstlichkeit</i> . . . . .	164
8.1.2	<i>Depressive Tendenzen</i> . . . . .	166
8.1.3	<i>Körperliche Beschwerden</i> . . . . .	168
8.1.4	<i>Mögliche Spätfolgen internalisierender Symptome</i> . . . . .	170
8.2	Externalisierende Probleme . . . . .	172
8.2.1	<i>Aggressives Verhalten</i> . . . . .	172
8.2.2	<i>Normbruch und Delinquenz</i> . . . . .	173
8.2.3	<i>Mögliche Folgen des externalisierenden Problemverhaltens</i> . . . . .	175
8.3	Zusammenfassung und Ausblick . . . . .	178
<b>9. Grundlagen der Prävention von Mobbing</b> . . . . .		181
9.1	Präventionsrelevante Erkenntnisse und ihre Implikationen . . . . .	182
9.1.1	<i>Mobbing hat schwere Folgen für alle</i> . . . . .	182
9.1.2	<i>Plagen ist ein Muster</i> . . . . .	183
9.1.3	<i>Orte der Mobbingvorfälle</i> . . . . .	183
9.1.4	<i>Mobbing lohnt sich</i> . . . . .	184
9.1.5	<i>Opfer können sich schlecht wehren</i> . . . . .	184
9.1.6	<i>Opfer haben keine Unterstützung</i> . . . . .	185
9.1.7	<i>Kinder nehmen Mobbing wahr</i> . . . . .	185
9.1.8	<i>Mitverantwortung aller</i> . . . . .	185
9.1.9	<i>Die Hälfte der Kinder ist nicht direkt involviert</i> . . . . .	186
9.2	Grundlegende Werte . . . . .	186
9.2.1	<i>Respekt</i> . . . . .	187
9.2.2	<i>Individuelle Unterschiede</i> . . . . .	188
9.2.3	<i>Menschen- und Kinderrechte</i> . . . . .	190
9.2.4	<i>Zivilcourage</i> . . . . .	192
9.3	Grundsteine der Prävention von Mobbing . . . . .	193
9.3.1	<i>Sensibilisierung</i> . . . . .	193
9.3.2	<i>Handlungsfähigkeiten der Lehrpersonen stärken</i> . . . . .	194
9.3.3	<i>Offene und direkte Kommunikation ohne Schuldzuweisung</i> . . . . .	195

9.3.4	<i>Grenzen setzen und handeln</i> .....	196
9.3.5	<i>Die Nicht-Betroffenen einbeziehen</i> .....	198
9.3.6	<i>Zusammenstehen</i> .....	198

**10. Das Berner Präventionsprogramm gegen Gewalt im Kindergarten und in der Schule – Be-Prox** ..... 201

10.1	Besonderheiten des Programms Be-Prox .....	202
10.1.1	<i>Flexibilität</i> .....	202
10.1.2	<i>Ganzheitlich und realistisch</i> .....	203
10.1.3	<i>Lehrpersonen im Zentrum</i> .....	203
10.1.4	<i>Transparenz und Zusammenarbeit</i> .....	204
10.1.5	<i>Arbeit in Gruppen</i> .....	205
10.1.6	<i>Prävention als Prozess</i> .....	205
10.1.7	<i>Kontakt mit den Eltern</i> .....	206
10.2	Praktische Durchführung von Be-Prox .....	207
10.3	Die wichtigsten Schritte und Inhalte von Be-Prox .....	209
10.3.1	<i>Erste Sitzung: Sensibilisierung</i> .....	209
10.3.2	<i>Zweite Sitzung: Mobbing thematisieren und Regeln besprechen</i> .....	212
10.3.3	<i>Dritte Sitzung: Regeleinführung und Durchsetzung</i> .....	214
10.3.4	<i>Vierte Sitzung: Mitverantwortung der nicht aktiv beteiligten Kinder</i> .....	217
10.3.5	<i>Fünfte Sitzung: Körpererfahrung und konkrete Zielsetzungen</i> .....	219
10.3.6	<i>Sechste Sitzung: Konsolidierung durch eigene Zielsetzungen</i> .....	221
10.3.7	<i>Siebte Sitzung: Regeldurchsetzung und Verstärkung</i> .....	222
10.3.8	<i>Achte Sitzung: Rückblick und Ausblick</i> .....	224

**11. Wirkung des Berner Präventionsprogramms** ..... 227

11.1	Wie die Wirkung des Programms geprüft wurde .....	228
11.1.1	<i>Auswahl der Kindergärtnerinnen</i> .....	229
11.1.2	<i>Dringlichkeit der Prävention</i> .....	232
11.1.3	<i>Befragung der Kinder</i> .....	232
11.1.4	<i>Befragung der Kindergärtnerinnen</i> .....	233
11.1.5	<i>Zur Interpretation der Ergebnisse</i> .....	234
11.2	Implementierung der Elemente des Programms .....	235
11.2.1	<i>Die Mitverantwortung aller</i> .....	235

11.2.2	<i>Befindlichkeitsaustausch</i> .....	237
11.2.3	<i>Regeln im Kindergarten</i> .....	239
11.2.4	<i>Kinder grenzen sich ab</i> .....	241
11.2.5	<i>Verbesserung des Gruppenklimas</i> .....	243
11.2.6	<i>Stärkung der prosozialen Verhaltensformen</i> .....	244
11.3	Einstellungs- und Verhaltensänderungen .....	245
11.3.1	<i>Handlungsmöglichkeiten</i> .....	247
11.3.2	<i>Zusammenarbeit mit den Eltern</i> .....	251
11.4	Änderungen in den Häufigkeiten von Plagen und Viktimisierung .....	252
11.4.1	<i>Kindergärtnerinnensicht</i> .....	252
11.4.2	<i>Die Berichte der Kinder</i> .....	254
11.5	Reaktionen, Wissen und Handlungsfähigkeit der Kinder .....	255
11.6	Ausblick .....	256
<b>12.</b>	<b>Umsetzung in der eigenen Klasse und Schule</b> .....	<b>259</b>
12.1	Sensibilisierungsphase .....	261
12.1.1	<i>Persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema</i> .....	261
12.1.2	<i>Wissen vertiefen</i> .....	262
12.1.3	<i>Beobachtung</i> .....	263
12.1.4	<i>Ressourcen</i> .....	265
12.1.5	<i>Motivation aufrecht erhalten</i> .....	266
12.2	Mobbing mit den Schülerinnen und Schülern thematisieren .....	267
12.2.1	<i>Schriftliche Befragung</i> .....	268
12.2.2	<i>Verschiedene Einstiegsmöglichkeiten</i> .....	268
12.2.3	<i>Erlebnisse und Reaktionen der Schülerinnen und Schüler</i> .....	270
12.2.4	<i>Stellung beziehen</i> .....	270
12.2.5	<i>Informationsinhalte</i> .....	270
12.3	Verhaltenskodex / Regeln .....	271
12.3.1	<i>Zusammenarbeit Schülerinnen und Schüler und der Lehrperson</i> .....	271
12.3.2	<i>Positive und negative Sanktionen definieren</i> .....	273
12.3.3	<i>Zivilcourage – Eingreifen und Hilfe leisten</i> .....	275
12.3.4	<i>Individuelle Gespräche</i> .....	276
12.4	Soziale Fertigkeiten .....	277
12.4.1	<i>Soziale Wahrnehmung</i> .....	277
12.4.2	<i>Konfliktlösung</i> .....	278
12.4.3	<i>Empathie – Einfühlungsvermögen</i> .....	278
12.4.4	<i>Durchsetzungsvermögen</i> .....	279

---

12.5 Körperbewusstsein .....	280
12.6 Kommunikationskanäle schaffen .....	281
12.7 Positive / spannende Aktivitäten für alle .....	282
12.8 Verbesserter Kontakt mit Eltern .....	283
12.9 Schlusswort .....	283
<b>Anhang A</b> .....	287
<b>Anhang B</b> .....	305
<b>Anhang C</b> .....	309
<b>Anhang D</b> .....	313
<b>Literatur</b> .....	315