

Was ist Mobbing?

Wir sprechen von Mobbing, wenn sich jemand über einen längeren Zeitraum

- ausgegrenzt
- gedemütigt
- und in verschiedensten Formen „fertig gemacht“ fühlt.

Die Empfindungen der betroffenen Person stehen hierbei im Vordergrund. Häufig entwickelt sich eine problematische Gruppendynamik, die darauf ausgerichtet ist, einzelne Personen gezielt auszugrenzen und/ oder fertig zu machen. Ein Ort, an dem Kinder und Jugendliche Mobbing häufig erleben, ist die Schule. Manchmal sind es ein paar Mitschüler*innen, manchmal geht das Mobbing von größeren Gruppen oder sogar von der ganzen Klasse aus. Da Kinder und Jugendliche schulpflichtig sind, können sie sich dieser Situation nicht ohne Weiteres entziehen und sind ihr ausgeliefert.

Von Mobbing betroffene Kinder und Jugendliche stehen unter einem hohen emotionalen Druck und erleben sich als ohnmächtig, da sie sich aus eigener Kraft nicht gegen das Mobbing wehren können. Sie wirken oft in sich gekehrt und traurig. Als Folge dieser Situation können sich ihre schulischen Leistungen verschlechtern und sie können Angst davor entwickeln, überhaupt in die Schule zu gehen. Mitunter zeigen sie körperliche Symptome, wie Bauch- oder Kopfschmerzen.

Oft vertrauen sich Betroffene erst spät Eltern oder Lehrer*innen an, da sie eine Verschlimmerung der Situation befürchten. Ohne Hilfe kann die Mobbing-Situation aber oft nicht unterbrochen werden. Unterstützen können Eltern, Lehrer*innen, Schulsozialarbeiter*innen und andere Fachkräfte – und das im besten Fall gemeinsam.

Cybermobbing

Viele Betroffene erleben Mobbing auch über digitale Medien. Kinder und Jugendliche bekommen über ihre mobilen Geräte Nachrichten, die beispielsweise Drohungen, Beleidigungen oder demütigende Bilder enthalten. In manchen Fällen werden sie auch gezielt aus Gruppen ausgeschlossen oder bewusst ignoriert. Hilfe finden sie bei den hier aufgeführten Beratungsstellen.

Die Verantwortung, Mobbingprozesse zu erkennen und nachhaltig zu beenden, ist gemeinsamer Auftrag der Fachkräfte und Erwachsenen im Umfeld der Kinder und Jugendlichen.

Mobbing ist kein Spaß, sondern Gewalt!

Mobbing ist kein Spaß...
... sondern Gewalt!

Informations- und Hilfsangebote für Schüler*innen, Eltern und Schulen in Bremen

Eine Initiative des
"Arbeitskreis Mobbing"



Information und Fortbildung

Das **ServiceBureau Jugendinformation** sensibilisiert Kinder, Jugendliche und Erwachsene für Cybermobbing im Unterricht, in Workshops und auf Elternabenden.
ServiceBureau Jugendinformation
Markus Gerstmann
Tel.: 0421. 33008915
medien@jugendinfo.de
www.jugendinfo.de



Bremische Landesmedienanstalt (bre(ma) ist die offizielle Koordinierungsstelle für Medienkompetenzvermittlung im Land Bremen und bietet eigene Medienkompetenzprojekte sowie kostenlose Informationsmaterialien u.a. zu Cybermobbing an.
Tel.: 0421. 33 49 40
www.bremische-landesmedienanstalt.de
www.MEKOcloud.de



Im **Landesinstitut für Schule (LIS)** werden regelmäßig Fortbildungen zur (Cyber-) Mobbing-Prävention und zu Interventionsmethoden angeboten. In der praktischen Umsetzung finden Lehrkräfte und Sozialpädagog/innen Unterstützung durch Beratung und Prozessbegleitung.
meike.herminghausen@lis.bremen.de • Tel.: 0421. 361 18197
uta.brammer@lis.bremen.de • Tel.: 0421. 361 17368 (Cybermobbing)
oliver.bouwer@lis.bremen.de • Tel.: 0421. 3613315 (Cybermobbing)



Wilde Bühne e.V. Bremen

Theaterstücke und Projektstage zum Thema Mobbing und Gewalt an Schulen, Fortbildungen für PädagogInnen
www.wilde-buehne-bremen.de
wildebuehnebremen@gmx.de
Tel.: 0421. 4313960
Kontakt: Jana Köckeritz und Michaela Uhlemann



Impressum

Dieses Faltblatt ist eine Initiative des Bremer Arbeitskreises Mobbing an Schülerinnen und Schülern (AK Mobbing). Wenn Sie Fragen zu diesem Faltblatt haben oder Sie als Fachkraft eine Mitarbeit in dem offenen Arbeitskreis interessiert, nehmen sie bitte Kontakt mit einer der hier aufgeführten Institutionen auf.
Infos: www.jugendinfo.de/akmobbing

Beratungsangebote in Bremen

Bremer JungenBüro e.V.

Beratung für Jungen, die von Mobbing betroffen sind oder waren sowie deren Angehörige und Fachkräfte
(kostenlos, vertraulich)
Tel.: 0421. 59865160
www.bremer-jungenbuero.de
Onlineberatung: www.jungenberatung-bremen.de



Mädchenhaus Bremen e.V.

Beratung für Mädchen und junge Frauen
(kostenlos, vertraulich)
Tel.: 0421. 3365444
www.maedchenhaus-bremen.de



Regionale Beratungs- und Unterstützungszentren (ReBUZ)

Beratung für Schüler*innen, Eltern, Lehrer*innen und Schulen
(kostenlos, vertraulich)
ReBUZ West Tel.: 361 - 10803
ReBUZ Nord Tel.: 361 - 77 92
ReBUZ Ost Tel.: 361 - 16 050
ReBUZ Süd Tel.: 361 - 10 559
www.rebuz.bremen.de



Beratung und Unterstützung an dieser Schule

Ansprechpartner*innen z.B. aus der Schulsozialarbeit oder zuständige Vertrauenspersonen bitte hier eintragen: